2005年1月11日

人間科学研究科長　殿

長江信和氏　博士学位申請論文審査報告書

長江信和氏の学位申請論文を下記の審査委員会は、人間科学研究科の委嘱を受け審査をしてきましたが、2004年12月10日に審査を終了しましたので、ここにその結果をご報告します。

記

１．申請者氏名　　長江信和

２．論文題名　　大学生のシャイネスに対する構成主義的な認知療法の効果と要因分析に関する研究（ただし、変更後の最終的な題名は、「大学生のシャイネスに対する構成主義的な認知療法の効果とその要因」）

３．本論文の主旨

認知療法または、認知行動療法は、行動理論を基盤にして発展した行動療法と精神療法が融合したものである。この心理療法では、人間の思考・言語などを含む認知のありようが、その感情や行動に大きく影響する、との基本的な考え方をとる。しかし認知療法は、合理主義・客観主義に立脚しているがゆえに、個人の特有の世界の理解やそれに対するアプローチには限界があった。そのため、人間はその人なりに個人的・社会的現実を構成するという認識論である構成主義を反映した認知療法、すなわち構成主義的な認知療法が出現した。本論文は、社会不安（対人不安）やその下位概念であるシャイネス（シャイであること：内気、はにかみ、はずかしがりなどの総称）に及ぼす構成主義的な認知療法の効果とその要因について、実証的かつ体系的に検討する斬新な試みをまとめたものである。

4. 本論文の概要

本論文の第１章では、認知療法と構成主義の定義を示し、従来型の合理主義的な認知療法に対する、構成主義的な認知療法の特徴を述べた。第２章では、構成

主義的な認知理論（パーソナル・コンストラクト理論）を説明し、構成主義的な認知療法の一つである役割固定法（FRT：　予め作られたシナリオに従って、２週間ある人物の役割演技を行うやりかた）と構成主義的な査定法であるレプ・テスト（人が対象をどのように認識しているかを、認識の枠組みの次元というべき複数のコンストラクト（構成概念）から測定するやりかた）の方法や効果について論じた。第３章では、大学生に多く見られるシャイネスの現象をとりあげて、シャイネスの定義、認知療法がシャイネスに及ぼす効果、レプ・テストから見たシャイネスの特徴について述べた。第４章では、第１章から第３章までで明らかになった問題点を踏まえて、本論文の目的を示した。それらは、①シャイネスの問題性の把握、②シャイネスを含む社会不安を測定するためのレプ・テストの尺度化、③シャイネスに対する構成主義的認知療法の効果検証、④FRT の効果をもたらす要因の分析、⑤新しい FRT の開発と効果検証、である。

第５章の調査１では、シャイネスの分布と問題性を調べる疫学調査を行った。大学生における自覚的なシャイネスの存在率は 67.56%であり、ごく一般的な現象であることが確認された。シャイネスの障害の程度を３つに分類できる可能性も示した。すなわち、タイプⅠシャイネス：　専門的な援助が必要とは考えられない肯定的シャイネス、タイプⅡシャイネス：　カウンセリング的・健康心理学的援助が必要と考えられる障害の軽いシャイネス、タイプⅢシャイネス：　治療的な援助が必要と考えられる障害の著しいシャイネス、である。場合によっては、シャイネスは認知療法や構成主義的認知療法を用いた専門的援助の対象になり得るといえる。調査２では、社会不安を対象としてレプ・テストの尺度化を試みた。レプ・テストの構造的指標である SID（現在の自己と理想自己との乖離）には、十分な信頼性と妥当性が認められた。

第５章の実験１では、大学生の社会不安に対する従来型の合理主義的認知療法と構成主義的認知療法の効果を比較した。その結果、構成主義的認知療法には、従来型の合理主義的認知療法に匹敵する改善効果が認められた。また、構成主義的認知療法独自の効果は、レプ・テストにおいては確認されなかったが、援助者と被験者の関係は良好で、脱落例は皆無であるという点に、効果性の特徴が認められた。実験２では、構成主義的認知療法の要素から FRT を抽出し、シャイネスに対する効果を検証した。その結果、FRT の効果は、合理主義的認知療法の一つである自己教示訓練（合理的なことばを自分自身に言い聞かせることで、感情や行動を変えることをめざす方法）と同等以上のものであった。特に、シャイネスに対する即時的効果と般化効果（効果の広がり）が認められた。

第６章の実験３では、FRT の要素である自己描写法の効果を検討した。その結果、自己の性格を他者の観点から筆記する自己描写法では、自己物語の変化が生じるものの、自己意識や自尊心、気分状態に対する即時的効果がみられなかった。実験４では、FRT の別の要素である、他者の人格を演じる役割演技法の効果を検討した結果、被験者の遂行行動がシナリオ通りに変化し、理想自己を演じた後には SID（現在の自己と理想自己との乖離）が減少することが示された。実験３と４の成果を踏まえて、実験５では、援助者と被験者がシナリオを共同作成する修正型の FRT を開発し、その効果を援助者がシナリオ作成を主導する標準型FRTと比較した。その結果、標準型 FRT ではシャイネスに対する優れた改善効果が認められた。FRT の標準的手続きが確立され、厳密な研究デザインのもとで効用が確証されたといえる。これに対して、修正型のFRTでは、症状の改善よりも、シャイネスに対する問題意識が和らぐ可能性が示唆された。

最終章では、本論文の総括的考察を行った。ここでは、レプ・テストのデータの質的分析が必要であること、感度のよいレプ・テストの指標を工夫し、構成主義的認知療法の独自の効果を抽出する一層の試みが求められること、などを論じた。

５．本論文の評価

本論文において評価できる点は、以下の通りである。

（１）日常的な問題であるとされ、それゆえに、心理的な成長を促す構成主義的な認知療法の適応となりやすいと考えられるシャイネスの実態については、これまでも調査が行われてきた。しかし、比較的小規模であり、年代的にも古くなっている。このような状況にあって、調査１では、現代におけるシャイネスの分布と問題性を調べる大規模な疫学調査を行った。その結果、大学生の自覚的なシャイネスの存在率は 67.56%であり、ごく一般的な現象であることを確認した。また、専門的な援助が必要とは考えられない肯定的シャイネス、カウンセリング的・健康心理学的援助が必要と考えられる障害の軽いシャイネス、治療的な援助が必要と考えられる障害の著しいシャイネス、の区別が可能であることを示した。これらのことから、シャイネスは大学生によくみられる現象であり、認知療法や構成主義的認知療法を用いた専門的援助の対象になり得ることが確認されたといえる。大学生におけるシャイネスに関するこのような最新の知見が、大規模な疫学調査によって示されたことは、大きな意義がある。

（２）構成主義的な認知療法の効果を測定するためには、従来の認知療法の効果

を測るための尺度よりも、構成主義的な変容をとらえることが可能な、信頼性・妥当性の高い尺度が必要だが、これまで日本ではそのような尺度が開発されていない。こうした状況のなかで、調査２では、社会不安を対象としてレプ・テストの尺度化を試みた。構造的指標であるSID(現在の自己と理想自己との乖離)には、十分な信頼性と妥当性が確認された。レプ・テストのSIDの信頼性と妥当性が確認されたことで、本論文の実験において、構成主義的認知療法の効果を実証的に検討することが可能になった。また当然のことながら、今後社会不安に及ぼす構成主義的認知療法の効果を測定するための一つの有力な道具ができたことの意義は大きいといえる。

（３）審査員が知る限り、これまで、大学生の社会不安に及ぼす構成主義的認知療の効果を、合理主義的認知療法と比較するという試みは、行われていない。実験１からは、構成主義的認知療法には、合理主義的認知療法に匹敵する改善効果があり、脱落例は皆無であることが示された。構成主義的認知療法の効果に関する実証的研究を行ったこと、しかも、その優れた効果や効果性の特徴を明らかにできたことは、貴重なことである。他に先がけて、このような研究を行った先見性は高く評価することができる。

（４）構成主義的認知療法の一つとみなされるFRTの要素である、自己描写法と役割演技法それぞれの効果を検討し、他者の人格（理想自己）の役割演技法の要素の重要さを明らかにしたことは、大きな発見である。他に類似の研究がないだけに、やはりその先見性は大いに評価することができる。

構成主義的な認知療法の重要性はこれまでも認識されてきたが、その効果に関する実証的な研究は、海外でも非常に少なく、日本では皆無に等しい。本論文は、申請者がこれまで携わってきた、社会不安（対人不安）やその下位概念であるシャイネスに及ぼす構成主義的な認知療法の効果とその要因について、実証的かつ体系的に検討したものである。したがって、本論文は、全体的に独自性が高いといえる。このこと自体価値のあることだが、本論文において高く評価できる具体的な点は、上に述べた通りである。

本論文は、しかしながら、萌芽的な研究であるがゆえの難点も抱えている。まず、レプ・テストの完成度が低かったことを指摘できる。研究を積み重ねて、より洗練されたテストが開発されていたならば、構成主義的認知療法の効果を一層明確に抽出できていた可能性がある。また、構成主義的には、「シャイネスは低減できなくても、それとうまくつきあうことができればよい」というような考え方も妥当である。構成主義的な認知療法の効果を研究するためには、このような観点

も必要であろう。なお、審査委員会において、本論文の題名は、「大学生のシャイネスに対する構成主義的な認知療法の効果とその要因」に変更することとなった。

ただし、このような難点はあっても、本論文から得られた成果は多大であり、本論文が、日本におけるこの分野の先駆的な業績として高く評価できることに変わりはない。それゆえに、博士（人間科学）に十分に値すると認める。

６．長江信和氏　博士学位申請論文審査委員会

主任審査員	早稲田大学教授　博士（人間科学）（早稲田大学）	根建金男
審査員	早稲田大学教授　博士（医学）（東京大学）	野村　忍
審査員	東京福祉大学教授　教育学博士（九州大学）	門前　進