感情表出の制御と摂食障害傾向及び境界性パーソナリティ障害傾向の関連

Association of Control of emotional expression
with Eating disorder tendency and Borderline personality disorder tendency.

米澤 夏生
Natsuki Yonezawa

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 臨床心理学専攻 修士課程

キーワード：人間，生活，文化，感情表出の制御，摂食障害
Key words：Human, Life, Culture, Regulation of emotional expression, Eating disorder

1．研究目的

本研究の目的は，感情表出の制御と摂食障害傾向及び境界性パーソナリティ障害傾向の関連を明らかにすることである．さらに関連が認められた場合には，感情表出トレーニングの介入による摂食障害及び境界性パーソナリティ障害の改善可能性を探ることを第二の目的とする．感情表出トレーニングの介入による精神面や症状の改善が研究により明らかになれば，摂食障害や境界性パーソナリティ障害へアプローチできる介入の一つとなる．このことによって，より効果的なアプローチが可能となり，疾患の改善に有益となることが期待できる．

2．研究実施内容

崔・新井（1997）は，社会的場面において，経験した感情をそのまま表さず，強めたり，弱めたり，他の感情に置き換えたりして，本来とは異なる形に表すことを感情表出の制御とした．常に他者と関わり生活している社会的存在である人間にとって，感情を制御して表すことは重要な社会的コンピテンスである（Goleman,1995）．しかし，感情表出の制御は一般的に，身体的・精神的健康に悪影響を及ぼすといわれている（e.g., Pennebaker, Kiecolt-Glaser, & Glaser, 1988）．崔・新井（1998）は，過度の感情表出の抑制が，自尊感情を低くし，抑うつ傾向を高めることを示唆している．Gross & John（2003）でも感情の抑制がストレス反応を高めることを明らかにしている．感情表出の制御を多く行うことについて，崔・新井（1999）は，対人不安意識の高さとの関連を報告している．対人関係の中で，緊張してしまったり，自分のしぐさや行動，または他人に嫌われていないのか等を気にする人が，自分の気持ちとは関係なく友人に合わせて自分の感情を強めたり抑制したりすることや，友人の機嫌を取るために，友人によって生じたネガティブな感情を抑制したり，友人に対するポジティブな感情を強調して表すことが多いだろうとした．

対人不安との関連が報告されている摂食障害（齊藤・溝上，1994）は，背景に心理・社会・生物学的要因が複雑に絡んでいる，食行動異常の障害である．著しい体重低下にも関わらず摂食を拒むこと（神経性やせ症），一度に大量の食物を摂取し，しばしば嘔吐や下剤によって排出すること（神経性過食症），一度に大量の食物を摂取するが排出しないことやむちゃ食いすること（過食性障害）など，表現されている症状としては食行動の問題であるが，その背景に体重増加に対する恐怖，ひいては体重増加に左右される自己評価の低さといった心理的特性があることはかねてより指摘されており，治療においても体重増加だけで十分とは考えられないというのが，摂食障害治療者の共通認識である（谷口，2007）．特に神経性やせ症の患者は，健康な対照群と比較して，食前の不安の亢進を経験しており，食前の不安の強さと食事摂取量に有意な負の相関があるとの報告がある（Steinglass JE ら,2010）．また，周囲からどのように見られているかという不安が神経性やせ症の症状に関連しているとの報告もある（Levinson CA,2012）．斉藤・

溝上(1994) は，大学生女子を対象に，自己評定による身体満足度と食行動，自己評価や対人不安傾向との関連を検討した. その結果，食事に対するこだわりや嘔吐などの摂食障害の徴候が身体不満足群において高く，自己評価や自己受容度については低く，また対人不安傾向が強いことを明らかにしている. このように，摂食障害は対人不安傾向が強く，特に神経性やせ症では周囲からどのように見られているのかという不安があるという特徴から，他者との関係を良好に保つために，健常群よりも摂食障害傾向群では感情表出の制御を過度に行っている可能性があると考える.

パーソナリティ障害は，その人が属する文化から期待されるものから著しく偏り，広範でかつ柔軟性がなく，青年期または成人期早期に始まり長期にわたり変わることなく，苦痛または障害を引き起こす内的体験および行動の持続的様式(American Psychiatric Association, 2013 高橋・大野監訳, 2014)と定義されている. パーソナリティ障害の背景として，境界性・自己愛性・演技性・依存性・回避性パーソナリティ障害は不安定なアタッチメントと強く関連している(Bender, Farber, & Geller, 2001; Brennan & Shaver, 1998). そして，否定的な自己認知や，一般他者に対する否定的認知の存在があると市川・望月(2014)は示唆している. さらに境界性パーソナリティ障害は，見捨てられ不安が高いことも挙げられれる. Mikulincer & Shaver(2012)や市川・村上(2016)によると, 境界性パーソナリティ障害は，見捨てられ不安が強いことが示されている. したがって境界性パーソナリティ障害の否定的な自己認知と一般他者に対する否定的認知や強い見捨てられ不安が存在するという特徴から，他者との関係に敏感で関係を保とうとするため, 健常者よりも境界性パーソナリティ障害傾向群では感情表出の制御をより多く行っている可能性があると考えられる.

3．まとめと今後の課題

感情表出の制御と摂食障害及び境界性パーソナリティ障害の関連について，摂食障害傾向の人は，他者からどのように見られているのかという不安や対人不安があることから，感情表出の制御を健常群よりも多く行っているのではないかと推測した，境界性パーソナリティ障害傾向の人は，否定的な自己認知と他者に対する否定的認知，見捨てられ不安から，健常群と比べてより多くの感情表出の制御を行っているのではないかと推測する.

今後は質問紙による調査を行い，感情表出の制御との直接的な関連の有無を確認する必要がある. また，直接的な関連が明らかにされた場合には，感情表出トレーニングの介入による改善可能性を探り，摂食障害と境界性パーソナリティ障害へのより多方面からのアプローチの一つとなるものを発見することを期待する．本研究では今後摂食障害傾向と境界性パーソナリティ障害傾向のある人を対象とした研究とするため, 傾向群の結果が臨床群に当てはまるのか臨床群を対象とした研究も行われることを期待する. また，過度の感情表出の制御は自尊心を低くし抑うつ傾向を高める(崔・新井, 1998)ため感情を表出するための介入によってどの程度感情表出の制御が減少するか，感情表出の制御の減少によって自尊心が高くなりや抑うつ感は改善されるか今後研究されることを期待する.

主な引用文献

American Psychiatric Association(2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). Washington, DC:American Psychiatric Publishing.(アメリカ精神医学会　高橋三郎・大野　裕(監訳)(2014). DSM-5 精神疾患の診断・統計マニュアル 医学書院)

Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationship, and well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*,**85**, 348-362

市川玲子・村上達也(2016). パーソナリティ障害傾向とアタッチメント・スタイルとの関連——横断研究による精神的健康への影響の検討　パーソナリティ研究,**25**(2), 112-122

崔　京姫・新井邦二郎(1997).「感情表出と制御」研究の概観　筑波大学心理学研究,**19**, 29-35

斉藤誠一・溝上慎一(1994). 青年後期女性におけるボディーイメージと摂食障害傾向の関連について　神戸大学発達科学部研究紀要,**2**, 13–20.

谷口麻起子(2007). 摂食障害の人の基本的信頼感について　聖泉論叢,**25**, 1-17

付記

本研究は,大妻女子大学人間生活文化研究所大学院性研究助成 DB3036「親子関係の相性が摂食障害傾向と境界性パーソナリティ障害傾向に与える影響」を受けて行ったものである.