

# Word repeating techniqueによる言語機能の変容と スピーチ不安の改善効果

## Effect of Word Repeating Technique on Verbal Stimulus Function and Speech Anxiety

木下 奈緒子 (Naoko Kishita) 指導：嶋田 洋徳

**【問題と目的】** 不安や恐怖などの情動的問題に対する有効な心理療法的技法にエクスポージャーがあるが、技法の単独適用による治療効果の限界が指摘されている (Olatunji et al., 2007)。人は、情動反応を喚起する物理的刺激への直接的な接触なしに情動的経験をすることが可能なため、言語が重要な象徴的機能を果たすとされる (Staats & Eifert, 1990)。このことから、エクスポージャーの治療効果の促進には、問題となる言語刺激の刺激機能を変容し、それらが回避行動の弁別刺激として機能しなくなることを目指す必要がある。言語刺激の行動抑制機能の低減を目的とした具体的アプローチに脱フュージョンがあるが、先行研究では、私的事象の機能的側面の測定にあたり、自己報告式の指標のみが用いられていることが指摘されている。そこで、本研究では、「不安」という言語刺激の機能を測定する行動的手法として不安 Implicit Relational Assessment Procedure (以下、IRAP) を開発し、その信頼性と妥当性を検討する (研究1)。そして、脱フュージョンの代表的技法であるword repeating techniqueが、言語機能の変容とスピーチ不安の改善に及ぼす影響について、エクスポージャーとの相互作用の観点から検討することを目的とする (研究2)。

### 研究1：日本語版不安IRAPの信頼性および妥当性の検討

再テスト法と内的整合性を用いて検討した結果、不安IRAPは十分な信頼性を有することが示された。また、行動指標との関連性から妥当性を検討した結果、不安という言語刺激の行動抑制機能をとらえる指標として、不安IRAPの高い妥当性を示す知見が得られた。

### 研究2：Word repeating techniqueによる言語機能の変容とスピーチ不安の改善効果

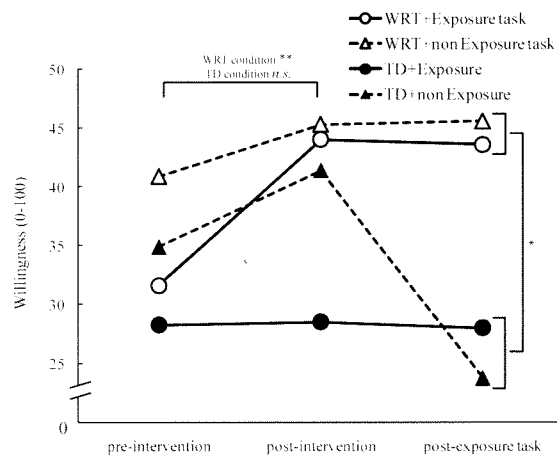
**【方法】** 実験参加者：大学生54名 (男性13名, 女性41名; 平均年齢19.6歳,  $SD=1.2$ ) を対象とした。測定材料：①言語の苦痛度, 確信度 (VAS), ②不安IRAP, ③スピーチ場面に対するウィリングネス (VAS) を測定した。

手続き：①不安IRAPの実施, 言語の苦痛度, 確信度, ウィリングネスへの記入, ②word repeatingまたはthought distractionの実施, ③言語の苦痛度, 確信度, ウィリングネスへの記入, 不安IRAPの実施, ④スピーチ内容の教示後, スピーチの準備 (1分間), ⑤エクスポージャーもしくは非エクスポージャー課題の実施 (5分間), ⑥言語の苦痛

度, 確信度, ウィリングネスへの記入, 不安IRAPの実施

**【結果と考察】** 脱フュージョンを実施した群においても、比較対照群においても、介入後に苦痛度と確信度が有意に低減したことが示された。さらに、エクスポージャーを実施することによって、苦痛度および確信度が有意に低減したことが示された。確信度については、両群の介入後の平均に有意差が認められることから、脱フュージョンによる介入は、確信度を効果的に低減することが可能であると考えられる。不安IRAPで測定される不安という言語の刺激機能については、脱フュージョンを実施した群のpost-exposure task期の平均が、比較対照群の平均と比較して有意に低いことが示された。脱フュージョンを実施した群では、介入後に、ウィリングネスが有意に高まること明らかとなったが、そのような効果は比較対照群においては確認されなかった (Figure)。

**【総合考察】** 多くの臨床場面では、言語の苦痛度や確信度が効果指標として用いられるが、本研究の結果をふまえると、言語の苦痛度や確信度が、不快な私的事象の機能的次元を反映していると結論づけることはできない。特に、研究2の比較対照群では、言語の苦痛度や確信度が軽減しているにもかかわらず、ウィリングネスの増加が認められていない。この治療効果の「アウトカム変数」と「プロセス変数」の独立した変化は、不安障害の治療において、不快な私的事象の行動抑制機能の変容が重要であることを裏づける結果であり、脱フュージョンの心理臨床的有用性を支持するものであると考えられる。



\*\*  $p < .01$ , \*  $p < .05$

Figure Means of willingness across three measurement times by conditions.