修士論文要旨

３つの自己の体験尺度の作成及び社交不安症状との関連性の検討

Development of the Three Senses of Selves Questionnaire and its relevance with social anxiety symptoms

柳原　茉美佳（Mamika Yanagihara）　　指導：熊野　宏昭

問題と目的：アクセプタンス＆コミットメント・セラピー（ACT）は，「概念化された自己（概）」・「プロセスとしての自己（プ）」・「視点としての自己（視）」の３つの自己の体験（TSS）に注目する（Foody, et al., 2012）。しかし，その測定尺度は存在せず，体験の詳細は明確ではない。また，ACTでは，社交不安障害（SAD）を含む不安障害を「体験の回避」により特徴づける（Eifert, G et al., 2009三田村他訳，2012）。一方，認知行動療法（CBT）はSADの認知的特徴に注目するが（Foa et al., 1996;笹川他，2004;城月他，2007），これらには評価を自分自身と同一視するプロセスの関与が考えられ，TSSへの注目が有効となる可能性がある。本研究では，TSSの測定尺度（TSSQ）を作成し，その詳細を明らかにする（研究１）。そして，社交不安症状に関連するACTの行動的プロセスを明確にし（研究２），CBTがSADの維持に関わるとする変数とTSSとの関連を検討すること（研究３）を目的とする。

【研究１】

方法：ACTの文献を基にTSSQの原案33項目を作成し，以下の指標と共に調査を実施した。(a)CFQ-13（嶋ら，2014），(b)FFMQ（Sugiura et al., 2011）「体験の観察」・「体験の描写」，(c)J-EQ（栗原ら，2010）の「脱中心化」，(d)AAQ-Ⅱ（嶋ら，2013），(e)BADS「活性化」（高垣ら，2013）。探索的因子分析は322名，相関分析は尺度ごとに120～279名，共分散構造分析は412名を分析対象とした（全て大学生）。

結果と考察：探索的因子分析の結果，４因子20項目が抽出され，【アクティブ】，【概念化】，【視点取り】，【今，この瞬間】と命名した。各因子は概ね高いα係数（α=.72～.81）を有し，(a)～(c)と中程度の正の相関を示した（r=.04～.07,p<.01）。よって，TSSQの内的整合性と収束的妥当性が示された。

次に，【概念化】と【アクティブ】が「体験の回避」と「行動活性化」を誘発すると仮定した共分散構造分析の結果，概ね高い適合度指標が得られた（CFI=.98，TLI=.96，SRMR=.04，RMSEA=.06）。よって，【視点取り】・【今この瞬間】が「視」・「プ」の“形態”，【アクティブ】がその“機能”に該当し「行動活性化」が促進されること，【概念化】が「概」の“形態”，「体験の回避」がその“機能”であることが示された。また，TSSは２つの行動クラスに分けられ，【アクティブ】は「行動活性化」の前段階となる重要な変数であることが考えられた。

【研究２】

方法：(a)TSSQ，(b)AAQ-Ⅱ（嶋ら，2013），(c)LSAS（朝倉ら，2002）を用いて調査を行い，大学生254名を分析対象とした。

結果と考察：共分散構造分析の結果，概ね満足いく適合度指標が得られた（CFI=.98，TLI＝97，SRMR=.05，RMSEA=.06）。また，各変数から他の変数へのパス係数は，概ね1%水準で有意な値を示した。よって，社交不安症状の低減には，【アクティブ】の活性へ繋げる経路と，「体験の回避」の低下へ繋げる経路の２通りが存在することが示された。さらに，「体験の回避」から【アクティブ】へ引かれた有意な負のパスから，これら２通りの経路は独立したものではなく，【アクティブ】を介して繋がっていることが明らかになった。すなわち，社交不安症状が軽度であるためには，「体験の回避」の低下と【アクティブ】の増加の双方を実現させることが重要であると考えられた。

【研究３】

方法：(a)TSSQ【アクティブ】【概念化】，(b)SFNE（笹川ら，2004），(c)SCOP（城月ら，2009）のSCOP-COST，(d)ネガティブな反すう尺度（伊藤ら，2001）の「ネガティブな反すう傾向」を用いて調査を行い，大学生195名を分析対象とした。

結果と考察：正準相関分析の結果，２つの有意な正準相関係数が得られ，中でも第１正準変量が特に大きな値を示した。【概念化】は「他者評価懸念」・「コストバイアス」・「反すう傾向」の順に強い関連を示し，【アクティブ】はこれらの変数と中程度の関連を示した。よって，SADに対して，CBTが重視し知見が蓄積されてきた変数とTSSとの間には共通点があることが明らかになり，ACTの観点からSADの介入法を検討することの意義が提示された。また，ACTの観点において，SADの病理に【概念化】，その改善に【アクティブ】という２つの変数の関連が示されたことは，研究2で得られた結果を裏づけるものとなった。

【総合考察】

TSSの“形態”と“機能”を測定するTSSQの開発や，ACTによるSADの介入法の提案に繋がる知見が得られた本研究は，ACTの臨床場面に役立つことが期待される。しかし，TSSQの信頼性検討が内的整合性の報告のみであることや，調査対象が大学生のみであることは本研究の限界点であるため，今後はさらに研究を重ねることが求められる。