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）	小日向 咲来　（　おびなた さくら　）
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）	早稲田大学大学院 人間科学研究科 臨床心理学領域 修士課程２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）	小日向 咲来・森實 駿介・桂川 泰典
発表題目（※学会発表の場合のみ記載）	ASD の聴覚過敏に対するマインドフルネストレーニングの効用

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。）

自閉症スペクトラム障害（Autism Spectrum Disorder,以下，ASD）の特性の１つとして聴覚過敏があるとされており（APA，2013），ASD 児・者の 40~50%が聴覚過敏の症状を有しているといわれている（川崎・荻布，2018）。また，聴覚過敏の対処法としてはイヤーマフが一般的である一方で，イヤーマフには依存形成や耳鼻科系疾患の併発といった課題もあることが指摘されている（河野ほか，2022）。このことから，イヤーマフと併行して実施することのできる，副作用の少ない対処法を確立することの意義があると考えられる。ASD 特性に起因する聴覚過敏については，そのメカニズムとして選択的注意機能が関与している可能性が示唆されている（頴川，2020；礒部，2005）。加えて，選択的注意機能の向上に対しては，マインドフルネストレーニングの有効性が報告されている（Anna et al.，2020；白柳，2021）。以上のことから，本研究では，ASD 特性に起因する聴覚過敏に対するマインドフルネストレーニングの効果を検証することを目的とした。

本研究では，ASD 傾向および聴覚過敏傾向を有する，早稲田大学および ASD 自助団体に所属する成人男女 30 名を対象とした。調査時期は 2023 年 1 月～8 月であった。介入デザインについては，介入群，統制群がそれぞれ 15 名ずつとなるようランダム割付を行い，1 ヶ月おきに計 3 回の来室を実施した。また，介入群のみ，pre-post 間の 1 ヶ月においてマインドフルネス瞑想のホームワークを行った。測度には，日本語版 Kalfa’s 聴覚過敏質問紙（熊谷ほか，2013），両耳分離聴課題（Tomita et al.,2017），SFMS 6 因子マインドフルネス尺度（前川ほか，2015），日本語版 PHQ-9（Kroenke et al.,2001），STAI 日本版（Nakazato et al.,1982）を用いた。分析においては，群を独立変数，各測度の得点を従属変数とした 2 要因分散分析を実施した。解析には，R studio（ver.2023.06.2+561）を用いた。

実験の結果，マインドフルネス尺度得点について，介入群においてのみ pre-post 間，post-followup 間，および pre-followup 間の有意差が認められた。また，聴覚過敏尺度得点については，介入群において post-followup 間の有意な減少が見られた。STAI 日本版の得点については，介入群の pre-post 間における有意差が認められた。一方で，選択的注意機能得点，日本語版 PHQ-9 の得点に関しては，介入群，統制群のどちらにおいても有意差が見られなかった。

マインドフルネス尺度得点の結果より，介入群に対するマインドフルネスの介入効果が十分であったことが示されたと考えられる。また，聴覚過敏尺度得点が有意に減少したことからも，マインドフルネスが ASD 特性に起因する聴覚過敏に対して有効である可能性が示されたといえる。一方で，選択的注意機能得点に変化が見られなかったことから，マインドフルネスと聴覚過敏の間には別の媒介変数が存在していた可能性が推察される。あるいは，マインドフルネスによって聴覚過敏に伴う苦痛をありのままに受け入れる姿勢が習得されたことで，聴覚過敏尺度得点が下がったということも考えられる。

以上の内容について学会会場にて討議を行い，臨床的意義への理解を深めることができた。

※無断転載禁止