

[21]

氏名	武部 匡也
博士の専攻分野の名称	博士（心理学）
学位記番号	心博第22号
学位授与の日付	2018年3月31日
学位授与の要件	学位規則第4条第1項該当
学位論文題目	マインドフルネスによる大学生の怒り予防効果
論文審査委員	主査 教授 関口 理久子 副査 准教授 佐藤 寛（関西学院大学） 副査 准教授 脇田 貴文

論文内容の要旨

本論文は、「マインドフルネスによる大学生の怒り予防効果」について検討すること目的とした内容で、10章から構成されている。第1章では、怒りと怒りの周辺概念としての攻撃、敵意について定義し、次に怒りを査定する質問紙尺度についてまとめ、最後にDSM-5における怒りの診断基準について概説した。第2章では、怒りの身体的・心理的・社会的影響について、保健・医療、司法・矯正、福祉、教育の領域において怒りがどのように現れるかについて概説した。第3章では、怒りに対する認知行動療法について概説した。第4章からは、怒りに対するマインドフルネスの有効性についてまとめており、特に第5節では怒りに対するマインドフルネスの有効性についてのメタ分析を行い、その研究より導き出された結果を基に、研究の目的と意義を第5章にまとめた。第6章から第9章においては、八つの実証的研究をまとめた。第6章では、怒り反すうと怒りおよびその対処法との関連を検討する二つの研究、第7章では、マインドフルネスと怒り反すうの関連について検討する二つの研究、第8章では怒りに対するマインドフルネスモデルの検討の研究、第9章では怒りに対するマインドフルネスに基づいた介入の有効性について二つの介入研究を行った。そして、第10章においては、全体的考察として、研究を通して得られた知見から、怒りに対するマインドフルネス・プログラムの有効性を主張するとともに、その限界として、より適切なプログラムの構成の検討が必要であることおよび有効性の検証のための測度の開発が喫緊の課題あることなどの今後の展望についても論じた。

論文審査結果の要旨

本論文については、博士論文審査基準((1)~(6))に則り、審査を行った。以下にその要旨および審査結果をまとめる。

(1) 問題意識が明確で、課題設定が適切であること

うつや不安とは異なり、怒り自体は精神疾患ではなく、攻撃行動を発現してはじめて臨床的に問題となるものである。DSM-5においても抑うつ障害群や不安障害群とは異なり、怒りを主症状としている基準はなく、怒りの定義自体も様々である。しかしながら、怒りを予防または低減することへの社会的要請は大きく、怒りを扱うことに臨床的意義があることは明らかである。本論文では、これまで抑うつでは効果を上げてきたマインドフルネスに基づいた介入プログラムについて、怒りの予防や低減にも有効かどうかを新たに検討するという明確な目的を設定し、まず有効性についてのメタ分析を行った(研究1)。この結果を元に、さらに以下の四つの研究目的を設定し、七つの研究を順次体系的にまとめている。第一には、怒り反すうと怒りおよびその対処方法との関連について検討することを目的とし、縦断的研究(研究2)と実験研究(研究3)を行った。第二に、マインドフルネスと怒り反すうとの関連について検討することを目的とし、縦断的研究(研究4)と実験的研究(研究5)を行った。第三に、怒りに対するマインドフルネスについてのモデルを検討するために研究6を行った。第四に、マインドフルネス・プログラムの開発とその効果検証のために、研究7でパイロット研究を行い、研究8で介入研究を行った。以上より、明確な問題設定に基づき研究の課題を設定していると評価できる。

(2) 国内外の先行研究を適切に検討、吟味していること

引用文献は合計で99編、うち70編が海外の文献である。第1章では、怒りと怒りの周辺概念としての攻撃、敵意について定義に関する文献、次に怒りを査定する質問紙尺度に関する文献、第2章では、怒りの身体的・心理的・社会的影響について、保健・医療、司法・矯正、福祉、教育の領域において怒りがどのように現れるかについての文献、第3章では、怒りに対する認知行動療法についての文献を、適切に吟味し概説している。また第4章においては、マインドフルネスに基づく介入プログラムの先行研究の紹介とともに、第5節において6編の研究についてのメタ分析を行っている。また第6章以降の実証的研究においても、先行研究との比較検討を行い、全体として国内外の先行研究を適切に検討、吟味していると評価できる。

(3) 研究目的に照らして研究・分析の方法が適切であること

研究1ではマインドフルネスに基づいた介入プログラムの有効性についてメタ分析を行い、効果量により検討を行った。怒り反すうと特性怒りと怒りの抑制についての関係を、4時期の縦断的な4時期の調査研究において潜在曲線モデルにおける分析と分散分析を用いて検討(研究2)し、怒り反すうに対する認知的再評価により怒り感情が低減するかどうかについてと横断的な実験において分散分析により検討した(研究3)。マインドフルネスと怒り反すうの変化との関連について検討することを目的とし、4時期の縦断的調査(研究4)と実験的研究(研究5)において、多変量分散分析により検討を行った。怒りに対するマインドフルネスについてのモデルを検討するために、潜在曲線モデルにおける分析により検討を行った(研究6)。マインドフルネス・プログラムの開発とその効果検証のために研究7でパイロット研究を行い、研究8で介入研究を行い、分散分析により効果の検証を行った。また上記の研究を遂行するにあたり、当該研究領域においては現時点で最も有効と思われる測度や尺度を複数用いて検証を行った。以上より、研究目的に合わせた研

究方法と分析方法により、適切に効果を検証し、実証的に研究を進めていると評価できる。

(4) 論文構成が的確で、論理展開に整合性、一貫性、説得性があること

第1章から第4章までの本研究のテーマに関連する先行研究の文献の検討、第4章第5節の怒りに対するマインドフルネスの有効性についてのメタ分析を踏まえ、第5章において、第6章以下の実証的研究の目的を明らかにしてまとめ (Figure 5-1)、論文の構成を明示している。また論文全体においてその論理展開には整合性と一貫性が認められ、研究1から研究6までの説得性は十分である。ただし、研究7と研究8の介入研究では、マインドフルネスに基づいた介入プログラムの有効性については未だ不十分である結果となっており、実証的には十分な説得性があるとはいえないが、第10章において臨床的示唆と研究の限界を明示しているため、今後の研究の展開を期待できる。以上より、本論文は、論文構成が的確で、論理展開に整合性、一貫性、説得性があると評価できる。

(5) 全体を通して学術的な独創性が認められること

本論文の目的は、これまで抑うつでは効果を上げてきたマインドフルネスに基づいた介入プログラムを用いて怒り反すうの低減を行い、その結果として怒り感情発現の予防や低減に有効かどうかを検討するという新たな試みであり、研究数としてもあまり多いとは言えず未検討の問題点も多い。このような目的を解明するために、論理的に研究を進め、その効果を検証したという点では学術的な独創性が認められ評価できる。

(6) 国内外の学会や社会に対して貢献が認められること

本研究の実証的研究のうち、特に研究2、研究3および研究6は既に海外の学術雑誌 (Personality and Individual Differences, Psychology, Cognitive Therapy and Research) にも公表されており対外的に研究の成果を十分公表している。また、研究7および研究8の成果は、単に学術的な成果にとどまらず、介入技法として洗練させることで社会的な貢献も期待できる。よって国内外の学会や社会に対して貢献が認められると評価できる。

以上博士論文審査基準(1)~(6)に則り審査を行った結果、本論文は博士論文として価値あるものと認める。