

氏名	矢野 康介
学位の種類	博士（スポーツウエルネス学）
報告番号	甲第593号
学位授与年月日	2022年3月31日
学位授与の要件	学位規則(昭和28年4月1日文部省令第9号) 第4条第1項該当
学位論文題目	Role of Sensory Processing Sensitivity in Improving Mental Health: A Fundamental Study for Preventive Interventions in University Settings (メンタルヘルス向上における感覚処理感受性の役割—大学での予防的介入に向けた基礎的検討—)
審査委員	(主査) 大石 和男 (立教大学大学院コミュニティ福祉学研究科教授) 安松 幹展 (立教大学大学院コミュニティ福祉学研究科教授) 石渡 貴之 (立教大学大学院コミュニティ福祉学研究科教授) 池田 幸恭 (和洋女子大学人文学部心理学科 教授)

## I. 論文の内容の要旨

### (1) 論文の構成

本学位論文は、図 1 に示す内容より構成されている。すなわち、Chapter 1 にて研究の背景、問題意識、関連研究の動向、研究目的および意義について論じ、Chapter 2 から Chapter 6 にて量的および質的データの分析により研究の目的に関連する事象の解明を行い、Chapter 7 にてすべての研究結果をふまえた総合的考察を行うという構成である。

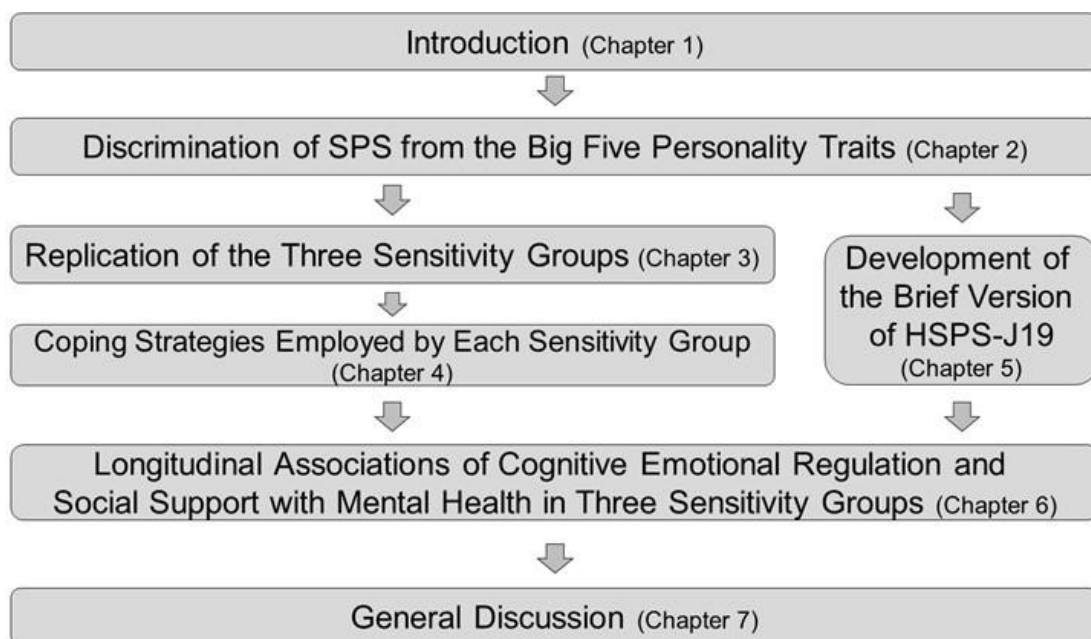


図 1 学位論文の構成

### (2) 論文の内容要旨

#### Chapter 1. Introduction

一般に、大学生はメンタルヘルスの問題を抱えやすい傾向にあり、その予防に向けて、心理的要因の個人差を踏まえた基礎的・実践的知見を蓄積する必要がある。そこで近年では、種々の環境要因からの影響の受けやすさを表す感覚処理感受性 (Sensory Processing Sensitivity ; 以下, SPS と略記) に注目が集まっている。これまで複数の研究において、メンタルヘルスの悪化・改善に関連する要因は、SPS の個人差に応じて異なることが示唆されているものの、詳細な知見は不足しており、メンタルヘルス悪化の予防に向けた具体的な介入プログラムの確立には至っていない。そこで本論文では、SPS の程度ごとに、メンタルヘルスの関連要因を明らかにすることを目的とした。

## Chapter 2. Discrimination of SPS from the Big Five Personality Traits

本章では、本論文にて SPS の概念を取り扱う意義を明確にするため、国外の研究で検討されてきた Big Five パーソナリティ特性との関連に注目し、両者は弁別可能な心理学的概念であるか否かを検討することを目的とした。大学生 868 名に横断的質問紙調査を実施し、通常的相关分析および正準相関分析を行った。分析の結果、両者の概念的な重複は最大でも 55%程度であり、国外の先行研究と同様に、SPS は Big Five パーソナリティ特性と一定の関連を有するものの、明確に異なる概念であることが示唆された。

## Chapter 3. Replication of the Three Sensitivity Groups and the Cut-Off Scores

本論文が視座を置く大学生の予防的介入においては、一度に多数の学生を対象とすることが多いため、対象者を一定の基準に基づいて複数のグループに分類することが推奨されている。また国外の SPS 研究では、測定尺度のカットオフ値から、個人を SPS 低群・中群・高群の 3 つに分類できることが報告されている。そこで本章では、日本人大学生においても同様の 3 群が抽出されるか否かを検討し、各群のカットオフ値を先行研究と比較することを目的とした。大学生 1,977 名を対象に横断的質問紙調査を行った。潜在クラス分析の結果、国外の報告と同様の特徴を持つ 3 群が抽出され、カットオフ値も若干の差異はあるものの、概ね同等の値が特定された。

## Chapter 4. Effective Coping Strategies Employed by Each Sensitivity Group

本章では、SPS 低群・中群・高群におけるメンタルヘルスの関連要因を探索的に検討することを目的とした。具体的には、大学生 692 名に自由記述調査を実施し、日頃用いているストレスへの対処方略について回答を依頼した。加えて、心理尺度を用いて SPS とメンタルヘルスの測定も行った。上記の各群で、メンタルヘルスの高低を外部変数とした共起ネットワーク分析を実施した。その結果、SPS 低群では【情動制御】【友人への情緒的・道具的サポート希求】が、中群では【前向きな思考】【友人への道具的サポート希求】が、高群では【前向きな思考】【感情の表出】【情動制御】【他者への情緒的サポート希求】が、それぞれ良好なメンタルヘルスと関連を持つことが示唆された。

## Chapter 5. Development of the Japanese Version of the Highly Sensitive Person Scale 10-Item Version (HSP-J10)

既存の研究で使用されてきた SPS の測定尺度には、一部の因子において信頼性が低いことや、介入現場での使用にあたって項目数が多いことなど、いくつかの課題が指摘されている。そこで本章では、国外の取り組みを参考として、SPS

の高さを十分に反映する項目のみに限定した簡易版尺度を作成し、その信頼性・妥当性を検討することを目的とした。成人 2,042 名に横断的・縦断的質問紙調査を実施し、探索的・確認的因子分析や相関分析を行った。その結果、既存の尺度以上に高い信頼性・妥当性を有する 10 項目簡易版尺度が作成された。

## **Chapter 6. Longitudinal Associations of Cognitive Emotion Regulation and Social Support with Mental Health in Three Sensitivity Groups**

本章では、作成された尺度を使用し、SPS 低群・中群・高群において、Chapter 4 の知見を参考にメンタルヘルス関連要因を縦断的に検討することを目的とした。具体的には、大学生 1,233 名に 3 時点の縦断的調査を実施し、認知的感情制御、ソーシャルサポート、メンタルヘルスの測定を行った。潜在変化モデルに基づく分析を行ったところ、一部の感情制御方略やソーシャルサポートはすべての群で共通してメンタルヘルスと関連していた一方で、一部の要因は、各群でメンタルヘルスと独自の関連を有することが示唆された。

## **Chapter 7. General Discussion**

本章では、上記の研究で得られた知見をまとめ、教育現場で実施する大学生のメンタルヘルス悪化の予防的介入プログラムについて考察を行った。例えば、適切なソーシャルサポートを得られるように他者と良好な関係を構築するための訓練は、SPS の程度に関わらず、すべての大学生に有効である可能性がある。その一方で、Chapter 4 や Chapter 6 の結果を踏まえると、プログラムの中でも一部のセッションは、SPS の程度に基づく群ごとに実施することで、一層の効果をもたらすことが期待される。

## II. 論文審査の結果の要旨

### (1) 論文の特徴

本論文に対して指摘された特徴は、主に以下の 3 点であった。1) **Sensory Processing Sensitivity (SPS ; 感覚処理感受性)** の概念を本格的に導入し、実証研究ならびに実践現場でも有用性の高い短縮版尺度である「**the Japanese Version of the Highly Sensitive Person Scale 10-Item Version (HSP-10)**」を開発したこと (**Study 4**) は大きな意義がある。2) 最新の統計処理の技法を活用しながら着実に実証的成果を蓄積し、特に **SPS** の高・中・低の 3 つの群におけるストレス対処の特徴とメンタルヘルスの関連を示したこと (**Study 3**) についても同様である。3) **SPS** の観点からみた大学生のメンタルヘルスへの介入方法について、実証的な研究成果に基づいて提案したこと (**Chapter 7**) は、関連研究領域に対して波及効果大きい。特に 3) **SPS** の観点からの介入方法については、a) 発達心理学 (青年心理学), b) 学生相談, c) パーソナリティ理論の各領域へも大きく貢献することが期待される。具体的には次のとおりである。a) 発達心理学 (青年心理学) の領域では、これまで大学生の時期を含めて青年期には感受性が高まり外的刺激に過敏になりやすい傾向がみられることが指摘されてきたが、**SPS** の観点を踏まえることで、感受性の高まりが発達の一時期にみられるのか、個人特性としてとらえることができるのかという青年への理解を深めることができる。b) 学生相談の領域では、これまでも大学生の特性に応じた支援や介入の必要性が提唱されており個人の感受性に着目した見解も示されてきたが、体系的な研究は十分でない。**SPS** の観点を導入することで、個人特性を踏まえた一人ひとりに寄り添った支援が可能になると考えられる。c) パーソナリティ理論の領域では、「感受性」あるいは「創造性」の研究が進められてきており、本論文の **SPS** に関する研究成果が各理論の展開にもつながると考えられる。

### (2) 論文の評価

本論文の審議において、主査および副査より評価された内容は主に以下の点である。**SPS** の観点に基づいた大学生のメンタルヘルス向上のための介入に関する先行研究は、これまでほとんどなされていない。特に、**SPS** と **Coping strategies** ならびにメンタルヘルスの関係を検討した先行研究は皆無である。これらの点は、本論文の大きな独自性として評価できる。また、全体を概観すれば本論文は **SPS** を中核にして関連分野の調査からその応用に至るまで論理的に構成されており、先行研究の考証も十分になされたうえ、当該研究分野を牽引する

に十分な目的と内容を含む論文となっていた。また、量的研究と質的研究のバランスや多角的な視点からの検討がなされており、ほとんどが国際的な一流雑誌に掲載された内容で構成されるという骨太のフレームから成る点などが高く評価された。

以上の観点に加えて、本論文はその基礎的な知見が持つ重要性や、広い年代に対する応用可能性、加えて文化の違う人種の知見との比較検討などの点を考慮すれば貴重な研究であると評価された。