

氏名	大井 瞳
学位の種類	博士（心理学）
学位記番号	博甲第 9585 号
学位授与年月	令和 2 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	反すう思考の持続要因に関する実験心理学的研究

主査	筑波大学教授	博士（心理学）	沢宮 容子
副査	筑波大学准教授	博士（人間科学）	青木 佐奈枝
副査	筑波大学助教	博士（心理学）	大谷 保和
副査	法政大学教授	博士（学術）	望月 聡

論文の内容の要旨

大井瞳氏の博士学位論文は、反すう思考の持続要因を注意資源、注意範囲の観点から実験心理学の手法を用いて検討し、反すう思考の持続する機序を明らかにしたものである。その要旨は以下のとおりである。

（目的）反すうは「抑うつ気分有的时候に抑うつ症状、原因、意味、結果について繰り返し考える思考や行動」と定義され、この反すうがさまざまな精神疾患を予測するという知見から、反すうそのものをターゲットとした介入も開発されている現状にある。これまでの数多くの先行研究において反すうは特性として捉えられているが、著者は、介入のターゲットとする際には状態としての捉え方が重要であること、しかしながらそのような状態的な反すうが持続する機序についての理解が不十分であると指摘した。注意や気分状態などに着目しつつ、状態的な反すう、すなわち「反すう思考」の持続要因を明らかにすることが本研究の目的であった。

（方法）著者はまず先行研究のレビューを行い、反すう思考の持続要因および測定方法についての理論的検討を行っている。反すうが持続する要因として考えられるもののうち、特に状態的側面である気分とも関連した注意の観点を中心にまとめており、そのレビューを行うなかで状態的な反すうの研究が少ない理由の一つに測定手法の問題があることを指摘し、反すうを測定するための実験手続きについての検討も併せて行うことの必要性を述べている。その後、実証的研究として、大学生・大学院生を実験参加者とする 5 つの研究を行っている。研究 1 は反すう思考が持続しやすい状況や測定手続きについての予備的検討であり、反すう思考誘導時の仮想シナリオの有無、思考内容を尋ねる状況が、反すう思考の程度に与える影響について、持続的注意課題遂行中の思考サンプリング法を用いて検討された。研究 2 および研究 3 では注意資源と反すう思考の持続との関連が検討されており、研究 2 では注意資源の負荷の違いや課題成績が反すう思考の持続に及ぼす影響が、研究 3 では、反すう思考誘導の前後に持続的注意課題を行うことで、反すう思考が外的対象への注意資源に及ぼす影響が検討された。研究 4 および研

究5は反すうの注意範囲モデルに沿いながら、視覚的注意の範囲と反すう思考の持続との関連が検討された。反すうの注意範囲モデルとは、ネガティブ気分が注意の範囲を狭めることによって、持続的な思考である反すうが生じるとするモデルである。研究4では、視覚探索課題の視覚範囲の広さが操作され、視覚的注意の範囲が反すう思考に与える影響について、研究5では、反すう誘導群、気そらし群が設けられ、反すう誘導／気そらし誘導後に注意の範囲を測定する Attentional Breadth Task を行うことで、反すう思考が視覚的注意の範囲に与える影響が検討された。

(結果) 研究1では、実験課題時よりも安静時の方が反すう思考の持続がみられ、実験で誘導した反すう思考は時間経過に伴って減少していくことを明らかにしている。反すう誘導時のシナリオの有無による反すう思考そのものの持続に差はみられなかったが、抑うつ気分誘導のシナリオがある方が反すうの意図性が増すことも明らかとなった。研究2では、持続的注意課題における認知的負荷が低い群の方が課題中の反すう思考の持続を予測することが示され、さらに反すうに対するメタ認知的信念、持続的注意課題の反応時間が反すう思考の持続を予測することが示された。研究3では、反すう思考が持続的注意課題の課題成績に与える影響が検討されたが、反すう思考による課題成績への影響はみとめられなかった。研究4では、視覚範囲が狭い群と広い群における課題中の思考内容が検討されたが、注意の範囲が狭い群において反すう思考が持続しやすいという注意範囲モデルから予測される結果は得られなかった。反すう思考の内容に関しては、注意の範囲が広い群においては実験課題そのものについて、注意の範囲が狭い群においては実験の意図や実験時間について考えやすいという違いがあることが示された。反すう思考が視覚的注意の範囲に与える影響について検討した研究5では、反すう思考と視覚的注意の関連はみとめられなかった。しかし、注意の範囲に関わらず、反すう思考誘導を行った群の方が、Attentional Breadth Task の反応時間が早くなることが示された。なお、特性的に反すう傾向が高いと反応時間が早くなることも併せて示された。

(考察) 研究1の結果から、反すう思考は注意を向けるべき外的対象がない状況で持続しやすいこと、すなわち、外的対象に注意を向けて注意資源を使用することによって反すう思考が抑制されることが指摘された。研究2より、反すう思考と外的対象への注意資源は競合することが示唆されたものの、研究3では反すう思考を行うことによる認知課題への影響はみとめられなかったことから、注意資源が多く使用できる状況で反すう思考が持続しやすいが、反すう思考によって注意資源が枯渇するという方向性での因果関係が認められないと考察された。研究4、研究5からは、反すうの注意範囲モデルを支持する結果は得られなかったが、研究4では、視覚探索課題中に実験課題のことを考えていた人は悲しい気分が減少するという副次的な知見が得られ、このことから、反すう思考が生じた後でも外的な対象に注意を切り替えられた場合にはネガティブな気分が改善することが示唆された。提示する刺激として自己にも他者にも関連しない刺激を使用した研究5では課題成績に対して反すうの影響が見られなかったことから、視覚的な注意の狭窄化は自己に関連する刺激に対してのみ生じる可能性が考えられた。また、特性反すう、状態反すうともに認知課題の反応時間の速さを予測していたことから、特性反すう、状態反すうによる目標維持能力の向上という要因を考慮する必要が併せて示唆された。

本論文で行われた実証的研究から、反すう思考は使用可能な注意資源が多くある状況で生じ、反すう思考から注意を抑制できなかつたり、切り替えができなかつたりすることによって特定の刺激（自己に関連する刺激など）に対して注意の狭窄化が生じることで反すう思考が持続するという機序が推測される、と著者は結論づけている。

審査の結果の要旨

論文において著者は、状態的な反すうである「反すう思考」を特に注意資源、注意範囲の観点から実験心理学の手法を用いて検討し、上記の結論を導いている。国内外の研究をみても反すう思考に関する理論的・実証的研究は数少なく、本論文で示された成果ならびに研究手法はさらなる実証的研究を先導するものである。また「反すうに焦点を当てた認知行動療法」をはじめとする介入手法にも有用な知見を提供するものであり、心理臨床学的観点からも価値を有する研究といえる。

令和2年1月9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（心理学）の学位を受けるのに十分な資格を有するものと認める。