

嗜癖概念の理解と介入に関する臨床心理学的研究： 「習慣への没入」概念を用いた検討

石田, 哲也

<https://hdl.handle.net/2324/1500481>

出版情報：九州大学, 2014, 博士（心理学）, 課程博士
バージョン：
権利関係：やむを得ない事由により本文ファイル非公開（2）

氏 名 : 石田 哲也

論文題名 : 嗜癖概念の理解と介入に関する臨床心理学的研究
——「習慣への没入」概念を用いた検討——

区 分 : 甲

博士論文の要約

本論文では、嗜癖概念の理解と介入に寄与するため、習慣内容の種類にかかわらず「ある習慣に過剰にのめり込むこと」という現象の心理を明らかにすることを目的とした。健康的な熱中を「遊ぶこと」、不健康的な嗜癖を「遊び過ぎること」として対比的に論じ、「習慣への没入」概念を用いて、その重なりや差異を臨床心理学の立場から検討したものである。

まず序章では、本論文における「遊ぶこと」と「遊び過ぎること」という用語の使い方について整理し、本論文全体の目的を述べた。次に第1章において、臨床的にも学術的にも、また一般的にも拡大して用いられている嗜癖関連概念について、依存・乱用・中毒・嗜癖といった用語の定義と限界を整理し、「嗜癖」を用いることの必然性を示した。そして嗜癖概念においても、社会生活の文脈によって相対的に判断される「有害性」が理解の鍵であること、「有害性」のアセスメントの複雑さゆえに嗜癖概念の理解が混乱していることを示した。

そこで調査研究では、社会的文脈に依拠するために操作的に検討することが困難な嗜癖概念の臨床心理学的理解を深めるため、あえて行為者の認識のみに限定した「習慣への没入」という概念を操作的に定義して用いた。第2章から第5章にかけて、何らかの習慣に過度にのめり込むことそのものについての臨床心理学的理解を実証的に検討した。第2章、第3章では、「習慣への没入」概念を量的に捉える尺度を作成し、習慣への没入体験の違いを分類することによって、健康的な熱中と病理的な嗜癖の連続体を捉えることを試みた。ある程度の連続性は確認されたが、習慣への没入尺度で測定される習慣のタイプには、肯定的解釈の可能性と「有害な」習慣となる危険性の双方が含まれており、健康的な熱中的状態と不健康的な嗜癖的状态の混在が著しいことが窺えた。

続いて第4章、第5章においては、「わかっちゃいるけどやめられない」、「悪いと思いつつ続ける」というアンビバレントな心境を「習慣に伴う罪悪感」として考慮し、習慣への没入尺度の改訂とタイプ分類の再検討を行い、嗜癖概念の病理性への接近を試みた。その結果、習慣への没入のタイプが細分化され、「習慣に伴う自責感」、「行動の隠匿」、「社会生活への影響感」が熱中と嗜癖を弁別する可能性が示唆された。行為者自身にとっては、習慣に対する個別の肯定的な意味づけ(必然性)と社会生活における影響(有害性)の両面が存在すると考えられるが、これらの調査研究の結果、嗜癖問題に関する汎用性の高いアセスメントの可能性が見出された。

第2章から第5章の実証的検討に加え、第6章では臨床事例を提示して事例研究を行い、習慣への没入問題への心理臨床的介入に関して、行動的介入と力動的理解の観点から考察した。臨床においては「有害性」の程度を考慮し行動変容を目指した介入を行うことはもちろん重要であるが、行為者を習慣への没入に向かわせる「必然性」にも配慮し、没入する背景にある心理的痛みを考慮する必要性が窺えた。第6章の結果から、嗜癖問題への臨床的介入においては、行為者にとっての「必

然性」を受容することで自責感や隠匿を減じること、「必然性」と「有害性」の両価性にまずは治療者が耐え、クライアントにはゆるやかに直面化させること、直面化に伴う痛みを抱え治療を継続することが重要であると示唆された。

本論文では、「習慣への没入」が高い状態は「好んで行っているある反復行動に関して、その行動に関連して社会的文脈に影響が生じている自覚があり、加減を調節できていないことを認識しているが、その行動が制限されると不安になるほど非常に重要だと感じており、隠れてその行動を行い、やめられなさに自責感を抱いている状態」と再定義された(第4章)。この定義は、曖昧である嗜癖概念について検討するうえで有用であると考えられる。また本論文で用いた「習慣への没入」概念は、どのような内容の習慣であっても「過度にのめり込むこと」が問題として顕在化したケースに適用でき、のめり込みの程度のアセスメントおよび背景に考えられる心理的問題の理解、さらに臨床的介入の基礎的な枠組みを検討するための臨床心理学的研究を蓄積するうえで有効ではないかと考えられる。