

過剰適応と対人関係信念および 消化器症状に関する因果モデルの検討

吉 村 幸 恵

心身症やストレス関連疾患に影響する心理社会的要因として、過剰適応とアレキシサイミアが着目されている。過剰適応者は外的な基準に沿うことで自己の承認を行う行動パターンを持ち、内的に不適応に陥り、アレキシサイミアはネガティブな感情を否認することでストレス状態が持続すると考えられている。また、過剰適応の行動の背景である不合理な信念は、無気力や不機嫌等の心理的ストレス反応に影響することが指摘されている。本研究では幅広い信念パターンと身体的ストレス反応に着目する。具体的には、対人関係場面における信念のパターンを幅広く測定する尺度を作成し、身体的ストレス反応である消化器症状および過剰適応とアレキシサイミアとの関連とその因果モデルを明らかにすることを目的とした。

方法は、大学生および大学院生 350 名（平均年齢 19.6 歳）を対象に、過剰適応尺度、アレキシサイミア尺度（TAS-20）、消化器症状尺度（日本語版 GSRs）、独自に作成した対人関係信念尺度項目で構成した調査票に回答させた。

因子分析の結果、対人関係信念について 6 因子が抽出された（「リーダーシップ」「自己主張・独立」「社会道徳的」「博愛・献身」「自己保護」「自由・正直」と命名）。共分散構造分析による因果モデルの検討を行ったところ、対人関係信念が高いほど過剰適応を高めること、過剰適応が高いほど消化器症状が増悪することが明らかとなった。このことから対人関係信念の高さが過剰適応を高め、消化器症状の発症と増悪を促進する可能性が示された。次に、対人関係信念の下位尺度を説明変数、過剰適応の内的側面と外的側面を目的変数とした重回帰分析を行った。結果、リーダーシップ信念が高いほど過剰適応の内的側面が低下し、外的側面が高まることが明らかとなった。また、社会道徳的信念傾向が高いと外的側面が高まり、博愛・献身信念傾向が高いと外的側面が高まることが明らかとなった。これらの結果から、対人関係場面での信念が強いと、素直な欲求や感情が過剰に抑えられ、場に応じた周囲から期待される行動をとる傾向が強まると考えられる。このような精神的不健康な状態がストレスとなり、消化器症状の発症等の身体の不調につながる可能性が推察される。一方で、リーダーシップ信念は人を率先して動かす立場にあることを信念とするため、自己抑制的になることを防いでいる可能性が考えられる。