

博士（人間科学）学位論文 概要書

異なる怒りの表出傾向に対応した認知行動療法の有効性

The Effectiveness of Cognitive Behavior Therapy
Consonant with Anger Expression Patterns

2005年7月

早稲田大学大学院 人間科学研究科

増田 智美
Masuda, Tomomi

研究指導教員： 門前 進 教授

本論文の主な目的は、異なる怒りの表出傾向に対応した認知行動療法（cognitive behavior therapy: CBT）の有効性について検討することであった。第1章と第2章では、怒りの構成概念と問題性について概観し、怒りに対処するためのCBTに関する展望を行った。第3章では、怒りを対象としたCBTに関する問題点として、怒りの認知的側面に関する質問紙開発と異なる怒りの表出傾向を考慮する必要性について論じた。第4章では、本論文の目的と意義を示し、本論文の全体的な構成について明示した。

第5章から第7章にかけて、本論文を構成する6つの研究について述べた。以下に、各研究についての概要を示す。第5章では、研究3以降に用いるために、怒りの認知的側面に関する2つの質問紙を開発した。研究1では、第1因子“他者からの不当な扱い”，第2因子“敵意に満ちた考え”，第3因子“報復の正当化”，第4因子“自己への叱責”，第5因子“他者への非難”からなる怒りの自己陳述尺度を作成して、良好な信頼性と妥当性が確認できた。研究2では、2部構成の怒りの表出傾向に関する信念尺度を作成した。1部目は、第1因子“怒りの表出に関するポジティブな信念”と第2因子“怒りの表出に関するネガティブな信念”を含む怒りの表出に関する信念尺度であり、2部目は、第1因子“怒りの抑制に関するネガティブな信念”と第2因子“怒りの抑制に関するポジティブな信念”からなる怒りの抑制に関する信念尺度であり、いずれも十分な信頼性と妥当性が確認できた。

第6章では、CBTのプログラム開発の指針を得るために、異なる怒りの表出傾向の特徴を探る研究を行った。研究3では、特性的な怒りの高い者を、怒りの表出高者と抑制高者に分けて、Averill(1978)の「怒り日常経験」質問紙の邦訳版を用いて、怒り経験の違いを認知・感情・行動的側面から探索的に検討した。その結果、表出高者には、対人的スキルの獲得を目的とした介入法の必要性が、他方、抑制高者には、怒りの表出に対する恐れという怒りの抑制を導く認知的側面に焦点をあてた介入法の必要性が示唆された。研究3の知見から、異なる怒りの表出傾向を包括した介入法を構築する際には、各々の対処方略を導く信念の影響も看過できないことが判明した。そこで、研究4では、怒りの表出傾向とそれに関する信念の関係性について調べた。その結果、4つの信念の組み合わせ（①全信念優位型、②表出ポ

ジ・抑制ネガ優位型，③全信念低位型，④表出ネガ・抑制ポジ優位型）が抽出された。怒りの表出が著しく高く，かつ，怒りの抑制が最も低い組み合わせは，怒りの表出ポジ・抑制ネガ優位型であり，一方，怒りの抑制が顕著に高く，かつ，怒りの表出が最も低い組み合わせは，怒りの表出ネガ・抑制ポジ優位型であった。怒りの表出と抑制を導く信念の組み合わせが明らかとなったことで，認知的介入法を含めた CBT の開発につながる手がかりを得た。

第 7 章では，第 6 章での知見を踏まえて，異なる怒りの表出傾向に対応した CBT の有効性に関する検討を行った。研究 5 では，怒りの行動的側面に焦点化した CBT を用いて，怒りの変容に及ぼす効果と，異なる怒りの表出傾向が介入効果に及ぼす影響について検討した。その結果，表出高者には行動的側面に焦点をあてた介入法が非常に適していた。他方，抑制高者には CBT の効果が十分に発揮されず，怒りを表出することに対する否定的な考え（認知的側面）の影響が指摘された。研究 6 では，怒りの行動的側面だけではなく，怒りの表出傾向に関する信念のタイプ（研究 4）をも介入の対象として考慮した。その結果，CBT 群では，個人差要因の影響を受けることなく，長期的なスパンで特性的な怒りの変容がもたらされた。特に，怒りの抑制高者における怒りの認知的側面に関する変容が著しかった。他方，怒りの表出高者の認知的側面の変容プロセスは，怒りの抑制高者と比較して目覚しいものではなかった。

最終章である第 8 章では，全ての研究の成果についての総括的考察と今後の課題について述べた。本論文における CBT は，怒りの変容には顕著な効果を発揮したが，異なる怒りの表出傾向によって，その効果の生じ方には違いがみられた。怒りの変容を目指す際には，どのようなタイプの人にどのような介入法を提供すべきか，という個人差対応治療の観点を踏まえることの重要性が示された。

本邦では，大学生の怒りを対象とした CBT の実践研究は皆無であった。特性的な怒りはもとより，異なる怒りの表出傾向にも着目した上で，CBT の効果を実証した本論文の試みは，非常に新しいものであったといえる。本論文で得られた成果は，今後の本邦における怒りに対する介入研究に有益な示唆を与えるものであり，その応用が大いに期待される。