修士論文（要旨）
2015 年 1 月

# 青年期の自己志向的完全主義傾向が抑うつに及ぼす影響

指導　井上　直子　教授

心理学研究科
臨床心理学専攻
213J4010
沼田　大史

Master's Thesis（Abstract）
January 2015

# The Effects of Self-Oriented Perfectionism on Depression in Adolescence

Daishi Numata
213J4010
Master's Program in Clinical Psychology
Graduate School of Psychology
J. F. Oberlin University
Thesis Supervisor: Naoko Inoue

目　次

I.　問題と目的 ……1

II.　方法 ……1

III. 結果と考察 ……1

IV. 引用文献

## I. 問題と目的

心理臨床場面において，心理療法による大うつ病性障害への治療効果は一定の高さを保つ一方で，十分な効果の認められない場合もある。このような状態の背景として,完全主義が抑うつと関連がある心理的要因であることや,完全主義が治療の阻害要因に成り得るということが指摘されている。したがって，抑うつ症状が改善しないケースの背景には完全主義の存在が考えられる。

本研究では,4 つの仮説を想定し検討を行う。斎藤ら(2008)は，不適応的完全主義と抑うつの間をネガティブな反すうが媒介するというモデルを検討しており，その結果から，ネガティブな反すうが自己志向的完全主義と抑うつを媒介する可能性が考えられる。よって仮説 1(完全主義と抑うつとの間にはネガティブな反すうが媒介する)が成り立つ。

また，Ashdy & Kottman(1996)は完全主義者の中でも，自己の基準と行動との差によってストレスを感じているものは劣等感を強く感じていることを明らかにしており，完全主義が劣等感を強くすると考えられる。また Zuroff et al.(2008)は，抑うつ高群の方が低群より劣等感を強く感じていることを明らかにした。よって仮説 2(完全主義と抑うつの間を劣等感が媒介する)が成り立つ。また，石井(2011)では，劣等感得点において女性の方が男性よりも有意に高い得点を示した。よって仮説 3(完全主義と抑うつの間の劣等感の媒介効果は男性よりも女性の方が強い)が成り立つ。

完全主義と抑うつの間を媒介する効果について，ネガティブな反すうと劣等感の 2 変数間で比較検討するような包括的な研究は行われていないが，そのような包括的な研究を行わなければ抑うつへの介入における操作変数を同定することが出来ず，効果的な介入を行うことが出来ないと考えられる。ネガティブな反すうに関しては不適応的完全主義と抑うつとの間に媒介要因として機能することが立証されているが，劣等感に関しては立証されていない。よって仮説 4(完全主義と抑うつの間の媒介効果は，ネガティブな反すうの方が劣等感よりも高い)が成りたつ。

以上の 4 つの仮説を検証し，完全主義と劣等感を考慮した抑うつへのアプローチ方略について考えるための一助にすることを本研究の目的とする。

## II. 方法

都内某私立大学に通う大学生 194 名（男性 56 名，女性 138 名）を対象とし，質問紙による調査を行った。尺度は,自己志向的完全主義尺度(桜井・大谷,1997),ネガティブな反すう尺度(伊藤・上里,2001),日本版 CES-D(島ら,1985),劣等感項目(高坂,2008)を使用した。

## III. 結果と考察

標準化がなされている日本版 CES-D 以外の尺度について最尤法・Promax 回転による因子分析を行ったところ，自己志向的完全主義尺度については原版の 4 因子構造とは異なり,「適応的完全主義」,「不適応的完全主義」の 2 因子が抽出された。このことから今後，自己志向的完全主義尺度を扱う際には原版の因子構造および項目構成に従う形ではなく，因子分析によって因子構造および項目構成を検討する必要があることが示唆された。ネガティブな反すう尺度については「ネガティブな反すう傾向」,「ネガティブな反すうのコントロール不可能性」の 2 因子が抽出された。劣等感項目については床効果が見られた「家庭水準の低さ」因子を除いて因子分析を行ったところ,「性格の悪さ」,「異性との付き合いの苦手さ」,「学業成績の悪さ」,「運動能力の低さ」,「統率力の欠如」,「友達づくりの下手さ」,「身体的魅力のなさ」の 7 因子が抽出された。

次に，4 つの尺度の相関を検討するため，相関分析を行った。「適応的完全主義」と「抑うつ」の

間に有意な相関が見られなかったため，抑うつと有意な正の相関が見られた「不適応的完全主義」のみを扱うこととした。このことから，今後，完全主義と抑うつの関連を検討する際には，完全主義，あるいは自己志向的完全主義としてではなく，不適応的な完全主義というものを考慮して研究を行う必要があることが示唆された。「ネガティブな反すう傾向」と「ネガティブな反すうのコントロール不可能」の間においては，女性のみ有意な正の相関が示されたが，男女ともに「不適応的完全主義」「抑うつ」との間に有意な正の相関が示されたため，両方を扱うこととした。劣等感項目において，男女ともに半数以上の因子の間に有意な相関が見られたため，劣等感得点として扱うこととした。

最後に，不適応的完全主義を外生変数，ネガティブな反すうに関する変数群と劣等感，抑うつを内生変数としてモデル化し，最尤法による共分散構造分析（SEM）を行った。結果，男女ともに「不適応的完全主義」→「ネガティブな反すう傾向」→「抑うつ」のパスが立証され，また男性においてのみ「不適応的完全主義」→「ネガティブな反すうのコントロール不可能」→「抑うつ」のパスが立証された。これらのことから仮説 1 は男女ともに支持された。

また「不適応的完全主義」→「劣等感」→「抑うつ」のパスは女性にのみ立証された。よって仮説 2 は女性の場合のみ支持され，仮説 3 も支持された。これらのことから不適応的完全主義傾向が強く抑うつを訴える男性に関しては，劣等感よりもネガティブな反すうに焦点を当てて介入を行う必要があると考えられる。

「劣等感」を媒介するパスが成り立つことが立証されたのは女性だけであるが，間接効果の値（.11）は「ネガティブな反すう傾向」（.24）に比べて低い。また男性における「ネガティブな反すう傾向」「ネガティブな反すうのコントロール不可能」（順に.28，.12）に比べ，下回っている。これらのことから仮説 4 は支持された。また女性においてのみ「不適応的完全主義」→「ネガティブな反すう傾向」→「ネガティブな反すうのコントロール不可能」→「劣等感」→「抑うつ」のパスが立証された。

以上のことから，不適応的完全主義傾向が強く抑うつを訴える女性に関してはネガティブな反すうと劣等感の両方に着目して介入を行う必要があると考えられる。

引用文献

Ashdy, J.S., &Kottman, T. (1996). Inferiority as a distinction between normal and neurotic perfectionism.*Individual Psychology*, **52**, 237-245.

石井優美（2011）．青年期の劣等感―完全主義，ストレス及び時間的展望との関連―．臨床発達心理学研究, **10**, 15-26.

伊藤拓・上里一郎（2001）.ネガティブな反すう尺度の作成およびうつ状態との関連性の検討．カウンセリング研究, **34**, 31-42.

高坂康雅 （2008）．自己の重要領域からみた青年期における劣等感の発達的変化.教育心理学研究, **56**, 218-229.

斎藤路子・沢崎達夫・今野裕之（2008）．自己志向的完全主義と攻撃性および自己への攻撃性の関連の検討―抑うつ，ネガティブな反すうを媒介として―.パーソナリティ研究, **17**, 60-71.

桜井茂男・大谷佳子（1997）．“自己に求める完全主義”と抑うつ傾向および絶望感との関連.心理学研究, **68**, 179-186.

島悟・鹿野辰男・北村俊則・浅井昌広（1985）.新しい自己評価式抑うつ尺度について.精神医学, **27**, 717-723.

Zuroff, D, C., Fournier, M, A., &Moskowitz, D, S.（2007）Depression, Perceived inferiority, and Interpersonal Behavior: Evidence for the Involuntary Defeat Strategy. *Journal of Social and Clinical Psychology*, **26**（7）, 751-778.