

所属・資格 心理学科・准教授

申請者氏名 松浦 隆信

研究課題		不安症治療における「日常生活行動」の果たす役割に関する国際共同研究
報告の概要	研究目的 および 研究概要	本研究は、不安症の治療において有益とされる「行動活性」「注意の転換」といった方策を取る上で、カウンセリング場面におけるワークやエクササイズではなく「日常生活」を規則正しく送ることが最も生態学的妥当性が高く、かつ医療経済的にも低コストではないかという仮説を、国内外の研究を概観した上で一部実証データも交えながら理論的に提示することが目的である。研究では、注意や生活行動と不安との関係、不安症治療全般の現状、海外と国内におけるメンタルヘルスと生活行動との関連についての国内外文献をレビューし、治療効果と研究課題について整理する。その上で、日常生活行動（家事など）の頻度や不安の高低などについて国内外で同じ内容の質問紙調査を行い、日常生活行動と不安との関連を統計的に提示する。
	研究の結果	国内外の論文を精査した結果、注意を転換し不安を緩和しようとする手法として、その多くが科学的な研究手法で導き出された注意転換技法が多く活用されていることが分かった。具体的には、日常生活における視覚刺激や音声刺激への注意転換を意図した手法や、パソコン上で提示された刺激をトラッキングする手法などである。いずれも人が日常で取る振る舞いからは距離があると思われるものであった。よって、不安症治療における低コストかつ生態学的妥当性の高い手法として「日常生活行動」の役割を精査する意義があることを確認した。 海外の共同研究者と検討を進めた結果、これら「日常生活行動」を現時点で測定する指標として国内外で最も適していると思われる尺度は「生活関連動作 (Activities Parallel to Daily Living; APDL)」「手段的日常生活動作能力 (IADL; Instrumental ADL)」という、元々は高齢者や高次脳機能障害当事者の生活行動の程度を測定する目的で開発された尺度であると判断した。現在、本研究の目的にかなう形での教示文の検討など、調査準備を進めている。
	研究の考察・反省	文献レビューを通して、仮説を構築するための理論が概ね得られ、研究準備の前段階の作業が行えた。しかし、文献レビューに時間がかかってしまったため、今年度に調査を実施するまでに至らなかった。次年度に向けて早めに調査準備を整え、次年度には実際の結果を提示し、その結果に基づき議論ができるように善処する。
研究発表 学会名 発表テーマ 年月日/場所 研究成果物 テーマ 誌名 巻・号 発行年月日 発行所・者	<p>※この欄は、本報告書提出時点で判明している事項についてご記入ください。</p> <p><研究発表> 第36回日本森田療法学会 「生の欲望」に関する教示が不安の捉え方および行動変容に及ぼす影響—存在脅威管理理論に基づく探索的検討— 2018年9月2日/法政大学</p> <p>1st International Workshop on Pervasive Persuasive Systems for Behavior Change Development of a Psychological-Behavioral Model of Behavioral Change 2019年3月11日/京都国際会館</p>	