論文審査の要旨

博士の専攻分野の名称	博　士　（　心理学　）	氏名	重松　潤
学位授与の要件	学位規則第４条第[1]・２項該当		

論　文　題　目

認知変容に伴う体験の客観的評定指標の開発
―「腑に落ちる理解」の視点に基づいた検討―

論文審査担当者

主　　査　　教授　服巻　豊
審査委員　　教授　宮谷真人
審査委員　　教授　中條和光
審査委員　　准教授　尾形明子

〔論文審査の要旨〕

本論文は，認知療法で重要視されている認知変容という体験を客観的に捉え，評価できるようにするために，「腑に落ちる理解」という概念に着目し，その評定指標の開発を行った研究である。認知療法は，思考の内容やスタイルの変化といった認知変容をターゲットとし，認知変容による行動変容をめざした心理療法である。そのため，治療過程においてセラピストはクライエントの認知変容をその場で評価する必要があるが，クライエントがどのように認知変容を体験しているかは十分明らかになっておらず，さらにその体験を客観的に評価するための指標は存在しない。また，認知療法は，洗練されたマニュアルが示され有効性が実証されている一方で，実践の場ではマニュアル上の手続きにセラピストの注意が向けられ，クライエントの体験に目が向きにくく，認知療法の効果が十分発揮されないことがあるという指摘がある。そのため，クライエントの認知変容に伴う体験を評価する指標の開発は，認知療法の効果的な実施や有効性を促進することにつながると考えられる。

認知変容に伴う体験を捉える視点のひとつに「腑に落ちる理解」がある。「腑に落ちる理解」は，情報に対する心からの納得を指し，行動変容を導くと考えられている。本論文では，「腑に落ちる理解」を捉えることで認知変容に伴う体験を評価できると考え，「腑に落ちる理解」を客観的に評定する指標の作成を行うことを目的とした。

本論文は，以下のように構成されている。

第１章「本研究の背景と目的」では，第１節で，認知変容に伴う体験を客観的に評価することの必要性について述べ，第２節では，認知変容に伴う体験を捉えるための「腑に落ちる理解」について概説した。第３節では，「腑に落ちる理解」の評価に関する先行研究をまとめ，客観的な評価指標が存在しないという問題を明らかにした。これらを踏まえて，第４節では，本研究の目的を述べた。

第２章「「腑に落ちる理解」が精神健康に与える影響の検討」（研究 1）では，「腑に落ちる理解」が精神健康の向上を促す体験であることを確認するため，大学生 368 名を対象に「腑に落ちる理解」が精神健康に与える影響を２時点の縦断調査法を用いて検討した。そ

の結果，日常の問題解決場面での解決方略に対する「腑に落ちる理解」の生起が精神健康の向上につながることを示した。

第3章「セラピストの「腑に落ちる理解」を捉える視点の検討」では，まず，第1節（研究2-1）において，認知療法の専門家21名を対象とした半構造化面接により，認知療法において「腑に落ちる理解」が観察されることを確認した。次に，第2節（研究2-2）では，セラピストがどのようにクライエントの「腑に落ちる理解」を捉えているかを明らかにするため，認知療法の専門家 21 名を対象とした半構造化面接を行った。その結果，内容分析から，「腑に落ちる理解」を捉える視点について16カテゴリーが抽出された。

第4章「「腑に落ちる理解」反応観察チェックリストの開発」では，第1節（研究3-1）において，研究2-2において収集されたセラピストによる「腑に落ちる理解」を捉える視点をもとにチェックリストを構成した。チェックリストの内容的妥当性の担保には専門家を対象に複数回調査を実施するデルファイ法を用いた。43名の認知療法の専門家を対象とする調査によって，10項目から成る「腑に落ちる理解」反応観察チェックリストが作成された。第2節（研究3-2）では，研究3-1で作成したチェックリストの基準関連妥当性を実験的に検討した。43名の大学生・大学院生を対象にコールド・プレッサー課題を実施した結果，チェックリストの得点が有意に苦痛耐性時間の増加を予測していることが示された。したがって，「腑に落ちる理解」による行動変容が認められ，チェックリストの基準関連妥当性が確認された。

第5章「総合考察」では，第1節で本研究の成果と意義を述べ，第2節において今後の課題について論じた。

本論文は，以下の3点において，高く評価することができる。

1. 認知療法において重要視されている認知変容は様々な現象やプロセスを含んだ包括的な概念であり，臨床場面で即時的にどのようにして認知変容を捉えるかは課題である。本論文では，「腑に落ちる理解」という概念を用いることで，認知療法実施中に客観的に評価できる視点を新たに提案し，認知変容を捉える切り口を具体化した。今後，認知療法の効果が生じるメカニズム，さらにはプロセスの解明に寄与することが期待される。

2. 「腑に落ちる理解」はこれまで主に主観的な評価によって測定されてきた。また，「腑に落ちる理解」は健常群を対象に検討されており，臨床場面で生じる現象として検討されていなかった。本論文では，専門家を対象に調査を実施することで，臨床場面で観察される「腑に落ちる理解」を捉え，また，客観的にセラピストが評価できるツールの開発を行っており，臨床的有用性が高いといえる。

3. 「腑に落ちる理解」というクライエントの体験への注目は，認知療法といった心理療法で提供される技法に関わらず，クライエントの心理療法における変化を予測するための視点を提供しており，認知療法のみならず，様々の心理療法における治療プロセスを検討する際に有用な知見になると考えられる。

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

令和　3年　2月　3日