

所属	心理学研究科 臨床心理学専攻 修士課程	修了年度	2019 年度
氏名	宮田 円	指導教員 (主査)	高橋 稔

論文題目	内的経験の不寛容さと不安感受性が社交不安症状に与える影響
------	-------------------------------------

本文概要

【問題】 社交不安症(SAD)に対して、これまで認知行動療法 (CBT) においてエクスポージャーによる介入の有効性が立証されてきた (Bogels et al., 2010)。しかし、その離脱率が高いことも指摘されている (Swift & Greenberg, 2014)。そのため、アクセプタンス&コミットメント・セラピー(ACT)では、従来の CBT の有効性を保ちつつ、患者にとって価値ある人生の方向に移行するための支援を行うことが目指される。SAD の危険因子として、Forsyth et al. (2006) は、内的経験の不寛容さ (IIE) という概念を提唱した。IIE とは、望ましくない思考、感情などの内的な状態を管理することの困難さのことであり、体験の回避 (EA) と不快情動耐性 (DT) で構成されている。EA とは特定の内的な私的出来事を体験することを嫌悪し、回避しようとすることを指す。一方 DT は、不快な情動に耐える能力のことを指す。さらに、以前から危険因子として挙げられている不安感受性 (AS) を加味し、SAD 症状への影響を検討する。本研究を行うことで、SAD の原因究明や症状の基礎的な理解に寄与し、SAD に対する介入のターゲットを絞ることができると考えられ、研究としての意義があると言える。

【目的】 本研究では、不安感受性、DT および EA が社交不安症状に対してどの程度影響を与えるのかを検討することを目的とする。また、本研究の総括的な仮説として、「不安感受性と内的経験の不寛容さが社交不安症状に影響を与えている」を立て、検証を行った。

【方法】 都内大学生を対象に無記名式質問紙調査を実施し回答に不備のあるものを除いた 296 名 (男性 107 名、女性 189 名、平均年齢=19.92 歳、SD=1.39) の分析を行った。調査内容: a) フェイスシート b) ASI 日本語版 (村中, 2001), c) 日本語版 AAQ (松本・大河内, 2013), d) Distress Tolerance Scale 日本語版 (大江, 2001), e) Liebowitz Social Anxiety Scale (LSAS) 日本語版 (朝倉他, 2002) であった。分析方法: 各尺度の平均と標準偏差を算出した後、各尺度の相関係数を算出し、男女差の検討を行った。次に、本研究の仮説を検証するために、ASI, DTS, AAQ を独立変数、社交不安症状を従属変数とした、強制投入法を用いた階層的重回帰分析を行った。

【結果と考察】 AS と DT については個人内の特性であることと、AS・DT・EA の 3 つの概念は、SAD 症状に対して一次的に影響を与えていることが示唆された。また、SAD 症状「恐怖感/不安感」を従属変数とした場合には、AAQ の下位因子「Action」と DTS の下位因子「耐性」因子がにわずかに影響を与えていることが明らかとなったことから、EA に対しては介入によって操作が可能であることがわずかながら示唆された。このことから、価値に沿った文脈での行動を促す目的のもと心理教育や教示を繰り返し行っただけで恐怖に暴露することによって症状軽減に寄与することができると推察される。

【課題と展望】 本研究の課題として、主にサンプルについての問題が挙げられ、AAQ で測定している「体験の回避」の概念の広範さや、臨床的な症状に近いサンプルのデータが少なかったということが本研究の課題として挙げられる。また、EA に対しては介入によって操作が可能であり、価値に沿った文脈での行動を促す目的のもと心理教育や教示を繰り返し行い恐怖に暴露することによって症状軽減に寄与することができると推察される。以上のことから、社交不安症状に強い影響を与える他の心理学的要因を考慮した包括的な研究を進めるとともに、臨床サンプルにおける作用機序の検討を実施していくことが必要であると考えられる。