

青年期のアレキシサイミア傾向が
健康面・行動面の問題に与える影響

名古屋大学大学院 教育発達科学研究科

反中 亜弓

主論文の要約

青年期は、心身ともに不安定な時期とされ、学校生活への適応や精神的な健康の問題が多く報告される時期である。青年期の問題については、個人の資質面の問題や環境の問題、その相互作用として論じられるところであるが、資質面の問題の一つとして彼らが直面している感情との向き合い方やそのコントロールの問題が取り上げられる。そこで、本研究では、感情のコントロールの負因となる性格傾向として指摘されているアレキシサイミアという概念に注目した。そして、青年期のアレキシサイミア傾向の発達的变化を捉えた上で、健康面及び行動面の問題に与える影響について明らかにすることを本研究の目的とした。本論文は、下記に示す6つの章から構成した。

第1章 青年期の社会適応とアレキシサイミア

第1章では、はじめに不登校や非行といった青年期において認められる問題を通じて、感情認知や表現の困難さについての問題に触れ、本研究でアレキシサイミア概念に注目する意味を論じ、アレキシサイミアと心身、行動面の問題との関連を概観した。加えて、評定方法に関する先行研究について整理し、青年期を対象としたアレキシサイミア研究の知見の少ない現状を概観した。青年期の問題に対する理解や支援を講じる上で、青年期のアレキシサイミア傾向を捉えることの意味は大きいと考え、本研究では、青年期のアレキシサイミア傾向の特徴を捉えること、健康面及び行動面の問題への影響について検討することを目的とした。

第2章 青年期用アレキシサイミア尺度の作成（研究1）

第2章では、青年期を対象としたアレキシサイミア傾向の評定尺度を作成した。アレキシサイミアの評定方法としてもっとも多く利用されているのはTAS-20 (Bagby, Parker, & Taylor, 1994) であるが、子どもに適用した場合には、項目の言い回しの難しさなどの課題も残されていた。また、TAS-20の項目を子ども用に作成した、子ども用アレキシサイミア尺度

(Alexithymia Questionnaire for Children:以下, AQC と記す) (Rieffe et al., 2006) もあるが, AQC は TAS-20 と異なり 3 件法を採用しており, 得点を先行研究と比較できず, 子どものアレキシサイミア傾向の特徴を検討することが難しいといった問題があった。そこで, 本章では AQC を邦訳して尺度項目を作成し, TAS-20 と同様に 5 件法で回答を求める青年期用アレキシサイミア尺度を作成した。中学生 1,241 名 (男子 647 名, 女子 594 名) を対象に尺度の構成を試み, 確証的因子分析を施し, 因子構造について検討した。その結果, わが国の中学生を対象としても TAS-20 および AQC と同様に感情識別困難 (difficulty identifying feelings), 感情伝達困難 (difficulty describing feelings) 及び外面性志向の思考 (externally-oriented thinking) の 3 因子構造を確認した。

第 3 章 青年期の発達におけるアレキシサイミア傾向の変化 (研究 2)

第 3 章では, 第 2 章で作成した青年期用アレキシサイミア尺度を用いて, 中学生, 高校生および大学生に調査を実施し, 青年期のアレキシサイミア傾向の特徴を明らかにした。最終的に 2,775 名 (男子 1,370 名, 女子 1,405 名) の有効回答を基に分析を施し, 以下の結果を得た。(1) アレキシサイミア傾向は, 中学 1 年生から中学 2 年生で上昇し, 以降は成人よりも高い水準で維持する。(2) 日本人青年においては男性よりも女性のアレキシサイミア傾向が高く, 下位尺度では, 感情識別困難と感情伝達困難は女性が有意に高いが, 外面性志向の思考は男性が有意に高い。(3) 欧米における先行研究と比較したところ, 欧米青年と同様に外面性志向の思考は下降傾向を示すのは一致していたが, 感情識別困難及び感情伝達困難が高校生以降で高いまま維持されるという特徴あるという 3 点が明らかとなった。これまでのわが国での横断的なアレキシサイミア研究 (Moriguchi et al., 2007) では, 10 代をひとくくりに扱って他の年代よりもアレキシサイミア傾向が高い水準にあることを指摘するにとどまっていたが, 本研究は青年期の中での変化に焦点を当てた結果, 欧米における青年とは異なる, わが国の青年ならではの特徴を明らかにしたことは本研究の第 1 の研究成果である。

第4章 青年期アレキシサイミア傾向が身体不調感に及ぼす影響

(研究3)

第4章では中学生から大学生におけるアレキシサイミア傾向と健康の問題として、身体不調感との関連を検討した。第4章の結果として、全ての学年、男女ともに共通して感情識別困難が身体不調感に与える影響を確認したが、感情伝達困難については、中学、高校生の男子にしか認められず、大学生では認められなくなった。したがって、感情識別困難の身体不調感への影響は安定して認められるが、感情伝達困難の影響は発達にともなって低下すると推測した。田中(2009)によれば、子どもは言語化能力が未発達であり、内的感情を言語化することができず、対処能力を超える心理的ストレスがかかったり、慢性的なストレスが持続したりすると身体症状として反応しやすいと言われている。未熟さと同義であるかは本研究だけでは判断できないが、感情の言語化の問題が、青年期においても男子では高校生ころまで影響が残っているのに対し、女子では中学生以前に消失しているという違いがあることを示した。

第5章 アレキシサイミア傾向が怒り表現、コントロールに与える影響

——一般男子学生と非行少年の比較—— (研究4)

第5章では、青年期の問題行動の一つとして非行を取り上げ、非行少年(男子)におけるアレキシサイミア傾向の特徴について、一般男子学生との違いから検討した。更に、社会適応と強くかかわる感情として指摘される「怒り」について注目し、アレキシサイミア傾向の各特徴が怒りのコントロールを阻害し、不適切な表出や抑制を招いているという仮説を基にパスモデルを構成し、構造方程式モデリングにより非行少年と同年代の学生における差異を考察した。結果として、男子学生では、アレキシサイミアの全ての下位尺度が、表出、抑制、コントロールの各因子に影響していることを明らかにした。一方、非行少年では、男子学生で認められていた感情伝達困難が怒りの抑制とコントロールを高める影響が消失し、外面性志向の思考がコントロールを阻害する影響だけが残されたため、結果として

コントロールが低下するというモデルを提案した。

このように、本研究はアレキシサイミア傾向を構成する下位尺度に注目して分析を行った結果、感情識別困難は、青年期を通して、また男女ともに、身体不調感を高めるように影響を与え、非行少年の感情識別困難は男子学生より有意に高いなど、健康面、行動面ともにアレキシサイミア傾向のなかでは重要な働きをする下位尺度であることを明らかにした。一方、感情伝達困難の身体不調に与える影響は青年期男子の初期に限られることや、非行少年の感情伝達困難は男子学生より有意に高い状態であったことを踏まえると、この下位尺度は発達による影響を受ける因子である可能性が考えられた。それに加えて、外面性志向の思考は怒りコントロールに影響を与えていること、そして非行少年は怒りのコントロールが脆弱であり、結果として怒りが他者に向けられるリスクの高いことを実証した。この原因としてアレキシサイミア傾向の下位尺度である感情伝達困難の怒りの抑制とコントロールを高める働きが非行少年では弱く、外面性志向の思考が怒りのコントロールに与える負の影響のみが残ったためだと考えられた。以上の下位尺度に焦点を当てた分析によって得た知見が本研究の第2の成果である。

第6章 総合的考察

第6章では、本研究の結果をまとめ、総合的な考察を行った。まず、本研究を通じて、青年期におけるアレキシサイミア傾向には、発達にともなう変化が認められた。アレキシサイミア尺度の各下位尺度に分けた場合には、感情識別困難及び感情伝達困難が高校生以降で高いまま維持される一方で、外面性志向の思考は下降傾向を示すというように、異なる発達経路があることを明らかにした。また、青年期においてアレキシサイミア傾向が与える身体不調感への影響も、一貫して感情識別困難が身体不調感を高める影響は認められたものの、感情伝達困難が身体不調感を高める影響については女子では中学生で間接的な効果にとどまり、男子では高校生まで影響を見せるが、以降は消失する可能性が認められ、発達にともなってアレキシサイミア傾向による影響が異なるという知見が得られている。ま

た、行動面の影響を検討した結果、怒りの表出や抑制に対して、感情識別困難は直接的な影響を見せたのに対し、外面性志向の思考は怒りコントロールを阻害する影響を見せた。また、男子学生と非行少年を比較した場合には、感情伝達困難がコントロールや怒り抑制を高める影響が非行少年では認められなかった。以上から、感情識別困難は、アレキシサイミアと周辺の問題との関連において中心となる概念であること、感情伝達困難は発達過程などによって影響を異にすること、外面性志向の思考については問題に直接的な影響は見せないが、その対応力を阻害する因子であることを見出した。本研究結果によって得られた知見は、青年期の感情認知に関わる自己や対人関係上の問題に対する効果的な介入の一助となるものと考えられる。ただし、本研究の限界として、質問紙調査を中心とした研究であったことが挙げられ、今後は構造化面接法等を取り入れて多面的に検討する必要性を論じた。