

論文審査の結果の要旨

学位記番号	※ 甲第 58 号
-------	-----------

氏 名 浦邊 綾子

論 文 題 目 完全主義傾向と主観的睡眠評価および
生理学的睡眠状態の関連に関する研究

論文審査担当者

主 査 清瀧 裕子

副 査 高橋 昇

副 査 大崎 園生

副 査 北島 剛司（藤田医科大学医学部医学科精神神経科学 教授）

副 査 古井 景（愛知淑徳大学クリニック）

論文審査の結果の要旨

1. 研究の独創性と意義

睡眠の不調に関する医学的、心理学的研究はこれまでも多く認められているが、その多くが主観的な睡眠感や主観的睡眠評価に着目しており、客観的側面である生理学的睡眠状態に関する検討は多いとはいえない。本論文は、主観的睡眠評価を質問紙調査で行ったのに加え、客観的側面である生理学的睡眠状態を安眠チェッカーやライフコーダ（生活習慣記録機）、終夜睡眠ポリグラフ検査（PSG）を用いて評価している。主観的（臨床心理学的）要因と客観的（生理学的）要因という、異なる質・次元の二要因を結びつけて検討した点は、独創的といえるだろう。また、産業領域での保健指導を目的とした社会医学（予防医学）的研究と睡眠障害治療での臨床（治療）医学といった異なる二つの分野にまたがる研究も他に類をみないものである。本研究は、bio-psycho-social modelに基づき、三要因を包含した研究であり、極めて意義深い研究と位置づけられる。

また、完全主義傾向と主観的睡眠評価および生理学的睡眠状態との関連を直接的に明らかにした先行研究は少ない。睡眠状態の改善のために、薬物療法に加え、認知行動療法として CBT-I が用いられることがあるが、本研究においては、パーソナリティ特性の一つである完全主義傾向に着目し、自我心理学や人間性心理学に基づく臨床心理学的視点から専門性の高い検討を行い、不眠症の理解や支援の必要性を示唆し、産業領域での保健指導および医療領域での睡眠障害治療に繋がる道筋を築いている。この点についても、本論文の独創性として挙げられるであろう。

加えて、研究 1 では製造販売事業に従事する男性職員 291 名、研究 2 では製造販売事業に従事する男性職員 186 名、研究 3 では製造販売事業に従事する女性職員 36 名に質問紙調査を行っている。一般勤労者を対象として調査を実施した研究は多くはなく、そのなかでも、臨床心理学的視点を取り入れたものは希少であり、勤労者のメンタルヘルスにもつながる睡眠の課題に臨床心理学的視点でアプローチした点は意義深いものと認められる。

さらに、研究 4 では医療機関の睡眠科に睡眠障害の疑いで受診した男性 86 名、女性 44 名、計 130 名に質問紙調査を行い、第 3 章においては、不眠症患者に対する認知行動療法を用いた検討が行われている。医学的臨床群を研究対象とすることは容易なことではなく、非常に有意義なものと考えられる。とはいえ、第 3 章については、統計を用いた分析は 12 名を対象とし、完全主義傾向との関連で報告されている症例は 2 例と少なく、本結果が一般化できるとは言い難い。この点に関しては、さらに症例数を重ね、検討が必要であると思われる。

2. 論文の構成と論理展開の適切さ

本論文は 4 章から構成されている。本論文の構成および各章内構成と各章内での論理的展開は概ね良好と思われる。第 3 章は症例数の少なさの課題はあるものの、論文

論文審査の結果の要旨

全体を通じて実証的データをもとにした検討から主張に根拠を持たせ、症例の提示を経て、臨床現場への応用に考察を展開する流れは、説得力のあるものとなっている。

各章の内容および展開は以下のとおりである。

第1章では、完全主義傾向と睡眠に関する先行研究を概観し、睡眠に対して主観—客観の両側面から検討を行うことの必要性を述べている。さらに、睡眠に関連する心理的要因として完全主義傾向に着目し、不眠症に対する非薬物療法として実践されている不眠に対する認知行動療法（CBT-I）における治療効果に影響を与える要因として完全主義傾向と睡眠に関する非機能的認知をとりあげ、臨床心理学的視点からの支援の検討の必要性を指摘している。

第2章では、完全主義傾向と主観的睡眠評価および生理学的睡眠状態との関連について、4つの研究から検討している。研究1では男性勤労者を対象とし、質問紙を用いて完全主義傾向が主観的睡眠評価に与える影響について検討した。その結果、完全主義傾向の下位尺度である失敗への恐れが高い場合にのみ主観的睡眠評価が低いことが示された。研究2では、同じく男性勤労者を対象とし、主観的睡眠評価に加え、生理学的睡眠状態も検討することを目的とし、質問紙に加えて生理学的睡眠状態の把握のために安眠チェッカーを用いた。その結果、研究1と同様の結果に加え、生理学的睡眠状態においては完全主義傾向による差は認められないこと、主観的睡眠評価と生理学的睡眠状態は個人内で必ずしも一致するわけではないことが示された。研究1・研究2では男性勤労者を対象としたため、研究3では女性勤労者を対象とし、研究2と同様の手法で、完全主義傾向と主観的睡眠評価および生理学的睡眠状態の関連について検討した。その結果、研究1・研究2と同様の結果に加え、完全欲求が高い場合に、失敗への恐れによる主観的睡眠評価への効果が認められた。研究4では研究対象を医学的臨床群に変え、医療機関に睡眠障害の疑いで受診した男女を対象とし、質問紙に加え、生理学的睡眠状態の測定にPSGを用い、完全主義傾向および睡眠に対する非機能的な信念が主観的睡眠評価と生理学的睡眠状態に与える影響について検討した。その結果、主観的睡眠評価に対する失敗への恐れの影響は睡眠に対する非機能的な信念を媒介する可能性が考えられ、失敗への恐れが高い場合に、睡眠に対する非機能的な信念をもつと主観的睡眠評価が低くなることが示唆された。本章は睡眠と完全主義傾向との関連を主観的睡眠評価と生理的指標を性差とともに包括的に検討している点で適切に論理展開されていると評価できる。

第3章では、第2章の結果をふまえ、医療機関を受診した慢性不眠症患者に対しCBT-Iを実施し、その前後における完全主義傾向と睡眠に対する主観的認知側面の変化および生理学的睡眠状態の変化との関連について、質問紙とライフコーダを用いて検討を行っている。その結果、CBT-I実施前後において生理学的睡眠状態の有意差は認められなかったが、睡眠習慣および睡眠の質に対する自己評価は改善し、睡眠に対する非機能的な信念が弱まった。しかし、完全主義傾向との関連で症例ごとに検討す

論文審査の結果の要旨

ると、完全主義傾向が高い症例では、CBT-I 終了後に適応的な形に変容した睡眠に対する非機能的な信念が、終了1年後にはCBT-I 実施前と同程度の数値となっていることが示され、CBT-I の効果の持続に完全主義傾向が関与する可能性が示唆された。この点については少数の症例から推測されているため、関与していると論理的に結論づけるにはデータが不十分である。

第4章では、総合考察として、完全主義傾向および睡眠に対する非機能的な信念が主観的睡眠評価と生理学的睡眠状態に与える影響についてまとめられ、主観的睡眠評価および生理学的睡眠状態の改善に取り組む際に完全主義傾向を考慮することの意義が述べられている。さらに、今後の展望として、①完全主義傾向の測定方法の検討、②睡眠障害や並存疾患、薬剤の取り扱いについての検討、③不眠症に対する非薬物療法の発展として、完全主義傾向の緩和を目的とする臨床心理学的アプローチの検討の3つの視点から問題提起がなされ、今後の研究の方向性が示唆されている。完全主義傾向に対する介入的アプローチについては、第3章の結論から展開するには検討が不十分な点も見られるが、不眠に対する医学的治療と心理的支援を包含する論理的な考察は十分になされている。

3. 先行研究の検討

日本語文献 78 編、英語文献 32 編、合計 110 編の文献について引用されており、先行研究は概ね精査され、適切に引用・比較検討がなされていると評価できる。

4. 総合的評価

本論文は、「予防医学と臨床（治療）医学」「睡眠医学と臨床心理学」「主観的要因と客観的要因」と異なる分野・領域を包含する研究で、他に類をみない独創的な研究であり、極めて意義深く、高く評価される。また、今後、不眠症治療および産業保健領域での保健指導における心理的介入・支援の基礎を築く貴重な研究であり、新たな期待が寄せられるものである。

以上の観点から総合評価して、本学審査委員会は、本論文が博士（心理学）の学位を授与するに値するものであると評価した。

以上。