

審査の結果の要旨

氏名 稲吉 玲美

月経随伴症状とは月経に伴う身体的・精神的に不快な症状の総称であり、女性の生活にネガティブな影響を与える。女性の身体および社会生活に大きく関わるこの問題には、Bio-psycho-social modelに基づき全人的にアプローチする必要がある。医学的な治療や社会的な制度の確立が進む一方で、それらを女性が主体的に活用する態度が重要となる。本論文では、月経随伴症状によって女性が周期全般において抱える心理的苦痛に焦点を当て、女性が周期全体を主体的にマネジメントしながら生活することで心理的苦痛を低減させるための心理的支援を提示することを目的とした。論文は、問題意識、目的、構成を示す第1部、月経随伴症状による心理的苦痛の全体像を描き出す第2部、心理的苦痛の低減に有効な心理的アプローチを検討する第3部、総合的な考察を行う第4部から構成される。

第1部第1章では月経随伴症状に対する心理学的視点の重要性を示し、第2章で先行研究を概観した。第3章では本論文で追究すべき課題を整理し、目的と構成を示した。

第2部第4章では、症状の程度と症状が与える心理社会的影響の強さとの関係について量的な比較検討を行い、医学的に疾患と評価されなくとも心理的苦痛を抱く女性の存在を確認した。第5章では、インタビュー調査から月経随伴症状負担感という新たな概念が抽出され、症状に対してコントロールすべき・受容すべきといった二極的なとらえ方が負担感につながる、という心理的苦痛の構造およびプロセスが示された。第6章では月経随伴症状負担感尺度を作成し、負担感と症状や社会的影響との関連について量的に検討した。

第3部第7章では、二極的な認知に対するマインドフルネスを用いた介入の可能性について、先行研究をもとに考察した。第8章では、月経随伴症状に対する Mindfulness-based programs (MBPs)の適用方法について先行研究を概観し、マッピング技法による理論的手続きの有効性を検討した。第9章では、月経随伴症状負担感とマインドフルネス特性との関連について量的に検討し、特性のひとつである「体験への志向」の傾向が高いと負担感には抱きにくくなること、もうひとつの「注意の自己制御」については、観察された体験について反応しない態度を取ることで、コントロール不能感を低減させる可能性が示された。第10章ではMBPsを実施し、その体験が参加者の月経随伴症状に関する主観的体験に与える影響についてインタビュー調査を行った。プログラム内でのマインドフルネス体験が日常生活に汎化され、月経随伴症状も日常生活の一部として扱われるプロセスが示された。

第4部第11章では、MBPsの適用マッピングを行った。マインドフルネス実践を経験することで、症状発現時に自身の思考や感情に反応・判断せず、症状を事象としてとらえるようになること、症状に対する認識を選択肢として持ち、意識的に行動を起こせるようになることが、症状を含めて自身の周期全体をマネジメントする感覚につながり、心理的苦痛が低減されると考えられた。第12章では、本論文の意義と今後の課題を示した。

本論文は、月経随伴症状の存在によって抱かれる「心理的苦痛」という新たな心理学的切り口を提示した点、心理的苦痛の低減という観点からマインドフルネスの作用メカニズムを示した点、Psychologicalな支援とBiological, Socialな支援との関連について示し、全人的なアプローチのあり方について提案を行った点で意義が認められる。よって、本論文は博士(教育学)の学位を授与するにふさわしい水準にあるものと判断された。