

博士（人間科学）学位論文

社会不安の情報処理過程における
post-event processing の役割

The role of post-event processing in the information
processing of social anxiety

2009年1月

早稲田大学大学院 人間科学研究科

五十嵐友里

Igarashi, Yuri

研究指導教員：嶋田洋徳 教授

目次

第1章 社会不安障害の維持に関する研究動向と課題

第1節	社会不安障害の概要	1
第2節	社会不安障害に対する認知行動療法	4
第3節	社会不安障害の維持における認知モデル	5
第4節	post-event processingに関する研究動向	10
第5節	PEP, 反すう, 心配, 注意バイアス, 解釈バイアスの関連	14

第2章 本研究の目的と意義

第1節	本研究の目的	18
第2節	本研究の意義	18
第3節	本研究で用いる用語の概念的定義	20

第3章 PEPと類似する他の認知的処理との異同

問題		22
第1節	PEPと反すう, 心配における思考様式の異同(研究1)	22
第2節	社会不安傾向によるPEPと反すう, 心配における思考様式の異同(研究2)	30
第3節	本章のまとめ	36

第4章 PEPが社会不安症状の維持に与える影響

問題		39
第1節	post-event processing Questionnaire 日本語版の作成(研究3)	40
第2節	PEPが社会的状況に対する解釈に与える影響(研究4)	49
第3節	社会的場面における解釈バイアスが状態不安に与える影響(研究5)	63
第4節	社会不安障害患者におけるPEPに付随するSUDの変化(研究6)	70
第5節	本章のまとめ	74

第5章 事後の認知的処理が社会不安に与える影響

問 題	76
第1節 事後の認知的処理プロセスが回避と他者評価懸念に与える影響 (研究7-1)	76
第2節 事後の認知的処理プロセスが社会不安に与える影響 (研究7-2)	82
第3節 本章のまとめ	86

第6章 PEPを操作する介入の効果検討

現実的な自己イメージの知覚による PEP の操作が社会不安に与える影響 (研究8)	87
--	----

第7章 総括的考察

第1節 本研究の結果のまとめ	103
第2節 総合考察	105
第3節 本研究の臨床に対する示唆	105
第4節 本研究の限界と今後の課題	107
第5節 結 語	109

引用文献	111
------	-----

謝 辞

付 録

第 1 章

社会不安障害の維持に関する研究動向と課題

第 1 節 社会不安障害の概要

(1) 社会不安障害の概念と診断基準

社会不安障害 (Social Anxiety Disorder : SAD) とは、対人場面における強い緊張や恐怖感を特徴とし、他者からの評価を強く恐れる精神障害である。社会不安障害は、DSM-III (APA, 1980) で社会恐怖として初めて登場し、それ以降様々な検討が行われてきた。APA が 2000 年に改訂した DSM-IV-TR (APA, 2000) における診断基準を Table1-1 に示す。

社会不安障害患者は、他人から注目を浴びることや、人前で何か恥ずかしいことをしたり、発言したりすること、自分が不安を感じていると他人に思われることに対して恐怖を抱く。社会不安の中核にあるものは他者からの否定的評価に対する恐れである (Mattick & Peters, 1988)。それによって、SAD 患者は人前で話をしたり何か行動をする時などの「恥ずかしい思いをすることもかもしれない」と思える場面や状況に対して強い恐怖感を抱いており、そのために日常生活に支障をきたしている。SAD 患者が強い不安や恐怖を感じる具体的な状況としては、人前での会話や書字、公共の場所での飲食、よく知らない人との面談などが挙げられ、これらの場면을回避しようとする。または、回避せずにこのような状況を経験する際には、非常に強い苦痛を感じながらもなんとか耐えている。

また、DSM-IVにおける社会不安障害の診断基準では、亜型分類を行うために「全般型」の社会不安障害を設けている。これは、人前で話すことだけを恐れている人と、ほとんどの社会的状況を恐れている人を区別することを目的としている。パフォーマンスをする (スピーチをする、会議で発表するなど) や対人相互交流 (見知らぬ人と話す、少人数での交流) を含めたほとんどの社会的状況を避ける人が全般型と定義され、これに該当しないものが限局型と呼ばれる。多くの研究では、限局型の社会不安障害に比べて全般型の社会不安障害は、不安や抑うつ、回避の程度が重く、否定的な評価を恐れ、社会的交流について否定的であるとされている (たとえば、Turner, Beidel, & Townsley, 1992)。

Table1-1 社会不安障害の診断基準 (APA, 2000)

- A. よく知らない人達の前で他人の注視を浴びるかもしれない社会的状況または行為をするという状況の1つまたはそれ以上に対する顕著で持続的な恐怖。その人は、自分が恥をかかされたり、恥ずかしい思いをしったりするような形で行動（または不安症状を呈したり）することを恐れる。
注：子供の場合は、よく知っている人とは年齢相応の社会的関係をもつ能力があるという証拠が存在し、その不安が、大人との交流だけでなく、同年代の子供との間でも起こるものでなければならない。
- B. 恐怖している社会的状況への暴露によって、ほとんど必ず不安反応が誘発され、それは状況依存性、または状況誘発性のパニック発作の形をとることがある。
注：子供の場合は、泣く、かんしゃくを起こす、立ちすくむ、またはよく知らない人と交流する状況から遠ざかるという形で、恐怖が表現されることがある。
- C. その人は、恐怖が過剰であること、または不合理であることを認識している。
注：子供の場合、こうした特徴がない場合もある。
- D. 恐怖している社会的状況または行為をする状況は回避されているか、またはそうでなければ、強い不安または苦痛を感じながら耐え忍んでいる。
- E. 恐怖している社会的状況または行為をする状況の回避、不安を伴う予期、または苦痛のために、その人の正常な毎日の生活習慣、職業上の（学業上の）機能、または社会活動または他者との関係が障害されており、またはその恐怖症があるために著しい苦痛を感じている。
- F. 18歳未満の人の場合、持続期間は少なくとも6カ月である。
- G. その恐怖または回避は、物質（例：乱用薬物、投薬）または一般身体疾患の直接的な生理学的作用によるものではなく、他の精神弛緩（例：広場恐怖を伴う、または伴わないパニック障害、分離不安障害、身体醜形障害、広汎性発達障害、またはシゾイドパーソナリティ障害）では上手く説明されない。
- H. 一般の身体疾患または他の精神疾患が存在している場合、基準 A の恐怖はそれに関連がない、例えば、恐怖は、吃音症、パーキンソン病の振戦、または神経性無食欲症または神経性大食症の異常な食行動を示すことへの恐怖でもない。

* 該当すれば特定せよ

全般性 恐怖がほとんどの社会的状況に関連している場合（例：会話を始めたり続けたりすること、小さいグループに参加すること、デートすること、目上の人に話をする、パーティに参加すること）

注 回避性パーソナリティ障害の追加診断も考慮すること。

(2) 社会不安障害の有病率と経過

社会不安障害の有病率は 0.5～16%とされており (Furmark, 2002), 有病率の高い疾患であることが確認されている。発症年齢は 12.8 歳～17 歳 (Chartier, Hazen, & Stein, 1998; Reich, 1986) と報告されており, 大変若い。さらに社会不安障害の罹病期間は大変長く, Moutier & Stein (1999) はその期間は 20 年にも及ぶことを報告している。

また, 社会不安障害の患者は, 医療機関を受診するまでには長い時間がかかるとされており, 多くは何らかの身体症状を訴えて一般開業医を訪れる (貝谷・熊野・山中・土田, 2005)。また, Stein, McQuaid, Laffaye, & MacCahill (1999) は一般医療制度における研究を行っており, その中で他の研究での報告と同様に 5～10%の社会不安障害患者が認められたが, 治療者である一般開業医はそれを認識していなかったと示唆している。さらに, 社会不安障害の治療薬が投与されている患者は 20%以下であったとも報告しており (Stein et al., 1999), 社会不安障害は治療がなされにくい現状にあるということが分かる。

また, 社会不安障害の経過を検討した Mullaney & Trippett (1979) は, 学業不振をはじめ, 退学, アルコール乱用, 職に就かないなどの危険因子として社会不安障害が機能している可能性があることを示唆している。辻村 (2005) は社会不安障害の長期の経過について述べており, 慢性に経過し, 治療を受けるまでに数年は重い症状に苦しむことになるとしている。早期に発症し, 慢性の長期間の経過をとる場合には, 数十年の社会的機能低下や障害をとまなうことになることを報告している (辻村, 2005)。

(4) スペクトラム障害としての社会不安障害

社会不安障害の他にも, 「社会不安」や「シャイネス」といったような類似する概念が存在し, それらは多くの共通する症状を持っていることが示されている (たとえば, Turner, Beidel, & Townsley, 1990)。Turner et al. (1990) は, 社会不安障害とシャイネスに関する文献をレビューしている。その結果, 生理的特徴と認知的特徴における差異はなく, 社会的活動や職業的活動が遂行されている程度, 経過, 行動的特徴, 発症において違いがあると結論づけている。キャピラ・スタイン (2005) もシャイネスは気質であるが極端な場合には障害が大きくなり, 病気の特徴を有するようになって社会不安障害と呼ばれると示唆している。極端なシャイネスは, 限局型の社会不安障害よりも全般型の社会不安障害と関係があり, これらのより程度の重いシャイネスは, 問題となる社会不安を示し, 極端な場合は社会不安障害や回避性人格障害のような臨床的障害を示すとしている (キャピラ・スタイン, 2005)。つまり, 社会不安やシャイネス, 社会不

障害は質的に異なる概念ではなく、量的な差異と理解することができ (Rapee, 1995), スペクトラムモデルと考えることが可能である。

第 2 節 社会不安障害に対する認知行動療法

社会不安障害に対する心理学的な治療法としては、認知行動療法が有効であることがこれまで実証されている (Hofman & Otto, 2008)。社会不安障害に対する認知行動療法に用いられる技法としては、社会的スキル訓練、リラクゼーション、エクスポージャー、認知的再体制化、行動実験が挙げられる (Rodebaugh, Holaway, & Heimberg, 2004 ; Hofman & Otto, 2008)。

社会的スキル訓練は、社会不安障害におけるスキル欠損仮説に基づいて用いられる。この訓練では、モデリング、行動リハーサル、フィードバックと強化によって、社会的スキルの獲得を目指すものである。しかしながら、社会不安の高い人と低い人で、社会的スキルの欠損に差異がないことを示す研究もあり (たとえば, Stopa & Clark, 1993), 社会不安者は社会的スキルを持たないのではなく、スキルがないと自己評価することに問題があるという指摘もある (Rapee & Lim, 1992)。したがって、社会的スキル訓練が社会不安障害患者全てにおいて必要な治療方略であるかは今のところ定かではないと考えられる。

リラクゼーションは、身体的な覚醒や不安症状のマネジメントとしてよく用いられる技法である。社会不安者は苦手とする社会的状況において生理的覚醒 (声や手の振るえなど) が起きやすく、それによって不安が高まったり、パフォーマンスが下がる場合があることから、社会不安障害の治療にもリラクゼーションが適用される。また、リラクゼーションは高まった不安への対処を援助するという点も社会不安障害の治療に用いられる理由のひとつであるといえる。

エクスポージャーも上述のリラクゼーションと同様、条件づけに基づく治療である。エクスポージャーは、不安や恐怖を引き起こしている状況や脅威刺激にクライアントをさらすことによって、不適切な反応を消去させる技法である。脅威刺激にさらす方法としては、イメージや映像を用いる方法があるが、いずれの場合も不安や恐怖、または回避行動が生じなくなるまでその状況にとどまらせることが必要である。それによって、自然に不安が低減することを体験し、慣れ (habituation) や消去による恐怖反応の減少を目的としている。

社会不安障害におけるエクスポージャーでは、正しい情報を入力する機会を提供し、その結果、非機能的信念や情報処理バイアスが修正されて不安が低減される (Clark & Wells, 1995 ; Rapee

& Heimberg, 1997) と指摘されており、エクスポージャーの効果は認知的変容によっても説明されている。さらに、社会不安障害の治療におけるエクスポージャーは、上記の指摘を考慮して認知の再体制化と組み合わせて用いられることが多く、その有効性も示唆されている (Butler, Cullington, Munby, Amies, & Gelder, 1984)。

また、エクスポージャーと同様に患者が苦手とする場面に直面させる治療方法に行動実験が挙げられる。行動実験は、他者の反応などの環境をよく検証し、恐れていることが本当に起きているかどうかを検討する目的で行われる認知的手法であり (Wells, 1997)、エクスポージャーとは社会不安症状への作用機序が区別される。

認知的再体制化は、Beck & Emery (1985) が示唆した、不安を生み出すのは状況に対する考えであるという基本的な考えに基づき、個人の信念やスキーマの修正を目指して社会不安障害にも適用される治療的介入法である。一般的な手続きとしては、感情的な反応を決定しているのは状況に対する解釈や考え方であるということを理解させ、クライアントが最近経験した出来事から認知と感情、行動に何らかの関係があると思われるエピソードを用いて、これらの関係性について気づかせる。その理解に基づいて、記録表を作成することによってモニタリングを行い、非機能的な考えを同定する。患者と治療者で、その考えに対する反証を行い、より現実的な考えへと置き換えるという手順が進められる。この記録表に基づくプロセスを繰り返し、認知の変容を目指す治療法である。

社会不安障害の治療においては、これらの技法が組み合わせて用いられることが多い (Rodebaugh et al., 2004)。しかしながら、Clark, Ehlers, McManus, Hackman, Fennell, & Campbell (2003) は社会不安障害の認知行動療法による治療結果を見ると、十分な治療効果の得られない患者がいることを指摘し、未だ修正の余地が残っていることを示唆している。そして、今現在も、様々な研究者によって新しい介入を提案するためのさまざまな検討が継続して行われている。

第 3 節 社会不安障害の維持における認知モデル

認知プロセスの解明は行動の理解と予測に大きく貢献することから、不適応行動の発言の説明に対して、認知的アプローチが近年盛んに行われるようになった。その中でも特に抑うつや不安などの感情障害に対しても情報処理の側面からアプローチする研究が数多く行われている。

DSM-IVの社会不安障害の診断基準にも、「他者からの否定的評価に対する懸念」といった認知的要因が含まれていることから (APA, 2000), 社会不安障害にも認知的要因が重要な役割を果たしていることがうかがえる。また, 多くの研究によっても社会不安障害の維持に認知的要因が重要な役割を果たしていることが示唆されている (たとえば, Heimberg & Barlow, 1991)。

こういった背景から, 社会不安の認知モデルが Clark & Wells (1995) と Rapee & Heimberg (1997) によって提唱され, 社会不安への理解に非常に役立つ知見を示している。Clark & Wells (1995) によって示唆された認知モデルを Fig.1-1, Rapee & Heimberg (1997) によって示唆された認知モデルを Fig.1-2 に示す。

これらのモデルによると, 社会不安者は社会的状況に遭遇すると, 観察者の視点から心的表象を形成し, 自己を他者から観察される対象として処理をする。Clark & Wells (1995) では, この状態を「観察者視点の自己注目」とよび, 「他者から見られる自分」に注意がシフトするとしている。「観察者視点の自己注目」とは, 他者の視点から自分自身を観察するようになるということであり, 他者がこのように見ている, 考えている, というにとらわれる。たとえば, 「私はまわりの人から注目されている」と感じるようになり, 観察者の視点へと注意の焦点が切り替わるということを示している。このような情報処理バイアスは社会不安における注意バイアスとして位置づけられており (Clark & Wells, 1995), この自己注目によって, 自分の内部で作られた「あたかも他者がそう思っているかのような」情報が不安症状を喚起する。

また, 社会不安者は, 「私はみんなの賞賛を得なければならない」や「もし私が失敗したら, みんなは私を相手にしてくれないだろう」というような信念を持っており, 自分が恐れている社会的状況に遭遇すると, このような信念が活性化する。信念が活性化されることにより, 社会不安者は他者からのネガティブな評価を恐れ, 他者が自分をどう見ているかに関する手がかりを与えてくれる情報を探すことに強く動機づけられることが, 観察者視点の自己注目に寄与していると指摘されている。そして, このような情報処理のバイアスのせいで, 日常生活や治療のプログラムから得られるものが制限される。

これらの認知モデルでは, 社会不安の高い人は社会的状況をネガティブに解釈しやすいことについても指摘しており, 社会的状況に対する解釈のバイアスが認められることを示唆している。具体的には, 社会不安の高い人は, そうでない人よりも社会的状況をネガティブに解釈していると想定している。そしてこれらの解釈によって, 他者から評価されているといった誤った信念への反証が行われないこととなる (Stopa & Clark, 1993)。その結果, 否定的評価のリスクを下げるために安全確保行動を行う。安全確保行動とは, 「社会的場面において他者からの否定的評価

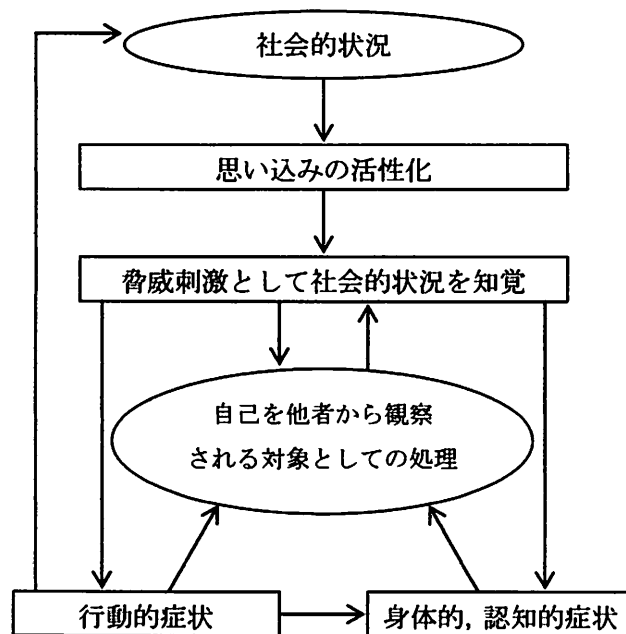


Fig1-1 Clark & Wells (1995) の認知モデル

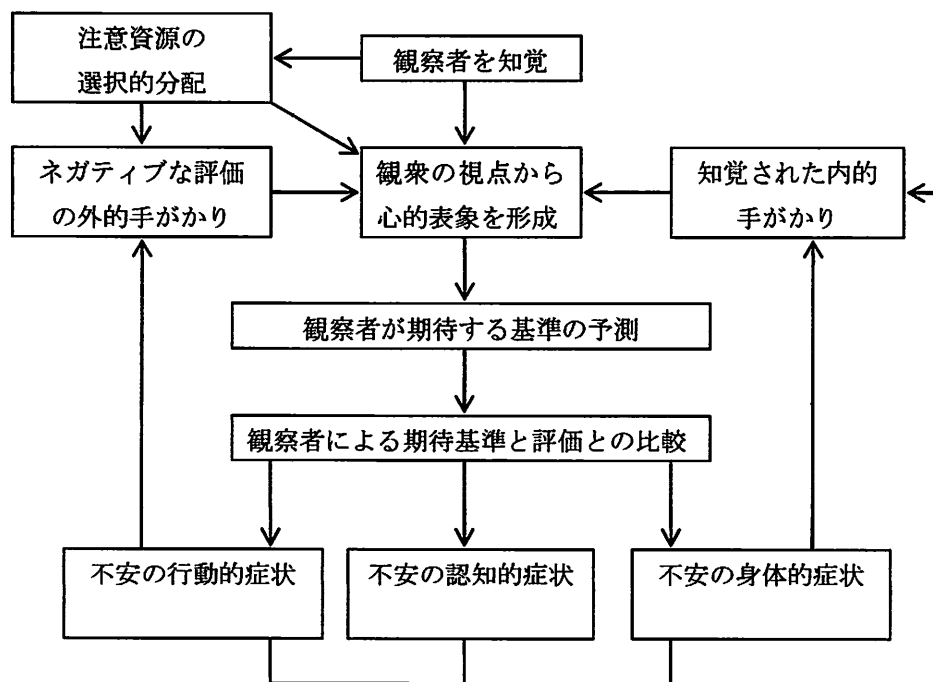


Fig1-2 Rapee & Heimberg (1997) の認知モデル

への不安を減らすために自分の安全を確保する行動」と定義される (Salkovskis, 1991)。たとえばグラスを持つ手が震えるのを止めるために、両手で強く押さえるように持つなどといった行動が挙げられる。この安全確保行動には2つの問題が指摘されている。1つは、この行動により恐れている行動をさらにひどくしてしまう可能性があるということである。上記の例でいえば、グラスを強く握りしめることでさらに震えがひどくなるということが考えられる。次に挙げられる安全確保行動による問題点は、ネガティブな思考や信念の反証が妨げられるということである。たとえば、「グラスを持つ手が震えるほど緊張していることが分かったら、きっと周りの人達は私のことを弱虫だと思うに違いない」という考えを持っている時に、両手で握りしめるという安全確保行動をとって対処し、その結果周囲の人からも何も言われず、破局的な事態が起きずにその場をやり過ごせたとする。この場合、恐れていた事態が起きずにその場をやり過ごすことができたことを、安全確保行動のためであると帰属し、「緊張していることが知れたら、ネガティブな評価を受ける」という否定的な認知が検証されなくなるのである。

その結果、不安に伴う行動が相手に対しても非好意的な印象を与え、ネガティブな交互作用のパターンが生まれ悪循環となって社会不安が維持されるとしている。さらに、社会不安者には予期不安も伴い、社会的場면을回避しがちになることも示唆されている。

最後に、図で示された認知モデルは、社会不安者が恐れている社会的状況に遭遇したときの状況における処理を説明している。しかしながら、パフォーマンス場面や対人交流場面などの社会的状況を離れた後の処理についても指摘されている。社会的場面においては、他者から受けるフィードバックは曖昧であるため、個人は他者の行動から自分の振るまいが適切であったかどうかということや、他者の承認が得られたかどうかについて解釈する (Amir & Foa, 2001)。そのため、社会不安者は社会的場面から回避したり、やりすごしたりすることですぐにネガティブな考えや苦痛が終わるわけではなく、出来事についての事後の検討を行うことがしばしばである。Clark & Wells (1995) では、このような認知を"postmortem"および、"post-event processing"と呼んでいる。

出来事の回顧を行っているこの段階では、社会不安者の不安感情やネガティブな自己知覚は特に顕著であるとされており、さらに他の社会的失敗経験を検索するという側面も持つと述べられている (Clark & Wells, 1995)。経験した社会的状況について考え始めると、将来の社会的状況に対する貧弱なパフォーマンスや他者からの拒絶も予期され、後続の社会的状況に対する不安も高められる。こうして、この処理は自分のパフォーマンスや他者から評価についてのネガティブな信念を強化したり、回避行動を増加させ、社会不安の維持に機能していると指摘されている。

第 4 節 post-event processing に関する研究動向

社会不安障害における post-event processing の実証的な研究は、Rachman, Gruter-Andrew, & Shafran (2000) によって先駆けて行われた。Rachman et al. (2000) は PEP を測定する post-event processing Questionnaire (PEPQ) を作成し、大学生を対象に調査を行った。その結果、PEP は社会不安、抑うつとの間に相関関係を持ち、さらに、抑うつを統制した後も社会不安との相関関係が指摘された。また、社会不安傾向による群分けによる検討を行ったところ、社会不安の高い人は、低い人に比べて PEPQ 得点が高く、PEP が活性化されやすいことが示されている。

Rachman et al. (2000) の社会的状況後の PEP は抑うつの反すうと異なるものであるという主張を受け、Fehm, Schneider, & Hoyer (2007) は社会不安における PEP の特異性を検討することを目的とした調査を行った。高校生から大学生に対して社会的状況後の PEP と他の脅威場面後の PEP を測定し、全般的な不安と社会不安が測定された。分析の結果、PEP は特に社会的状況で高められたこと、PEP は全般的な不安や抑うつによっては説明されず、社会的状況や社会不安と関連していることが示された。さらに、社会不安は社会的状況後の PEP を予測するものの、他の脅威場面後の PEP は予測しないことが明らかになった。これらの結果から、Fehm et al. (2007) は PEP の社会不安における特異性を主張している。

Lundh & Sperling (2002) は、出来事の直後に回答できるように工夫した post-event processing Record (PEPR) という構造的な日記法によって PEP を測定し、社会不安との関連を検討した。全ての社会的苦痛を感じた出来事を弁別せずに分析した場合には、PEP と不安の関連は見られなかった。一方で、別離や孤独の恐怖、他者を傷つける恐怖など、社会不安の中核とは異なると考えられる他の苦痛を感じる出来事を除外して分析したときには、不安と PEP の関連が見られた。これらのことから、Lundh & Sperling (2002) も上記の研究と同様に PEP は社会不安に特有の現象であることを示唆している。

しかしながら、PEPQ を用いて社会不安障害患者による検討を行った McEvoy & Kingsep (2006) は、異なる知見を示している。社会不安障害患者を対象として PEPQ への回答を求めた結果、PEP は社会的場面を経験している時の状態不安と関連があり、特性的な特徴としての社会不安との相関が認められなかった。この結果について、McEvoy & Kingsep (2006) は PEP と社会不安の関係は状態不安によって変化するのかもしれないと考察し、社会不安障害だけではなく、一般に感情障害の不適応的な反応と関連している可能性を示唆している。そして、その可

能性から、他の不安障害において PEP が果たす役割や、PEP と Depressive Rumination の処理と内容における類似点と相違点、PEP や関連する処理を修正することができる治療法、これらの処理の修正が症状の軽減につながるのかどうかについて検討していかなければならないことを指摘している。

また、Kocovski, Endler, Norman, Rector, & Flett (2005) は、Coping with Health Injuries and Problem Scale (Endler & Parker, 2000; CHIP) を用いて、社会不安における Ruminative Response と Distraction Response を測定した。社会的な失敗体験を示す写真とシナリオが呈示された後に、CHIP への回答と自分の思考の記録を求め、社会不安傾向の程度によってその差異を検討している。その結果、社会不安高群は低群と比較して、Rumination Coping Strategy を用いやすく、Distraction Coping Strategy を用いにくいことが示された。さらに思考内容を検討した結果、社会不安高群は「どうしてもっとよくできなかったんだろう」というような反事実思考をより経験していることが明らかにされた。この研究では、社会的出来事に対する Ruminative Response と Distraction Response を挙げて検討を行っており、抑うつ症状に対する反応を反応スタイル理論で説明した Nolen-Hoeksema (1991) の考え方を引き継いでいるといえる。実際、Kocovski et al. (2005) は、上記の結果から、Nolen-Hoeksema による反応スタイル理論を社会不安の PEP に延長させて考えることができ、PEP を介入対象として位置づけることに対する意義があると述べている。

これまでに述べた研究をまとめると、社会不安と社会的な出来事後に生じる事後の認知的処理に関連があるという点では、これらの研究知見は一致している。しかしながら、こういった出来事の事後の認知的処理は、社会不安に特異的であると主張する研究とそうでない研究がどちらも存在し、一致した見解が得られていないという問題点が認められる。

この点については、他に抑うつや不安と関連があるとされる、反すうと心配との関連が問題になると考えられる。反すうは、Nolen-Hoeksema (1991) によって、抑うつ症状やその症状の原因や結果についての反復的で受動的な思考であると定義される認知的処理である。心配は、比較的感情に否定的な影響を与え、コントロールが難しい考えとイメージの連鎖で、不確実で否定的な結果が予期される問題を心的に解決する試みであると定義される (Borkovec, Robinson, Pruzinsky and DePree, 1983)。社会的出来事後に生じ、過去に経験した社会的出来事を想起したり、ネガティブな感情価を持つ PEP とは、どちらの認知的処理も強い類似性が推察される。PEP が社会不安に特化したものであるかどうかを検討するには、これらの認知的処理との関連をなくして理解することは難しいと考えられる。

さらに、この問題と関連して、PEP を測定する尺度も研究者によって異なるものが用いられていることが指摘される。その中では、Rachman et al. (2000) によって作成された PEPQ が多く用いられているが、わが国においては未だ整備されておらず、PEPQ 日本語版の作成と標準化が期待される。

PEP に関する研究においては、個人特性的な社会不安が高い人は PEP が活性化されるという相関関係を示すのみではなく、PEP に関する実験的検討を行っている研究も散見される。

Edwards, Rapee, & Franklin (2003) は社会不安傾向高群と低群を対象とした実験を実施し、社会不安における *post-event rumination* の検討を行った。参加者は即興のスピーチを求められ、その後にポジティブとネガティブが半分ずつ織り込まれたスピーチについてのフィードバックを受けた。そして、そのフィードバックについての再生をフィードバック直後と 1 週間後に求められた。スピーチから 1 週間後には、この研究で作成された Thought Questionnaire への回答も求められ、1 週間の間にスピーチについて考えた内容について回答を求めている。Thought Questionnaire は、ポジティブな内容（たとえば、私はベストを尽くした）とネガティブな内容（たとえば、私は良い印象を与えていない）が含まれており、5 件法で回答する尺度であり、社会不安における *Ruminative process* を測定している。分析の結果、社会不安の高い人は、両時期においてポジティブなフィードバックと比較してネガティブなフィードバックを再生した。低群にはこのような差異は認められなかった。さらに、社会不安の群によって、*positive rumination* に差異は認められなかった一方で、*negative rumination* においては社会不安傾向高群で有意に得点が高く、*negative rumination* がより活性化されていたことが示された。

Abbot & Rapee (2004) は、Edwards et al. (2003) と同様の実験を社会不安障害患者と非不安者を対象に行い、PEP がスピーチ課題に対する自己評価にどのような影響を与えるかについて検討している。Abbot & Rapee (2004) は、スピーチ課題の直後に Rapee & Lim (1992) によって作成された Performance Questionnaire を用いてスピーチの自己評価を求めた。また、一週間後に再び同様の方法でスピーチの自己評価と PEP の測定を行って検討した。その結果、一週間後、対照群ではポジティブな自己評価が増加したのに対し、社会不安障害群ではネガティブな評価が増加した。さらに、社会不安障害群では、対照群と比較して PEP を測定した尺度の得点が高かったことが明らかにされた。

Abbot & Rapee (2004) と Edwards et al. (2003) がスピーチ場面に対する PEP の検討を行っている一方で、Mellings & Alden (2000) は、参加者を対人交流場面に参加させて PEP の検討を行った。社会不安傾向高群と低群の参加者は実験の第 1 日目に対人交流場面に参加し、後日

PEP の測定を行った。PEP は、この研究で作成された Ruminant Questionnaire によって測定された。その結果、社会不安の高い人は経験した社会的相互作用についてより多く Ruminant していたと報告されている。さらに、PEP がその後のネガティブな自己関連情報の再生に寄与していることを示唆し、PEP がネガティブな自己関連情報の特異な符号化や統合を引き起こす可能性があると考えられている。

さらに、Field, Psychol, & Morgan (2004) は、PEP を操作した実験的な検討を行っている。社会不安高群と低群は、出来事のポジティブな部分に焦点をあてる positive PEP と、出来事のネガティブな部分に焦点をあてる negative PEP、ディストラクション課題をする群に割りつけられた。その操作の後に、参加者はその出来事に対する再生と PEPQ への回答を求められた。その結果、社会不安の高い人は、PEP の操作にかかわらず、よりネガティブな再生をし、そのネガティブな再生は PEP の得点と相関していた。

これらの実験的研究では、社会不安障害と PEP の相関関係のみならず、PEP によってスピーチのネガティブな自己評価や自伝的記憶が維持された可能性が示唆されており、PEP がどのような機能を持つかを精査していくためには、このような検討が必要であると考えられる。

これまでに概観した研究をまとめると、社会不安の高い人は低い人よりも PEP が活性化されやすい傾向があるという一致した知見が得られていることが分かる。

ここで、これまでの PEP に関する研究に認められる問題点について述べる。

まず、従来の PEP に関する研究では、PEP に関するさまざまな用語が用いられてきたことが見て取れる。これまでの記述では、それぞれの研究で用いられた用語をそのまま記載しており、研究によってさまざまな用語が用いられていることが分かる。McEvoy & Kingsep (2006) は、社会的場面に対する事後の処理を表現している用語を 4 つ挙げている。それによると、Rachman et al. (2000) や Clark & Wells (1995) は “post-event processing”, Clark & Wells (1995) は “postmortem” という表現も用いている。他にも “post-event rumination” が Abbott & Rapee (2004), “retrospective brooding” が Rapee & Heimberg (1997) で用いられている。また、“Rumination” という表現を用いて検討を行っている研究も見られた (Kocovski et al., 2005)。これは、PEP が主に反すう (Rumination) との関係性が明らかにされていないことから、このようにさまざまな表現が用いられていると考えられる。用いる語によって、それぞれの研究者の考え方が推察されるものの (たとえば、PEP と反すうを同一のものと考えているかどうか)、PEP と反すうの関係性について明確に述べている研究は皆無であり、研究によっては、PEP と上記のさまざまな用語が 1 つの論文の中で多用されている場合もある。

また、PEP についてレビューした Brozovich & Hiemberg (2008) は、最近では、社会不安障害に対する治療プログラムの中で PEP についても述べられ始めていることを指摘している。たとえば、Wells (1997) は、治療の中に post-mortem についても触れている。具体的には、post-mortem のデメリットを検討した後に、これをやめるという相談を患者と行ったり、その状況から離れて上手くいったことを3つ書く、などの対処をとるように勧めている。しかしながら、介入によって PEP の活性化の低減を図り、さらには社会不安の低減を示唆した研究はこれまでにほとんど見当たらない。この点は、社会不安障害の維持に影響する PEP に問題意識を置いて研究する中で、今後期待されるものと考えられる。

第 5 節 PEP, 反すう, 心配, 注意バイアス, 解釈バイアスの関連

前節でも述べたとおり、PEP は反すうや心配と強い類似性を持つ概念である。また、社会不安の維持に関する認知モデルでは社会不安に特徴的である情報処理バイアスとして、注意バイアス、解釈バイアスが挙げられた。本節では PEP や反すう、心配、注意バイアス、解釈バイアスとの関連性について概観する。

反すうは、抑うつ症状やその症状の原因や結果についての反復的で受動的な思考であると定義されている (Nolen-Hoeksema, 1991)。さらに、Mathews & Wells (2004) は現在の状態と望む状態の不一致の知覚から始まる、自己関連情報の内容を処理する反復的な思考であると詳細に定義している。そして、心配は Borkovec et al. (1983) によって、不確実で否定的な結果が予期される問題を心的に解決しようとする試みと定義されている。

Segerstrom, Tsao, Alden, & Craske (2000) は反すうと心配には非常に強い相関があることが報告しているが、これまでの研究でこの反すうと心配という2つの認知的処理には異なる部分と類似する部分があることが指摘されてきた。類似する点としては、どちらもコントロールが難しいという特徴が示唆されている (Papageorgiou & Wells, 2004)。一方で、異なる点としては、思考の内容 (心配は未来志向的で反すうは過去指向的)、問題解決への指向性 (心配は問題解決への指向性が強い) の2点が指摘されている (Papageorgiou & Wells, 1999)。受動的であるとされる反すうに比して、心配は問題解決への指向性が強く、能動的な側面、すなわち、随意的な側面を持つ可能性があることから、異なる認知的処理プロセスを持っている可能性があると考えられる。

また、PEP は経験した社会的場面について回顧し、その認知がネガティブな感情価を持つ処理と定義される。第4節でも概観したように、PEP は反すうとの類似性が指摘されている（たとえば、Kocovski & Rector, 2008）。しかしながら、PEP と反すうも類似する点と異なる点を挙げるができる。類似していると考えられる点は、現在の状態と望む状態の不一致がこれらの処理の契機となる点である。通常社会的場面においては、他者からはっきりとした社会的賞賛を受けることはほとんどないことから、社会不安者はPEP が活性化されると考えられている（Clark & Wells, 1995）。一方で、PEP と反すうの異なる点としては、その内容が挙げられる。反すうはさまざまな出来事全般に対する認知的処理をさすのに対し、PEP は社会的状況のみに対する特異的な認知的処理をさしている。これらのことから、Kocovski & Rector (2008) は、PEP と反すうについて、処理プロセスは同様であるかもしれないが、重要な内容的な差異があると指摘している。

このようなPEPや反すう、心配のすべてにおいて共通する特徴としては、反復的な思考であることが挙げられる。このような認知的特徴は、今新しく取り上げられてきた概念ではなく、精神医学の歴史的な経緯の中では執着性格（下田, 1950）といった病前性格として理解されてきた。執着性格は下田（1950）によって指摘された気分障害の病前性格である。一度湧き起こった感情が持続することに注目して執着性格とし、執着性格の人は仕事の過重負担や軽い身体不調があっても、疲労に従って休むことができない。疲労に抗して働き続け、疲労が強まった時点で突如として躁あるいはうつ病を発すると考えられている（大月・黒田・青木, 1978）。このような感情の持続について、「性格」という概念に帰着するのではなく、PEP や反すう、心配といった介入可能な概念として置き換えているところに具体性と意義があると考えられる。

概念は異なるものの、類似した概念として認知モデルの中で指摘された解釈バイアスが挙げられる。PEP, 反すう, 心配との類似性を考える上で、認知的概念を4つの概念から整理、区別したIngram (1990) の分類が援用できる。その4つは、認知構造 (Cognitive Structures), 認知命題 (Cognitive Propositions), 認知操作 (Cognitive Operations), 認知結果 (Cognitive Products) である。認知構造は、データが貯蔵される情報処理システムの構造と考えられており、短期記憶、長期記憶、認知的ネットワークなどが例に挙げられる。認知命題は、認知構造の中に貯蔵された情報や内容をさし、意味的な知識やエピソード的な知識などが例として挙げられる。認知操作は、情報を検索してコード化するような、認知システムが情報を操作するためのさまざまな手続きととらえられ、コード化や注意に

よって情報が引き出されるプロセスをさす。そして、認知結果は、情報処理の結果生じた個人の認知（帰属や自己陳述を含む）をさす。

Wells & Mathews (1994) は、自己調節実行機能 (Self-Regulatory Executive Function : S-REF) モデルの説明の中で、認知の状態についての情報のモニタリングに固執することは反すうや心配の過程にあたると述べている。また、上記のように、反すうや心配にはコントロール不可能性といった特徴が指摘されている。したがって、反すうや心配は Ingram による認知概念の分類における認知操作と考えることができる。同様に、PEP は、過去の社会的状況での失敗を検索することにも特徴づけられるとされ (Clark & Wells, 1995)、PEP も反すうや心配と同様に認知操作にあたる概念であると考えられる。

これらに対し、「解釈」は認知心理学において、受信者が符号化した記号からコード解読によってそこに表現された意味内容を引き出すことと定義される (井上, 1999)。多くの場合、コードはあいまいであり、記号の意味内容はひとつとは限られないことから、受信者はコード解読時に場面状況や文脈などを援用しながら一つの意味内容を引き出す必要が生じる。このように受信者が記号の意味内容を主体的に考え、理解しようとする過程が「解釈」と考えられている。社会不安者とそうでない者を比較したときにこの処理において生じる差異を「解釈バイアス」と呼ぶことができる。すなわち、情報は中央処理系に入力されると作動記憶内での処理が行われ、その作動記憶内において生じる比較判断・推論・思考が解釈バイアスであるとされる (生和, 2002)。これらの定義を参照すると、「解釈」も同様に認知操作ととらえることができ、この点では、PEP、反すう、心配と類似している。

しかしながら、解釈バイアスは、主にある刺激からどのような意味内容を引き出すかといった一方性の認識でとらえられてきた。対して PEP、反すう、心配は処理の持続性や情報と意味処理の双方向性（意味処理を経たものが今度は情報として位置づけられ、思考が連続性を持つ）を仮定していると考えられる。このような観点をふまえると、解釈と 3 つの認知的処理 (PEP、反すう、心配) は、次元が異なる概念として弁別されることが推察される。

また、社会不安者において特徴づけられる注意バイアスとして「観察者視点の自己注目」が挙げられた。注意バイアスは、感覚記憶から作動記憶に情報が転送される際に生じるバイアスで、その状態において必要であると判断された情報が優先的に処理されることになる (生和, 2002)。注意もこれまでの概念と同様に認知操作に位置づけられる。しかしながら、この注意バイアスのひとつである「観察者視点の自己注目」は、社会不安者において

社会的状況を経験している際に生じる注意のバイアスであり、解釈や PEP、反すう、心配の処理において処理される情報の抽出段階であると考えられる。

最後に、社会不安に特徴的とされる注意・解釈バイアスと PEP の関連について考述する。注意・解釈バイアスはある刺激からどのような意味内容を引き出すかといった一方向性の特徴を持つことから、社会不安に関連する研究において、主に社会的状況を経験しているときの特徴として検討されてきた。そして、社会的状況を経験し終わった後の処理は、その状況を経験しているときに処理された情報のみによると考えられ、事後の認知的処理である PEP は注意・解釈バイアスの影響を受けることが予測される。

すなわち、PEP、反すう、心配は、社会不安障害においては社会的状況を経験した後の事後の認知的処理として位置づけることができる。

第 2 章

本研究の目的と意義

第 1 節 本研究の目的

前章における PEP に関する先行研究の展望をふまえて、社会不安の情報処理における PEP の役割を検討するにあたって、いくつかの問題点が指摘できる。

- ① わが国では、PEP の程度を測定することのできる尺度が整備されていない。
- ② PEP と心配、反すうの関連について明らかにされていない。
- ③ PEP がどのようなメカニズムで社会不安の維持に影響を与えているのかについて具体的に検討した研究がない。
- ④ PEP に介入して、社会不安を低減させた研究がない。

本研究では、社会不安の維持に機能する PEP の役割について、以上に述べた 4 つの問題点を検討することを目的とする。まず、PEP と反すう、心配の異同を明らかにし、PEP の程度を測定する尺度を整備する。その後、PEP が社会不安に与える影響について検討し、最後に、PEP を操作することによって社会不安が変化するかどうかを大学生を対象に実験的に検討する。なお、本研究の構成を Fig.2-1 に示す。

第 2 節 本研究の意義

社会不安障害の治療については、認知行動療法が有効であるとの知見がある (Hofman & Otto, 2008)。しかしながら、Clark et al. (2003) は未だ改善の余地があると示唆しており、認知行動療法による社会不安障害の治療は、修正の必要があるといえる。

本研究は社会不安の認知モデルの中で、その重要性が指摘されているにもかかわらず、未だ十分な検討がなされていない PEP に着目する。

PEP を検討する中で、これまでに明らかにされてこなかった反すう、心配との異同を明らか

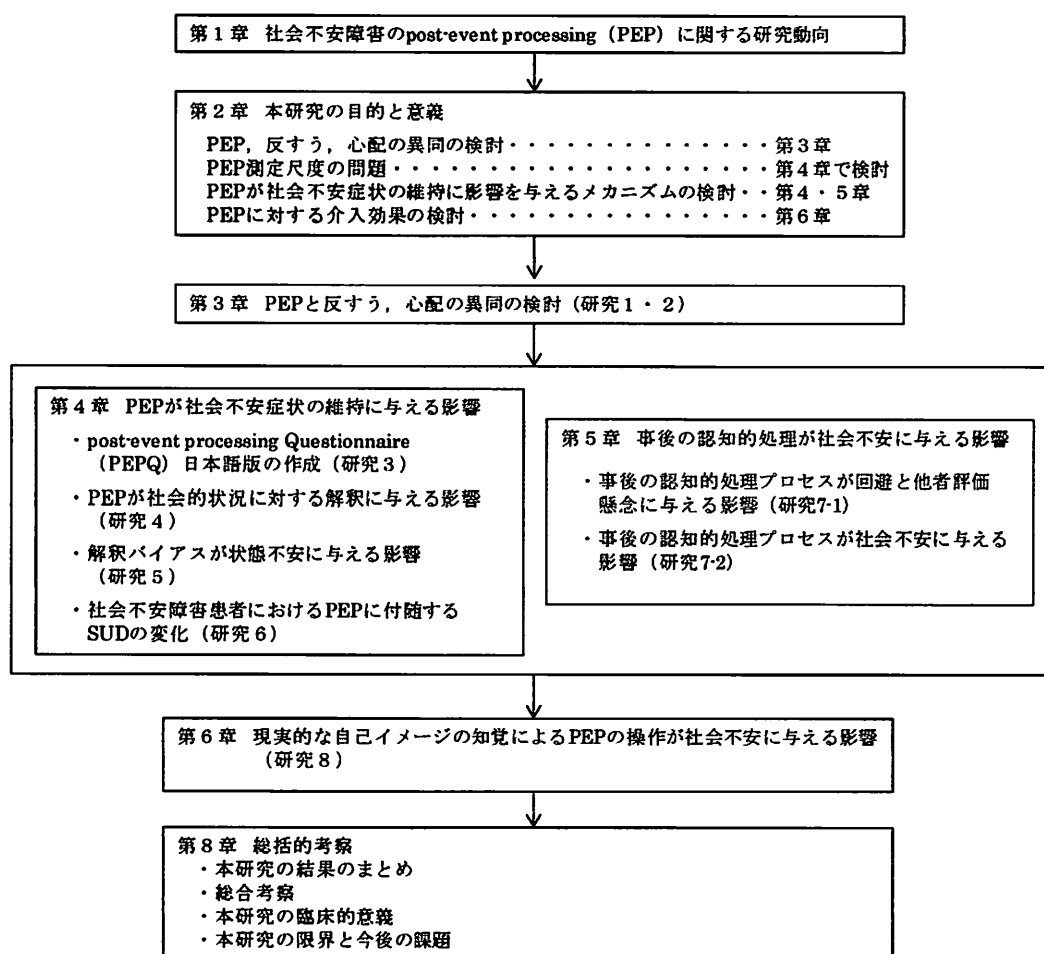


Fig.2-1 本研究の構成

にする。それにより PEP を治療ターゲットとして定めたときにどのような方法を持って低減をねらうかの手だてを明らかにすることができる。もし、反すうや心配と同様の処理であるならば、これまでに反すうに対する介入として挙げられてきた思考中止法やエクスポージャー、EMDR、リラクゼーション、認知療法、注意トレーニング、瞑想 (Purdon, 2004) や反すうと心配に対する介入方法として提案されているメタ認知療法 (Papageorgiou & Wells, 2004b; Wells, 1997) を従来の社会不安障害の治療法に追加して行うことが必要であるかもしれない。一方で、異なる処理を持つものであるならば、どのような特異的な部分にどのようにアプローチするべきかを考えるべきである。これらの問題点を明らかにする本研究は、社会不安障害の認知行動療法に指針を与える一助になるだろう。

また、PEP を操作することによって社会不安が低減するかどうかを検討することは、PEP を社会不安障害の治療におけるターゲットとすることができるかどうかを明らかにするという点で有益である。さらに、PEP の活性化を低減させる方法を特定することができれば、この検討によって、社会不安障害の治療法における効果化、および精緻化を目指した治療法の改善に貢献できる基礎的な資料を提供することが可能になると考えられる。

第 3 節 本研究で用いる用語の概念的定義

本研究で用いる用語の概念的定義を以下に示す。

(1) 社会不安症状

DSM-IV-TR (APA, 2000) において定義されている社会不安障害の症状を社会不安症状として定義する。社会的状況に対する不安、他者評価懸念、社会的状況または恐れている行為をする状況の回避を総称して、この用語を用いる。

第 1 章で述べたとおり、社会不安障害はスペクトラム障害ととらえることが可能であり、その妥当性も確認されている (McNeil, 2000)。したがって、本研究は社会不安の連続性を仮定し、大学生を対象としたアナログ研究によって社会不安の情報処理過程について検討した。

社会不安症状の評価は、上記の社会不安症状との対応づけを基にいくつかの尺度によって行われてきた。他者評価懸念は Fear of Negative Evaluation Scale 日本語版 (石川・佐々木・福井, 1992)、回避傾向は Social Avoidance and Distress Scale 日本語版 (石川ら, 1992) によって測定される。また、社会不安者が恐れる社会的状況は、パフォーマンス場面と対人交流場面が挙げ

られる (Stein & Deusch, 2003)。それぞれ、パフォーマンス場面に対する不安の程度は Social Phobia Scale 日本語版 (金井・笹川・陳・鈴木・嶋田・坂野, 2004), 対人交流場面に対する不安の程度は Social Interaction Anxiety Scale 日本語版 (金井ら, 2004) によって測定され、この2つの社会的状況に対する不安を包括的に測定する尺度として、Liebowitz social anxiety scale 日本語版 (朝倉・井上・佐々木・佐々木・北川・井上・傳田・伊藤・松原・小山, 2002) が開発されている。本論文では、各研究における測定の目的に応じてこれらを使い分けて測定を行った。

(1) 観察者視点の自己注目

観察者視点の自己注目は、社会不安に認められる注意バイアスである (Clark & Wells, 1995)。社会不安の高い人は、社会的状況において自分自身の詳細なモニタリングや観察対象としての自分に注意を向ける (Clark & Wells, 1995)。この状態を観察者視点の自己注目とよぶ。

(2) 解釈バイアス

解釈バイアスは、情報の処理における解釈に歪みが生ずることをさす。なかでも、社会不安に見られる解釈バイアスは、曖昧な社会的出来事をネガティブに解釈しやすいことをさす (Stopsa & Clark, 2000)。

(3) post-event processing (PEP)

post-event processing (PEP) とは、個人が経験した社会的場面について回顧し、さらにその認知がネガティブな感情価を持つ処理として定義する (Clark & Wells, 1995)。PEP は、PEP が活性化されているときの思考の内容だけでなく、社会的場면을終えた後もその出来事について思考する処理をさす。

(4) 反すう

反すうは、Nolen-Hoeksema (1991) が定義したように、抑うつ症状やその症状の原因や結果についての反復的で受動的な思考をさす。また、本研究では、Nolen-Hoeksema の抑うつ気分の反応としての反すうを拡張した、抑うつ気分の発生に先行して生じるストレス反応性の反すうをも含む (Alloy, Abramson, Hogan, Whitehouse, Rose, Robinson, & Kim, 2000)。

(5) 心配

比較的感情に否定的な影響を与え、コントロールが難しい考えとイメージの連鎖で、不確実で否定的な結果が予期される問題を心的に解決する試みであると定義される (Borkovec et al., 1983)。

第3章

PEP と類似する他の認知的処理との異同

【問 題】

第1章でも述べたとおり、PEPは反すうや心配と強い類似性を持っていると考えられる。

しかしながら、Kocovski & Rector (2008) は、PEPと反すうの関係について検討し、相関や重回帰分析の結果から、処理プロセスは同じかもしれないが、重要な概念的及び内容的な差異があると指摘している。

また、PEPは予期不安との関連も指摘されている。Clark & Wells (1995) では、予期とPEPが同じ項で説明され、PEPが活性化されているときの思考内容として、将来経験するだろう同じような社会的状況における他者からの評価が含まれると示唆している。この示唆と同様に、Rachman et al. (2000) がPEPを測定するために作成した post-event processing Questionnaire (PEPQ) にも、「同じような出来事を避けようとしてより強く思うようになりましたか」という項目が含まれている。したがって、未来志向的な心配とPEPにも類似点があると考えられる。

以上のことから、PEPと反すう、心配の3つの認知的処理は高い類似性が推察され、定義によってその内容特異性はこれまでも認められているものの、思考様式の差異については検討されてこなかった点が問題点として挙げられる。

Mathews & Wells (2004) は、気分障害や不安障害における反すうのような思考の類似性がどのくらいあるのかということは重要な問題であると指摘し、それを明らかにすることで治療の促進を図ることができると示唆している。したがって、第3章では3つの認知的処理の異同について検討することを目的とする。

第1節 PEPと反すう、心配における思考様式の異同（研究1）

【目 的】

本節では、PEP、反すう、心配における思考様式において類似点と相違点を明らかにすることを目的とした。

【方法】

調査対象：

4年制大学生80名（男性21名，女性59名，平均年齢21.71±1.99歳）。

調査材料：

① 改定版 Cognitive Intrusion Questionnaire (CIQ-付録3-1)

CIQは、(Freeston, Ladouceur, Thibodeau, & Gagnon, 1991)によって侵入思考の思考様式を測定するために開発された。CIQは、Langlois, Freeston, & Ladouceur (2000)によって強迫観念と心配の差異を検討するために用いられ、もとは13項目だったCIQにさらなる思考様式を加え53項目に改定された。本研究ではPEPを測定するpost-event processing Questionnaire (Rachman et al., 2000: PEPQ)の項目からPEP特徴として10項目加え、63項目に改定して用いた。

CIQは以下の4つのカテゴリーを持っていた。①全体的記述（頻度や長さなど）、②評価（コントロール可能性や重要性など）、③関連する感情（悲しみ、不安など）、④思考に対する反応としてのストラテジー（ディストラクションや抑制など）。

CIQ改定版では、PEP、反すう、心配の定義に基づいた教示を呈示し、それぞれ63項目に回答するように求めた。それぞれの教示は下記であった。「PEP：過去に経験したネガティブな社会的出来事（例：友達との昨日の電話、この間の発表、目上の人との会食など）」、「反すう：自分自身の落ち込んでいる状態やその原因、結果（例：「どうしてこんな気持ちになったんだろう」、「もっとうまくできればよかったのに」など）」、「心配：将来起こる気がかりな多くの出来事、または活動（例：先にあるテスト、地震、家族や自分の健康など）」。それぞれについて、上記のようなことを考えている時のことを思い出してもらうよう求め、そのようなときにどのように考えているかどうかについて、7件法（「1. 全くあてはまらない」～「4. どちらでもない」～「7. とてもよくあてはまる」）で回答を求めた。

【結果】

まず、全般的項目について分析を行った。

「項目1：最近2週間でこのような考えやイメージが浮かぶ日と浮かばなかった日のどちらが多かったか」に対する回答について、カイ二乗分析を行った。その結果、有意なカイ二乗値が認められた ($\chi^2[4]=27.18, p<.01$: Table3-1-1)。したがって、反すう、心配は頭に浮かんだ日の方が多く、PEPは頭に浮かばなかった日の方が多いたことが示された。

次に、「項目2：教示された内容について考えた日は、1日に何回程度考えたか」への回答について、Friedman検定を行った。その結果、カイ二乗値が有意であった($\chi^2[2]=23.23, p<.01$)。それぞれの認知的処理における平均値はPEPで1.68、反すうで2.04、心配で2.28であったことから、頭に浮かんだときには反すうと心配において、PEPと比較して1日に考える回数が多いことが示された。

「項目3：その考えは通常どのくらい持続しますか」という項目への回答について、1要因の分散分析を行った。その結果、認知的処理の主効果は有意ではなく、差異は見られなかった。

そして、「項目4：その考えはどのくらいの期間経験していますか」という問いへの回答について、Friedman検定を行った。その結果、カイ二乗値が有意であった($\chi^2[2]=14.27, p<.01$)。それぞれの認知的処理における平均値はPEPで1.80、反すうで1.92、心配で2.28であったことから、PEPと反すうに比べて心配はより長い期間経験されていることが示された。

次に、認知的処理を要因として、項目5以降の各項目における回答を従属変数とした1要因分散分析を行った。その結果をTable3-1-2に示す。反すうと心配の間において22項目、PEPと反すうの間において21項目、PEPと心配の間において28項目の有意な差異が認められた。

【考 察】

本節の目的は、PEP、反すう、心配における思考様式の異同を検討することであった。

本節の結果、第一に、全体的記述の項目において、反すうや心配はPEPと比較して、頭に浮かぶ日にちがより多く、さらに、浮かんだ場合に1日に考える回数も多いことが示された。そして、どのくらいの期間そういった思考を経験しているかといった問いに対する回答においても、反すうと心配はPEPよりも長い期間経験している思考であることが明らかになった。これは、PEPの思考内容が社会的状況に限られている一方で、反すうと心配においては思考の内容が限定されていないことが理由として考えられる。

第二に、先行研究でも報告された時間的指向性「31.その考えは過去についてのものである」に関わる差異が本研究でも認められた。PEP、反すう、心配の順でより過去指向的であり、心配は反すうとPEPよりも未来指向的であることが示された。反すうは過去指向的であり、心配は未来志向的であると報告したこれまでの研究(Borkovec et al., 1983; Watkins, Moulds, & Mackintosh, 2005)を支持している。また、PEPが過去指向的であるということは、経験した社会的出来事を回顧的にとらえる思考という定義と照らし合わせても妥当といえる。

Table3-1-1 認知的処理の経験頻度に関するクロス表

	PEP	反すう	心配	計
頭に浮かんだ日が多かった	22	43	54	119
頭に浮かばなかった日が多かった	44	28	16	88
変わらない	10	8	9	27
計	76	79	79	234

Table3-1-2 PEP, 反すう, 心配における思考様式の異同

Variables	PEP		反すう		心配		F			
	M	SD	M	SD	M	SD				
Variables where score for rumination are greater than PEP and worry (反すう>心配, PEP)										
Appraisal	8.	その考えのきっかけは内的な(思考や感情)ものだった。	4.78	1.77	5.26	1.46	4.79	1.43	3.26	*
Appraisal	13.	私はその考えを取り去るために、多くの努力をする。	3.67	1.72	4.11	1.69	3.41	1.55	4.49	*
Appraisal	14.	その考えは他のものに取り組んだり取りかかる私の能力を邪魔する	3.69	1.72	4.25	1.91	3.72	1.82	5.10	**
Appraisal	26.	その考えはあなたの性格のネガティブな側面を明らかにする。	4.93	1.81	5.38	1.76	4.78	1.68	5.05	*
Appraisal	36.	その考えはあなたの日常生活を妨害する。	3.61	1.83	4.07	1.92	3.21	1.82	8.14	**
Appraisal	37.	その考えは無意識のうちに生じている。	4.18	1.84	5.00	1.51	4.36	1.58	8.54	**
Appraisal	63.	あなたは、この考えやイメージが頭の隅に浮かぶことがどのくらい不満ですか？	4.24	1.78	4.68	1.72	4.18	1.70	2.75	†
Emotion	58.	その考えは、あなたをどのくらい悲しい、もしくは不幸せな気持ちにさせますか？	4.60	2.00	5.20	1.79	4.39	1.75	6.08	**
Variables where score for rumination and PEP are greater than worry (反すう, PEP>心配)										
Appraisal	12.	その考えは、自分でも理解できない。	2.96	1.73	3.11	1.87	2.46	1.42	5.00	**
Appraisal	22.	その考えから気をそらしたいと強く望む。	4.78	1.96	4.91	1.69	4.08	1.74	6.43	**
Appraisal	28.	その考えは望まないものだ。	4.70	1.69	4.67	1.72	4.14	1.65	3.82	*
Appraisal	25.	その考えに抵抗する努力をする。	4.08	1.70	4.03	1.68	3.62	1.62	2.65	†
Emotion	60.	その考えは、あなたにどれくらい罪悪感を感じさせますか？	4.44	1.92	4.37	1.91	3.97	1.94	3.10	*
Cognitive strategy	47.	私は私自身を非難する。	3.87	2.15	4.01	1.95	3.24	2.00	4.62	*
Variables where score for rumination are greater than PEP (反すう>PEP)										
Appraisal	6.	その考えは言語的な内容で、言葉として浮かんだ。	3.76	2.01	4.30	1.89	4.09	1.67	2.84	†
Appraisal	16.	その考えの内容は、あなたを動揺させる。	4.43	2.00	5.01	1.79	4.74	1.79	3.39	*
Appraisal	32.	その考えは現在についてのものである。	4.24	2.03	5.11	1.60	4.74	1.58	5.67	**
Variables where score for rumination are greater than worry (反すう>心配)										
Appraisal	21.	その考えの内容は不愉快である。	4.78	1.84	4.92	1.85	4.29	1.80	3.79	*
Appraisal	10.	その考えが浮かぶきっかけを避けようとする。	3.72	1.89	4.14	1.75	3.51	1.77	3.60	*
Emotion	57.	その考えは、あなたをどのくらい不安定な気持ちにさせますか？	4.91	1.75	5.52	1.48	5.25	1.53	5.67	**
Variables where score for worry are greater than PEP and rumination (心配>反すう, PEP)										
Appraisal	17.	その考えに表される状況は、実現しそうである。	3.45	1.67	3.67	1.66	4.47	1.43	10.49	**
Appraisal	30.	その考えは未来についてのものである。	3.26	2.08	4.05	2.15	5.87	1.18	43.40	**
Appraisal	19.	その考えは、現実の問題または状況についてである。	4.84	2.05	5.29	1.66	5.74	1.27	7.42	**
Variables where score for PEP and rumination are greater than worry (PEP, 反すう>心配)										
Emotion	61.	その考えは、あなたにどれくらい恥ずかしさを感じさせますか？	3.83	2.03	3.65	1.86	3.12	1.94	4.89	**
Variables where score for rumination and worry are greater than PEP (反すう, 心配>PEP)										
Appraisal	39.	その考えは自分の視点から見ているように見えましたか？	4.63	1.94	5.20	1.51	5.17	1.45	3.73	*
Appraisal	11.	私は、その考えのコントロールたびたび行う。	3.99	1.77	4.50	1.62	4.42	1.44	3.14	*
Appraisal	38.	その考えは心拍数の増加や赤面などの身体的な変化を引き起こす。	2.50	1.81	3.01	2.01	2.89	1.81	2.93	†
Appraisal	62.	その考えやイメージをあなたの頭から取り去ることはどれくらい難しいですか？	4.39	1.77	5.09	1.55	4.78	1.62	5.80	**
Emotion	59.	その考えは、あなたをどのくらい心配にさせたり不安にさせますか？	4.76	1.88	5.50	1.51	5.39	1.52	8.79	**
Cognitive strategy	53.	結果についてあれこれ考える。	4.83	1.88	5.29	1.63	5.36	1.50	5.29	**
Variables where score for PEP and rumination are greater than worry and those for PEP are greater than rumination (PEP>反すう>心配)										
Appraisal	31.	その考えは過去についてのものである。	5.07	2.09	4.12	2.29	3.01	1.83	25.26	**

† p<.10 ** p<.05 * p<.01

Table3-1-2 PEP, 反すう, 心配における思考様式の異同 (つづき)

Variables	PEP		反すう		心配		F				
	M	SD	M	SD	M	SD					
Variables where score for worry are greater than PEP (心配>PEP)											
Appraisal	33.		私は、その考えに表される問題を解決するために多くの努力をする。	4.01	1.76	4.36	1.63	4.56	1.48	3.13	*
Appraisal	20.		その考えに表される問題は、変えられる、または解決されることができる。	4.12	1.84	4.46	1.72	4.89	1.53	4.55	*
Appraisal	27.		その考えはあなたの性格のポジティブな側面を明らかにする。	3.00	1.50	3.07	1.67	3.46	1.60	2.82	†
Appraisal	29.		私は、その考えに表される問題を解決する私の能力に自信があると感じる。	3.40	1.68	3.72	1.56	3.91	1.52	3.18	*
Appraisal	34.		その考えにしたがって行動したいという強い衝動を感じる。	3.18	1.86	3.53	1.82	3.88	1.67	3.86	*
Variables where score for worry and rumination are greater than PEP (心配, 反すう>PEP)											
Appraisal	15.		その考えはあなたの注意をひきつける。	4.29	1.76	5.00	1.65	4.99	1.41	9.16	**
Appraisal	18.		その考えは、絶えず私の頭の中にある。	3.26	1.95	4.04	1.94	4.17	1.68	8.02	**
Variables where score for PEP are greater than rumination (PEP>反すう)											
Appraisal	7.		その考えは視覚的で、イメージとして浮かんだ。	4.80	1.83	4.21	1.92	4.47	1.76	2.88	†
Variables where score for worry and PEP are greater than worry (PEP>心配)											
Appraisal	40.		それとも、他の人の目から見たように見えていましたか?	3.33	2.06	3.12	1.87	2.67	1.59	3.64	*
Cognitive strategy	42.		その考えに意味はないと自分に言う。	3.26	1.94	3.00	1.74	2.70	1.51	2.83	†
Variables without significant differences											
Appraisal	9.		その考えのきっかけは外的な(ある人や出来事)ものだった。	5.12	1.57	5.05	1.71	4.97	1.24	0.25	n.s.
Appraisal	23.		他の活動から気がそれる。	4.00	2.03	4.38	1.80	4.09	1.61	1.83	n.s.
Appraisal	24.		その考えは頭の中に勝手に割り込んでくる。	4.21	1.86	4.49	1.96	4.47	1.55	0.96	n.s.
Appraisal	35.		考えた結果、時間を戻せたらいいのにと思う。	4.45	2.09	4.59	2.21	4.32	2.01	0.68	n.s.
Cognitive strategy	41.		私は、その考えをより楽しい考えに置き換える。	3.42	1.74	3.77	1.79	3.72	1.46	1.61	n.s.
Cognitive strategy	43.		身の回りにあるもので気ざらしをする。	4.12	1.94	4.32	1.90	4.11	1.67	0.70	n.s.
Cognitive strategy	44.		集中が必要とすることをやる。	3.26	1.84	3.43	1.74	3.59	1.70	1.45	n.s.
Cognitive strategy	45.		私は自分にストップとさう。	2.60	1.79	2.53	1.73	2.40	1.57	0.72	n.s.
Cognitive strategy	46.		私は、誰かと話すことによって、私自身を安心させる。	4.57	1.96	4.77	1.98	4.87	1.70	1.02	n.s.
Cognitive strategy	48.		私は、考えを他の様な考え、または重要でない問題と置き換える。	3.35	1.66	3.51	1.70	3.35	1.62	0.52	n.s.
Cognitive strategy	49.		私は、考えに表される状況または問題を分析する。	4.65	1.83	5.00	1.53	4.96	1.74	1.66	n.s.
Cognitive strategy	50.		解決策を探そうとする。	4.95	1.64	5.15	1.60	5.24	1.55	1.09	n.s.
Cognitive strategy	51.		私は何もしない、その考えは自然に消える。	3.63	1.92	3.21	1.75	3.36	1.65	2.15	n.s.
Cognitive strategy	52.		原因や意味、理由についてあれこれ考える。	5.11	1.68	5.16	1.55	5.08	1.64	0.10	n.s.
Cognitive strategy	54.		私は自分自身のポジティブな側面についてあれこれ考える。	3.45	1.73	3.55	1.77	3.77	1.64	1.31	n.s.
Cognitive strategy	55.		私は自分自身のネガティブな側面についてあれこれ考える。	4.75	1.73	5.01	1.72	4.76	1.70	1.19	n.s.
Cognitive strategy	56.		私は、考えに表される状況をどうやって避けることができるか計画をたてる。	4.25	1.72	4.45	1.70	4.41	1.59	0.42	n.s.

† $p < .10$ ** $p < .05$ * $p < .01$

第三に、反すうや心配では PEP よりもその思考の視点取得が自己の傾向が高く、自分の視点から見ているような思考である傾向が強かった（「39. その考えは自分の視点から見ているように見えましたか」）。一方で、「40. その考えは他の人の目から見たように見えていましたか」という問いにおいて、PEP は心配よりも得点が高く、比較的他の人の目から見たように見えていたことが示された。社会不安の認知モデルで指摘されている、社会不安に特徴的な観察者視点の自己イメージ処理 (Clark & Wells, 1995 ; Rapee & Heimberg, 1997) が影響していると考えられる。Wells & Papageorgiou (1999) は、経験した社会的出来事を思い出してイメージさせたとき、社会不安障害患者は、他の統制群と比較して観察者視点の自己イメージを想起しやすいうことを報告している。一方で、他の統制群は自分の視野視点によるイメージを想起していたことが示されている。観察者視点からの記憶は、自分自身を外的な視点から見ていることに関連しており、あたかも自分の目を通して見たようにその状況を再生することに関連している (Coles, Turk, & Heimberg, 2002)。Hackmann, Surawy, & Clark (1998) も同様に、社会不安の最近のエピソードのイメージを再生するよう求めたとき、社会恐怖者は、健常統制群よりも、他者視点から彼らを見ていることにかかわるイメージを報告することを明らかにしており、本研究における結果はこれらの先行研究と一致している。これらの結果から、社会不安者において PEP が活性化しているときは、観察者視点の自己イメージを想起する傾向が強いことが示された。

第四に、反すうは PEP よりも言語的な内容で言葉として経験しており、逆に PEP は反すうよりも視覚的でイメージとして経験している傾向が強いことが明らかになった（「6. その考えは言語的な内容で、言葉として浮かんだ」、「7. その考えは視覚的で、イメージとして浮かんだ」）。これまでの研究では、不安に関する思考（心配）は抑うつに関する思考（反すう）よりも言語的であると指摘されてきた (Papageorgiou & Wells, 1999)。さらに、心配はイメージよりも言語的な形態で経験されることが多いと指摘されており (Borkovec & Lyonfields, 1993 ; Freeston, Dugas & Ladouceur, 1996)、Borkovec の理論によれば、心配の言語的な内容は、望まないイメージによって引き起こされる生理的な覚醒を避けようとするためだと指摘されてきた。本研究では反すうと心配の差異および、心配が突出して言語的に経験される傾向が強いということは示されなかったものの、言語および視覚として経験されるかの項目に与えられた評定を見ると、言語的かどうかの項目では、反すう > 心配 > PEP、視覚的かどうかの項目では PEP > 心配 > 反すうといった平均値の大きさの順番が視察される。したがって、PEP が非常に強い視覚的な特徴を持っており、それによって本研究の結果では心配の言語的な特徴が表現されなかった可能性が考

えられる。

第五に、多くの特徴において、反すうによって引き起こされる障害が、心配やPEPよりも強い傾向にあることが示された(たとえば、「13. その考えを取り去るのに多くの努力をする」、「36. その考えはあなたの日常生活を妨害する」、「63. この考えが浮かぶことが不満である」、「58. その考えは、どのくらい悲しい気持ちにさせますか」など)。反すうは、心配やPEPよりも不満で、支障をきたし、自己の性格のネガティブな側面を明らかにする。反すうはより機能を妨害し、悲しみと不安定な気持ちを引き起こすことが分かった。

第六に、PEPと反すうは、心配よりも望まないもので、その思考から気をそらしたいと強く望み、その考えに抵抗する努力をし、強い罪悪感や恥ずかしさを感じさせることが示された。

一方で、心配と反すうは、PEPよりも不安な気持ちにさせたり、心拍数の増加などの身体的な変化を引き起こすことが分かった。しかしながら、心配はPEPよりも自己の性格のポジティブな側面を明らかにしたり、その考えに表わされる問題の解決への多くの努力、問題解決に対する強い自信を示すといった、ポジティブな側面を持つことが明らかになった。この問題指向性が高い点については、Papageorgiou & Wells (2004) で反すうと異なる点として指摘されている心配の特徴と一致している。

最後に、全体的な視点から見ると、それぞれの思考に対して、どのような対処をとるのかという点については、多くの項目で差が認められなかった。したがって、それぞれの思考について、ほとんど異なる認知的対処をとっていないことが示唆された。

さらに、「24. その考えは頭の中に勝手に割り込んでくる」といった項目において、認知的処理の差異は認められなかったことから、PEP、反すう、心配ともに侵入的な性質を持ち、その点では類似していることが示された。

本研究では、3つの認知的処理の思考様式について回答者の特性を考慮せずに検討を行った。したがって、サンプル特性が結果に影響を与えている可能性を棄却できない点は問題点として挙げることができる。

第2節 社会不安傾向によるPEPと反すう，心配における思考様式の異同（研究2）

【目的】

研究1では、PEPと反すう、心配における思考様式の異同について検討した。しかしながら、社会不安の特性的要因を考慮していなかった。したがって、社会不安の高い人と低い人との間にそれぞれの認知的処理の思考様式に差異があるかどうかを検討できなかったことが問題点として挙げられる。したがって、本節では社会不安障害傾向によってPEPと反すう、心配における思考様式がどのように異なるかについて明らかにすることを目的とした。

【方法】

調査対象者：

4年制大学生 131名に対して、調査を2回に分けて実施した。そのうち、両方の調査で回答を得られ、記入漏れや記入ミスの回答があった者を除いた75名（男性32名、女性43名、平均年齢 19.60 ± 1.52 歳）。

調査材料：

① Cognitive Intrusion Questionnaire 改定版

研究1と同様の調査用紙を、PEP、反すう、心配の思考様式を測定するために用いた。回答は7件法で（「1. 全くあてはまらない」～「4. どちらでもない」～「7. とてもよくあてはまる」）求めた。

② Liebowitz social anxiety scale 日本語版（朝倉ら，2002：LSAS-付録3-2）

社会不安の程度を測定するために用いた。回答は4件法（「0. 全く感じない」，「1. 少しは感じる」，「2. はっきりと感じる」，「3. 非常に強く感じる」）で求めた。

③自己評価式抑うつ性尺度（福田・小林，1973；SDS）

上述のとおり、反すうは抑うつ症状と非常に密接に関連した認知的処理であることが報告されている（たとえば、Nolen-Hoeksema, 1991）。本研究では、社会不安障害傾向による認知的処理の思考様式について検討することを目的としたため、統制する変数として測定した。

【結果】

分析対象：

LSAS の得点から社会不安傾向群を設定した。サンプル母集団の LSAS 得点平均値を算出し (32.73±12.76), 得点がサンプル母集団の平均値+0.5SD (39.11) 以上を社会不安傾向高群, サンプル母集団の平均値-0.5SD (26.35) 以上を社会不安傾向低群として分析対象とした。社会不安傾向高群 23 名 (男性 7 名, 女性 16 名), 社会不安傾向低群 25 名 (男性 11 名, 女性 14 名) であった。

社会不安傾向による 3 つの認知的処理の思考様式の異同：

社会不安傾向群, 認知的処理を要因, 項目 6 以降の項目に対する評定を従属変数とし, SDS 得点を共変量とした 2 要因共分散分析を行った。その結果を Table 3-2-1 に示す。次の項目で交互作用が有意であった。「7. その考えは視覚的でイメージとして浮かんだ」, 「9. 考えのきっかけは外的なものだった」, 「47. 私は私自身を非難する」, 「52. 原因や意味, 理由についてあれこれ考える」, 「55. 自分のネガティブな側面について考える」, 「57. 不安定な気持ちにさせる」, 「58. 悲しい, もしくは不幸な気持ちにさせる」, 「59. 心配にさせたり不安にさせる」, 「60. 罪悪感を感じさせる」, 「61. 恥ずかしさを感じさせる」, 「62. 頭から取り去ることが難しい」。下位検定を行ったところ, Table 3-2-1 に示したような有意な差異が認められた。

そして, 「16. その考えは動揺させる」, 「28. 望まないものである」, 「63. 頭に浮かぶことが不満だ」, 「40. その考えは他の人の目から見たようなイメージだった」といった項目において群の主効果が有意であり, これらの項目においては, 社会不安高群の評定が低群より有意に大きかった。また, 「32. その思考が現在についてのものである」という項目でも群の主効果が有意であり, 社会不安低群の評定が高群よりも有意に大きいことが認められた。

「12. その考えは自分でも理解できない」, 「17. その考えに表わされる状況は実現しそうである」, 「13. その考えは過去についてのものである」といった項目においては, 認知的処理の主効果が有意であった。多重比較の結果, Table 3-2-1 に示したような有意な差異が示された。

【考察】

本節では, 社会不安障害傾向によって PEP と反すう, 心配における思考様式がどのように異なるかについて明らかにすることを目的とした。

本節の結果, 第一に, 3 つの認知的処理の違いにかかわらず, 「16. その考えは動揺させる」, 「28. 望まないものである」, 「63. 頭に浮かぶことが不満だ」といった項目において社会不安傾

Table3-2-1 社会不安傾向群におけるPEP, 反すう, 心配に対する思考様式の異同

Variables	PEP		反すう		心配		交互作用 F	単純主効果の下位検定		群差 F	認知的処理 F	認知的処理の主効果 下位検定	
	低群	高群	低群	高群	低群	高群		群の単純主効果	認知的処理の単純主効果				
Variables with significant interaction													
Appraisal	9. その考えのきっかけは外的な(ある人や出来事)ものだった。	4.80 (1.68)	4.83 (1.60)	4.29 (1.93)	5.22 (1.38)	4.84 (1.28)	5.22 (1.09)	4.27 *	PEPにおける 低群>高群	低群における PEP>反すう	0.16 n.s.	3.28 *	-
Emotion	57. その考えは、あなたをどのくらい不安定な気持ちにさせますか?	3.72 (1.79)	5.52 (1.24)	4.76 (2.03)	5.78 (1.20)	4.00 (1.71)	0.00 (0.95)	4.45 *	PEPにおける 高群>低群	低群における 心配>反すう>PEP	3.20 *	2.29 n.s.	-
Emotion	58. その考えは、あなたをどのくらい悲しい、もしくは不幸な気持ちにさせますか?	3.52 (1.87)	5.35 (1.47)	4.12 (2.24)	5.43 (1.41)	4.82 (2.02)	5.17 (1.37)	7.00 **	PEPにおける 高群>低群	低群における 心配>反すう>PEP	0.22 n.s.	4.55 *	-
Emotion	59. その考えは、あなたをどのくらい心配にさせたり不安にさせますか?	3.96 (1.65)	5.43 (1.19)	5.16 (1.82)	5.65 (1.43)	5.16 (1.34)	5.96 (1.07)	4.45 *	PEPにおける 高群>低群	低群における 心配>反すう>PEP	0.63 n.s.	1.21 n.s.	-
Emotion	60. その考えは、あなたにどれくらい罪悪感を感じさせますか?	3.04 (2.03)	5.09 (1.73)	3.32 (2.15)	4.57 (1.80)	3.24 (1.90)	4.52 (1.85)	4.03 *	PEPにおける 高群>低群	n.s.	2.67 n.s.	3.61 *	-
Cognitive strategy	47. 私は私自身を非難する。	2.75 (1.89)	5.13 (1.85)	3.58 (1.93)	5.13 (1.49)	3.33 (1.69)	4.78 (1.73)	5.90 **	PEPにおける 高群>低群	低群における 心配>反すう>PEP	6.37 *	5.93 **	-
Appraisal	7. その考えは現実的で、イメージとして浮かんだ。	5.16 (1.70)	5.00 (1.81)	3.88 (1.90)	5.39 (0.99)	4.92 (1.63)	4.91 (1.65)	3.79 *	反すうにおける 高群>低群	低群における 心配>PEP>反すう	0.01 n.s.	0.22 n.s.	-
Emotion	61. その考えは、あなたにどれくらい恥ずかしさを感じさせますか?	2.92 (1.80)	5.29 (1.30)	3.66 (1.97)	4.83 (1.64)	2.64 (1.63)	4.65 (1.80)	5.13 *	心配>PEPにおける 高群>低群	低群における PEP>反すう	6.26 *	2.52 †	-
Appraisal	62. その考えやイメージがあなたの顔から取りおろすことはどれくらい難しいですか?	3.36 (1.89)	5.17 (1.30)	4.32 (1.91)	5.52 (1.44)	3.96 (1.97)	5.57 (1.31)	2.87 †	心配>PEPにおける 高群>低群	低群における 反すう>PEP	4.77 *	2.66 †	-
Cognitive strategy	55. 私は自分自身のネガティブな側面についてあれこれ考える。	3.24 (1.04)	5.57 (1.44)	3.72 (2.01)	5.70 (1.16)	3.92 (1.63)	5.43 (1.47)	3.44 *	反すう>PEPにおける 高群>低群	低群における 心配>PEP	8.53 *	1.79 n.s.	-
Cognitive strategy	52. 原因や意味、理由についてあれこれ考える。	4.12 (1.96)	5.22 (1.35)	4.80 (1.71)	5.22 (1.44)	4.44 (1.76)	5.35 (1.60)	2.71 †	n.s.	低群における 心配>反すう>PEP	0.01 n.s.	3.69 *	-
Variables with significant main effect of social anxiety group													
Appraisal	16. その考えの内容は、あなたを動揺させる。	3.70 (1.83)	5.27 (1.28)	4.24 (1.69)	5.50 (1.37)	4.12 (1.67)	5.59 (1.10)	0.39 n.s.	-	-	5.56 *	0.31 n.s.	-
Appraisal	28. その考えは望まないものだ。	3.84 (1.82)	5.35 (1.23)	4.52 (1.58)	5.70 (1.22)	3.88 (1.81)	5.17 (1.67)	0.88 n.s.	-	-	4.82 *	0.67 n.s.	-
Appraisal	32. その考えは現在についてのものである。	4.60 (2.00)	3.90 (1.86)	5.24 (1.54)	4.61 (1.50)	4.72 (1.70)	4.87 (1.58)	0.21 n.s.	-	-	3.78 *	0.73 n.s.	-
Appraisal	40. それとも、他の人の目から見たように見えていましたか?	3.24 (1.98)	4.13 (2.01)	3.48 (1.83)	4.13 (1.79)	3.36 (1.93)	3.65 (2.04)	0.31 n.s.	-	-	4.60 *	0.04 n.s.	-
Appraisal	63. あなたは、この考えやイメージが顔の中に見えることがどのくらい不慣れですか?	3.48 (2.12)	5.57 (1.20)	3.84 (1.95)	5.35 (1.47)	3.00 (1.83)	5.30 (1.26)	2.29 n.s.	-	-	5.78 *	0.92 n.s.	-
Variables with significant main effect of cognitive process													
Appraisal	12. その考えは、自分で理解できない。	3.12 (1.92)	4.00 (1.81)	3.28 (1.93)	3.90 (1.85)	2.88 (1.69)	3.48 (1.38)	2.35 n.s.	-	-	0.20 n.s.	5.19 *	反すう>心配 †
Appraisal	17. その考えに表される状況は、実現しそうである。	3.36 (1.87)	4.00 (1.60)	3.40 (1.66)	4.26 (1.63)	4.16 (1.25)	4.05 (1.27)	0.83 n.s.	-	-	0.46 n.s.	2.44 †	心配>PEP †
Appraisal	31. その考えは退力についてのものである。	4.92 (1.91)	5.55 (1.30)	4.52 (1.83)	4.00 (2.02)	2.39 (1.76)	3.41 (2.11)	1.89 n.s.	-	-	0.03 n.s.	4.25 *	PEP>反すう>心配 †

() : SD † p<.10 * p<.05 ** p<.01

Table3-2-1 社会不安傾向群におけるPEP、反すう、心配に対する思考様式の異同 (つづき)

Variables	PEP		反すう		心配		交互作用 F	単純主効果の下位検定		F値 F	認知的処理 F	認知的処理の主効果 下位検定
	低群	高群	低群	高群	低群	高群		群の単純主効果	認知的処理の単純主効果			
Variables without significant differences												
Appraisal	5. 0.50 (1.84)	3.96 (1.86)	4.00 (1.91)	4.43 (1.63)	3.83 (1.80)	3.96 (1.82)	0.45 <i>n.s.</i>	-	-	1.00 <i>n.s.</i>	0.23 <i>n.s.</i>	-
Appraisal	6. 3.16 (1.93)	3.26 (1.63)	4.66 (2.00)	3.91 (1.38)	3.00 (1.63)	3.74 (1.45)	0.83 <i>n.s.</i>	-	-	0.07 <i>n.s.</i>	0.00 <i>n.s.</i>	-
Appraisal	8. 4.56 (1.83)	5.90 (1.83)	5.12 (1.74)	5.35 (1.53)	4.80 (1.47)	4.87 (1.68)	1.02 <i>n.s.</i>	-	-	0.74 <i>n.s.</i>	0.20 <i>n.s.</i>	-
Appraisal	10. 3.63 (1.88)	4.87 (1.01)	3.79 (1.74)	4.70 (1.30)	3.21 (1.60)	3.96 (1.60)	0.40 <i>n.s.</i>	-	-	1.52 <i>n.s.</i>	0.18 <i>n.s.</i>	-
Appraisal	11. 4.28 (1.77)	4.30 (1.22)	4.64 (1.63)	4.26 (1.51)	4.24 (1.81)	4.13 (1.22)	0.30 <i>n.s.</i>	-	-	0.73 <i>n.s.</i>	0.10 <i>n.s.</i>	-
Appraisal	13. 3.72 (1.93)	4.17 (1.50)	3.86 (1.83)	4.57 (1.24)	3.48 (1.92)	4.17 (1.19)	0.20 <i>n.s.</i>	-	-	2.62 <i>n.s.</i>	0.80 <i>n.s.</i>	-
Appraisal	14. 3.48 (1.98)	4.48 (1.70)	3.68 (1.91)	5.17 (1.47)	3.36 (1.83)	4.74 (1.60)	0.11 <i>n.s.</i>	-	-	0.12 <i>n.s.</i>	0.27 <i>n.s.</i>	-
Appraisal	15. 3.00 (2.02)	4.78 (1.67)	4.56 (1.87)	5.39 (1.41)	4.66 (1.61)	5.35 (1.11)	0.30 <i>n.s.</i>	-	-	0.03 <i>n.s.</i>	0.58 <i>n.s.</i>	-
Appraisal	18. 2.76 (1.67)	4.17 (1.77)	3.76 (2.15)	5.04 (1.53)	3.48 (1.83)	4.65 (1.47)	0.61 <i>n.s.</i>	-	-	1.06 <i>n.s.</i>	1.10 <i>n.s.</i>	-
Variables without significant differences												
Appraisal	19. 3.96 (1.97)	4.73 (1.72)	5.32 (1.83)	4.91 (1.68)	4.64 (1.78)	5.60 (1.22)	1.29 <i>n.s.</i>	-	-	0.02 <i>n.s.</i>	0.37 <i>n.s.</i>	-
Appraisal	20. 4.42 (1.84)	4.00 (1.48)	4.79 (1.77)	4.61 (1.34)	4.42 (2.00)	4.00 (1.68)	0.37 <i>n.s.</i>	-	-	0.06 <i>n.s.</i>	0.70 <i>n.s.</i>	-
Appraisal	21. 4.32 (1.93)	5.82 (1.31)	4.48 (1.92)	5.57 (1.27)	3.96 (2.33)	5.13 (1.87)	0.85 <i>n.s.</i>	-	-	1.64 <i>n.s.</i>	1.60 <i>n.s.</i>	-
Appraisal	22. 4.12 (2.03)	5.17 (1.15)	4.16 (1.60)	5.74 (1.20)	3.88 (2.14)	4.70 (1.68)	0.62 <i>n.s.</i>	-	-	2.11 <i>n.s.</i>	1.93 <i>n.s.</i>	-
Appraisal	23. 3.20 (1.89)	4.09 (1.68)	3.72 (1.93)	4.83 (1.70)	3.66 (2.06)	4.96 (1.11)	0.12 <i>n.s.</i>	-	-	2.35 <i>n.s.</i>	0.23 <i>n.s.</i>	-
Appraisal	24. 3.72 (1.79)	4.87 (1.63)	4.24 (2.01)	5.17 (1.60)	3.84 (1.99)	5.87 (0.84)	1.80 <i>n.s.</i>	-	-	0.78 <i>n.s.</i>	1.10 <i>n.s.</i>	-
Appraisal	25. 3.68 (1.93)	4.39 (1.44)	3.68 (2.01)	4.29 (1.30)	3.80 (1.83)	3.95 (1.43)	0.28 <i>n.s.</i>	-	-	1.65 <i>n.s.</i>	0.00 <i>n.s.</i>	-
Appraisal	26. 4.52 (1.81)	5.70 (1.22)	4.52 (2.00)	5.78 (1.31)	4.80 (1.47)	5.13 (1.65)	2.10 <i>n.s.</i>	-	-	0.83 <i>n.s.</i>	0.20 <i>n.s.</i>	-
Appraisal	27. 3.20 (1.80)	3.09 (1.70)	3.04 (1.79)	2.70 (1.46)	3.39 (1.41)	3.04 (1.40)	0.22 <i>n.s.</i>	-	-	0.02 <i>n.s.</i>	0.81 <i>n.s.</i>	-
Appraisal	29. 3.36 (1.78)	3.81 (1.20)	3.84 (1.82)	3.30 (1.18)	3.96 (1.77)	3.43 (1.27)	1.50 <i>n.s.</i>	-	-	0.43 <i>n.s.</i>	0.04 <i>n.s.</i>	-
Appraisal	30. 3.16 (2.00)	3.35 (1.53)	4.08 (1.98)	4.43 (1.53)	5.56 (1.56)	5.26 (1.57)	0.25 <i>n.s.</i>	-	-	0.07 <i>n.s.</i>	0.61 <i>n.s.</i>	-

() : SD ¹p<.10 ²p<.05 ³p<.01

Table3-2-1 社会不安傾向群におけるPEP、反すう、心配に対する思考様式の異同（つづき）

Variables	PEP		反すう		心配		交互作用 F	単純主効果の順位検定		群差 F	認知的処理 F	認知的処理の主効果 順位検定			
	低群	高群	低群	高群	低群	高群		群の単純主効果	認知的処理の単純主効果						
Appraisal	33. 私は、その考えに裏される問題を解決するために多くの努力をする。	3.72 (1.97)	3.91 (1.56)	4.16 (1.93)	4.48 (1.53)	4.24 (1.66)	4.17 (1.30)	1.13	n.s.	-	0.61	n.s.	1.34	n.s.	-
Appraisal	34. その考えにしたがって行動したいという強い衝動を感じる。	2.80 (1.76)	3.57 (1.62)	3.48 (1.71)	3.70 (1.72)	3.72 (1.99)	4.00 (1.76)	0.83	n.s.	-	0.06	n.s.	0.19	n.s.	-
Appraisal	35. 考えた結果、時間を戻せたらいいのと思う。	4.28 (2.03)	5.30 (1.52)	4.28 (2.35)	5.04 (1.74)	3.84 (2.36)	4.91 (1.70)	0.65	n.s.	-	0.24	n.s.	2.62	n.s.	-
Appraisal	36. その考えはあなたの日常生活を妨害する。	2.60 (1.32)	4.26 (1.81)	3.36 (1.90)	4.83 (1.44)	3.12 (1.74)	4.05 (1.34)	0.33	n.s.	-	2.07	n.s.	0.10	n.s.	-
Appraisal	37. その考えは無意味のうちに生じている。	3.44 (1.71)	4.91 (1.78)	4.40 (1.80)	5.30 (1.40)	4.48 (1.53)	5.26 (1.20)	2.16	n.s.	-	0.63	n.s.	1.25	n.s.	-
Appraisal	38. その考えは心拍数の増加や命脈などの身体的な変化を引き起こす。	1.92 (1.19)	3.91 (2.04)	2.88 (1.71)	3.83 (1.99)	2.32 (1.70)	4.04 (2.01)	1.45	n.s.	-	2.55	n.s.	0.67	n.s.	-
Appraisal	39. その考えは自分の視点から見ているように見えませんか？	4.48 (1.56)	4.52 (1.73)	5.00 (1.76)	4.70 (1.72)	4.84 (1.82)	4.74 (1.74)	0.29	n.s.	-	0.76	n.s.	0.51	n.s.	-
Cognitive strategy	41. 私は、その考えをより楽しい考えに置き換える。	3.48 (1.66)	3.39 (1.80)	3.44 (1.87)	3.22 (1.51)	3.56 (1.87)	3.17 (1.27)	0.28	n.s.	-	0.56	n.s.	0.20	n.s.	-
Cognitive strategy	42. その考えに興味はないと自分に言う。	3.48 (2.18)	3.78 (1.68)	3.60 (1.98)	3.87 (1.50)	3.32 (1.70)	3.78 (1.65)	0.74	n.s.	-	0.45	n.s.	1.00	n.s.	-
Cognitive strategy	43. 身の回りにあるもので気づらしをする。	4.00 (1.87)	4.00 (1.70)	4.68 (1.70)	4.13 (1.90)	4.24 (1.61)	4.35 (1.20)	0.94	n.s.	-	0.00	n.s.	0.01	n.s.	-
Cognitive strategy	44. 集中が必要とすることを覚える。	3.00 (1.98)	3.39 (1.31)	3.56 (1.80)	3.05 (1.40)	3.64 (1.50)	3.90 (1.58)	0.56	n.s.	-	0.01	n.s.	0.20	n.s.	-
Cognitive strategy	45. 私は自分にストップと言う。	3.28 (2.05)	3.87 (1.94)	3.12 (1.96)	3.74 (2.12)	2.72 (1.93)	3.05 (2.21)	0.03	n.s.	-	1.50	n.s.	1.44	n.s.	-
Cognitive strategy	46. 私は、誰かと話すことによって、私自身を安心させる。	4.44 (1.71)	4.09 (1.83)	5.08 (1.53)	4.74 (1.63)	4.60 (1.68)	4.26 (1.71)	0.16	n.s.	-	0.03	n.s.	0.88	n.s.	-
Cognitive strategy	48. 私は、考えを他の様な考え、または重要でない問題と置き換える。	3.04 (1.70)	3.48 (1.47)	3.04 (1.74)	3.61 (1.37)	2.52 (1.29)	3.09 (1.16)	0.06	n.s.	-	1.49	n.s.	0.67	n.s.	-
Cognitive strategy	49. 私は、考えに裏される状況または問題を分析する。	4.20 (2.00)	4.39 (1.78)	4.72 (1.72)	4.74 (1.32)	4.64 (1.50)	4.91 (1.69)	1.10	n.s.	-	0.13	n.s.	2.43	n.s.	-
Cognitive strategy	50. 解決策を探そうとする。	4.24 (1.94)	4.70 (1.61)	4.92 (1.80)	5.00 (1.35)	5.40 (1.22)	5.22 (1.80)	2.19	n.s.	-	0.28	n.s.	0.75	n.s.	-
Cognitive strategy	51. 私は何もしない。その考えは自然に消える。	3.48 (2.00)	3.74 (1.84)	3.48 (1.85)	3.30 (1.10)	3.56 (2.08)	3.57 (1.70)	0.35	n.s.	-	2.48	n.s.	0.85	n.s.	-
Cognitive strategy	53. 結果についてあれこれ考える。	4.08 (1.91)	5.13 (1.39)	4.78 (1.81)	5.35 (1.27)	4.76 (1.61)	5.70 (1.33)	1.23	n.s.	-	0.00	n.s.	1.29	n.s.	-
Cognitive strategy	54. 私は自分自身のポジティブな側面についてあれこれ考える。	3.90 (1.86)	3.09 (1.50)	3.16 (1.62)	2.91 (1.10)	3.80 (1.29)	3.13 (1.42)	0.17	n.s.	-	0.85	n.s.	1.45	n.s.	-
Cognitive strategy	56. 私は、考えに裏される状況をどうやって避けることができるか計画をたてる。	3.84 (2.08)	4.32 (1.28)	3.72 (1.97)	4.59 (1.30)	4.12 (1.74)	4.27 (1.55)	0.60	n.s.	-	1.51	n.s.	0.29	n.s.	-

() = SD * $p < .10$ ** $p < .05$ *** $p < .01$

向の高い人は低い人よりも強く感じていた。これは、社会不安の低い人と比較して、高い人は PEP、反すう、心配に対してよりネガティブな評価を持っており、ネガティブな感情価が伴うものと考えていることが示唆された。したがって、同じような認知的処理の活性化を経験しても、社会不安傾向の高い人は低い人よりも、否定的にとらえていることが分かった。

第二に、「57. 不安定な気持ちにさせる」、「58. 悲しい、もしくは不幸な気持ちにさせる」、「59. 心配にさせたり不安にさせる」、「60. 罪悪感を感じさせる」、「61. 恥ずかしさを感じさせる」という項目における交互作用の下位検定の結果、PEPにおける群の単純主効果が見られ、社会不安傾向の高い人は、PEPが活性化されている時には、低い人に比べて上記のような感情を感じやすいことが示された。また、「57. 不安定な気持ちにさせる」、「58. 悲しい、もしくは不幸な気持ちにさせる」、「59. 心配にさせたり不安にさせる」「47. 私は私自信を非難する」という項目では、社会不安の低い人の中で認知的処理に対する評価に差異が見られ、PEPよりも反すうや心配で上記のような感情を経験することが明らかにされた。

これらの結果から、反すう、心配、PEPの3つの認知的処理は、社会不安の高い人にとって望まないものであり、さらに、特にPEPにおいてはネガティブな感情が伴い、PEPの活性化や内容は不満を感じさせるものである傾向が高いことが示された。このような傾向から、第一で述べたような3つの認知的処理に対する社会不安傾向の高い人の否定的なとらえ方が生じると考えられる。

一方で、社会不安の低い人にとっては、PEPよりも反すうや心配で不安定な感情を伴うことが多いことが示された。社会不安傾向の低い人は、社会的状況を経験しても不安が喚起されないため、PEPではネガティブな感情が喚起されにくいという状態像が推察される。

第三に、「その考えは視覚的でイメージとして浮かんだ」という項目について、社会不安の高い人において反すうが活性化されているとき、社会不安が低い人と比較してイメージで経験されやすいことが明らかになった。一方で、社会不安の低い人は、反すうよりもPEPで、よりイメージで経験されやすいという、低群における認知的処理の単純主効果が認められている。高群における同様の単純主効果は認められていない。すなわち、社会不安の高い人は、反すうもイメージで経験される傾向があるのに対し、社会不安の低い人は反すうをPEPほどイメージで経験していないことが示唆された。

また、「31. その考えは過去についてのものである」という項目について、認知的処理の主効果が有意であり、PEP>反すう>心配の順で過去についてのものである傾向が強いことが分かった。これは研究1においても同様の結果が認められており、一致した結果が認められた。

イメージについての結果と過去指向性についての結果をふまえると、社会不安傾向の高い人における PEP と反すうの関連性の強さが推察される。

研究1では、PEP がイメージで浮かびやすく、視覚的な特徴を持っていることが明らかになった。反すうは、自分自身の落ち込んでいる状態やその原因、結果を繰り返し考える処理であることから、社会不安の高い人にとっての反すうの内容は、社会的場面に関する思考が多くを占めることが予想される。さらに、本研究では、社会不安傾向の高い人は反すうもイメージで経験されやすいことが明らかになった。すなわち、社会不安の高い人は、PEP からの影響を受けて、反すうも視覚的なイメージで経験される傾向があるのではないかと考えられる。

第四に、社会不安傾向の高い人は、低い人に比べて、その思考におけるイメージは認知的処理の種類にかかわらず他の人の目から見たように見えていたことが明らかになった。すなわち、社会不安傾向の高い人は、全ての思考において他者視点に立った見方をしている傾向があり、他者視点によるイメージを回顧していると考えられる。Clark & Wells (1995) では、社会不安の高い人は社会的状況において他者視点からの自己に注意を向けていると指摘している。本研究によるこの結果はこの指摘と一致しており、社会的状況におけるそういった処理によってネガティブに歪められた自己イメージの影響を受けていると推察される。

最後に、思考に対する反応ストラテジーに関する項目では、ほとんど有意な差異が認められなかった。社会的状況に対する予期的不安に対するコーピングについて検討した Vassilopoulos (2008) は、社会不安の高さによって用いるコーピングが異なることを示唆しており、本研究の結果と一致している。したがって、PEP や反すう、心配に対して、どのような対処を取るかということは、社会不安の高さとは関連していないことが明らかになった。

第3節 本章のまとめ

本章では、PEP と反すう、心配の思考様式の差異を検討した。

第1章第5節に示したように、これまでの先行研究からそれぞれの認知的処理の異同について下記のことが示されていた。反すうと心配において類似する点としては、どちらもコントロールが難しいという特徴が示唆され (Papageorgiou & Wells, 2004)、異なる点としては思考の内容 (心配は未来志向的で反すうは過去指向的)、問題解決への指向性 (心配は問題解決への指向性が強い) の2点が指摘されていた (Papageorgiou & Wells, 1999)。また、PEP と反すうにおけ

る類似点は、現在の状態と望む状態の不一致がこれらの処理の契機となる点であり、異なる点としては PEP の社会的状況のみに対する特異的な認知的処理が推察された (Kocovski & Rector, 2008)。本章における研究の結果、これらの先行研究の結果とほぼ一致する結果が得られた。

しかしながら、これまでに示唆されていなかった PEP の特徴が本研究によって見出された。第一に、PEP は他の認知的処理と比較して、イメージによって経験される傾向が強いことが示された。これは、経験した社会的状況について考えはじめると、彼らは不安になり、過去の失敗の回想やその状況における自分のネガティブなイメージを回顧すると指摘した Clark & Wells (1995) の認知モデルと一致する。第二に、社会不安傾向の高い人においては、低い人と比べて、反すうもイメージによる傾向が強かった。そして、そのイメージは他者視点的であることが示された。しかしながら、社会不安傾向を考慮した場合には、社会不安の高い人は認知的処理によらず、他者視点のイメージで経験されることが多いことが分かった。すなわち、社会不安傾向の高い人の反すう、心配は、イメージによって経験されやすい PEP の影響を受けていることが推察された。

さらに、3つの認知的処理に対するコーピングに関してはほとんど差異が認められなかった。また、侵入性についても同様であり、これらは3つの認知的処理の類似点であると考えられる。本研究において明らかにされた。PEP、反すう、心配の思考様式の特徴と異同について Fig3-2-1 にまとめた。

最後に、本研究には幾つかの限界点が挙げられる。まず、本研究ではそれぞれの認知的処理の経験頻度や持続時間にかかわらず、その認知的処理を経験している時の思考様式について回答を求め、検討を行った。しかしながら、経験頻度や持続時間によってその処理に対する調査対象者の知覚が影響を受けている可能性が考えられる。したがって、より限定的にその処理を経験しているときの様子を回答するように強調した教示を用いるなど、工夫が必要であった可能性がある。

本研究では、3つの認知的処理における思考様式を検討することで、それぞれの処理間の異同や、処理の特徴を記述することができた。たとえば、反すうや心配は予測したとおりの多くの類似点を持ち、問題指向性において異なること、PEP や心配はほとんど類似性が認められなかったことが示され、それぞれの認知的処理が同じ処理を共有しているかどうかの予測を立てるのに有用な情報が示唆されたと考えられる。しかしながら、様式の異同について検討した本研究によって得られた結果から直接的に3つの認知的処理の機能的差異を述べることは難しい。処理の共有や持つ機能の差異については、状況を設定した発話思考法を用いて具体的処理を活性化させた上で詳細な検討を行うなどのさらなる検討が示唆を与えてくれる可能性がある。

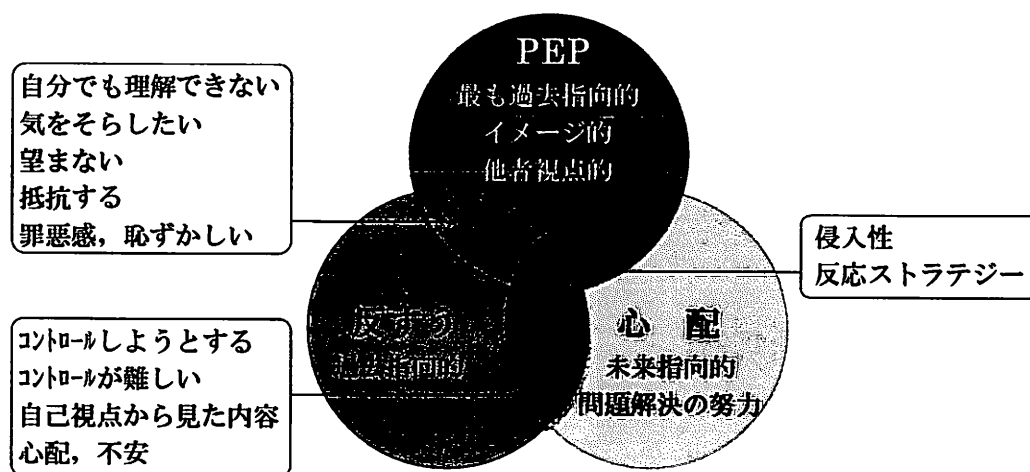


Fig.3-2-1 PEP, 反すう, 心配における思考様式の異同と特徴

第 4 章

PEP が社会不安の維持に与える影響

【問 題】

PEP に関して先駆けとなった Rachman et al. (2000) の研究では、PEP を測定する質問紙を用いて大学生を対象に調査を行い、社会不安と PEP の関連を検討した。その結果、PEP は、社会不安と抑うつとの間に相関関係があり、抑うつを統制した後も社会不安と PEP の関係は維持された。また、社会不安傾向について群分けを行ったところ、社会不安の高い人は、低い人に比べてより PEP が活性化されていたことが示されている。さらに、実験的検討を行ったこれまでの研究でも一貫した結果が得られている(たとえば、Lundh & Sperling, 2002; Kocovski et al., 2005)。したがって、社会不安の高い人には低い人よりも PEP が活性化される傾向があると考えられる。

しかしながら、Rachman et al. (2000) は PEP によってどのような不適応的な認知が引き起こされるのかについての検討が今後の課題であると指摘しており、第 2 章第 1 節で挙げた PEP が社会不安に影響を与えるメカニズムが検討されていないという問題点と一致している。

そこで、本章では PEP が社会不安に影響を与えるメカニズムを検討することを目的とする。第 1 章第 5 節で挙げた PEP と関連する認知的処理の中で、特に注意・解釈バイアスとの関連における PEP の役割について検討する。社会不安における注意や解釈は、「社会的状況からどのような意味内容を引き出すか」といった社会的場面を経験している時の処理である。

したがって、本章では社会的場面を経験する際に生じる情報処理バイアス(注意・解釈バイアス)と PEP がどのように関連して社会不安の維持に影響を与えるのかについて実験的に検討することを目的とした。

第1節 post-event processing Questionnaire 日本語版の作成 (研究3)

【目的】

第2章第1節で問題点として提起されたように、現在わが国にはPEPを適切に測定できる尺度が整備されていない。Rachman et al. (2000) は、PEPを測定する自己記入式尺度としてpost-event processing Questionnaire (以下PEPQ)を作成し、McEvoy & Kingsep (2006)によって、さらに信頼性と妥当性が確認され、PEPを測定する尺度として用いられてきた。しかしながら、PEPQは未だ日本語による標準化を経していない。PEPを適切に測定するためには、PEPQ日本語版の作成と標準化を行うことは急務であるといえる。

したがって、本節では実験的検討の測度を整備するために、PEPQ日本語版の作成と信頼性・妥当性の検討を行うことを目的とした。

【方法】

調査対象者：

調査Ⅰ…関東および、九州、中国地方の4年制大学、短期大学に在籍する611名(男性243名、女性368名、平均年齢 19.70 ± 2.31 歳)を対象に調査を行った。

調査Ⅱ…関東近郊の4年制大学に在籍する42名(男性20名、女性21名、性別不明1名、平均年齢 19.02 ± 2.8 歳)を対象に2回に渡って調査を行った。

調査Ⅲ…医師のDSM-IV-TR (APA,2000)の診断基準による診断を受けた社会不安障害患者17名。関東近郊の総合病院メンタルクリニックに外来通院しており、全員医師による処方を受けていた。処方の内容は、抗不安薬、抗うつ薬が主であり、睡眠導入剤が3名、抗てんかん薬が2名に処方されていた。

調査材料：

調査Ⅰ…

- ① Rachman et al. (2000) による Post-event processing Questionnaire (PEPQ) を日本語訳したもの(付録4-1)。

翻訳に際しては原著者から許諾を得た。日本語訳は、筆者が作成したものを臨床経験の豊富な臨床心理士1名と英語に熟達した臨床心理士1名が評価し、より適切なものに修正した。そして、その日本語訳について、英語を母国語とし、日本語に堪能な英語担当教師によってバックトラン

スレーションが行われ、適切な日本語であることが確認された。

過去2週間の間に不安を感じた社会的場面についての考え方にどの程度当てはまるかについて11件法（「0. 全くあてはまらない」～「100. 非常にあてはまる」）で回答を求めた。

② 日本語版反応スタイル尺度（名倉・橋本，1999：Response Style Questionnaire：付録4-2）。

反すうの測定には、日本語版反応スタイル尺度（RSQ）を用いた。RSQは、抑うつに対する個人の考え込み傾向を測定する尺度である。RSQは、「否定的考え込み」、「分析的考え込み」、「気晴らし」、「対人関係欲求」の4つの下位尺度を持つ。

憂うつな気分を感じたとき、各項目の事柄を普段どの程度行ったり考えたりしたかについて、4件法（「1. ほとんどなかった」、「2. ときどきあった」、「3. しばしばあった」、「4. ほとんどいつもそうだった」）での回答を求めた。

③ Penn State Worry Questionnaire 日本語版（杉浦・丹野，2000：PSWQ：付録4-3）。

PSWQは、心配の頻度やその強度を測定する尺度である。心配の測定のために用いた。回答は5件法（「1. 全くあてはまらない」、「2. あまりあてはまらない」、「3. どちらでもない」、「4. ややあてはまる」、「5. かなりあてはまる」）で求めた。

④ Short Fear of Negative Evaluation Scale（笹川・金井・村中・鈴木・嶋田・坂野，2004：SFNE：付録4-4）

他者評価懸念の測定にSFNEを用いた。回答は5件法（「1. 全くあてはまらない」、「2. あまりあてはまらない」、「3. どちらでもない」、「4. ややあてはまる」、「5. かなりあてはまる」）で求めた。

⑤ Social Avoidance and Distress Scale（石川ら，1992：SADS：付録4-5）

SADSは、社会的場面からの回避行動を測定するために用いた。回答は2件法（「はい」、「いいえ」）で求めた。

調査Ⅱ，Ⅲ…PEPQを日本語訳したもの。

これまでに述べてきたとおり、PEPの概念と照らし合わせると、考え込み（反すう）と心配は類似部分があると考えられる。また、他者からの否定的評価の懸念と社会的場面からの回避行動は社会不安に特徴的な認知行動的側面である（石川ら，1992）。したがって、PEPQの妥当性を検討するために上記の尺度を用いた。

手続き：

調査Ⅰ，Ⅱ…

調査対象者が聴講した大学の授業を実施した教場において集団で実施された。なお、データは

統計的に集団で処理されること、および個人情報の保護について紙面で説明を行った。調査Ⅱでは、2カ月の間隔をおき、2回の調査が行われた。

調査Ⅲ…

主治医より、研究の概要、目的、方法、研究協力の任意性と撤回の自由、研究参加による利益と不利益、個人情報の保護について書面を用いて十分な説明を行い、書面にて協力の同意を得た。その場で時間的余裕のあった患者は、その場で回答した。その場での回答が難しかった患者は、調査用紙を持ち帰り、次回診察時に持参した。なお、臨床群による調査Ⅲは、埼玉医科大学総合医療センター倫理委員会（申請番号 167）、および早稲田大学人間科学学術院研究倫理委員会への申請を行い、承認を得た上で実施した。

【結 果】

分析対象：

調査Ⅰ…記入漏れや記入ミスがあった回答を除き、有効回答者 425 名（男性 174 名、女性 251 名、平均年齢 19.60 ± 1.64 歳）を分析の対象とした。

調査Ⅱ…計 2 回の調査におけるデータが揃った者から、記入漏れや記入ミスがあった回答を除いた有効回答者 35 名（男性 16 名、女性 18 名、性別不明 1 名、平均年齢 19.00 ± 3.0 歳）を分析の対象とした

信頼性の検討：

① 内的整合性による検討

PEPQ 日本語版の内的整合性を確認するために、Cronbach の α 係数を算出したところ、十分な α 係数が得られた ($\alpha = .86$)。したがって、PEPQ 日本語版は十分な内的整合性を有しているといえる。

② 再検査法による検討

PEPQ 日本語版の安定性について、調査期間を 2 カ月あけた再検査法による検証を行った。その結果、両テスト間の安定度係数は $r = .55$ であり、有意な中程度の一致を示した ($p < .001$)。

妥当性の検討：

① 因子的妥当性

PEPQ 日本語版 14 項目の素点を用いて、McEvoy & Kingsep (2006) で報告された 9 項目 1 因子構造のモデルに基づいた確認的因子分析を行った。なお、分析には Amos16.0 を用い、母数の推定は最尤推定法によって行った。分析の結果、PEP に含まれるすべての項目の負荷量

は.49～.90と高い負荷量を示していた。抽出された各項目の因子負荷量を Table4-1-1 にまとめた。なお、モデルの適合度は、GFI=.934, AGFI=.890, CFI=.933, RMSEA=.095 といずれも十分な値を示しており、モデルに対するデータのあてはまりは良好であると考えられた。以上の結果から、McEvoy & Kingsep (2006) のモデルは日本語版の PEPQ にも当てはまることが確認された。

② 構成概念妥当性

PEPQ 日本語版の構成概念妥当性を検討するために、SFNE, SADS, SDS, RSQ の下位尺度、PSWQ との相関係数を求めた (Table4-1-2)。その結果、SFNE、否定的考え込み、PSWQ 得点との間に中程度の正の相関が認められ、SADS, SDS, 分析的考え込み、対人関係欲求得点との間に弱い正の相関が示された (いずれも $p < .01$)。以上の結果から、PEPQ 日本語版は高い構成概念妥当性を有していると考えられる。

③ 弁別的妥当性

弁別的妥当性の検討を目的とし、PEPQ, RSQ, PSWQ の項目について探索的なドッキング因子分析を行った。その結果、スクリープロットの形状から、4 因子構造が妥当であると判断された。因子数を指定して再度同様の分析を行った結果、71 項目 4 因子が抽出された。抽出された因子と各項目の因子負荷量、 α 係数、因子間相関を Table4-1-3 にまとめた。

第一因子には、RSQ における「否定的考え込み」、「分析的考え込み」下位尺度に含まれる項目が含まれていたため、第一因子は「考え込み」と解釈された。第二因子は PSWQ と、第三因子は PEPQ と同様の項目から構成されていた。したがって、第二因子は心配、第三因子は PEP と判断された。最後に、第四因子は、RSQ における「気晴らし」と「対人関係欲求」下位尺度に含まれる項目で構成されていたことから、気晴らしと解釈された。すなわち、考え込み、心配、PEP は、それぞれ独自の因子が抽出され、それぞれの尺度に含まれる項目群は異なる概念を測定していることが示唆されたことから、PEPQ 日本語版の弁別的妥当性が確認された。

さらに、学生群と社会不安障害群における平均点を比較することで弁別的妥当性の検討を行った。社会不安障害患者の平均年齢は 30.94 歳、学生の平均年齢は 19.64 歳で、年齢差が見られたことから ($t[438] = -19.97, p < .01$)、年齢を共変量とした共分散分析を行った。その結果、学生群よりも社会不安障害群の得点が有意に高いことが認められた ($F[1, 437] = 4.10, p < .05$)。この結果から、PEPQ は社会不安障害患者と大学生を弁別することが可能であることが示唆された (学生群平均 = 484.60 ± 193.96 , 臨床群平均 = 599.41 ± 193.99)。

以上の結果を総合的に判断し、PEPQ 日本語版の妥当性が確認されたといえる。

Table4-1-1 PEPQの確認的因子分析結果

No	Items ($\alpha=.86$)	Loadings
3	再び考えたくないと思っても、その出来事について思い出したり、考えてしまうことがありましたか？	.90
4	その出来事について考えてしまって、あなたが何かに集中するのを邪魔することがありましたか？	.78
2	その出来事が終わった後、気がつくと、かなり多くその出来事について考えているということがありましたか？	.76
5	その出来事を忘れることは難しいと思いませんか？	.68
7	その出来事について何度も何度もくり返し考えた時、 その出来事に対するあなたの気持ちはだんだん悪くなりましたか？	.62
8	時間を戻して、もう一度やり直すことができたらいいのにと考えたことがありましたか？	.53
9	その出来事の結果として、あなたは同じような出来事を避けるようになっていませんか？ つまり、その出来事によって同じような出来事を避けようとしてより強く思うようになりましたか？	.53
1	どのくらい不安を感じましたか？	.50
6	あなたはその出来事についての考えが出ないように努力しましたか？	.49

Table4-1-2 研究3に用いた変数間の相関係数

	PEPQ	FNE	SADS	SDS	PSWQ	否定的 考え込み	分析的 考え込み	気晴らし	対人関係欲求
PEPQ	1	.31 **	.15 **	.41 **	.42 **	.40 **	.21 **	.09	.20 **
FNE		1	.28 **	.27 **	.53 **	.51 **	.17 **	-.05	.12 *
SADS			1	.36 **	.41 **	.30 **	-.03	-.15 **	-.02
SDS				1	.55 **	.46 **	.07	-.14 **	.11 *
PSWQ					1	.56 **	.18 **	-.07	.13 **
否定的考え込み						1	.56 **	.09	.23 **
分析的考え込み							1	.33 **	.23 **
気晴らし								1	.34 **
対人関係欲求									1

* $P < .05$ ** $P < .01$

Table4-1-3 ドッキング因子分析結果

No.	Items	Factor loadings				
		I	II	IV	III	
I. 考え込み (α=.92)						
RSQ51	分 自分の憂うつな気持ちに注目することで自分自身を理解しようとする	0.68	-0.12	-0.09	0.03	
RSQ39	分 自分がなぜ憂うつなのかを理解するために自分のパーソナリティを分析する	0.61	-0.09	-0.05	-0.01	
RSQ28	否 「自分には何か間違っていることがある。そうでなければこんな風には感じないだろう」と考える	0.61	0.02	0.03	0.04	
RSQ20	分 一人になって、自分がなぜこのように感じるのかを考える	0.60	-0.06	0.01	0.00	
RSQ10	否 「自分はこのことに値するようなことを何かしているのだろうか」と考える	0.60	-0.07	-0.02	0.00	
RSQ45	否 自分自身に対してどれだけ怒りを感じているかを考える	0.59	0.00	-0.01	0.02	
RSQ49	分 自らを孤立させ、なぜ自分が悲しみを感しているのかを考える	0.58	-0.02	0.06	-0.04	
RSQ17	否 「自分はなぜいつもそのようなやり方で反応するのか」と考える	0.58	0.04	-0.09	-0.03	
RSQ30	否 「自分にはなぜ物事をうまく処理していけないのだろうか」と考える	0.56	0.20	-0.09	-0.03	
RSQ60	否 「自分には深刻な問題点があるに違いない。そうでなければ、これほど頻繁にこのような感じかたをしないうらう」と考える	0.56	0.17	0.00	-0.02	
RSQ14	分 自分がなぜ憂うつなのかを理解するために最近の出来事を分析する	0.56	-0.14	0.02	0.06	
RSQ32	否 自分の欠点、短所、過失、間違いの全てを考える	0.56	0.16	0.03	-0.07	
RSQ23	分 状況がよくなることを願って、最近の状況について考える	0.55	-0.19	0.00	0.24	
RSQ35	否 「自分にはこのように感じる資格はない。自分は本当に利己だ」と考える	0.54	0.05	0.01	0.04	
RSQ29	否 「なぜ自分は他の人になに問題を抱えているのだろうか」と考える	0.53	0.10	0.01	-0.05	
RSQ16	否 「自分にはなぜ動かせないのだろうか」と考える	0.52	0.09	-0.11	-0.03	
RSQ31	否 自分がどれだけ悲しみを感しているかを考える	0.49	0.17	0.10	0.01	
RSQ36	否 「私の友人は自分および自分の問題点にうんざりしている」と考える	0.48	0.15	0.03	-0.08	
RSQ34	否 何かをする元気が自分にどれだけないかを考える	0.47	0.16	-0.03	0.04	
RSQ11	否 自分がどれだけ消極的でやる気がないと感じているかを考える	0.46	0.08	-0.02	-0.12	
RSQ13	否 「自分は家族や友人を当惑させている」と考える	0.42	0.14	0.03	-0.01	
RSQ5	否 自分の疲労感や痛みについて考える	0.42	0.04	0.08	-0.06	
RSQ3	否 自分がどれだけ孤独を感じているかを考える	0.42	0.09	0.14	-0.14	
RSQ8	否 「人々はこの私がどんな風なのかを知るだろう」と考える	0.40	0.00	0.06	0.10	
RSQ47	否 以前に憂うつを感じたときのことを思い起こす	0.40	0.09	0.05	-0.01	
RSQ42	分 自分の気持ちについて考えるために独りでどこかに行く	0.38	-0.14	0.08	0.10	
RSQ46	否 自分が他の人に対してどれだけ怒りを感じているかを考える	0.38	0.00	0.16	0.08	
RSQ37	分 自分の生活をどこか改訂しようとする	0.35	0.03	-0.11	0.27	
RSQ6	否 集中するのがどれだけ困難であるかを考える	0.33	0.11	-0.03	0.07	
RSQ22	気 過去にそのおかげで自分の気分がよくなったことを何かする	0.31	-0.03	-0.09	0.39	
RSQ48	分 「自分にはコントロールできることがある」と考える	0.31	-0.23	0.04	0.25	
II. 心配 (α=.92)						
PSWQ12	昔からずっと心配性だった	0.02	0.84	-0.07	0.00	
PSWQ14	一度思い悩みだすとやめることができない	0.04	0.81	-0.03	0.07	
PSWQ5	思い悩む必要はないとわかっているが、そうしないではいられない	0.04	0.77	-0.02	0.05	
PSWQ7	いつも何か心配している	0.10	0.75	-0.04	0.03	
PSWQ11	ある事柄についてやるだけのことをやった後は、それについて思い悩むことない	-0.13	0.74	-0.01	-0.01	
PSWQ2	自分の心配事に圧倒されてしまう	0.03	0.70	0.05	0.04	
PSWQ13	自分は心配ばかりしている人間だと思う	0.03	0.67	0.07	0.05	
PSWQ3	自分は物事について思い悩む方ではない	0.07	0.64	-0.01	-0.04	
PSWQ6	プレッシャーがかかると、過剰に心配してしまう	-0.05	0.62	-0.03	0.12	
PSWQ8	気にかかることを恐れるのは簡単である	-0.04	0.60	0.04	-0.04	
PSWQ9	一つの課題を終えたときに、やらなくてはならない他のあらゆることについて心配し始める	0.10	0.66	-0.02	-0.07	
PSWQ15	いつも心配している	0.05	0.56	0.01	0.06	
PSWQ4	様々な状況で気をもむ	0.10	0.55	0.02	-0.06	
PSWQ16	物事をやりはじめたら、終わるまで、気をもみつづける	0.06	0.41	0.00	0.08	
PSWQ1	何かをするとき十分な時間がとれなくても、そのことで気をもみはしない	-0.02	0.36	0.03	-0.01	
III. Post-event processing (α=.87)						
PEPQ3	再び考えたくないと思っけていても、その出来事について思い出したり、考えてしまうことがありましたか?	0.06	-0.01	0.87	-0.01	
PEPQ2	その出来事が終わった後、気がつく、かなり多くその出来事について考えているということがありましたか?	0.12	-0.09	0.76	-0.02	
PEPQ4	その出来事について考えてしまっけて、あなたが何かに集中するのを邪魔することがありましたか?	0.06	0.01	0.75	0.01	
PEPQ6	その出来事を忘れることは難しいと思っけていましたか?	0.03	0.05	0.65	-0.04	
PEPQ8	その出来事について何度も何度も返り考えたり、その出来事に対するあなたの気持ちはだんだん悪くなりましたか?	0.02	0.06	0.60	-0.08	
PEPQ12	時間を戻して、もう一度やり直さることができたらいいのにと考えたりすることがありましたか?	-0.15	0.04	0.58	0.10	
PEPQ13	その出来事の結果として、あなたは同じような出来事を選びようになっけていますか?	-0.07	0.00	0.56	0.06	
PEPQ7	つまり、その出来事によって同じような出来事を選びようとしてより強く思うようになっけていますか?	-0.04	-0.04	0.52	0.07	
PEPQ1	あなたはその出来事についての考えが出ないようになっけて努力しましたか?	0.14	0.11	0.39	-0.02	
IV. 気晴らし (α=.76)						
RSQ38	気 友人と何か楽しいことをする	-0.20	0.08	0.04	0.73	
RSQ33	気 楽しめることを何かする	-0.16	-0.04	0.02	0.69	
RSQ24	気 「外出して何か楽しいことをしよう」と考える	-0.10	0.12	-0.01	0.68	
RSQ26	気 人々の輪の中に入る	-0.16	-0.02	0.16	0.60	
RSQ19	気 自分のフィードバックから心を離すために気になり場所へ行く	0.09	0.01	-0.08	0.47	
RSQ52	気 自分の気持ちから気を逸らすために何か活動的なこと(例えばジョギング、エアロビクス、体操など)をする	-0.04	0.01	0.02	0.44	
RSQ21	対 自分の尊敬する見解を持つ誰か(友人・家族・教師など)と話し合う	0.15	0.01	0.09	0.41	
RSQ9	気 「自分の気分を良くするために何かしよう」と考える	0.15	0.04	-0.05	0.37	
RSQ15	気 空想・夢想したり、良いことを考える	0.15	-0.08	0.04	0.35	
RSQ18	気 気分転換するためにテレビを見る	-0.16	0.17	-0.02	0.35	
RSQ25	分 問題を克服するために計画を立てる	0.27	-0.12	-0.06	0.34	
RSQ43	気 食べる	-0.12	0.27	0.08	0.31	
		Eigenvalue	14.36	5.77	3.90	2.90
		Factor correlation	I	II	IV	III
		I	1.00	0.48	0.12	0.38
		II		1.00	-0.18	0.45
		IV			1.00	0.07
		III				1.00

Note. 否=否定的な考え込み; 分=分析的な考え込み; 気=気晴らし; 対=対人関係希求.

PEPQの性差：

対象者全体における平均得点は485.20, 標準偏差は194.13であった。PEPQの性差を検討するため、PEPQの得点を従属変数とし、性を要因とする分散分析を行った。その結果、性の主効果の有意傾向が認められ($t[1, 421]=-1.88, p<10$: Table4-1-4), 女性は男性よりもPEPQの得点が高い傾向にあることが示された。このことから、女性は男性よりも、経験した社会的場面の回顧的な思考が活性化される傾向がより強く見られる可能性があることが明らかになった。

【考 察】

本節の目的はPEPQの日本語版を作成し、その信頼性と妥当性を検討することであった。本節の結果、作成されたPEPQは高い信頼性と妥当性を有する尺度であることが示唆された。

確認的因子分析の結果、PEPQ日本語版はMcEvoy & Kingsep (2006)で報告された9項目1因子構造のモデルを支持し、1因子構造であることが明らかにされた。

また、RSQとPSWQによるドッキング因子分析を行った結果、それぞれの項目を含む因子が抽出され、弁別的妥当性が確認された。以上のことから、PEPQ日本語版は高い妥当性を持っていると考えられる。

内的整合性と再検査信頼性の観点から信頼性の検討を行った結果、PEPQ日本語版にはある程度の信頼性があることが示唆された。再検査信頼性については、本研究では2カ月という比較的長い期間をあけて再検査を行っている。PEPQ日本語版は、過去2週間の間に社会的状況において不安を感じたかを確認し、その出来事について質問をする形態をとっているため、回答者にとっての経験した出来事のインパクトの大きさから得点に変化することが推察される。したがって、安定度係数は十分な値を示したと考えられ、PEPQ日本語版は高い信頼性を有する尺度であることが明らかにされた。

最後に、PEPQ日本語版による得点の性差を検討したところ、男性に比べて女性で得点が高い傾向が認められた。このことから、女性は男性よりも社会的状況の後にPEPQが活性化されやすいことが示された。

以上の結果、9項目のPEPQ日本語版が作成された。

Table4-1-4 PEPQ日本語版の性差

	男性	女性	性差 t
PEPQ	463.51 (190.03)	499.34 (195.69)	-1.88 [†]

() = SD [†] $p < .10$

第2節 PEPが社会的状況に対する解釈に与える影響（研究4）

【目的】

本節では、第1章第5節で挙げたPEPと関連する認知的処理の中で、特に注意・解釈バイアスとの関連におけるPEPの役割について検討する。

社会不安における解釈バイアスとは、社会不安の高い人は、低い人に比べて、曖昧な社会的状況に関する刺激をネガティブに解釈しやすいことをさす (Stopa & Clark, 2000)。ここでいう「曖昧な」とは、ポジティブでもなく、ネガティブでもない多義的な場面をさしている。刺激そのものは曖昧であるにもかかわらず、社会不安の高い人は社会的な状況をネガティブに解釈してしまうことが従来の研究で明らかにされている (たとえば, Stopa & Clark, 2000; 五十嵐・嶋田, 2005)。

社会不安における、社会的状況における解釈とPEPの関係を考えてみると以下の2通りの理解が可能である。1つは、社会不安の高い人が社会的状況においてネガティブな解釈をすることによって、PEPが活性化するという理解である。またもう一方は、社会不安の高い人においてPEPが活性化すると、社会的状況に対する解釈が維持、または変化するという理解である。

本節では、PEPが社会不安に与える影響を検討する一環として、上記において挙げた2つの理解のうち、PEPが解釈バイアスに及ぼす影響を実験的に検討することを目的とする。

また、Clark & Wells (1995)、Rapee & Heimberg (1997) は、解釈バイアスと同様に、自己を他者から観察される対象として処理する注意バイアスが社会不安の維持に寄与していると指摘し、それによってその場の状況や他者の行動の処理が妨害されると述べている。本論文でも研究1・2によって、PEPなどの社会的状況の事後処理における思考が、この観察者視点によるイメージによるものである傾向が高いことが示唆された。したがって、観察者視点の自己注目がPEPと関連するのかを検討することを第二の目的とする。

【方法】

実験参加者：

本研究はアナログ研究によって社会不安の情報処理過程を検討することを目的とした。したがって、大学生232名(男性106名、女性126名;年齢 20.1 ± 1.6 歳)に対し、Social Phobia Scale日本語版の20項目(金井ら, 2004; SPS:付録4-6)を実施し、スクリーニングを行った。SPSは他者から見られることによる不安を測定する尺度であり、パフォーマンス場面と社会的場面の

サブタイプに分類される社会不安のうち、パフォーマンス場面における不安の測定のために作成された尺度である（金井ら，2004）。本実験では，課題としてスピーチ場面を採用し，その社会的場面における解釈およびPEPの関連を検討するため，SPSによる群分けを行った。スクリーニング調査の結果，サンプル母集団の平均値を算出したところ（ 18.50 ± 11.80 ），SPS日本語版の開発を行った金井ら（2004）によって示された平均値と同等であった（ 19.10 ± 12.59 ）。したがって，スクリーニング調査におけるサンプル母集団のSPSの得点により社会不安傾向高群と低群を設定した。得点がサンプル母集団の平均値 $+0.5SD$ （24.40）以上を社会不安傾向高群， $-0.5SD$ （12.60）以下を低群とし，実験参加に同意が得られた12名を実験参加者とした（社会不安傾向高群：男性2名，女性4名；社会不安傾向低群：男性3名，女性3名；年齢 21.3 ± 2.6 歳）。

実験計画：

実験参加者の社会不安傾向2群（高群，低群）を参加者間要因，測定時期の2条件（Time 1，Time 2）を参加者内要因とした。

課題：

実験参加者は「大学生活について」と題した4分間のスピーチ課題を行った。スピーチ課題の前には，話す内容について考える時間が3分間与えられた。

課題の予備調査：

解釈バイアスは，社会不安の高い人は低い人より曖昧な刺激をネガティブに解釈しやすいことをさす。したがって，実験刺激として曖昧な刺激を呈示し，それに対する解釈を求める必要がある。そのため，スピーチ課題において，聞き手が行う曖昧な行動を選択する予備調査を行った。曖昧な行動は，金井（2003）の研究で得られた10個の行動を用いた。10個の行動について本実験で聞き手を担う2名（男性1名，女性1名）の実験協力者に対して訓練した。また，2名の実験協力者が行った10個の行動を録画したビデオを臨床心理学を専攻とする大学院生2名が評定を行った。聞き手が行う10個の行動は，実験参加者から見て自然に振舞われる必要があるものの，気づかない行動であっては刺激として成立しない。したがって，ビデオを評定する際には，それぞれの行動の「気づいた程度」と「自然さ」について評定された。また，曖昧な刺激であることの確認のために，「感情価」についても評定が行われた。評定者は，それぞれ以下のように7件法での回答を求められた。①感情価—それぞれの行動がどのくらい肯定的，および否定的かどうか（「1：ネガティブである」～「7：ポジティブである」）。②気づいた程度—それぞれの行動にどれくらい気づいたかどうか（「1：全く気づかなかった」～「7：よく気づいた」）。③

自然さ—それぞれの行動が自然に思えたどうか（「1：全く不自然だった」～「7：とても自然だった」）。その結果、10個の行動のうち、「気づいた程度」、「自然さ」については5以上、「感情価」については評定値3～5と評定された6つの行動を聞き手の行動として採用した（脚をくむ、首をかしげる、頭をかく、せきばらいをする、時計を見る、腕をくむ）。

実験刺激：

予備調査によって得られた曖昧な行動を実験協力者である聞き手1名がスピーチを聞きながら遂行した。実験に協力した聞き手役は2名であった（男性1名、女性1名）。なお、社会不安の不安喚起状況として異性との相互作用が指摘されていることから、実験協力者は必ず実験参加者に対して異性が配置された。それぞれの行動は、スピーチ課題中の4分間において偏らないように均等に分け、40秒ごとにひとつの行動を行うように遂行するタイミングが決められていた。実験者が出す合図により実験協力者はそれぞれの行動をとった。実験協力者は、決められた行動以外の行動をとらないよう求められ、入室時の挨拶以外は実験参加者に対して言葉かけは行わなかった。なお、服装の要因を排除するため、実験協力者は白衣を着て実験に臨んだ。

測定変数：

（1）聞き手の行動に対する解釈

金井・笹川・陳・嶋田・坂野（2007）に従って解釈の測定を行った（付録4-7）。測定用紙には、聞き手の行った6個の曖昧な行動のそれぞれの行動を掲げ、まず、それぞれの行動に対して参加者はどのように解釈したかについて自由記述を求めた。その後、その行動に対して次の3項目についてそれぞれ7件法で実験参加者に評定を求めた。①感情価—参加者にとってどのくらい肯定的、および否定的かどうか（「1：非常に肯定的である」～「7：非常に否定的である」）。②脅威性—参加者にとってどのくらい脅威を感じるものかどうか（「1：全く脅威的ではない」～「7：非常に脅威的である」）。③影響性—参加者が自分にどの程度影響を及ぼすものと感じるかどうか（「1：全く影響しない」～「7：非常に影響する」）。この3項目は、自由記述による解釈の測定を補完するものと位置づけられた。

上記項目について、スピーチ課題の直後（Time 1）、実験を終えた3日後（Time 2）の2時点において参加者への回答を求めた。得られた自由記述は、1文ずつの単位として項目化され、各解釈がどのカテゴリーに属するか、さらにその解釈がポジティブ、ネガティブ、ニュートラルなものであるかについて、臨床心理学を専攻する大学院生2名によってコーディングされた。コーディングに用いたカテゴリーは、金井（2003）で用いられたものを使用し、本研究の分析では、“聞き手に関する考え”に含まれた解釈が用いられた。評定の一致率を算出したところ、

70.46%であった。金井（2003）の研究では、この評定における一致率が80.42%であり、本研究では一致率がやや低かった。評定者2名における評定が一致しなかった項目について、実験者がコーディングを行った（評定される各項目を挙げた実験参加者を同定できないようにした状態で）。そして、実験者のコーディング結果と一致する、どちらかの評定者のコーディング結果を採用した。

（2）実験用 post-event processing questionnaire (PEPQ) 日本語版（付録4-8）

研究3で作成された post-event processing Questionnaire 日本語版 (PEPQ) を用いた。0から100の11件法で回答する。教示の「The event」の部分を「実験でのスピーチ」と修正して使用した。実験を終えた3日後（Time 2）において実験参加者への回答を求めた。

（3）観察者視点の自己注目

実験中の注意の焦点を測定するために、Focused Attention Scale（山田・関口・伊藤・根建，2002；FAS：付録4-9）への回答を求めた。項目内の「相手」を「聞き手」に修正して用いた。スピーチ課題終了後（Time 1），5件法（「1：ほとんど注意を向けていない」～「5：非常に注意を向けている」）で回答を求めた。

FASは、「自己に焦点づけられた注意」と「他者に焦点づけられた注意」の2つの下位尺度を含んでいる。本研究では、Clark & Wells（1995）が指摘している観察者視点の自己注目を測定することを目的としていたが、FASでは観察者視点の自己注目であると考えられる「相手が自分をどのように見ているか」という項目が「他者に焦点づけられた注意」下位尺度に含まれている。同様に社会的相互作用における注意の焦点を測定し、「Self-focus Scale」と「Other-Focus Scale」の下位尺度を持つ尺度に、Focus of Attention Questionnaire（Woody, 1996；FAQ）がある。FAQにも同様に観察者視点の自己注目を測定する項目が含まれているもの（I was focusing on the impression I was making on the other person.），この項目は「Self-focus Scale」に含まれており、自己注目として考えられている。本研究では観察者視点の自己注目の測定を目的としたため、FASの下位尺度にしたがった得点算出をせずに、「聞き手が相手をどのように見ているか」という項目に対する回答のみ、分析に用いることとした。

統制する共変量：

解釈バイアスは抑うつにおいても認められており（たとえば、Nunn & Trower, 1997），抑うつ傾向を統制した上で解釈バイアスを検討する必要がある。スクリーニング調査時に、調査協力者は自己評価式抑うつ性尺度（福田・小林，1973；SDS：付録4-10）への記載を求められており、その際の実験参加者のSDS得点を統制する共変量として用いた。

手続き：

実験は個別に行われた。実験参加者は実験室（15 m²）に通された後、まず健康アンケート（付録 4-11）への記入を求められ、続いて本実験の説明を受けた。実験の承諾内容の確認の上承諾書にサインを求め、本実験の具体的教示へと進んだ。引き続き、不安の程度を測定するために SUD（Subjective Units of Disturbance：自覚的障害単位）へ回答し、話す内容を考えるために 3 分間が与えられた。その後、実験協力者である聞き手が入室し、実験参加者と 2 メートル離れた位置に着席した。4 分間のスピーチの開始直前に実験参加者に再度 SUD への回答を求めた。実験者は実験参加者の後方に着席し、時間測定と実験協力者への各行動の遂行合図を行った。4 分間のスピーチ直後に実験参加者は再度 SUD への回答を行い、その後課題中の聞き手の行動に対する解釈を測定する質問紙への記入を行った（Time 1）。全ての回答を終えた後に、実験参加者は持ち帰って 3 日後に回答する質問紙の説明を受け、実験を終了した。実験の 3 日後、実験者からの連絡を受けて、実験参加者は質問紙に回答を行った（Time 2）。この質問紙は、実験での課題中の聞き手の行動に対する解釈と PEP を測定する質問項目を含んでいた。Time 2 においても聞き手の行動に対する解釈を測定するため、聞き手の行動はあらかじめ定められており、その場での自由反応ではなかったということを含めたディブリーフィングを実験終了時に行うことができなかった。そのため、実験参加者は、後日質問紙を提出した上でディブリーフィングを受け、本実験のすべての手続きを終了した。手続きの流れを Fig.4-2-1 に示す。なお、本実験は、事前に早稲田大学人間科学学術院研究倫理委員会への申請を行い、承認を得た上で実施した。

【結 果】

実験参加者の属性：

Table4-2-1 に分析対象者の属性を示す。年齢と SPS 得点、SDS 得点について、群を要因とする 1 要因分散分析を行ったところ、SPS 得点において有意な差が認められ、社会不安傾向高群は低群よりも得点が高いことが示された。したがって、SPS による群分けは妥当であったと考えられる。また、SPS による群分けにおいても群間で抑うつ傾向に有意な差が認められた。この結果からも、抑うつ傾向を共変量として統制して検討する必要性が示され、共分散分析を用いて分析を行った。

操作チェック：

本実験で用いたスピーチ課題が不安を喚起する課題として機能したかどうかの確認のため、教示後、スピーチ課題前、スピーチ課題後に SUD を測定した。社会不安傾向高群における SUD

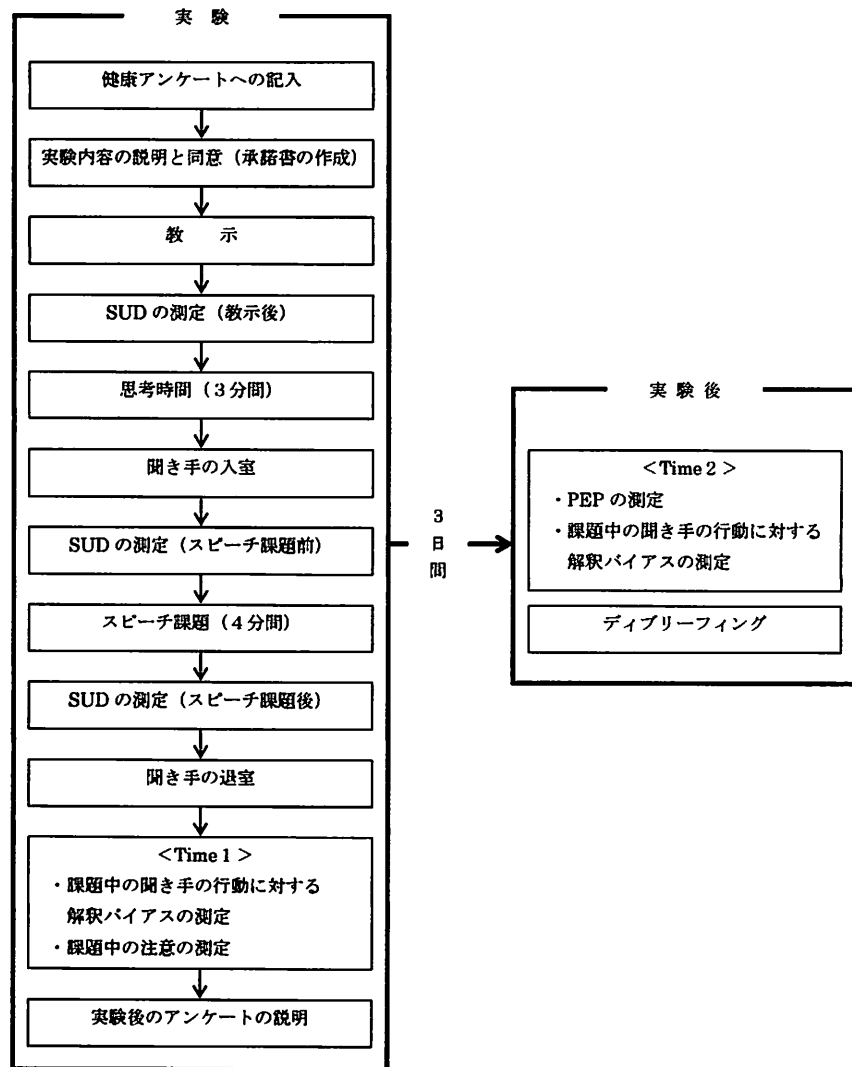


Fig.4-2-1 実験手続き

Table4-2-1 実験参加者の属性

	社会不安傾向高群	社会不安傾向低群	<i>F</i>
年 齢	20.00 (1.09)	22.50 (3.39)	2.95
SPS	35.67 (8.94)	9.00 (3.34)	46.65*
SDS	31.33 (2.87)	49.00 (9.69)	18.31*

() = *SD** $p < .05$

の平均値は 60.66 (教示後), 81.66 (スピーチ課題前), 45.0 (スピーチ課題後) との変化を示し, 低群においては 53.33 (教示後), 63.33 (スピーチ課題前), 21.66 (スピーチ課題後) と経過した。SUD を従属変数とし, 社会不安傾向群と時期を要因とした 2 要因分散分析を行った。その結果, 交互作用は有意ではなかった。社会不安傾向群の主効果 ($F[1, 10]=4.92, p<.10$) が有意傾向であり, 社会不安傾向高群は低群よりも SUD の得点が高い傾向が見られた。時期の主効果 ($F[1, 10]=15.06, p<.01$) も有意であり下位検定を行ったところ, スピーチ課題前では教示後と比べて SUD 得点有意に高くなり, スピーチ課題後にはスピーチ課題前と比較して SUD 得点下がり, さらに, スピーチ課題後の得点は教示後よりも低いという有意な差が認められた。したがって, 本実験では実験参加者はスピーチ課題によって不安を喚起されていたことが示され, さらに高群では低群より高い不安を喚起されていた傾向があったことが確認された。

解釈について :

まず, 解釈の実数を従属変数とし, 社会不安傾向群, 時期を要因とした 2 要因の分散分析を行った。その結果, 群×時期の交互作用が有意傾向であり ($F[1, 9]=4.0, p<.10$; Fig.4-2-2), 下位検定の結果, 低群における時期の単純主効果が有意であった。低群において Time 1 と比べて Time 2 における解釈の実数が減少し, 一方, 高群においては時期によって変化がなかったことが示された。

次に, 解釈の中で, さらにそれぞれの感情価にコードされた自由記述の解釈の数を明らかにした。さらに, 全ての解釈に対して, それぞれの感情価にコードされた解釈が占める割合を群ごとに算出し, 逆正弦変換を施した。

その割合を従属変数, 社会不安傾向群, 時期を要因とし, SDS 得点を共変量とした 2 要因の共分散分析を行った。その結果, ポジティブおよびニュートラルな解釈の割合を従属変数とした全ての検定においては, 交互作用, および群, 時期の主効果は全て有意ではなかった。したがって, 群および時期によってポジティブおよびニュートラルな解釈の生起率に差異はなかったことが示された。

一方, ネガティブな解釈の生起率については群×時期の交互作用が有意であり ($F[1, 9]=10.50, p<.05$; Fig.4-2-3), 下位検定の結果, 低群における時期の単純主効果が有意, および, 高群における時期の単純主効果が有意傾向であった。低群においては, Time 2 に比べて Time 1 のネガティブな解釈の生起率が高く, 一方, 高群においては Time 1 に比べて Time 2 のネガティブな解釈の生起率が高いという結果が示された。したがって, 社会不安の低い参加者におけるネガティブな解釈の割合は, 時間と共に減っていたことが示唆され, 社会不安の高い参加者におけるネ

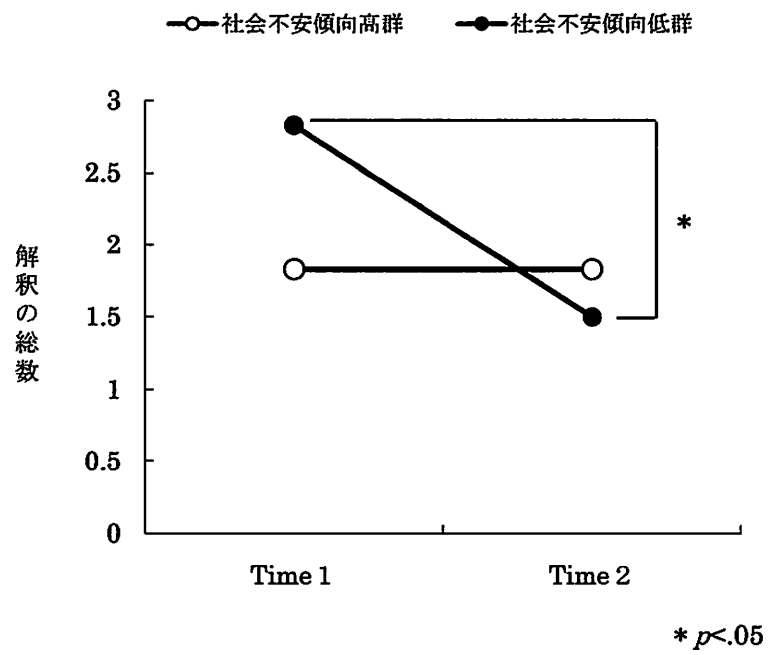


Fig.4-2-2 社会不安傾向群における解釈の総数の変化

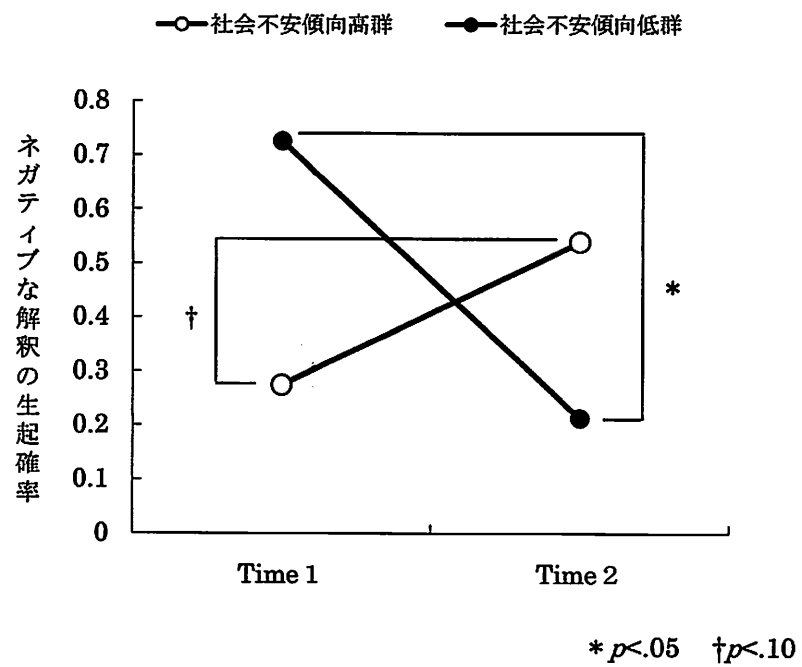


Fig.4-2-3 社会不安傾向群におけるネガティブな解釈の生起確率の変化

ガティブな解釈の割合は時間の経過につれて増加していた傾向があることが示された。

感情価・脅威性・影響性について：

曖昧な行動に対する感情価，脅威性を従属変数，社会不安傾向群，時期を要因とし，SDS 得点を共変量とした2要因の共分散分析を行った。その結果，有意な交互作用および主効果は得られなかった。したがって，聞き手の行った曖昧な行動に対して参加者が否定的，または肯定的に感じるかどうかの程度，および脅威的に感じる程度については群，時期における差異はみられなかった。

一方，影響性については，群×時期の交互作用が有意傾向にあった ($F[1, 9]=4.97, p < .10$; Fig.4-2-4)。下位検定の結果，高群における時期の単純主効果が有意であり，Time2 に比べてTime1 で影響性の得点が高かった。したがって，社会不安が高い参加者において，時間経過とともに聞き手の行動に対する参加者自身への影響性を低く評価したことが明らかになった。

PEP について：

まず，研究3で PEP における性差が確認されたことから，Time2 における PEPQ 得点を従属変数，性を要因とした t 検定を行った。その結果，有意な差異は認められなかった ($t[10]=0.31, n.s.$)。したがって，今後は性別の区別なく分析を行った。

PEPQ の合計得点を従属変数とし，社会不安傾向群を要因とする t 検定を行った。その結果，群の主効果が有意傾向であった ($t[10]=-1.98, p < .10$)。したがって，社会不安傾向が高いほどその出来事についての PEP が活性化される傾向が高いことが示唆された。

観察者視点の自己注目について：

「聞き手が自分をどのように見ているか」についての回答を従属変数とし，社会不安傾向群を要因とするマンホイットニーの U 検定を行った。その結果，群の主効果が有意であり ($U[10]=3.00, p < .05$)，社会不安傾向低群と比べて高群で得点が高かった。したがって，社会不安傾向が高いほど観察者視点の自己に注目していた傾向が高いことが明らかになった。

【考 察】

本節では，PEP が解釈に及ぼす影響を明らかにすることを目的として，社会不安傾向低群，高群にスピーチ課題を実施し，検討を行った。

第一に，課題直後から課題経験3日後にかけて，社会不安傾向低群においてのみ解釈の実数に変化し，高群では変化しなかった。第二に，社会不安傾向低群，高群ともに，課題直後から課題経験3日後にかけて，解釈におけるネガティブな解釈の割合に変化が生じていることが示された。

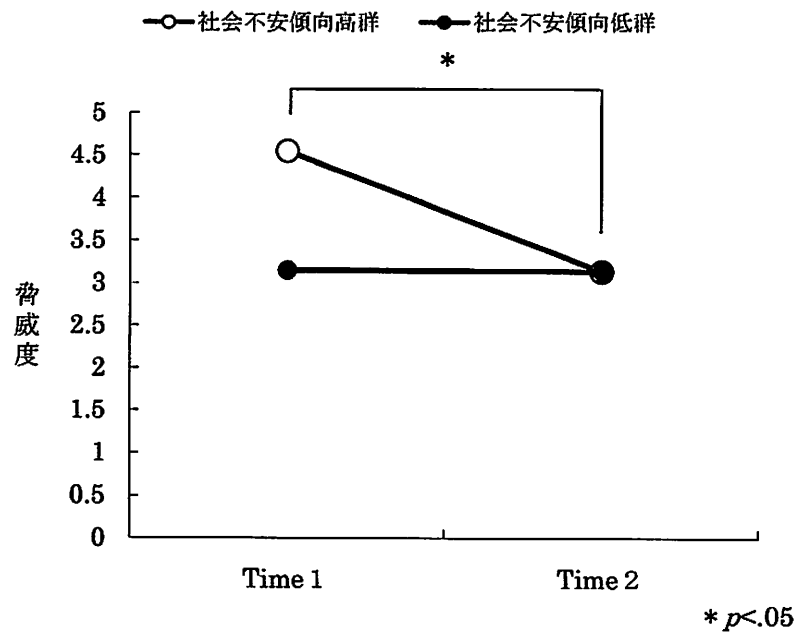


Fig.4-2-4 社会不安傾向群における脅威度評定の変化

低群においては課題直後から課題経験3日後にネガティブな解釈は減少し、高群においては逆に増加する傾向が認められた。すなわち、社会不安傾向の低い人は、解釈の実数とネガティブな解釈の生起率ともに、時間経過につれて減少した。一方で、社会不安傾向の高い人においては、解釈の実数は変化しないものの、ネガティブな解釈の割合が増加していたことが明らかになった。

第三に、PEPQにより測定されたPEPについての結果から、社会不安傾向低群に比べて高群でPEPがより活性化されていたことが示された。社会不安の高い人は低い人よりも、スピーチ課題を経験し終わった後の3日間、課題は終わったにもかかわらずスピーチ課題についてのPEPがより活性化していたことが明らかになった。

これらのことから、社会不安の高い人は、解釈の数は変化していないにもかかわらず、課題経験3日後にはネガティブな解釈が占める割合を高めていたことが分かる。これは、本研究でも明らかになった、社会不安者においてより活性化されていたPEPが関連している可能性が考えられる。本研究の検討では、PEPを操作して解釈に与える影響を検討しているわけではないため、直接的な因果関係を指摘することはできない。しかしながら、個人が経験した社会的場面について回顧し、さらにその認知がネガティブな感情価を持つ処理であるというPEPの特性を考えると、社会不安の高い人はPEPが活性化され、その結果聞き手の行動に対するネガティブな解釈の割合が増加したと推察される。

また、社会不安傾向の高い人は、低い人よりもスピーチ課題中に観察者視点の自己に注意を向けていたことが示された。この指標についても、本研究では操作を行った検討を行っていないため、直接的な因果関係を述べることはできないものの、この観察者視点の自己注目も社会不安者において増加したネガティブな解釈に影響を与えていると考えられる。

さらに、ポジティブ、ニュートラル、ネガティブな解釈の割合の分析においてそれぞれの時期における群の単純主効果が有意ではなかった。そのため、スピーチ課題直後、課題経験3日後において共に社会不安傾向の高さによって解釈に顕著な差異が見られなかった。また、聞き手の曖昧な行動に対する感情価・脅威性・影響性に対する結果についても同様のことがいえる。感情価、脅威性、影響性のすべてにおいてスピーチ課題直後における社会不安傾向群の単純主効果が有意ではなかったことから、社会不安傾向の高さによって違いがなかったことが示された。これらの結果は、それぞれの時期において社会不安の程度による解釈バイアスが認められなかったことを示し、従来の社会不安における解釈バイアスに関する知見とは異なるものであった。

本節においては、予想とは反した結果も認められた。それは、有意な差ではないものの、スピーチ課題直後においては、社会不安傾向低群の方が高群に比べてネガティブな解釈の割合が高い

ようにグラフ (Fig.4-2-3) から視察される点である。これまでの解釈バイアスの知見にしたがえば、社会不安の高い人においてネガティブな解釈が高い割合でみられ、解釈バイアスが示されると考えられる。

この点に関して、金井ら (2007) は“ネガティブ”と分類された解釈でも、人によって機能が異なる可能性があることを指摘し、特に生起される感情として不安と怒りの問題を挙げている。本研究においてネガティブと分類された解釈の例を挙げると、「話がつまらないからもうやめて欲しいのだろうか?」、「積極的に話を聞こうとしているようには見えない」といったようなものが含まれる。これらの解釈はネガティブな解釈であると分類されたものの、内容を考えると一方は不安を喚起させ、一方は怒りを喚起させる解釈と考えられる。そこで、再度多面的感情状態尺度短縮版 (寺崎・古賀・岸本, 1991) の敵意、抑うつ・不安下位尺度を用いて、ネガティブな解釈と分類された解釈の評定を大学院生2名によって行った。

その結果、課題直後のネガティブな解釈においては、社会不安傾向低群の解釈は高群の解釈と比べて敵意の評定値が高い傾向にあることが示され (高群: $M=8\pm 1.95$, 低群: $M=10.25\pm 2.57$, $p<.10$)、抑うつ・不安の評定値には差が見られなかった (高群: $M=12.64\pm 1.95$, 低群: $M=12.06\pm 2.03$)。また、課題経験3日後のネガティブな解釈においては、社会不安傾向低群の解釈に比べて高群の解釈は有意に抑うつ・不安の評定値が高いことが認められ (高群: $M=13.11\pm 2.80$, 低群: $M=8.63\pm 1.85$, $p<.01$)、敵意の評定値には差がなかった (高群: $M=10.44\pm 2.44$, 低群: $M=9.19\pm 1.51$)。したがって、Fig.4-2-3 に示した課題後における社会不安傾向低群の高いネガティブな解釈の割合は怒りを生起させるような解釈、課題経験3日後における社会不安傾向高群の高いネガティブな解釈の割合は抑うつ・不安を生起させるような解釈によって説明されることが明らかになった。

課題直後に比べて課題経験3日後で影響性の解釈が課題経験3日後よりも低く評定されたことに関しては、回答状況の影響を受けた可能性がある。課題直後の評定は、実験者や聞き手が近くにいる状況であり、社会不安者の持つ評価懸念が生じやすい。対して、課題経験3日後の評定は自宅での回答だったため、実験者や聞き手に対する評価懸念がなくなり、影響性の解釈に変化が生じたと推察することができる。

第3節

社会的場面における解釈バイアスが状態不安に与える影響 (研究5)

【目的】

研究4では、PEPが社会的場面における解釈に与える影響について検討し、PEPが3日後の解釈に影響を与え、ネガティブな解釈の割合を増加させた可能性が示唆された。しかしながら、PEPが社会不安に影響を与えるかどうかという点までは検討されなかったことが問題点として挙げられる。

解釈バイアスを検討した従来の研究では社会不安の程度により参加者を群分けして検討を行い、個人特性的な社会不安が高い者は解釈にバイアスが認められる傾向があるという相関関係が示されてきた。しかしながら、個人特性的な社会不安と解釈の関連を見ているだけでは、解釈バイアスが社会不安の維持に対してどのような機能を果たすのかについて明らかにすることはできない。すなわち、情報をネガティブに解釈することがその後の不安状態にどのように影響を与えるのかについて明確に示されてこなかった。

したがって、情報に対する解釈が、いわゆる状態不安とされる社会的状況において喚起される不安にどのような影響を与えるかについて検討することが必要であると考えられる。

そこで、PEPが社会不安に与える影響を検討する一環として、PEPが解釈にネガティブな影響を与えることを示した研究4をふまえ、本節では解釈バイアスが社会的場面を経験している時の状態不安や後続の類似場面への予期不安にどのような影響を与えるのか検討することを目的とした。

【方法】

参加者：

本研究は、アナログ研究によって社会不安の情報処理過程を検討することを目的とした。したがって、大学生197名（男性93名、女性104名；平均年齢=21.0±1.43歳）を対象として、Short-Fear of Negative Evaluation Scale 日本語版（笹川ら、2004：SFNE）を用いたスクリーニング調査を実施した。その結果、サンプル母集団の平均値は40.3±11であった。得点がサンプル母集団の平均値よりも高い、もしくは低く、実験参加に同意が得られた19名（男性11名、女性8名）を実験参加者とした（社会不安傾向高群：SFNE平均値50.1±5.16、社会不安

傾向低群：SFNE 平均値 29.9 ± 7.08 。

実験計画：

実験参加者の社会不安傾向2群（高群，低群）を参加者間要因，解釈の感情価の3（ネガティブ，ニュートラル，ポジティブな解釈），測定時期3（1回目の課題教示後，スピーチ課題後，2回目の課題教示後）を参加者内要因とした。

スピーチ課題：

実験参加者はスピーチ課題を行った。スピーチ課題のテーマは「大学生活について」とし，3分間のスピーチを求めた。スピーチ課題の前には，話す内容について考える時間が3分間与えられた。スピーチ課題の後，質問紙への回答を求め，スピーチの聞き手の行動についての解釈の測定を行った。

実験刺激：

実際に評価しながらスピーチを聞く聞き手を実験刺激とした。聞き手は，金井（2003）によって抽出された5つのあいまいな行動を行った（「髪をかきあげる」，「頭をかく」，「ほおづえをつく」，「脚を組む」，「せきばらいをする」）。これらの行動を実験協力者である聞き手4名（男性2名，女性2名）がそれぞれ35秒間ずつ遂行した。

測定変数：

（1）聞き手の行動に対する解釈

金井ら（2007）に従って解釈の測定を行った。質問紙には，聞き手の行った6個の曖昧な行動のそれぞれの行動を掲げ，まず，それぞれの行動に対して参加者はどのように解釈したかについて自由記述を求めた。得られた自由記述は，1文ずつの単位として項目化され，各解釈がどのカテゴリーに属するか，さらにその解釈がポジティブ，ネガティブ，ニュートラルなものであるかについて，臨床心理学を専攻する大学院生2名によってコーディングされた。コーディングに用いたカテゴリーは，金井（2003）で用いられたものを使用し，本研究の分析では，“聞き手に関する考え”に含まれた解釈が用いられた。評定の一致率を算出したところ，88%であった。一致しない項目については，その項目を挙げた被験者を同定できないようにした上で，実験者によるコーディングを行い，一致するコーディングを採用した。

（2）状態不安（1回目の課題教示後，スピーチ課題後，2回目の課題教示後）

STATE-TRAIT ANXIETY INVENTORY の日本語版（清水・今栄，1981）のうち，A-State 尺度20項目を用いた。

統制する共変量：

解釈バイアスは抑うつにおいても認められており (Nunn et al.,1997), 抑うつ傾向を統制した上で解釈バイアスを検討する必要がある。したがって, 実験参加者に自己評価式抑うつ性尺度 (福田・小林, 1973: SDS) への回答を求め, 統制する共変量として用いた。

手続き：

実験は個別に行われた。参加者は実験室に通された後本実験の説明を受け, 参加に関する承諾内容を確認の上承諾書を作成し, 本実験の詳細な教示へと進んだ。健康アンケート, SDS, STAI-S へ回答し, 3分間の思考時間に続いた。その後, 実験協力者である聞き手が入室し, スピーチ課題を行った。スピーチ課題後, 実験参加者と聞き役が同じ部屋にいる状態でそれぞれ違う質問紙 (STAI-S を含む) への記入を行った後, 聞き役は退出した。実験参加者には, 回答終了後リラクゼーションの音刺激として「美しく青きドナウ (シュトラウス)」を3分間提示した (谷口 (1999) は, 「美しく青きドナウ (シュトラウス)」は, ポジティブ気分を誘導する音楽であると指摘している)。3分間の休憩後, 実験者はもう一度2回目のスピーチ課題を課すとの教示を実験参加者に行い, STAI-S への回答を求めた。その後, 実際は教示通り2回目のスピーチ課題を行う必要はないことをディブリーフィングし, 実験を終了した。手続きの流れを Fig.4-3-1 に示す。

【結 果】**参加者の属性：**

SFNE の得点を従属変数とし, 社会不安傾向群を要因とした1要因分散分析を行ったところ, 群の主効果が有意であった ($F[1, 18]=49.56, p<.01$)。したがって, 参加者の群分けは適切であったと考えられる。

社会不安傾向群における解釈について：

ポジティブ, ネガティブニュートラルな解釈にコードされた解釈の数を算出した。解釈の数を従属変数, 社会不安傾向群, 解釈の感情価を要因とし, SDS 得点を共変量とした2要因共分散分析を行った。その結果, 社会不安傾向群と解釈の感情価の交互作用が有意だった ($F[2, 32]=5.56, p<.01$)。単純主効果の検定を行ったところ, ニュートラルな解釈における群の単純主効果 (高群>低群, $p<.05$) と低群 (ニュートラル>ポジティブ, ネガティブ, いずれも $p<.05$) と高群 (ネガティブ>ポジティブ, $p<.05$) における解釈の感情価の単純主効果が有意であった (Fig.4-3-2)。

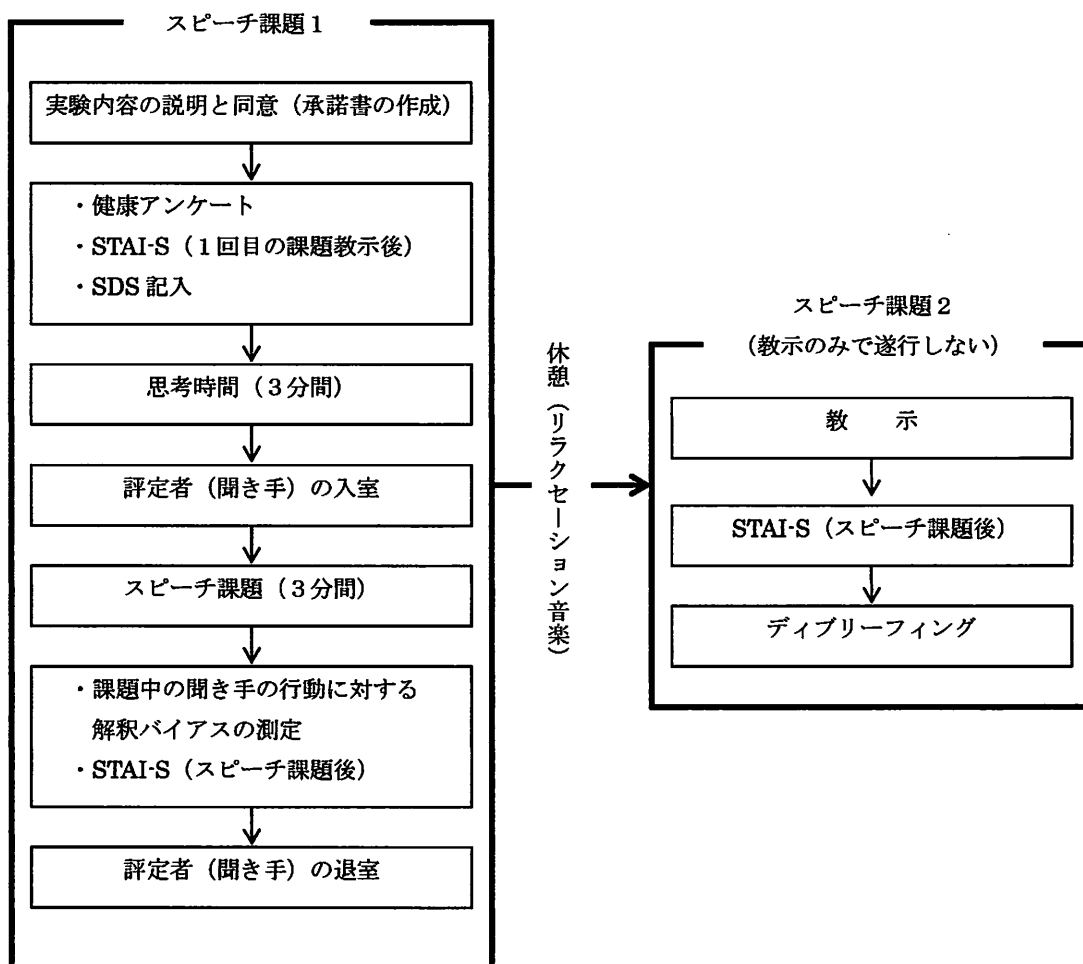


Fig.4-3-1 実験手続き

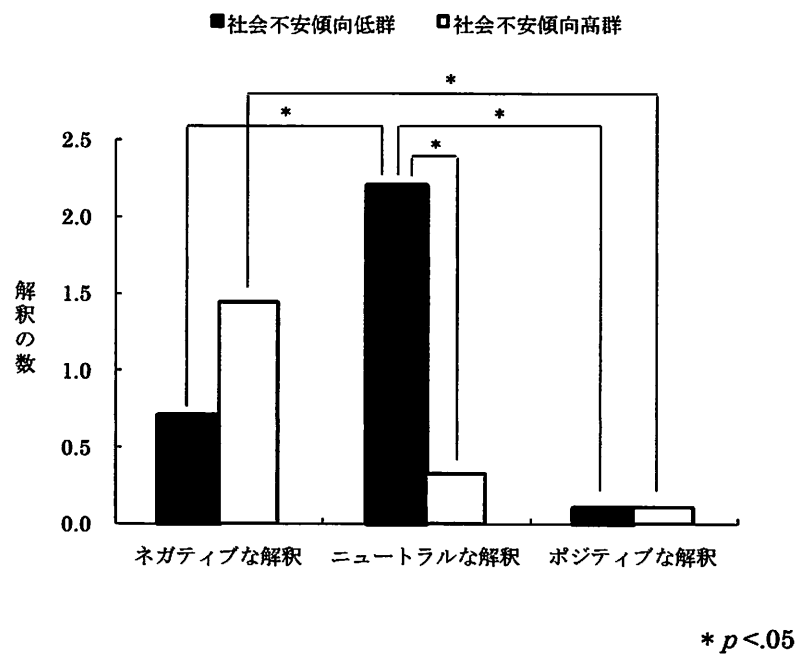


Fig.4-3-2 社会不安高・低群における感情価ごとの解釈数

したがって、社会不安傾向高群は、低群に比べて聞き手の行動に対するニュートラルな解釈が少なかったことが明らかにされた。また、社会不安低群では、ポジティブ、ネガティブな解釈と比較して、ニュートラルな解釈が多かったことが示され、最も多くニュートラルな解釈をしていたことが分かった。さらに、社会不安高群では、ポジティブな解釈よりもネガティブな解釈が有意に多く、ネガティブな解釈が多いことが示された。

社会不安傾向群における状態不安の変化について：

STAI-S 得点を従属変数、社会不安傾向群、測定時期を要因とした2要因分散分析を行った (Fig.4-3-3)。その結果、群と測定時期の交互作用 ($F[2, 34]=4.51, p<.05$)、社会不安傾向群の主効果 ($F[1, 17]=15.02, p<.01$) が有意だった。単純主効果の検定を行ったところ、全ての時期における群の単純主効果 (高群>低群, いずれも $p<.05$) と高群における測定時期の単純主効果が有意であった (2回目の課題教示後>スピーチ課題後>1回目の課題教示後, 2回目の課題教示後>1回目の課題教示後, いずれも $p<.05$)。

したがって、測定時期にかかわらず、社会不安傾向高群は低群よりも高い不安を感じていたことが示された。さらに、その中でも社会不安高群は測定時期によって不安の高さに差異があり、実験の時系列に沿って高い不安を報告したことが明らかになった。しかしながら、低群においてはそのような差異は認められなかった。

【考 察】

本節では、PEP が社会不安に与える影響を検討する一環として、解釈が状態不安にどのような影響を与えるかについて検討することを目的とした。

本節の結果、社会不安傾向高群では、1回目の課題教示後よりスピーチ課題後で状態不安が高く、さらにスピーチ課題後より2回目の課題教示後で状態不安が高かった。一方、低群では同様の差異は認められなかった。社会不安傾向の高い参加者において、1回目の課題教示後よりスピーチ課題後で状態不安が高くなったことに関しては、上述のような解釈のバイアスが生じたことにより、スピーチ課題後の不安が高まったと考えられる。この点は、スピーチという課題が社会不安を持つ人にとって不安を喚起させるものだからであるという解釈も可能であるが、課題によって喚起される不安は社会不安傾向群の主効果が有意だったことに表現されており、歪んだ解釈が不安を高めた可能性が示唆された。

また、社会不安の高い参加者においてスピーチ課題後より2回目の課題教示後において不安の程度が高まったことが示された。これは、スピーチ課題後の測定と2回目の課題教示の間には、

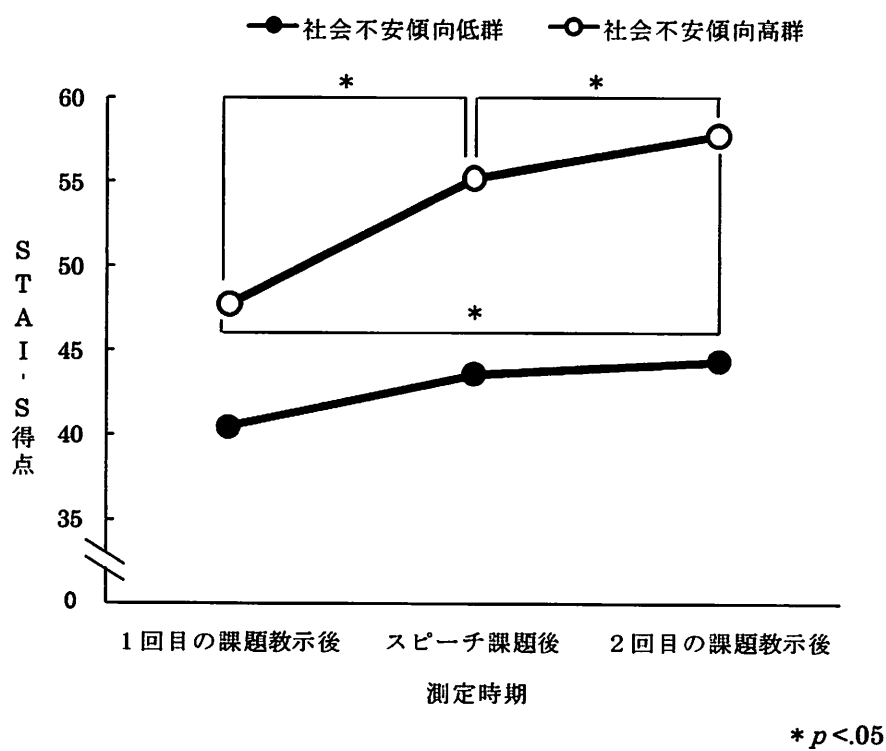


Fig.4-3-3 社会不安高・低群における測定時期ごとの状態不安

ポジティブな気分を誘導する音楽を伴う休憩を設けているにもかかわらず、2回目の課題教示後においてさらに高い不安が測定されたことになる。これは、解釈バイアスによって生じられた不安が下がりにくく、気分誘導も妨害的に働かず不安が残っていたと推察される。

さらに、その高い不安は維持されていただけでなく、より高く測定されたことから、後続の類似したスピーチ場面へ入る際に、先行経験における解釈や不安を想起し、予期不安が高められた可能性が考えられる。

したがって、解釈バイアスは、解釈される対象となる状況において不安を高めるだけでなく、後続の類似場面にもネガティブな影響を与え、予期不安を高めることが明らかにされた。

第4節 社会不安障害患者における PEP に付随する SUD の変化 (研究6)

【目的】

研究4・5を通して、PEPが社会的状況における解釈にネガティブな影響を与え、ネガティブな解釈は状態不安や予期不安を高めることが示された。

PEPに関する検討は、ほとんどがアナログ研究であり、臨床群によるデータは少ないことが指摘されている (McEvoy & Kingsep, 2006 ; Brozovich & Heimberg, 2008)。したがって、大学生を対象としたアナログ研究で明らかになったPEPが不安に影響を与えた認知的プロセスについて、同様の過程が社会不安障害患者にも存在するかを明らかにする必要があると考えられる。そして、アナログ研究における知見が臨床群でも応用可能であるかどうか検討することが期待される。

そこで、本節では、PEPが社会不安に与える影響を検討する一環として、社会不安障害患者における、PEPの活性化に付随するSUDの変化について検討を行うことを目的とした。

【方法】

調査対象者：

関東都心部のクリニックにて精神科医師のDSM-IV-TR (APA, 2000) の診断基準による社会不安障害診断を受けた者のうち、主治医の許可と患者の同意が得られた社会不安障害患者8名。8名の平均年齢は 30.13 ± 3.85 歳であり、当該のクリニックへ外来通院していた。対象者の属性をTable4-4-1に示す。

測定変数：

PEPが活性化されていないとき、すなわち、当該の患者の苦手とする社会的場面のことを考えていない通常の状態と、PEPが活性化されているとき、実際に社会的場面を経験しているときのSUDについて面接によって聴取した。

面接の円滑化のために質問マニュアルを作成した。臨床心理学を専攻とする大学院生にこのマニュアルを用いた予備面接を行い、さらに内容を検討して洗練された。まず対象者に最近1週間で不安に感じた社会的状況についての想起を求め、その状況に対するSUDの回答を依頼した。倫理的配慮を考慮し、そのSUDが80点以下の社会的状況を選択し、その状況に対しての質問を行った。

手続き：

主治医から調査対象者にインタビュー調査への協力を依頼した。次回診察時の後に当該クリニックの診察室にて面接の目的と内容、守秘義務、面接内容の記録、気分や対象が優れなくなった場合の対応（即時中止）、記録の使い方などについての説明を行い、同意が得られた場合に調査者からのインタビューを行った。インタビューは、作成した質問マニュアルをもとにした半構造化面接によって行われた。

【結果】

PEPに関するSUDの変化：

PEPが活性化されていないとき、すなわち、当該の患者の苦手とする社会的場面のことを考えていない通常の状態でのSUDと、PEPが活性化されているとき、実際に社会的場面を経験しているときのそれぞれについてSUD（不安感）の評定を求めた。その結果、実際に苦手とする社会的出来事を経験しなくても、PEPが活性化されているだけでも、実際に出来事を経験している時と同じ程度の不安を感じていることが示された (Fig.4-4-1)。

Table4-4-1 調査対象者の属性

No	性別	診断	処方薬	既往
症例1	女性	社会不安障害	プロマゼパム 4 mg/day	
症例2	女性	社会不安障害	フルボキサミン75mg/day アルプラゾラム1.2mg/day プロチゾラム0.25mg/day (エチゾラム 1 mg : 頓服)	気分障害 (X-5年5月~X-2年3月)
症例3	女性	社会不安障害 慢性胃炎	フルボキサミン150mg/day タンドスピロン15mg/day クエン酸モサプリド錠15mg/day	
症例4	女性	社会不安障害	アルプラゾラム0.4mg/day	
症例5	女性	社会不安障害	アルプラゾラム0.4mg/day	右側顔面神経麻痺
症例6	女性	社会不安障害 不眠症	パロキセチン10mg/day フルボキサミン50mg/day タンドスピロン30mg/day クエン酸モサプリド錠15mg/day	
症例7	男性	社会不安障害	アルプラゾラム0.4mg/day	
症例8	男性	社会不安障害	アルプラゾラム0.4mg/day (ロラゼパム0.5mg : 頓服)	

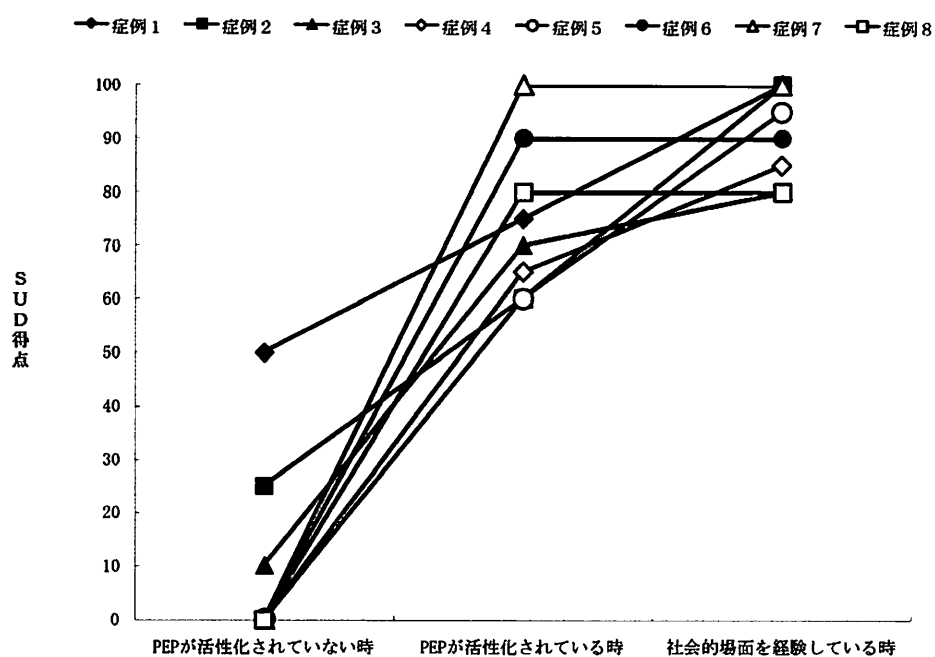


Fig. 4-4-1 各症例におけるSUDの変化

【考 察】

本節は、社会不安障害患者を対象に、PEPが患者の感じる不安感に影響を与えるかについて検討することを目的とした。

本節の結果、患者はPEPによって大きくSUDの値を変化させ、PEPが活性化されているだけでも実際に出来事を経験している時と同じ程度の不安を感じていることが報告された。したがって、患者はPEPによって感情への影響を受けていることが示唆された。

また、PEPは次に経験する社会的場面への予期不安を高める機能を持つことが推察され、社会不安障害患者においても、社会不安の維持にPEPが影響を与えていることが明らかになった。

本研究では、PEPと状態不安について、回顧的な回答を求めることで検討を行った。対象者は社会的場面に対する不安を強く感じる社会不安障害患者であったことから、PEPに対する対象者の嫌悪感などが反応に影響していた可能性も考えられる。今後は、PEPが活性化していないときと活性化しているときの不安知覚の差異について記録を伴うセリフモニタリング等で検討するなど、対象者による意図的な回顧を伴わない方法で検討することでより明確な示唆が得られると考えられる。

第5節 本章のまとめ

本章では社会的場면을経験する際に生じる情報処理バイアス（注意・解釈バイアス）とPEPがどのように関連して社会不安の維持に影響を与えるのかについて実験的に検討した。

本章の結果、PEPは経験した社会的場面に対する解釈をネガティブに歪めることが示唆された。また、その影響には観察者視点の自己注目も関連する可能性が明らかになった。これは、社会不安障害患者に最近経験した社会的場면을想起させたところ、自分の視点から見たイメージよりも観察者視点によるイメージの傾向が高かったことを示したWells & Papageorgiou (1999)の知見と一致する。この観察者視点のイメージによる想起は、Clark & Wells (1995)が指摘している社会的状況内の観察者視点の自己注目による影響を受けていると考えられている (Wells & Papageorgiou, 1999)。本節においても、このような観察者視点の自己注目が、PEPにおいて活性化される自己イメージに影響を与え、ネガティブな解釈の増加や状態不安の維持に機能したと推察される。

さらに、解釈にバイアスが生じることで、経験している社会的場面、および後続の類似場面に対する不安が高まることが示された。これらのことから、社会不安者は社会的場面を経験した後にPEPが活性化され、ネガティブな解釈が増加したり、ニュートラルな解釈ができず、将来の類似する場面に対する予期不安を高めることが推察される。

また、社会不安障害患者においても、PEPが活性化するだけで不安が高まることが明らかになり、予期不安を高めることが分かった。

したがって、社会的場面に対するPEPは、社会的状況における解釈をネガティブに歪め、予期不安を高めることで、回避や不安の高さなどの社会不安の維持に寄与していると考えられる。すなわち、PEPが社会不安の維持においてネガティブな機能を持っていることが明らかにされた。

第5章

事後の認知的処理が社会不安に与える影響

【問 題】

第4章では社会的状況を経験している時に生じる情報処理バイアスとPEPの関連について検討した。そして、第3章でPEPと反すう、心配における思考様式の異同を明らかにしたが、第4章のPEPQ日本語版の妥当性検討の中で行った相関分析では、反すう、心配はいずれも社会不安との強い関連を持っていることが明らかになった。

そこで、本章では社会不安の維持においてPEP、反すう、心配といった事後の認知的処理がどのようなメカニズムで社会不安に影響を与えるのかを明らかにすることを目的として検討を行った。

Brozovich & Hiemberg (2008) は、PEPと社会不安症状の関連が研究によって結果が異なることを問題点として挙げており、その問題点に対して、それぞれの研究で社会不安症状を測定する尺度が異なることを理由として指摘している。したがって、本研究では社会不安症状として中核的な他者評価懸念、回避、社会的状況に対する不安感の3つを取り上げ、それぞれを測定する尺度を用いて社会的状況の事後の認知的処理が影響を検討することを目的とした。

第1節

事後の認知的処理プロセスが回避と他者評価懸念に与える影響 (研究7-1)

【目 的】

本節では、回避と他者評価懸念に影響を与える事後の認知的処理プロセスを検討することを目的とする。

【方法】

調査対象：

4年制大学生および短期大学生 612名（男性 243名，女性 362名，性別不明 7名，平均年齢 19.70 ± 2.31 歳）。なお，データは研究3と共通の大学生を対象とした。

調査材料：

① Post-event processing Questionnaire 日本語版 (PEPQ)

PEPを測定するため，研究3で作成された PEPQ 日本語版を用いた。過去2週間の間に不安を感じた社会的場面についての考え方にどの程度当てはまるかについて 11件法（「0. 全く当てはまらない」～「100. 非常に当てはまる」）で回答を求めた。

② 日本語版反応スタイル尺度 (名倉・橋本, 1999 : Response Style Questionnaire : RSQ)。

反すうの測定には，日本語版反応スタイル尺度 (RSQ) の否定的考え込み下位尺度を用いた。名倉・橋本 (1999) では，RSQ の4つの下位尺度のうち，否定的考え込みは抑うつとの相関が最も高いことから，否定的考え込み下位尺度が抑うつ症状に伴う反すうを測定していると考え，否定的考え込み下位尺度のみを用いて，反すうが不適応に与える影響を検討している。この名倉・橋本 (1999) における相関分析に見られる傾向は，本研究の研究3でも同様に見られた。したがって，本研究においても否定的考え込み下位尺度を反すうの指標として用いた。

憂うつな気分を感じたとき，各項目の事柄を普段どの程度行ったり考えたりしたかについて，4件法（「1. ほとんどなかった」，「2. ときどきあった」，「3. しばしばあった」，「4. ほとんどいつもそうだった」）での回答を求めた。

③ Penn State Worry Questionnaire 日本語版 (杉浦・丹野, 2000 : PSWQ)

心配の測定には PSWQ を用いた。回答は5件法（「1. 全く当てはまらない」，「2. あまり当てはまらない」，「3. どちらでもない」，「4. やや当てはまる」，「5. かなり当てはまる」）で求めた。

④ Short Fear of Negative Evaluation Scale 短縮版 (笹川ら, 2004 : SFNE)

社会不安症状としての他者評価懸念の測定に SFNE を用いた。回答は5件法（「1. 全く当てはまらない」，「2. あまり当てはまらない」，「3. どちらでもない」，「4. やや当てはまる」，「5. かなり当てはまる」）で求めた。

⑤ Social Avoidance and Distress Scale (石川ら, 1992 : SADS)

SADS は，社会不安症状としての回避行動を測定するために用いた。回答は2件法（「はい」，「いいえ」）で求めた。

手続き：

調査対象者が聴講した大学および短期大学の授業を実施した教場において集団で実施された。なお、データは統計的に集団で処理されること、および個人情報の保護について紙面と口頭で説明を行った。

【結果】**分析対象：**

質問への記入漏れや回答に不備のあった者を除いた4年制大学生および短期大学生425名（男性174名、女性251名、平均年齢19.60±1.64歳）を分析対象とした。

PEP、反すう、心配が回避に与える影響：

まず、研究3にて、PEPQ、否定的考えこみ、PSWQ得点の相関関係が認められていることから、共線性の診断を行った。深谷・喜田（2003）によると、共線性の診断において、条件性指標が15以上のときには問題が存在する可能性が示され、30以上では重大な問題が存在することをさす。また、分散の指標では、条件指標が高い上に、関連づけられている主成分が実質的に2つ以上の変数の分散に寄与しているときに問題になると指摘している（深谷・喜田，2003）。

共線性の診断の結果、15以上の条件指標は認められなかった。さらに、PEPQ、否定的考えこみ、PSWQ得点はどれも2つ以上の変数の分散には寄与しておらず、1つの変数における分散の比率がそれぞれ高かった。したがって、このデータの場合、共線性は問題にならないと考えられた。

次に、PEP、反すう、心配が回避に与える影響について検討を行った。分析にはAmos16.0を用い、母数の推定は最尤推定法により実施した。PEP、反すう、心配間には相互の矢印、それぞれの認知的処理から回避への矢印を描き、探索的モデル特定化分析を行った。その結果、採用された最終的なモデルをFig.5-1-1に示す。分析の結果、PEPは、回避に直接のパスを与えておらず、心配に対して.24、反すうに対して.40の正の標準化係数を示していた。したがって、PEPは回避に直接影響を与えるよりも、心配、特に反すうへ与える影響が大きいことが明らかになった。また、反すうは心配に対して.46、回避に対して.11の正の標準化係数を示し、心配は回避に.36の正のパスを与えていた。このことから、PEPが活性化されるほど反すうや心配の傾向が高まり、回避が強められることが示唆された。また、特にPEPから反すう、反すうから心配、心配から回避に結びつく傾向が強いことが認められた。なお、このモデルの適合度指標として、GFI=.998、AGFI=.985、CFI=.999、RMSEA=.026という値が得られ、このモデルへの適

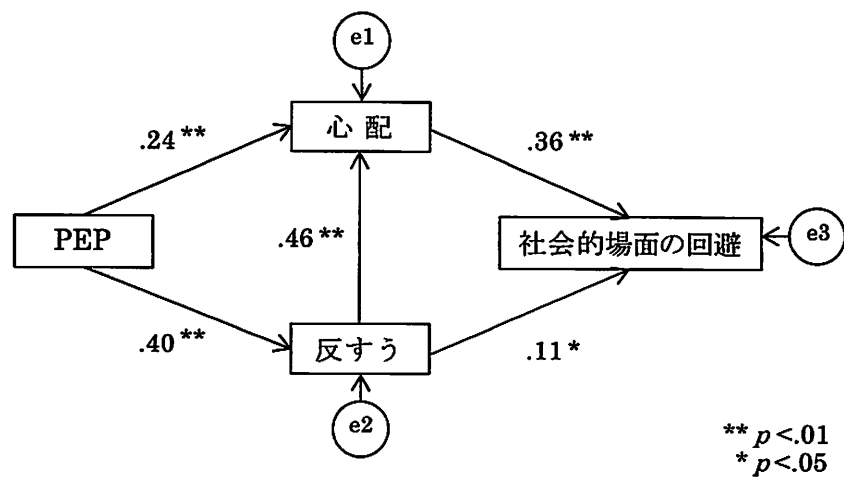


Fig.5-1-1 社会的場面回避への事後の認知的処理プロセス

合が認められた。

PEP, 反すう, 心配が他者評価懸念に与える影響:

PEP, 反すう, 心配が他者評価懸念に与える影響について検討を行った。分析には Amos16.0 を用い、母数の推定は最尤推定法により実施した。PEP, 反すう, 心配間には相互の矢印、それぞれの認知的処理から他者評価懸念への矢印を描き、探索的モデル特定化分析を行った。その結果、採用された最終的なモデルを Fig.5-1-2 に示す。分析の結果、PEP は、回避に直接のパスを与えておらず、心配に対して.24、反すうに対して.40 の正の標準化係数を示していた。したがって、PEP は回避に直接影響を与えるよりも、心配、特に反すうへ与える影響が大きいことが明らかになった。また、反すうは心配に対して.46、他者評価懸念に対して.31 の正の標準化係数を示し、心配は回避に.35 の正のパスを与えていた。このことから、PEP が活性化されるほど反すうや心配の傾向が高くなり、他者評価懸念が強められることが示唆された。また、特に PEP から反すう、反すうから心配、心配から他者評価懸念に結びつく傾向が強い傾向が認められた。なお、GFI=.999、AGFI=.987、CFI=1.0、RMSEA=.014 という適合度が得られ、このモデルへの適合が支持された。

【考 察】

本節の目的は、PEP, 反すう, 心配といった社会的状況の事後の認知的処理が回避と評価懸念に影響を与えるメカニズムについて検討することであった。

本節の結果、PEP が事後の認知的処理の契機となり、PEP が反すう, 心配へと影響を与え、さらに、反すうと心配が回避と他者評価懸念に影響を与えている可能性が示された。

PEP は反すうと心配のどちらにも影響を与えている一方で、反すうに与える影響が比較的強いことが示された（回避、他者評価懸念への影響の両方において）。この結果については、研究 1・2 によって得られた、PEP, 反すう, 心配の順にこれらの認知的処理は過去指向的であるという特徴をよく反映していると考えられる。つまり、本節で示されたモデルのように、PEP が活性化されると、比較的過去指向的である反すうが引き続いて活性化されやすいということを示しているといえる。

さらに、研究 2 では、社会不安の高い人は、低い人に比べて、反すうはイメージで経験されやすいことが示された。この結果も、本節で明らかになった「PEP→反すう」といた処理の流れが関係していると考えられる。すなわち、社会不安の高い人は PEP が活性化しやすく、それに伴って反すうも生起しやすくなることから、反すうも視覚的な度合が高く経験されると推察さ

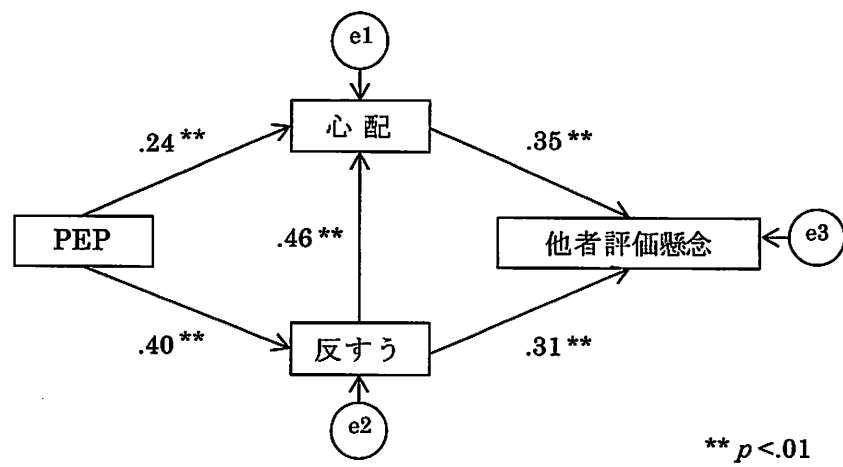


Fig.5-1-2 : 他者評価懸念への事後の認知的処理プロセス

れる。

また、反すうと心配の関係性においては、反すうから心配に与える影響が示唆された。心配は、不安に特徴的な認知であり、第 3 章でも示されたように、未来志向的な思考である。したがって、不安障害の 1 つである社会不安障害においては、過去指向的な思考である反すうから、未来志向的な思考である心配への影響性が示されたものと考えられる。

上記のように、回避と他者評価懸念に与える影響のメカニズムは概ね類似していた。しかしながら、反すうから与えられる影響は、回避と比較して他者評価懸念で強い傾向が明らかにされた。回避は、社会的場面において経験される不安感や社会的場面からの回避行動と定義され、他者評価懸念は、他者からの否定的な評価に対する不安と定義される（石川ら、1992）。落ち込んだ気持ちやその原因、結果について考えることで、他者から否定的な評価を受けることに対する不安が高まるものの、社会的な場면을回避するといった行動的側面に与える影響は比較的少ないことが推察される。心配は、否定的な結果が予期される問題を心的に解決する試みであるとされるように（Boekovec et al., 1983）、問題解決を指向する特徴を持つことから、反すうと比較すると、心配の方がより回避という行動的側面に影響を与えやすいと考えられる。一方で、反すうは、自身の気持ちやどうしてそのような気持ちになったかを考えるうちに、相手にどのように思われるかといった他者評価懸念に影響を与えやすいと考えられ、そのような特徴がこの結果の差異に表現されたと考えられる。

本節によって得られた結果をまとめると、PEP は反すうや心配を活性化させる事後の認知的処理の始まりとして機能し、回避や他者評価懸念に影響を与えていることが分かった。

第 2 節 事後の認知的処理プロセスが社会不安に与える影響 (研究 7 - 2)

【目 的】

本節では、社会的場面に対する不安感に影響を与える事後の認知的処理プロセスを検討することを目的とする。

【方法】

調査対象：

関東近郊の4年制大学および専門学校に通う313名（男性106名，女性205名，性別不明2名，平均年齢 20.46 ± 3.16 歳）。

調査材料：

① Post-event processing Questionnaire 日本語版 (PEPQ)

PEPを測定するため，研究3で作成されたPEPQを用いた。過去2週間の間に不安を感じた社会的場面についての考え方にどの程度当てはまるかについて11件法（「0. 全くあてはまらない」～「100. 非常にあてはまる」）で回答を求めた。

② 日本語版反応スタイル尺度（名倉・橋本，1999：Response Style Questionnaire）。

第1節と同様に，反すうの測定には日本語版反応スタイル尺度（RSQ）の否定的考え込み下位尺度を用いた。憂うつな気分を感じたとき，各項目の事柄を普段どの程度行ったり考えたりしたかについて，4件法（「1. ほとんどなかった」，「2. ときどきあった」，「3. しばしばあった」，「4. ほとんどいつもそうだった」）での回答を求めた。

③ Penn State Worry Questionnaire 日本語版（杉浦・丹野，2000：PSWQ）

心配の測定にはPSWQを用いた。回答は5件法（「1. 全くあてはまらない」，「2. あまりあてはまらない」，「3. どちらでもない」，「4. ややあてはまる」，「5. かなりあてはまる」）で求めた。

④ Liebowitz social anxiety scale 日本語版（朝倉ら，2002：LSAS）

社会不安の程度を測定するために用いた。不安に関する回答は4件法（「0. 全く感じない」，「1. 少しは感じる」，「2. はっきりと感じる」，「3. 非常に強く感じる」）で求めた。

手続き：

調査対象者が聴講した大学および専門学校の授業を実施した教場において集団で実施された。なお，データは統計的に集団で処理されること，および個人情報の保護について紙面と口頭で説明を行った。

【結果】

分析対象：

質問への記入漏れや回答に不備のあった者を除いた4年制大学生および専門学校生249名（男性83名，女性166名，平均年齢 20.48 ± 3.23 歳）を分析対象とした。

PEP, 反すう, 心配が社会不安に与える影響:

まず, 研究3にて, PEPQ, 否定的考えこみ, PSWQ 得点の相関関係が認められていることから, 共線性の診断を行った。その結果, 15以上の条件指標は認められなかった。さらに, PEPQ, 否定的考えこみ, PSWQ 得点はどれも2つ以上の変数の分散には寄与しておらず, 1つの変数における分散の比率がそれぞれ高かった。したがって, このデータの場合, 共線性は問題にならないと考えられた。

次に, PEP, 反すう, 心配が社会不安に与える影響について検討を行った。分析には Amos16.0 を用い, 母数の推定は最尤推定法により実施した。PEP, 反すう, 心配間には相互の矢印, それぞれの認知的処理から社会不安への矢印を描き, 探索的モデル特定化分析を行った。その結果, 採用された最終的なモデルを Fig.5-2-1 に示す。分析の結果, PEP は, 回避に直接のパスを与えておらず, 心配に対して.20, 反すうに対して.45の正の標準化係数を示していた。したがって, PEP は回避に直接影響を与えるよりも, 心配, 特に反すうへ与える影響が大きいことが明らかになった。また, 反すうは心配に対して.43, 回避に対して.26の正の標準化係数を示し, 心配は回避に.31の正のパスを与えていた。このことから, PEP が活性化されるほど反すうや心配の傾向が高くなり, 社会不安が強められることが示唆された。また, 特に PEP から反すう, 反すうから心配, 心配から回避に結びつく傾向が強い傾向が認められた。なお, GFI=.988, AGFI=.883, CFI=.977, RMSEA=.141 という適合度が得られた。RMSEA の値はやや不十分ではあるものの, モデルはある程度妥当であるといえる。

【考 察】

本節の目的は, PEP, 反すう, 心配といった社会的状況の事後の認知的処理が社会不安に影響を与えるメカニズムについて検討することであった。

本節の結果, 前節において示された回避と他者評価懸念に対するメカニズムと同様に, PEP が事後の認知的処理の契機となり, PEP が反すう, 心配へと影響を与え, さらに, 反すうと心配が社会不安に影響を与えている可能性が示された。

PEP は, 比較的心配よりも反すうに影響を強く与え, 反すうが心配へ影響を与えるという処理の流れの影響が強い傾向も, 回避と他者評価懸念において示されたモデルと一致した。

回避と他者評価懸念へのメカニズムと比較すると, 社会不安に与える影響性のこのモデルは, 他者評価懸念におけるモデルと比較的類似していることが分かった。心配から社会不安に与える影響性と反すうから社会不安に与える影響性を比べると, 反すうから社会不安に与える影響性

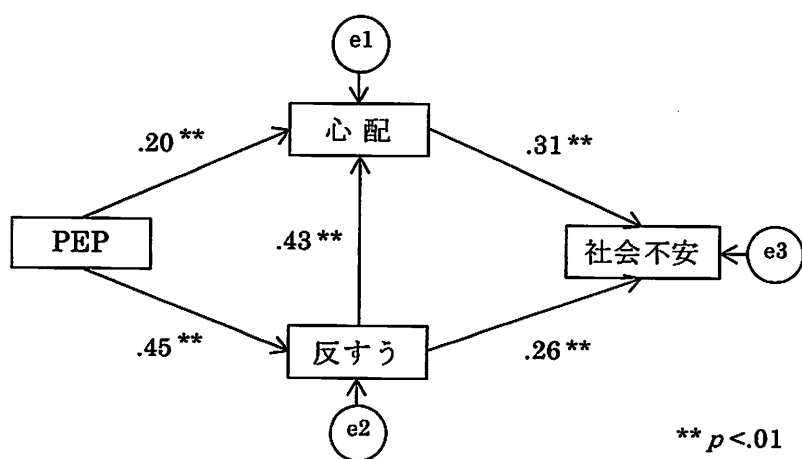


Fig.5-2-1 社会不安への事後の認知的処理プロセス

がやや弱い点が共通点であるといえる。反すうから他者評価懸念、社会不安へ与える影響は、回避に与える影響よりも大きい可能性が示された。この結果から、Brozovich & Hiemberg (2008) が指摘した、社会不安の測度によって示される PEP との関連性が異なるのではないかという指摘が妥当であると考えられる。したがって、PEP と社会不安を検討する際には、社会不安症状のどの部分を取り上げ、どのような尺度で測定するのかについて考慮すべきであることが改めて確認された。

第 3 節 本章のまとめ

本章では、PEP、反すう、心配による事後の認知的処理が、どのようなメカニズムで回避、他者評価懸念、社会不安といった社会不安症状に影響を与えるのかについて検討を行った。

本章の結果、PEP は反すうや心配の活性化の始まりとして機能し、回避、他者評価懸念、社会不安といった社会不安症状に影響を与えることが明らかにされた。特に、「PEP→反すう→心配→社会不安症状」という処理の流れの影響が強いことが示唆された。

さらに、本章で提案されたモデルにおけるそれぞれの認知的処理の結びつきと方向性は、第 3 章において示された類似点と相違点を強く反映しており、これらの因果モデルの適合性の高さがさらに確認された。

これらのことから、事後の認知的処理の契機となる PEP の活性化を認知行動療法的アプローチによって低減させることが、反すうや心配、ひいては回避と他者評価懸念を改善するのに効果的である可能性があると考えられる。

最後に、本研究の限界点として今回のデータが横断的データであることが挙げられる。今回の因果モデルで示されたそれぞれの認知的処理が互いに与える影響の方向性が、妥当であるかを時系列的な変化を含んだ検討方法で確認できれば、より強固なエビデンスが得られると考えられる。

また、日常生活においては、これらのメカニズムは一方向性の影響だけではなく、双方向性の影響を与えあっている可能性が十分に高いことが推察されることから、本研究で示された因果モデルは概念的モデルとしての限界を持っていると推察される。

第6章

現実的な自己イメージの知覚によるPEPの操作が 社会不安に与える影響（研究8）

【問題と目的】

第4章においてPEPは社会的状況における解釈をネガティブに歪め、その解釈が後続の社会的状況に対する不安を高めることが明らかにされた。さらに、第5章においては、PEPが事後の認知的処理のリスクとして機能することが示唆された。したがって、PEPは社会不安の維持においてネガティブな機能を持っていることが明らかにされ、介入の要因として位置づけられることが示された。

第3章では、PEPは過去指向的で観察者視点のイメージによって経験されることが多いという特徴が示され、第4章において、PEPが解釈に影響を与える過程には観察者視点の自己注目が関連していることが明らかになった。これらの知見から、自己イメージの修正を用いたPEPに対する介入が有効であると考えられる。

したがって、本節ではビデオフィードバックを用い、社会的状況における現実的な自己イメージを知覚することによってPEPを操作し、社会不安に与える影響を検討することを目的とする。

また、従来の社会不安に対する治療において有効とされている認知的再体制化とリラクセーションを用いた認知的対処を実施し、それらとの効果を比較することを第二の目的とした。

【方法】

実験参加者：

本研究は、アナログ研究による検討を行った。したがって、大学生361名（男性160名、女性201名；年齢 19.77 ± 1.80 歳）に対し、Social Phobia Scale 日本語版の20項目（金井ら、2004；SPS）を実施し、スクリーニングを行った。SPSは他者から見られることによる不安を測定する尺度であり、パフォーマンス場面と社会的場面のサブタイプに分類される社会不安のうち、パフォーマンス場面における不安の測定のために作成された尺度である（金井ら、2004）。本実験では、研究4と同様に課題としてスピーチ場面を採用し、その社会的場面におけるPEPを検討

するため、SPS による群分けを行った。スクリーニング調査の結果、サンプル母集団の平均値を算出したところ (18.30 ± 11.37)、SPS 日本語版の開発を行った金井ら (2004) によって示された平均値と同等であった (19.10 ± 12.59)。したがって、スクリーニング調査におけるサンプル母集団の SPS の得点により社会不安傾向高群を設定した。得点がサンプル母集団の平均値以上で、実験参加に同意が得られた 23 名を実験参加者とした。これらの実験参加者は、ビデオフィードバック (VF) と認知的対処を行う群と認知的対処のみを行う群と統制群の 3 群に割り分けられた (VF+認知的対処群：男性 3 名、女性 5 名；認知的対処群：男性 4 名、女性 4 名；統制群：男性 2 名、女性 5 名；年齢 21.43 ± 2.46 歳)。

実験計画：

測定時期の 2 条件 (Time 1, Time 2, Time 3) を参加者内要因、介入内容による 3 群 (VF+認知的対処群, 認知的対処群, 統制群) を参加者間要因とした。

課題：

実験参加者は「大学生活について」と題した 3 分間のスピーチ課題を行った。スピーチ課題の前には、話す内容について考える時間が 3 分間与えられた。

課題の予備調査：

本節で課題として設定したスピーチ課題で、大学生はどの程度 PEP が活性化されるのかのレベルを把握するために課題の予備調査を行った。対象者は関東近郊の 4 年制大学に通う大学生および大学院生 19 名であった。対象者は本実験と同様の条件で、スピーチ課題を行い、その 1 週間後に実験用 PEPQ への回答を求められた。その結果、PEPQ 得点の平均値は 281.58 ± 144.66 であった。研究 3 において測定された、日常生活の中で経験する社会的状況に対する PEPQ 得点の平均値は 485.20 ± 194.13 であった。したがって、実験におけるスピーチ課題で活性化される PEP は、日常生活で経験する社会的状況に対する PEP よりも活性化が低いことが示された。

実験刺激：

聞き手 1 名がスピーチの際に実験に参加した。なお、社会不安の不安喚起状況として異性との相互作用が指摘されていることから、実験協力者は必ず実験参加者に対して異性が配置された。聞き手はできるだけ行動をとらない、声を出さない、うなずかない、真顔でスピーチを聞くことを求められ、ポジティブでもネガティブでもない中立的な態度でスピーチを聞き、入室時の挨拶以外は実験参加者に対して言葉かけは行わなかった。なお、服装の要因を排除するために実験協力者は白衣を着て実験に臨んだ。

測定変数：

(1) 聞き手の印象評価

まず、聞き手が既知の人物であったかについて尋ねた。その後、聞き手に対する感情価について7件法で実験参加者に評定を求めた。(感情価—参加者にとってどのくらい肯定的、および否定的かどうか…「1：非常に肯定的である」～「7：非常に否定的である」)

(2) Speech Perception Questionnaire 日本語版 (城月, 2007: SPQ: 付録 6-1)

Rapee & Lim (1992) によってスピーチの自己イメージの歪みを検討するために作成された尺度である。VF+認知的対処群のみに、ビデオ視聴前と視聴後に回答を求めた。回答は、5件法(「0：全くあてはまらない」、「1：ややあてはまる」、「2：あてはまる」、「3：よくあてはまる」、「4：大変あてはまる」)で求めた。ポジティブな項目は逆転処理し、合計得点を算出した。得点が高いほど、ネガティブなパフォーマンスが自分にあてはまると回答していることを示す。

(3) 実験用 post-event processing questionnaire (PEPQ)

研究3で作成された post-event processing Questionnaire 日本語版 (以下 PEPQ) を実験用に改定して用いた。教示の「The event」の部分を「実験でのスピーチ」と修正して使用した。2回目実験 (Time 2) と3回目実験 (Time 3) 冒頭において実験参加者への回答を求めた。PEPQ は、9項目1因子構造の質問紙尺度であり、全ての項目に対して0から100の11件法で回答する。

(4) Social Phobia Scale 日本語版 (金井ら, 2004: SPS)

人前でのパフォーマンス場面に対する不安を測定するために用いた。回答は5件法(「0：全くあてはまらない」、「1：少しあてはまる」、「2：ある程度あてはまる」、「3：かなりあてはまる」、「4：非常にあてはまる」)で求めた。

(5) ミニ講義に対するアンケート (付録 6-2)

ミニ講義で教示したことをどの程度1週間の間で活用したかについて、アンケートを用いて確認した。アンケートは下記の設問からなっていた。①大学生活でストレスを感じやすいのは学業に関することであるか(正解は否。心理教育の定着度を測定) ②ミニ講義で紹介された、対人場面後の振り返りの対処法として、どのようなものがありましたか?(忘却度)、③②で答えた方法は、あなたの生活の中でどのようなときに「使えそうだな」と感じましたか?(エフィカシー)、④②で答えた方法を実際に使ってみましたか?(使用されたか)、⑤ミニ講義の中で紹介されたもの以外で新たに気づいた対処法はありましたか?、⑥ミニ講義について何か感じたことがあれ

ば自由にお書き下さい。

統制する共変量：

PEPは抑うつと相関があることが認められている（たとえば，Rachman et al., 2000）。したがって，抑うつ傾向を統制した上で検討する必要がある。第1回目の実験時に，実験参加者に自己評価式抑うつ性尺度（福田・小林，1973；SDS）への記載を求め，SDS得点を統制する共変量として用いた。

手続き：

実験は個別に行われた。まず，実験1回目では，実験参加者は実験室（15 m²）に通された後，まず健康アンケート，SDS，SPSへの記入を求められ（Time 1），続いて本実験の説明を受けた。実験の承諾内容の確認の上承諾書にサインを求め，本実験の具体的教示へと進んだ。引き続き，不安の程度を測定するためにSUD（Subjective Units of Disturbance：自覚的障害単位）へ回答し，話す内容を考えるために3分間が与えられた。その後，実験協力者である聞き手が入室し，実験参加者と2メートル離れた位置に着席した。3分間のスピーチの開始直前に実験参加者に再度SUDへの回答を求めた。実験者は実験参加者の後方に着席した。3分間のスピーチ直後に実験参加者は再度SUDと聞き手の印象評定への回答を行った。この後，認知的対処群と統制群は次回実験日の調整を行い，実験を終了した。VF+認知的対処群は，そのままVFの手続きへと進んだ。

実験2回目は，1回目の実験からその日までのPEPを測定する質問紙への記入の後（Time 2），実験1回目と同様のスピーチ課題を行った。スピーチの後，VF+認知的対処群と認知的対処群には認知的対処の介入としてテキストを用いたミニ講義を行った。統制群には，次の実験時までには日記を書くよう求める説明を行った。

最後，実験3回目は測定のみを行った（Time 3）。2回目の実験からその日までのPEPを測定する質問紙とミニ講義に対するアンケート，実験全体に対するアンケート，SPSへの回答を求めた。

なお，実験2回目は実験1回目から平均して 6.78 ± 0.41 日後，実験3回目は実験2回目から平均して 7.35 ± 0.24 日後に行われた。手続きの流れをFig.6-1-1に示す。なお，本実験は，事前に早稲田大学人間科学学術院研究倫理委員会への申請を行い，承認を得た上で実施した。

ビデオフィードバック（VF）：

Harvey, Clark, Ehlers, & Rapee (2000) および, Hofmann & Otto (2008) を参考に行った。スピーチ課題終了後に，ビデオで自分が見ると思う自分自身の様子を想像するように求め，それ

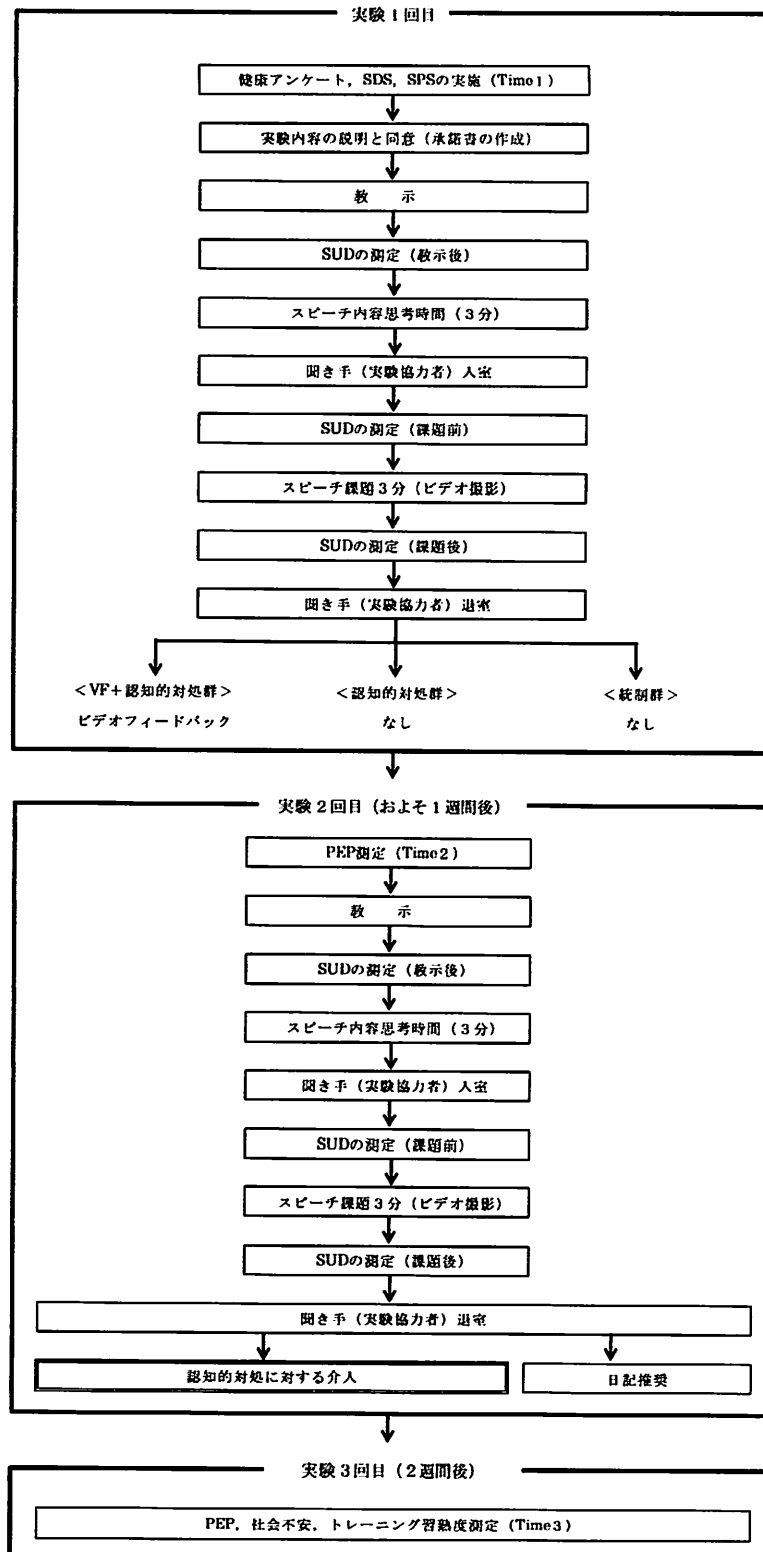


Fig.6-1-1 実験手続き

をもとに SPQ 日本語版（城月，2007）への回答を依頼した。

その後、ビデオを見る前に、自分がビデオに映っている様子をさらに詳しく想像するように求め、目をつぶってあなた自身がどの程度うまく振る舞えたかについて考えながら2分間イメージするよう教示した。2分後、どのくらい鮮明にイメージできたかについて、「0：全く鮮明ではなかった」～「100：非常に鮮明だった」として回答を求めた。

引き続き、スピーチの様子を撮影したビデオを再生し、実験参加者に呈示した。ビデオ提示中実験者は退室し、実験参加者一人でビデオを視聴した。ビデオを見る際には、以下の3点に気をつけて見るように教示した。①ビデオに映っている人は「自分ではなく、第三者である」と思って見て下さい（まるで知らない人を見るかのように）。②ビデオに映っている人は第三者だと思って客観的に見て下さい。③どのように感じるかではなく、どのように見えるかに注意を払ってください。

そして、ビデオを見終わった後に、ビデオを見た様子から再度自分のスピーチの様子について SPQ を用いて評定を求めた。最後に、実験参加者にこのビデオ視聴前後の評定を比較して見せ、自分を厳しく評価しがちな傾向を持っていることを教示した。

認知的対処の介入：

認知的対処の介入には、①PEP の心理教育、②リラクゼーション、③認知的再体制化の3つの要素が盛り込まれていた。

PEP の心理教育では、対人場面における回顧的な処理を「対人場面後の振り返り」と命名し、その特徴について説明した。また、リラクゼーションでは呼吸を数えるリラクゼーションを教示し、対人場面後の振り返りに対処する方法として教示した。最後に、認知的再体制化については、ABC 理論の説明を行い、自分の考え方に反証を加えるポイントを明示しながら、一緒に参加者の経験を扱ってワークシートを埋める実践を行った。また、VF+認知的対処群には、実験でのスピーチについて思い出して振り返ることがあったら、ビデオでみた自分の様子を思い出すことも対処のひとつとして説明した。

そして、1週間の間に対人場面後の振り返りをしている自分に気づいたら、これらの対処法を用いた対処し、その結果を所定の用紙にメモしてもらうよう依頼した。

統制群：

統制群には、対人場面後の振り返りというものがよく経験されるということのみ教示した。VF+認知的対処群、認知的対処群は、2回目と3回目の実験の間にメモを取りながら対処してもらうよう求めているため、そのメモ自体やメモへの記入が PEP の活性化を誘発する刺激とな

りうるものが推察された。したがって、統制群にも同様に、次の実験までの間に対人場面後の振り返りをしている自分に気がついたら、日記をつけてどんなことを考えたかについて所定の用紙にメモをとってもらおうよう求めた。

【結果】

実験参加者の属性：

Table6-1-1 に分析対象者の属性を示す。年齢と SPS 得点, SDS 得点について, 群を要因とする 1 要因分散分析を行ったところ, 全ての変数において有意な差異は認められなかった。

また, 各実験期間についても各群に差異が見られるかどうかを確認するために 1 要因分散分析を行った。その結果, 各群において有意な差は見られなかった。

操作チェック：

(1) スピーチ課題が不安喚起場面として機能していたかどうか

本実験で用いたスピーチ課題が不安を喚起する課題として機能したかどうかの確認のため, 教示後, スピーチ課題前, スピーチ課題後に SUD を測定した。

まず, 実験 1 回目における SUD を従属変数とし, 介入群と時期を要因とした 2 要因分散分析を行った。その結果, 交互作用, 群の主効果, 時期の主効果ともに有意ではなく, スピーチ課題によって不安が喚起されたことは明確に示されなかった。

また, 実験 2 回目における SUD を従属変数とし, 介入群と時期を要因とした 2 要因分散分析を行った。その結果, 交互作用, 介入群の主効果は有意ではなく, 有意な時期の主効果が示された ($F[2, 20]=3.53, p<.05$)。下位検定の結果, 教示の後よりも課題前でより不安が高く, 課題後では課題直前よりも不安が下がっており, 課題直前で一番不安が高まっていたことが示唆された ($ps<.05$)。実験 1 回目では時期の主効果は認められなかったものの, 全体の平均値を概観すると, 教示後 62.61, 課題前 71.30, 課題後 51.74 と SUD 得点は変化しており, 実験 2 回目の変化と同様の推移が視察される。したがって, スピーチ課題によって十分に不安が喚起されていたと考えられる。

(2) ビデオフィードバックについて

まず, VF+認知的対処群において VF の前にイメージしたときの鮮明度について平均値を算出した。その結果, 53.75 ± 17.68 点であり, ある程度鮮明にイメージされていたことが確認された。

また, VFによってスピーチ課題中の自己イメージの改善が見られたかどうかを確認するため,

Table6-1-1 実験参加者の属性

	VF+認知的対処群	認知的対処群	統制群	群差 <i>F</i>
年 齢	20.50 (2.00)	21.50 (2.98)	22.43 (2.23)	1.16 <i>n.s.</i>
SPS得点	28.25 (9.75)	28.50 (8.50)	23.00 (3.50)	0.82 <i>n.s.</i>
SDS得点	38.25 (4.65)	39.00 (6.59)	34.57 (7.14)	18.31 <i>n.s.</i>
実験期間 (1-2回目間)	6.12 (1.46)	7.38 (2.50)	6.71 (1.70)	0.82 <i>n.s.</i>
実験期間 (2-3回目間)	7.38 (1.30)	7.25 (1.04)	7.43 (1.13)	0.95 <i>n.s.</i>

() = *SD*

VF 前後の SPQ 得点を比較した。VF+認知的対処群における SPQ の得点を従属変数とし、測定時期を要因とした分散分析を行った。その結果、時期の主効果が有意であり ($F[1, 7]=15.85$, $p<.05$)、VF 後の評定得点は VF 前と比較して低かった。したがって、VF を行った実験参加者は VF 前に比べて VF 後ではスピーチ課題中の自己イメージをよりポジティブに変化させていたことが確認された。

(3) スピーチ課題における刺激 (聞き手) について

また、聞き手について既知の人物であるかを聞いたところ、面識があると答えた人はいなかった。また、実験 1 回目と実験 2 回目のスピーチにおける聞き手の印象評価得点を従属変数とし、時期と群を要因とした 2 要因分散分析を行った。その結果、有意な交互作用、群の主効果はなく、時期の主効果が有意であった ($F[2, 19]=4.75$, $p<.05$)。得点の平均は、実験 1 回目 4.55 ± 1.14 から、実験 2 回目 3.72 ± 1.31 と減少し、実験 1 回目の聞き手よりも実験 2 回目の聞き手に対してよりニュートラルな印象を抱いていたことが示された。

さらに、評価得点の平均得点から、実験 1 回目、2 回目の両方において、平均得点が 4 に近いことから、聞き手は参加者にとってニュートラルな刺激であったことが確認された。

(4) ミニ講義について

まず、①大学生活でストレスを感じやすいのは学業に関することであるかという問いに対して、1 名以外の参加者は「いいえ」と答え、ほとんどの人において、講義の内容は覚えられていたことが示された。②ミニ講義で紹介された、対人場面後の振り返りの対処法として、どのようなものがありましたか? という問いに対して、1 名 (VFC 6 : VFC は VF+認知的対処群を示す) 以外の全員が認知的体制化を挙げ、③で認知的再体制化を使えそうな場面を 1 つ以上答えていた。④で聞いた実際に使ってみたか、という問いでは、1 名 (VFC 2) で「いいえ」と回答が得られ、実際には用いられなかったことが確認された。したがって、認知的再体制化は VFC 6 以外の参加者において、1 週間の間で認識され、使えそうだというエフィカシーがあったことが分かった。さらに、VFC 6、VFC 2 以外の参加者においては、実際に対人場面後の振り返りへの対処法として用いられていたことが示された。

次に、②ミニ講義で紹介された、対人場面後の振り返りの対処法としてどのようなものがありましたか、という問いに対する 2 つ目の回答に、1 名 (C 4 : C は認知的対処群を示す) 以外の全員が呼吸法によるリラクセーションを上げ、③でリラクセーションが使いそうな場面を 1 つ以上答えていた。④で質問した実際に使ってみたか、という問いでは、1 名 (VFC 2) で「いいえ」と回答が得られ、実際には用いられなかったことが確認された。したがって、呼吸法による

リラクセーションは、C4以外の参加者において1週間の間で対人場面後の振り返りに対する方略として認識され、エフィカシーがあったと考えられる。さらに、C4、VFC2以外の参加者においては、実際に対処法として用いられたことが明らかになった。

以上のように認知的再体制化もリラクセーションも実施しなかったと答えたVFC2は、実践の様子をメモにとる対人場面後の振り返りメモも実験3回目に提出されなかった。すなわち、VFC2はミニ講義で呈示された認知的対処のうち、認知的再体制化もリラクセーションも1週間のうちに実践しなかったことが確認された。したがって、VFC2は今後の分析からは除外された。

SPS について：

SPS 得点を従属変数、介入群と時期を要因とした2要因分散分析を行った。その結果、交互作用は有意ではなく ($F[2, 19]=1.42, p=.26$: Fig.6-1-2)、群の主効果、時期の主効果ともに有意ではなかった。VF+認知的対処群においては、Time2に比べてTime3で測定されたパフォーマンスに対する不安が低くなったことがグラフより視察されるものの、統計的には有意な差異は認められなかった。したがって、パフォーマンスに対する社会不安は時期、介入群によって変化が見られなかったことが示された。

しかしながら、Time1のSPS得点からTime3のSPSの得点をひいたSPS得点の変化量をそれぞれグラフに図示したところ (Fig.6-1-3)、外れ値が生じている可能性が考えられた。特に、統制群におけるD6が群における分布とは大きく外れていることが視察された。

そこで、Simirnov-Grubbs検定 (Grubbs, 1969) を行い、この検定によって算出される T 値の棄却検定基準値 (山内, 1972) をもとに外れ値の統計的評価を行った。その結果、統制群において、実験参加者D6による最小値に対する $T_{\min}(D6)[7]=2.12$ は、有意に外れた値であることが示された ($p<.01$)。実験参加者D6を除外した後の統制群における新たなサンプルで再度検定を行ったところ、有意に外れた値は見られなかった。したがって、以降は実験参加者D6を除外して再度分析を行った。

SPS 得点を従属変数、介入群と時期を要因とし、再度2要因分散分析を行った。その結果、交互作用が有意であった ($F[2, 18]=6.40, p=.008$: Fig.6-1-4)。下位検定の結果、VF+認知的対処群における時期の単純主効果が有意であり ($p<.05$)、Time2に比べてTime3における得点が低かった。したがって、VFと認知的対処の両方を実施した参加者は、Time2に比べてTime3で測定されたパフォーマンスに対する社会不安の程度が減少したことが示された。

また、金井ら (2004) によるSPSの平均値とSDを基に得点変化の程度を検討したところ (平

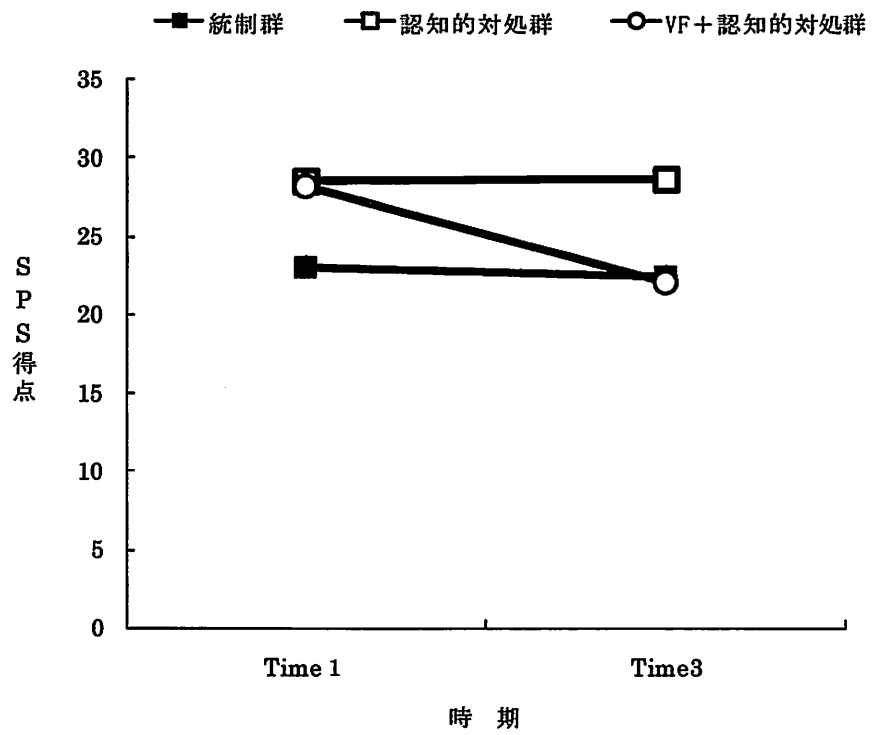


Fig.6-1-2 SPS得点の変化

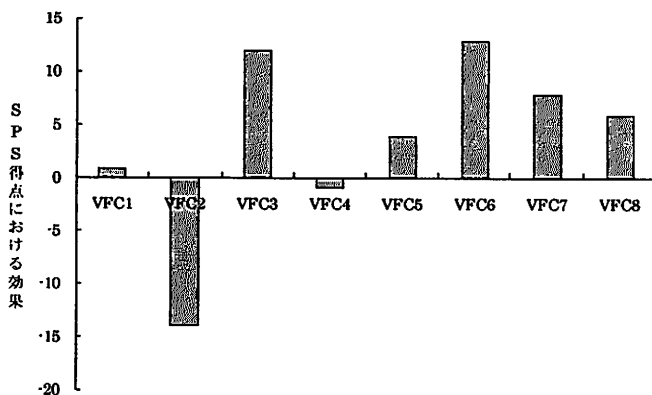


Fig.6-1-3 VF+ 認知的対処群におけるSPS得点変化量

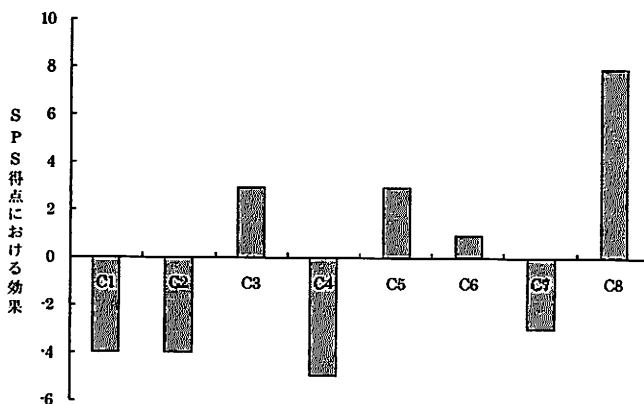


Fig.6-1-3 認知的対処群におけるSPS得点変化量

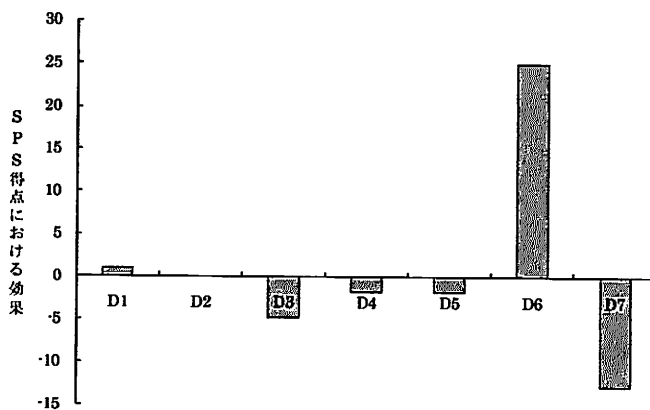


Fig.6-1-3 統制群におけるSPS得点変化量

Note. VFC=VF+認知的対処群
 C=認知的対処群
 D=統制(日記)群を示す。
 得点は「Time 2のPEPQ-Time 3のPEPQ」の計算式で算出された。
 したがって、効果が大きいほど得点の減少が大きいことを示す。
 なお、VFC 2は認知的対処の実践に関する操作チェックにより
 分析から除外されている。

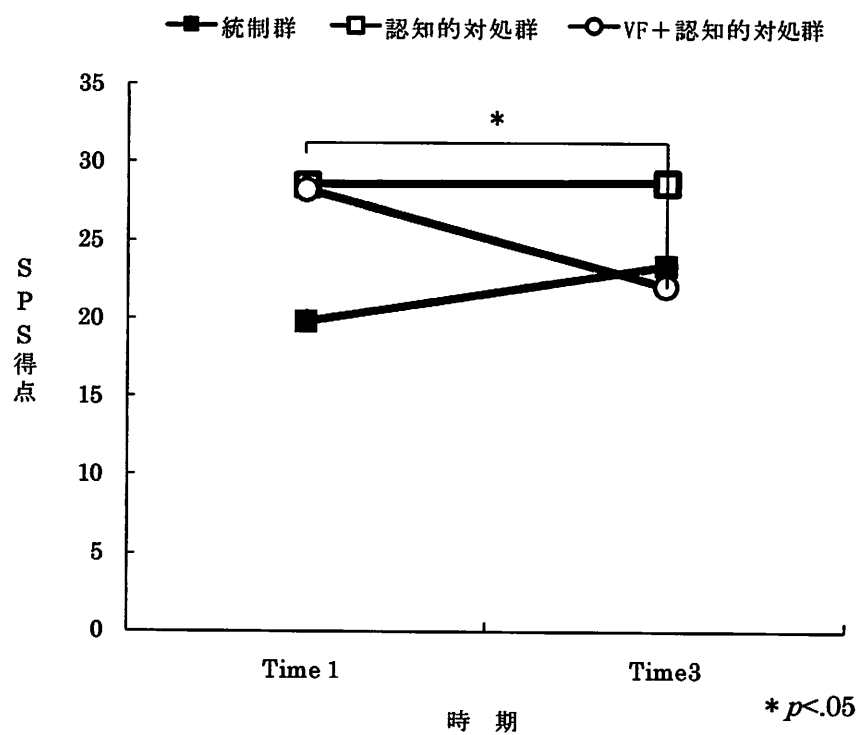


Fig.6-1-4 SPS得点の変化 (統計的外れ値の除外)

均値から $\pm 0.5SD$ の範囲を中, それ以上を高, それ以下を低とした), VF+認知的対処群は, SPSの得点を高程度から中程度に変化させていたことが明らかになった。

PEPについて:

まず, 研究3でPEPにおける性差が確認されたことから, Time2におけるPEPQ得点を従属変数, 性を要因とした t 検定を行った。その結果, 有意な差異は認められなかった($t[20]=0.59, n.s.$)。したがって, 今後は性別の区別なく分析を行った。

PEPQ得点を従属変数, 介入群と時期を要因, SDS得点を共変量とし, D6を除外した2要因共分散分析を行った。その結果, 交互作用が有意であった($F[2, 17]=3.57, p=.05$; Fig.6-1-5)。下位検定の結果, VF+認知的対処群における時期の単純主効果が有意であり($p < .05$), Time2に比べてTime3におけるPEPQ得点が低かった。したがって, VFと認知的対処の講義を受けた参加者は, 1回目の実験でのスピーチに対してよりも, 2回目の実験でのスピーチに対するPEPが活性化されなかったことが示唆され, 他の群よりもスピーチに対する回顧的处理が低減されたことが明らかになった。

また, 本節のスピーチ課題の予備調査によって得られた, 実験用PEPQの平均値とSDを基に得点変化の程度を検討したところ(平均値から $\pm 0.5SD$ の範囲を中, それ以上を高, それ以下を低とした), VF+認知的対処群は, 実験用PEPQの得点を高程度から中程度に変化させていたことが明らかになった。

【考 察】

本節では, 現実的な自己イメージの知覚によるPEPの操作と認知的対処の訓練がPEPと社会不安に与える影響を明らかにすることを目的として検討を行った。

本節の結果, 第一に, Time2からTime3にかけて, VF+認知的対処群においてのみPEPが減少し, 認知的対処群, 統制群では変化しなかった。また, VF前後の自己評価における操作チェックでは, VF前よりもVF後でスピーチ課題中の自己イメージに変化が生じていたことが確認された。VFを経験した参加者は, 自分のパフォーマンスをビデオによってフィードバックされることで, 自己の現実的なイメージを知覚し, PEPが活性化されるときに自己イメージが影響を受けることによってPEPの活性化が抑制されたと考えられる。したがって, 現実的な自己イメージを知覚することによってPEPが操作可能であることが示唆された。

第二に, SPSによって測定されたパフォーマンスに対する不安は, VF+認知的対処群においてのみ, 減少が見られた。これらの結果から, PEPの操作によって社会不安が低減されたと考

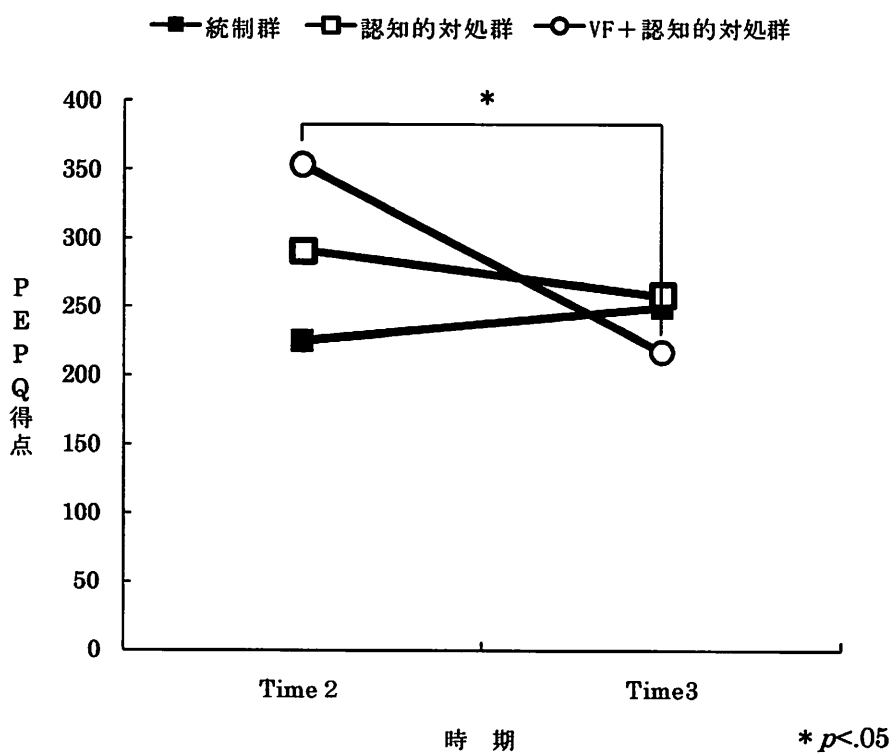


Fig.6-1-5 PEPQ得点の変化 (統計的外れ値を除外)

えられた。

したがって、現実的な自己イメージの知覚を目的としたビデオフィードバックは PEP を操作することが可能であり、社会不安を減少させる効果を持つことが示された。

一方で、認知的対処群では Time 2 と Time 3 の PEP に変化がなかった。認知的対処の実践に対する操作チェックでは、認知的再体制化、リラクゼーションともに 1 人以外の参加者全員で実験 2 回目から実験 3 回目の実生活で用いられていた。しかしながら、参加者に書いてもらった振り返りメモを概観すると、実験でのスピーチ以外の対人場面について記入した参加者が多く、そのためにスピーチ課題に対する PEP の操作ができず、パフォーマンス場面对する社会不安の変化が認められにくかった可能性が考えられる。

また、本研究では、VFC 2 と D 6 が分析から除外された。VFC 2 は実験 2 回目から実験 3 回目までの間における認知的対処が実践されず、対人場面後の振り返りメモも記入がなされていないことを理由に持参されなかった。実践されなかった理由としては、メモが煩雑で用にくいものであったか、または実験期間の間に対人場面が経験されなかったことが考えられる。

また、D 6 については、実験 2 回目に回答を依頼した実験に対する内省で、「前回のスピーチでは、頭が真っ白になり、何も話せなかった。頭が真っ白になって、途中で沈黙が続き、恥ずかしかった」と記述された。さらに、実験 3 回目の内省では、「今回は沈黙がなくてよかった」と記述された。実際、1 回目のスピーチでは 20 秒ほどの沈黙が認められた。したがって、実験 1 回目におけるスピーチでの失敗感が強く、実験 2 回目でのスピーチでより上手くパフォーマンスできたと感じたことから PEPQ 得点や SPS 得点が著しく減少したことが考えられる。

最後に、本研究では PEP を現実的な自己イメージを知覚させることで行った。これは、PEP に対する間接的な方法であり、PEP の活性化に対する直接的な操作ではなかった。本研究で PEP の操作が可能であると示された VF による間接的な方法に加えて、今後は直接的な方法論の工夫が必要であると考えられる。

第7章

総括的考察

第1節 本研究の結果のまとめ

本研究の目的は、社会不安の情報処理過程における post-event processing (PEP) の役割を検討することであった。

第1章においては、社会不安障害における PEP に関する研究が展望された。第2章においては、関連する先行研究を展望した結果、以下の4点が問題点として指摘された。それらは、①わが国において、PEP を適切に測定することのできる尺度が整備されていない、②PEP と心配、反すうの異同や関連について明らかにされていない、③PEP がどのようなメカニズムで社会不安の維持に影響を与えているのかが不明確である、④PEP に介入して、社会不安を低減させた研究がほとんど見当たらない、であった。そして、これらの問題点を明らかにすることの研究的意義、および心理臨床的な意義が述べられた。

第3章においては、②の問題点の一部を解決するために、Cognitive Intrusion Questionnaire 改定版を用いて、PEP と反すう、心配の思考様式の異同について検討した。その結果、PEP、反すう、心配の順で過去指向的であること、PEP は反すう、心配と比較してイメージで経験されやすく、さらに、そのイメージは観察者視点のイメージとして経験される傾向が強いことが示された。

第4章においては、まず①の問題点を解決するために、PEP を測定する post-event processing Questionnaire 日本語版 (PEPQ) が開発され、信頼性と妥当性が確認された (第1節)。さらに、第2節以降では、③の問題点を解決するために、社会的場면을経験しているときの社会不安に特徴的な情報処理バイアスと PEP の関連に焦点を当てた。第2節では、PEP が活性化することが社会的状況に対する解釈に影響を与えるかどうかを検討した。その結果、解釈は PEP の活性化を受けてネガティブに歪められる可能性が示され、また、その過程には観察者視点の自己注目が関連していることが考えられた。そして、第3節では、ネガティブな解釈は社会的状況を経験しているときの状態不安を高め、さらに、後続する類似の社会的場面に対する予期不安を高め

る影響力を持つ可能性があることが示された。最後に第4章においては、社会不安障害患者に対してインタビューを行った。その結果、PEPの活性化が状態不安を高め、予期不安を高めることにつながることを示唆された。したがって、PEPは社会不安の介入対象となりうる要因として位置づけられることが明らかになった。

第5章においては、②のPEPと反すう、心配の関連についての問題点と③の問題点を解決するために、共分散構造分析によってこの3つの認知的処理がどのようなメカニズムで社会不安症状の維持に影響を与えるのかが検討された。特に、③の問題点の解決においては、社会的場面経験時に焦点を当てた第4章に対し、第5章では社会的場面経験の事後の認知的処理に焦点を当てて検討を行った。その結果、PEPは反すうや心配の活性化の始まり、すなわちリスクとして機能し、社会不安症状に影響を与えることが明らかにされた。特に、「PEP→反すう→心配→社会不安症状」という処理の流れの影響が強いことが示された。ここでも、PEPを社会不安に対する介入の対象として扱う意義が見出された。

第6章においては、第3章から第5章までの知見を総合し、かつ④の問題点をふまえて、PEPの介入における効果検討を行った。第4章より、PEPはネガティブな解釈や不安の維持に機能している可能性が示され、第5章よりPEPは反すうと心配の発端となり、社会不安症状に影響を与えることが示唆された。これらの研究によってPEPが社会不安の維持においてネガティブな機能を持っていることが明らかにされ、PEPに介入する意義が示唆された。また、第3章よりPEPは観察者視点の自己イメージで経験されやすいことが示されたことから、現実的な自己イメージの呈示を用いてPEPの活性化を低減させる介入を行い、効果検討を行った。PEPに対する介入としてビデオフィードバックと認知的対処のトレーニングを行う群、認知的対処のトレーニングのみを行う群、統制群（日記を書く）群を設け、実験内で行うスピーチ課題に対するPEPと社会不安に対する介入効果を検討した。その結果、ビデオフィードバックと認知的対処のトレーニングを行った群においてのみ、PEPと社会不安の低減が認められた。したがって、ビデオフィードバックによって現実的な自己イメージを知覚することがPEPの活性化の低減に有効であり、さらには社会不安の低減にもつながる可能性が示された。

最後に第7章において、本研究の結果に対する総括的な考察が論じられた。その概要は、①本研究のまとめ、②本研究の臨床に対する示唆、③本研究の限界および今後の課題であった。

以上のように、本研究はPEPと社会不安の因果関係について検討し、PEPを間接的に操作することで社会不安の低減を図ることができることを示唆した。

第2節 総合考察

これまで、従来の PEP に関する先行研究は、類似性は示唆してきたものの、反すうと心配との異同を示したり、これらの関係性についての考えを示唆してこなかった。この現状は、社会不安者が社会的場面後に経験する回顧的な処理をどのような言葉で表現するのか、さらには、その処理を治療のターゲットとしたときに、どのような手だてを用いるのかといった、重要な問題を孕んでいたといえる。

そこで、本研究では、これらの認知的処理の異同と社会不安に影響を与えるメカニズムを検討し、明らかになった知見に基づいて PEP を操作する介入によって社会不安が低減することを明らかにした。すなわち、PEP は操作可能な変数であると同時に、社会不安障害の治療ターゲットになりうることが示唆された。

本研究では PEP の特徴をふまえ、PEP の操作方法としてビデオフィードバックが用いられた。陳・坂野・笹川・村岡・金井・貝谷 (2004) のように、エクスポージャーと併せて行うことができれば、さらに時間的負荷を軽減することができると考えられる。他者評価が伴うビデオフィードバックの方が、より効果的であることを示した金井 (2008) 知見をふまえても、集団認知行動療法の中にビデオフィードバックを取り入れることで、事後の認知的処理にも積極的に介入を行うことが可能となり、新たなコストを割くことなしに、治療の効果の増大が図られると考えられる。

第3節 本研究の臨床に対する示唆

本研究の結果から、社会不安障害の認知行動療法的介入に関するいくつかの示唆が述べられている。

本研究において、PEP は解釈をネガティブに歪め、その解釈が状態不安を維持させることで社会的状況への不安、および回避行動が維持されることが明らかにされた。特に注目すべきことは、研究4で示された社会的状況の直後の解釈においては、社会不安の程度によって違いが見られなかったにもかかわらず、PEP が活性化された後にはネガティブな解釈が増加したという点である。すなわち、PEP はネガティブな解釈を維持するだけでなく、解釈をネガティブに変

化させる機能も持っているということである。このことは、社会不安の治療において積極的に PEP を扱う必要があることを示唆している。

医療場面における社会不安障害の治療は、多い場合も週に一度診察や面接をするというかたちにとられる。面接場面では具体的な社会的状況に対してエクスポージャーや認知的再体制化が行われるが、患者はそれ以外の時間を医療者とは別に過ごしているものであり、まさに PEP が活性化されるのは、こういった時間であるといえる。Clark & Wells (1995) は、PEP の項の最後で、悲劇的な PEP の例としてある患者を挙げている。「セラピー中に女性のクライアントがパーティのホスト役をロールプレイし、彼女は概ね上手く振る舞ったが、飲み物を一度落としてしまった。その後すぐに話し合ったときには、彼女は自分のパフォーマンスに満足していたが、その後そのことについてより深く考えてしまい、その晩彼女は自殺してしまった」。こういった例は、稀であるかもしれないが、医療場面でのエクスポージャーやロールプレイや治療者との面接自体も社会不安障害患者にとっては不安の喚起に十分な社会的状況であり、面接場面に対する PEP を治療ターゲットとして扱うことも治療への妨害的側面をも減らす役割を持つと考えられる。

また、面接以外の実生活における時間は、治療の効果を維持、増進させるために非常に重要な時間であると考えられる。PEP を治療ターゲットに位置づけることで、ごく限られた治療場面を最大限に活かし、治療場面以外の時間も治療の対象として有効に活用することができる。そして、我々が提供する治療の効果や持続を高めていくことが可能になると考えられ、この観点においても PEP を介入のターゲットとして扱うことに大きな意義が見出せる。

また、本研究では、PEP の特徴を洗い出し、社会不安の維持メカニズムと従来の研究で示されてきた社会不安への介入方法を照らし合わせた上で、PEP の低減に機能的な介入としてビデオフィードバックを選択した。ビデオフィードバックは、社会不安障害の治療に有効であることが指摘され、わが国でも治療に導入され始めてきた(陳ら, 2004)。介入コストを増やすことなく既に治療に含まれているものを重点的に扱い、効果の増大を目指している点は非常に高い臨床的意義と独創性があるといえる。

第4節 本研究の限界と今後の課題

(1) 社会不安の測度について

本研究では、第4章における従属変数として状態不安 (STAI-State) や SUD を測定し、第5章では社会不安傾向として社会不安 (LSAS) 他者評価懸念 (SFNE)、回避傾向 (SADS) を測定した。さらに、第6章では、パフォーマンス場面に対する社会不安が SPS によって測定された。それぞれは、測定における目的に応じて尺度が選択された。しかしながら、測定尺度が一貫されていないことが問題点として挙げられる。そのため、第6章で認められた SPS 得点における社会不安の低減効果を第4章、第5章の結果と照らし合わせ、社会不安に関して総合的に考察することが困難である。

したがって、PEP がどの程度社会不安の高さに影響を与え、ビデオフィードバックによって PEP を操作する介入がどの程度社会不安の低減に効果を持つのかについて、一貫した測度を用いて検討し、考察することが今後必要であると考えられる。

(2) PEP の操作について

本研究では、第3章によって示された、「過去指向的」「イメージ的」「他者視点的」といった3つの PEP における思考の様式の特徴をふまえ、ビデオフィードバックを用いた現実的な自己イメージの知覚によって PEP を操作した。その結果、PEP が活性化される際に取りだされる認知命題としての記憶内容に影響を与え、PEP が変容されたと考えられる。

しかしながら、本研究で用いられたビデオフィードバックによる PEP の操作は、認知命題への間接的操作と考えられ、認知操作への直接的な操作がとられていないという限界点が挙げられる。どのような直接的な操作が考えられるか、および間接的操作と直接的な操作の併用効果についても検討していくことで、PEP の低減や社会不安の低減により効果的な方略が見出されると考えられる。

(3) 社会不安障害患者への応用について

本研究では、アナログ研究によって社会不安の情報処理過程における PEP の役割について検討した。その結果、ビデオフィードバックによって PEP を操作することで、PEP、社会不安を低減させることができることが示された。しかしながら、社会不安障害患者に対するビデオフィードバックを用いた社会不安障害への介入では、ビデオフィードバックの効果には個人差があることが指摘されている (金井, 2008)。また、社会不安障害患者と社会不安者では、ビデオフィードバックの回数による効果の違いも予測されることから、本研究で示唆された結果を社会不安障害患者へ応用していくための基礎的知見をさらに積み重ねる必要があると考えられる。

(4) 性差について

本研究の研究3の結果から、PEPの活性化には性差がある可能性が示された。具体的には、女性の方がPEPQ得点が高いことが示され、女性は男性よりもPEPが活性化されやすいことが明らかになった。本研究は性を要因として取り上げずに、PEPが社会不安の維持に果たす役割を検討したが、今後は性別を考慮した検討を行うことが必要であるといえる。

(5) 気分障害の併存について

従来の社会不安障害に関する研究では、ほとんどの研究が抑うつを統制して検討を行っている。本研究も同様の立場をとって検討を行った。

社会不安障害患者は他の精神疾患を伴うなかでも、他の不安障害や気分障害との合併率が高いことが明らかにされている(Lampe, Slade, Issakidis, & Andrew, 2003)。Schneierらによる研究は、社会不安障害のおよそ17%が大うつ病を合併すると報告している(Schneier, Blanco, Campeas, Lewis-Fernandez, Lin, Marshall, Schmidt, Sanchez-Lacay, Simpson, & Liebowitz, 2003)。また、複数の社会的場面に対する不安症状を有する全般性の社会不安障害では、その47%に気分障害が合併することも明らかにされている(Kessler, Stein, & Berglund, 1998)。このように、社会不安障害と抑うつ症状は頻繁に併存するにもかかわらず、これらの併存の問題はこれまでほとんど検討されてこなかった(Schneier et al., 2003)。

また、本研究の研究1・2・3・7から、PEPは反すうとの間に、類似性と関連性を持つことが明らかにされた。反すうは抑うつに特徴的な認知的処理であることから、気分障害が併存している社会不安障害においては、これまでの研究で示された事後の認知的処理の作用機序の中でも、反すうからの影響力が大きくなることが推察される。したがって、抑うつ症状を統制するという立場から抜け出て、積極的に要因として考慮していく重要性が指摘されるだろう。

社会不安障害に気分障害の併存を考慮するという場合には、本研究の研究7で示された因果モデルは非常に大きな役割を果たすと考えられる。モデルの中に位置づけられた反すうの影響性によって気分障害の併存を表現することが可能になれば、同一の認知的処理メカニズムで社会不安障害と気分障害を併存する社会不安障害をとらえることができる可能性がある。今後は、社会不安障害に気分障害が併存した場合と、そうでない場合を比較検討し、気分障害が併存した社会不安障害に対しても、モデルの発端となるPEPに対する介入が有効なのか、もしくは反すうに対する介入を追加して用いるべきなのかについて明らかにしていくことが望まれる。

(6) PEPのレベルについて

本研究では、PEPを社会不安の維持においてネガティブな機能を持っていることを明らかにし、PEPを操作することで社会不安の改善をねらった。Fehm et al. (2007)は、PEPは社会

不安障害の臨床像を呈するような参加者のみに限定して見られるものではなく、参加者の51%に認められたことから、PEPを疾患による処理とみなすことはできないことを報告している。

しかしながら、今回の検討では、PEPのレベルによる社会不安に与える影響性の差異の検討をしていない。今後はどのようなレベルのPEPを示すことが社会不安の低減に妨害的に働くのかについて検討する必要がある。また、PEPの測定方法としては、尺度得点による評価だけではなく、マグニチュード推定法などを用いたPEPの活性化の程度をどのように知覚しているのかといった側面の測定も多く情報を与えてくれる可能性がある。

(7) 社会不安障害におけるサブタイプについて

社会不安障害は、恐怖の対象がほとんどの社会的状況に関連している場合、全般型と特定し、そうでない場合は非全般型とサブタイプに分類される (APA, 200)。そして、社会不安者が不安が喚起される場面は、公でのパフォーマンス場面や対人交流場面が挙げられる。

大学生を対象としたPEPに関するこれまでの検討では、Kocovski & Rector (2007) は、PEPはパフォーマンス場面とより強く関連していると報告し、一方でFehm et al. (2007) は対人交流場面における不安の方がより関連していると示唆している。

本研究では、研究参加者が全般的な社会不安を持っているかそうでないかや、どのような状況に対してより不安が喚起されるかといった要因は考慮されなかった(実験的検討においてはパフォーマンス場面であるスピーチ課題を用いて検討を行った)。

今後の研究では、PEPとサブタイプや、社会不安喚起場面とPEPの関連を検討した上で、より効率的で効果的な介入を図れるよう検討することが期待される。

第5節 結 語

本研究は社会不安障害に対する認知行動療法の効果の増加を目指し、PEPに着目して検討を行った。PEPは、不安が喚起される社会的状況における苦痛だけでなく、それ以外の日常生活全般の時間においても患者に苦痛を与える。この認知的処理を扱うことは、治療の効果を高めるだけでなく、社会不安障害患者のQOLを高める上で非常に重要な課題であると考えられる。

本研究は、PEPが類似した他の認知的処理とどのように異なって、どのような特徴を持つのか、そして、どのように社会不安の維持に機能するのかを明らかにした。そして、その特徴を生かしたPEPの操作を行うことで社会不安が低減することを示唆した。しかしながら、第4節に

上述したように、PEP に対する研究には未だ問題点があり、治療ターゲットとして扱うエビデンスを構築している段階である。これからも社会不安障害を呈する人々の日常生活が、少しでも苦痛を伴わないものになるように、治療に向けての指針を示すべく、着実に研究を積み重ねていく必要がある。

引用文献

- Abbott, M. J., & Rapee, R. M. (2004). Post-event rumination and negative self-appraisal in social phobia before and after treatment. *Journal of Abnormal Psychology, 113*, 136-144.
- Alloy, L. B., Abramson, L. Y., Hogan, M. E., Whitehouse, W. G., Rose, D. T., Robinson, M. S., & Kim, R. S. (2000). The Temple-Wisconsin Cognitive Vulnerability to Depression Project: Lifetime History of Axis I Psychopathology in Individuals at High and Low Cognitive Risk for Depression. *Journal of Abnormal Psychology, 109*, 403-418.
- American Psychiatric Association. (1980). *Diagnostic and Statistical manual of mental disorders. Third edition (DSM-III-TR)* Washington, D.C.: APA.
- American Psychiatric Association. (2000). *Diagnostic and Statistical manual of mental disorders. Forth edition text revision (DSM-IV-TR)* Washington, D.C.: APA.
- Amir, N. & Foa, E. B. (2001). Cognitive biases in social phobia. In Hofmann, S.G., & DiBartolo, P.M. (Eds.), *From social anxiety to social phobia : multiple perspectives*. Boston, MA : Allyn and Bacon, pp.254-267.
- 朝倉 聡・井上誠士郎・佐々木史・佐々木幸哉・北川信樹・井上 猛・傳田健三・伊藤ますみ・松原良次・小山 司 (2002). Liebowitz Social Anxiety Scale (LSAS) 日本語版の信頼性および妥当性の検討. *精神医学, 44*, 1077-1084.
- Beck, A. T., & Emery, G. (1985). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective*. New York: Basic Books.
- Borkovec, T. D., & Lyonfelds, J. D. (1993). Worry: thought suppression of emotional processing. In H. M. Krohne, *Vigilance and avoidance*. Toronto: Hogref and Hubert Publishers.
- Borkovec, T. D., Robinson, E., Prezinsky, T., & DePree, J. A. (1983). Preliminary exploration of worry: Some characteristics and process. *Behaviour Research and Therapy, 21*, 9-16.
- Brozovich, F., & Heimberg, R. G. (2008). An analysis of post-event processing in social anxiety disorder. *Clinical Psychology Review, 28*, 891-903.

- Butler, G., Cullington, A., Munby, M., Amies, P., & Gelder, M. (1984). Exposure and anxiety management in the treatment of social phobia. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 52*, 642-650.
- 陳 峻雯・坂野雄二・笹川智子・村岡理子・金井嘉宏・貝谷久宣 (2004). 集団療法と認知行動療法の活用：社会不安障害の治療. *精神療法, 30*, 646-654.
- Chartier, M. J., Hazen, A. L., & Stein, M. B. (1998). Lifetime patterns of social phobia: a retrospective study of the course of social phobia in a nonclinical population. *Depression and Anxiety, 7*, 113-121.
- Chavira, D. A., & Stein, M. B. (2002). Phenomenology of social phobia. In D. J. Stein, & E. Hollander. *Textbook of anxiety disorders*. Washington, D.C. and London, U.K. Pp.312-323. (キャビラ, D. A., & スタイン, M. B. 福原秀浩(訳) (2005). 社会恐怖の心理療法 久保木富房・樋口輝彦・坂野雄二・貝谷久宣・野村 忍・不安抑うつ研究会(編) 不安障害 日本評論社)
- Clark, D. M., Ehlers, A., McManus, F., Hackman, A., Fennell, M., & Campbell, H. (2003). Cognitive therapy versus fluoxetine in generalized social phobia: A randomized placebo-controlled trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 71*, 1058-1067.
- Clark, D. M. & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier (Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment*. New York: Guilford Press. pp.69-93.
- Coles, M. E., Turk, C. L., & Heimberg, R. G. (2002). The role of memory perspective in social phobia: Immediate and delayed memories for role-played situations. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy, 30*, 415-425.
- Edwards, S. L., Rapee, R. M., & Franklin, J. (2003). Post event rumination and recall bias for a social performance event in high and low socially anxious individuals. *Cognitive Therapy and Research, 27*, 603-617.
- Endler, N. S., & Parker, J. D. A. (2000). Coping with Health Injuries and Problems (CHIP): manual. Toronto: Multi-Health Systems.
- Fehm, L., Schneider, G., & Hoyer, J. (2007). Is post-event processing specific for social anxiety? *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry, 38*, 11-22.

- Field, A. P., Psychol, C., & Morgan, J. (2004). Post-event processing and the retrieval of autobiographical memories in socially anxious individuals. *Anxiety Disorders*, 18, 647-663.
- Freeston, M. H., Dugas, M. J., & Ladouceur, R. (1996). Thoughts, images, worry and anxiety. *Cognitive Therapy and Research*, 20, 265-273.
- Freeston, M. H., Ladouceur, R., Thibodeau, N., & Gagnon, F. (1991). Cognitive intrusions in a non-clinical population. I. Response style, subjective experience, and appraisal. *Behaviour Research and Therapy*, 29, 585-597.
- 深谷澄男・喜田安哲 (2003). SPSSとデータ分析 2 展開編. 北樹出版.
- 福田一彦・小林重雄 (1973). 自己評価式抑うつ性尺度の研究 精神神経学雑誌, 75, 673-679.
- Furmark, T. (2002). Social phobia: overview of community surveys. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 105, 84-93.
- Grubbs, F. E. (1969). Procedures criteria for detecting outlying observations in samples. *Technometrics*, 11, 1-21.
- Heimberg, R. G., & Barlow, D. H. (1991). New developments in cognitive-behavioral therapy for social phobia. *Journal of psychiatry*, 52, 21-30.
- Hackmann, A., Surawy, C., & Clark, D. M. (1998). Seeing yourself through others' eyes: A study of spontaneously occurring images in social phobia. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 26, 3-12.
- Harvey, A. G., Clark, D. M., Ehlers, A., & Rapee, R. M. (2000). Social anxiety and self-impression: cognitive preparation enhances the beneficial effects of video feedback following a stressful social task. *Behaviour Research and Therapy*, 38, 1183-1192.
- Hofmann, S. G., & Otto, M. W. (2008). *Cognitive Behavioral Therapy for Social Anxiety Disorder*. New York: Routledge.
- 五十嵐友里・嶋田洋徳 (2005). 社会的場面における解釈バイアス 早稲田大学臨床心理学研究, 4, 3-14.
- Ingram, R. E. (1990). Self-focused attention in clinical disorders: review and a conceptual model. *Psychological Bulletin*, 107, 156-176.
- 井上雅勝 (1999.) 解釈 中島義明・安藤清志・子安増生・坂野雄二・繁枘算男・立花政夫・

- 箱田裕司 (編) 心理学辞典 有斐閣
- 石川利江・佐々木和義・福井 至 (1992). 社会不安尺度 FNE・SADS の日本語版標準化の試み 行動療法研究, 18, 10-17.
- 貝谷久宣・熊野宏昭・山中 学・土田英人 (2005). 社会不安障害の有病率 小山 司 (編) 社会不安障害のストラテジー 先端医学社. (1992).
- 金井嘉宏 (2003). 社会恐怖と対人恐怖症の認知バイアス 早稲田大学大学院 人間科学研究科修士論文 (未公刊) .
- 金井嘉宏・笹川智子・陳 峻雯・鈴木伸一・嶋田洋徳・坂野雄二 (2004). Social Phobia Scale と Social Interaction Anxiety Scale 日本語版の開発 心身医学, 44, 842-850.
- 金井嘉宏・笹川智子・陳 峻雯・嶋田洋徳・坂野雄二 (2007). 社会不安障害傾向者と対人恐怖症傾向者における他者のあいまいな行動に対する解釈バイアス 行動療法研究, 33, 97-110.
- 金井嘉宏 (2008). 社会不安障害患者に対するビデオフィードバックの治療効果に関する研究 平成 18-19 年度文部科学省科学研究費補助金研究成果報告書 (課題番号 : 18830042) 未公刊.
- Kessler, R. C., Stein, M. B., & Berglund, P. (1998). Social phobia subtypes in the national comorbidity survey. *The American Journal of Psychiatry*, 155, 613 - 619. .
- Kocovski, N. L., Endler, N. S., Rector, N. A., & Flett, G. L. (2005). Ruminative coping and post-event processing in social anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, 43, 971-984.
- Kocovski, N. L., & Rector, N. A. (2007). Predictors of post-event rumination related to social anxiety. *Cognitive Behaviour Therapy*, 36, 112-122.
- Kocovski, N. L., & Rector, N. A. (2008). Post-event processing in social anxiety disorder: idiosyncratic priming in the course of CBT. *Cognitive Therapy and Research*, 32, 23-36.
- Lampe, L., Slade, T., Issakidis, C., & Andrew, G. (2003). Social phobia in the Australian national survey of mental health and well-being (NSMHWB). *Psychological Medicine*, 33, 637-646.
- Langlois, F., Freeston, M. H., & Ladouceur, R. (2000). Differences and similarities between obsessive intrusive thoughts and worry in a non-clinical population: study 1.

- Behaviour Research and Therapy*, **38**, 157-173.
- Lundh, L. G. & Sperling, M. (2002). Social anxiety and the post-event processing of socially distressing events. *Cognitive Behaviour Therapy*, **31**, 129-134.
- Mathews, A., Richards, A., & Eysenck, M. (1989). Interpretation of homophones related to threat in anxiety states. *Journal of Abnormal Psychology*, **98**, 31-34.
- Mathews, G., & Wells, A. (2004). Rumination, depression, and metacognition: the S-REF model. In C. Papageorgiou & A. Wells (Eds.), *Depressive rumination - nature, theory and treatment* West Sussex: Wiley.
- Mattick, R. P., & Peters, L. (1988). Treatment of severe social phobia: Effects of guided exposure with and without cognitive restructuring. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, **56**, 251-260.
- Martin, L. L., & Tesser, A. (1996). Some ruminative thoughts. In R. S. Wyer (Ed.), *Advances in social cognition Vol.9. Ruminative thoughts*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Publishers. Pp1-47.
- McNeil, D. W. (2001). Terminology and evolution of constructs in social anxiety and social phobia. In S. G. Hofman & P. M. DiBartolo (Eds.), *From social anxiety to social phobia: Multiple perspectives*. Boston: Ally & Bacon. Pp.8-19.
- Mellings, T. M. B., & Alden, L. E. (2000). Cognitive processes in social anxiety: the effects of self-focus, rumination and anticipatory processing. *Behaviour Research and Therapy*, **38**, 243-257.
- McEvoy, P. M., & Kingsep, P. (2006). The post-event processing questionnaire in a clinical sample with social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, **44**, 1689-1697.
- Moutier, C. Y., & Stein, M. B. (1999). The history, epidemiology, and differential diagnosis of social anxiety disorder. *Journal of Clinical Psychiatry*, **60**, 4-8.
- Mullaney, J. A., & Trippett, C. J. (1979). Alcohol dependence and phobias: clinical description and relevance. *British Journal of Psychiatry*, **135**, 565-573.
- 名倉祥文・橋本 幸. (1999). 考え込み型反応スタイルが心理的不適応に及ぼす影響について
健康心理学研究, **12**, 1-11.
- Nolen-Hoeksema, S. (1991). Responses to depression and their effects in the duration of

- depressive episodes. *Journal of Abnormal Psychology*, **100**, 569–582.
- Nunn, J. D., Mathews, A., & Trower, P. (1997). Selective processing of concern-related information in depression. *British Journal of Clinical Psychology*, **36**, 489-503.
- 大月三郎・黒田重利・青木省三 (1978). 精神医学 文光堂
- Papageorgiou, C., & Wells, A. (1999). Process and meta-cognitive dimensions of depressive and anxious thoughts and relationships with emotional Intensity. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, **6**, 156-162.
- Papageorgiou, C., & Wells, A. (2004). Natures, functions, and beliefs about depressive rumination. In C. Papageorgiou & A. Wells (Eds.), *Depressive rumination -nature, theory and treatment* West Sussex: Wiley.
- Papageorgiou, C., & Wells, A. (2004b). Metacognitive therapy for Depressive rumination. In C. Papageorgiou., & A. Wells (Eds.), *Depressive rumination -nature, theory and treatment* West Sussex: Wiley.
- Purdon, C. (2004). Psychological treatment of rumination. In C. Papageorgiou & A. Wells (Eds.), *Depressive rumination -nature, theory and treatment* West Sussex: Wiley.
- Rachman, S. J., Gruter-Andrew, J., & Shafran, R. (2000). Post-event processing in social anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, **38**, 611-617.
- Rapee, R. M. (1995). Descriptive psychopathology of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier (Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment*. New York: Guilford Press. Pp.41-66.
- Rapee, R. M. & Heimberg, R. G. (1997). A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, **35**, 741-756.
- Rapee, R. M. & Lim, L. (1992). Discrepancy between self- and observer ratings of performance in social phobics. *Journal of Abnormal Psychology*, **101**, 728-731.
- Reich, J. (1986). The epidemiology of anxiety. *The Journal of nervous and mental disease*, **174**, 129-36.
- Rodebaugh, T. L., Holaway, R. M., & Heimberg, R. G. (2004). The treatment of social anxiety disorder. *Clinical Psychology Review*, **24**, 883-908.
- Salkovskis, P. M. (1991). The importance of behaviour in the maintenance of anxiety and panic: A cognitive account. *Behavioural Psychotherapy*, **19**, 6-19.

- 笹川智子・金井嘉宏・村中泰子・鈴木伸一・嶋田洋徳・坂野雄二 (2004). 他者からの否定的評価に対する社会的不安測定尺度 (FNE) 短縮版作成の試み—項目反応理論による検討— 行動療法研究, **30**, 87-97.
- Schneier, F. R., Blanco, C., Campeas, R., Lewis-Fernandez, R., Lin, S. H., Marshall, R., Schmidt, A. B., Sanchez-Lacay, J. A., Simpson, H. B., & Liebowitz, M. R. (2003). Citalopram treatment of social anxiety disorder with comorbid major depression. *Depression and Anxiety*, **17**, 191-196.
- Segerstrom, S. C., Tsao, J. C. I., Alden, L. E., & Craske, M. G. (2000). Worry and Rumination: Repetitive Thought as a Concomitant and Predictor of Negative Mood. *Cognitive Therapy and Research*, **24**, 671-688.
- 生和秀敏 (2002). 不安・抑うつへの認知的バイアスに関する認知情報論的研究 平成12年度—平成13年度科学研究費補助金研究成果報告書 (課題番号 12610128) 未公開
- 清水秀美・今栄国晴 (1981). STATE-TRAIT ANXIETY INVENTORY の日本語版 (大学生用) の作成 教育心理学研究, **29**, 348-353.
- 下田光造 (1950). 躁鬱病に就いて 米子医学雑誌, **2**, 1-2.
- 城月健太郎 (2007). Video Feedbackにおける認知的介入がスピーチパフォーマンスの自己評価に与える影響. 早稲田大学大学院 人間科学研究科修士論文 (未公開)
- Stein, M. B., & Deutch, R. (2003). In search of social phobia subtypes: Similarity of feared social situations, *Depression and Anxiety*, **17**, 94-97.
- Stein, M. B., McQuaid, J. R., Laffaye, C., McCahill, M. E. (1999). Social phobia in the primary care medical setting. *Journal of Family Practice*, **48**, 514-519.
- Stopa, L. & Clark, D. M. (2000). Social phobia and the interpretation of social events. *Behaviour Research and Therapy*, **38**, 273-283.
- Stopa, L., & Clark, D. M. (1993). Cognitive processes in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, **31**, 255-267.
- 杉浦義典・丹野義彦 (2000). 強迫症状の自己記入式質問紙 精神科診断学, **11**, 175-189.
- 谷口高士 (1999). 音楽作品の感情価測定尺度の作成および多面的感情状態尺度との関連の検討 音楽と感情 —音楽の感情価と聴衆者の感情的反応に関する認知心理学的研究— 北大路書房
- 寺崎正治・古賀愛人・岸本陽一 (1991). 多面的感情状態尺度・短縮版の作成 日本心理学会第

55大会発表論文集, 435.

- 辻村 徹 (2005). 社会不安障害の経過観察と治療評価 小山 司 (編) 社会不安障害のストラテジー 先端医学社
- Turner, S. M., & Beidel, D. C., & Townsley, R. M. (1990). Social phobia: Relationship to shyness. *Behaviour Research and Therapy*, 28, 497-505.
- Turner, S. M., Beidel, D. C., & Townsley, R. M. (1992). A comparison of specific and generalized subtypes and avoidant personality disorder. *Journal of Abnormal Psychology*, 101, 326-331.
- Vassilopoulos, S. P. (2008). Coping strategies and anticipatory processing in high and low socially anxious individuals. *Journal of Anxiety Disorders*, 22, 98-107.
- Watkins, E., Moulds, M., & Mackintosh, B. (2005). Comparisons between rumination and worry in a non-clinical population. *Behaviour Research and Therapy*, 43, 1577-1585.
- Wells, A., & Mathews, G. (1994). *Emotional disorders & metacognition: Innovative cognitive therapy*. Chichester, UK: Wiley.
- Wells, A., & Papageorgiou, C. (1999). The observer perspective: biased imagery in social phobia, agoraphobia, and blood/injury phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 37, 653-658.
- Wells, A. (1997). *Cognitive therapy of anxiety disorders: A practice manual and conceptual guide*. Chichester, UK: Wiley.
- Woody, S. R. (1996). Effects of focus of attention on anxiety levels and social performance of individuals with social phobia. *Journal of Abnormal Psychology*, 105, 61-69.
- 山田幸恵・関口由香・伊藤義徳・根建金男 (2002). 注意の焦点を測定する尺度の作成と信頼性・妥当性の検討 ヒューマンサイエンスリサーチ, 11, 161-173.
- 山内二郎 (1972). 統計数値表 : JSA-1972 日本規格協会

謝 辞

学位論文を執筆するにあたり、多くの方々のご支援とご協力、そして多大なる支えをいただきました。皆様のお力添えをなくしては、本論文を書き上げることはできませんでした。この場を借りて心より深謝申し上げます。

はじめに、ご指導いただきました嶋田洋徳先生には、新潟大学の学部時代から9年間もの長い間大変お世話になりました。心理学を学びたいと思っていた若き私に様々な刺激を与え、その好奇心をさらに大きなものにして下さいました。先生との出会いがなければ、まさに「今の私はなかった」と思います。学業のこと以外でも本当に多くのご高配をいただき、ご面倒をおかけして参りました。今日のこの日まで温かくご指導いただきまして、誠にありがとうございました。

埼玉医科大学の堀川直史先生、早稲田大学の根建金男先生、鈴木伸一先生には、お忙しい中副査をお引受けいただき感謝申し上げます。先生方のご指導をいただき、この論文が示唆する内容について真摯に考える機会を頂戴しました。本論文に対する再考が深まっただけでなく、今後の研究活動にもつながる重要なご指導を頂戴し大変有り難く感じております。

そして、堀川直史先生、メディカルケア虎ノ門の五十嵐良雄先生には、本論文における研究の実施において多大なるご協力を頂戴しました。先生方にご高配いただき、お陰様で貴重な臨床データによる検討をさせていただくことができました。患者様とお会いする機会を頂戴できたことは本論文における価値のみでなく、私自身にとっても大変意義深い経験となりました。深く御礼申し上げます。

実験の実施に際しましては、東京家政大学の三浦正江先生に大変お世話になり、多くのご高配を賜りました。この学位論文執筆の最後に、先生を通して改めて人の温かさを感じ、お世話になった方々への感謝の気持ちを新たにさせていただいたような気が致します。

また、新潟大学の本田仁視先生、工藤信雄先生、広島大学の金井嘉宏先生、

宮崎大学の佐藤 寛先生，野口美幸先生，目白大学の笹川智子先生におかれましては，ご多忙の中調査実施にご協力をいただき，誠にありがとうございます。心よりお礼申し上げます。

そして，本論文における調査，実験に参加下さった参加者の皆様，調査にご協力いただいた患者様にも厚く感謝申し上げます。皆様のご協力がなければ，今日のこの日はなかったことと思います。本当にどうもありがとうございました。

さらに，本論文を書く環境を整えてくれた嶋田研究室の後輩の皆さんにも感謝の気持ちで一杯です。研究室の運営は皆さんが担当して下さいました。そのお陰で論文の執筆に集中でき，この学位論文があるものと心から実感しています。そして，本論文における実験は，実験協力者の皆さんの力添えがなくしては成し得ないものばかりでした。研究室の仕事や実習で忙しい中，快くご協力いただきどうもありがとうございました。

同期である今井千鶴子さん，高橋 史さん，小関俊祐さん，今井正司さん，同期のように過ごした田上明日香さんにも大変感謝しております。本当に凝縮した5年間でした。研究は自分との戦いですが，共に歩む仲間がいる心強さを幾度感じたか計り知れません。多くの刺激と意欲を与えてくれた5人に心より感謝致します。

この場に書ききれないほど，本当に多くの方々に助けられてこの学位論文が成り立っていることを今改めて実感しています。皆様，本当にありがとうございました。

最後に，私自身が望むことにいつも理解を示し，応援してくれた家族に心から感謝しています。どんなときも見守ってくれる父と母，そして，いつも私の心を和ませてくれる兄と姉，甥に深謝します。

2008年1月7日

五十嵐友里

付 録

(第 3 章)

3-1. Cognitive Intrusion Questionnaire改定版

3-2. Liebowitz social anxiety scale日本語版

(朝倉・井上・佐々木・佐々木・北川・井上・傳田・伊藤・松原・小山, 2002)

I. 「将来起こる気がかりな多くの出来事、または活動」

(例) 先にあるテスト、地震、家族や自分の健康、など

についてあなたが考えているときのことを思い出してください。

- ・あなたはどのように考えているでしょうか？
- ・次の質問を読んで、その時のあなたの状態の最もよくあてはまると思われる欄に○印をつけて下さい。

1. ここ2週間で、このような考えやイメージが「頭に浮かんだ日」と「頭に浮かばなかった日」はどちらが多かったですか？○をつけて教えてください。

- ①「頭に浮かんだ日」が多かった ②「頭に浮かばなかった日」が多かった ③この2つに差はない

2. このようなことを「考えた日」は、1日に何回考えましたか？

- ①1日1回程度 ②1日4回程度 ③1日7回程度 ④1日10回程度 ⑤1日10回以上

3. その考えは通常どのくらい持続しますか？何分間かで教えてください。

— — — — 分間

4. その考えはどのくらいの期間経験していますか？

- ①1週間未満 ②1～2週間 ③2週間～1カ月 ④1～6カ月 ⑤6カ月以上
⑥1年以上 (年)

5. たとえば「特定の人」や「もの」を見ること、ある気持ちであること、考えのつながりを経験することなどの、“きっかけ”によってその考えを考え始めることに気づく人がいます。

あなたは、あなたのその考えが始まる“きっかけ”にどのくらいの頻度で気づきますか？

1	2	3	4	5	6	7
全く気づかない	ときどき				たいてい	いつも

	全くあてはまらない		どちらでもない				とてもよくあてはまる
	1	2	3	4	5	6	7
例：気がつくとそのことについて考えている	1	2	3	4	5	6	7
6. その考えは言語的な内容で、言葉として浮かんだ。	1	2	3	4	5	6	7
7. その考えは視覚的で、イメージとして浮かんだ。	1	2	3	4	5	6	7
8. その考えのきっかけは内的な（思考や感情）ものだった。	1	2	3	4	5	6	7
9. その考えのきっかけは外的な（ある人や出来事）ものだった。	1	2	3	4	5	6	7
10. その考えが浮かぶきっかけを避けようとする。	1	2	3	4	5	6	7
11. 私は、その考えのコントロールたびたび行う。	1	2	3	4	5	6	7
12. その考えは、自分でも理解できない。	1	2	3	4	5	6	7
13. 私はその考えを取り去るために、多くの努力をする。	1	2	3	4	5	6	7
14. その考えは他のものに取り組んだり取りかかる私の能力を邪魔する	1	2	3	4	5	6	7
15. その考えはあなたの注意をひきつける。	1	2	3	4	5	6	7
16. その考えの内容は、あなたを動揺させる。	1	2	3	4	5	6	7
17. その考えに表される状況は、実現しそうである。	1	2	3	4	5	6	7
18. その考えは、絶えず私の頭の中にある。	1	2	3	4	5	6	7
19. その考えは、現実の問題または状況についてである。	1	2	3	4	5	6	7
20. その考えに表される問題は、変えられる、または解決されることができる。	1	2	3	4	5	6	7
21. その考えの内容は不愉快である。	1	2	3	4	5	6	7
22. その考えから気をそらしたいと強く望む。	1	2	3	4	5	6	7
23. 他の活動から気がそれる。	1	2	3	4	5	6	7
24. その考えは頭の中に勝手に割り込んでくる。	1	2	3	4	5	6	7
25. その考えに抵抗する努力をする。	1	2	3	4	5	6	7

	し た こ と が な い	2	3	中 程 度	5	6	い つ も す る
45. 私は自分にストップと言う。	1	2	3	4	5	6	7
46. 私は、誰かと話すことによって、私自身を安心させる。	1	2	3	4	5	6	7
47. 私は私自身を非難する。	1	2	3	4	5	6	7
48. 私は、考えを他の嫌な考え、または重要でない問題と置き換える。	1	2	3	4	5	6	7
49. 私は、考えに表される状況または問題を分析する。	1	2	3	4	5	6	7
<hr/>							
50. 解決策を探そうとする。	1	2	3	4	5	6	7
51. 私は何もしない。その考えは自然に消える。	1	2	3	4	5	6	7
52. 原因や意味、理由についてあれこれ考える。	1	2	3	4	5	6	7
53. 結果についてあれこれ考える。	1	2	3	4	5	6	7
54. 私は自分自身のポジティブな側面についてあれこれ考える。	1	2	3	4	5	6	7
<hr/>							
55. 私は自分自身のネガティブな側面についてあれこれ考える。	1	2	3	4	5	6	7
56. 私は、考えに表される状況をどうやって避けることができるか計画をたてる。	1	2	3	4	5	6	7

このような考えが私たちの頭に浮かんだあと、人々は異なるさまざまな感情を抱くことがあります。
 あなたがその考えによって、それぞれの感情をどれくらい感じるかについて評価してください。

	全 く	2	3	中 程 度	5	6	と も も
57. その考えは、あなたをどのくらい不安定な気持ちにさせますか？	1	2	3	4	5	6	7
58. その考えは、あなたをどのくらい悲しい、もしくは不幸な気持ちにさせますか？	1	2	3	4	5	6	7
59. その考えは、あなたをどのくらい心配にさせたり不安にさせますか？	1	2	3	4	5	6	7
60. その考えは、あなたにどれくらい罪悪感を感じさせますか？	1	2	3	4	5	6	7
61. その考えは、あなたにどれくらい恥ずかしさを感じさせますか？	1	2	3	4	5	6	7
<hr/>							
62. その考えやイメージをあなたの頭から取り去ることはどれくらい難しいですか？	1	2	3	4	5	6	7
63. あなたは、この考えやイメージが頭の頭に浮かぶことがどのくらい不満ですか？	1	2	3	4	5	6	7

Ⅱ. 「自分自身落ち込んでいる状態やその原因、結果」

(例) 「どうしてこんな気持ちになったんだろう」、
「もっとうまくできればよかったのに」 など

についてあなたが考えているときのことを思い出してください。

- ・あなたはどのように考えているでしょうか？
- ・次の質問を読んで、その時のあなたの状態の最もよくあてはまると思われる欄に○印をつけて下さい。

1. ここ2週間で、このような考えやイメージが「頭に浮かんだ日」と「頭に浮かばなかった日」はどちらが多かったですか？○をつけて教えてください。

①「頭に浮かんだ日」が多かった ②「頭に浮かばなかった日」が多かった ③この2つに差はない

2. このようなことを「考えた日」は、1日に何回考えましたか？

①1日1回程度 ②1日4回程度 ③1日7回程度 ④1日10回程度 ⑤1日10回以上

3. その考えは通常どのくらい持続しますか？何分間かで教えてください。

- - - - 分間

4. その考えはどのくらいの期間経験していますか？

①1週間未満 ②1～2週間 ③2週間～1カ月 ④1～6カ月 ⑤6カ月以上

⑥1年以上（ 年）

5. たとえば「特定の人」や「もの」を見ること、ある気持ちであること、考えのつながりを経験することなどの、“きっかけ”によってその考えを考え始めることに気づく人がいます。あなたは、あなたのその考えが始まる“きっかけ”にどのくらいの頻度で気づきますか？

1	2	3	4	5	6	7
全く気づかない	ときどき				たいてい	いつも

	全くあてはまらない		3	どちらでもない			とてもよくあてはまる
例：気がつくとそのことについて考えている	1	2	3	4	5	6	7
6. その考えは言語的な内容で、言葉として浮かんだ。	1	2	3	4	5	6	7
7. その考えは視覚的で、イメージとして浮かんだ。	1	2	3	4	5	6	7
8. その考えのきっかけは内的な（思考や感情）ものだった。	1	2	3	4	5	6	7
9. その考えのきっかけは外的な（ある人や出来事）ものだった。	1	2	3	4	5	6	7
10. その考えが浮かぶきっかけを避けようとする。	1	2	3	4	5	6	7
11. 私は、その考えのコントロールたびたび行う。	1	2	3	4	5	6	7
12. その考えは、自分でも理解できない。	1	2	3	4	5	6	7
13. 私はその考えを取り去るために、多くの努力をする。	1	2	3	4	5	6	7
14. その考えは他のものに取り組んだり取りかかる私の能力を邪魔する ¹	1	2	3	4	5	6	7
15. その考えはあなたの注意をひきつける。	1	2	3	4	5	6	7
16. その考えの内容は、あなたを動揺させる。	1	2	3	4	5	6	7
17. その考えに表される状況は、実現しそうである。	1	2	3	4	5	6	7
18. その考えは、絶えず私の頭の中にある。	1	2	3	4	5	6	7
19. その考えは、現実の問題または状況についてである。	1	2	3	4	5	6	7
20. その考えに表される問題は、変えられる、または解決されることができる。 ¹	1	2	3	4	5	6	7
21. その考えの内容は不愉快である。	1	2	3	4	5	6	7
22. その考えから気をそらしたいと強く望む。	1	2	3	4	5	6	7
23. 他の活動から気がそれる。	1	2	3	4	5	6	7
24. その考えは頭の中に勝手に割り込んでくる。	1	2	3	4	5	6	7
25. その考えに抵抗する努力をする。	1	2	3	4	5	6	7

	した ことが ない			中 程 度			い つ も す る
45. 私は自分にストップと言う。	1	2	3	4	5	6	7
46. 私は、誰かと話すことによって、私自身を安心させる。	1	2	3	4	5	6	7
47. 私は私自身を非難する。	1	2	3	4	5	6	7
48. 私は、考えを他の嫌な考え、または重要でない問題と置き換える。	1	2	3	4	5	6	7
49. 私は、考えに表される状況または問題を分析する。	1	2	3	4	5	6	7
50. 解決策を探そうとする。	1	2	3	4	5	6	7
51. 私は何もしない。その考えは自然に消える。	1	2	3	4	5	6	7
52. 原因や意味、理由についてあれこれ考える。	1	2	3	4	5	6	7
53. 結果についてあれこれ考える。	1	2	3	4	5	6	7
54. 私は自分自身のポジティブな側面についてあれこれ考える。	1	2	3	4	5	6	7
55. 私は自分自身のネガティブな側面についてあれこれ考える。	1	2	3	4	5	6	7
56. 私は、考えに表される状況をどうやって避けることができるか計画をたてる。	1	2	3	4	5	6	7

このような考えが私たちの頭に浮かんだあと、人々は異なるさまざまな感情を抱くことがあります。
 あなたがその考えによって、それぞれの感情をどれくらい感じるかについて評価してください。

	全 く			中 程 度			と と も
57. その考えは、あなたをどのくらい不安定な気持ちにさせますか？	1	2	3	4	5	6	7
58. その考えは、あなたをどのくらい悲しい、もしくは不幸な気持ちにさせますか？	1	2	3	4	5	6	7
59. その考えは、あなたをどのくらい心配にさせたり不安にさせますか？	1	2	3	4	5	6	7
60. その考えは、あなたにどれくらい罪悪感を感じさせますか？	1	2	3	4	5	6	7
61. その考えは、あなたにどれくらい恥ずかしさを感じさせますか？	1	2	3	4	5	6	7
62. その考えやイメージをあなたの頭から取り去ることはどれくらい難しいですか？	1	2	3	4	5	6	7
63. あなたは、この考えやイメージが頭の中に浮かぶことがどのくらい不満ですか？	1	2	3	4	5	6	7

Ⅲ. 「過去に経験したネガティブな社会的な出来事」

(例) 友達との昨日の電話、この間の発表、目上の人との会食、など
 についてあなたが考えているときのことを思い出してください。

- ・あなたはどのように考えているでしょうか？
- ・次の質問を読んで、その時のあなたの状態の最もよくあてはまると
 思われる欄に○印をつけて下さい。

1. ここ2週間で、このような考えやイメージが「頭に浮かんだ日」と「頭に浮かばなかった日」
 はどちらが多かったですか？○をつけて教えてください。

- ①「頭に浮かんだ日」が多かった ②「頭に浮かばなかった日」が多かった ③この2つに差はない

2. このようなことを「考えた日」は、1日に何回考えましたか？

- ①1日1回程度 ②1日4回程度 ③1日7回程度 ④1日10回程度 ⑤1日10回以上

3. その考えは通常どのくらい持続しますか？何分間かで教えてください。

- - - - 分間

4. その考えはどのくらいの期間経験していますか？

- ①1週間未満 ②1～2週間 ③2週間～1カ月 ④1～6カ月 ⑤6カ月以上
 ⑥1年以上 (年)

5. たとえば「特定の人」や「もの」を見ること、ある気持ちであること、考えのつながりを
 経験することなどの、“きっかけ”によってその考えを考え始めることに気づく人がいます。

あなたは、あなたのその考えが始まる“きっかけ”にどのくらいの頻度で気づきますか？

- | | | | | | | |
|---------|------|---|---|---|------|-----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 全く気づかない | ときどき | | | | たいてい | いつも |

	全くあてはまらない	2	3	4	5	6	7
例：気がつくとそのことについて考えている	1	2	3	4	5	6	7
6. その考えは言語的な内容で、言葉として浮かんだ。	1	2	3	4	5	6	7
7. その考えは視覚的で、イメージとして浮かんだ。	1	2	3	4	5	6	7
8. その考えのきっかけは内的な（思考や感情）ものだった。	1	2	3	4	5	6	7
9. その考えのきっかけは外的な（ある人や出来事）ものだった。	1	2	3	4	5	6	7
10. その考えが浮かぶきっかけを避けようとする。	1	2	3	4	5	6	7
11. 私は、その考えのコントロールたびたび行う。	1	2	3	4	5	6	7
12. その考えは、自分でも理解できない。	1	2	3	4	5	6	7
13. 私はその考えを取り去るために、多くの努力をする。	1	2	3	4	5	6	7
14. その考えは他のものに取り組んだり取りかかる私の能力を邪魔する	1	2	3	4	5	6	7
15. その考えはあなたの注意をひきつける。	1	2	3	4	5	6	7
16. その考えの内容は、あなたを動揺させる。	1	2	3	4	5	6	7
17. その考えに表される状況は、実現しそうである。	1	2	3	4	5	6	7
18. その考えは、絶えず私の頭の中にある。	1	2	3	4	5	6	7
19. その考えは、現実の問題または状況についてである。	1	2	3	4	5	6	7
20. その考えに表される問題は、変えられる、または解決されることができる。	1	2	3	4	5	6	7
21. その考えの内容は不愉快である。	1	2	3	4	5	6	7
22. その考えから気をそらしたいと強く望む。	1	2	3	4	5	6	7
23. 他の活動から気がそれる。	1	2	3	4	5	6	7
24. その考えは頭の中に勝手に割り込んでくる。	1	2	3	4	5	6	7
25. その考えに抵抗する努力をする。	1	2	3	4	5	6	7

	し た こ と が な い			中 程 度			い つ も す る
45. 私は自分にストップと言う。	1	2	3	4	5	6	7
46. 私は、誰かと話すことによって、私自身を安心させる。	1	2	3	4	5	6	7
47. 私は私自身を非難する。	1	2	3	4	5	6	7
48. 私は、考えを他の嫌な考え、または重要でない問題と置き換える。 .	1	2	3	4	5	6	7
49. 私は、考えに表される状況または問題を分析する。	1	2	3	4	5	6	7
<hr/>							
50. 解決策を探そうとする。	1	2	3	4	5	6	7
51. 私は何もしない。その考えは自然に消える。	1	2	3	4	5	6	7
52. 原因や意味、理由についてあれこれ考える。	1	2	3	4	5	6	7
53. 結果についてあれこれ考える。	1	2	3	4	5	6	7
54. 私は自分自身のポジティブな側面についてあれこれ考える。 . . .	1	2	3	4	5	6	7
<hr/>							
55. 私は自分自身のネガティブな側面についてあれこれ考える。 . . .	1	2	3	4	5	6	7
56. 私は、考えに表される状況をどうやって避けることができるか計画をたてる。	1	2	3	4	5	6	7

このような考えが私たちの頭に浮かんだあと、人々は異なるさまざまな感情を抱くことがあります。
あなたがその考えによって、それぞれの感情をどれくらい感じるかについて評価してください。

	全 く			中 程 度			と と も
57. その考えは、あなたをどのくらい不安定な気持ちにさせますか？	1	2	3	4	5	6	7
58. その考えは、あなたをどのくらい悲しい、もしくは不幸な気持ちにさせますか？	1	2	3	4	5	6	7
59. その考えは、あなたをどのくらい心配にさせたり不安にさせますか？	1	2	3	4	5	6	7
60. その考えは、あなたにどれくらい罪悪感を感じさせますか？ . . .	1	2	3	4	5	6	7
61. その考えは、あなたにどれくらい恥ずかしさを感じさせますか？	1	2	3	4	5	6	7
<hr/>							
62. その考えやイメージをあなたの頭から取り去ることはどれくらい難しいですか？	1	2	3	4	5	6	7
63. あなたは、この考えやイメージが頭の頭に浮かぶことがどのくらい不満ですか？	1	2	3	4	5	6	7

この1週間にあなたが感じていた様子を最もよく当てはまる番号を、項目ごとに1つだけ選んで記入して下さい。項目をとばしたりせず全部埋めて下さい。

	<恐怖感/不安感>				<回避(避ける)>			
	全く感じない	少しは感じる	はっきりと感じる	非常に強く感じる	全く回避しない	回避する(確率1/3以下)	回避する(確率1/2以下)	回避する(確率2/3以上または100%)
例：上司や先輩とご飯を食べに行く	0	1	2	3	0	1	2	3
1. 人前で電話をかける	0	1	2	3	0	1	2	3
2. 少人数のグループ活動に参加する	0	1	2	3	0	1	2	3
3. 公共の場所で食事をする	0	1	2	3	0	1	2	3
4. 人と一緒に公共の場所でお酒(飲み物)を飲む	0	1	2	3	0	1	2	3
5. 権威ある人と話しをする	0	1	2	3	0	1	2	3
6. 観衆の前で何か行為をしたり話しをする	0	1	2	3	0	1	2	3
7. パーティーに行く	0	1	2	3	0	1	2	3
8. 人に姿を見られながら仕事(勉強)をする	0	1	2	3	0	1	2	3
9. 人に見られながら字を書く	0	1	2	3	0	1	2	3
10. あまりよく知らない人に電話をする	0	1	2	3	0	1	2	3
11. あまりよく知らない人達と話し合う	0	1	2	3	0	1	2	3
12. まったく初対面の人と会う	0	1	2	3	0	1	2	3

	<恐怖感 / 不安感>				<回避(避ける)>			
	全く感じない	少しは感じる	はつきりと感じる	非常に強く感じる	全く回避しない	回避する(確率1/3以下)	回避する(確率1/2以下)	回避する(確率2/3以上または100%)
13. 公衆トイレで用を足す	0	1	2	3	0	1	2	3
14. 他の人たちが着席して待っている部屋に入っていく	0	1	2	3	0	1	2	3
15. 人々の注目を浴びる	0	1	2	3	0	1	2	3
16. 会議で意見を言う	0	1	2	3	0	1	2	3
17. 試験を受ける	0	1	2	3	0	1	2	3
18. あまりよく知らない人に不賛成であると言う . . .	0	1	2	3	0	1	2	3
19. あまりよく知らない人と目を合わせる	0	1	2	3	0	1	2	3
20. 仲間の前で報告をする	0	1	2	3	0	1	2	3
21. 誰かを誘おうとする	0	1	2	3	0	1	2	3
22. 店に品物を返品する	0	1	2	3	0	1	2	3
23. パーティーを主催する	0	1	2	3	0	1	2	3
24. 強引なセールスマンの誘いに抵抗する	0	1	2	3	0	1	2	3

付 録

(第 4 章)

- 4 - 1. Post-event processing Questionnaire日本語版
- 4 - 2. 日本語版反応スタイル尺度(名倉・橋本, 1999: Response Style Questionnaire)
- 4 - 3. Penn State Worry Questionnaire日本語版 (杉浦・丹野, 2000 : PSWQ)
- 4 - 4. Short Fear of Negative Evaluation Scale
(笹川・金井・村中・鈴木・嶋田・坂野, 2004 : S-FNE)
- 4 - 5. Social Avoidance and Distress Scale (石川・佐々木・福井, 1992 : SADS)
- 4 - 6. Social Phobia Scale日本語版 (金井・笹川・陳・鈴木・嶋田・坂野, 2004 : SPS)
- 4 - 7. 解釈を測定する質問紙
- 4 - 8. 実験用post-event processing Questionnaire
- 4 - 9. Focused Attention Scale (山田・関口・伊藤・根建, 2002 ; FAS)
- 4 - 10. Self-rating Depression Scale (福田・小林, 1973 : SDS)
- 4 - 11. 健康アンケート

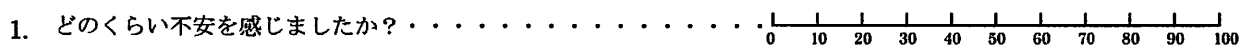
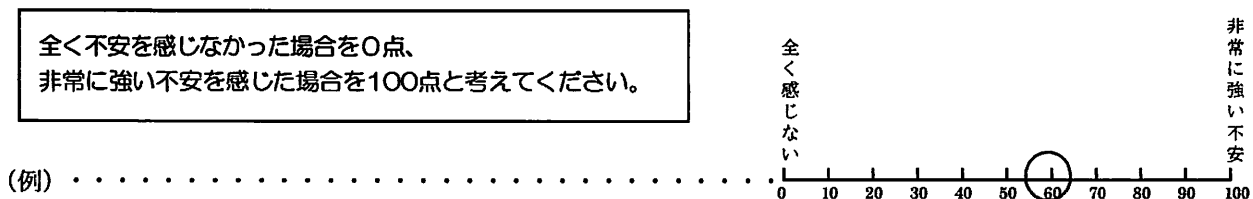
7. あなたはその出来事についての考えが出ないように努力しましたか？
- 全くあてはまらない 非常にあてはまる
- 0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100
8. その出来事について何度も何度もくり返し考えた時、
その出来事に対するあなたの気持ちはだんだん悪くなりましたか？
- 0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100
9. その出来事について何度も何度もくり返し考えた時、
その出来事に対するあなたの気持ちは
だんだん少しずつ良くなりましたか？
- 0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100
10. その出来事について考えたとしたら、
あなたはそれを自分の視点から見ていましたか？
- 0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100
- それとも、他の人の目から見たように見えていましたか？
- 0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100
11. その出来事の中にあなたが取った行動や気持ちについて、
そうならないようにすることはできなかったのか
と考えたことがありましたか？
- 0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100
12. 時間を戻して、もう一度やり直すことが
できたらいいのにと考えたことがありましたか？
- 0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100
13. その出来事の結果として、あなたは同じような出来事を避けるよう
なっていますか？つまり、その出来事によって同じような出来事を
避けようとしてより強く思うようになりましたか？
- 0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100

過去2週間の間に、あなたは社会的状況において不安を感じましたか？

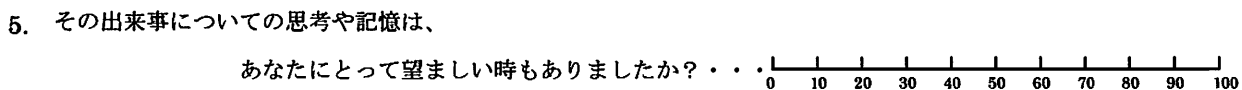
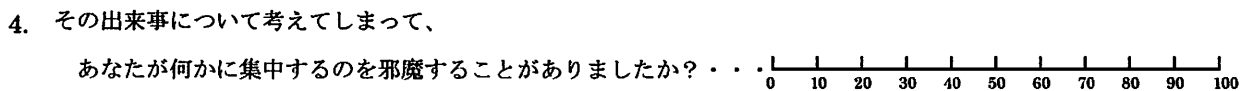
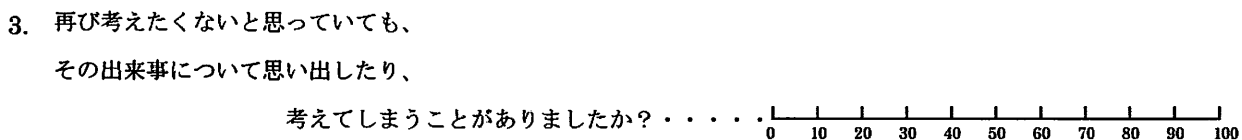
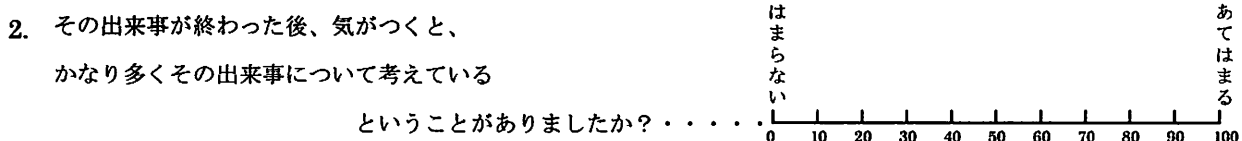
(たとえば、パーティや、公の場で話す時、デートの時など。)

もし、「はい」であれば、下記の質問を読んで、あなたの今の考えに一番近いところに○をつけてください。

全く不安を感じなかった場合を0点、
非常に強い不安を感じた場合を100点と考えてください。



全くあてはまらないと感じる場合を0点、
非常にあてはまると感じる場合を100点と考えてください。



以下のそれぞれの質問文をよく読んでください。そしてあなたが憂うつな気分を感じたとき、各項目の事柄を普段どの程度考えたり行ったりしたかについて、最も適当だと思う番号に○をつけてください。

	ほとんどなかった	ときどきあった	しばしばあった	ほとんどいつもそうだった
例．私の周りにはいつも楽しいことがあふれている・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2	③	4
<hr/>				
1．問題を乗り越えるのを助けてくれる誰かを探す・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2	3	4
2．あなたが現在おかれている状況について、あなたが尊敬する人 (あるいは実在しない人) ならどのように対処するかを考える	1	2	3	4
3．自分がどれだけ孤独を感じているかを考える・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2	3	4
4．「気分がすぐれないせいで自分の仕事や課題を やり遂げられないだろう」と考える	1	2	3	4
5．自分の疲労感や痛みについて考える・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2	3	4
<hr/>				
6．集中するのがどれだけ困難であるかを考える・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2	3	4
7．状況におけるポジティブな事柄や自分が学んだ事柄を 見いだそうと試みる	1	2	3	4
8．「人々は本当の私がどんな風なのかを知るだろう」と考える・・・・・・・・	1	2	3	4
9．「自分の気分を良くするために何かしよう」と考える・・・・・・・・	1	2	3	4
10．「自分はこのことに値するようなことを何かしているのだろうか」 と考える	1	2	3	4
<hr/>				
11．自分がどれだけ消極的でやる気がないと感じているかを考える・・・・・・・・	1	2	3	4
12．このようなフィーリングが続くわけでないことを思い起こす・・・・・・・・	1	2	3	4
13．「自分は家族や友人を当惑させている」と考える・・・・・・・・	1	2	3	4
14．自分がなぜ憂うつなのかを理解するために最近の出来事を分析する・・・・	1	2	3	4
15．空想・夢想したり、良いことを考える・・・・・・・・	1	2	3	4

	ほとんど なかった	ときどき あった	しばしば あった	ほとんど いつも そうだった
16. 「自分はなぜ動き出せないのだろうか」と考える	1	2	3	4
17. 「自分はなぜいつもそのようなやり方で反応するのか」と考える	1	2	3	4
18. 気分転換するためにテレビを見る	1	2	3	4
19. 自分のフィーリングから心を離すために気に入りの場所へ行く	1	2	3	4
20. 一人になって、自分がなぜこのように感じるのかを考える	1	2	3	4
21. 自分の尊敬する見解を持つ誰か（友人・家族・牧師など）と話し合う	1	2	3	4
<hr/>				
22. 過去にそのおかげで自分の気分がよくなったことを何かする	1	2	3	4
23. 状況がよくなることを願って、最近の状況について考える	1	2	3	4
24. 「外出して何か楽しいことをしよう」と考える	1	2	3	4
25. 問題を克服するために計画を立てる	1	2	3	4
26. 人々の輪の中にいる	1	2	3	4
27. 自分の仕事や勉強に集中する	1	2	3	4
<hr/>				
28. 「自分には何か間違っていることがある。そうでなければ こんな風には感じないだろう」と考える	1	2	3	4
29. 「なぜ自分は他の人にない問題を抱えているのだろうか」と考える	1	2	3	4
30. 「自分はなぜ物事をうまく処理していけないのだろうか」と考える	1	2	3	4
31. 自分がどれだけ悲しみを感じているかを考える	1	2	3	4
32. 自分の欠点、短所、過失、間違いの全てを考える	1	2	3	4
33. 楽しめることを何かする	1	2	3	4

	ほと んど な か っ た	と き ど き あ っ た	し ば し ば あ っ た	ほ い つ も そ う だ っ た
34. 何かをする元気が自分にどれだけないかを考える・・・・・・・・	1	2	3	4
35. 「自分にはこのように感じる資格はない。自分は本当に利己的だ」と考える	1	2	3	4
36. 「私の友人は自分および自分の問題点にうんざりしている」と考える・・・	1	2	3	4
37. 自分の生活をどこか改善しようと決意する・・・・・・・・	1	2	3	4
38. 友人と何か楽しいことをする・・・・・・・・	1	2	3	4
39. 自分がなぜ憂うつなのかを理解するために 自分のパーソナリティを分析する	1	2	3	4
<hr/>				
40. 自分が感じていることから逃避するために眠る・・・・・・・・	1	2	3	4
41. 自分の気持ちを他の誰かにぶつける・・・・・・・・	1	2	3	4
42. 自分の気持ちについて考えるために独りでどこかに行く・・・・・・・・	1	2	3	4
43. 食べる・・・・・・・・	1	2	3	4
44. 読む・・・・・・・・	1	2	3	4
45. 自分自身に対してどれだけ怒りを感じているかを考える・・・・・・・・	1	2	3	4
46. 自分が他の人に対してどれだけ怒りを感じているかを考える・・・・・・・・	1	2	3	4
<hr/>				
47. 以前に憂うつを感じたときのことを思い起こす・・・・・・・・	1	2	3	4
48. 「自分にはコントロールできることがある」と考える・・・・・・・・	1	2	3	4
49. 自らを孤立させ、なぜ自分が悲しみを感じているのかを考える・・・・・・・・	1	2	3	4
50. 「自分には深刻な問題点があるに違いない。そうでなければ、 これほど頻繁にこのような感じかたをしないだろう」と考える	1	2	3	4
51. 自分の憂うつな気持ちに注目することで自分自身を理解しようとする・・・	1	2	3	4
52. 自分の気持ちから気を逸らすために何か活動的なこと (例えばジョギング、エアロビクス、体操など) をする	1	2	3	4

この質問紙には、あなたが普段の生活の中で、自分に対するまわりの人の評価をどのように受け止めているかに関する12個の文章がなっています。それぞれの文章が自分の考えや行動にどの程度あてはまると思うかについて、最も近いと思うものの番号ひとつに○印をつけてください。

	全くあてはまらない	あまりあてはまらない	どちらでもない	ややあてはまる	かなりあてはまる
例. 気がかりなことはほとんどない。	1	2	3	4	5
1. 人がなんと思おうと、どうということはないとわかっているけど、自分のことを人がどう思うか気になる。	1	2	3	4	5
2. 他の人が私の欠点に気づくのではないかとしばしば心配する。・・・	1	2	3	4	5
3. 他の人が自分のことを認めてくれなくても、あまり気にならない。・	1	2	3	4	5
4. どんな印象を人に与えているか、ほとんど気にしない。・・・・・・	1	2	3	4	5
5. 人に自分の欠点をみつけられるのではないかと心配だ。・・・・・・	1	2	3	4	5
6. 誰かと話しているとき、その人が自分のことをどう思っているか心配だ。	1	2	3	4	5
7. 自分がどんな印象を与えているのかいつも気になる。・・・・・・	1	2	3	4	5
8. 他の人が私のことを価値がないと思うのではないかと心配だ。・・・	1	2	3	4	5
9. 他の人が私のことをどう思うかはほとんど気にならない。・・・・	1	2	3	4	5
10. 他の人が私のことをどう思っているか、気にしすぎると思うことがときどきある。	1	2	3	4	5
11. 他の人が私をどう思っているか気にかけないほうである。・・・・	1	2	3	4	5
12. 私の友達が自分をどう思っているかをあれこれ考えてしまう。・・・	1	2	3	4	5

各項目を読んで、普段のあなたの状態に最もよく当てはまると思われる所に○印をつけてください。

例：初めて出会う状況にも上手く対応できると思う。 (はい・いいえ)

1. 慣れない社会的状況でもリラックスしている。 (はい・いいえ)

2. 非常に社会的にふるまわなければならないような状況は避けようとする。 . . (はい・いいえ)

3. 見知らぬ人と一緒にいても、容易にリラックスできる。 (はい・いいえ)

4. 人を避けたいとは特に思わない。 (はい・いいえ)

5. 私は社会的な場面でろうばいすることがよくある。 (はい・いいえ)

6. 私は社会的な場面では、いつも落ち着いて、くつろいでいられる。 . . . (はい・いいえ)

7. 異性と話をしている時はいつも気楽にしていられる。 (はい・いいえ)

8. よく知らない人とは話さないようにする。 (はい・いいえ)

9. 知らない人と知り合いになるチャンスは生かすようにしている。 (はい・いいえ)

10. 気楽な集まりでも異性があると神経過敏になったり、
緊張したりすることがよくある。 (はい・いいえ)

11. よく知らない人たちといると、いつも神経過敏になる。 (はい・いいえ)

12. 集団の中でも、いつもリラックスしている。 (はい・いいえ)

13. 人を避けたいと思うことがよくある。 (はい・いいえ)

14. 知らない人たちの中にいると、いつも居心地が悪い。 (はい・いいえ)
15. 初対面の人と会うときでも、いつもリラックスしてられる。 (はい・いいえ)
16. 人に紹介される時に、緊張し神経過敏になる。 (はい・いいえ)
17. 部屋の中に知らない人ばかりいても、そこに入っていける。 (はい・いいえ)
18. 大勢の集団に近づいて仲間入りするのは、避けようとする。 (はい・いいえ)
-
19. 目上の人から話しかけられても、気おくれせずに応対できる。 (はい・いいえ)
20. 集団の中に入ると、落ち着かなくなることが多い。 (はい・いいえ)
21. 私は引っ込み思案になりがちである。 (はい・いいえ)
22. パーティーや集会で人と話をするのは特に気にならない。 (はい・いいえ)
23. 大勢の集団の中では、めったにくつろぐことがない。 (はい・いいえ)
-
24. 社会的な用向きを避けるために、いいわけを考えることがよくある。 . . (はい・いいえ)
25. 人を引き合わせるようなことは、それほど気にならない。 (はい・いいえ)
26. 公式の社会的状況を避けようとする。 (はい・いいえ)
27. いったん決まった社会的用向きであれば、
どのような場であれ、とにかく出かけていく。 (はい・いいえ)
28. 誰か他の人と一緒にいても、リラックスできる。 (はい・いいえ)

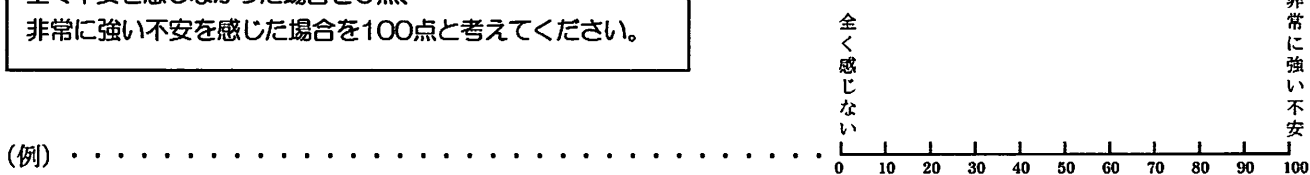
以下に20項目の質問があります。各項目をよく読んで、あなたにあてはまる
ところに○をつけて下さい。

	全くあてはまらない	少しあてはまる	ある程度あてはまる	かなりあてはまる	非常にあてはまる
例. 電話で人と話すのが苦手だ	0	1	2	③	4
<hr/>					
1. 人前で文字を書かなければならない時、不安になる	0	1	2	3	4
2. 公衆トイレを使う時、自意識過剰になる	0	1	2	3	4
3. 自分の声や、自分の話を聞いている人の存在に 突然気づくことがある	0	1	2	3	4
4. 道を歩いている時、人が自分を じっと見ていると思い、緊張する	0	1	2	3	4
5. 人という時、赤面するのではないかと怖くなる	0	1	2	3	4
6. 他の人達がすでに着席している部屋に入る時、 自意識過剰になる	0	1	2	3	4
7. 他の人に見られている時、 震えてしまうのではないかと心配になる	0	1	2	3	4
8. バスや電車で人と向かい合わせに座ったら、緊張する	0	1	2	3	4

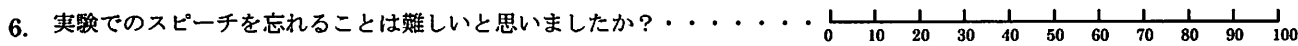
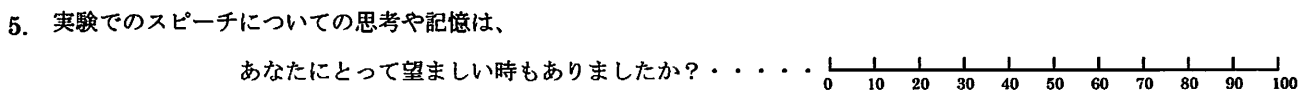
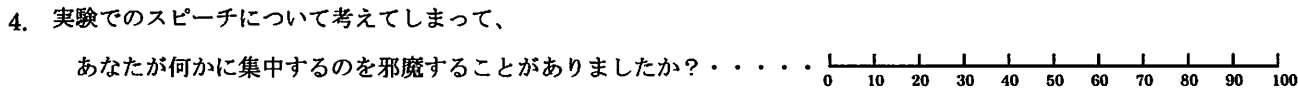
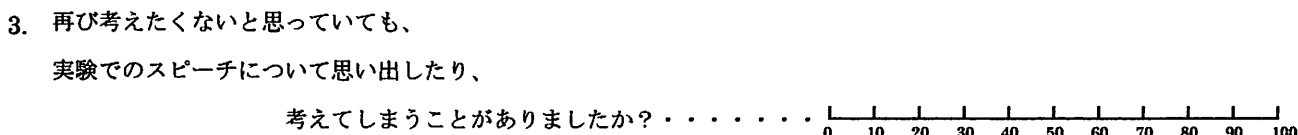
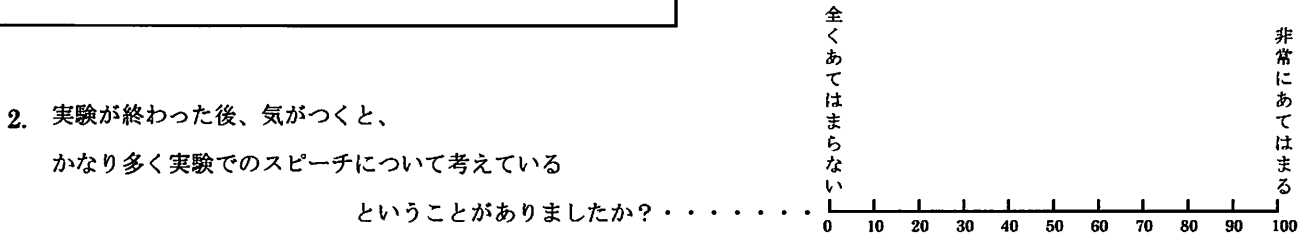
	全くあてはまらない	少しあてはまる	ある程度あてはまる	かなりあてはまる	非常にあてはまる
9. 人が自分のことをふらついているとか、病気であると 思っているかもしれないと考えパニックになる・・・	0	1	2	3	4
10. たくさんの人と一緒にいる時は、飲み物を飲みにくいと思う	0	1	2	3	4
11. レストランで知らない人と食事をする時は、 自意識過剰になる・・・	0	1	2	3	4
12. 人が自分の行動を奇妙だと思うのではないかと心配する・・・	0	1	2	3	4
13. 混雑した食堂でトレイを運ぶとしたら、緊張するだろう・・・	0	1	2	3	4
14. 人前で自分をコントロールできなくなるのでは ないかと心配する・・・	0	1	2	3	4
15. 人の注目を浴びるようなことを してしまうのではないかと心配する・・・	0	1	2	3	4
16. エレベーターに乗っている時、 人が自分を見ているのではないかと緊張する・・・	0	1	2	3	4
17. 列に並んでいる時、目立っていると感じることがある・・・	0	1	2	3	4
18. 人前で話す時、緊張する	0	1	2	3	4
19. 人前で頭が上下左右に揺れるかもしれないと心配する・・・	0	1	2	3	4
20. 人が自分を見ていることがわかると、 ぎこちなくなったり緊張したりする・・・	0	1	2	3	4

前回の実験から今日までの期間について、以下の質問に教えてください。
あなたの今の考えに一番近いところに○をつけてください。

全く不安を感じなかった場合を0点、
非常に強い不安を感じた場合を100点と考えてください。



全くあてはまらないと感じる場合を0点、
非常にあてはまると感じる場合を100点と考えてください。



7. あなたは実験でのスピーチについての考えが出ないように努力しましたか？
- 全くあてはまらない 100 非常にあてはまる
- 0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100
8. 実験でのスピーチについて何度も何度もくり返し考えた時、
実験でのスピーチに対するあなたの気持ちはだんだん悪くなりましたか？
- 0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100
9. 実験でのスピーチについて何度も何度もくり返し考えた時、
実験でのスピーチに対するあなたの気持ちは
だんだん少しずつ良くなりましたか？・・・
- 0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100
10. 実験でのスピーチについて考えたとしたら、
あなたはそれを自分の視点から見えていましたか？・・・
- 0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100
- それとも、他の人の目から見たように見えていましたか？・・・
- 0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100
11. 実験でのスピーチにあなたが取った行動や気持ちについて、
そうならないようにすることはできなかったのか
と考えたことがありましたか？・・・
- 0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100
12. 時間を戻して、もう一度実験でのスピーチをやり直すことが
できたらいいのにと考えたことがありましたか？・・・
- 0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100
13. 実験でのスピーチの結果として、あなたは同じような出来事を避けるように
なっていますか？つまり、その出来事によって同じような出来事を
避けようとしてより強く思うようになりましたか？・・・
- 0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100

各項目について、スピーチ中にどの程度注意を向けていたかを回答して下さい。

ほとんど注意を向けていない（1）～非常に注意を向けている（5）までスピーチ中のあなたの状態に最もよくあてはまると思われる数字に○をつけて下さい。

あまり考え込まず、素早く全ての項目に回答して下さい。

	ほとんど注意を向けていない				非常に注意を向けている
例. 部屋の外から聞こえる音	1	2	3	④	5
1. 聞き手がどんな態度をとっているか	1	2	3	4	5
2. 自分がどの程度リラックスしているかについて	1	2	3	4	5
3. 自分の顔色	1	2	3	4	5
4. 自分の心臓の鼓動	1	2	3	4	5
5. 聞き手がどんな表情をしているか	1	2	3	4	5
6. 自分の体温	1	2	3	4	5
7. 自分の身体反応（例：心拍数）	1	2	3	4	5
8. 聞き手が何を言っているか	1	2	3	4	5
9. 自分の汗	1	2	3	4	5
10. 聞き手が何をしているか	1	2	3	4	5
11. 聞き手の外見	1	2	3	4	5
12. 聞き手が自分をどのように見ているか	1	2	3	4	5

次の質問を読んで、現在のあなたの状態の最もよくあてはまると思われる欄に○印をつけて下さい。

	全くあてはまらない	あまりあてはまらない	あてはまる	とてもよくあてはまる
例：最近気分がよい。	1	2	③	4

1. 気が沈んで憂うつだ。	1	2	3	4
2. 朝がたは、いちばん気分がよい。	1	2	3	4
3. 泣いたり、泣きたくなる。	1	2	3	4
4. 夜よく眠れない。	1	2	3	4
5. 食欲はふつうだ。	1	2	3	4
6. やせてきたことに気がつく。	1	2	3	4
7. 便秘している。	1	2	3	4
8. ふだんよりも動悸がする。	1	2	3	4
9. 何となく疲れる。	1	2	3	4
10. 気持ちはいつもさっぱりしている。	1	2	3	4
11. いつもとかわりなく仕事をやれる。	1	2	3	4
12. 落ち着かず、じっとしてられない。	1	2	3	4
13. 将来に希望がある。	1	2	3	4
14. いつもよりいらいらする。	1	2	3	4
15. たやすく判断できる。	1	2	3	4
16. 役立つ、働ける人間だと思う。	1	2	3	4
17. 生活はかなり充実してきている。	1	2	3	4
18. 日ごろしていることに満足している。	1	2	3	4

健康アンケート

年 月 日

このアンケートは、あなたが実験に参加していただける状態であるかどうかの判断材料とさせていただきます。できるだけありのままをお答えください。

1. 現在、何か病気やケガをしている。 (はい / いいえ)
2. 現在、何か薬を飲んでいる。 (はい / いいえ)
3. 現在、極度の睡眠不足または疲労を感じている。 (はい / いいえ)
4. 現在、心理療法を受けている。
あるいは過去に心理療法を受け、特定の診断名を与えられたことがある。 (はい / いいえ)
5. 現在、あるいは実験直前に顕著な心理的苦痛
(たとえば、自殺念慮、パニック障害、重度の抑うつ症状)、
あるいはトラウマティックな体験を経験している。 (はい / いいえ)
6. その他、実験者に何か伝えておきたいことがあればお書きください。

記入が終わりましたら、お声かけください。

付 録

(第 6 章)

6-1. Speech Perception Questionnaire日本語版 (城月, 2007 : SPQ)

6-2. ミニ講義に対するアンケート

以下のリストに挙げた特徴に関して、自分自身を評価してください。
 それぞれの特徴に関して、自分のパフォーマンスがどうだったかと思うかを
 示す適切な番号に○をつけてください。あなたの評価は守秘されます。

	全くあてはまらない	ややあてはまる	あてはまる	よくあてはまる	大変よくあてはまる
例：楽しそうだった。	0	1	②	3	4

1. どもった。	0	1	2	3	4
2. 長い間会話が途切れた（5秒以上）。	0	1	2	3	4
3. そわそわした。	0	1	2	3	4
4. 「えーっと」や「あの一」と言った。	0	1	2	3	4
5. 震えているように見えた。	0	1	2	3	4

6. 汗をかいた。	0	1	2	3	4
7. 赤面した。	0	1	2	3	4
8. 顔が引きつった。	0	1	2	3	4
9. 声が震えた。	0	1	2	3	4
10. 緊張しているように見えた。	0	1	2	3	4

11. 聴衆とアイコンタクトを取り続けた。	0	1	2	3	4
12. 内容は理解できるものだった。	0	1	2	3	4
13. はっきりした声だった。	0	1	2	3	4
14. 自信があるように見えた。	0	1	2	3	4
15. 聴衆に興味を持たせ続けた。	0	1	2	3	4

16. 全体的にうまくしゃべった。	0	1	2	3	4
17. 良い印象を与えた。	0	1	2	3	4

