

論文審査の結果の要旨

学位記番号	※ 乙第48 号
-------	----------

氏 名 栗野理恵子

論 文 題 目

フォーカシング指向音楽聴取がもたらす心理・生理的反応に関する研究

論文審査担当者

主 査 清水 遵

副 査 吉崎一人

副 査 古井 景

副 査 渡辺恭子（金城学院大学人間生活科学研究科教授）

論文審査の結果の要旨

1. 本研究の意義と独創性

近年の複雑で多様な社会環境を背景に、いわゆるストレス病と呼ばれる様々な疾病が増加してきている。これら疾病の治療や予防に、統合医療という概念の下で、これまでの医療を補完する数々の治療法が注目されてきた。なかでも音楽療法は、抑うつ、不安、敵意など不快感情の低減効果を示すという、幾つかの実験的研究知見から、うつ病や心身症などの治療、予防に一定の効果をもたらす可能性を示唆している。しかし、個々の研究で必ずしも一貫した結果は得られておらず、より厳密で詳細な検討実験の必要性が指摘される。本研究は、音楽療法のなかでも、受容的音楽療法に着目し、従来の研究で見過ごしがちであった聴取者側の要因、とりわけ聴取者の構え（態度）に着目し、音楽聴取による感情変化を心理、生理両側面から実験的に検討することを目的としている。

本研究の第1の独創性は、受容的音楽療法において聴取者の構えの形成に心理療法の1つであるフォーカシング技法を用いたことにある。フォーカシングは身体や自己の内面に注意を向けていく体験を促し、ネガティブな感情を惹起させる自己没入的思考を抑制することから、臨床の場面では感情体験過程を安全にサポートする技法であるとされている。この技法を聴取者自身で実施できるよう、音楽聴取前の教示として受容的音楽療法に組み込んだ“フォーカシング指向受容的音楽療法”は独創的な療法として評価できるものである。

独創性の第2は、受容的音楽聴取がもたらす経時的変化について詳細に分析するために心理的、生理的両指標を相補的に用いた点である。多くの研究では、音楽聴取前後の心理的变化を評定することで、音楽のもたらす心理的影響を検討してきたが、質問紙の持つ限界、すなわち、音楽聴取中の心理的变化については、記憶に基づく事後的評定にならざるを得なく、経時的変化についての信頼性という観点から限界がある。一方、生理指標では、音楽聴取中の経時的変化をとらえることが可能な反面、生理測定単独では変化の評価、解釈の妥当性が確保しがたい。音楽聴取における先行研究の結果が一致していない中で、心理、生理両指標を同時に使用した本研究は一つの方向性を示すとともに、両指標の乖離がフォーカシング指向音楽聴取後の内的振り返りの特徴であることを初めて捉えた点は意義のあるものである。

2. 本論文の構成と論理的展開

本論文は、研究目的を記述した序章に続き、第1章から第4章で構成されている。

第1章では、音楽聴取が聴取者にもたらす影響に関するこれまでの心理学的研究と受容的音楽療法として確立している手法を概観し、本研究の目的に至る経緯について論じている。すなわち、これまで着目されてこなかった聴取者の構えの重要性、および音楽聴取で生起する感情体験過程の測定における測度の問題点を指摘し、音楽聴取時の構えにフォーカシング技法を用いた、フォーカシング指向音楽療法を提案することで本研究目的を明確化させている。

論文審査の結果の要旨

第2章では、提案されたフォーカシング指向音楽療法を実施するにあたり、フォーカシング体験そのものがもたらす心理、生理反応を2つの実験で検討している。フォーカシング未経験の大学生を対象にからだのフォーカシング実施を行った結果、不安の低減とリラクゼーション効果が認められ（実験1）、また、3回の継続実施実験（実験2）では、回数を重ねるほど主観的満足感の増大、副交感神経の亢進が認められたことから、フォーカシング技法を音楽療法に取り入れることの可能性を確認している。

第3章は本論文の核になる章であり、フォーカシング指向音楽聴取がもたらす心理、生理反応を検討する4つの実験から構成されている。まず、第2章で確認されたベーシックなフォーカシングによるポジティブな効果が、フォーカシング教示による構えの形成によっても認められることを、受容的音楽聴取実験（実験3）で確認している。続く3つの実験では、臨床的場面を想定した実験、すなわち、想起法による悲しみ感情状態において、フォーカシング指向音楽聴取が聴取者にもたらす心理、生理反応の検討実験を行っている。フォーカシング教示の有無要因、聴取音楽要因、実験区間要因の3要因分析結果から、教示の有無にかかわらず、悲しみ想起後に高まったネガティブ感情は音楽聴取直後に減少し、ポジティブ感情の増加を認めている（実験4）。実験4では、フォーカシング教示の時間統制などの問題を残したことから、実験5では、コントロール条件の厳密化、実験6では、音楽聴取後の安静区間の細分化と新たな生理指標の導入を行った実験となっている。これらの実験結果から、音楽聴取によって一般にネガティブ感情の低減が見られ、これはフォーカシング条件で顕著であること（実験5）、フォーカシング教示条件では、音楽聴取中は心理反応と生理反応の一致が見られるが、音楽聴取後の後安静から徐々に乖離し始め、この乖離がフォーカシング指向音楽聴取の特徴であると考察している（実験6）。

第4章では、これら一連の実験結果を総合考察することで、本研究で提案したフォーカシング指向受容的音楽療法の有効性を主張するとともに、臨床場面への応用に言及した今後の展望を論じている。

論文の構成と論理展開は概ね良好である。ただ、本論文の中核をなす第3章の各実験が、第2章の実験結果を直接受けたものではないだけに、展開の連続性が乏しい印象を与える。この点、もう少し丁寧な記述を行えば説得力のある論文となったと思われる。

3. 研究方法の適切さ

実験参加者選出が大学生のみという点は気になる点であるが、本研究の実験条件の様々な制約を考慮すると、偏りのない母集団からの抽出は難しく、また、本研究の中核になる各実験の独立変数に有機体変数が含まれていないことからすれば、実験方法の適切性は確保されているといえよう。

生理指標に自律神経指標だけでなく、内分泌指標をも採用しようとした点は、この分野の研究としては評価に値する。ただ、内分泌指標の使用が一部の実験に限られて

論文審査の結果の要旨

いた点、統計的検定に耐えうるだけのサンプル数が確保できなかった点は惜しまれるところである。

本研究のように、悲しみ感情を実験的に喚起させる実験においては、特に参加者への倫理的配慮が不可欠である。各実験は本学倫理審査委員会の承認を受けたものであり、生理指標の測定にも非侵襲性を確保するなど参加者への配慮がなされ、研究倫理上の問題は見受けられない。

4. 先行研究の検討

118 編にのぼる引用文献からもうかがえるように、本論文に関連する先行研究は、粗方なされているといえよう。なお、本論文を構成するにあたって引用された申請者の第 1 著者となった先行研究論文は 7 編であり、そのうち 4 編が査読のある学会誌に掲載されたものである。

5. 総合評価

以上の観点から総合評価し、本学位審査委員会の委員は一致して、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認定した。