認知的フュージョンが社会不安の維持に与える影響

○伊熊里奈

(信州大学大学院教育学研究科)

キーワード：社会不安・認知的フュージョン・認知行動モデル

Effect of Cognitive Fusion on Maintaining Social Anxiety

Rina IKUMA

(Graduate School of Education, Shinshu Univ.)

Key Words: Social Anxiety, Cognitive Fusion, Cognitive Behavioral Model

目 的

社会不安とは、「現実あるいは想像上の対人場面において、他者からの評価に直面したり、それを予測したりすることで生じる社会不安状態」とされている(Schlenker & Leary, 1982)。社会不安が維持されるメカニズムについて、Clark & Wells(1995)が提唱した認知行動モデルでは、社会不安が高い者は、社会的状況に直面した際に、思い込みが活性化し、それによって他者からの否定的評価懸念が生じ、震えなどの身体症状や回避行動などが生じるとされている。また、このモデルをもとにした先行研究では、他者からの否定的評価への恐れを認知的要因、心拍数の増加などの身体症状を生理的要因、安全確保行動や回避行動を行動的要因として、これら3つが社会不安を維持する主な要因であるとされている。しかし、社会状況に直面した際の思い込みの活性化という部分に着目した先行研究は少ない。本研究では、他者からの否定的評価懸念が生じるには思い込みの活性化が重要な要因であると考え、この点に着目した研究を行う。

思い込みの活性化には、「思考をあたかも現実のようにとらえる事象(Hayes & Pankey, 2002)」と定義される認知的フュージョンが関係している可能性が考えられる。例えば、大勢の前で発表するという場面において、「緊張している自分は変だと思われるに違いない」という考えが、現実のものであると思い込むことにより、他者から否定的に評価されるという懸念につながると考えられる。

そこで、本研究では、社会不安の認知行動モデルとして、認知的フュージョンが認知的要因・行動的要因・身体的要因を媒介して社会不安の維持に影響を与えるという仮説モデルを検証する。

方 法

調査対象者

大学生 257 名 (男性 90 名、女性 167 名、平均年齢=19.57 歳、 $SD=0.79$)

調査内容

- (1) 社会不安：日本語版 Social Phobia Scale (SPS)，日本語版 Social Interaction Anxiety Scale (SIAS)
- (2) 認知的フュージョン：日本語版 Cognitive Fusion Questionnaire (CFQ)
- (3) 否定的他者評価懸念：日本語版 Fear of Negative Evaluation Scale (FNE)
- (4) 回避行動：Avoidance Behavior In-Situation Scale (ABIS)
- (5) 生理的反応の認知：Cognition of Bodily Sensation in social situation scale (CBS)

結 果

まず、仮説モデルの適合性を検討するために、共分散構造

分析を行った結果、適合度は $\chi^2(10)=475.89$, $p<.01$; CFI=.98 ; RMSEA=.03 であった。

つぎに、それぞれの要因は社会不安に特徴的であるという知見をもとに、社会不安高群と低群のモデルの差を検討するため、多母集団同時分析によるモデルの比較を行った (Figure 1)。調査対象者を、SPS の平均値 $\pm 0.5SD$ で 2 群に分類し、平均値 $+0.5SD$ 以上を社会不安高群、平均値 $-0.5SD$ 以下を社会不安低群とした。このモデルの適合度は、 $\chi^2(20)=213.87$, $p<.01$; CFI=.99 ; RMSEA=.04 であった。

Figure 1. 社会不安高群・低群におけるモデルのパス係数

社会不安低群では、認知的フュージョンが直接および他者評価懸念を介して安全確保行動を生じさせることが示唆された。一方、社会不安高群では、認知的フュージョンは直接的および他者評価懸念を介して安全確保行動を生じさせ、それにより社会不安を高めることが示唆された。また、認知的フュージョンは他者評価懸念を介して身体症状を生じさせ、社会不安を高めることが示唆された。

考 察

社会不安の高低にかかわらず、社会的状況では思い込みから否定的な他者評価に対する懸念が生じ、他者から否定的に評価されることを避けようとする行動が生じると考えられる。しかし、社会不安低群では、その行動により不安が生じられることはないが、社会不安高群では不安が生じられる。また、社会不安高群では、否定的な他者評価に対する懸念から、そのような評価を生じやすい身体症状について過大に評価しやすくなり、不安が生じると考えられる。

引用文献

- 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.