【ポスター発表】

身体醜形障がいの若者に対する自尊感情向上を目的とした認知修正の試み

龍谷大学　　藤木　美奈子（8492）

キーワード：醜形恐怖、自尊感情、認知修正

１．研 究 目 的

身体醜形障がいは 15 歳から 20 歳前後で発症し、7：3 で男性が多いとされている。自分が醜形とこだわっている部分を他人と比較したり、鏡等で自分の顔や身体を過剰にチェックする、または自分の醜いとする部分について再三質問するなどの傾向が見られる。

就労移行支援事業所の利用者であるＣさんは軽度の広汎性発達障がいにより当事業所に通所を開始した未成年の男性であった。当初より上記の身体醜形障がい傾向を顕著に示し、朝、鏡に見入って頻繁に遅刻する、地下鉄などで大声を出す、公共物を蹴るなど、暴力的な言動もあり、就労に困難をかかえていた。就労準備性を高めることを目的に心理教育と認知修正による改善を試みた。

２．研究の視点および方法

Ｃさんは日常、否定的な物事のとらえ方が目立ち、自己の容貌と他者の視線や存在に強い違和感を覚えると訴えていた。これまで醜形恐怖の発症原因については、さまざまな不安・欲求による認知の歪み、社会的な影響や心理的・生理的な錯覚などが指摘されている一方、薬物療法が効果的でないケースも報告されていることから、2012 年 7 月より一回 60 分の認知修正を目的としたセッションを計 18 回行うこととした。そこで怒りのコントロールを含めた心理教育を経て、自己の認知を客観視するため自らの考えの根拠を探る作業を共同で繰り返した。その中で修正した認知は自宅へ持ち帰らせて、一定回数の暗唱を課した。心理的な変容を測るために、セッション前と後に自記式質問紙調査によって効果を測定した。

使用した尺度は次のとおりである。

＜Rosenberg（1965）の日本語版自尊感情測定尺度＞　山本ら（1982）によって邦訳された尺度。単因子構造と考えられ、合計 10 項目から構成される。5 件法で回答を求め、得点が高いほど自尊感情は高いことを示す。

表１　認知修正を目的としたセッションの内容

１～３回目	心理教育（認知修正とは何か）
４～５回目	ポジティブ概念とネガティブ概念について
６～７回目	怒りのコントロール
８～９回目	毒になる考え方と解毒剤
10～17 回目	認知修正の練習（新しい心のつぶやきは？）
18 回目	定着の確認とフォローアップ

３．倫理的配慮

日本社会福祉学会の研究倫理指針に基づき、対象者を特定されないために匿名とし、本人特定につながる事項は伏せた。参考文献や引用についてはその出典を明らかにした。

４．研 究 結 果

図１に示したように、セッション前後の自尊感情得点は約２倍に増加し、認知修正が自尊感情を上昇させる効果があることが示された。それに伴い、スタッフから事業所におけるＣさんの様子に大きな変化が見られるようになったとの報告があった。

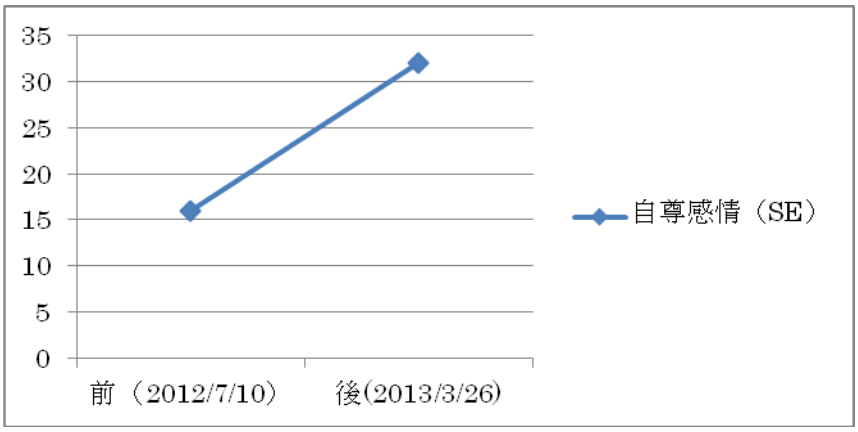

図１　セッション前後における自尊感情尺度の変化

５．考 察

初期面談における C さんの発言は、「僕がカウンセリングに来て迷惑なのでは」、「これで新たに障がいが見つかったりしますか」、「対人恐怖症が治るんですか」、「僕、不細工ですよね」、「よく人に睨まれる」、「子どもに暴力をふるいたい。よく睨んでくるので」、「自転車でチンと鳴らされた。仕返しできなかった」、「通り魔の気持ちがよくわかる」、「夢の中でも人を攻撃したり暴言を吐いたりしてる」などであった。こうした否定的かつ被害的な認知は、Ｃさんの両親の言動と、過去に受けたイジメの影響を強く受けている様子で、広汎性発達障がいの傾向と思われるが、セッションの間も、「でも、お父さんが」「でも、お母さんが」「前に僕をいじめた子が」という反論が目立った。

そこで、それらの陰性感情をひとつずつ拾い出し、解釈の合理性の有無と、「元気の出る考え方はどっち？」、「どちらが気持ちがラクになる？」などの質問を重ね、考え方を選択する練習を繰り返した。その一方で、彼の苦しみにじっくり耳を傾け、理解を示す作業を欠かさず行った。

その結果、事業所での日常生活においてもポジティブな言動が現れはじめ、他の利用者とトラブルがあっても冷静に対応できた。最近は自己の容貌について触れることがなくなり、他者への感謝の言葉を口にする姿が見られるようになった。

これらは認知修正により感情を選択する技術が身についたことで感情統制を自ら行い、気分を安定的に保てるようになったことと、他者（セラピスト）から自分を理解され、受け入れられた経験により、対人関係に安心感を持てるようになったためではないかと考えられる。その後、ひと月で就職を果たし、月一回のセッションに通いつつ、現在も就労継続中である。

【参考文献】

・町沢静雄　2004「醜形恐怖」光文社
・鍋田恭孝　2011「身体醜形障害」講談社
・Rosenberg, M.1965 Sociery and the adolescent self-image. Princeton, NJ: Princeton University Press.
・山本真理子，松井豊，　山成由紀子．1982　認知された自己の諸側面．教育心理学研究,30,64-68.