

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 27 年 5 月 28 日現在

機関番号：13601

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2011～2014

課題番号：23730652

研究課題名(和文) 社会恐怖と対人恐怖の相違に対応した不安維持プロセスの解明と介入法の研究

研究課題名(英文) The research of an anxiety maintenance process and intervention method corresponding to the difference of social anxiety disorder and taijin kyofusho

研究代表者

清水 健司 (Shimizu, Kenji)

信州大学・学術研究院人文科学系・准教授

研究者番号：60508282

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,000,000円

研究成果の概要(和文)： 社交不安障害と対人恐怖は共に恥の病理であると言われている。しかし、近年、前者は回避的な防衛方略を用いやすく、後者は強迫的な防衛方略を用いやすいといった指摘がなされている。この両者における防衛の相違は、不安の維持プロセスや介入法の選択にも影響を及ぼすと考えられる。

そのため、本課題は、社交不安障害と対人恐怖のアナログ類型を対象として不安維持プロセスの要因解明、有効な介入プログラム作成とその効果評価を行った。その結果、自己愛的かつ完全主義的な認知を持つ対人恐怖では、認知療法のみでの介入では不十分である可能性が示唆された。

研究成果の概要(英文)： It has been said that both social anxiety disorder and taijin kyofusho are the pathology of shame. However, recently, it has suggested that the former tends to use avoidance defense style and the latter tends to use the obsessional defense style against stressful situation. The difference of both defense styles might affect selection of an anxiety maintenance process and intervention method. Therefore, this research performed to explore factors of an anxiety maintenance process, to develop effective intervention method by using the analog type of social anxiety disorder and taijin kyofusho.

As a result, in taijin kyofusho with narcissistic personality trait and having perfectionism cognition, an insufficient possibility was suggested if it was the intervention method of only a cognitive therapy.

研究分野：臨床心理学

キーワード：社交不安障害 対人恐怖 森田療法 認知行動療法 強迫的な構え 心理学的介入 自己愛 完全主義

1. 研究開始当初の背景

(1) 社会恐怖と対人恐怖は、他者のまなざしに曝されることを恐れる不安障害であり、共に恥の病理として長年ほぼ一括りで扱われてきた。しかし、近年では両者の共通点に加え、相違点に関する言及も見られるようになった。まず、DSM に明記される“社会恐怖”は、恥意識に敏感であるため苦手な社交場面から徹底的に回避しようとする。一方、本邦の森田(1953)が提唱した“対人恐怖”は、恥意識の敏感さと傲慢とも取れる自己愛的プライドを併せ持ち「強力 vs. 無力(内沼, 1977)」のような相矛盾する2面性の葛藤に苦悩している。

両者は、恥への敏感さを重複させるものの、社会恐怖は自己評価の低さによる消極的な回避的防衛を、対人恐怖は誇大な自己愛に裏打ちされた万能的幻想による強迫的防衛を持つ点に相違が見出されている(牛島, 2004)。

しかし、このような示唆にも関わらず、両者の共通点のみに終始する報告が多く、古典的見解からは未だに脱却できていない。国外では社会恐怖の知見は豊富であるが対人恐怖への注目は極めて薄く、本邦でも実証研究となると両者の相違を取り上げたものは稀少である。このような現状では、両者の相違に対応した不安維持プロセスの解明、及び各々のプロセスを考慮した適切な介入法の選択において、大きな立ち遅れを生む可能性がある。

社会恐怖と対人恐怖を実証的に扱った研究には、清水他(2007)による対人恐怖心性-自己愛傾向2次元モデルがある。これは、自己愛性人格障害と対人不安の臨床サブタイプ整理を通じて、縦軸に自己愛傾向、横軸に対人不安を布置した実証モデルである。何より、社会恐怖と対人恐怖のアナログ類型を抽出可能にした点で、上記課題への対応実現性を高めている。特に、誇大-過敏特性両向型は、自己愛と恥意識を併存させ、完全性追求が強いことから、対人恐怖に準ずる類型だと仮定される。一方、過敏特性優位型は、恥意識は強いが自己愛は希薄であり、人前での失敗懸念が強いことから、社会恐怖に準ずる類型だと仮定される。

(2) 不安障害の改善には、不安低減を阻害する不安維持プロセスの明確化が重要となる。社会恐怖(Clark & Wells, 1995)は、苦手場面で否定的認知を活性化させ、不安低減を目的とした場面回避(安全保障行動)によって予期不安を増大させる。一方、対人恐怖(森田, 1953)は、苦手場面で不安の完全排除という達成不能な低減努力に固執するため、不安への注意を過喚起させ、低減どころか逆に予期不安を増大させる。これは、抑制の逆説的効果(Wegner, 1994)であり、森田療法では“とらわれ”とも呼ばれる。両者は、不安維持という結果を同じくするものの、結果に至るまでのプロセスが大きく異なる。清水他(2009)による否定的思考の悪

循環を招く複合要因の実証検討では、回避的対処と強迫的対処という増悪に至る2つの異なる維持プロセスが指摘されている。このように、社会恐怖と対人恐怖における異なる不安維持プロセスも、認知・行動的要素の複雑な組み合わせから説明可能と思われる。そのため、不安増幅を招く多様な構成要素に関する実証エビデンスが今後において必要となるであろう。

(3) 不安障害の治療には、共に認知・行動変容を重視する認知行動療法や森田療法が適用されることが多い。ただし、前者は不安統制方略の修得を、後者は不安受容方略の修得を目指す点に方法論を異にする。そのため、仮に社会恐怖と対人恐怖へ同様の不安統制的介入を行った場合、社会恐怖では認知再構成・現実暴露にて回避的防衛の改善が見込まれる。しかし、対人恐怖は強迫的防衛を持つため、不安統制の完璧な達成に“とらわれ”てしまい、抑制の逆説的効果(Wegner, 1994)による皮肉な不安増幅を招く可能性がある。むしろ対人恐怖には、完璧主義の打破から曖昧状況への耐性を高め、強迫的防衛を低減させる受容的介入が望ましいと考えられる。

つまり、両者の相違を無視した画一的な介入法に終始すると、異なる不安維持プロセスに対応できず、逆に害を及ぼす危険性がある。したがって、介入法の選択には不安維持プロセスの考慮が前提になる。

2. 研究の目的

社会恐怖と対人恐怖は、恥の病理として一括りにされてきたが、近年では前者が回避的防衛、後者が強迫的防衛を持つという重要な相違が指摘されている。防衛の相違は、不安の維持プロセスや介入法選択にも影響を及ぼすため、これに対応できる新たな実証研究が早急に求められる。

本研究は、従来の古典的見解に一石を投じるため、社会恐怖と対人恐怖のアナログ類型が抽出可能な実証モデルを援用し、各々で異なる不安維持プロセスの要因解明、当該の統合的知見を踏まえ、各々に有効な介入プログラムの策定および介入効果の検証を行う。

3. 研究の方法

平成23年度における研究方法(調査法)

森田療法は、回避・強迫的防衛が招く不安維持過程を詳しく説明してきたが、測定尺度がないため、実証エビデンスに欠ける。不安維持プロセスの相違は、認知・行動的要素の異なる組み合わせから説明可能と考えられるため、森田療法理論を反映した実証測定ツールの作成を行う。既に概念整理と項目選定が進められ、概念モデルも想定されている。

具体的な計画としては、一般青年300名ほどを調査協力者として、該当する下位尺度の作成を行い、信頼性・妥当性を確認する。また、本尺度を用い、各類型にて不安維持プロセスと不安増減結果の因果関係を分析する。

平成 24 年度における研究方法 (実験法)

不安維持プロセスの差異検証のため、Wegner (1994) の思考抑制課題を用いる。まず、実験協力者に「あなたを悩ます日常の心配思考」を 1 つ想起してもらい「その思考だけは絶対に考えない」単純抑制条件、「思考が浮かんでも自由にしていよう」統制条件、「思考が浮かんだら自由なことを考えて追いつく」方略使用条件の各 3 条件にて、5 分間で浮かんだ心配思考数を測定する。

社会恐怖と対人恐怖の両アナログ群 (各 20 名程度) を抽出し、両群に思考抑制課題を実施してもらう。実験計画は、2 類型 (社会恐怖・対人恐怖; 協力者間) × 3 条件 (単純抑制・統制・方略使用; 協力者内) である。

平成 25 年度における研究方法 (PAC 分析)

(1) 調査・実験による社会恐怖と対人恐怖の比較知見を踏まえ、個人を対象とした質的分析を行う。PAC 分析による不安発生状況及び対処・結果の了解的連想から、両者の異なる不安維持プロセスの体系化を行い、介入プログラム策定に順次反映させることを目的とする。

一般青年 (各類型において 3 名) を対象とする。連想刺激には「不安を感じる場面での認知・行動・身体反応・感情の状態」、「不安を感じた場面での対処方法・結果」の 2 つを用い、各項目間の類似度評定から分析を行う。特に、誇大・過敏特性両向型と過敏特性優位型における不安発生状況と対処行動の差異に焦点を当て、これまでの実証知見との整合性を併せて検討する。

(2) 次年度の準備として、不安に対する統制的介入と受容的介入のプログラム策定を行う。統制的介入は、認知行動療法 (Gavin, 2002) を参考に認知再構成・現実暴露を骨子とする内容である。また、受容的介入は、森田療法 (北西他, 2005) を参考に完全主義の上手な活かし方・目的本位・恐怖突入を骨子とする内容である。いずれも内容密度を均等にし、介入期間を 2 週間とする。内容の概略は、研究代表者による各療法の骨子レクチャー (パワーポイントによる説明)・介入に関する簡単な冊子提供・ホームワーク・フォローアップ・終了後のまとめ、などとなる。

平成 26 年度における研究方法 (介入研究)

不安の維持プロセスが異なる社会恐怖と対人恐怖には、各々統制的介入 (認知療法) と受容的介入 (森田療法) が有効と思われる。特に、強迫的防衛を持つ対人恐怖にて、統制的介入が功を奏さない現象に注目する。

過敏特性優位型 10 名 (社会恐怖), 誇大・過敏特性両向型 10 名 (対人恐怖), 中間型 10 名を 1 ユニットとして 3 ユニット準備する。各ユニットを統制的介入群, 受容的介入群, 介入なし群に割り当て、3 時点にて社会恐怖尺度, 抑うつ, STAI 等の効果判定変数を測定する。

これは、介入法 (統制的・受容的・介入なし) × 類型 (社会恐怖・対人恐怖・中間型) の 2 要因 (3 × 3) 協力者間計画である。特に、「統制 × 社会恐怖」と「受容 × 対人恐怖」が不安低減を示し、「統制 × 対人恐怖」では抑制の逆説的効果が生じるため、低減を示さないことに着目する。

4. 研究成果

(1) 対人恐怖に見られるような強迫的な防衛方略を持つ場合、その不安維持モデルを実証的に説明する必要がある。そのため、大学生を対象とした調査研究の結果、完全主義の下位尺度である「ミスへのとらわれ」が強くなるとネガティブ思考の悪循環に陥りやすくなることが示唆された。その上で、必ずしも 100% の成功を求めるわけではない「高目標設置」が高くなると悪循環は軽減され、100% の成功のみを至上命題とする「不合理な信念」が高くなると、ネガティブ思考の悪循環はより強いものになることが示された。この結果は、完璧に固執する認知体系が皮肉にも自己の苦悩深化につながることを示唆するものである。また森田療法においては、不安の増幅現象を「とらわれ」として扱う。このような不安の悪循環を生み出す要因には、自らに高い目標を課す「生の欲望」、失敗や恥を恐れる「死の恐怖」、曖昧な状況を苦手とするような「思想の矛盾」が関連していることが考えられるため、当該概念に沿った新たな測定尺度の検討が進められた。

最終的には、森田神経質尺度が完成を見せしており、曖昧さを残すような状況を嫌悪する傾向である「強迫的構え」と、ストレス事態に対する回避行動もしくは先延ばし傾向を指す「回避的構え」の 2 下位尺度からなっている。信頼性、妥当性においても十分な値が得られていることから、汎用性の高いものであると考えられる。

(2) 社会恐怖におけるアナログ群 (過敏特性優位型) と、対人恐怖におけるアナログ群 (誇大・過敏特性両向型) を対象として、思考抑制課題による実験を行った。当初の予想としては、回避的態度を特徴とする社会恐怖は方略使用条件 (当該思考が浮かんだら自由なことを考えて追いつく) で、思考の完璧排除に固執する対人恐怖は単純抑制条件 (その思考だけは絶対に考えない) で不安思考数が上昇すると考えられた。

しかし、データ分析の結果はクリアなものとは言えず、実験計画そのものに改良の余地が残されていると思われた。

(3) 一般青年 (各類型において 2 名ずつ) を対象として半構造化面接を行った。質問刺激としては「不安を感じる場面での認知・行動・身体反応・感情の状態」、「不安を感じた場面での対処方法・結果」の 2 つに焦点を絞った。その結果、各類型間における内容に決定的な差異は見られなかったものの、介入プログラム作成に関する貴重な情報が得

られた。この知見を背景として、認知療法における認知再構成を主とした介入プログラムと、森田療法における受容的態度の育成を主とした介入プログラムを作成した。両プログラムとも、パワーポイントのスライドで20枚ずつ、ホームワーク形式を取り、レクチャー内容の理解が容易であることを念頭に何度も改良を加えた。

(4) 前年度に作成された介入プログラムに関する効果検証を行った。まず過敏特性優位型10名(社会恐怖)、誇大-過敏特性両向型10名(対人恐怖)、中間型10名を1ユニットとして3ユニット準備した。各ユニットを認知再構成介入群、受容的介入群、介入なし群に割り当て、3時点にて心配尺度、抑うつ尺度、社交不安尺度、ネガティブな反すう尺度で評価してもらうことで、効果判定を行った。

その結果、対人恐怖のアナログ群である誇大-過敏特性両向型において認知再構成を主としたプログラムを実施したところ、各不安指標において有意な低下を見せなかった。これは、完全主義的な認知を持ち、誇大性と過敏性の狭間で揺れ動く人々には、認知療法のみでの介入では不安を残す可能性に言及するものであった。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計6件)

(1) 清水健司・清水寿代・川邊浩史: 自己愛傾向と対人恐怖心性がバウムテスト指標に及ぼす影響 信州大学人文科学論集 1巻 117-125 (2014), 査読有

<http://id.ndl.go.jp/bib/025413860>

(2) 清水健司・中山留美子・小塩真司: “2種類の自己愛”モデルにおける相互関係の検討 人文科学論集(信州大学)人間情報学科編 47巻 53-67 (2013), 査読有

https://soar-ir.shinshu-u.ac.jp/dspace/bitstream/10091/16972/1/Humanities_H47-04.pdf

(3) 清水健司: ネガティブな反すうの増減要因に関する基礎的研究 - 森田療法における“とらわれ”の観点を通して - 心理臨床学研究 25巻 353-358 (2011), 査読有

(4) 清水健司・清水寿代・川邊浩史: 対人恐怖心性-自己愛傾向 2次元モデルにおける類型の安定性について 人文科学論集(信州大学)人間情報学科編 45巻 73-80 (2011), 査読有

https://soar-ir.shinshu-u.ac.jp/dspace/bitstream/10091/12794/1/Humanities_H45-005.pdf

(5) 田中圭介・杉浦義典・清水健司・神村栄一: マインドフルネス瞑想の心配への効果-媒介変数の検討- 認知療法研究 4巻

46-56 (2011), 査読有

(6) 清水寿代・清水健司: 不合理な信念がストレス反応に及ぼす影響 パーソナリティ研究 19巻 267-269 (2011), 査読有

https://www.jstage.jst.go.jp/article/personality/19/3/19_3_267/_article/-char/ja/

〔学会発表〕(計9件)

(1) 清水健司・清水寿代: 森田神経質尺度作成の試み 日本心理学会(2014年9月12日)同志社大学

(2) 清水健司・清水寿代・川邊浩史: 孤独感と孤独の捉え方が友人関係に及ぼす影響 日本心理臨床学会(2014年8月23日)パシフィコ横浜

(3) 清水健司・清水寿代・川邊浩史: 対人恐怖と自己愛の相互関係モデルにおけるバウムテスト指標 日本心理臨床学会(2013年8月25日)パシフィコ横浜

(4) 清水寿代・清水健司: 安心さがしとソーシャル・サポートにおける入手・提供可能性との関係 日本教育心理学会(2013年8月18日)法政大学

(5) 清水健司・清水寿代: 自己愛傾向と反映的自己評価のあり方における安心さがしの効果 日本教育心理学会(2013年8月18日)法政大学

(6) 清水健司・清水寿代・川邊浩史: 強迫傾向における増減要因の検討 日本心理学会(2012年9月11日)専修大学

(7) 西村玲・清水健司: 完全主義の類型と自己嫌悪感の関連 日本心理学会(2012年9月11日)専修大学

(8) 清水健司・清水寿代・川邊浩史: 対人恐怖と自己愛の相互関係モデルにおける攻撃性の検討 日本心理学会(2011年9月15日)日本大学

(9) 福留佳那子・清水健司: 社会不安における不安維持要因の検討 日本心理学会(2011年9月15日)日本大学

〔図書〕(計2件)

(1) 清水健司: パーソナリティ心理学ハンドブック 第3部 14章 5節担当 福村出版 433-438 (2013)

(2) 清水健司「自己愛と対人恐怖」 小塩真司・川崎直樹(編): 自己愛の心理学 - 概念・測定・パーソナリティ・対人関係 - 金子書房 70-87 (2011)

6. 研究組織

(1) 研究代表者

清水 健司 (SHIMIZU KENJI)

信州大学・学術研究院人文科学系・准教授

研究者番号：60508282