

2005年7月8日

人間科学研究科長 殿

増田智美氏 博士学位申請論文審査報告書

増田智美氏の博士学位申請論文を下記の審査委員会は、人間科学研究科の委嘱を受け審査をしてきましたが、2005年6月23日に審査を終了しましたので、ここにその結果をご報告します。

記

1. 申請者氏名 増田智美

2. 論文題名 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

3. 本論文の主旨

認知行動療法 (cognitive behavior therapy: 以降 CBT) とは、行動療法と精神療法が融合した心理治療 (カウンセリング) の体系である。科学的なアプローチでありながら、人間の感情や行動だけではなく、認知 (思考、イメージなど) も扱えるのが、CBT の大きな特徴である。本論文は、怒りの表出傾向にみられる個人差に着目しながら、怒りの変容に及ぼす C B T の有効性を実証的に検討したものである。

4. 本論文の概要

本論文の第1章では、怒りの問題性について述べた。第2章では、怒りに対する CBT の動向を概観した。第3章では、怒りに対する CBT に関する研究の問

題点について論じた。第4章では、第3章で指摘した問題点を踏まえて、本論文の目的を述べた。本論文の主な目的は、怒りの認知的側面、具体的には、怒りに関する自己陳述(自分自身に言いきかせていることば)と怒り表出傾向に関する信念を測定できる質問紙を開発すること、個人差に対応した CBT プログラム開発の指針になりうる情報を得るために、人によって異なる怒りの表出傾向の特徴を把握すること、異なる怒りの表出傾向に対応した CBT の有効性を検討すること、であった。

第5章の研究1では、怒りの自己陳述尺度を作成し、その信頼性と妥当性を検討した。尺度を構成する因子としては、「他者からの不当な扱い」(第1因子)、「敵意に満ちた考え」(第2因子)、「報復の正当化」(第3因子)、「自己への叱責」(第4因子)、「他者への非難」(第5因子)が抽出された。この尺度の良好な信頼性と妥当性も確認された。研究2では、2部からなる怒りの表出傾向に関する信念尺度を作成し、信頼性と妥当性を検討した。第1部は怒りの表出に関する信念尺度であり、「怒りの表出に関するポジティブな信念：表出ポジ」(第1因子)と「怒りの表出に関するネガティブな信念：表出ネガ」(第2因子)から構成されることが示された。また、第2部は怒りの抑制に関する信念尺度であり、尺度を構成する因子は、「怒りの抑制に関するネガティブな信念：抑制ネガ」(第1因子)と「怒りの抑制に関するポジティブな信念：抑制ポジ」(第2因子)であることがわかった。どちらの信念尺度についても、十分な信頼性と妥当性が確認された。

第6章では、個人差に対応した 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(性格の一側面)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、怒り経験の違いを検討した。その結果、個人差である怒りの表出傾向によって、怒り経験の違いがみられた。また、怒り経験の違いをもたらす要素として、各々の対処方略を導く信念の影響が示唆された。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（全信念優位型、表出ポジ・抑制ネガ優位型、全信念低位型、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い組み合わせは、怒りの表出ポジ・抑制ネガ優位型であり、逆に、怒りの抑制が顕著に高いのは、怒りの表出ネガ・抑制ポジ優位型であった。このように、怒りの表出と抑制を導く信念の組み合わせが明らかになったことで、認知的側面にも焦点を当てた CBT の開発につながる手がかりを得ることができた。

第7章では、第6章までの知見を踏まえた上で、異なる怒りの表出傾向に対応した CBT の有効性について検討した。研究5では、怒りの行動的側面に焦点化した CBT を用いて、怒りの表出傾向の異なる人たちに対する効果の違いを検討した。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のような認知的側面の影響が指摘された。そこで、研究6では、怒りの行動的側面だけでなく、怒りの表出傾向に関する信念のタイプ（研究4で明らかになったもの）をも介入の対象とした。その結果、CBT 群では、概して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。ただし、怒りの抑制高者における認知的側面に関する変容が顕著であった一方で、怒りの表出高者の認知的側面の変容は、抑制高者と比較してかんば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を行った。今後の課題としては、怒りを対象とした CBT の要素の分解研究の必要性や、本論文から得られた知見に基づいて深刻な怒りの問題を抱える人たちに CBT の適用対象を広げていくことの可能性などに言及した。

5 . 本論文の評価

本論文は、申請者がこれまで行ってきた、怒りの変容に及ぼす CBT の有効性

などに関する一連の研究をまとめたものである。本論文において高く評価できる点は以下の通りである。

(1) CBT が怒りの変容に及ぼす効果を評価するにあたっては、怒りを複数の側面から正確に測ることが可能な尺度が必要である。しかし、怒りの行動的側面とともに重要である認知的側面を測定できる質問紙は不足している。まして、認知レベルを考慮して、怒りの喚起時における認知(本論文では、自己陳述、すなわち、自分自身に言いきかせていることば)と怒りの表出傾向に関する認知(本論文では、信念)を区別して、それぞれを正確に測るための尺度を開発するといった発想に基づく研究は皆無に等しかった。このような状況において、本論文の研究1では、良好な信頼性と妥当性を備えた、怒りに関する自己陳述尺度が、また研究2では、十分な信頼性と妥当性を有する、2部構成の怒りの表出傾向に関する信念尺度が完成した。このことは、認知レベルをも勘案した、怒りの認知的側面を測定できる質問紙が出現したことを意味しており、画期的なことである。これらの尺度は、本論文の他の研究にも活かされたが、今後広く活用されるものと期待される。

(2) 怒りへの対処という問題を考える際に、特性的な怒りに着目することは重要である。しかし更に、怒りの表出や抑制といった非機能的な怒りの表出傾向のような個人差要因に着目することで、CBT を用いた個人差対応治療が可能になると考えられる。研究3では、特性的な怒りが高い者のなかで、怒りの表出高者と怒りの抑制高者を区別して、両者の主観的な怒り経験の違いや特徴を明らかにした。研究4では、研究3で明らかになった知見を基にして、怒りの表出傾向と、それらに関する信念の組み合わせの間の関連を示した。これらの研究を通して、怒りの表出に影響しうる信念の組み合わせ、すなわち怒りの表出ポジ・抑制ネガ優位型と、怒りの抑制に影響しうる信念の組み合わせ、つまり怒りの表出ネガ・抑制ポジ優位型があることがわかった。怒りの表出傾向に影響しうる信念の組み合わせを明らかにしたこと、また、怒りの表出傾向の

みならず、表出傾向に関わるどのような信念に着目して CBT を用いた個人差対応治療を実施すればよいかについての指針を得たことは、ともに本論文の独自の成果である。

(3)(2)でも述べたように、非機能的な怒りの表出傾向のような個人差要因を考慮に入れることで、CBT を用いた個人差対応治療が可能になると考えられる。そこで、そのような可能性について実証的に調べるために、研究5では、怒りの行動的側面に焦点を当てた CBT が、怒りの表出傾向の異なる人たちに及ぼす効果の違いを検討した。その結果、怒りの表出高者には、行動的側面に焦点を当てた CBT が効果的であった。しかし、怒りの抑制高者には、CBT の効果は十分ではなく、怒りを表出することに対する否定的な考え(認知)の影響が指摘された。

このように、研究5からは重要な知見が得られた。しかし、怒りの抑制高者に対する C B T の効果をいかに引き出すかという課題が残った。研究6は、そのような課題を克服するために展開されたもので、怒りの表出傾向のみならず、怒りの表出に関する考え(認知:具体的には怒りを表出することの利点と不利な点の比較)にも焦点を当てた CBT の効果を検討した。その結果は、怒りの抑制高者の認知的変容が顕著であり、怒りの特性は、怒りの表出高者と同等に変化していた。研究5と6は、怒りの表出傾向とともに表出自体についての認知の変容の重要性を証明したものであり、これらの研究は、怒りに対する個人差対応治療の可能性に道を開くものであったといえる。

以上に述べたように、本論文はいくつかの点で高く評価できる。なお、申請者が行った、認知レベルを考慮に入れた怒り尺度の開発、怒り経験や怒りの表出傾向の検討、怒りに関わる個人差を勘案した治療プログラム(個人差対応治療)の効果研究は、そのほとんどが、国内外において未開拓な分野であった。そのような領域を切り開くような研究を積み重ね、多くの新しい知見を提示できたことは、特筆に値する。無論、研究には終わりが無いがゆえに今後の課題

も残っているが、申請者の論文は博士(人間科学)に十分値するものと認める。

6 . 増田智美氏 博士学位申請論文審査委員会

主任審査員 早稲田大学教授 博士(人間科学)(早稲田大学) 根建金男

審査員 早稲田大学教授 博士(医学)(東京大学) 野村 忍

審査員 東京福祉大学大学院教授 教育学博士(九州大学) 門前 進