

平成 22 年 5 月 21 日現在

研究種目：若手研究（スタートアップ）

研究期間：2008 ～ 2009

課題番号：20830008

研究課題名（和文） 侵入思考に対する自我異和性評価と思考抑制の関係

研究課題名（英文） The relationship between egodystonic appraisal of intrusive thoughts and thought suppression

研究代表者

荒木 剛（ARAKI TSUYOSHI）

東北大学・文学研究科・助教

研究者番号：20510556

研究成果の概要（和文）：

侵入思考の制御困難性を導く要因のひとつにコーピング方略としての「思考抑制」がある。このような不適切な対処を行ってしまう背景には、自我異和的 (egodystonic) な認知評価があるとされているが、この推測を裏付ける実証的研究はほとんど行われていない。

両者の関係及び適応状態に及ぼす影響を縦断的調査により検討したところ、自我異和的な認知評価の中でも、特に「思考の統制困難／被操作感」が思考抑制につながりやすく、さらに思考抑制が侵入思考の苦痛度および OCD 症状を強めて適応状態を悪化させていくという因果関係を実証することができた。

研究成果の概要（英文）：

Ineffective coping strategies based on egodystonic cognitive appraisal, such as thought suppression, lead to uncontrollability of intrusive thoughts. The aim of this study is to investigate empirically the relationship between egodystonic appraisal of intrusive thoughts and thought suppression. Results of the survey with longitudinal design indicated the causal relationship among egodystonic appraisal (esp. “uncontrollability of one’s thoughts / feeling of being manipulated”), thought suppression, and OCD symptom.

交付決定額

(金額単位：円)

	直接経費	間接経費	合計
2008 年度	1,280,000	384,000	1,664,000
2009 年度	970,000	291,000	1,261,000
総計	2,250,000	675,000	2,925,000

研究分野：健康心理学

科研費の分科・細目：社会科学・臨床心理学

キーワード：侵入思考、自我異和性、思考抑制、認知評価、コーピング方略

## 1. 研究開始当初の背景

2 大精神病と言われる統合失調症およびうつ病を始めとして、様々な精神障害において侵入的な思考が症状の中核を占めていることが指摘されている (Clark, 2005)。妄想、自動思考、強迫観念、心配など、これらは本人の意志とは無関係に意識の中に繰り返し侵入して通常の認知的活動を著しく妨害し、不安や恐怖などの否定的感情を喚起する。意識的なコントロールが難しい侵入的性質を有するこのような内的事象は、総じて侵入思考 (intrusive thoughts) と呼ばれている。

侵入思考は精神的に健康な者であっても日常的に体験することが知られている (Freeston et al., 1991)。内容を整理すると、犯罪、事故、失敗や汚染などをテーマとした不快な侵入思考を健常者群も体験しており、これらは患者群が体験するものとほぼ同じである。しかし、体験頻度においては大きな相違があり、患者群の体験率の高さに対して、健常者群の体験率は非常に低いものとなっている (Purdon & Clark, 1994)。ここから、侵入思考に対する認知的評価および対処方略に健常者群と患者群で違いがあるのではないかと推測できる。実際、健常者群よりも患者群の方が侵入思考を不快で制御が困難であると評価しており、積極的に対処を試みる傾向があることが分かっている (Ladouceur et al., 2000)。すなわち、健常者群に比べて患者群は侵入思考の有害性を過大評価しており、何とかこれを制御しようとして多大な労力を費やしていると言えるだろう。しかし、その努力が功を奏していないということになる。

この理由として、侵入思考に対する対処方略としてしばしば使用される「思考抑制」が挙げられる。これは不快な侵入思考を意識しないようにする方略であるが、抑制の後にむしろ侵入思考の頻度は増加する傾向があり、思考のリバウンド現象として広く知られている。Wegner (1994) の皮肉過程理論によれば、不快な思考が生じ次第すぐに抑制するために「監視過程」という機構が働いている。ところが、意識の中から抑制対象となる不快な思考を検出するためには、抑制対象の侵入に対して常に注意を払い続けなければならない。その結果、抑制対象についての活性化が持続し、皮肉にも意識に上りやすくなるとされる。

皮肉過程理論は思考抑制に関する研究に大きなインパクトを与えたが、批判も多く為されている。その中に、抑制対象となる思考の内容を考慮していないというものがある (木村, 2003)。実際に侵入思考を抑制する際には、抑制に対する動機付けや情動の影響も無視できないだろうし、抑制対象をどのように認知するかという問題も関与していると考えられる。

これに関連して、侵入思考に対する自我異和的 (egodystonic) な認知評価がある。これは特に強迫性障害において典型的に見られるものであり、侵入思考の内容が自らの道徳観や価値観、目標や好みなどと相容れない異質なものであるという評価を指す (Purdon, 2005)。逆に侵入思考の内容が自己と一致する方向のものである場合には、自我親和的な (egosyntonic) 評価が行なわれている。統合失調症における妄想や思考吹入、うつ病が寛解した後に発生した希死

念慮などが自我異和的と評価されうる侵入思考の代表例であり、自我親和的と評価されうるものとしてはうつ病における自動思考や不安障害における心配などが挙げられる。

自我異和的な評価が精神障害の症状の進展と方向性に関与していることを示唆する論考もある (Purdon, 2005)。しかし、侵入思考に対する自我異和性の評価と症状の強さおよび方向性に関しては、自我異和性を測定する手段がなかったこともあって実証的な研究がほとんど行なわれていなかった。この問題を解決するべく、Purdon et al. (2007) は自我異和性を測定する尺度 (Ego-Dystonicity Questionnaire : EDQ) を開発している。この尺度は「道徳観との不一致」、「心理的抵抗感」、「自己理解への影響」、「不合理感」の下位尺度を有しており、健常者群と強迫性障害患者群で結果を比較したところ、「不合理感」を除く全ての下位尺度間に有意差が認められ、患者群の方が高い得点を示していた。すなわち、患者群の侵入思考は極めて自我異和的と評価されている可能性が強い。この結果から、自我異和的な侵入思考が自己と相容れない内容であるが故に、強い不快感と抑制への動機付けを喚起するであろうことが予想できる。また、思考抑制がさらなる侵入思考を呼び込むというリバウンド効果が大きな違和感と不快感を生じさせ、自我異和的な評価を強めている可能性もある。

## 2. 研究の目的

本研究は、侵入思考における自我異和的評価とコーピング方略 (思考抑制) との関係について、主に以下の点に関して検討を加えるものである。

(1) 自我異和性尺度とパーソナリティ変数

の関係

Purdon et al. (2007) の EDQ を日本語に翻訳し、パーソナリティ変数との関連について検討する。

(2) 侵入思考に対する自我異和的評価がコーピング方略の選択に及ぼす影響  
侵入思考に対する自我異和的評価がコーピング方略とどのような関係にあるのか、検討を加える。

## 3. 研究の方法

(1) 自我異和性尺度とパーソナリティ変数の関係

自我異和性を測定する尺度の日本語版作成に向けたデータ収集及びパーソナリティ要因との関連を検討することを目的として、次のような質問紙調査を実施した。

### ①調査対象者

大学生 243 名 (男性 116 名、女性 127 名、平均年齢 18.48 歳 (SD=0.78))。

### ②質問紙の構成

(a) *Ego-Dystonicity Questionnaire* (Purdon et al., 2007)

以降は EDQ と略記する。侵入思考に対する自我異和的評価の程度を測定する尺度。第 1 著者から許可を得て翻訳し、使用した。

(b) *Locus of Control* 尺度 (鎌原ら, 1982)

統制の所在を測定する尺度。高得点ほど内的統制傾向が強いことを表す。

(c) *NEO-FFI* (Costa et al., 1989; 下仲ら, 1999)

Big Five を測定する尺度。

(d) *TAC-24* (神村・海老原・佐藤・戸ヶ崎・坂野, 1995)

対処スタイルを測定する尺度。問題解決・サポート希求 (情報収集、計画立案、カタル

シス)、問題回避(放棄・諦め、責任転嫁)、肯定的解釈と気そらし(肯定的解釈、回避的思考、気晴らし)の下位尺度を有する。

(2) 侵入思考に対する自我異和的評価がコーピング方略の選択に及ぼす影響

侵入思考に対して自我異和的な評価を行った場合、実際にどのようなコーピング方略が使用され、適応状態にどのように影響していくのかについて検討するため、以下のような調査を実施した。

#### ① 調査対象者と手続き

大学生を対象とし、約1カ月の間隔を空けて、同一のサンプルに対する調査を2回実施した。双方の調査に協力した者のデータのうち、回答に不備のあるものは除外され、最終的に297名分(男性157名、女性140名、平均年齢18.51歳(SD=0.72))のデータが分析の対象となった。

なお、1回目の調査では下記の(a)・(b)・(c)を、2回目の調査では(a)・(d)・(e)を実施した。

#### ② 質問紙の構成

##### (a) 侵入思考に関する質問

侵入思考の定義についての説明文を読んだ後に最近体験した侵入思考を1つ記述してもらい、その体験頻度と苦痛度について4段階での評定を求めた。

(b) *Ego-Dystonicity Questionnaire* (Purdon et al., 2007)

以降はEDQと略記する。侵入思考に対する自我異和的評価の程度を測定する尺度。第1著者から許可を得て翻訳し、使用した。

(c) *Thought Control Questionnaire* (Wells & Davies, 1994)

侵入思考に対するコーピング方略を測定

する尺度。TCQと略記する。山田・辻(2007)による日本語版を使用した。「気晴らし」、「罰」、「再評価」、「心配」、「社会的統制」の下位尺度を有する。このうち、「罰」が思考抑制と関連する内容のものとなっている。

(d) *Maudsley Obsessional Compulsive Inventory* (Hodgson & Rachman, 1977; 吉田ら, 1995)

強迫症状を測定する尺度。

(e) *The Center for Epidemiologic Studies Depression Scale* (Radloff, 1977; 島ら, 1985)

抑うつ症状を測定する尺度。

## 4. 研究成果

### (1)

#### ① EDQの因子構造

主因子法およびプロマックス回転による分析を行なったところ、4因子構造が得られた。それぞれ「困惑・不合理感」( $\alpha = .85$ )、「思考の拒否・拒絶」( $\alpha = .85$ )、「思考の現実化への懸念」( $\alpha = .78$ )、「道徳観との不一致」( $\alpha = .77$ )と命名された。なお、尺度全体の内的整合性は十分な値を示し( $\alpha = .89$ )、累積寄与率も50.8%となった。

#### ② 統制感、対処スタイル、パーソナリティとの関係

EDQの尺度得点と、Locus of Control尺度得点およびNEO-FFIの下位尺度得点との相関係数を算出したところ、神経症傾向とEDQの合計得点( $r = .334$ )および各下位尺度得点(「困惑／不合理感」: $r = .174$ 、「道徳観との不一致」: $r = .330$ 、「思考の現実化への懸念」: $r = .355$ )との間の相関係数が有意であった。また、開放性とEDQ合計得点( $r = -.171$ )、「困惑／不合理感」( $r = -.225$ )が有意な負の相関を示した。これらの結果より、神経症傾向

が侵入思考の自我異和性を過大評価させる方向に働いていることが示唆される。また、開放性の高さが思考の侵入による自己概念の混乱を防ぐ働きがあることも示唆された。統制感は自我異和的評価と無関係であることも示唆されたが、今回は一般的統制感を検討の対象としていた。今後は侵入思考そのものに対する統制感を検討する調査が必要になると考えられる。対処スタイルについては、男女間の相関のパターンに明確な違いが認められた。女性の場合、「サポート希求」「問題回避」との間に有意な正の相関 ( $r = .176 \sim .278$ ) を示した。男性の場合には有意な相関は認められなかった。総じて回避的な対処スタイルと侵入思考に対する自我異和的評価との関係が強いことから、普段から回避的な対処を行なう傾向の強い女性は侵入思考に対して自我異和的と評価しやすいことが示唆される。

(2)

### ①EDQの因子構造

最尤法およびプロマックス回転による分析を行なったところ、3因子構造が得られた。それぞれ「困惑・不合理感」( $\alpha = .766$ )、「道徳観との不一致」( $\alpha = .780$ )、「思考の統制困難／被操作感」( $\alpha = .752$ )と命名された。なお、尺度全体の内的整合性は十分な値を示し ( $\alpha = .764$ )、累積寄与率は54.990%となった。

### ②侵入思考に対する自我異和的評価とコーピングが1カ月後の侵入思考の発生および適応状態に及ぼす影響

“自我異和的評価がコーピングに影響し、コーピングが1カ月後の侵入思考および適応状態に影響する”という初期モデルを構築して共分散構造分析を行ったが、十分な適合

度が得られなかった。有意でないパスや関連しない変数などを除去して再度分析を行ったところ、最終的にFigure1に示す修正モデルが得られた。

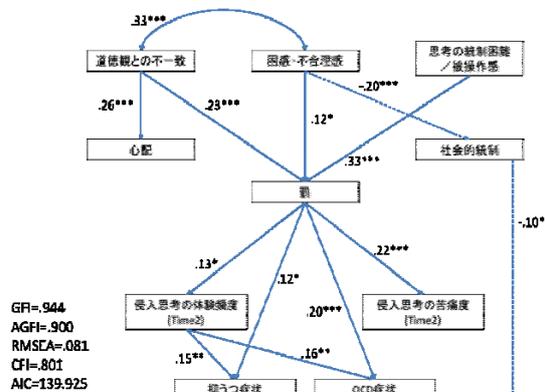


Figure 1. 侵入思考に対する評価と対処が1カ月後の侵入思考および適応状態に及ぼす影響

分析結果は、自我異和的な評価が「罰」のような抑制的コーピングを導きやすいこと、そのことがさらなる侵入思考の発生と適応状態の悪化を招くことを示唆している。特に、「思考の統制困難／被操作感」が抑制的コーピングにつながりやすいこと、抑制的コーピングが侵入思考の体験頻度を増加させ、抑うつ症状およびOCD症状を強めやすいことが確認された。今後は、実験的な手法を用いるなど、自我異和的評価と侵入思考の関係についてより踏み込んだ検討が求められる。

## 5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

[雑誌論文] (計 0 件)

[学会発表] (計 4 件)

1. 荒木 剛・佐藤 拓・菊地史倫・池田和浩.

侵入思考に対する自我異和性評価と関連

する諸要因 —パーソナリティ、統制感の  
影響—

東北心理学会第 62 回大会, 東北大学,  
2008 年 7 月 20 日.

2. 荒木 剛・佐藤 拓・菊地史倫・池田和  
浩.

侵入思考に対する自我異和性評価と関連  
する諸要因 —パーソナリティ、対処スタ  
イルの影響—

日本パーソナリティ心理学会第 17 回大会,  
お茶の水女子大学, 2008 年 11 月 15 日.

3. 荒木 剛・佐藤 拓・菊地史倫・池田和  
浩.

侵入思考に対する自我異和的評価と対処  
方略の関係 —予備的検討—

東北心理学会第 63 回大会, 弘前大学,  
2009 年 6 月 20 日.

4. 荒木 剛・佐藤 拓・菊地史倫・池田和  
浩.

侵入思考に対する自我異和的評価とコー  
ピングの関係

日本行動療法学会第 35 回大会, 幕張メッ  
セ, 2009 年 10 月 12 日.

[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 :

出願年月日 :

国内外の別 :

○取得状況 (計 0 件)

名称 :

発明者 :

権利者 :

種類 :

番号 :

取得年月日 :

国内外の別 :

[その他]

ホームページ等

## 6. 研究組織

### (1) 研究代表者

荒木 剛 (ARAKI TSUYOSHI)

東北大学・文学研究科・助教

研究者番号 : 20510556

### (2) 研究分担者

( )

研究者番号 :

### (3) 連携研究者

( )

研究者番号 :