学位（博士）論文　要旨

# 心理的ウェルビーイングの向上が全般性不安症状に影響を与えるプロセスの検討

竹　林　由　武

広島大学大学院総合科学研究科

# A Preventive Process of Psychological Well-Being on the Development of Generalized Anxiety Symptom.

Yoshitake TAKEBAYASHI

Graduate School of Integrated Arts and Sciences, Hiroshima University

## 論文の要旨

## 第一章　序論

全般性不安障害は，過剰な心配を中核症状とする精神疾患であり，罹患者に様々な領域において重篤な支障をもたらす。全般性不安障害に対する既存の治療法は，全般性不安症状の改善に高い効果が示されているが，治療を受けた約半数の患者では，治療効果が維持されていないという問題がある。そのため，全般性不安症状の増悪防止に有効な要因を明らかにし, 全般性不安症状への作用プロセスを明らかにする研究が必要である。

近年，ポジティブ心理学の発展に伴い，人間のポジティブな心理機能の向上が精神疾患の症状の増悪を防止することに役立つ可能性が指摘されている。ポジティブな心理機能として心理的ウェルビーイングの向上が，全般性不安障害の再発予防に有効であることが報告されている。しかし，心理的ウェルビーイングの向上が全般性不安症状にいかに作用しているのかは明らかではない。

そこで，本研究では，心理的ウェルビーイングおよび全般性不安障害の中核症状である心配の双方に共通する枠組みとして，目標の達成に向けた自己制御過程に着目し，目標達成に関わる心理的ウェルビーイングの要素が，心配を選択することを促進する目標と，心配を持続させる目標のそれぞれが全般性不安症状に与える影響を調整すると想定したモデルを構成した。そして，モデルの検討に先立って，全般性不安症状を適切に測定する方法がわが国で確立していないこと，心配の選択と持続に関する認知的脆弱間の相互作用プロセスが不明確であることが, 問題点として指摘された。

## 第二章　全般性不安症状を測定する評価尺度の開発

心理的ウェルビーイングの全般性不安症状への作用プロセスを検討するに先立って，全般性不安症状の測定方法の整備が行われた。全般性不安症状を測定する方法として，DSM-IV の診断基準に対応した全般性不安症状を測定するGeneralized Anxiety Disorder Questionnaire for DSM-IV (GAD-Q-IV) の日本語版を開発し，その信頼性と妥当性の検討をした。その結果，GAD-Q-IV は1 因子構造を示し，十分な内的整合性と再検査信頼性を示

した。また, GAD-Q-IV は, 心配性傾向, 特性不安, 不確実さ不耐性と有意な正の相関を示した。さらに，GAD-Q-IV は抑うつ症状や特性不安を統制しても有意に心配性傾向の分散を説明する一方で，社交不安症状の分散を有意に説明しなかった。これらの知見から，GAD-Q-IV が十分な信頼性と因子的，併存的，弁別的妥当性をもち，診断基準と対応した全般性不安症状を測定する方法として有益であることが確認された。

## 第三章　認知的脆弱性の相互作用が全般性不安症状に影響を与えるプロセス

不確実さ不耐性，不安に対する恐れ，心配に対する否定的な評価という，全般性不安症状と強い関連が指摘されている認知的脆弱性について，それらのどれが全般性不安症状をより直接的に憎悪させるかというプロセスを検討した。各要因を重要とみなす全般性不安障害の発症•維持モデル，および各要因と全般性不安症状の関連を検討した実証研究の知見に基づき，不確実さ不耐性が，不安に対する恐れと心配の否定的な評価を介して全般性不安症状に影響を与えるという媒介プロセスを想定し，3 時点の縦断調査によってモデルの妥当を検証した。その結果，不安に対する恐れと心配に対する否定的な評価が全般性不安症状を経時的に予測することが明らかとなった。そして，不確実さ不耐性が全般性不安症状に与える影響は，不安に対する恐れと心配に対する否定的な評価によって媒介されることが明らかになった。これらの結果は，不安に対する恐れが心配を選択させる目標として，そして心配に対する否定的な評価が心配を持続させる目標として，全般性不安症状の増悪に直接影響を与える要因であることが示唆された。

## 第四章　心理的ウェルビーイングが全般性不安症状に影響を与えるプロセス

不安に対する恐怖および心配に対する否定的な評価が経時的に全般性不安症状を増悪するプロセスに対して，心理的ウェルビーイングが緩衝要因として機能するかを，2 時点での縦断調査によって検討した。その結果，不安に対する恐怖が全般性不安症状を増悪するという関係が，心理的ウェルビーイングの人生の目的の次元が高い場合に消失することが示された。また，心配に対する否定的な評価が全般性不安症状を増悪するという関係は，心理的ウェルビーイングの自律性の次元が高い場合に消失することが明らかになった。これらの知見は，１）望ましい結果を得るという促進的目標が苦痛を避けるという回避目標に基づく心配の選択を抑制する，そして，２）状況に応じた反応の切り替えによって心配の持続性が低減されるという, 自己制御理論に基づき本研究で想定した，心理的ウェルビーイングが全般性不安症状に影響を与えるプロセスに関するモデルの妥当性を支持する結果であった。

## 第五章　遅延価値割引，抑制機能が全般性不安症状に影響を与えるプロセス

目標の達成と関連する基礎的な認知機能として，促進目標への焦点化を反映する遅延価値割引と状況に応じた反応の切り替えを反映する抑制機能に着目して，それらが，不安に対する恐れおよび心配に対する否定的な評価と全般性不安症状の関係を調整するか検討した。研究4-1 では，将来の報酬に対する主観的な価値が低下しやすい場合には，不安に対する恐れが高いと全般性不安症状も高くなるという関係が示されるのに対して，将来の報酬に対する主観的な価値が低下しにくい場合には，不安に対する恐れと全般性不安症状の関係が弱くなるという緩衝効果が示された。

研究4-2 では，状況に応じて反応を切り替える抑制機能として，認知的柔軟性および心拍変動性を指標として，心配に対する否定的な評価と全般性不安症状の関係がそれらの抑制機能によって調整されるか検討した。その結果，心拍変動性が低い場合には，心配に対する否定的な評価が高いと全般性不安症状も高くなるという関係が示される

のに対して，心拍変動性が高い場合には，心配に対する否定的な評価の関係が弱くなることが示された。

また，状況に応じて反応を切り替える抑制機能の指標として用いた認知的柔軟性の成績からは，一度学習した報酬を獲得する反応への固執性が高い場合に，不安に対する恐怖と全般性不安症状の関係が消失するという調整効果が示された。この結果は，一度獲得した報酬に関しては，しばらくは追求するという反応が，全般性不安において症状を低減する方向に作用する可能性が示唆された。

これらの知見は，心理的ウェルビーイングが全般性不安症状に上位目標と下位目標の双方のレベルで作用するというモデルと整合する。

## 第六章　総合考察

第二章から第五章までの検討結果を総括し，心理的ウェルビーイングが促進的な目標の達成に関わる自己制御としての機能を有し，心配の選択段階および心配の持続段階に対して，抑制的に作用するという，自己制御プロセスに基づいた全般性不安症状の緩衝モデルを考案した。

一連の研究から，不安に対する恐怖が全般性不安症状を増悪する経路は，人生の目的が明確であることや将来の報酬に対する主観的な価値が維持されることによって，不安に対する恐怖が全般性不安症状に与える影響が抑制されることが明らかになった。このことは，不安の経験を強く恐れていても，望ましい結果の獲得に向けた目標が活性化する場合には，不安の経験を避けるために心配をするという回避目標に基づく行動の選択がされにくくなり，全般性不安症状を増悪しないというメカニズムが示唆された。

一方，心配に対する否定的な評価が全般性不安症状を増悪する経路は，自律性や心拍変動性によって緩衝されることが明らかになった。この緩衝メカニズムに関して，状況に応じて反応を切り替える抑制機能が高い場合には，心配が制御困難であると認識していても，心配の制御に固執せずに別な対象へと反応を容易に切り替えられるために，心配が持続しにくいというメカニズムが示唆された。

本研究の知見から，心理的ウェルビーイングを向上させるアプローチが全般性不安症状の予防において有効である可能性が示唆された。また，遅延価値割引や心拍変動性といった基礎的な認知機能を直接高めるような介入方法も全般性不安症状の増悪の防止において有効である可能性が述べられた。