



博士（人間科学）学位論文 概要書

発話によって外傷体験を開示することが
心身の健康に及ぼす効果

2001年1月

早稲田大学大学院人間科学研究科

佐藤 健二

指導教授 坂野 雄二

本研究の目的は、発話によって外傷体験を開示することが心身の健康に及ぼす効果を検討することであった。

第1章では、外傷体験の開示に関する従来の研究が展望された。その結果、外傷体験の開示の効果を一般化し、健常者の心身の健康の増進に開示を適用する、あるいは臨床群の治療や、日常生活で見られる開示の心身の健康に及ぼすポジティブな効果の説明に示唆を提供するに際しては、いくつかの課題があることが明らかにされた。すなわち、1) 発話によって外傷体験を開示することと心身の健康の関連を検討するために必要不可欠な、我が国における特徴的な外傷体験を収集した調査票が作成されていないこと、2) 発話によって外傷体験を開示することと心身の健康の相関関係の検討が、時間的経過を統制した上で我が国においてなされていないこと、3) 発話によって外傷体験を開示することが心身の健康に及ぼす効果が、開示の効果に影響を及ぼすことが予想される諸変数を統制した上で我が国では検討されていないこと、4) 発話によって外傷体験を開示することの効果を厳密に検討するために、中性的話題を開示する群を統制群として用いて、開示することそれ自体の成分を除外した検討が行われていないことである。

第2章では、第1章での問題提起を受けて、発話によって外傷体験を開示することが心身の健康に及ぼす効果に関する研究の目的と意義、さらに本研究の構成が述べられた。

第3章では、我が国における外傷体験についての調査から欧米の先行研究で報告されていた外傷体験に加えて、我が国においては「不道德なことをしたこと」、「動物をいじめたこと」、「人をいじめたこと」、「人にいじめられたこと」といった経験が特徴的であることが明らかにされた。

また、上記の外傷体験を含んだ調査票(Traumatic Experience Schedule-15: TES-15)が作成され、発話によって外傷体験を開示することと心身の健康の関連が検討された。その結果、発話によって外傷体験を開示することと外傷体験による苦痛の変化との間には全般的に関連が認められないこと、また、身体徴候発生頻度との間には関連が示唆された。

第3章の結果を受けて、第4章では、まず、開示の効果に影響を及ぼすことが予想される諸変数を統制した上で、発話によって外傷体験を開示することが心身の健康に及ぼす効果について、外傷体験開示群とウェイトングリスト統制群との比較を通じて検討された。外傷体験開示群は、1日10分間、3日間

にわたって開示を行った。効果の測定時期は、プリアセスメント期、ポストアセスメント期、3ヶ月フォローアップ期であった。分析の結果、発話によって外傷体験を開示することには心身の健康を増進させる効果があることが示唆された。

次いで、発話によって外傷体験を開示することの効果を厳密に検討するために、中性的話題を開示する群を統制群として用い、開示することそれ自体の成分を除外した検討が行われた。その結果、中性的話題開示群では3ヶ月フォローアップ期に心身の健康が増進することが示唆された。しかしながら、ポストアセスメント期においては、発話によって外傷体験を開示する群は、中性的話題を開示する群よりも外傷体験による苦痛が有意に低かった。

最後に、第5章では、発話によって外傷体験を開示することの効果に関する本研究の総合的考察が行われた。その概要は、我が国において、調査的方法論を用いた場合、発話によって外傷体験を開示することと心身の健康の関連は明確には認められないこと、実験的方法論を用いた場合、発話によって外傷体験を開示することは、短期的に外傷体験による苦痛の低減に寄与することなどであった。したがって、発話によって外傷体験を開示すること一般に効果があるというより、特定の手続を用いて外傷体験が開示されれば、短期的に外傷体験による苦痛が低減することが示唆された。

さらに、本研究の結果から、発話によって外傷体験を開示することに含まれるカウンセリング心理学的示唆、健康心理学的示唆、臨床心理学的示唆が考察された。最後に、本研究の限界と今後の課題が考察された。