

## 教育学研究科・グローバル教育展開オフィス

### 岡野 裕仁

国際学会：International Congress of Psychology

参加地・期間：Prague, Czech Republic 2024/7/21-26

発表題目：Estimation of Self-compassion from Free Texts Using a Large Language Model BERT

### 成果の概要

#### 【自身の発表について】

様々な苦しみや自分の限界にぶつかったとき、私たちは他の人々を羨んで孤独感を感じ、自分自身のふがいなさに苛立ちます。しかし、そのような状況においてもなお、私たちは、苦しい思いをするのは自分一人ではないことに気づき、弱点や欠点をもつ自分を受け入れ、自分自身に思いやりを向けることができます。

このような自分に対する態度はセルフ・コンパッション (self-compassion; 「自分への思いやり」) と呼ばれ、セルフ・コンパッションを持つ人は抑うつや不安などの精神病理を経験することが少なく、well-beingが高いことが示されています。

これまでセルフ・コンパッションのような高次の心理学的構成概念は、主に評定尺度 (数個～数十個の文章を提示されそれらに自分がどの程度当てはまるか数値で回答するもの) によって測定されてきましたが、近年、数値ではなく、人々が自由に記述したテキストから心理学的構成概念を最新の深層学習・自然言語処理技術によって推定する試みが注目を集めています。こうした自然言語に基づく心理の定量化には、生態学的妥当性の高さや評定尺度への回答により発生しうる先入観の発生の防止といった利点が示唆されています。こうした研究動向を背景に、我々は人々のセルフコンパッションを参加者から収集した自由記述と、言語モデルの一つBERTによって定量化する研究を行いました。

#### 【他の研究者との交流・会場の様子】

私の発表はポスター発表であり、日本の心理学会と同様に広い会場にポスターを貼り付け、適宜質疑応答を行う形式で行われました。会場には多くの方が来られており、私の発表に対しても貴重なコメント、感想、意見、質問、改善案などをいただきました。さらに、数名の方からは、文化差や自然言語処理技術に着目した共同研究のお誘いをいただき、現在さらに詳細を検討すべく、メールでのやり取りを進めています。

また、他の研究者の方々による研究発表にも興味深いものが多く、特に自然言語処理技術を活用した最先端の研究は大変刺激的でした。学会での対面・直接のコミュニケーションにより、互いの意見や想いを直接交換することができ、白熱した議論の時間を持つことができました。このような機会は、論文を読んだりメールのやりとりのみでは得難いものであり、国際学会に参加することの貴重な意義を感じました。

#### 【本支援を受けた感想】

経済的に余裕があるとは言い難い多くの大学院生にとって、グローバル教育展開オフィスによる当支援は大変貴重でありありがたいものでした。また、本年度は制度の切り替わりもあって私の確認不足が生じオフィスの方々にも多々ご迷惑をおかけしましたが、オフィスを訪れるたびに親身に相談に乗っていただくことができ、大変助かりました。

#### 【今後の研究活動へのつながり】

自身の発表を通じて知り合った方々との共同研究を進めますとともに、他の研究者の方々の最先端の発表を聞かせていただいて得たアイデア・インスピレーションを自身の研究へと反映し、さらなる研究の発展に努める所存です。