

令和元年6月3日現在

機関番号：14501

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2016～2018

課題番号：16K04359

研究課題名(和文) 認知の偏りを総合的に測定する認知特性プロフィール尺度の開発

研究課題名(英文) Construction of the Comprehensive Cognitive Biases Questionnaire

研究代表者

相澤 直樹(AIZAWA, NAOKI)

神戸大学・人間発達環境学研究科・准教授

研究者番号：10335408

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,300,000円

研究成果の概要(和文)：本研究の目的は、さまざまな精神障害の発生と維持に関わる認知の偏り(cognitive biases)を総合的に評価する認知特性プロフィール尺度を作成することであった。先行研究を収集整理し、気分障害、社交不安障害、強迫性障害、精神病等に関連する認知の偏りを測定する認知特性体験尺度を作成した。一般成人男女(合計1525名)を対象とした調査結果から、不安・被害念慮、否定的体験への取込まれ、懲罰的な世界、完全主義・曖昧さ回避の4因子構造が確認されるとともに、気分感情状態、ストレス反応、外向性との間で適切な関連が示された。最後に、認知特性体験尺度の各得点をT得点(偏差値)に換算する手法を確立した。

研究成果の学術的意義や社会的意義

これまで多種多様な認知の偏りを包括的に評価する手法はほとんど開発されておらず、本研究において認知の偏りを広く測定する認知特性体験尺度が作成されたことの学術的意義は極めて大きい。とくにそれらの認知の偏りが主要な4つの要因に集約されること、ならびに、ストレス反応や外向性により説明されることが示唆されたことには、精神障害へのアプローチの整理と効率化に寄与しうるものとして幅広い社会的意義が認められる。

研究成果の概要(英文)：In the present study, the Comprehensive Cognitive Biases Questionnaire (CCBQ) was constructed and factor structure and construct validity was examined. 66 items of CCBQ were constructed to measure the wide range of cognitive biases (e.g. arbitrary inference, rumination, inflated responsibility, intolerance of uncertainty, catastrophic cognition), and were administered to 1525 young adults. Exploratory factor analysis revealed four factors: Anxious and Delusional Thinking (AD), Depressive Thinking (DT), Distrust of the World (DW), and Compulsive and Perfectionist Thinking (CP). Construct validity of the scale were partially supported in the relation to negative and positive mood-emotion states, stress responses, and extraversion. Finally, a method was established to convert each scale score to a deviation value.

研究分野：臨床心理学

キーワード：認知バイアス 精神障害 臨床心理学 認知心理学 心理測定尺度 アナログ研究 偏差値

様式 C-19、F-19-1、Z-19、CK-19（共通）

1. 研究開始当初の背景

(1) 今日、気分障害を始め、統合失調症、社交不安障害、パニック障害などのさまざまな精神障害に悩む人の増加が叫ばれている。これらの精神障害は、職場や学校における不適応、家族関係や対人関係上のトラブル、諸種の健康上の障害や自殺など多種多様な生活問題に結びつく危険因子となっている。以上のような精神障害の発生メカニズムを解明するとともに、その予防と治療に有効なアプローチを開発することは喫緊の課題といえる。

(2) 近年、多種多様な精神障害の発生と維持に関わる要因として「認知の偏り (cognitive bias)」が注目されている。認知の偏りとは、注意と情報の符号化、記憶の想起、ならびに推論、解釈、判断などの思考にみられる特有の偏りを意味しており、認知行動療法等で治療のターゲットとなるものである。A.T.ベックがうつ病に特有の認知の偏りを報告して以来、これまで精神障害との関係が広く研究されてきた。今日では、社交不安障害、強迫性障害、パニック障害、全般性不安障害、さらには精神病（統合失調症）に特有な多種多様な認知の偏りが報告されている。以上のような概念の拡大は、同分野の研究の進展として高く評価することができる。一方で、異なる認知の偏りとして報告されているものの中でも、明らかな類似性や共通性がみられるもの、あるいは密接な関連が推定されるものが少なくない。そのため、認知の偏りの概念そのものに混乱や混同が生じていることは否めない現状にあり、認知行動療法等の治療的アプローチに過度の複雑化、煩雑化を来すことが懸念される。

2. 研究の目的

認知の偏りは、今日さまざまな精神障害の発生と維持の要因として注目されているとともに、認知行動療法等の治療法では治療のターゲットとなっている。研究の進展にともない、うつ病や不安障害だけでなく多種多様な精神障害に特有の認知の偏りが多数報告されている。一方で、それらの中には類似性や共通性が高くみられるものも多くみられ、これまで提案されてきた認知の偏りを包括的に整理分析する必要性が生じている。以上のことから、本研究課題では、これまでの認知の偏りに関する先行研究を収集整理するとともに、認知の偏りを包括的に測定する認知特性プロフィール尺度を作成することを目指す。作成した項目群を一般成人男女に実施し、他の尺度との関連等においてその妥当性を検討する。最終的には、個人の認知特性をプロフィール形式で示すために標準値換算する手法を確立する。

3. 研究の方法

(1) 認知の偏りに関する先行研究を収集整理し、各精神障害に関連するとされる認知の偏りの代表的なものを抽出した。その結果、主要なものとして 23 の認知の偏りの種類がみうけられ (Table1)、それらの認知の偏りを包括的に測定する尺度の作成が計画された。ただし、予備的な研究の中で認知の偏りの性質を検討したところ、偏った認知の内容そのものは無意識的に体験されるために、それを直接質問する方法は不適切であることが示唆された。したがって、それらの認知の偏りと密接に関連する主観的体験を項目化するように試みた。以上の手続きを経て得られた 66 項目の項目群を「認知特性体験尺度」として調査に使用することとなった。

(2) 認知特性体験尺度の妥当性を検討するために、一般成人男女（合計 1525 名）に対して同尺度と以下の心理測定尺度を含むアンケート調査を実施した。実施にあたっては、調査の効率的な実施を目的としてインターネット調査による。

① Profile of Mood States 2nd Edition (POMS2) 日本語版 (成人用)

② 多次元抑うつ不安症状尺度

③ 心理的ストレス反応尺度

④ Big Five 尺度

(3) 以上の調査により得られたデータを統計的手法を用いて解析した。分析にあたっては SPSS ver.25.0 と HAD を使用した。

4. 研究成果

(1) 認知の偏りに関連する先行研究を広範囲に収集整理し、23 の主要な認知の偏りを抽出した。そして、それらの認知の偏りのそれぞれについてそれに関連する主観的体験を検討し項目化した。その結果、66 項目の項目群が得

Table 1
本研究で用いた認知の偏り

認知特性	項目数
1 推論の誤り (抑うつ) ^{a)}	6
2 過大 (過剰) 評価 (抑うつ)	2
3 過度の一般化 (抑うつ)	1
4 選択的抽象 (抑うつ)	2
5 自己関係付け (抑うつ)	2
6 自己に関する否定的評価 (抑うつ)	2
7 世界・未来に関する否定的評価 (抑うつ)	1
8 反芻 (抑うつ)	3
9 予測バイアス (社交不安)	2
10 コストバイアス (社交不安)	2
11 解釈バイアス (社交不安)	3
12 自己注目 (社交不安)	1
13 敵意帰属 (攻撃行動)	3
14 没入思考 (強迫)	4
15 思考-行動融合 (強迫)	4
16 思考抑制 (強迫)	3
17 脅威の過大評価 (強迫)	2
18 曖昧さへの非耐性 (強迫)	4
19 完全主義 (強迫)	3
20 身体感覚の破局的解釈 (パニック障害)	4
21 メタ心配 (全般性不安障害)	4
22 結論への飛躍 (精神病)	5
23 意図化 (精神病)	3
計	66

^{a)} 括弧内は関連する精神障害

Table 2

認知特性体験尺度の因子分析（最尤法:プロマックス解）

	F1	F2	F3	F4
19 家の近くで救急車や消防車のサイレンがなると、身近な家族が事故にあったのではないかと不安になる。	.83	-.18	.05	-.04
61 よく知らない郵便物が届くと、何か悪い知らせではないかと不安になる。	.68	.08	-.05	-.03
65 少し身体の異変を感じただけで、深刻な病気ではないかと気に病む。	.68	.01	-.01	.10
35 知り合いの病気や事故の話を知ると、自分や家族にも同じことが起こりそうで不安になる。	.67	-.01	.05	.03
29 道で人の身体や荷物が当たったりすると、わざとされたような気がして腹が立つ。	.66	.06	-.03	-.12
12 深刻な病気に関する情報は怖くて見れない。	.61	-.15	.23	-.05
52 留守番電話に無言や騒音の記録が残っているとなんとなく不安になる。	.60	.02	.00	.11
51 縁起の悪い言葉や冒険的な言葉が浮かんで来て、それを抑えようと努力することがある。	.59	.15	-.16	.13
38 縁起の悪い言葉や冒険的な考えを持つと、ばちが当たったり悪いことが起こると思う。(他10項目)	.59	.09	-.06	.11
41 何か上手くいかないことがあると、「あれをやってもだめ、これをやってもだめ」と悲観的に考えやすい。	-.07	.93	-.10	.02
36 何か上手くいかないことがあった時に、「なぜ自分はいつもこうなのだろうか」と繰り返し考える。	-.01	.84	-.01	-.06
43 何かつらいことがあると、この先もずっとそのつらい状況や気持ちが続くと思う。	.02	.84	-.14	.09
26 ちょっとした行きづまりから、過度にひどい結果を想像して思い悩む。	.10	.73	-.01	.04
30 少しでも心配なことや気になることがあると、急に気持ちが滅入ってしまう。	-.01	.71	.12	.06
49 仕事や人間関係の少しのミスで、すべてが台無しになってしまったように感じる。	.05	.71	.00	.09
17 過去の嫌な思い出が急に浮かんで来て、何もできなくなることがある。	.09	.64	.13	-.11
14 気になることや心配なことがあると、ついついそのことばかり考えて他のことが手につかなくなる。	-.08	.62	.39	-.18
18 自分よりも周りの人の方がよくできているように思えて落ち込む。(他10項目)	-.10	.61	.28	.07
16 結婚式やお葬式の間では、言葉遣いや振る舞いにとても気をを使う。	-.04	-.03	.55	.23
4 それまで連絡を取り合っていた、メールやLINEで少し返事がないと不安になる。	-.14	.01	.55	.24
8 知り合いに声をかけて返事がないと、その人に嫌われているように感じる。	.17	.20	.55	-.08
9 ほんのささいなことが大きな事故や事件につながりかねないと思う。	.09	.06	.50	.15
10 ワイドショーやニュース番組を見て、最近マナーの悪い人や自己中心的な人が増えたと思う。	.10	-.20	.48	.16
13 自分が企画した遊びやイベントが盛り上がりがないと、自分のせいだと感じる。(他5項目)	.18	.24	.45	-.12
57 頼まれた仕事は完璧にしようとしすぎるところがある。	-.06	.07	.25	.59
42 寝る前や出かける前には必ずドアや窓の戸締りを確認する。	.16	-.06	.07	.44
47 旅行や仕事で見知らぬ場所に行く場合には、地図などで細かく行き方を調べる。	.03	.00	.20	.42
20 やり始めたこと(パソコンの設定、部屋の掃除、料理など)は最後までやらないと気がすまない。	.14	-.10	.25	.38
37 会議や会合にはほとんどの場合一回も休まずに出席する。	-.03	-.02	.14	.38
因子間相関	F1	-		
	F2	.72	-	
	F3	.47	.61	-
	F4	.54	.51	.34

られたため、これを「認知特性体験尺度」として一般成人男女 951 名（男性 467 名女性 484 名、平均年齢 24.54±3.47 歳）に実施した。得られたデータに探索的因子分析（最尤法、プロマックス回転）を実施し、最終的に 4 因子構造が得られた（Table 2）。各因子に関連する項目の内容から第 1 因子は「不安・被害念慮」、第 2 因子は「否定的体験への取込まれ」、第 3 因子は「懲罰的な世界」、第 4 因子は「完全主義・曖昧さ回避」と命名した。以上の因子分析の結果から 4 下位尺度を構成したところ、尺度の内の一貫性はおおむね支持された。

(2) 認知特性体験尺度の構成概念妥当性を検討するため、気分感情状態との関連を検討した。一般成人男女 401 名（男性 197 名女性 204 名、平均年齢 24.72±3.44 歳）を対象に認知特性体験尺度と POMS2 を実施した。得られたデータより相関係数を算出した結果（Table 3）、認知特性体験尺度の各下位尺度と否定的な気分感情状態との間では正の相関関係がみられた。このことは、認知の偏りが否定的な気分感情状態に結びついていることを意味しており、尺度の妥当性を支持する結果といえる。一方で、肯定的な気分感情状態との間では違いがみられ、否定的体験への取込まれと懲罰的な世界では無相関であるのに対し、不安・被害念慮と完全主義・失敗回避の間では弱いながらも正の相関が得られた。以上の結果は、抑うつに関連する認知の偏りではほぼ肯定的な気分感情とは関連がみられないのに対し、不安に関連する認知の偏りは肯定的な気分感情に寄与する可能性を示唆している。

Table 3

認知特性体験尺度と他の尺度との相関

	不安・被害 念慮	否定的体験へ の取込まれ	懲罰的な 世界	完全主義 失敗回避
POMS2				
怒り-敵意	.45**	.44**	.29**	.18**
混乱-当惑	.55**	.66**	.43**	.31**
抑うつ-落込み	.48**	.67**	.41**	.25**
疲労-無気力	.44**	.60**	.42**	.27**
緊張-不安	.52**	.66**	.50**	.36**
活気-活力	.17**	-.01	.06	.09
友好	.20**	.01	.16**	.17**
多次元抑うつ不安症状				
ネガティブ情動	.59**	.75**	.47**	.36**
生理的覚醒	.63**	.56**	.34**	.29**
ポジティブ情動	.22**	.04	.06	.23**

*p<.05, **p<.01

(3) 認知特性体験尺度の構成概念妥当性を検討するため、抑うつ不安症状との関連を検討した。一般成人男女 557 名（男性 257 名女性 282 名、平均年齢 24.43±3.49 歳）を対象に認知特性体験尺度と多次元抑うつ不安症状尺度を実施した。得られたデータから相関係数を算出したところ（Table 3）、認知特性体験尺度の各下位尺度とネガティブ情動、ならびに生理的覚醒との間には正の相関がみられた。一方で、ポジティブ情動との間では、抑うつに関連する下位尺度には有意

な相関がみられなかったが、不安に関連する下位尺度には弱いながらも有意な正の相関が得られた。以上の結果は、上述の調査と同様のものであり、抑うつに関わる認知の偏りと不安に関わるそれとの性質の違いを示唆しているものと考えられた。

(4) これまでさまざまな認知の偏りに関する説明モデルが検討されてきたが、包括的な認知の偏りを説明するモデルにはいまだ確立されたものがない。ただし、近年になりストレス状況に対する脅威モジュール理論が提唱されている。このモデルでは、ストレス状況に対する脅威反応が諸種の精神障害にみられる認知の偏りに密接に関連するものと仮定されている。そこで、本研究では、この脅威モジュール理論に基づいて、ストレス状況に対する脅威反応、ならびに性格特性としての外向性が認知の偏りを引き起こすとの調整効果モデルを仮定し、仮説の検討をおこなった (Figure 1)。一般成人男女 545 名 (男性 272 名女性 273 名、平均年齢 26.33±2.16 歳) を対象に認知特性体験尺度、ストレス反応尺度、Big Five 尺度を実施した。得られたデータをもとに交互作用項を含む階層重回帰分析を実施した。その結果、ストレス反応として「怒り」尺度得点、目的変数としては不安・被害念慮を用いた場合に、

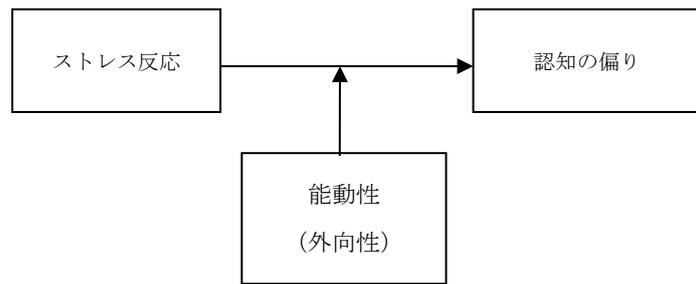
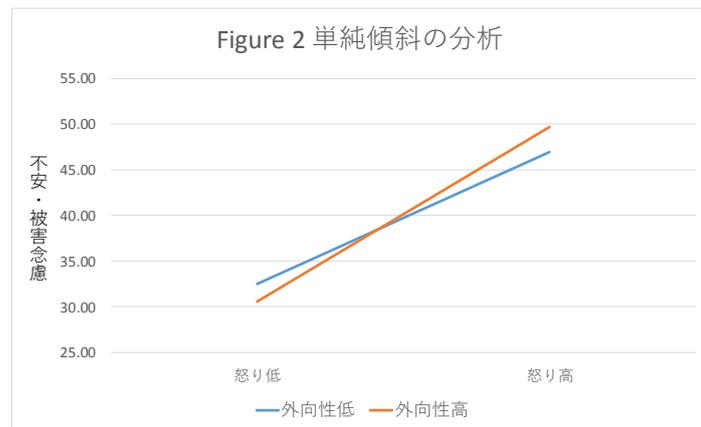
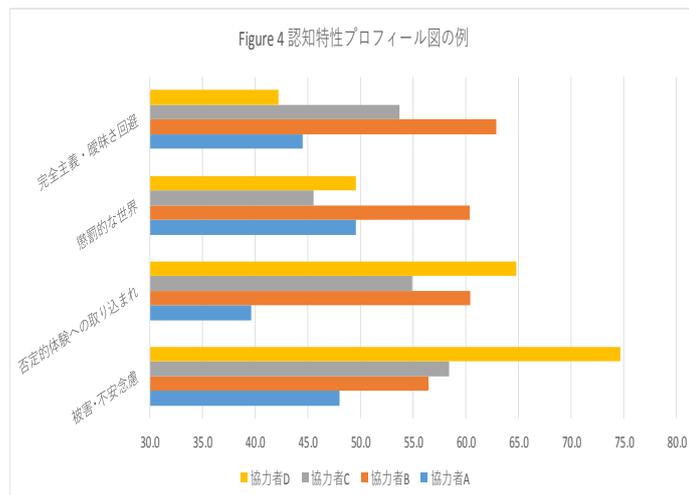


Figure 1 認知の偏りの調整変数モデル



ストレス反応と外向性との間に有意な交互作用が得られた。この結果をうけて単純傾斜の検定をおこなった (Figure 2)。外向性の高低にかかわらず怒り反応が高ければ高いほど不安・被害念慮が高まるが、外向性が高い人の方がその傾向がより一層強いことが示唆された。

(5) 本研究では、認知特性体験尺度についてかなり大規模な一般成人男女のデータが得られたことから、これらのデータに基づき各下位尺度の標準得点を算出することを試みた。各下位尺度に含まれる項目の粗点を合計し、それぞれの尺度得点を算出した。その上で、平均値、ならびに標準偏差値から平均を 50、標準偏差を 10 とする T 得点 (偏差値) を算出した (Figure 4)。



(6) 以上の通り、本研究では、先行研究を収集整理し、認知の偏りを総合的に評価する認知特性体験尺度を作成し、その信頼性と妥当性の検討をおこなった。また、認知の偏りを包括的に説明するモデルの構築を試み、その検証に取り組んだ。最終的に得られたデータから標準値を算出する手法を確立した。認知の偏りについて今日広く研究されているものの、多種多様な認知の偏りを包括的に分析評価しようとする試みはいまだほとんどなされておらず、本研究の成果には非常に高い独創性がみられる。また、認知の偏りの背景要因を明らかにしたこと、さらにはそれらを説明する因果モデルの作成を試みたことは今後の同分野の研究に大きな示唆を与えるものである。くわえて、認知行動療法等の心理療法の効率化にも寄与しうるものと考えられた。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕（計 3 件）

- ①相澤 直樹、認知特性体験尺度作成の試み—因子構造と構成概念妥当性の検討②—、神戸大学大学院人間発達環境学研究科研究紀要、査読無、13 巻、1 号（印刷中）
- ②相澤 直樹、認知特性体験尺度作成の試み—因子構造と構成概念妥当性の検討—、神戸大学発達・臨床心理学研究、査読有、18 巻、1-9.
- ③相澤 直樹、精神障害の発生と維持に関わる認知の偏りの文献的検討、神戸大学大学院人間発達環境学研究科研究紀要、査読無、12 巻、1 号、2018、75-84.
http://www.lib.kobe-u.ac.jp/infolib/meta_pub/G0000003kernel_81010562

〔学会発表〕（計 4 件）

- ①Aizawa, N. Factor Structure of Cognitive Biases in Japanese Young Adults: Construction of the Comprehensive Cognitive Biases Questionnaire. 19th European Conference on Developmental Psychology、2019.
- ②相澤 直樹、多様な認知の偏りの背景的要因を探る—総合的な認知特性体験尺度作成の試み①—、日本発達心理学会第 30 回大会、2019.
- ③相澤 直樹、青年期における自己愛傾向と敵意帰属の関連について—場面ごとの分析を踏まえて—、日本教育心理学会第 58 回総会、2016.
- ④相澤 直樹、場面想定法による敵意帰属と怒りの情緒反応の測定の試み、日本心理臨床学会第 35 回秋季大会、2016.

〔図書〕（計 0 件）

〔産業財産権〕

○出願状況（計 0 件）

名称：
発明者：
権利者：
種類：
番号：
出願年：
国内外の別：

○取得状況（計 0 件）

名称：
発明者：
権利者：
種類：
番号：
取得年：
国内外の別：

〔その他〕

ホームページ等

6. 研究組織

(1) 研究分担者

研究分担者氏名：山根 隆宏

ローマ字氏名：(YAMANE、 takahiro)

所属研究機関名：神戸大学

部局名：人間発達環境学研究科

職名：准教授

研究者番号（8 桁）：60644523

※科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属されます。