

社会に非常に大きな損失をもたらす心理的な不適応としてうつ症状や不安症状があげられる。うつ症状や不安症状の長期化・重症化に重要な役割を果たしているのが注意バイアスである。したがって、注意バイアスを改善させる認知トレーニング法を開発することは、精神的健康の増進に大いに貢献できるだろうと考えられる。近年、こうした認知トレーニングとして注目を集めるのが「注意バイアス修正法」(attentional bias modification; ABM)である。しかし、抑うつ・不安における注意バイアスの性質や ABM の作用機序に関する研究は未だに不十分であり、ABM の効果も今のところ不確実なものにとどまっている。

そこで、本研究では未だに検証が不十分な「注意の窓」としての注意バイアスやポジティブ刺激に対する注意バイアスについて研究し、抑うつ・不安における注意バイアスの性質について検証した(実験 1、実験 2)。また、ABM の効率化やポジティブ刺激への適用などの改良を行うことで ABM によるより効果的な注意バイアスの修正を目指した。(実験 3、実験 4)。

第 1 章では、序論として抑うつ・不安における注意バイアスに関する先行研究を概観し、その問題点を指摘した。

第 2 章では、ネガティブ・ポジティブな感情刺激を用い、注意の窓における注意バイアス研究を行った。実験 1 では Digit-parity 課題を用いた 3 つの実験を行い、ネガティブ刺激呈示時の抑うつ・不安における注意バイアスを観察した。これまでの研究では、注意のオリエンティングを用いてバイアスを測定するものが多かったが、本研究では新たに注意焦点の拡大という現象に注目して、注意バイアスの測定を試みた。抑うつにおいてネガティブ刺激呈示時に注意の窓が狭くなると予測されていたが、高抑うつ群においてそのような結果は見られなかった。また、500ms ネガティブ刺激を呈示した時点では不安・抑うつに関わらず注意の窓が狭くなっているおり、1000ms 呈示時には不安の低い参加者でのみ注意の窓が狭くなっている事が示された。不安の高い参加者は一度ネガティブ刺激に注意した後、すぐに他の情報の探索を行っている可能性が示されたと言える。

実験 2 では、実験 1 と同様 Digit-parity 課題を用い、ポジティブ刺激呈示時の抑うつ・不安による注意の窓への影響を検証した。結果、抑うつの高い個人ではポジティブ刺激呈示位置への注意が回避されている事が示された。この結果から、抑うつの高い参加者では

ポジティブな情報への注意が低減し、処理が抑制されている可能性が示唆された。今後の介入研究では、このようなポジティブ情報の回避についても介入を行うことで抑うつを低減させることが期待される。

第3章では、現行のABMを改良し、より効果的な注意バイアスの修正を目指した。先行研究では、ABMでのトレーニングにおいて、注意のコントロールの方法を予め参加者に明示的に教示することでトレーニングの効果が高まる可能性があることが指摘されている。

実験3では、実際に明示的教示を用いたABMの効果を検証した。実験の結果、明示的教示を用いた場合、従来のABMに比べて高い効果が生じることが示された。実験4では明示的教示を用いたABMにより、ポジティブ刺激への注意を促進することを目指した。先行研究からポジティブ刺激への注意を促進すれば抑うつの低減にもつながると予測されたが、

実験4では、ポジティブ刺激への注意を増進することはできなかった。先行研究と併せて考えると、現行のABMを用いてポジティブ刺激への注意を促進することは難しいのかもしれない。

第4章では、総合考察として本研究で得られた成果を概観し、これまでの注意バイアス研究における成果と本研究の位置づけ、ABM研究の抱える問題点、今後の研究の展開について議論した。

審査会では、論文の構成や形式、先行研究の知見の引用に関して議論がなされ、それらに基づいて適切な訂正がなされたうえ、本論文では以下の点が高く評価された。

- 1) 現状の注意バイアス研究における問題点を広く総説し、より現実に則した顔画像を刺激に用い、また注意のオリエンティングだけでなく、注意焦点の拡大という現象に注目して、注意バイアスの測定を試みて、一部の条件ではこれに成功したこと。
- 2) 測定法の開発によって、不安・抑うつの強い個人における注意バイアスの特徴を客観的に明らかにできたこと。
- 3) 注意バイアスを改善させる認知トレーニングである注意バイアス修正法を開発し、一部の条件ではその効果を確認するエビデンスを提供したこと。これにより抑うつ・不安への介入法の開発につながる知見を得たこと。

これらの成果により、本論文は博士(学術)の学位に値するものであると、審査員全員が判定した。なお、第3章の実験3は専門誌Emotion誌に公表済みである。