

対人不安と抑うつに対する自己注目と反すうの関連性

佐々木晶子*・河崎 千枝*・岩永 誠**・生和 秀敏**

* : 広島大学生物圏科学研究科 ** : 広島大学総合科学部

Relations of self-focus and rumination to social anxiety and depression

Shoko SASAKI*, Chie KAWASAKI*, Makoto IWANAGA**, Hidetoshi SEIWA**

*: *Graduate School of Biosphere Sciences, Hiroshima University*

** : *Department of Behavioral Sciences, Faculty of Integrated Arts and Science, Hiroshima University, Higashi-Hiroshima 739-8521, Japan*

Abstract: The present study aimed to examine the relationship between self-focus and rumination and that of self-focus and rumination to social anxiety and depression. Self-focus and rumination have been reported as cognitive features of social anxiety and depression. However, there is no evidence how these cognitive aspects affect on persistences or exaggerations of symptoms, and no discussion which cognitive factors affects on anxiety or depression dominantly. A total of 323 undergraduate students completed questionnaire. As result, social anxiety is linked with public self-consciousness and depression is linked with rumination. The results indicated that a core symptom of social anxiety is public self-consciousness and that of depression is rumination.

Keyword: social anxiety, depression, self-focus, rumination

序 論

不安障害や抑うつは情動の障害が原因で生起するとされてきたが、Beck (1976) やEllis (1970) は嫌悪的な出来事を不合理で否定的に解釈する認知の歪みこそが中核の問題であり、認知の歪みの結果、否定的な情動が生起すると考えた。それ以降、認知の歪みと否定的感情との関連性の観点から不安障害や抑うつへの検討が進められることとなった。

不安障害に認められる認知的な歪みの一つに注意バイアスがある。注意バイアスとは、不安になると嫌悪的な刺激や状況に対して注意が向きやすくなることを指す (e.g., MacLeod, Mathews, & Tata, 1986; Rutter & Brosschot, 1994)。脅威語に注意が向きやすいことは、全般性不安患者 (MacLeod et al., 1986) や、高特性不安者 (藤原・生和・岩永・作村, 2002) において認められており、不安状態が高くなるとさらにその傾向が顕著になる (藤原他, 2002) ことが報告されている。それに対して、対人関係という社会的な場面において不安や緊張を強く感じる不安障害である社会不安障害 (対人不

安)では、対人不安の強い人は脅威語に対する注意バイアスが生じ、特に自己や性格に関連した社会的脅威語に対して注意バイアスが認められやすいことが示されている (Mathews & MacLeod, 1985)。注意バイアスに関する研究をまとめると、注意バイアスの認められる方向性は、全般性不安障害においては外的な脅威情報に対してであるのに対し、対人不安では内的な自己関連情報であるといえ、注意の方向性は正反対であることが分かる。

社会的不安状況の解釈について、対人不安者は他者から否定的な評価を受けているという信念を持ちやすいことが指摘されている (Amin, Foa, & Coles, 1998; de Jong, Pasman, Kindt, & van den Hout, 2001)。さらに、対人不安の高い個人は曖昧な社会的場面に対して否定的な解釈をしやすく (Stopa & Clark, 2000)、特に自己が評価の対象になっている時や自己に関連する場面において顕著であることが報告されている (Amin et al., 1998; Constans, Penn, Ihen, & Hope, 1999)。このことから、対人不安における注意の方向性や解釈の歪みが、自己の内的な情報に注意を向ける「自己注目 (self-focus)」に起因していると考えられる。

自己注目に関する理論に Duval & Wicklund (1972) の客体的自覚理論がある。客体的自覚理論では、自己と他者との関係における自己の立場を、意識の方向性の点から主體的自覚 (subjective self-awareness) と客体的自覚 (objective self-awareness) に分けている。主體的自覚は意識の対象が外界に向けられていて、自己を行為の主体と感じている状態のことであり、客体的自覚は意識の対象が自分自身に向けられていて、自己を意識の客体としてとらえている状態である。自己に対して注意が向けられている客体的自覚が対人不安と関係していると考えられている。さらに Buss (1980) は、客体的自覚を、他者によって観察することのできない自己の内的側面に注意が向いている私的自覚 (private self-awareness) と他者から観察可能な自己の側面に対して注意が向いている公的自覚 (public self-awareness) に分けている。自己を客体として認識し、自己注目している状態である公的自覚が対人不安を高めると言われている。

Clark & Wells (1995) は、対人不安者は他者から見られていると意識することで、他者からよく見られたいと思うものの、うまく自分が振る舞うことができないと懸念することで自己に対する注意を高めることになる、すなわち自己注目の状態になると指摘した。つまり、注意の方向がはじめ他者に向けられていたのが、自己に対して向けられるという注意の転換が生じると考えた。その結果として、さらに対人不安は高まり、逃避行動が生じることになる。

このように、対人不安者は、他者から見られているということを実感し、自己に対して注意を向けること (自己注目) で不安が高まっているといえる。対人不安においては、認知課題においても意識の方向性においても、注意は自己の内面に向けられていることがわかる。そのため、対人不安では内的情報に対して注意が向きやすく、全般性不安障害は脅威的な外的刺激に注意が向くことから、同じ不安障害とはいえ、障害によって注意の方向性が正反対であることがわかる。対人不安とは障害の分類は異なるものの、注意の方向性が同じである障害が抑うつである。対人不安と抑うつはともに注意が内的情報に向きやすいことから、共通した処理機能が存在していることが考えられる。

抑うつの認知的特徴と注意

抑うつにおいて特徴的に認められる認知現象が反すう (rumination) である (Nolen-Hoeksema, 1991)。反すうとは抑うつ症状やその症状の結果生じる影響について繰り返し考えてしまうことを指す。落ち込んだ時に反すうをしやすくなる人は抑うつ気分が持続しやすくなること (Nolen-Hoeksema, Morrow, & Fredrickson, 1993) から、反すうが抑うつの維持・悪化に関係していると考えられている。また、反すうを行うことが抑うつの発症可能性を高め、症状の程度を悪化させ、持続期間を増加

させることが報告されている (e.g., Just & Alloy, 1997; Kuehner & Weber, 1999; Nolen-Hoeksema, 2000; Spasojevic & Alloy, 2001)。反すうは抑うつ症状やその影響について繰り返し考えることであり、ネガティブな感情に注意を向けている状態 (Nolen-Hoeksema, 1991) であることから、内的思考や感情状態という内的情報へ注意を向けた状態と言い換えることができる。

抑うつにおいても自己注目が重要な働きをしていることが指摘されている (坂本, 1998; Ingram, 1990; Pyszczynski & Greenberg, 1987)。抑うつの自己注目スタイル理論 (Pyszczynski & Greenberg, 1987) によると、抑うつの発生や持続や悪化には、抑うつの自己注目スタイルが影響していると考えられている。抑うつの自己注目スタイルとは、ネガティブな出来事が起こると自己に注目し、ポジティブな出来事が起こると自己注目を避けるという抑うつの人が持つ傾向である。抑うつ傾向の高い人の方が自己に注目すると、ネガティブな感情が増大し (Glibons, Smith, Ingram, Pearce, Brehm, & Schroeder, 1985)、ネガティブな出来事が他者よりも自分に生じやすいと考え (Pyszczynski, Holt, & Greenbaer, 1987)、ネガティブな出来事を自己へ帰属しやすくなり (Greenberg, Pyszczynski, Burling, & Tibbs, 1992)、ネガティブな自己関連の出来事を想起しやすいことが報告されている (Pyszczynski, Hamilton, Herring, & Greenberg, 1989)。このことから対人不安と同様に、抑うつの人が自己注目をすることでネガティブな影響が生じると考えられる。対人不安と抑うつは、DSM-IV (American Psychiatric Association, 1994) では不安障害と気分障害という異なる障害群に区別されているにも関わらず、自己注目という共通した認知的特徴が存在することから、類似した認知処理が行われている可能性が考えられる。

一方、抑うつの反すう研究が不安障害に応用され、対人不安においても反すうとの関連が指摘されている (e.g., Kocovski, Endler, Rector, & Flett, 2005; Mellings & Alden, 2000)。このため、反すうと自己注目が対人不安でも抑うつでも使用される概念となってきた。しかし、対人不安と抑うつにおける反すうと自己注目について、両者を異なる処理として扱っている研究 (e.g., Just & Alloy, 1997; Kuehner & Weber, 1999; Nolen-Hoeksema, 2000; Spasojevic & Alloy, 2001) があれば、両者を同義に扱っている研究 (e.g., Teasdale, 1999; Watkins, 2004) もあり、反すうと自己注目の相互の関係性が明らかにされていない。そのため、本研究は自己注目と反すうが対人不安や抑うつとどのような関係性を持つのかについて検討することを目的とした。

対人不安や抑うつにおいては自己注目や反すうが共通して認められることから、自己注目と反すうの間には正の関連があると考えられ、双方ともに対人不安や抑うつと関連していると考えられる。さらに、自己注目と反すうは概念上は区別されているが、内的情報に注意が向いてしまい、その結果、症状を維持・悪化させるという認知機能は同じであると考えられる。このため、自己注目と反すうはそれぞれ対人不安、及び抑うつと同程度に関連していると考えられる。

自己注目の特性として自己意識 (self-consciousness) がある (Fenigstein, Scheier, & Buss, 1975)。自己意識は、他者からは観察できない自己の側面に対して注意がどの程度向いているかを示す私的自己意識 (private self-consciousness) と他者から観察できる自己の側面に対して注意がどの程度向いているかを示す公的自己意識 (public self-consciousness) に分類される (Fenigstein et al., 1975)。公的自己意識と私的自己意識を比べると、前者の方が対人不安をよく予測できると報告されている (Darvill, Johnson, & Danko, 1992)。一方、抑うつにおいては私的自己意識が複数の抑うつの尺度との間に正の相関があることが示されている (e.g., Smith & Greenberg, 1981; Ingram & Smith, 1984; Smith, Ingram, & Roth, 1985)。このため、対人不安と抑うつの認知処理過程は類似しているが、自己注目の特性である自己意識という点において両者は異なる認知処理が行われていると考えられる。そこで本研究では、対人不安と抑うつの認知処理過程を検討する上で、自己注目や反すうとともに自

己注目の特性である自己意識も含めて対人不安や抑うつとの関連を検討した。

本研究の目的

本研究では、自己注目と反すうがどのような関係にあるのかを検討することを目的とした。また、自己注目と反すう、及び自己意識が対人不安や抑うつとどのような関係にあるのかを共分散構造方程式モデリングによるパス解析を行うことで、自己注目と反すうが対人不安と抑うつの双方に関連しているのか、あるいはどちらかの主要な規定要因になっているのかについて明らかにする。

予 測

1. 自己注目と反すうは正の相関が認められる
2. 自己注目と反すうは対人不安と正の関連を示す
3. 自己注目と反すうの認知機能が同じであるなら、自己注目と反すうは対人不安と同程度に関連する
4. 自己注目と反すうは抑うつと正の関連を示す
5. 自己注目と反すうの認知機能が同じであるなら、自己注目と反すうは抑うつと同程度に関連する
6. 公的自己意識は対人不安と正の関連を示す
7. 私的自己意識は抑うつと正の関連を示す

パス解析の予測モデルをFigure 1に示した。

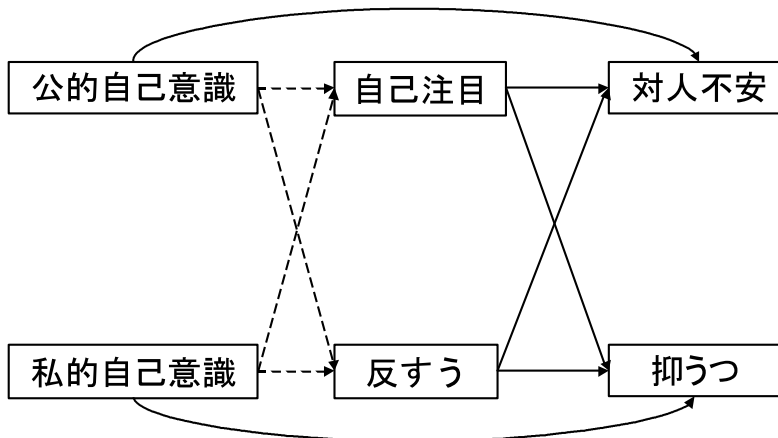


Figure 1 パス解析の予測モデル図

方 法

調査時期と調査対象者

調査は2005年5月に実施した。心理学の講義後、大学生360名に対し集団法で実施し、回収した。記入漏れがあった37名を除外し、323名（男性192名、女性131名、平均年齢18.51歳、 $SD=1.19$ ）を分析対象とした。

質問紙の構成

尺度は以下の5つの尺度を用い、いずれも「1：全くあてはまらない」から「5：非常にあてはまる」の5件法で回答を求めた。

対人不安 他者からの否定的評価に対する社会的不安測定尺度 (Fear of Negative Evaluation Scale) 短縮版 (FNE; 笹川・金井・村中・鈴木・嶋田・坂野, 2004): 対人不安の特徴の一つである否定的評価懸念を測定する尺度であり、全12項目を用いた。

抑うつ SDS (self-rating depression scale) 自己評価式抑うつ性尺度 (SDS; Zung, 1965): 抑うつを測定する尺度であり、全20項目を用いた。

自己注目 Focus of Attention Questionnaire (FAQ; Woody, 1996): 社会的相互作用場面における注意の方向性を測定する尺度であり、「self-focus」因子5項目、「external-focus」因子5項目、計10項目を日本語に訳して用いた。

反すう ネガティブな反すう尺度 (伊藤・上里, 2001): ネガティブな反すうを測定する尺度であり、「ネガティブな反すう傾向」因子7項目、「ネガティブな反すうのコントロール不可能性」因子4項目、filler item 3項目の全14項目を用いた。また、よく考える嫌なことの内容について自由回答を求める欄を設けた。

自己意識 自己意識尺度 (self-consciousness scale) 日本語版 (菅原, 1984): 自己注目の特性である自己意識の強さを測定する尺度であり、菅原 (1984) の因子分析結果より、「私的自意識」と「公的自意識」から因子負荷量の高い順に各5項目を選定し、計10項目を用いた。

分析方法

尺度ごとに因子分析を行い、分析で使用する項目を確定した。抽出された項目から因子名をそれぞれ決定し、各因子および尺度全体の平均値を算出した。また、信頼性の指標としてクロンバックの α 係数を算出した。

自己注目と反すうの関連を検討するために相関分析を行った。さらに、抑うつと対人不安を統制した偏相関分析を行った。

パス解析で使用する変数間の相関分析を行い、予測との相違を確認した上で共分散構造分析であるパス解析を実施した。さらに、抑うつや対人不安の特徴を先鋭化するために、各症状の得点の高い者を中央値折半法により抽出し、各症状毎に再度パス解析を実施した。

結 果

各尺度の因子分析

尺度ごとに因子分析 (主因子法、バリマックス回転 (自己意識尺度、FAQ) もしくはプロマックス回転 (ネガティブな反すう尺度)) を行った。初期の共通性が.30以下の項目、及び因子負荷量が2因子にわたって.34以上を示した項目を削除し、再度因子分析を行った。抽出された因子についてはそれぞれクロンバックの α 係数を算出した。

FNEは1因子が抽出された (累積寄与率=50.64%)。FNEは12項目で構成され、高い内的一貫性を示した ($\alpha = .92$)。

SDSは臨床項目としての性質が強く、項目得点は正規分布していないため、因子分析を行わずクロンバックの α 係数のみを算出した。その結果、SDSは20項目で構成され、高い内的一貫性を示した ($\alpha = .84$)。

自意識尺度は2因子が抽出された(累積寄与率=61.63%)。第一因子は、「しばしば、自分の心を理解しようとする」といった項目を含んでいたため、他者から直接観察することができない自己の側面へ向ける注意の程度を測定する「私的自己意識」と命名した。私的自己意識は5項目で構成され、高い内的一貫性を示していた($\alpha = .88$)。第二因子は、「人前で何かする時、自分のしぐさや姿が気になる」といった項目を含んでいたため、他者が観察することができる自己の側面へ向ける注意の程度を測定する「公的自己意識」と命名した。公的自己意識は5項目で構成され、高い内的一貫性を示した($\alpha = .89$)。

FAQは2因子が抽出された(累積寄与率=54.00%)。第一因子は、「自分がどのくらい不安を感じているかということが気になってしまう」といった項目が含まれていたため、他者が観察することができない自己の側面へ注意を向けている状態を測定する「自己注目」と命名した。自己注目は3項目で構成され、高い内的一貫性を示していた($\alpha = .82$)。第二因子は、「相手の外見や服装が気になってしまう」といった項目が含まれていたため、自己の外部へ向ける注意の程度を測定する「外的注目」と命名した。外的注目は3項目で構成され、中程度の内的一貫性を示した($\alpha = .71$)。

ネガティブな反すう尺度は2因子が抽出された(累積寄与率=59.03%)。第一因子は、「一度嫌なことを考え始めると、そればかりを途切れなく考え続ける方だ」といった項目が含まれていたため、「反すう傾向」と命名した。反すう傾向は5項目で構成され、高い内的一貫性を示していた($\alpha = .89$)。第二因子は、「嫌なことを考えている時でも、頭をきりかえてそれ以外のことが考えられる(反転項目)」といった項目から、「コントロール不可能性」と命名した。コントロール不可能性は3項目で構成され、中程度の内的一貫性を示していた($\alpha = .75$)。本研究では、2因子は概念的に類似しているため1つに集計し、「反すう」と命名して分析に用いた。「反すう」は8項目で構成され、高い内的一貫性を示した($\alpha = .87$)。

以上の結果から、尺度及び各因子の信頼性は保証されていた。よって、本研究では、対人不安の指標としてFNE、抑うつ指標としてSDS、自己注目の特性である自己意識のうち、公的自己意識の指標として自意識尺度の「公的自己意識」因子、私的自己意識の指標として自意識尺度の「私的自己意識」、自己注目の状態である自己注目の指標としてFAQの「自己注目」因子、反すうの指標としてネガティブな反すう尺度の「反すう」を使用した。分析に用いる変数の平均値と標準偏差を算出した結果をTable 1に示した。平均値は1-5点中2.09-3.24であり、中程度だった。また、標準偏差は.61-1.02であり、変数よる大きな違いは認められなかった。

Table 1 各変数の平均値と標準偏差

	平均	SD
対人不安	3.24	0.90
抑うつ	2.60	0.61
私的自己意識	3.06	1.00
公的自己意識	3.30	0.95
自己注目	2.09	1.02
反すう	2.94	0.91

自己注目と反すうの相関・偏相関

自己注目と反すうの相関分析を行った結果、自己注目は反すう($r = .39$)と正の相関が認められた。次に、対人不安を統制した偏相関分析を行った結果、自己注目は反すう($r = .20$)と正の相関が認められた。さらに、抑うつを統制した偏相関分析を行った結果、自己注目は反すう($r = .22$)と正の相

関が認められた。これは予測 1 を支持する結果であった。

各変数の相関

パス解析に使用する各変数間の相関分析を行い、その結果をTable 2に示した。自己注目は対人不安 ($r=.52$)、抑うつ ($r=.38$) と正の相関が認められ、反すうは対人不安 ($r=.44$)、抑うつ ($r=.56$) と正の相関が認められた。この結果は、予測 2、4 と同様の相関関係が得られたことを示す。公的自己意識は対人不安 ($r=.81$) と正の相関が認められ、予測 6 と同様の相関関係が得られた。しかし、抑うつと私的自己意識 ($r=.06$) との間の相関が有意ではなく、公的自己意識 ($r=.30$) との相関が有意であり、予測 7 と異なる結果であった。

Table 2 各変数間の相関分析 (N=323)

	対人不安	抑うつ	私的自己意識	公的自己意識	自己注目	反すう
対人不安	—	0.41**	0.23**	0.81**	0.52**	0.44**
抑うつ		—	0.06	0.30**	0.38**	0.56**
私的自己意識			—	0.37**	0.27**	0.16**
公的自己意識				—	0.50**	0.38**
自己注目					—	0.39**
反すう						—

** $p < .01$

各変数と対人不安、抑うつとの関連

パス解析を行った結果と標準化推定値をFigure 2に示した。本研究では最も適合度の高いモデルを採用した ($\chi^2(3)=3.737, ns, GFI=.996, RMSEA=.028, AIC=39.737$)。公的自己意識からは、自己注目、反すう、対人不安へ正のパスが得られたが、抑うつへの有意なパスは得られなかった。私的自己意識からは、自己注目へ正のパス、対人不安へ負のパスが得られたが、反すうや抑うつへの有意なパスは得られなかった。自己注目からは、対人不安、抑うつへ正のパスが得られた。反すうから

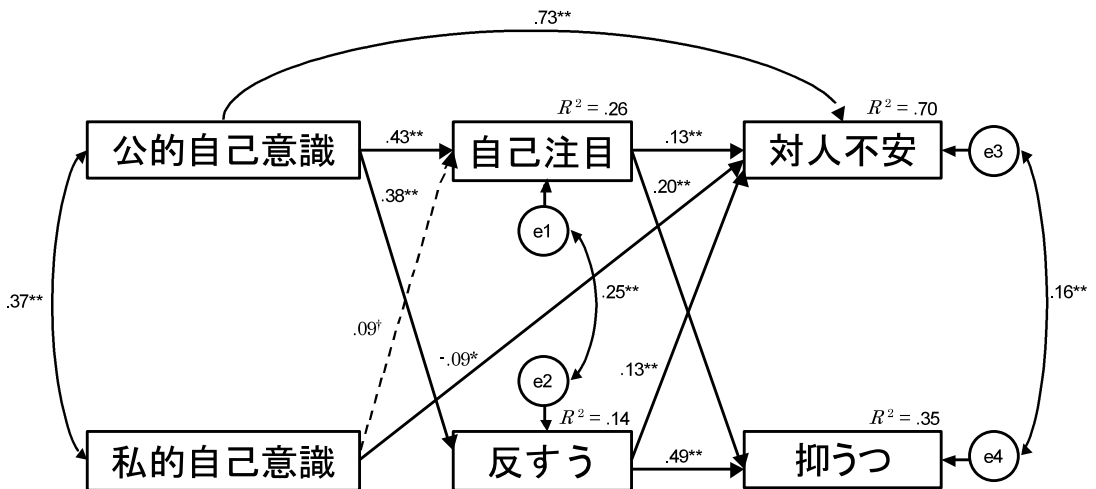


Figure 2 対人不安、抑うつと各変数の関連 (N=323)
 ** $p < .01, *p < .05, †p < .10$

は、対人不安、抑うつへ正のパスが得られた。以上の結果をまとめると、自己注目と反すうは対人不安、抑うつと正の関連が認められた。対人不安においては、自己注目からのパス係数 (.13) と反すうからのパス係数 (.13) は同値で公的自己意識からのパス係数 (.73) が大きい値を示した。また、抑うつにおいて、自己注目 (.20) からのパス係数よりも反すう (.49) からのパス係数の方が大きい値を示した。次に、対人不安や抑うつ傾向の高い者のみを対象とし、同様の分析を行った。

対人不安高群と各変数との関連

対人不安得点を中央値折半し、得点の上位159名を分析対象とした。対人不安高群において、対人不安得点の平均値は1-5点中3.99 ($SD=.52$) であった。パス解析を行った結果と標準化推定値をFigure 3に示した。本研究では最も適合度の高いモデルを採用した ($\chi^2_{(2)}=.296$, ns , $GFI=.999$, $RMSEA=.000$, $AIC=26.296$)。公的自己意識からは、自己注目、反すうへ正のパスが得られ、対人不安へ正のパスが得られた。私的自己意識からは、自己注目へ正のパスが得られたが、反すうへの有意なパスは得られなかった。自己注目、反すうからは対人不安へ正のパスが得られた。以上の結果をまとめると、対人不安高群において、自己注目と反すう、及び公的自己意識から対人不安へ正のパスの関連が認められた。また、自己注目 (.15) からのパス係数と反すう (.20) からのパス係数は同程度であったが、公的自己意識 (.53) からのパス係数が大きい値を示した。

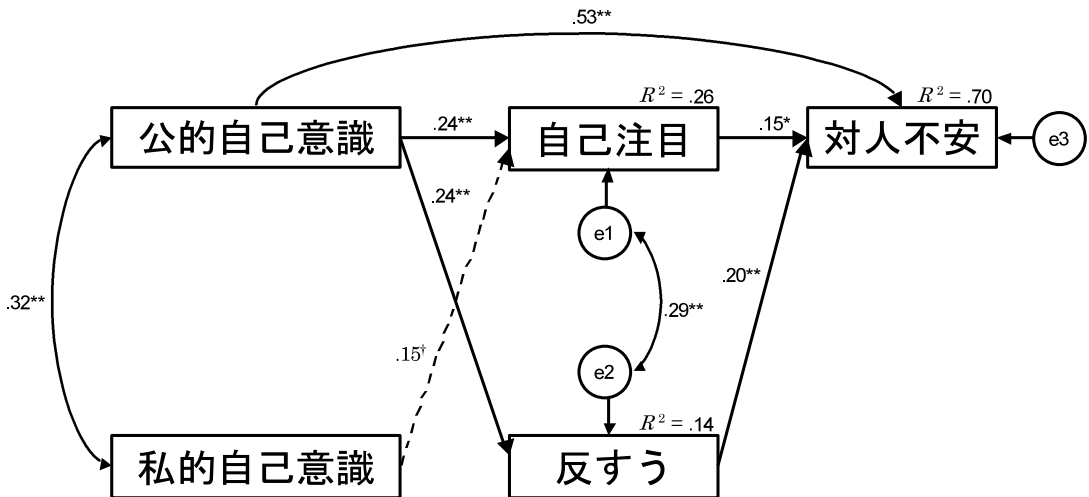


Figure 3 対人不安高群における各変数の関連 (N=159)

** $p < .01$, * $p < .05$, † $p < .10$

抑うつ高群と各変数との関連

抑うつ得点を中央値折半し、得点の上位161名を分析対象とした。抑うつ高群において、抑うつ得点の平均値は1-5点中3.09 ($SD=.40$) であった。パス解析を行った結果と標準化推定値をFigure 4に示した。本研究では最も適合度の高いモデルを採用した ($\chi^2_{(5)}=.581$, ns , $GFI=.986$, $RMSEA=.032$, $AIC=25.809$)。公的自己意識からは、自己注目、反すうへ正のパスが得られたが、抑うつへの有意なパスは得られなかった。私的自己意識からは、反すう、自己注目や抑うつへ有意なパスは得られなかった。自己注目からは抑うつへ有意なパスは得られず、反すうからは抑うつへ正のパスが得

られた。以上の結果をまとめると、抑うつ高群において、私的自己意識及び自己注目と抑うつに関連は認められず、反すう (.45) のみが抑うつと正の関連を示した。

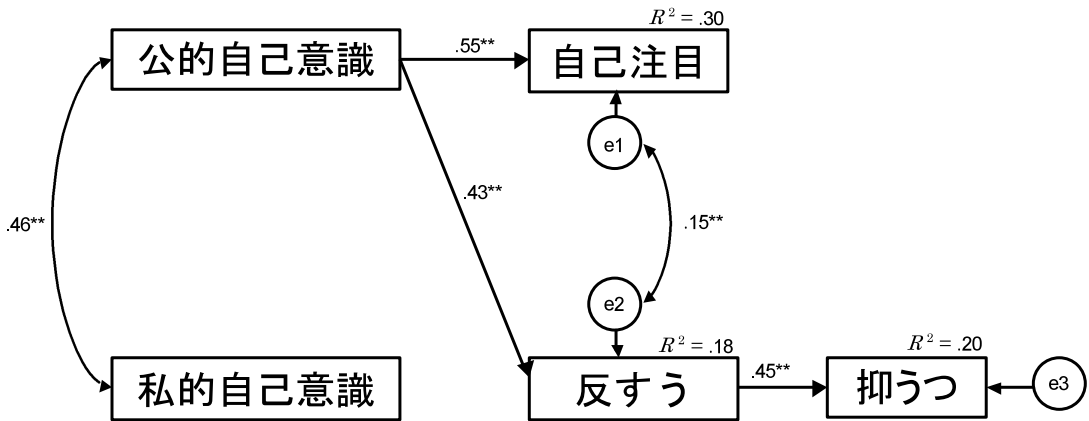


Figure 4 抑うつ高群における各変数の関連 (N=161)
** $p < .01$, * $p < .05$

考 察

本研究は、自己注目と反すうの相互関連性、自己注目、反すう、自己意識と対人不安や抑うつとの関係について明らかにすることを目的とし、相関分析、パス解析を用いて各尺度間の関連を検討した。本研究では、各症状の得点の高い者を用いたパス解析を行ったが、得点の高い者を抽出することでデータ数が少なくなり、不安定な結果となる可能性もあるため、最初に全員を対象としたパス解析を実施し、比較を行った。

本研究では、自己注目と反すうには正の相関が認められたことから予測1は支持された。また、自己注目と反すうは対人不安と正の関連を示し、それぞれの関連の強さは同程度であり、公的自己意識は対人不安と正の関連を示した。これは対人不安高群においても認められた。よって、予測2、3、6は支持された。また、自己注目と反すうは抑うつと正の関連を示し、反すうの方が抑うつと強く関連していた。抑うつ高群においては自己注目と抑うつとの関連は認められず、反すうと抑うつとの関連のみ示された。また、私的自己意識と抑うつとの関連は認められなかった。よって、予測4は支持、予測5、7は支持されなかった。

自己注目、反すうの相互関連性と対人不安、抑うつとの関連

本研究では、自己注目と反すうに正の相関が認められたことから、自己注目と反すうは類似した概念であることが示唆された。また、対人不安において、全体のデータと対人不安高群ともに自己注目、および反すうと対人不安の関連の強さは同程度であった。一方、抑うつにおいて、全体のデータでは自己注目及び反すうと抑うつに関連は認められたが、抑うつ高群においては自己注目と抑うつとの関連は消失したことから、自己注目より反すうの方が抑うつと強く関連していることが示された。このことから、対人不安においては、反すうと自己注目の認知機能が同じであると考えられる。あるいは、反すうと自己注目は定義や機能の点で非常に類似した概念であるため、尺度上で区別することが不可

能であると考えられる。それに対して、反すうは自己注目よりも抑うつ気分との関連が強いという指摘や (Nolen-Hoeksema, 1991)、抑うつ傾向の高い人は、低い人よりも自己への注目を持続させやすいという報告がされている (Greenberg & Pyszczynski, 1986)。そのため、抑うつにおいては反すうが中核症状であるとも考えられ、現段階で結論を得るに至ってはいない。以上の点に関しては、今後詳細に検討していく必要がある。

本研究では、反すうが対人不安と正の関連を示した。対人不安高群を対象とした分析でもこの関係性は認められたことから、対人不安と反すうが関連しているという Kocovski et al. (2005) らの知見は支持されたといえる。反すうは、内的思考やネガティブな感情に注意が集中し、繰り返し考えてしまう点に特徴があり (Nolen-Hoeksema, 1991)、不安障害における心配 (worry) と類似した認知的特徴といえる。心配とは、ネガティブな感情を伴い、自分ではコントロールしにくい思考やイメージの連鎖であると定義されたが (Borkovec, Robinson, Pruzinsky, & DePree, 1983)、後にイメージ的な活動ではなく、言語的・概念的な活動であると考えられている (Borkovec, Shadick, & Hopkins, 1991)。心配が生じると、外的な情報の処理から認知的評価へと注意の焦点が移り、不安に注意が集中し、心配をコントロールできなくなると報告されている (Barlow, 1988)。対人不安は不安障害の一つであるため、対人不安における反すうは心配と非常に近い概念であると考えられる。

対人不安と抑うつの認知処理過程の類似点と相違点

本研究では、自己注目や反すうとともに自己注目の特性である自己意識も含めて対人不安や抑うつとの関連を検討を行った。最近の研究では、自己意識と抑うつや不安などの否定的感情の関連についてメタ分析を行った結果、公的自己意識が対人不安と、私的自己意識が抑うつと強い関連があったことが示されている (Mor & Winquist, 2002)。

本研究の結果より、対人不安においては、公的自己意識は対人不安と強く関連していることが示された。これは Mor & Winquist (2002) らの知見を支持する結果であった。さらに、本研究では、公的自己意識の方が自己注目や反すうよりも対人不安との関連が強いことが示された。近年、社会的場面における自己注目の高まりや反すうが対人不安の維持・悪化と関係していることが指摘されている (e.g., Clark & Wells, 1995; Kocovski et al., 2005) が、本研究の結果から、とりわけ自己注目の特性である公的自己意識が重要な影響因になっていることが示唆された。一方、抑うつにおいては、私的自己意識は抑うつと関連がなかった。これは Mor & Winquist (2002) らの知見を支持しない結果であった。抑うつにおいては、反すうが強い関連を示しているため、私的自己意識の抑うつに対する影響は小さいと考えられる。

今後の課題

本研究では、自己注目と反すうが対人不安、抑うつと関連する程度が症状によって異なっていた。このような結果が得られた理由として以下に挙げる本研究の限界点が考えられる。本研究の限界点として、本研究では自己注目を私的自覚と公的自覚に分類した測定を行っていない点が挙げられる。対人不安の特徴として、社会的場面における公的自覚の高まりがある (Buss, 1980)。また、横山・坂田・黒川・生和 (1992) は、隠そうと思っている感情や欲求といった内的世界である私的自覚部分が、他者の共在によって公的自覚に変わる可能性のある事態こそ、他者の共在が最も不安と結びつきやすいと述べている。つまり、社会的場面における公的自覚の高まりや私的自覚の公的自覚化が対人不安の特徴であると考えられる。一方、抑うつ傾向の高い人の方が、私的自覚が高まるとネガティブな影響が生じることが示されていることから (e.g., Greenberg et al., 1992; Pyszczynski et al., 1989)、私的

自覚の高まりが抑うつの特徴である考えられる。以上より、対人不安と抑うつでは、自己の内部に注意が向くという点で共通しているものの、自己注目の対象は異なっていると言える。本研究で用いた自己注目を測定する項目は、私的自覚を測定するものであり、公的自覚や私的自覚の公的自覚化を測定する項目は含まれていなかった。さらに、本研究のもう一つの限界点として、自己注目を測定する尺度が社会的相互作用場面に限定したものであった点が挙げられる。このため、今後自己注目の状態を分類し、自己注目が生起する場面をそれぞれの症状に合わせて設定し、再検討する必要があるだろう。

本研究では、私的自己意識と抑うつとの間に相関が認められず、パス解析においても関連が認められなかった。このような結果が得られた理由として、自己意識を測定する尺度の問題が挙げられる。自己意識を測定する尺度は本来、対人不安の研究において作成されたものであり、抑うつにおける自己注目の特性を測定するものではない。このため、抑うつにおける自己注目の特性を測定する尺度を用いた検討を行う必要があるだろう。しかし、このような尺度は現段階では作成されておらず、今後、抑うつにおける自己注目の特性を測定する尺度の開発を含めて検討していく必要がある。

また、本研究は一般の大学生を対象として行ったため、対人不安や抑うつの高群と言っても臨床的問題を抱えている訳ではない。このため、本研究で認められた対人不安や抑うつの特徴をより先鋭化するために、今後臨床患者に対する検討を行っていく必要がある。

引用文献

- American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders, 4th edn.* Washington, DC: The American Psychiatric Association.
- Amin, N., Foa, E. B., & Coles, M. E. (1998). Negative interpretation bias in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, **36**, 945-957.
- Asmundson, G. J. G. & Stein, M. B. (1994). Selective processing of social threat in patients with generalized social phobia: Evaluation using a dot-probe paradigm. *Journal of Anxiety Disorders*, **8**, 107-117.
- Barlow, D. H. (1988). *Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic.* New York: Guilford Press.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and emotional disorders.* New York: International Universities Press.
- Borkovec, T. D., Robinson, E., Pruzinsky, T., & DePree, J. A. (1983). Preliminary exploration of worry: Some characteristics and processes. *Behaviour Research and Therapy*, **21**, 9-16.
- Borkovec, T. D., Shadick, R. N., & Hopkins, M. (1991). The nature of normal and pathological worry. In R. M. Rapee & D. H. Barlow (Eds.), *Chronic anxiety: Generalised anxiety disorder and mixed anxiety depression.* New York: Guilford Press. pp. 29-51.
- Buss, A. H. (1980). *Self-consciousness and social anxiety.* San Francisco, CA: Freeman.
- Clark, D. M., & Wells, A. (1995). *A cognitive model of social phobia.* In: Heimberg, R. G., Liebowitz, M. R., Hope, D. A., & Schneier, F. R. (Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment.* New York: Guilford Press. pp. 69-93.
- Constans, J. I., Penn, D. L., Ihen, G. H. & Hope, D. A. (1999). Interpretive biases for ambiguous stimuli in social anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, **37**, 643-651.

- Darvill, T. J., Johnson, R. C., & Danko, G. P. (1992). Personality correlates of public and private self consciousness. *Personality and Individual Differences*, **13**, 383-384.
- Duval, S., & Wicklund, R. A. (1972). *A Theory of objective self-awareness*. New York: Academic Press.
- Ellis, A. (1970). The history of cognition in psychotherapy. In F. Arthur & S. M. Karen (Eds.), *Comprehensive handbook of cognitive therapy*. New York: Plenum Press. pp.5-19.
- Fenigstein, A., Scheier, M. F., & Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, **43**, 522-527.
- 藤原裕弥・岩永誠・生和秀敏・作村雅之 (2002). 不安における注意バイアス、潜在記憶バイアスに関する研究 行動療法研究, **27**, 13-23.
- Glibons, F. X., Smith, T. W., Ingram, R. E., Pearce, K., Brehm, S. S., & Schroeder, D. J. (1985). Self-awareness and self-confrontation: Effects of self-focused attention on members of a clinical population. *Journal of Personality and Social Psychology*, **48**, 662-675.
- Greenberg, J., & Pyszczynski, T. (1986). Persistent high self-focus after failure and low self-focus after success: The depressive self-focusing style. *Journal of Personality and Social Psychology*, **50**, 1039-1044.
- Greenberg, J., Pyszczynski, T., Burling, J., & Tibbs, K. (1992). Depression, self-focused attention, and the self-serving attributional bias. *Personality and Individual Differences*, **13**, 959-965.
- Ingram, R. E., & Smith, T. W. (1984). Depression and internal versus external focus of attention. *Cognitive Therapy and Research*, **8**, 139-152.
- Ingram, R. E. (1990). Self-focused attention in clinical disorders: Review and a conceptual model. *Psychological Bulletin*, **107**, 156-176.
- 伊藤拓・上里一郎 (2001). ネガティブな反すう尺度の作成とうつ状態との関連性の検討 カウンセリング研究, **34**, 31-42.
- de Jong, P. J., Pasman, W., Kindt, M., & van den Hout, M. A. (2001). A reaction time paradigm to assess (implicit) complaint-specific dysfunctional beliefs. *Behaviour Research and Therapy*, **39**, 101-113.
- Just, N., & Alloy, L. B. (1997). The response styles theory of depression: test and an extension of the theory. *Journal of Abnormal Psychology*, **106**, 221-229.
- Kocovski, N. L., Endler, N. S., Rector, N. A., & Flett, N. A. (2005). Ruminative coping and post-event processing in social anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, **43**, 971-984.
- Kuehner, C., & Weber, I. (1999). Responses to depression in unipolar depressed patients: an investigation of Nolen-Hoeksema's response styles theory. *Psychological Medicine*, **29**, 1323-1333.
- MacLeod, C., Mathews, A., & Tata, P. (1986). Attention bias in emotional disorders. *Journal of Abnormal Psychology*, **95**, 15-20.
- Mathews, A. M. & MacLeod, C. (1985). Selective processing of threat cues in anxiety states. *Behavior Research and Therapy*, **23**, 563-569.
- McEwan, K. L. & Devins, G. M. (1983). Is increased arousal in social anxiety noticed by others? *Journal of Abnormal Psychology*, **92**, 417-421.
- 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.
- Mor, N., & Winquist, J. (2002). Self-focused attention and negative affect: A meta-analysis.

- Psychological Bulletin*, **128**, 638-662.
- Nolen-Hoeksema, S. (1991). Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of Psychology*, **100**, 569-582.
- Nolen-Hoeksema, S. (2000). The role of rumination in depressive disorders and mixed anxiety/depressive symptoms. *Journal of Abnormal Psychology*, **109**, 504-511.
- Nolen-Hoeksema, S., Morrow, J., & Fredrickson, B. L. (1993). Response styles and the duration of episodes of depressed mood. *Journal of Abnormal Psychology*, **102**, 20-28.
- Pyszczynski, T., & Greenberg, J. (1987). Self-regulatory perseveration and the depressive self-focusing style: A self-awareness theory of reactive depression. *Psychological Bulletin*, **102**, 122-138.
- Pyszczynski, T., Holt, K., & Greenberg, J. (1987). Depression, self-focused attention, and expectancies for positive and negative future life events for self and others. *Journal of Personality and Social Psychology*, **52**, 994-1001.
- Pyszczynski, T., Hamilton, J. C., Herring, F. H., & Greenberg, J. (1989). Depression, self-focused attention, and the negative memory bias. *Journal of Personality and Social Psychology*, **57**, 351-357.
- Ruiter De C. & Brosschot, J. F. (1994). The emotional stroop interference effect in anxiety: attentional bias or cognitive avoidance? *Behaviour Research and Therapy*, **32**, 315-319.
- 坂本真士 (1998). 自己注目と抑うつ — 抑うつの発症・維持を説明する3段階モデルの提起 — 心理学評論, **41**, 283-302.
- 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 — 行動療法学研究, **30**, 87-98.
- Smith, T. W., & Greenberg, J. (1981). Depression and self-focused attention. *Motivation and Emotion*, **5**, 323-331.
- Smith, T. W., Ingram, R. E., & Roth, D. L. (1985). Self-focused attention and depression: Self-evaluation, affect, and life stress. *Motivation and Emotion*, **9**, 381-389.
- Spasojevic, J., & Alloy, L. B. (2001). Rumination as a common mechanism relating depressive risk factors to depression. *Emotion*, **1**, 25-37.
- Stopa, L., & Clark, D. M. (2000). Social phobia and interpretation of social events. *Behaviour Research and Therapy*, **38**, 278-283.
- 菅原健介 (1984). 自意識尺度 (self-consciousness scale) 日本語版作成の試み 心理学研究, **55**, 184-188.
- Teasdale, J. D. (1999). Emotional processing, three models of mind and the prevention of relapse in depression. *Behaviour Research and Therapy*, **37**, s53-s77.
- Watkins, E. (2004). Adaptive maladaptive ruminative self-focus during emotional processing. *Behaviour Research and Therapy*, **42**, 1037-1052.
- Woody, S. R. (1996). Effects of focus of attention on anxiety levels and social performance of individual with social phobia. *Journal of Abnormal Psychology*, **105**, 61-69.
- 横山博・坂田桐子・黒川正流・生和秀敏 (1992). 他者共在が不安に及ぼす影響 — SOCIAL ANXIETY についての実験的研究(1) — 実験社会心理学研究, **32**, 34-44.
- Zung, W. W. K. (1965). A self-rating depression scale. *Archives of General Psychiatry*, **12**, 63-70.