

青年期の否定的認知とアレキシサイミアに関する 臨床心理学的研究

人間文化学研究科 人間行動論専攻 行動発達論講座 すやま かずみ
陶山 和美

論文要旨：

本論文は、筆者が不安の強さと自己を否定的にとらえている自己認知との関連を考える中で「うつと不安の両者はそれほどはっきりと別々の問題として扱えるのだろうか」という疑問を持ったことから始まった研究である。これを出発点として精神的健康と自己認知、自己の情動の認知や制御、それらに関連する親子関係について一連の研究を行い、博士論文として報告した。キーワードとしては「不安と抑うつ（精神的健康）」、「否定的自己認知」、「認知的感情制御方略（自己の情動の制御）」、「アレキシサイミア（自己の情動の認知）」、「親子関係」があげられる。本論文の構成は以下のとおりである。

- 第1章 序論
- 第2章 不安と抑うつの併存群に対する反芻および否定的自己認知の関連
- 第3章 非臨床群のアレキシサイミア傾向に対する心理学的研究の意義
－情動認知と自己理解に注目して－
- 第4章 大学生のアレキシサイミア傾向と認知的感情制御方略、精神的健康の関連
- 第5章 青年期のアレキシサイミア傾向と親からの精神的自立と親への親密性
－不安と抑うつ、認知的感情制御方略との関連－
- 第6章 親子関係、アレキシサイミア、認知的感情制御方略、精神的健康度の関連における包括的モデルの検討
- 第7章 終わりに

以下に、本文の内容を要約して述べる。

(1) 不安、抑うつ、認知の偏りの関連

歴史的には、不安と抑うつの両者の違いとそれぞれの特異的な認知要因が強調されてきたが、近年は臨床的な観点から不安とうつはそもそも併存する率が高いこと、その併存状態に対する介入についての議論がされている。第2章では、これまで不安や抑うつとの関連が報告されてきた特異的な認知要因で

ある「反芻と内省」、「否定的自己認知」が抑うつと不安の併存群においてどのように関連しているのかを質問紙調査を行い検討した。その結果、反芻が不安と抑うつに共通する心理障害であることを確認するとともに、併存群は最も重症であることがわかった。

(2) 自己の情動を認知し制御することの困難

次に、両者に共通する問題として感情調整の障害を指摘した。さらに、この感情調整には認知的要因も関連しており、それは発達的に形成されてきたものなのではないかと考えた。そして、不安と抑うつを含む精神的健康と認知的要因に関連する感情調整の障害について検討するためにアレキシサイミアを取りあげた。

アレキシサイミアという語は、診療場面で観察された状態に対して名付けられた語であり、日本語では失感情症と訳されてきた。この訳からは「感情がない」という誤った印象を受けるが、決して感情そのものが失われているわけではなく、感情表現に困難を示しているのである。この様子は診療場面に訪れる患者だけでなく、非臨床群においても多く確認されている。

このことから、第3章以下においてアレキシサイミアを変数として含む一連の研究結果を展望し、実際に調査を行った。先行研究を展望した結果、アレキシサイミアは精神的健康と負の関連があり、さらに、解離傾向と正の関連があることや愛着の問題との関連が指摘されていた。また、脳画像研究によると、アレキシサイミア傾向の人は、脳のレベルでは、周囲の情動表現や社会的場面に対する反応は低下しているが、身体反応などの内的な反応は亢進していることが報告されていた。

(3) 精神的健康とアレキシサイミア、反芻を含む認知的感情制御方略、現在の親子関係の関連

第4章において、アレキシサイミアと認知的要因と精神的健康の3変数を扱う調査研究を行った。その結果、精神的健康が低い群はアレキシサイミア傾向が強いこと、また、反芻や自責、破局的思考がアレキシサイミア傾向を強める働きをしているという

結果が得られた。この結果や先に述べた研究背景から、第 5 章ではさらに親子関係についての質問紙を加えた調査を行った。その結果、特に心理的な自立を阻害する親子関係が子どものアレキシサイミアを促進する可能性を提示した。また、第 2 章で示された抑うつと不安の併存群の特徴について異なる尺度による再検討を行なった。その結果、不安とうつの両方が高い併存群は不安やうつが単体で高い群や健康群に比べてアレキシサイミア傾向が高いことがわかった。

最後に、第 6 章では、第 4 章と第 5 章のデータをもとに 3 変数の包括的な統計的モデルについて検討した。その結果、複数の認知要因がアレキシサイミアを促進し、アレキシサイミアが精神的健康を悪化させるという変数間の影響関係や、親子関係が複数の認知要因の形成に影響することを示唆した。このような結果から、複数の認知要因とアレキシサイミアの関わりについて同時に調べることの重要性を述べるとともに、複数の否定的認知がアレキシサイミアに関わるという結果について考察した。

氏名：陶山^{すやま}和美^{かずみ}

学籍番号：9515103

論文題目：青年期の否定的認知とアレキシサイミア
に関する臨床心理学的研究

学位名：博士（人間文化学）

学位取得日：2020 年 3 月 5 日

指導教員：石崎 淳一（神戸学院大学心理学部教授）

主査：三和 千徳（神戸学院大学心理学部教授）

副査：石崎 淳一（神戸学院大学心理学部教授）

副査：早木 仁成（神戸学院大学人文学部教授）

副査：馬場 天信（追手門学院大学心理学部教授）