原 著

日本語版感情制御困難性尺度の作成と 信頼性・妥当性の検討

山田圭介 つくば国際大学産業社会学部・
筑波大学大学院人間総合科学研究科
杉江 征 筑波大学人間系

Development and validation of Japanese version of Difficulties in Emotion Regulation Scale (J-DERS)

Keisuke Yamada (*Faculty of Industrial Researches and Social Services, Tsukuba International University ·
Graduate School of Comprehensive Human Science, University of Tsukuba*)
Masashi Sugie (*Faculty of Human Sciences, University of Tsukuba*)

In this study, we created J-DERS, a Japanese version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS; originally developed by Gratz and Roemer (2004)) in order to examine factor structure, reliability, and validity. The subjects included 451 undergraduate and graduate students. We conducted a survey and implemented a confirmatory factor analysis (CFA) that assumed a six-factor model of the DERS. Since initial results showed that the overall suitability was low, we implemented a CFA that assumed a four-factor model based on the four-domain theory of emotional ability presented by Gratz and Roemer (2004). As a result, the suitability proved to be higher than that obtained using the six-factor model. Concurrent validity was also confirmed through Japanese version of the negative mood regulation (J-NMR), feelings experience scale (FES), effortful control (EC), and the Japanese version of action control scale 90 (ACS-90). Moreover, internal consistency regarding each subscale of the J-DERS was confirmed.

Key words: Emotion Regulation, personality assessment, DERS

近年、感情制御 (Emotion Regulation) の重要性に注目が集まっている。たとえば、Kuo & Linehan (2009) は境界性パーソナリティ障害と感情制御の関連を指摘し、Amstadter (2008) は不安障害と感情制御の関連を論じている。しかしながら、感情制御はこれらの精神疾患の改善・治療においてのみ重要な概念ではなく、日常生活において我々が日々行っている活動であることも事実である (Gross, 1998)。例を挙げると、接客の最中に、客から理不尽なクレームを突き付けられたとき、“車を運転している最中に危険な割り込みをされたとき”などは感情制御が必要とされる状況であろう。このような場面に際したと

き、生じた感情をそのまま行動として表出してしまうことは社会生活上ふさわしくない。こういった対人関係場面において生じた不快な感情は、表出されにくい傾向があり、特にアジア圏においてそれは顕著である (Koole, 2009)。中村 (1991) はさまざまな感情喚起場面において生じる、喜び、悲しみ、嫌悪、怒り、驚き、恐れなどの感情のうち、どの感情が表出しやすいと感じるかを欧米人と日本人との比較した。そして、日本人は、幸福または驚き、悲しみ、恐れ、怒り、嫌悪の順で表出しやすいという結果を得た。実際に、感情を露わにした場合は“子供である”と言われ、怒りを抑えながら冷静に対応した場合“大人である”という評価を受けるであろう。特に、怒り感情においてはこの傾向が強いのではないだろうか。

このように、不快な感情をうまく抑えることが高い

Correspondence concerning this article should be sent to: Keisuke Yamada, 6-20-1 Manabe, Tsuchiura-shi, Ibaraki 300-0051, Japan (e-mail: keisukeyamada1008@gmail.com)

評価をもたらす一方で、感情を全く表出しないことは“何を考えているかわからない”、“冷たい”などという印象を与えることがある。感情は情緒的なコミュニケーションを円滑にするものであり、場面に応じて適度に表出することが必要である。また、感情の抑制は非常に困難な課題であり、しばしば失敗する(Wegner, Broome, & Blumberg, 1997)。以上のことから推察すると、感情の強度を個人内でうまく変化させ、状況に適合した形で表出することが社会適応上重要であると言える。

個人内に生じた感情の強さを変化させることは Emotion Regulation と定義されている (Gross, 1998)。感情制御の先行研究においては、主に不快感情の制御において、効果的な方略の検討がなされてきた。その中でも主に、一切の感情を表出しないこと (suppression) と自分が置かれた状況をポジティブに解釈し直すこと (reappraisal) が研究対象とされてきた (Gross & John, 2003 など)。また近年、これら2つの感情制御方略に加えて、acceptance という方略に焦点を当てた研究も行われている (Hoffmann, Heering, Sawyer, & Asnaani, 2009)。Acceptance とは、近年注目されている Acceptance and Commitment Therapy (以下、ACT とする) や、マインドフルネスの考え方に基づいた方略である。これらの心理療法では、認知の修正による感情の強度の変化を目的としていない。具体的には、“自分の中に生じた感情を変化させたりしようとせずにあるのまま感じてください” という指示のもと、喚起された感情の種類・強さ等をすべて体験することを求めるものである。

このように、感情制御方略の効果を検討することは、身体的・精神的健康の向上という観点において、非常に重要であると考えられる。しかしながら、臨床介入的視点に立った時、有効な方略の検討に加え、感情制御能力つまり“感情制御のうまさ”のような個人内要因にも注目する必要がある。たとえば、不安という感情を例にとって考えてみる。福西 (2007) は、社交不安障害患者は、発作が起ると自動的に頭が真っ白になったり、または“死ぬのではないか”等の破局的な認知が賦活されたりすることを報告している。また、破局的な認知はパニック障害患者に特徴的な認知である (杉浦, 2008)。このことから、社交不安障害やパニック障害などに罹患している患者は、いったん不安が喚起されてしまうと、その不安感情に圧倒されてしまうことが考えられる。不安等の感情は、時間の経過とともに自然と弱まっていくものであるが、不安という感情の扱いが苦手であるために、不安の喚起と同時にどのように制御してよいか分からず、極端な認知が起ってしまうことが推察される。しかしながら、すべての人が不安感情の制御が苦手な破局的な認知を賦活させるわけではない。いくら不安を感じたと

しても、現実的な思考の下に、適切な行動を取ることができる個人は存在している。通俗的に言えば不安の扱いがうまい個人である。一体何がその個人差を規定しているのかを検討していくことによって、感情制御のメカニズムはより理解が進み、臨床的介入にも非常に役立つと考えられる。

しかしながら、本邦には感情制御能力を測定する尺度は存在しておらず、関連が考えられる尺度に関してもいささか問題が残る。

まず、感情制御能力との関連が深いと考えられる尺度に Action Control Scale 90 (以下、ACS-90 とする) 日本語版 (宮元, 1996) がある (青林, 2008)。これは、Kuhl (1994) により作成された、日常生活において経験するネガティブな感情が生起するような状況を提示し、当面の実行すべき活動に従事するか、感情に注意を向けて活動を一時停止するかという傾向を測る二肢択一式の質問紙の日本語版である。ACS-90 はネガティブな感情が生起するような状況において、感情に左右されずに行うべき活動に従事できる (活動志向性) 傾向を測定する。Kuhl (1994) は、2つの相反する行動の選択肢が存在する状況において、より適切な選択ができる個人は、活動志向性が高いと考えた。つまり、社会的状況に適合した行動の選択が可能なのは、個人内においてうまくネガティブ感情が制御できた結果であるとしたのである (青林, 2008)。

確かに、感情制御がうまい個人は、ネガティブ感情に左右されず適切な行動を選択することができよう。その点においてこの尺度は感情制御の巧さ・苦手さと関連が深いと言える。しかしながら、ACS-90 は行動を測定する尺度である。感情が生起してから行動が表出されるまでの過程、いわゆる“個人内においてどのようにして感情を制御しているのか”という側面が反映されていない。Kennedy-Moore & Watson (1999) によれば、感情生起から表出までは“認識-受容-表出 (行動)”という過程を経ている。ACS-90 の項目には、この過程のうちの表出 (行動) の側面のみを測定していると言えよう。したがって、ACS-90 は感情制御の一側面を反映していると考えられるが、それをもって感情制御のすべての側面を測定しているとは考えにくい。

この点に関して、Gratz & Roemer (2004) が作成した Difficulties in Emotion Regulation Scale (以下、DERS とする) は、ACS-90 の測定する活動志向性と関連が深いと思われる領域を含みながら、より総合的に感情制御能力を測定する尺度である。DERS は、生じた感情を自覚して、その感情を受容し、自分が置かれている状況との兼ね合いから最適な感情制御方略を選択し、最終的に自分が従事すべき活動を遂行するという、感情喚起から行動表出までの過程が反映されている。したがって、ACS-90 において測定されな

Table 1
DERSの下位尺度と項目 (Gratz & Roemer, 2004)^{a)}

1: Nonacceptance of Emotional Responses (NONACCEPTANCE)	25) When I'm upset, I feel guilty for feeling that way. 21) When I'm upset, I feel ashamed with myself for feeling that way. 12) When I'm upset, I become embarrassed for feeling that way. 11) When I'm upset, I become angry with myself for feeling that way. 29) When I'm upset, I become irritated with myself for feeling that way. 23) When I'm upset, I feel like I am weak.
2: Difficulties in Engaging in Goal-Directed Behavior (GOALS)	26) When I'm upset, I have difficulty concentrating. 18) When I'm upset, I have difficulty focusing on other things. 13) When I'm upset, I have difficulty getting work done. 33) When I'm upset, I have difficulty thinking about anything else. 20) When I'm upset, I can still get things done. (r)
3: Impulse Control Difficulties (IMPULSE)	32) When I'm upset, I lose control over my behaviors. 32) When I'm upset, I lose control over my behaviors. 14) When I'm upset, I become out of control. 19) When I'm upset, I feel out of control. 3) I experience my emotions as overwhelming and out of control. 24) When I'm upset, I feel like I can remain in control of my behaviors.(r)
4: Lack of Emotional Awareness (AWARENESS)	6) I am attentive to my feelings.(r) 2) I pay attention to how I feel. (r) 10) When I'm upset, I acknowledge my emotions.(r) 17) When I'm upset, I believe that my feelings are valid and important.(r) 8) I care about what I am feeling. (r) 34) When I'm upset, I take time to figure out what I'm really feeling.
5: Limited Access to Emotion Regulation Strategies (STRATEGIES)	16) When I'm upset, I believe that I'll end up feeling very depressed. 15) When I'm upset, I believe that I will remain that way for a long time. 31) When I'm upset, I believe that wallowing in it is all I can do. 35) When I'm upset, it takes me a long time to feel better. 28) When I'm upset, I believe that there is nothing I can do to make myself feel better. 22) When I'm upset, I know that I can find a way to eventually feel better.(r) 36) When I'm upset, my emotions feel overwhelming. 30) When I'm upset, I start to feel very bad about myself
6: Lack of Emotional Clarity (CLARLITY)	5) I have difficulty making sense out of my feelings. 4) I have no idea how I am feeling. 9) I am confused about how I feel. 7) I know exactly how I am feeling.(r) 1) I am clear about my feelings.(r)

^{a)} (r)は逆転項目を示す

かった、行動を選択する以前に起こっている個人内過程も含まれている。以上から、現時点で感情制御能力を最も包括的に測定できる尺度といえよう。ただし、Gratz & Roemer (2004) では臨床的な介入に役立つ尺度を作成するという目的であり、能力ではなく、困難さを測定する尺度を作成している。

Gratz & Roemer (2004) によれば、感情制御に重

要な能力は、1) 個人内に生じた感情を認識することの困難、2) 個人内に生じた感情を受容することの困難、3) 限られた感情制御方略しか持っていないこと、4) ネガティブ感情が生じた状況において目標志向的に行動することという4つの領域に分けられる。

Tull & Roemer (2007) は、DERSのうち“Lack of Emotional Acceptance”, “Lack of Emotional

Awareness”と“Lack of Emotional Clarity”と体験の回避に正の相関がみられたことを示した。さらに Roemer, Lee, Salters-Pedneault, Erisman, Orsillo, & Meninn (2009) は、健常者を対象とした質問紙調査の結果から、感情制御困難性と全般性不安障害や心配、過剰な自己注目との関連を指摘している。つまり、感情制御困難性は複数の精神疾患との関連を持っており、その介入に向けて重要な概念であることが示唆される。このように、感情制御困難性を研究の対象とすることは臨床的介入や今後の研究に有効であると考えられる。

しかしながら、DERSは前述したような4領域を反映した因子解ではなく、以下の6つの下位尺度を持った尺度として作成された。それぞれ、“Nonacceptance of Emotional Responses (以下, NONACCEPTANCE)”, “Difficulties in Engaging in Goal-Directed Behavior (以下, GOALS)”, “Impulse Control Difficulties (以下, IMPULSE)”, “Lack of Emotional Awareness (以下, AWARENESS)”, “Limited Access to Emotion Regulation Strategies (以下, STRATEGIES)”, “Lack of Emotional Clarity (以下, CLARLITY)”と命名されている。下位尺度とその項目をTable 1に示す。

項目を概観すると、“GOALS”と“IMPULS”に含まれている項目は、その意味から“ネガティブ感情が生起した状況において目標志向的に行動すること”を想定して作成されたことが理解できる。それでもなお、2つの下位尺度が独立しているのは、統計的な分析を踏まえた結果と考えられる。しかしながら、先行研究の結果の中には、GOALSとIMPULSの2つの下位尺度が非常に類似していることを示したものが存在している。たとえば、McDermott, Tull, Gratz, Daughters, & Lejuez (2009) において両者の相関は、外傷後ストレス障害患者 (25名) において.74 ($p<.01$), 健常群 (33名) においても.67 ($p<.01$) と非常に高い値を示している。また、Tull, Gratz, Latzman, Kimbrel, & Lejuez (2010) は感情制御困難性と行動賦活系／行動抑制尺度 (Carver & White, 1994; 以下, BIS／BAS尺度とする), 日常的な気分の関連を検討した。その際に双方が有意な相関を示した変数は、行動抑制 (BIS-FFFS) とネガティブ気分であり、値の大きさもさほど変化は見られなかった。また、IMPULSのみが性差と有意な正の相関を示したが、その値は低かった ($r(101) = .23, p<.01$)。以上からは、この2つの下位尺度は強い正の相関関係にあり、なおかつ他概念と非常に類似した関連を示していることが理解できる。

加えて、“AWARENESS”と“CLARLITY”に関しても、先行研究を見ると“GOALS”と“IMPULS”と同様のことが考えられる。まず、Berkling, Poppe, Luhmann, Wupperman, Jaggi, & Seifritz (2012) に

おいて、“AWARENESS”と“CLARLITY”の間には $r(121) = .57$ ($p<.01$) と高い相関がみられた。また、Tull et al. (2010) では“AWARENESS”はDERSの総合得点と $r(101) = .30$ ($p<.01$) の相関を示し、“CLARLITY”との間に $r(101) = .41$ ($p<.01$) の相関がみられた。しかしながら、BIS/BAS尺度のいずれの下位尺度との相関も示さなかった。果たして、項目の意味が酷似し、他の変数と特徴的な関連も示さない下位尺度を独立させる意味があるだろうか。むしろ、原尺度の因子解を重視してこれらの下位尺度を独立させることによって、感情制御能力の4領域の想定は崩れ、理論的な矛盾をはらむことになる可能性が高い。実際に、Gratz & Roemer (2004) において当初は4領域とされていた感情制御能力は、McDermott et al. (2009) においては6領域と理論的な考察がなく書き換えられている。

つまり、DERSは、現行の因子解 (6因子) と作成時の理論的な仮定 (4領域) が乖離していると考えられる。そこで本研究においては、日本語版のDERS (以下, J-DERSとする) を作成し、原尺度が示す6因子解を想定した確認的因子分析を行う。そして適合度の値が低かった場合、その後、Gratz & Roemer (2004) が理論的に定めた感情制御能力の4領域を想定したモデルに基づき確認的因子分析を実施する。確認的因子分析によって得られた2つのモデル適合の比較を行い、どちらがふさわしいモデルであるか統計的に検討する。その際に、どちらのモデルが適合しないと判断された場合に、探索的因子分析など新たな因子構成を視野に入れた再度分析を行う。また、他概念との関連を検討することで基準関連妥当性の検討を行い、それと同時に内的一貫性をみることで尺度の信頼性分析も行う。

方 法

倫理的配慮と手続き

2010年11月下旬から12月中旬に、大学で開講されている講義にて無記名式で実施した。その際に、回答は統計的に処理され、個人が特定されることはないことや回答を中断しても不利益が生じないことを口頭、紙面にて説明した。倫理的手続きは以下同様であった。なお、本研究は筑波大学大学院人間総合科学研究科の倫理委員会の審査を経て、実施が認められている。

調査協力者

茨城県、千葉県の大学生・大学院生457名を対象とした。そのうち、回答に不備のある協力者を除いた451名 (男性192名、女性259名、平均年齢20.18歳 ± 2.22) が分析に用いた全対象者であった¹。

調査材料

J-DERS Gratz & Roemer (2004) が作成したDERSをバックトランスレーションの手續きを経て邦訳したものを使用した。バックトランスレーションの手續きは以下の通りであった。まず、筆者によって邦訳されたDERSが、感情制御困難性に関する知識のない日本語と英語のバイリンガルである第三者によって再び英訳された。次に、第一原著者であるGratzに対して、再英訳されたDERSと原版の語彙的な同義性の検討を依頼した。その結果、語彙的な同義性が確認され、原著者から使用許可が得られ、これを暫定的なJ-DERSとした。教示文は“次の文章があなたにどの程度当てはまるか、下の数字のうちから適当なものを1つ選んでそれぞれの項目の左横に記してください”とした。回答は5件法(“1. ほとんどない”, “2. まれに”, “3. しょっちゅう”, “4. だいたい”, “5. いつも”)で求められた。得点が高いほど感情制御困難性が高いことを示す。

基準関連妥当性の検討で用いた尺度

基準関連妥当性は、既存の尺度との相関分析を行うことによって検討する。原版のDERSの作成時には、Catanzaro & Mearns (1990) が作成したthe Negative mood regulation scale (以下、NMR尺度)、Acceptance and Action Questionnaire (Hayes, Strosahl, Wilson, Bissett, Pistorello, Toarmino, Polusny, Dykstra, Batten, Bergan, Stewart, Zvolensky, Eifert, Bond, Forsyth, Karekla, & McCurry, 2004; 以下、AAQとする)、Emotional Expressive Scale (Kring, Smith, & Neale, 1994; 以下、EESとする)を使用して基準関連妥当性の検討を行っていた。今回、J-DERSの作成においては原尺度の作成時に使用された尺度に相当すると考えられる日本語の既存の尺度を使用した。また原尺度の作成においては、感情制御困難性の領域の1つである、“4) ネガティブ感情が生じた状況において目標志向的に行動すること”に対応した尺度が基準関連妥当性の検討に用いられていなかった。したがって、本研究においては行動の制御を測定する尺度として、成人用エフォートフル・コントロール尺度日本語版 (Japanese version of Effortful Control Scale for Adults: 以下、ECとする) (山形・高橋・繁榊・大野・木島, 2005) と、ACS-90との関連を測定し、

J-DERSが感情制御困難性をより総合的に把握する可能性を検討する。

ネガティブ・ムード制御方略に対する期待感尺度 (Japanese version of Negative Mood Regulation Scale: 以下、J-NMRとする) (田中・沼崎, 2008) J-NMRはNMR尺度の日本語版である。25項目から構成され、1次元構造である。回答は“5. 非常にそう思う”から“1. 全くそう思わない”の5件法で求められた。得点の高さはネガティブ・ムード制御への期待感の高さを反映する。

Gratz & Roemer (2004) がDERSを作成した際にも妥当性の検討に用いられた尺度であった。先行研究では、NMRとDERSは尺度全体と各下位尺度において、すべて有意な負の相関を示していた。したがって、今回の日本語版DERSの作成においても、J-NMRを用いて妥当性検討を行うこととした。先行研究どおり、J-NMRとJ-DERSの尺度全体と各下位尺度の間に有意な負の相関が見られることによって、先行研究の結果は支持される。

感情体験尺度 (Feelings Experience Scale: 以下、FESとする) (中田, 2006) 原尺度の作成時に使用されたAAQとEESに相当する尺度として、本尺度を用いた。まず、AAQは、体験の回避傾向を測定する尺度である。体験の回避とは、個人内に起こった認知や感情を変容したり、抑制したりしようとせずにありのままを受容する傾向を測定する尺度である。AAQは公表以降改訂を繰り返し、現在はBond, Hayes, Baer, Carpenter, Guenole, Orcutt, Waltz, & Zettle (2009) によるAAQ-IIが一般的に使用されている。AAQ-IIの日本語版は、木下・山本・嶋田 (2008) が開発している。しかしながら、Bond et al. (2011) による最新版の改訂を反映したものではない。したがって、DERS作成時に使用したAAQの邦訳版ではなく、類似した概念を測定する尺度を妥当性の検討に使用することとした。また、個人内に生じた感情の表出スタイル (表出するか、抑え込むか) を測定するEESについては邦訳版が存在しない。

そこで、本研究ではAAQやEESに対応する尺度として、FESを用いることとした。FESは個人内に生じた感情の体験様式を測定する尺度である。感情の体験様式とはつまり、自分が持っている感情が何かを理解し、それを否定せずに受容し、周囲に伝えていくことである。したがって、体験の回避や感情の表出といった概念を包含していると考えられるため本尺度を採用した。

FESは17項目から構成されており、“感情の統制可能感”、“感情の尊重性”、“感情の優位性”という3因子構造である。回答は、“1. まったく当てはまらない”から“4. とても当てはまる”の4件法によって求められた。得点が高いほど、より自身の感情体験を受容・理解、うまく表現する傾向を表す。

¹ J-DERSについては全対象者の451名が回答した。しかしながら、J-NMR、FES、ECについてはそのうちの199名 (男性94名、女性105名)、平均年齢は20.67歳 ($SD=1.19$) が回答した (Sample 1)。また、ACS-90については、Sample 1とは異なる210名 (男性75名、女性135名)、平均年齢は19.58歳 ($SD=1.18$) が回答した (Sample 2)。したがって、以後の基礎統計や相関分析においては尺度毎に対象者が異なっている。なお、結果において、Sampleについて特に記述がない下位尺度や表については全対象者が回答したことを表す。

AAQはDERSの全体得点と各下位尺度と正の相関を示した。これは、内的な体験の回避と感情制御困難性に正の相関があることを示している。また、EESは、“感情の自覚困難”に相当する下位尺度と負の相関を示した。今回用いるFESは、得点が高いほど感情体験を受け入れ、うまく表現できる傾向を表す。

したがって、J-DERSはFESの尺度全体と有意な負の相関が想定された。また、下位尺度の中でも特に、感情の自覚や感情の受容に関わる下位尺度とFESの高い有意な負の相関が見られることが予測された。

EC ECは、原尺度のDERS作成時に、感情喚起時の行動的な側面を測定する尺度を妥当性の検討で用いることがなかったために、本研究で新たに追加した尺度である。注意・行動の維持や制御を測定する尺度であり、高得点であるほど、感情喚起時の課題を遂行や、注意持続することが可能なことを表す。したがって、特に感情喚起時の行動統制困難を測定する因子と高い負の相関を示すことが予測された。

ECは35項目から構成されている。“1. あてはまらない”から“4. あてはまる”の4件法によって求められた。“行動抑制の制御”，“行動始発の制御”，“注意の制御”の3因子構造である。因子ごとに得点を算出し、それぞれの能力を測定することも可能であり、尺度全体の合計得点を、実行注意の高さの得点として考えることも可能である。今回は、全体の得点を実行注意の得点として使用した。

ACS-90 青林（2008）は活動志向性を自己制御能力の中でも特に感情制御と関わりと指摘している。活動志向性とは、ネガティブな感情が喚起された際も活動に従事できることである。対極にある概念は、状態志向性である。状態志向性の高い個人はネガティブ感情に注意を向け、なかなか行動に移らない傾向が高いとされている。活動志向性の特徴から考えて、J-DERSのうちの“行動統制困難”因子と特に強い関連を持つことが推察される。しかしながら、活動志向性は感情喚起時の行動を測定しており、感情への注意は測定の対象となっていない。したがって、J-DERSのうちの“感情受容困難”や“感情自覚困難”との関連は低い、もしくは見られないことが予測された。そこで、J-DERSと活動志向性を測定する尺度である、ACS-90との関連を検討する。

ACS-90は24項目から構成されている。失敗や課題解決の場面で呈示され、その状況下での行動選択肢が2つ呈示される。行動選択肢の1つは活動志向的であり、もう一方の行動選択肢は状態志向的である。活動志向的選択肢を選択した場合は1点が与えられ、状態志向的選択肢を選択した場合は0点である。得点が高いほど活動志向的であることを示す。

結果と考察

尺度の記述統計

暫定的に作成したJ-DERSの全36項目における各回答の偏向傾向について平均値±標準偏差を算出した。その結果，“4. 自分がどう感じているかさっぱりわからない”において測定範囲（1から5）を下回る床効果が見られたため、以後の分析から除外した。なお、測定範囲5を上回る天井効果に当てはまる項目は存在しなかった。また、項目間の冗長性については、項目間相関は $r=.70$ 以下であった。

その他、基準関連妥当性を検討する目的で用いた尺度に関しても同様の手続きを行ったが、天井効果、床効果を示した項目は存在しなかったため、すべての項目を分析に使用した。

因子構造の検討

次に因子数を決定するにあたって、まず原尺度の6因子解を想定して確認的因子分析を実施した。その結果、適合度指標は $GFI=.79$, $AGFI=.76$, $CFI=.81$, $AIC=2176.01$, $RMSEA=.07$ であった。 GFI , $AGFI$, CFI , $RMSEA$ といった適合度が低かったため、Gratz & Roemer（2004）が理論的に想定していた感情制御能力の4領域に対応した因子解について確認的因子分析を実施した。具体的には原尺度の、GOALSとIMPULS, AWARENESSとCLARITYをそれぞれまとめて同一因子とした4因子解についての確認的因子分析をAmos 17.0を用いて実施した。推定値が有意ではなかった項目を削除しながら分析を繰り返し、最終的に4因子16項目のモデルとなった。なお、適合度指標は $GFI=.91$, $AGFI=.88$, $CFI=.93$, $RMSEA=.07$, $AIC=410.50$ であった。全体的な適合度は4因子解の方が良い結果となった。特に、モデル比較の際に有効とされるAIC値は4因子解の方がより低い。しかしながら、4因子解についても観測変数の影響を受けないとされる、 $RMSEA$ の値が.05を下回っていない。南風原（2002）においては $RMSEA$ の値が.05を下回ることがよいモデルの条件であるとされている。この観点から、4因子解はよいモデルの条件を満たしてはいない。その一方で、豊田（2002）は $RMSEA=.097$ のモデルに対して許容範囲とし、 $RMSEA$ 値は.10を超えなければ不適ではないと述べている。また、山本・小野寺（2002）はモデル採用の最低限の条件として $RMSEA$ が.08が以下であることを挙げている。以上から、4因子解については、 $RMSEA$ の値が若干低いものの、不適解ではないと判断した²。

² 原尺度のDifficulties in Emotion Regulation Scaleと本尺度の下位尺度数が異なることについては原著者より了承が得られている。

Table 2
4下位尺度の各項目と平均得点・標準偏差・平均値の95%信頼区間^{a)} (N=451)

		Mean	SD	95%CI
F1 感情受容困難	11) 動揺しているときは、そうした状態にある自分に怒りを感じてしまう	2.23	1.18	2.12-2.34
	12) 動揺しているときは、そうした状態にあることをきまり悪く感じてしまう	2.84	1.22	2.72-2.95
	29) 動揺しているときは、そうした状態にある自分にいらだつようになる	2.59	1.23	2.48-2.71
	30) 動揺すると、自分のことをとても不快に感じだす	2.79	1.33	2.66-2.91
F2 行動統制困難	13) 動揺しているときに、作業をやり遂げるのは難しい	3.27	1.12	3.17-3.38
	14) 動揺しているときは、感情がコントロールできなくなってしまう	2.75	1.21	2.64-2.86
	32) 動揺しているときは、自分の行動のコントロールを失う	2.58	1.22	2.47-2.69
	33) 動揺しているときに、他に何か考えるのは難しい	3.20	1.16	3.09-3.30
F3 感情制御方略の少なさ	15) 動揺しているときは、そうした状態が長く続くと思う	2.38	1.17	2.27-2.49
	16) 動揺すると、結局最後にはひどく落ち込むことになると思う	2.63	1.29	2.51-2.75
	28) 動揺しているときに、気分を良くするためにできることは何もないと思う	2.18	1.07	2.08-2.28
	35) 動揺しているとき、気分が良くなるまでに時間がかかる	2.95	1.17	2.84-3.05
F4 感情自覚困難	1) 自分の気持ちをはっきりとわかる (r)	2.37	0.90	2.29-2.46
	5) 自分の気持ちを理解するのは難しい	2.41	1.12	2.31-2.52
	7) 自分が今どう感じているか正確にわかる (r)	2.77	1.05	2.68-2.87
	9) 自分がどう感じているか戸惑う	2.33	1.05	2.23-2.42

^{a)} (r) は逆転項目を表す

Table 3
J-DERSの下位尺度と他の尺度の基本統計量

Sample	尺度名	Mean	SD	95% CI	α 係数 (項目数)
	感情受容困難	10.45	4.03	10.07-10.82	.83 (4項目)
	行動統制困難	11.80	3.84	11.44-12.15	.83 (4項目)
	感情制御方略の少なさ	10.14	3.76	9.80-10.49	.81 (4項目)
	感情自覚困難	9.88	3.19	9.60-10.18	.78 (4項目)
1 (n=199)	J-NMR	69.28	13.45	67.41-71.15	.91 (25項目)
	FES	52.58	6.44	51.70-53.49	.77 (17項目)
	EC	105.36	9.00	104.1-106.62	.87 (35項目)
2 (n=210)	ACS-90	10.66	5.04	9.97-11.34	.79 (24項目)

Table 4
J-DERSの各下位尺度間の相関^{a)}

	下位尺度	1	2	3	4
1	感情受容困難		.48**	.63**	.30**
2	行動統制困難			.66**	.28**
3	感情制御方略の少なさ				.32**
4	感情自覚困難				

^{a)} ** $p < .01$

また、各下位尺度に含まれる項目内容から、それぞれ“感情受容困難”、“行動統制困難”、“感情制御方略の少なさ”、“感情自覚困難”と命名した。各下位尺度と含まれる項目、また項目ごとの平均得点と標準偏差

並びに95%信頼区間（以下、CIと示す）をTable 2に示した。また、各基準関連妥当性の検討に用いた尺度の基本統計量をTable 3に示す。

また、Table 4に各下位尺度のそれぞれとJ-DERSの総合得点との相関を示した。

感情受容困難、行動統制困難、の2下位尺度と感情制御方略の少なさの間に、それぞれ $r = .63$ ($p < .01$)、 $r = .66$ ($p < .01$) とかなりの正の相関がみられた。また、J-DERSの総合得点と各下位尺度の間には、.60—-.86の有意な正の相関が見られた ($p < .01$)。

Table 5
J-DERSの各下位尺度と NMR, FES, EC, ACS-90 との相関^{a)}

Sample		感情受容困難	行動統制困難	感情制御方略の少なさ	感情自覚困難
1 (<i>n</i> = 199)	J-NMR	-.52**	-.49**	-.67**	-.39**
	FES	-.19**	-.23**	-.29**	-.58**
	EC	-.33**	-.48**	-.37**	-.27**
2 (<i>n</i> = 210)	ACS-90	-.34**	-.43**	-.57**	-.19**

^{a)} ***p* < .01

内的一貫性の検討

なお、J-DERS尺度合計および下位尺度の内的一貫性 α の値は、合計で.89, “感情受容困難”が.82, “行動統制困難”が.81, “感情制御方略の少なさ”が.80, “感情自覚困難”が.78であった。いずれも十分な値であると考えられ、内的一貫性の点でその信頼性が保たれていると考えられる。

基準関連妥当性の検討

Table 5にJ-DERSと4つの尺度（J-NMR, FES, EC, ACS-90）との相関分析の結果を掲載した。まず、J-DERSの各下位尺度と尺度全体の合計得点とJ-NMRとの相関係数が $r = -.38$ から $-.65$ ($p < .01$)と中程度から高い有意な負の相関を示していた。Gratz & Roemer (2004)による原尺度の作成においても、同様の結果が得られている。また、FESとJ-DERSの相関においては、“感情自覚困難”とFES得点の間かなりの負の相関が見られた ($r = -.59, p < .01$)。また、“行動統制困難” ($r = -.29, p < .01$)、“感情受容困難” ($r = -.26, p < .01$)の間にも低い有意な負の相関が見られた。さらに、ECとJ-DERSとの相関は、J-DERS全体得点と4つの下位尺度とのすべての間において有意な負の相関が示された。特に、“行動統制困難”との間かなりの有意な負の相関が見られた ($r = -.52, p < .01$)。

また、仮説どおりACS-90の合計得点（活動志向性得点）と“行動統制困難”の間に $r = -.47$ ($p < .01$)、“感情自覚困難”とは $r = -.19$ ($p < .01$)の有意な負の相関が示された。また、“感情受容困難”との間には中程度の負の相関 ($r = -.34, p < .01$)、“感情制御方略の少なさ”とはかなりの有意な負の相関が見られた ($r = -.53, p < .01$)。

また、J-DERSの総合得点と各尺度の間には、 $-.27$ — $-.68$ の有意な負の相関が見られた ($p < .01$)。

“感情自覚困難”は活動志向性との関連が弱かった。このことから、ACS-90においては“自分の感情をどのように感じているのか”と言う局面を測定の対象とした尺度ではないことが理解できる。つまり、感情制御能力の4領域モデルによって感情制御困難性を捉え

るのであれば、ACS-90には“感情の自覚”に関する観点が不足しているといえよう。以上より、J-DERSは、感情制御能力をより幅広く総合的に測定できる尺度であると考えられる。

本研究において作成したJ-DERSと既存の4尺度との間に仮説通りの相関が見られた。したがって、J-DERSは十分な基準関連妥当性を有しているといえよう。

総合考察

本研究の目的は、適応的な感情制御を抑制する個人内要因としての感情制御困難性を測定する尺度を作成することにあった。そのために、感情制御困難性を測定する質問紙であったDERSを日本語に邦訳して調査を実施し、因子構造と内的一貫性の検討を行った。そして、構成概念妥当性を検討するために再度調査を行った。

確認的因子分析を行った結果、6因子解と比して感情制御能力の4領域を反映した4因子解が支持された。4因子解についてもRMSEAが.05を上回るなど適合度が若干低いものの許容できる範囲であろう。

相関分析による併存的妥当性の検討結果は、仮説通りの結果であった。このことから、J-DERSが一定の構成概念妥当性を有していることが考えられる。また、この結果からはGross (1998)の流れを汲む感情制御能力と、青林 (2008)などにおいて感情制御能力との関連が深いとされている活動志向性の関係が考察できる。まず、J-DERSの“F1：行動統制困難”とACS-90との間かなりの有意な負の相関が見られ、J-DERSは感情制御能力との関連が深いことが推察される。その一方で、“F4：感情自覚困難”とACS-90は弱い負の相関が見られた。これは、ACS-90が、感情が行動として表出される以前の過程を測定しておらずという仮説を支持する結果であろう。また、Tull & Roemer (2007)では、パニック発作経験者と未経験者では、感情制御困難性のうち“Lack of Emotional Acceptance (感情の受容欠如)”“Lack of Emotional Awareness (感情の明瞭さの欠如)”の得点に差があることを報告している。したがって、感情制御困難性の中でも感情認識に関わる側面が重要であることが理

解できる。したがって、J-DERSは感情制御にかかわる個人内要因を幅広く測定する尺度といえよう。

今後の課題として挙げられるのは、まず、多くの変数と関連を検討することである。今回、作成に当たっては、原尺度の作成時に用いられた概念と類似したものを厳選し、過不足のないように妥当性の検討を行った。その意味で、基準関連妥当性の検討としては十分であろう。しかしながら、原著者らが目指したのは臨床的診断を可能とする尺度である。したがって、欧米で行われているように、J-DERSが社交不安障害やパニック障害などの精神疾患とどのような関連があるのかを検討していくということである。その際は、健常者を対象としたアナログ研究のみではなく、臨床群と健常群を比較した介入的な視点を持った研究もおこなわれることが望まれる。

また、信頼性の検討についても、原尺度は4~8週間の期間とった再検査信頼性を測定しているが、本研究においては実施していない。今後、同一のサンプルを用いた信頼性の検討を行うことが本尺度の課題の1つであろう。さらに、多くの変数との関連を検討することは、本尺度の背景にある感情制御能力の4領域の視点からも必要である。Gratz & Roemer (2004)以降、感情制御能力の4領域という理論が支持され、DERSは多くの研究に使用されてきた。しかしながら、この4領域は論文のレビューによって考案されたモデルであり、実証研究はまだ少ないと言える。事実、彼らの作成したDERSは6因子解であり、4領域を反映しなかった。本研究における分析結果は4因子モデルをおおむね支持したものの、下位尺度のうち、“感情制御方略の少なさ”は“行動統制困難”や“感情自覚困難”との下位尺度間の間相関が高かった。下位尺度間の相関が高く、なおかつ多概念との関連においてこれら2つの下位尺度と類似した特徴を示すようであれば、独立した下位尺度として認めることの意義を問われることになる。したがって、今後多くの多概念との関連を検討する中で、“感情制御方略の少なさ”によって影響を受ける変数を見つけ、理論の正しさを実証していく必要がある。

次に、今後の課題として挙げられるのは、自己記入式の質問紙としての正確さである。特に、“感情自覚困難”因子の項目に含まれるような項目については、あくまで本人が“自分をどのように評価するのか”という本人の評価が重要なのであれば、特に問題は生じない。しかしながら、実際の感情への鈍感さが問題である場合は、本人の評価と感情喚起刺激を与えた際の生理的覚醒との関連等を見ながらその妥当性を検討していく必要がある。原著者らはその点についての問題には触れていないが、もし後者が重要である場合は、実験的な課題を用いて検討していく必要がある。

謝 辞

本調査に参加してくださった協力者の皆様と本論文に対して有益なご助言を頂きました。査読者の先生方に厚く御礼申し上げます。ありがとうございました。

引用文献

- Amstadter, A. (2008). Emotion regulation and anxiety disorders. *Journal of Anxiety Disorders*, **22**, 211-221.
- 青林 唯 (2008). 行動-状態志向性測定尺度の内的一貫性と妥当性の検討 パーソナリティ研究, **16**, 129-140.
- Berking, M., Poppe, C., Luhmann, M., Wupperman, P., Jaggi, V., & Seifritz, E. (2012). Is the association between various emotion-regulation skills and mental health mediated by the ability to modify emotions? Results from two cross-sectional studies. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, **43**, 931-937.
- Bond, F. K., Hayes, S. C., Baer, R. A., Carpenter, K. M., Guenole, N., Orcutt, H. K., Waltz, T., & Zettle, R. D. (2009). Preliminary psychometric properties of the Acceptance and Action Questionnaire-II: A revised measure of psychological inflexibility and experiential avoidance. *Behavior Therapy*, **42**, 676-688.
- Carver, C. S. & White, T. L. (1994). Behavioral inhibition, behavioral activation, and affective responses to impending reward and punishment: The BIS/BAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, **67**, 319-333.
- Catanzaro, S. J., & Means, J. (1990). Measuring generalized expectancies for negative mood regulation: Initial scale development and implications. *Journal of Personality Assessment*, **54**, 546-563.
- 福西勇夫 (2007). パニック障害 その他の不安障害 福西勇夫(編) 現代のエスプリ480 社会不安障害 至文堂 pp.121-138
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, **26**, 41-54.
- Gross, J. J. (1998). Antecedent-and response-focused emotion regulation divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*, **74**, 224-237.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, **85**, 348-362.
- 南風原朝和 (2002). モデル適合度の目標適合度一観

- 測変数の数を減らすことの是非を中心に— 行動計量学, **29**, 160-166.
- Hayes, S. C., Strosahl, K., Wilson, K. G., Bissett, R. T., Pistorello, J., Toarmino, D., Polusny, M., A., Dykstra, T. A., Batten, S. V., Bergan, J., Stewart, S. H., Zvolensky, M. J., Eifert, G. H., Bond, F. W., Forsyth, J. P., Karekla, M., & McCurry, S. M. (2004). Measuring experiential avoidance: A preliminary test of a working model. *The Psychological Record*, **54**, 553-578.
- Hoffmann, S. G., Heering, S., Sawyer, A. T., & Asnaani, A. (2009). How to handle anxiety: The effects of reappraisal, acceptance, and suppression strategies on anxious arousal. *Behaviour Research and Therapy*, **47**, 389-394.
- Kennedy-Moore, E., & Watson, J. C. (1999). *Expressing Emotion: Myths, realities and therapeutic strategies*. New York: Guilford Press.
- 木下奈緒子・山本哲也・嶋田洋徳 (2008). 日本語版 Acceptance and Action Questionnaire-II 作成の試み 日本健康心理学会第21回大会発表論文集, 46.
- Koole, S. L. (2009). The psychology of emotion regulation: An integrative review. *Cognition and Emotion*, **23**, 4-41.
- Kring, A. M., Smith, D. A., & Neale, J. M. (1994). Individual differences in dispositional expressiveness: The development and validation of the emotional expressivity scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, **66**, 934-949.
- Kuhl, J. (1994). Action versus state orientation Psychometric properties of the Action Control Scale (ACS-90). In J. Kuhl, & J. Beckmann (Eds.), *Volition and personality: Action versus state orientation*. Göttingen, Germany: Hogrefe & Huber. pp. 47-59.
- Kuo, J. R., & Linehan, M. M. (2009). Disentangling emotion processes in borderline personality disorder: Physiological and self-reported assessment of biological vulnerability, baseline intensity, and reactivity to emotionally evocative stimuli. *Journal of Abnormal Psychology*, **118**, 531-544.
- McDermott, M. J., Tull, M. T., Gratz, K. L., Daughters, S. B., & Lejuez, C. W. (2009). The role of anxiety sensitivity and difficulties in emotion regulation in posttraumatic stress disorder among crack/cocaine users in residential substance abuse treatment. *Journal of Anxiety Disorders*, **23**, 591-599.
- 宮元博章 (1996). 日本語版 Action Control Scale (ACS-90) の作成と検討 兵庫教育大学研究紀要第一分冊, 学校教育・幼児教育・障害児教育, **16**, 23-33.
- 中村 真 (1991). 情動コミュニケーションにおける表示・解読規則—概念的検討と日米比較調査—大阪大学人間科学部紀要, **17**, 115-143.
- 中田 (北出) 薫 (2006). イラショナルビリーフと感情の体験様式との関連—感情体験尺度作成の試みを通して, パーソナリティ研究, **14**, 241-253.
- Roemer, L., Lee, J. K., Salters-Pedneault, K., Erisman, S. M., Orsillo, S. M., & Mennin, D. S. (2009). Mindfull and emotion regulation difficulties in generalized anxiety disorder: Preliminary evidence for independent and overlapping contributions. *Behavioral Therapy*, **40**, 142-154.
- 杉浦義典 (2008). マインドフルネスにみる情動制御と心理的治療の新しい方向性 感情心理学研究, **16**, 167-177.
- 田中知恵・沼崎 誠 (2008). ネガティブ・ムード制御方略に対する期待感の効果 心理学研究, **79**, 107-115.
- 豊田秀樹 (2002). 「討論：共分散構造分析」の特集に当たって 行動計量学, **29**, 138-159.
- Tull, M. T., Gratz, K. L., Latzman, R. D., Kimbrel, N. A., & Lejuez, C. W. (2010). Reinforcement sensitivity theory and emotion regulation difficulties: A multimodal investigation. *Personality and Individual Differences*, **49**, 989-994.
- Tull, M. T., & Roemer, L. (2007). Emotion regulation difficulties associated with the experience of uncued panic attacks: Evidence of experimental avoidance, emotional nonacceptance, and decreased emotional clarity. *Behavior Therapy*, **38**, 378-391.
- Wegner, D. M., Broome, A., & Blumberg, S. J. (1997). Ironic effects of trying to relax under stress. *Behavior Research Therapy*, **35**, 11-21.
- 山形伸二・高橋雄介・繁樹算男・大野 裕・木島伸彦 (2005). 成人用エフォートフルコントロール尺度日本語版の作成とその信頼性・妥当性の検討 パーソナリティ研究, **14**, 30-41.
- 山本嘉一郎・小野寺孝義 (2002). Amosによる共分散構造分析と解析事例 第2版 ナカニシヤ出版

(2012年9月28日受稿, 2013年2月25日受理)