

所属	心理学研究科 臨床心理学専攻 修士課程	修了年度	2025 年度
氏名	坂本 悠愛	指導教員 (主査)	杉本 希映教授

論文題目	Post-event processing が社交不安傾向に及ぼす影響 ——セルフ・コンパッションの調整効果に着目して——
------	---

本 文 概 要	
【問題と目的】 社交不安症 (Social Anxiety Disorder: SAD) の認知行動モデルでは, SAD 患者の認知的プロセスとして Post-event processing (PEP) が示されている (Clark & Wells, 1995)。PEP は, 社会的場面を経験した後に, その状況における否定的なイメージや自己認識, 他の社会的場面の記憶などについて繰り返し思考する認知的プロセスである。SAD や PEP に対して有効性が示されている介入に, 自分に対する肯定的な態度である, セルフ・コンパッション (self-compassion: SC) を用いたものがある。SC と PEP, 社交不安の関連について検討した Blackie & Kocovski (2019) では, PEP を, 普段社交場面の経験後にどのように考えるかを示す特性 PEP と, 自らが経験した特定の社交場面について繰り返し考える状態 PEP に分けて測定している。同研究では特性 PEP をベースラインとして測定し, 状態 PEP に対する SC の調整効果が示された。しかし, これまでに PEP を測り分けた上で, 社交不安を含め SC の調整効果の検討を行った研究は存在しない。そこで本研究では, 社交不安と特性 PEP, および状態 PEP に対する SC の調整効果を検討することを目的とする。仮説は以下のとおりである。 仮説 1 : SC と社交不安, 特性 PEP, 状態 PEP の間に有意な負の相関が見られる。仮説 2 : 特性 PEP と状態 PEP のどちらにも SC の調整効果が見られるが, 特性 PEP の方がその効果が大きい。 【方法】 都内の私立大学に通う大学生 84 名, およびインターネット調査サービス「Freeasy」を利用する 18~22 歳の学生 400 名を対象に, オンライン上で無記名のアンケート式調査を実施した。回答に不備があった者を除く 312 名を分析対象とした。このうち, 2 週間以内に不安を伴う社会的状況を体験したと回答した者は 113 名であった。調査材料は, (a) 基本属性: 年齢, 性別, 学年など, (b) Social Interaction Anxiety Scale 日本語版 (SIAS ; 金井他, 2004), (c) The Post-Event Processing Inventory 日本語版 (PEPI ; Maeda et al., 2021), (d) 想起状況に関するアンケート, (e) セルフ・コンパッション尺度日本語版 (SCS-J ; 有光, 2014) の 5 つであった。(c) は特性 PEP (PEPI-T) と状態 PEP (PEPI-S) を分けて測定を行った。(d) は 2 週間以内に不安を伴う社会的状況を体験した者に対し, その社会的状況の内容を文章で記述するよう求め, その状況について「思い出せる程度」, 「考えたことを思い出せる程度」, 「不安を感じた程度」, 「重要度」をそれぞれ単項目 5 件法で測定した。なお, 本研究は目白大学人文社会科学系研究倫理審査委員会の承認を得て実施した (承認番号 : 24 人研-007)。 【結果と考察】 相関分析の結果, SC と社交不安の間には中程度の負の相関, SC と特性 PEP, 状態 PEP の間にも中程度の負の相関がみられた。よって, 仮説 1 は支持された。特性 PEP, 状態 PEP それぞれと社交不安との関連における SC の調整効果を検討するために, 階層的重回帰分析を行った。その結果, 特性 PEP と社交不安の関連において SC の調整効果が認められた。単純傾斜分析により, 同程度の特性 PEP の場合, SC が高い者の方が社交不安が抑えられることが明らかとなった。一方, 状態 PEP と状態不安の関連では SC の調整効果は示されなかった。よって, 仮説 2 は一部支持されるにとどまった。これらの結果から, SC を高める介入は, 特定の社会的状況が強く残り否定的に考えてしまう場合よりも, 日常的に PEP を行いやすい場合に, 社交不安の軽減により有効である可能性が示唆された。状態 PEP が特に強い場合には, SC のような包括的な介入に加え, より場面特異的な介入方法が有効である可能性が考えられる。	