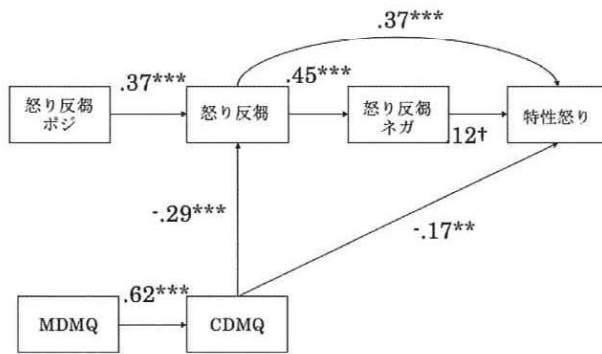


申請者 (ふりがな)	江森 爽太郎 ( えもり そうたろう )
所属・資格 (※学生は課程・学年を記載。卒業生・修了生は卒業・修了年月も記載)	修士課程 1 年
発表年月 または事業開催年月	2024 年 9 月
発表学会・大会 または事業名・開催場所	日本認知・行動療法学会 第 50 回記念大会
発表者 (※学会発表の場合のみ記載、共同発表者の氏名も記載すること)	江森爽太郎
発表題目 (※学会発表の場合のみ記載)	DM と怒り、怒りの対処方略の関係性の検討
発表の概要と成果 (抄録を公開している URL がある場合、「概要・成果」を記載した上で、URL を末尾に記してください。また、抄録 PDF は別途ご提出ください。なお、抄録 PDF は Web 上には公開されません。)	
<b>問題と目的</b>	
<p>怒りとは、基本感情と呼ばれるものの一つであり、自己もしくは社会への不当な、もしくは故意による物理的、もしくは心理的な侵害に対する自己防衛、もしくは社会維持のために喚起された心身の準備状態である (福田, 2003 ; 湯川, 2008)。怒りを悪化させる認知的要因の一つに怒り反芻があり、怒り経験について繰り返し考えるため、怒りが増大されると考えられている (Tice &amp; Baumeister, 1983; Rusting &amp; Nolen-Hoeksema, 1998)。怒りの対処方略は抑制・表出・制御に分けられ、怒りの制御が適応的な対処方略と考えられる (大島ら, 2020)。怒りに関するこれまでの研究において、怒り反芻や怒りの対処方略について研究は行われてきているものの、これらを一連のプロセスとして捉え、介入方法までを検討した研究はあまり行われていない。メタ認知療法 (Metacognitive Therapy: 以下; MCT) では、怒り反芻に関するメタ認知的信念が怒り反芻、特性怒りを増大させることが明らかにされており (金, 2012)、ディタッチト・マインドフルネス (Detached Mindfulness: 以下; DM) の向上による介入の可能性が示唆されている。また、怒りの対処方略における抑制、表出を行っても怒り反芻は持続することがわかっており、これは認知注意症候群 (Cognitive Attentional Syndrome: 以下; CAS) における、役に立たない対処行動にあたる考えられる。従って本研究では、MCT における CAS の観点に基づいて怒りの維持、悪化のプロセスを捉え、怒りと DM の関係性を明らかにすることを目的とする。</p>	
<b>方法</b>	
<p>対象者: 早稲田大学に所属する大学生および大学院生 199 名 (男性 86 名, 女性 113 名, その他 0 名, 平均年齢 20.38 ± 1.96 歳)。  調査材料: a) フェイスシート, b) 怒り反芻に対するメタ認知的信念尺度 (金, 2012), c) 怒りの反芻尺度 (中井, 2003), d) STAXI 日本語版 (鈴木・春木, 1994), e) 改訂版 CDMQ (武井, 2021), f) 改訂版 MDMQ (武井, 2021)</p>	
<b>結果</b>	

怒りの対処方略である、抑制・表出・制御と DM (CDMQ) の関連を検討するため、相関分析を行なった。その結果、CDMQ と表出との間には有意な負の弱い相関が示された ( $r = -.252, p < .001$ )。また、CDMQ と制御との間には有意な中程度の正の相関が示された ( $r = .405, p < .001$ )。しかしながら、CDMQ と抑制との間には有意な相関は示されなかった。

怒り反芻に関するメタ認知的信念、怒り反芻、特性怒りと DM に関するメタ認知的知識、DM の相互的な影響と一連のプロセスを検討するために、共分散構造分析を行なった。その結果を以下に示す (Figure 1)。



\*\*\*  $p < .001$ , \*\*  $p < .01$ , \*  $p < .05$ , †  $p < .10$

Figure 1 共分散構造分析の結果

### 考察

DM の向上が怒りの表出、怒りの制御に関連している可能性が示唆された。また、DM の向上は怒り反芻、特性怒りを低減させる可能性が示された。一方で、DM に関するメタ認知的知識の増加は、怒り反芻に対するメタ認知的信念を変容させることはなく、その変容のためには、自分が持っているメタ認知的信念に気づいてもらった上で、直接介入を行っていくことが必要であると考えられた。

※無断転載禁止