

2019 年度 若手・女性研究者奨励金 レポート

研究課題	手がかり誘発性渴望の客観的測定および 消去可能性を探る ー古典的条件づけの役割に注目してー
キーワード	①学習心理学、②行動分析学、③手がかり誘発性渴望

研究者の所属・氏名等

フリガナ 氏名	フクダ ミナ 福田 実奈	所属等	北海道医療大学 心理科学部 助教
プロフィール	2013 年同志社大学心理学部卒。2018 年同大学大学院博士課程（後期課程）終了。博士（心理学）。その後、同志社大学にて特別任用助教として教育と研究に従事し、2019 年 9 月より北海道医療大学心理科学部助教（現在に至る）。これまでに関西心理学会第 129 回大会研究奨励賞、日本行動分析学会第 35 回年次大会若手会企画シンポジウム若手研究者口頭発表セッション最優秀発表賞を受賞。		

1. 研究の概要

渴望は、特定の物質を摂取したいという我慢できないくらい強い欲求と定義される。渴望は、依存や過食の引き金となる可能性が示唆されている。このような渴望が生じる原因の一つとして、対象物質の手がかり刺激（ビールの瓶やコーヒーの香り、食品パッケージなど）により引き出される手がかり誘発性渴望という現象が知られている。

このような現象の形成過程は、主に、古典的条件づけにより刺激間の関係が学習されて生じると考えられている。つまり、生体に快状態を与える物質といつも共に提示されていた刺激（アルコールであればビールの瓶、カフェインであればコーヒーの香り）に曝されると物質摂取を求める状態となり、渴望が生じるのである。

ヒトの渴望における古典的条件づけの役割についてはいくつかの研究で検討が行われている。しかし、これらの研究では渴望の対象となる物質と、新規刺激を対呈示することにより、新たに学習を形成させている。一方で、私のこれまでの研究から、コーヒー常飲者はカフェインとコーヒーの風味の連合の獲得がなされており、カフェインがなくともコーヒーの風味に曝されるだけで認知課題成績が向上するという知見が得られている (Fukuda & Aoyama, 2017, Learning and Motivation; 福田他, 2014, 基礎心理学研究)。このように、古典的条件づけは、実験室で新たに形成しなくとも日常生活において形成されているという示唆がなされている。また、このような反応は、コーヒーの風味を幾度も単独提示する古典的条件づけの消去手続きにより弱められることも示されている (Fukuda & Aoyama, 2017, Learning and Motivation)。

2. 研究の動機、目的

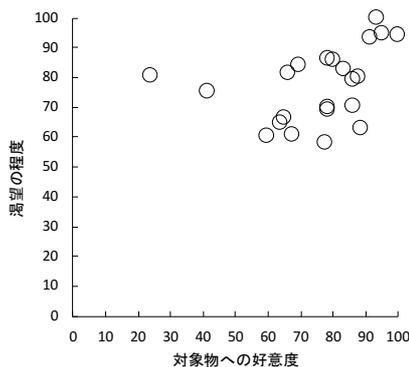
人々の日常生活において渴望が生じていると考え、ヒトにおけるスナック菓子渴望を対象に、指標の開発および渴望減少を試みる。日本人を対象とした食物渴望の調査で、白米などの主食を除くと、ポテトチップスが第 4 位となっている。1 位から 3 位は砂糖が主に使われている食品である。砂糖渴望は肥満の原因となるためヒトまたはその他の動物で多く研究が行われてきたが、塩を用いた菓子類については高血圧症などの生活習慣病の原因となるにも関わらず、これまで研究がなされてこなかったため、本研究で検討を試みる。

3. 研究の結果

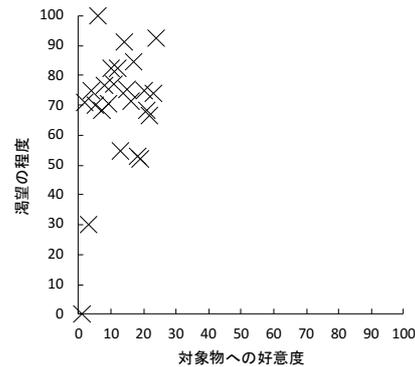
渴望対象のスナック菓子を目の前に提示された実験条件とそうではない統制条件で主観指標および行動指標を比較したところ、条件間に差は見られなかった。しかし、実験条件においてのみ、そのスナック菓子への好意度が高い者ほど、主観的渴望が高いことが分かった。

この結果から示唆されるのは以下のような点である。まず、実験条件でのみこのような現象が生じたことから、手がかり誘発性渴望はスナック菓子においても生じることが示唆された。また、その渴望の程度は、個人の渴望対象物への好意度に依存することが示唆された。渴望対象物への好意度は、学習心理学の観点から考えると刺激強度と言い換えることができる。この刺激強度を下げることにより、渴望の消去が可能であると考えられる。

本研究は、厳正な審査の結果、世界三大心理学会のひとつである International Congress of Psychology 2020 に採択された。



実験群における相関分析の結果



統制群における相関分析の結果

4. 研究者としてのこれからの展望

私が専攻とする学習心理学・行動分析学は研究者としてのポストも少なく、自立していくのはとても難しい分野です。そのような状況ですが、幸運なことに、学位取得後1年半で、任期無しのポジションに就くことができました。これも、若手研究者奨励金をはじめとする研究費の採択実績が大きく働いていると考えております。キャリアの早期から PI (Principal Investigator; 研究室の主宰者) として活動できる利点として、自らの研究を好きなように進めることができることはもちろんのこと、多くの研究者を育てることができることが挙げられます。また、私が専攻する分野は、障害児の療育など、臨床応用の領域でも積極的にその技法が取り入れられています。これからは、自らの研究だけではなく、後進の育成にも邁進し、多くの研究者、実践家を育て、共に研究を行っていきたいと考えております。

5. 社会に対するメッセージ

皆さんは、やめたくてもやめられないことはありませんか？もしあるなら、やめられないことをご自分の「意志の弱さ」のせいだと思っはいませんか？行動分析学は、行動の原因を個人に求めるのではなく、環境との相互作用で生じているという考えの元、行動の予測と制御を目指している学問です。今回のご支援により、依存症に悩む方々への対処方略へ一歩近づけたと考えております。一見、社会の実用性という観点からは遠く見える研究テーマでも、ご支援をいただければ将来的に皆さんの生活に還元されていくと思います。今後とも、未来ある研究者へのご支援をいただければ幸いです。

