

氏名（本籍）	石川裕子		
学位の種類	博士（ヒューマン・ケア科学）		
学位記番号	博甲第	7473	号
学位授与年月	平成 27 年 3 月 25 日		
学位授与の要件	学位規則第 4 条第 1 項該当		
審査研究科	人間総合科学研究科		
学位論文題目	ペアダンスムーブメントセラピーの心理的および神経生理学的効果に関する研究		
主査	筑波大学教授	医学博士	水上勝義
副査	筑波大学准教授	博士（学術）	橋本佐由理
副査	筑波大学助教	博士（心理）	大谷保和
副査	筑波大学講師	博士（医学）	石川正憲

## 論文の内容の要旨

### （目的）

現在本邦ではうつ病や認知症に対して地域における予防やケアが重点課題に掲げられており、地域における心理療法や運動療法などの非薬物的介入の重要性が増してきている。本研究では、古代から多くの人々に親しまれているダンスを用いた心理療法であるダンスムーブメントセラピー（以下 DMT）に注目した。ペアダンスを用いた DMT（ペア DMT）のプログラムの効果を心理的・神経生理学的に検討し、臨床現場においてペア DMT の活用の可能性を検証することを目的とし、研究 1 から 3 を行った。研究 1 はペア DMT の心理的効果を検討、研究 2 はペア DMT の重要な要素であるミラーリング、タッチング、音楽の効果の心理的・神経生理学的検討、研究 3 は認知症患者に対するペア DMT の効果検討である。

### （対象と方法）

研究 1 では、健康成人を対象に、ペアダンスのレッスン群とペアダンスを用いない DMT 群と比較検討した。研究 2 では、まず研究 2-1 としてミラーリング、タッチング、音楽の効果を心理指標と脳波感性解析によって検討した。研究 2-2 では、音楽の種類（ダンス曲と賛美歌の曲）、音楽の嗜好、ダンス経験の有無が心理指標、脳波感性解析、アミラーゼ測定値に影響するかを検討した。研究 3 では、認知症患者を対象に、ペア DMT プログラムを定期的に実施し、認知機能、行動心理症状、日常生活動作、脳波測定 NAT 解析、アミラーゼ測定を用いて、非介入群と比較検討した。

### （結果）

研究 1 では、3 群とも肯定的感情が向上し、否定的感情が減少したが、ペア DMT は、他の群と比較して、否定的感情の減少や「自己理解」が有意に上昇し、体験後の「主体的身体感」が有意に高かった。研究 2 では、一人パターン、二人パターン（ミラーリング）、手繋ぎパターン（タッチング）、音楽パタ

ーンに心理的効果の違いはみられなかったが、音楽パターンにおいて実験者と被験者との間に脳波の相関性が多く認められた。経験者と未経験者に分けて分析すると、経験者群では、ダンス音楽によって、活性化や覚醒度が上昇したが、未経験者は、音楽の効果は認められなかった。研究3では、DMT群は、非介入群と比較して認知機能に有意差はみられなかったが、脳波解析の結果から脳波上の徐波が減少し、脳機能が活性化した可能性が示唆された。またペア DMT セッションを継続することで交感神経活動が低下傾向を示した。

#### (考察)

研究1の結果、3群間の比較において、ペア DMT の心理的効果が最も大きかったことから、ペア DMT の心理面に対する有用性が示唆された。さまざまなパートナーとの共有体験を通じた心身に対する理解や気づきがペア DMT の効果をもたらした可能性が推察された。研究2の結果から、音楽を用いることで互いの一体感が促進することが示唆されたが、ペアダンス未経験者は経験者のような肯定感情の向上がみられなかった。未経験者は音楽に合わせて身体を動かすことに不慣れなため、慣れるまで多少時間をかけて実施する必要があることが示唆された。また好みでない曲を聴取した場合に脳波感性解析上のストレスの指標が上昇したことから、DMT で音楽を選択する時には好みに留意することが必要と考えられた。研究3では、認知症患者にとって、ペア DMT プログラムは脳機能が改善のする可能性が示唆されたが、緊張が軽減するには多少回数を重ねる必要があることも示された。

以上の結果から、ペア DMT は、健常者の心理的効果が大きいこと、そして認知症高齢者に対する脳機能改善効果も示唆された。本研究は現代社会の大きな課題であるストレスや認知症対策への一助となる知見を示したことで意義があると考えられる。

### 審査の結果の要旨

#### (批評)

本研究は、ペアダンスを用いたダンスムーヴメントセラピー(ペア DMT)が、健康成人の心理的ストレス反応や、認知症患者の脳機能に対して効果がある可能性を示した点で重要といえる。これまでペアダンスの心理的効果は広く知られていたが、ダンスを心理療法として構造化したペア DMT の心理的、神経科学的効果について検証した報告はきわめて少なかった。今回の結果から、通常のペアダンスよりも、またペアの形をとらないダンスセラピーよりもペア DMT の心理的効果が大きいことが初めて明らかにされた。また認知症患者に対して定期的に介入を実施し、認知、心理、神経科学的に総合的に検証した研究は本邦で初めてであり、脳波上徐波の改善が認められたことは特筆すべき結果といえる。

以上、現代社会において重要な課題であるストレスや認知症対策の一助となり得る研究成果を報告した本研究は、研究意義、独創性、成果などの点からきわめて有意義と評価され、博士論文としての水準に達していると判断される。

平成27年1月5日、学位論文審査委員会において、審査委員全員出席のもと論文について説明を求め、関連事項について質疑応答を行い、最終試験を行った。その結果、審査委員全員が合格と判定した。

よって、著者は博士(ヒューマン・ケア科学)の学位を受けるのに十分な資格を有するものと認める。