

2013年7月2日

博士学位論文審査報告書

大学名	早稲田大学
研究科名	大学院人間科学研究科
申請者氏名	阿部ひと美
学位の種類	博士（人間科学）
論文題目	社交不安に対する役割固定法の効果に関わる要因の影響と改良型役割固定法の効果 Influence of Each Factor Related to Effectiveness of Fixed-Role Therapy for Social Anxiety and Effects of Refined Fixed-Role Therapy
論文審査員	主査 早稲田大学教授 根建金男 博士（人間科学）（早稲田大学） 副査 早稲田大学教授 熊野宏昭 博士（医学）（東京大学） 副査 早稲田大学教授 嶋田洋徳 博士（人間科学）（早稲田大学）

社交不安は、「現実の、あるいは想像上の対人場面において、他者からの評価に直面したり、もしくはそれを予測したりすることから生じる不安状態」（Schlenker & Leary, 1982）である。社交不安による苦痛や困難を体験する者は少なくない。本論文で申請者は、構成主義心理療法の先鞭をつけたパーソナル・コンストラクト理論（personal construct theory: PCT; Kelly, 1955；パーソナル・コンストラクトは、人がもつ固有の認識の枠組みを意味する）において初めて提示されたアセスメント法であるレパートリー・テスト（repertory test: Rep）と、介入技法である役割固定法（fixed-role therapy: FRT; 本技法においては、日常生活で数週間架空の人物の役割を演じることにより認識の枠組みの変容をめざす）に焦点を当てた。そして申請者は、Rep を用いて社交不安が高い者の特徴を解明し、FRT の効果を高め得る要因の影響を明らかにした後に、それらの要因に着目して考案した改良型 FRT の優れた効果を実証した。

本論文の第1章では、社交不安に関する先行研究を概観し、社交不安の定義と特徴、社交不安に関連する概念、および社交不安の発生と維持のメカニズムについて説明した。第2章では、まずは、これまでに多くの研究によるエビデンスが蓄積されている認知行動療法における、社交不安のアセスメント法とアプローチ法について、次に、本論文で取り上げたPCTにおける、社交不安のアセスメント法とアプローチ法について、それぞれ記した。第3章では、第2章で述べたPCTにおけるアセスメント法とアプローチ法に関する研究の問題点をあげた。具体的には、文脈を考慮に入れた対人要因との社会的相互作用を把握できるRepの開発が必要であるこ

と、FRTの可能性を実証するために、そもそも対人関係において役割を演じることが社交不安にどのような影響を与えるのかを明らかにする必要があること、FRTの3段階（演技シナリオの作成、リハーサル、上演法）のそれぞれにおいて、PCTの理念に沿って「人の主体的な、環境の認識と環境への関わり」を高めるFRTを開発し、それが社交不安に及ぼす影響を検討する必要があること、を指摘した。第4章では、第3章で指摘した問題点を踏まえて、本論文の目的・意義・構成を示した。

第5章では、社交不安用 Rep を開発し、それをを用いて社交不安が高い者におけるパーソナル・コンストラクトの特徴を解明した。研究1においては、社交不安に関するパーソナル・コンストラクトを把握するための社交不安用 Rep を開発し、研究2では、それを精緻化した社交不安用 Rep 発展版を開発した。そして、社交不安用 Rep あるいは社交不安用 Rep 発展版によって得られた反応を分析することで、社交不安が高い者におけるパーソナル・コンストラクトの特徴を明らかにした。

第6章の研究3では、そもそも役割を演じることが社交不安にどのような影響を及ぼすのかを質問紙研究で検討した。その結果、対人関係の中で役割を演じることやそれに対する主観的な評価は、社交不安を扱ううえで重要な変数であることが示された。したがって、役割を演じることを応用するFRTを社交不安に適用することには、十分可能性があると考えられた。さらに、FRTの効果を高め得る要因の影響を検討するにあたっては、「人の主体的な、環境の認識と環境への関わり」を高めるという視点とともに、「役割演技を行う自己に対する否定的な評価」を緩和するという視点も重要であることがわかった。

第7章では、FRTの効果に結びつくと考えられる、「人の主体的な、環境の認識と環境への関わり」を高め得る変数と、「役割演技を行う自己に対する否定的な評価」を緩和し得る変数を取り上げ、それらが社交不安に対するFRTの効果に及ぼす影響について検討した。研究4では、従来のFRTでは、自分が演じる役割の決定に関して、被援助者（クライアント）の意思決定が十分反映されていないと考えられるため、「演技シナリオの作成」段階において、演じる役割を決定する際に個人の意思決定を反映させたFRTを開発し、その効果を検討した。研究5では、「リハーサル」段階での取り組みを通して、被援助者が、自分が演じる役割について把握していること、および役割を演じるという課題を行う意味を理解していることが、社交不安に対するFRTの効果にどのような影響を及ぼすのかを検討した。研究6では、「上演法」段階において実行される役割演技が、シナリオに沿った適切なものであるかどうかを被援助者自身に把握してもらうために、自己の思考や行動を客観的に観察し、把握する視点を促進する手続きを取り入れたFRTを開発し、その効果を検討した。研究4～6の結果、FRTの手続きに、「シナリオ作成に意思決定を反映すること」「役割や課題の意味理解を促進すること」「役割を演じる自己の思考や行動を客観的に把握すること」を取り入れることが、被援助

者における、「人の主体的な、環境の認識と環境への関わり」を高め、「役割演技を行う自己に対する否定的な評価」を緩和し、社交不安の改善に優れた影響を及ぼすことが示された。

第8章の研究7では、研究4～6の成果を踏まえて、効果を高め得る要因に着目して改良したFRTを考案し、その効果を検証した。その結果、効果を高め得る要因に基づく改良を行ったFRTは、標準的なFRTよりも社交不安の改善に一層効果的であることが示された。さらに言語報告の内容から、モチベーションやFRTへの抵抗感、負担感などの観点からも、効果を高め得る要因に基づく改良を行ったFRTの優れた有効性が示された。

最終章である第9章では、全ての研究の成果に関する総括的考察を行った。本論文の第5章では、社交不安に特徴的なパーソナル・コンストラクトを把握する社交不安用Rep発展版を開発した。第6章では、役割を演じることを特徴とするFRTを社交不安に適用することの妥当性を示した。第7章では、FRTの主要な3段階それぞれにおいて、効果を高め得る要因の影響を明らかにした。第8章では、効果を高め得る要因に着目して改良したFRTが、標準的なFRTよりも社交不安の改善に一層効果的であることを示した。これらのことから、本論文によって、社交不安に対する新たな、理解とアプローチの可能性が開かれたと言える。今後の課題としては、要因分析や分解研究を実施することで、FRTの厳密な効果メカニズムを解明することなどがあげられた。

本論文において高く評価できる主な点は、以下の通りである。

(1) 本論文によって、社交不安高者が体験する現実の場面に沿ったエレメント（社交不安の対象）と、社交不安という現象に沿ったコンストラクト（認識の枠組み）に焦点を当てた、社交不安用Rep発展版が開発された。これにより、従来よりも社交不安高者の日常の体験に即した形で、パーソナル・コンストラクトをアセスメントできるようになった。さらに、社交不安用Rep発展版を用いることで、従来尺度ではあまり焦点が当てられなかった、被援助者が得意とする場面やその際に出現する社交不安とは対極的な状態についても把握できるようになった。従来にないこれらの特徴を備えた社交不安用Rep発展版は、今後構成主義的な観点から、社交不安を有する者の現状を理解したり、心理的介入による社交不安の変容を把握したりするためのツールとして、大いに活用される可能性がある。

(2) 先行研究において、FRTをはじめとする構成主義心理療法（の技法）は、効果の実証性に乏しいという指摘がなされており、エビデンスが十分であるとは言いがたい。特に社交不安に対する適用に限定すると、実証的な効果研究は非常に少ない。そのため、実証に基づく心理療法の代表格である認知行動療法に関する研究と遜色のない方法論を適用することで、社交不安に対するFRTの効果を実証的に示した本論文の知見は、非常に意義深いと言える。

(3) 本論文において、「人の主体的な、環境の認識と環境への関わり」を高め（PCTの理念より）、「役割を演じる自己に対する否定的な評価」を緩和する（研究3の知見より）という

趣旨に則って、研究 4～7 で、FRT の一連の手続きにおいて効果を高め得る要因の影響を、エビデンスに基づいて体系的に示すことができたこと、さらにそれらの要因を考慮して改良した FRT が、標準的な FRT よりも優れた効果を発揮することを実証したことは、非常に有意義である。これまでの FRT に関する先行研究では、技法が比較的柔軟に適用されているがゆえに、手続きが粗雑になっている面があるため、本論文で、FRT の手続きを改良し、有用な操作を明確にすることで、FRT が確実に洗練され、その優れた効果が示されたことは、カウンセリングの実践にも大きく貢献するはずである。

なお、本論文（一部を含む）が掲載された主な学術論文は、以下の通りである。

- [1] 阿部ひと美・今井正司・根建金男 意思決定理論を適用した役割固定法が社会不安に及ぼす影響 カウンセリング研究, 44, 1-9 (2011)
- [2] 阿部ひと美・今井正司・根建金男 レポートリー・グリッド法を適用してとらえた社会不安の特徴 パーソナリティ研究, 21, 203-215 (2012)

本論文は、独創性を有しており、非常に優れていると言える。よって、本論文は博士（人間科学）の学位を授与するに十分値するものと認める。

以上