



# 不安に対する客観的な測定方法、および、効果的な介入方法の開発

キーワード 臨床心理学 / 実験心理学 / 脳計測科学

## 研究概要

カウンセリングや心理療法においては、「不安」などのネガティブな心理状態を的確に査定することが必要不可欠である。しかし、人の心の状態は直接目で見ることが難しい。これまで、一般的には自己記入式の質問紙によって査定が行われてきたが、そのような方法では、本人が自覚している主観的な状態しか知りえないという限界があった。

そこで本研究では、特に「社交不安」に着目し、その客観的な測定方法、および、それを応用した介入方法の開発を目指す。新しい測定方法として、不安によって歪みが生じるとされる、注意、記憶、出来事の解釈などの認知過程を実験的な手法で測定する方法や、NIRSと呼ばれる脳血流を計測する装置によって測定する方法の有効性を検討する。

## 今後の展開やメッセージ

客観的な測定方法が確立されれば、対象者の不安状態をより正確に把握できるようになり、有効な治療技法の選別に利用できます。また測定の対象としている認知機能や脳活動を直接介入の対象とする新しい技法(ニューロフィードバック等)の開発にも繋がると考えられます。本研究にご興味ございましたら、お気軽にお問い合わせください。

## 研究者情報



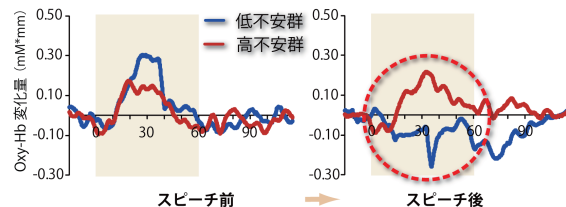
松本 圭 教授・博士(学術)

基礎教育部 修学基礎教育課程  
所属研究所：心理科学研究所

北海道大学文学部行動科学科卒。金沢大学大学院文学研究科修士課程(心理学)修了。同大学大学院社会環境科学研究科博士課程(学術)修了。臨床心理士。2001年本学学生相談室の専任カウンセラーに就任。2003年本学講師、准教授を経て、2020年現職。

研究者情報URL

<https://researchmap.jp/read0112020>



社交不安の低い人(低不安群)と高い人(高不安群)のスピーチ課題における前頭部の脳血流の違い。高不安群はスピーチ終了後も前頭部の血流量が高いままであることが分かる。