

論文審査の要旨

博士の専攻分野の名称	博 士 ( 心理学 )	氏名	中 村 志 津 香
学位授与の要件	学位規則第4条第①・2項該当		
論 文 題 目			
コーピングの柔軟性に関する認知機能			
論文審査担当者			
主 査	教授 宮谷 真人		
審査委員	教授 岡本 祐子		
審査委員	教授 杉村 伸一郎		
審査委員	准教授 大塚 泰正 (筑波大学 人間系)		
〔論文審査の要旨〕			
<p>ストレスコーピングとは、ストレスの受け止め方や対処行動のことであり、その個人の環境への適応を左右する。本研究は、精神的な健康を維持し促進するためのコーピングの性質と、それを獲得するための訓練法について実証的に検討したものである。論文は4章で構成される。</p> <p>第1章で、著者はストレスコーピング研究の現状を概観し、個人の適応や精神的健康にとって大切なのは、コーピングの柔軟性、すなわち状況に応じて適切なコーピング方略を使い分ける能力であると主張する。そして、コーピングの柔軟性に関する研究報告を精査し、認知を柔軟に切り替える能力、モニタリング能力、自己注目、ストレスからコーピングへと注意を切り替える能力などの認知機能とコーピングの柔軟性との関連が想定されているものの、それを実証的に検討した研究が無いことを指摘している。さらに、コーピングの柔軟性を高めるための介入研究はいくつか存在するものの、それらの研究で扱われているコーピングの柔軟性や注意の定義が不適切であり、介入方法の適切さや効果が明確でないことも指摘される。以上を踏まえ、本研究の目的が、①コーピングの柔軟性における認知機能の役割を明らかにすること、②コーピングの柔軟性を獲得するためのプログラムを開発し、その効果を検討すること、の二つであることが示される。</p> <p>第2章では、コーピングの柔軟性と関係する認知能力について検討した3つの研究が報告されている。研究1では、430名の大学生を対象として、自己の認知特性に関するメタ認知（認知能力への自信のなさ、心配に対するポジティブな信念、認知的自己意識、思考統制の必要性に関する信念、思考の統制不能と危機に関するネガティブな信念）、自己注目、コーピングの柔軟性、抑うつ の4つの特性を測定する調査が実施された。共分散構造分析の結果、思考統制の必要性に関する信念を強く持つほど、コーピングの柔軟性が高くなり、抑うつの程度が低くなることがわかった。</p> <p>研究1では、従来の研究で報告されていたコーピングの柔軟性と自己注目の間に関連が見いだせなかったため、その原因を探るために研究2が行われた。大学生320名を対象に、自己注目の適応的側面である「省察」と、非適応的側面である「反芻」のそれぞれとコーピングの柔軟性との関係が、質問紙調査により検討された。その結果、コーピングの柔軟</p>			

性と省察との間には正の相関があり、反芻との間には負の相関があることがわかった。

研究 3 では、認知心理学的な注意モデルに基づいて作成された注意課題（Attentional Network Test: ANT）を用いて、注意の喚起、注意の定位、および実行注意のそれぞれとコーピングの柔軟性の関係について検討している。大学生 19 名が ANT を受け、その成績と質問紙で測定したメタ認知、コーピングの柔軟性等との関係が検討された。その結果、実行注意の機能の低さと認知能力への自信のなさおよび心配に関するポジティブな信念が関連することが示された。また、注意の定位機能と思考の統制不能および危機に関するネガティブな信念との間に負の相関があることもわかった。

第 3 章では、研究 4 として、注意の訓練によってメタ認知機能を高め、コーピングの柔軟性を獲得させるために著者が開発した介入プログラムの効果が検討されている。介入プログラムは、ミニ講義、複数の聴覚刺激を用いた注意訓練、ホームワークで構成されていた。介入群 18 名、統制群 18 名の合計 36 名の大学生、大学院生が研究に参加した。2 週間の介入の効果を、メタ認知、注意機能（ANT による）、省察、反芻を指標として評価したところ、介入の前後で明確な変化を捉えることはできなかった。ただし、介入群においては、介入後の注意の定位機能とコーピングの柔軟性に正の相関があり、さらに介入後のコーピングの柔軟性と 5 週間後に実施したフォローアップテストにおける抑うつに負の相関が見られた。統制群においては、このような関連性はなかった。

第 4 章では、上記 4 つの研究の結果を踏まえた総合考察が展開される。まず、本研究の成果として、①メタ認知の種類によりコーピングの柔軟性との関係が異なること、②自己注目の適応的側面と非適応的側面ではコーピングの柔軟性に与える影響が異なること、③注意の定位機能と実行注意がメタ認知を介してコーピングの柔軟性と関連すること、④介入プログラムにより注意の定位機能とコーピングの柔軟性との関連に違いが生じる可能性があること、の 4 点を示したことが挙げられている。そして、研究 4 において介入プログラムの明確な効果が示されなかったことの原因としていくつかの可能性が指摘され、今後改善、検討すべき課題が提案されている。

本論文は、次の 3 点を高く評価できる。

(1) ストレスコーピング研究で用いられているメタ認知などの概念について、基礎的研究によって妥当性等を検討することが必要であることを示した。

(2) 注意という心理学における基本的な概念であっても、認知心理学的研究と臨床心理学的研究では、必ずしも同一のものを扱っているわけではないことを実証した。

(3) メタ認知という高次な機能を直接訓練するのではなく、注意に関する単純な訓練によるコーピングの柔軟性の改善を提案することで、より広範囲の対象に適用可能な介入プログラムの可能性を示した。

以上、審査の結果、本論文の著者は博士（心理学）の学位を授与される十分な資格があるものと認められる。

平成 28 年 2 月 15 日