

令和元年6月18日現在

機関番号：34415

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2015～2018

課題番号：15K04162

研究課題名(和文)アレキシサイミアに対する対人関係療法導入のためのアセスメントツール開発

研究課題名(英文) The development of a tool to assess the interpersonal relationship of alexithymia

研究代表者

馬場 天信 (BABA, Takanobu)

追手門学院大学・心理学部・教授

研究者番号：00388216

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,200,000円

研究成果の概要(和文)：本研究ではアレキシサイミア傾向者の対人関係における諸特徴をアセスメントできるツール開発を目的とした。調査1では同傾向者の愛着対象あるいは回避対象となる他者の属性分析、調査2では同傾向者の対象関係や家族内対人関係パターンと愛着スタイル、調査3では同傾向者の対人信念を測定する尺度開発、調査4で傷つき体験開示抵抗感尺度の開発を行った。同傾向者は、対人関係パターンにおいて愛着形成の問題があり、見捨てられ不安を中心にパラノイア的な対人信念が形成され、他者へ相談したり頼ることを困難にしていること、傷つき体験を開示することでネガティブ感情の再体験となることを恐れていることも明らかとなった。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究は、感情を気づくことや他者に表出することが困難なアレキシサイミア傾向者が、対人関係においてどのような困難を有しているかを検討した。脳科学的研究から感情に関する脳内情報処理の問題が既に指摘されているが、本研究は同時に愛着形成を基盤にした「関係性の障害」やそれに基づく被害的な対人信念の問題から、他者に頼ることや相談することでむしろネガティブ感情の再体験が活性化することを恐れ、他者との親密な関係にはいれないことが明らかとなった。すなわち、臨床心理学的介入を行う際には、このようなアレキシサイミアの関係性の障害に焦点をあて治療でその困難さを丁寧に扱うことの重要性を示唆したと言える。

研究成果の概要(英文)： The purpose of this study was to investigate the characters of interpersonal relationship and to develop the tool to assess the alexithymic relationship tendency. Four surveys on the web were conducted to reveal about attachment relations, object relation to stress situation, interpersonal beliefs and a feeling of resistance to self-disclose to others. The results showed that attachment anxiety and interpersonal belief of paranoid of alexithymia foster the resistance to self-disclosure about painful experiences to others. Furthermore, the assessment of these characters is more important for intervention to alexithymic clients.

研究分野：臨床心理学

キーワード：アレキシサイミア 質感情症 愛着 対人関係 対人信念

1. 研究開始当初の背景

アレキシサイミアは心身症患者に特徴的な感情制御の障害を指しており、自己の感情への気づきの乏しさ、感情描写の困難さ、内面より外的事実関係に注目する認知様式、想像性の貧困さによって定義されている(Taylor et al.,1984)。現在では、心身症以外にも身体化や行動化を中心とする幾つかの精神疾患(物質常用性障害やパーソナリティ障害、摂食障害など)にも同様の特徴が認められることが明らかにされており、心理療法的介入が難しいパーソナリティ特徴として臨床心理学、心身医学、精神医学の領域で注目されている。

アレキシサイミアに関する基礎的研究は、1990年代後半までは尺度開発に重点が置かれていたがTAS-20完成後、感情処理メカニズムの解明に関心が移り、2000年以降は脳科学や感情心理学へと拡大し、社会性の神経基盤解明へとその関心や研究は広がっている。例えば、アレキシサイミアは心の理論課題やミラーニューロン課題において、内側前頭前野や前運動・頭頂葉での賦活低下が認められており(eg.Moriguchi et al., 2009)、自他の分化や共感性が乏しいことが報告されている(Moriguchi et al.,2006)。

これらの研究結果から示唆されることは、アレキシサイミア傾向者は自己表象と他者表象の分化ができておらず、近年注目されているメンタライジング機能の低下がアレキシサイミアの「関係性の障害」の基盤にあることである。事実、調査研究によって、愛着関係や家族関係や家族機能、ソーシャルサポート量の少なさが報告されている(Kojima et al.,2003; Wearden et al., 2005; 馬場, 2010)。先行研究を含めて示唆されているアレキシサイミアの対人関係の特徴は、回避的かつ状況依存的、見捨てられ不安や恐怖が強く、ソーシャル・サポートの量が少ないこと等が挙げられる。このように、アレキシサイミアは「関係性の障害」と「感情処理プロセスの障害」に問題が認められることが明らかとなっている。

アレキシサイミアやそれに付随する諸問題を改善し修正を促すことが可能な鍵となるのは、情緒体験や交流を回避している関係性の障害をいかに克服するかにあると考えられる。対人関係療法(Interpersonal psychotherapy)は実証性の認められている心理介入の一つであるが、そこでは対人関係に纏わるパターンの明確化や対人状況での感情体験の制御、対人関係に纏わる信念や認知の修正などを中心にアプローチを行っている。対人関係療法は、感情表出を無理に促すよりも、対人関係の在り方に重点をおいた介入マニュアルを用いているという意味で、アレキシサイミアに対する介入効果も期待できると考えられる。更に、もともと精神分析的背景から概念化されたアレキシサイミアについて対人関係精神分析の視点から介入を考える際にも対人関係に注目することはより重要であると言える。

本研究はアレキシサイミア傾向者のメンタルヘルスを改善するために必要なプログラム開発の基礎となる研究として、アレキシサイミア傾向者のストレスと感じやすい対人関係や対人関係状況の特定、対人関係の属性を明らかにし、更にそこに特定の対人信念があるのであればそれを明らかにし、自己の感情への気づきや表出の困難さと対人関係の関係性パターンを結び付けられるような尺度を開発することを主要目的としている。

2. 研究の目的

本研究の目的は、感情への気づきや表現が乏しいアレキシサイミア傾向者が有している「関係性の障害」に注目し、将来的に対人関係療法介入が可能となるよう、対人交流の取り方の「パターン」やそこで機能する「対人信念」、その対人場面において触れたり、回避しやすい「感情」との相互の関係性を明確にすることである。そして、最終的に、感情が生起する対人状況イメージスクリプトを作成し、その状況でのアレキシサイミアの反応特徴(信念、感情、行動、表出)を多面的にアセスメントできるツールの基礎資料を明示することである。

3. 研究の方法

本研究は一般成人におけるアレキシサイミア傾向者への対人関係の臨床実践アプローチを念頭においているため、調査対象者には大学生のみならず一般成人も含め、結果的に調査はWeb調査を中心として実施した。調査のフェーズは延長申請も含めて4年間であったが、各年度ごとにWeb調査を実施し、得られたデータについて数量的な統計分析を行い、アレキシサイミアの特徴をアセスメントできる質問紙尺度のツール開発を行った。なお、初年度に実施した自由記述に対する分析については、テキストマイニングを用いた質的分析を行った。

4. 研究成果

(1) アレキシサイミア傾向者の愛着対象、ストレス対象の属性分析

「身近な方との関係性に関する調査」として、一般成人505名(男性230名、女性275名、30~49歳)を対象にTAS-20、愛着対象とストレスを感じる対象それぞれの人数、知り合ってから期間、普段話をする頻度、気持ちの上で頼りにしている程度に評定させ、更に各対象については自由記述でどういった特徴を有している対象かを入力させた。アレキシサイミア傾向について群分けを行い、High群174名(34.5%)、Med群283名(56%)、Low群48名(9.5%)としこれらの群を独立変数として、各評定について分散分析を実施した。その結果「普段、気持ちの上で頼りにしていると思える人数を回答してください」において有意な主効果が認められ、

High 群の頼りにできる人数が他群と比較して少ないことが明らかとなった(Low 群は 3.65、Med 群は 2.64、High 群は 2.41)。また、ストレスを感じる対象に対して「その人と一緒にいることをどれくらい避けたい気持ちになるか主観的数値で回答してください(0~100)」において、High 群はストレスを感じる対象との接近を避けたい気持ちが有意に高いことが明らかとなった(Low 群が 80.46、Med 群が 79.42、High 群が 86.14)。なおその他の普段のコミュニケーション機会などには違いが認められず、自由記述のストレス対象属性についてのテキストマイニング分析においてもアレキシサイミア傾向者に特徴的な顕著な対象属性は抽出されなかった。

(2) 原家族における対象関係および対人関係の関連性

アレキシサイミア傾向者の原家族における対人関係のパターンを推定するために、Web 調査を実施し、子ども、父親、母親のマッチングデータを収集し、83 家族(父親、母親、子どもセット)の回答を得た。調査ではアレキシサイミア傾向者の対象関係を推定するために、母子関係において母親に対する願望、実際の母親の関係、母親といるときの自分の関係について強制選択で回答を求めた。選択肢は Luborsky の中核葛藤テーマ評定で用いる選択肢とした。また、家族成員全員に TAS-20、愛着尺度である ECR-GO 等を回答させた。更に、母親の性格的特徴について自由記述を行わせた。分析の結果、アレキシサイミア傾向者は、母親に対する願望において「自分を主張したい、独立した存在でありたい」と回答した者の割合が 30%と他の群より顕著に高く、それ以外の対象関係では顕著な違いは認められなかった。相関分析の結果、子どものアレキシサイミア傾向は、子ども自身の見捨てられ不安と .64、母親の見捨てられ不安と .62、母親のアレキシサイミア傾向と .47、父親のアレキシサイミア傾向と .43 で有意な正の相関関係を示した。自由記述に関するテキストマイニング分析ではアレキシサイミアに特徴的な対象属性のワーディングは抽出されなかった。そのため、自由記述や対象選択に関する質問項目を除いた既存尺度のみで調査内容を一部変更して追加調査を行い、最終的に 159 家族のセットデータを回収し、両親のアレキシサイミア傾向や愛着スタイルが子どものアレキシサイミア傾向にどのような影響を与えるのかを共分散構造分析を用いて検討したところ Figure 1 のような結果が得られた。以上の結果から、子どものアレキシサイミア傾向は、両親のアレキシサイミア傾向と関連性が高く、特に母親の見捨てられ不安の高さが関係し、そこから自立したり、独立したいと思いつつ、過干渉や過保護的な態度に絡めとられている可能性が示唆された。アレキシサイミアの対象関係では自立と分離をテーマとした関係性が大きく影響していることが示唆された。

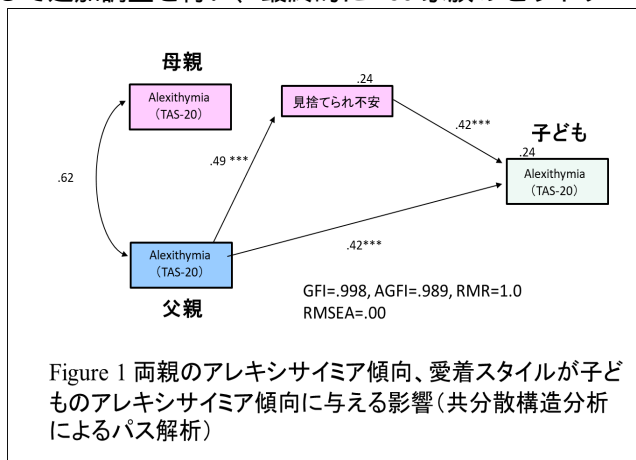


Figure 1 両親のアレキシサイミア傾向、愛着スタイルが子どものアレキシサイミア傾向に与える影響(共分散構造分析によるパス解析)

(3) アレキシサイミア傾向者の対人信念の特徴について

アレキシサイミア傾向者の対人関係における信念の特徴を明らかにするために 20~40 代の一般成人 452 名(男性 225 名、女性 227 名、平均年齢 35.33 歳)を対象に、筆者らが独自に作成した対人関係信念項目 43 項目と TAS-20 (小牧, 2015) を回答させた。対人信念尺度の項目作成については、対人関係療法等での使用可能性を念頭に認知面で対象関係として強く意識する特徴を反映させるよう意識して作成した。因子分析(バリマックス回転、主因子法)を行い最終的に Table 1 に示した 22 項目 3 因子(累積寄与率 56.79%) を抽出した。第 1 因子は自己不信や他者不信、被害的な信念で構成されており「自己他者不信・パラノイア信念」(=.94) 第 2 因子は甘えを満たすよう他者をコントロールできることを当然とする内容であり「甘え充足・他者コントロール信念」(=.88) 第 3 因子は常に他者の支えになり、貢献できる強い自己であらねばならないという内容であり「万能的自己信念」(=.80) とそれぞれ命名し

Table 1 対人信念尺度の因子分析結果

	Fac1	Fac2	Fac3
私は、多くの人から嫌われているに違いない	.81	.12	.15
私が人に心を開けば、たちまち嫌われてしまうに違いない	.81	.20	.18
多く人は、私を信用していないに違いない	.77	.17	.09
自分に困ったことが起きても、人は決して私を助けてくれないはずである	.73	.34	.08
他者と一緒に物事を進めてうまくいかないのは、私のせいには違いない	.72	.12	.31
私が心の奥底で何を感じているのかを人にみせれば、人は私から離れていくに違いない	.72	.21	.07
他者との関係で問題が起きれば、何があるかと私が責任をとられるに違いない	.65	.31	.25
人は私を都合よく利用しているに違いない	.62	.36	.07
私が人から駄目だと指摘されることは、間違いないに違いない	.61	.14	.27
私が人に頼ることは許されるべきではない	.61	.35	.19
私が仲良くなりたいと強く思うせいで、相手はうんざりして私から離れてしまうに違いない	.59	.19	.34
他者は、私に対して常に働きかけるべきである	.29	.73	.21
他者は、私の思うままに行動すべきだ	.31	.70	.12
何か問題が起きた時の責任は、私ではなく他者が取るべきである	.37	.66	.05
他者に関することで私が悩まされるのは、私よりその人に問題があるからに違いない	.28	.64	.09
人は、私に対して好意的であることを、繰り返し言葉や態度で示すべきである	.18	.63	.41
私は、他者に感謝されて当然である	-.02	.59	.33
私が相手のことを大切に思うのと同じくらい、人は私のことを大切に思っているべきである	.21	.55	.34
私は他者を常に支えなければならない	.13	.18	.76
私は常に誰かに貢献しなくてはならない	.34	.09	.67
私は頼りがいがあると思われなければならない	.12	.29	.66
他者が持っている悩みは、同じく私にとっての悩みであるべきだ	.25	.30	.50

た。

続けて、TAS-20のcutoff point にならぬalex群(N=112)、possible-alex群(N=160)、non-alex群(N=180)の3群に分類し、信念尺度の3因子を従属変数とした1要因の分散分析を行った。その結果、第1因子においてアレキシサイミア傾向者は有意に高い得点を示したが、第2因子および第3因子についてはnon-alex群が有意に低い得点を示した(Table 2)。アレキシサイミア傾向者は自己や他者への不信から親密な関係性を構築することを困難にし、他者の接近を迫害的に捉えやすい対人信念を有していることが明らかとなった。

Table 2 アレキシサイミア傾向からみた対人関係信念の特徴

	alex		possible-alex		non-alex		F値 (df=2,452)	多重比較 (Tukey法)
	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD		
自己他者不信・パラノイア信念	35.2	(7.63)	29.5	(6.16)	23.4	(7.96)	91.8 **	a > b > c
甘え充足・他者コントロール信念	19.1	(5.42)	17.9	(4.27)	15.0	(5.36)	20.7 **	a, b > c
万能的自己信念	11.0	(3.08)	10.4	(2.90)	9.3	(3.44)	9.9 **	a, b > c

** p < .01 a=alex, b=possible-alex, c=non-alex

(4) アレキシサイミアに見られる傷つき体験の他者への開示抵抗感

前調査より、アレキシサイミア傾向者は自己や他者への不信から親密な関係性を構築することが困難であることや他者の接近を迫害的に捉えやすい対人信念を有していることが明らかになった(馬場他, 2018)。本調査では、その臨床応用や対人スキルへの介入を念頭に、アレキシサイミア傾向者が傷つき体験を語ることにしてどのような困難を抱えているか明らかにすることを目的とした。大学生および20代と30代の一般成人の男性396名、女性432名の計828名を調査対象者とし質問紙調査と成人に対してはWeb調査を実施した。調査内容は、本調査目的のために筆者らが独自に作成した傷つき体験開示抵抗感尺度の完成版28項目を使用した(寺田・馬場, 2018 右Table 1参照)。この尺度は、これまでに実際にあった傷つき体験を想起させ、体験を語る対象として重要な他者を1人選択させたうえで5件法で回答させるものである。因子は「自己での解決」「不快感情回避」「恥感覚回避」「相手への配慮」「相手への諦め」「傷つき回避」の6因子で構成されている。その他、TAS-20、アダルトアタッチメントスタイルを測定するECR-RS日本語版(吉村他, 2016)、抑うつ尺度(坂野他, 1994)にも回答させた。

まず、アレキシサイミア傾向について国際基準に基づいて3群に分類し、それらを独立変数とした1要因の分散分析を行った(Table 2)。その結果、アレキシサイミア傾向が高いと、特に「不快感情回避」「恥感覚回避」「傷つき回避」といった不快情動を回避したいという動機で傷つき体験を語らないことが明らかとなった。また、アレキシサイミア傾向者は「相手への配慮」

Table 1 傷つき体験開示抵抗感尺度の因子分析結果(プロマックス回転・主因子法)

	因子						共通性
	1	2	3	4	5	6	
第1因子 自己での解決(8項目) α = .899							
話さなくても自分で気持ちを切り替える方法を知っているから大丈夫だ	.91	.43	-.12	.04	-.17	-.02	.67
傷ついた体験は自分の中で解決できると思うので、その人には話さないでいいと思う	.85	.12	.00	-.02	-.05	-.01	.75
私は傷ついた体験があっても自分で何とかできるので、その人に話す必要はないと思う	.81	.02	.08	-.07	-.06	.01	.65
人に話すこと以外の自分なりのストレス発散の方法を持っているので話す必要はないと思う	.79	.01	-.13	.04	.03	.09	.62
傷ついた体験は、その人に話さなくても自分で処理できると思う	.77	-.20	-.05	.04	.07	.14	.60
傷ついた体験があっても自分で切り替えることができるので、話す必要はないと思う	.67	-.09	.13	.03	.12	.00	.62
つらい体験があってもその人に頼らず頑張るので、話す必要はないと思う	.66	.13	.08	-.07	.08	-.10	.58
私はその人に頼らなくても、傷ついた気持ちを解消できると思う	.51	-.23	.09	.02	.11	-.10	.34
第2因子 不快感情回避(5項目) α = .854							
その体験を思い出すと、かえって情緒が不安定になってしまいそうな気がするので、話したくないと思う	-.19	.81	-.09	.00	.04	.09	.60
自分がつらい気持ちになってしまうことが最も大事なので、話したくないと思う	.12	.73	.00	-.08	.03	-.02	.54
つらい気持ちを再体験したくないので、話したくないと思う	-.78	.72	.07	.24	.08	-.12	.52
話そうとして不安が高まるのがとても怖いので、話したくないと思う	-.05	.70	-.04	.29	-.01	.14	.59
気分が沈む可能性があることは避けたいので話したくないと思う	.96	.67	.07	.11	-.03	-.11	.58
第3因子 恥感覚回避(5項目) α = .890							
その人には、自分が悩んでいる姿など見せたくない	-.04	-.11	.81	.05	.10	-.04	.60
その人には傷つき悩んでいる自分の姿を見せたくない	-.02	-.01	.81	.01	-.04	.07	.70
その人には私が傷ついたことを気づかせたくない	.28	.16	.74	-.01	-.07	-.04	.68
私の傷ついたり思っているところを、その人には知られたくない	.36	.08	.66	.04	-.01	.08	.65
私のつらい気持ちをその人が察知するのが嫌だ	.81	.26	.47	.01	-.11	.11	.57
第4因子 相手への配慮(4項目) α = .831							
私のつらい話を聞かされて相手の気持ちが沈むのは避けたいと思う	.69	.05	-.08	.87	-.05	-.04	.70
私の体験を話したことで、その人に気を遣わせたくないと思う	.74	.02	.01	.74	-.03	.04	.62
私の傷ついた体験を話して、相手の気持ちを重たくさせるのは申し訳ないと思う	-.10	-.06	.16	.73	.08	-.06	.60
私の傷ついた話を聞くと、その人にとってストレスになると思う	-.78	.23	.03	.38	.02	.19	.48
第5因子 相手への諦め(3項目) α = .836							
その人に話しても、解決策は見つからないと思う	-.23	-.01	.03	.00	.84	.01	.70
私の傷ついた体験は、その人に話しても解決しないと思う	.32	.07	-.07	-.02	.78	.08	.66
私の傷ついた体験は、その人に話しても仕方がないと思う	.26	.13	-.01	-.04	.55	-.08	.60
第6因子 傷つき回避(3項目) α = .739							
傷ついた体験をすることで、自分への評価が変わるのではないと思う	.41	-.02	-.03	.00	.01	.90	.46
傷ついた体験を話すと、相手の態度が変わってしまうのではないと思う	-.39	.06	.12	.06	.02	.53	.76
傷ついた体験を話すと、他の人に話してしまわれるのではと不安になる	.02	.23	.10	-.14	.05	.42	.38

Table 2 アレキシサイミア傾向による傷つき体験開示抵抗感、愛着(学童期)、抑うつ感の分散分析結果

	alex group N=347		possible-alex group N=274		non-alex group N=207		主効果	多重比較 (Tukey法)
	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD		
自己での解決	3.17	.90	3.09	.76	3.21	1.07	1.08	
不快感情回避	3.21	.90	2.86	.74	2.34	1.00	63.99 ***	alex > p-alex > n-alex
恥感覚回避	3.17	1.00	2.86	.87	2.49	1.10	31.18 ***	alex > p-alex > n-alex
相手への配慮	3.50	.94	3.19	.85	3.03	1.10	17.65 ***	alex > p-alex, n-alex
相手への諦め	3.59	.98	3.37	.97	3.19	1.17	10.55 ***	alex > p-alex, n-alex
傷つき回避	2.78	1.02	2.52	.84	2.02	.95	41.62 ***	alex > p-alex > n-alex
愛着 回避	3.71	1.24	3.16	1.12	2.06	1.41	12.64 ***	alex, p-alex > n-alex
愛着 不安	3.71	1.59	3.16	1.39	2.06	1.32	81.54 ***	alex > p-alex > n-alex
抑うつ感	2.59	.74	2.19	.70	1.60	.66	125.62 ***	alex > p-alex > n-alex

*** p < .01

「相手への諦め」という点において他の2群よりも高い得点を示した。

以上の結果から、アレキシサイミア傾向者の対人関係の特徴として、そのベースに愛着形成の問題があり、主に見捨てられ不安を中心に信念が形成され、パラノイア的な対人信念や不信による他者へ相談したり頼ることを難しくしていることが示唆された。また、他者との関係のなかで自分の傷つき体験を語ることが恥の感覚や不快感情の再体験になることを恐れて開示しないことになっており、それらの悪循環がアレキシサイミアの問題にあるということが明らかとなったと言える。

5. 主な発表論文等

〔学会発表〕(計5件)

1. 寺田 絢・馬場天信、傷つき体験の語りにくさに関する基礎研究 傷つき体験開示抵抗感尺度の開発、日本心理臨床学会第38回大会、2019
2. 馬場天信・寺田 絢 アレキシサイミアの傷つき体験の語りにくさに関する研究、日本心理臨床学会第38回大会、2019
3. 馬場天信・宮崎佑希、対人関係信念尺度の開発 アレキシサイミア傾向者の対人関係信念の検討、日本心理臨床学会第37回大会、2018
4. 中川彩華・馬場天信・興津真理子、幼少期の愛着体験や家族機能と現在の対人関係の関連 同性親との愛着体験に注目して、日本心理臨床学会第36回大会、2017
5. 馬場天信 両親と子どもにおけるアレキシサイミア傾向の関連性、第56回日本心身医学会総会ならびに学術講演会、2017

6. 研究組織

(1)研究分担者

研究分担者氏名：

ローマ字氏名：

所属研究機関名：

部局名：

職名：

研究者番号(8桁)：

(2)研究協力者

研究協力者氏名：川畑 直人(京都文教大学)、佐藤 豪(同志社大学)

ローマ字氏名：(KAWABATA, Naoto)、(SATO, Suguru)

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。