

早稲田大学審査学位論文
博士（人間科学）
概要書

全般性の社交不安に対する関係フレーム理論からの
再理解と認知行動療法的援助方法の検討

Re-understanding generalized social anxiety and
examining a cognitive behavioral intervention
based on Relational Frame Theory

2017年1月

早稲田大学大学院 人間科学研究科
佐藤 友哉
SATO, Tomoya
研究指導教員：嶋田 洋徳 教授

恐怖および不安症状に対する認知行動療法においては、「エクスポージャー」が中核的技法であるとされている (Choy et al., 2007)。エクスポージャーは、恐怖および不安症状の改善を目的とした代表的な治療技法であり、その介入効果も繰り返し示されてきたものの (e.g., Norton, & Price, 2007)、介入効果が十分に認められない者の存在が指摘されている (Craske & Mystkowski, 2006)。このことから、エクスポージャーのみの実施では、恐怖および不安症状の減弱に対する包括的な介入技法としては十分とは言えない状況にあると考えられる。本博士学位論文は、これまでのエクスポージャーの背景となる理論的枠組み (たとえば、二要因理論) では記述が困難であった「直接的な恐怖体験に必ずしも基づかない恐怖反応の拡大 (恐怖反応の象徴的般化)」をとりあげ、この恐怖反応の象徴的般化を示す状態像のひとつである「全般性の社交不安」を「関係フレーム理論 (Relational Frame Theory; RFT; Hayes et al., 2001)」の枠組みから理解し、介入方法を立案することを目的としている。本博士学位論文は、全 8 章から構成されている。

第 1 章では、エクスポージャーの理論的背景と課題、全般性の社交不安の特徴、「直接的な恐怖体験に必ずしも基づかない恐怖反応の拡大 (恐怖反応の象徴的般化)」に関する近年の研究動向、関係フレームづけの学習歴の個人差を測定する方法、RFT を理論的基盤とした介入技法である「脱フュージョン」に関する先行研究について整理がなされた。エクスポージャーの介入効果が十分に認められない状態像のひとつである「全般性の社交不安」は、エクスポージャーの背景理論 (たとえば、二要因理論) で前提とされる直接的な恐怖体験が少ないにもかかわらず、あらゆる社交場面を恐れるという特徴を有する。このような直接的な恐怖体験に必ずしも基づかない恐怖反応の拡大は、「恐怖反応の象徴的般化」と称され、既存の理論的枠組みでは記述が困難であるという限界点が挙げられた。

そこで、本章では、恐怖反応の象徴的般化を理解する枠組みとして、RFT の有用性が論じられ、RFT に基づく介入技法である「脱フュージョン」の有用性が示唆された。RFT の立場に基づけば、刺激と刺激を関係づける行動である「関係フレームづけ」によって、言葉が「派生的に」嫌悪的機能を獲得することこそが恐怖反応の象徴的般化の背景メカニズムであると考えられる。このような心理学的メカニズムを踏まえ、脱フュージョンでは、言葉が有する嫌悪的機能を減弱させることが目的とされる。このような背景を中心に、これまでの先行研究における問題点が概観された。

続く第 2 章では、第 1 章において挙げられた先行研究の問題点を踏まえて、以下に示す 4 点の検討課題が整理された。具体的には、(a) 「関係ネットワーク間の関係づけやすさ (関係フレームづけの学習歴の個人差)」を測定可能であるとされる Go/No-go Association Task (GNAT; Nosek, & Banaji, 2001) の妥当性の検討が不十分である、(b) 全般性の社交不安を「関係フレームづけ」の枠組みから記述した研究が見受けられない、(c) 脱フュージョンを目的とした代表的な手続きのひとつである「Word Repeating Technique (WRT)」の適切な使用方法の検討が不十分である、(d) 全般性の社交不安を示す者に対する WRT の有効性の検討がなされていない、という 4 点が挙げられた。これらの検討課題を解決することを本研究の目的として、その臨床心理学的意義 (エクスポージャーの介入効果を促進するための新たな介入方法の提案など) と研究の構成が示された。

第 3 章 (研究 1) では、(a) の課題を解決するため、GNAT の「関係ネットワーク間の関係づけやすさ」を測定する課題としての妥当性を検討することを目的とした。具体的には、大学生 44 名を対象に、研究参加者がこれまで経験したことがない新奇刺激を用いて、関係フレームづけに基づき回避反応機能を獲得させることで、同様の新奇刺激を用いた GNAT が変化するかを実験的に検討した。データ解析の結果、関係フレームづけに基づく回避反応機能の獲得によって、GNAT で得られる指標に変化が認められた。そのため、GNAT の「関係ネットワーク間の関係づけやすさ」を測定する課題としての妥当性が示された。

第4章(研究2)では、(b)の課題を解決するため、恐怖反応の象徴的般化を示す状態像のひとつである「全般性の社交不安」をRFTの理論的枠組みから記述することを目的とした。具体的には、大学生54名を、全般性の社交不安を示す者、非全般性の社交不安を示す者、そして、不安が低い者の3群に分類し、これらの群間で、「関係ネットワーク間の関係づけやすさ」や生理的反應の差異の有無について実験的に検討を行なった。データ解析の結果、全般性の社交不安を示す者が、他の社交不安を示す者と比較して、社交場面(たとえば、「スピーチ」)をあらゆる言語刺激群とネガティブな情動をあらゆる言語刺激群の関係ネットワーク間を関係づけやすいこと(すなわち、社交場面をあらゆる言語刺激がネガティブな情動機能を有しやすい)、また、社交場面における生理的不安反應(直接的な恐怖体験に基づいて獲得された恐怖反應と想定される)の程度が低いことが示された。したがって、全般性の社交不安は、直接的な恐怖体験に基づく恐怖反應ではなく、言語刺激が嫌悪的機能を有することによって恐怖場面が拡大している可能性が示唆された。このことから、「全般性の社交不安」をRFTの枠組みから理解することが可能であることが示唆された。

第5章(研究3)では、(c)の課題を解決するため、RFTに基づく介入技法である脱フュージョンのなかでも代表的な技法であるWRTの適切な使用方法と、WRTと類似した手続きである曝露(エクスポージャー)との作用機序の差異について検討した。WRTにおいては、たとえば「みるく(ミルク)」という言語刺激を繰り返し声に出すことで、「みるく」という言語刺激が有していた機能(たとえば、ミルクの味や白いイメージ)が消失する体験をすることになる。WRTは、この言語刺激が有していた機能に変化する体験を手がかりとして、「みるく」という言語刺激のみならず、不安反應や回避行動を誘発する機能を有する言語刺激を含めた、「言語刺激そのもの」がもつ機能を一時的に減弱することを前提としている。しかしながら、WRTの実施においては、「ふあん(不安)」といった個人が苦痛を感じる言語刺激を繰り返し声に出させることで体験的な理解を促すことが良いのか、あるいは、「みるく(ミルク)」といった個人にとって中性的な言語刺激を用いて、言葉一般の特徴に気づかせることによって、「言語刺激そのもの」の機能の変容を促すことが良いのかについての知見が一貫していない。そのため、研究3においては、大学生49名を対象に、用いる言語刺激が異なる複数のWRTと、言語刺激に対する曝露が、各種効果指標に与える影響の差異を実験的に検討した。データ解析の結果、中性的な言語刺激のみを用いたWRTと、中性的な言語刺激と嫌悪的な言語刺激の両方を用いたWRTが、言語刺激が有する回避反應機能の減弱等に対して概ね同等の効果を示し、これらは言語刺激に対する曝露とは異なる作用機序を有する可能性が示唆された。しかしながら、研究3は、WRTの効果指標として、ネガティブな言語刺激が有する回避反應機能のみしか測定しておらず、WRTが目的とする「言語刺激そのもの」が持つ回避反應機能を測定できていないという限界点があった。

第6章(研究4)では、研究3で挙げられた問題点を解決するため、大学生30名を対象に、WRTがネガティブな言語刺激以外の言語刺激の回避反應機能の減弱に及ぼす影響について検討した。データ解析の結果、WRTがターゲット以外の言語刺激の回避反應機能に及ぼす効果は認められなかった。この要因として、研究参加者がいずれも社交不安の程度が低かったことが挙げられ、全般性の社交不安といった、より重症度の高い状態像を対象として検討することの必要性が論じられた。

第7章(研究5)では、(d)の課題を解決するため、全般性の社交不安を示す大学生23名を対象に、エクスポージャーに加えてWRTを実施することが不安症状の減弱に及ぼす影響について検討した。データ解析の結果、エクスポージャーに加えてWRTを実施することで、関係ネットワーク間での関係づけやすさが変容し、パフォーマンス場面での回避行動が減弱する可能性が示唆された。

第8章では、本研究の結果で得られた知見に基づき、総合的な考察が行われた。第1節では、まず、本研究の結果および得られた知見が整理された。これらの結果を踏まえて、第2節では、(1)GNATの関係ネットワーク間の関係づけやすさを測定する課題としての妥当性、(2)全般性の社交不安をRFTの枠組みから理解する有用性、(3)全般性の社交不安に対する脱フュージョンの有効性、が論じられた。第3節では、本研究から導かれる臨床的示唆として、恐怖反應の象徴的般化を示す状態像で

ある全般性の社交不安を RFT の理論的枠組みから理解することが可能であり，脱フュージョンを目的とした介入技法が有効であることが示唆された。第4節では，本研究の限界点を踏まえた今後の展望が述べられた。第5節では，本研究の人間科学に対する貢献として，本研究によって恐怖および不安症状のメカニズムに対する理論的な説明力が向上することが，人間科学が目指す，人間が抱えるさまざまな社会的問題の解決のための基礎的知見として寄与すること，また，本研究の特徴のひとつである「指標の多様性」が近接領域との相互理解を可能とすること，などが挙げられた。

以上