

話題提供者：富田 望

演 題：社交不安における自己注目と注意バイアスの統一的理解

開催日時：2019年12月4日，18:00～19:00

開催場所：100号館第1会議室

1. はじめに

人間社会にとって健全なコミュニケーションの成立は非常に重要であるが、その大きな阻害要因として、社交不安(対人場面における不安・緊張)という精神症状が指摘されている。10人に1人の者が社交不安症(Social Anxiety Disorder: SAD)という精神疾患の診断基準を満たし(Kessler et al., 2005)、疾患レベルに満たない者においても心理的特徴に連続性があることが示されている。SADの維持要因を表した代表的な認知行動モデルに、Clark & Wells (1995)とRapee & Heimberg (1997)がある。各モデルは、中核的な維持要因として共に“注意の偏り”を指摘しているが、前者は自分自身に注目しすぎるという「自己注目」を指摘し、後者は他者の否定的な反応に注目しすぎるという「注意バイアス」を指摘しており、内容が一部異なっている。これまでの研究では、2つの注意の偏りがどのような関係にあるのかを示した実証的研究は少なく(Schultz & Heimberg, 2008)、社会的場面において現れるそれらの重なりや異同は明らかでない。そこで、発表者は、社交不安における自己注目と注意バイアスの重なりや異同を明らかにし、両者の統一的理解を行うことを目的とした一連の研究を行った。

2. 社会的場面における自己注目と注意バイアスに関する客観的指標の確立

研究1では、社会的場面において自己注目と注意バイアスを生じさせたときの視線の動きと脳活動を測定し、両者の特徴を客観的に捉えることを目的とした。大学生38名を対象として、モニターに映した4名の聴衆(肯定顔1名、否定顔1名、中性顔2名)の前で、自己注目条件(自らの考え、身体感覚、相手からどう見えているかに注意を向ける)、注意バイアス条件(相手の反応に注意を向ける)、統制条件(いろいろなところを見る)の3条件下でのスピーチ課題を60s×2回ずつ実施し、各課題中の視線の動きと脳活動を測定した(Fig. 1)。また、各課題直後に、自己注目と注意バイアスに関する質問紙を測定した。そして、統制条件と比較して有意に賦活し、かつ上記の質問紙得点との間に有意な相関が示された脳部位を自己注目および注意バイアスに関わる脳領域とした。さらに、各聴衆への顔への注視時間を算出し、これらの脳領域との関連性を検討した。



Fig. 1 実験課題のイメージ

実験の結果、自己注目条件時には実行機能や自己評価に関わるとされる右前頭極が活性化し、否定的な感情価をもつ聴衆を回避する視線の動きが示された。また、両者の間には有意な関連が示され(Fig. 2)、右前頭極の活動が「回避」という非機能的な方略を反映していることが示唆された。一方、注意バイアス条件時には、表情認知に関わるとされる左上側頭回が活性化し、時間経過に伴って聴衆全体を見なくなる視線の動きが示された。しかしながら、両者の間には有意な関連が示されなかった。以上より、両者は独立した認知プロセスであることが示唆され、社会的場面における自己注目と注意バイアスの客観的指標が明らかにされた。

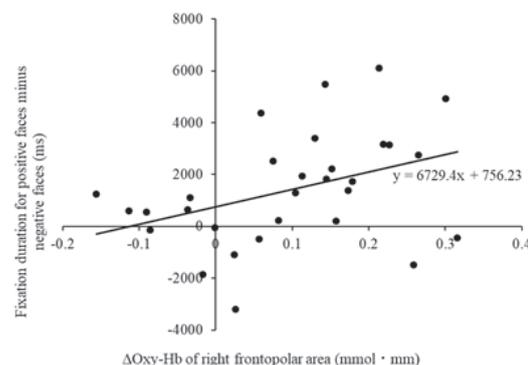


Fig. 2 自己注目時における脳活動と肯定顔と否定顔の注視時間の差分値の関連

3. 社交不安傾向と自己注目および注意バイアスの関連性

研究1では、教示の操作に伴う脳と視線の変化を測定することを目的としていたため、社交不安の要因は統制していた。そこで、研究2では、研究1のような特別な教示がない状況においても社交不安者には自己注目と注意バイアスを表す視線の動きと脳活動が表れるのかどうかを検討した。大学生40名を対象として、研究1と同様のスピーチ課題を実施した。最初のスピーチでは自己注目と注意バイア

「人間科学研究交流会」報告

スに関する教示を行わず、統制条件のみ研究1と同様とした。

実験の結果、特別な教示がない状況においても、社交不安高群において自己注目と注意バイアスを表す視線の動きと脳活動が示された (Fig. 3)。さらに、社交不安高群における注意の時系列変化について概観すると、0—20秒では、自己注目との関連が強い脳領域の活動や視線の動きが示され、20—40秒では、自己注目に加えて注意バイアスと関連が強い脳領域の活動も示された。したがって、社交不安者は全体的な傾向としては注意の対象は自己に向いているが、途中から注意の対象が外部と内部の両者に向き、自己注目と注意バイアスが入り混じる形となる可能性が考えられた。

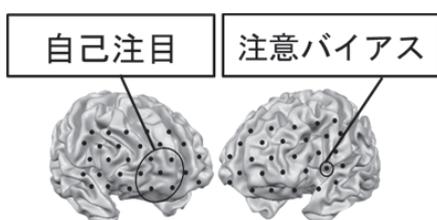


Fig. 3 自己注目と注意バイアスに関わる脳領域

4. まとめと今後の展望

本論文の結果から、社交不安の維持には注意バイアスよりも自己注目の方が主要な問題である可能性が示唆され、Clark & Wells (1995) を支持する結果となった。さらに、“否定的な反応をする他者を回避する眼球運動”や“右前頭極の過活動”が自己注目の1つの客観的指標となる可能性が示唆された (Tomita, Minamide, & Kumano, 2020)。従来の自己注目への介入は、心理教育が中心であり、介入効果の確認は対象者の主観報告に頼らざるを得ない限界があったが、上記のような指標を用いることで、社会的場面における自己注目状態をリアルタイムに計測・検知し、フィードバックする方法を提案することが可能となる。さらに、発表者は、自己注目を行うとスキャンパス（視線が泳ぐ程度）が短くなることやスキャンパスの測定によって自己注目状態と注意バイアスを弁別したことも明らかにした (Tomita et al., 2019)。そのため、リアルタイム計測を簡便に行うために、今後は、外部刺激に依存しないスキャンパスや瞬目数、瞳孔径の変動、心拍変動といった指標を組み合わせ、自己注目の生起を捉える研究を実施する予定である。また、バーチャルリアリティ (VR) を用いた自己注目低減プログラムも開発していく。