

研究・調査報告書

分類番号	報告書番号	担当
C-134	15-318	慶應義塾大学
題名(原題/訳)		
Efficacy of a non-drinking mental simulation intervention for reducing student alcohol consumption. 学生のアлкоール消費を減らすための飲酒を断る心的シミュレーション介入の有効性		
執筆者		
Conroy D, Sparks P, de Visser R.		
掲載誌		
Br J Health Psychol.2015 Nov;20(4):688-707. doi:		
キーワード		PMID:
大学生、アルコール教育、心的シミュレーション介入		25676207
要旨		
<p>目的 飲酒しないことによる潜在的な陽性結果を想像してもらうこと、および/または社交的行事で飲まないための戦略的プロセスを求めることによって、学生のアлкоール消費を減らすために設計した心的シミュレーション介入の効果を評価する。</p> <p>デザイン 18-25 歳 (n = 211、平均 20 歳) の英国の大学生は、以下の 4 つの介入条件のうちの 1 つにランダムに割り当てられた。従属変数は、1 週間のアルコール消費量、大量飲酒のエピソード (HED) の頻度、他の人がアルコールを飲んでいるときに参加者がアルコールを飲まなかった社交的行事の頻度 (禁酒のエピソード) であった。アルコール関連のプロトタイプ (非飲酒者のプロトタイプと通常の飲酒者のプロトタイプ) の計測は、どんな介入効果の潜在的媒体としてでも社交的プロトタイプの差のスコアを計算するのに用いられた。すべての測定は、試験開始時および 2 週間と 4 週間後の追跡調査で行われた。</p> <p>方法 参加者は、以下の 4 つの練習のうちの一つをおこなった。社交的行事の間に禁酒していることのポジティブな結果を想定する (結果状況); 社交的行事の間に禁酒のために要求される戦略を想像する (プロセス状況); 陽性結果の想像と断酒に必要な戦略を想像する (混合状況); または飲物に関する日記をつける (対照状況)。</p> <p>結果 潜在的成長曲線分析は、結果状況とプロセス状況の参加者で、対照状況に比して、毎週のアлкоール消費量と HED 頻度の減少を示した。混合性状況と対照状況の間には有意差はなかった。全ての検体をとおして、それがベースライン・レベルに戻る前に、逆位の U-形状傾向はエピソード禁酒の最初の増加を示した。</p> <p>結論 本研究は、禁酒にフォーカスをあてた心的シミュレーション介入が行動変化をうまく促進することができるという予備的な証拠を提供した。</p>		