

## 【課程一2】

### 審査の結果の要旨

氏名 鄭 志 誠

本研究は、既に臨床応用が行われ始めている瞑想法に着目し、この長期訓練効果を脳機能の変化としてとらえる事を試みたもので、下記の結果を得ている。

1. 瞑想実践群と瞑想をしない健常群の安静閉眼時の脳波から、それぞれの群の3次元脳内電位発生源を調べると皮質抑制を示すとされるデルタ波（1.5–6.0 Hz：低周波帯域）のみで2群間に有意差が認められた。
2. 瞑想をしない健常群に比較し、瞑想実践者では、脳前頭部（前頭前野の一部、前帯状回）でデルタ活動上昇、そして、頭頂/後頭部（運動野、2次体性感覚野、視覚野）でデルタ活動減少が認められた。デルタ活動は、皮質の抑制化を示すものと考えられている為、瞑想実践群では、瞑想をしない健常群に比較し、脳前頭部が皮質活性化、頭頂/後頭部では抑制化が、推測された。これらの脳部位の局在機能に鑑み、瞑想群では、高度な認知活動中ではなく、安静閉眼中では、現在体験中の行為に対する、熟考、主観的感情の評価、分析、論理的理解などの機能が、健常群に比べて減弱化している可能性が推測されうる。そして逆に、健常群に比べて、体外、体内環境からの、感覚情報の収集、統合の機能は増強している可能性が推測される。この結果は、長期瞑想者の主観である、現在進行中の出来事への無執着化、知覚の鋭敏化の傾向と一致し、日常生活時にも持続されている事が推測されうる。そしてこれは、一過性の状態（state）変化から持続的变化（trait）の可能性を示唆するものと考えられる。
3. 瞑想の、attention training（意識を注意や集中でコントロールするトレーニング）としての側面に注目し、その訓練効果を脳の変化（trait）として、とらえられる可能性が示唆された。

以上、本論文は、特に心療内科領域における認知行動療法の長期的効果の解明に重要な貢献をなすと考えられ、学位の授与に値するものと考えられる。