

早稲田大学 人間科学学術院 人間科学会 諸費用補助成果報告書 (Web 公開用)

申請者 (ふりがな)	加茂万菜美 (かもまなみ)
所属・資格 (※学生は課程・学年を記載。卒業生・修了生は卒業・修了年月も記載)	人間科学研究科 修士課程1年
発表年月 または事業開催年月	2023年 10月
発表学会・大会 または事業名・開催場所	日本認知・行動療法学会 第49回大会
発表者 (※学会発表の場合のみ記載、共同発表者の氏名も記載すること)	加茂万菜美
発表題目 (※学会発表の場合のみ記載)	アクセプタンス介入がスピーチ時の視線行動に与える影響の検討
発表の概要と成果 (抄録を公開している URL がある場合、「概要・成果」を記載した上で、URL を末尾に記してください。また、抄録 PDF は別途ご提出ください。なお、抄録 PDF は Web 上には公開されません。)	
<p>「スピーチ不安」は社交不安の下位概念に含まれ、特にスピーチ場面は最も不安を喚起させる社会的状況として報告されている (Stein et al., 1996 ; 伊藤・山本, 2014)。このスピーチ不安に対して、Acceptance & Commitment Therapy が有用である可能性が先行研究から示されている。松本 (2017) はアクセプタンス教示がスピーチ課題遂行時の主観的不安に及ぼす影響について、自己報告式の質問紙を用いて検討し、その結果教示群のスピーチに対する主観的不安が低減した。よって、行動指標でも不安を測ることで客観性が担保された数値に基づいた検討が可能になり、研究の精緻化に繋がるだろう。社交不安障害の行動指標として、視線回避が機能する可能性が示唆されていることから (Weeks et al., 2019), 視線行動がスピーチ時の行動指標として機能する可能性がある。よって本研究ではアクセプタンス介入が不安を喚起するスピーチ場面の視線行動に与える影響を検討する。加えてアクセプタンス介入と回避行動、主観的不安およびスピーチに対する自己評価の関連について検討する。</p> <p>実験の結果、介入群において、pre から post にかけてスピーチ中の視線の回避頻度の有意な低下が認められたこと、また post において統制群より介入群の頻度が低かったことから、アクセプタンスエクササイズによりスピーチ中の視線の回避頻度が低下したと考えられる。よって、アクセプタンスの獲得は、顕在指標として測定可能な視線の回避頻度を減少させる可能性が示唆された。</p> <p>また、介入群において、pre から post にかけてスピーチ課題に対する自己評価得点の有意な向上が認められたこと、post において統制群より介入群の自己評価得点が高かったことから、アクセプタンスエクササイズによりスピーチ課題に対する自己評価が向上したと考えられる。よって、アクセプタンスの獲得は、体験の回避の低減すなわちスピーチ中に生じる身体症状や不快な感情にとらわれることなくスピーチに集中することを促すことから、自身の評価に影響を及ぼす可能性が示唆された。</p> <p>本研究においては、介入群のスピーチ課題中の回避感が有意に下がったが、不安感に有意な差は認められなかった。この結果は松本 (2017) のスピーチ中の主観的不安の低減が示された結果とは異なる。本実験の所要時間は短かったため、今後は介入内容を再検討し、アクセプタンスエクササイズが視線の回避行動だけでなくスピーチ中の不安・回避感にも影響を与えるか検討することが望まれる。</p> <p>https://yocto.ibmd.jp/jabct2023/w/files/jabct2023.pdf</p>	

※無断転載禁止