

認知的フュージョン質問紙 (Cognitive Fusion Questionnaire-28 ; CFQ-28) の日本語版の作成及び信頼性・妥当性の検討

森本克明、熊野宏昭、宇留鷺美紀、佐々木里恵、金谷順弘、野村忍

品川・新橋心療内科、早稲田大学人間科学学術院、早稲田大学人間科学研究科

【問題と目的】

認知的フュージョンとは、アクセプタンス・コミットメント・セラピー (以下 ACT) において、体験の回避とともに、向社会的行動に対して抑制機能を持つことで注目される言語行動のクラスであり、それを減らす脱フュージョン技法は ACT の主要な介入法の一つである。それは「出来事に関する思考が実際の出来事と混同される過程」(Wicksell et al, 2008)、「認知的フュージョンは、刺激機能の言語による変換が容易に起きる文脈のことを指す一方、脱フュージョンは、それら問題のある言語による変換が少なくとも一時的に中断される文脈である」(Blackledge, 2007) 等と説明されている。即ち、自分の思考の内容にとらわれ (思考の意味を字義どおりの出来事と混同)、その内容が行動を制御するための他の有用なリソースを抑えて支配的になってしまう傾向のことをいう (熊野ら, 2009)。

その認知的フュージョンを測定する尺度については、Stigmatizing Attitudes-Believability (SAB; Hayes et al, 2004) や Automatic Thoughts Questionnaire-Believability (ATQ-B; Zettle & Hayes, 1996) 等が使用されてきた。しかしながら、①従来の尺度は認知的フュージョンの一側面である思考の確信度に触れたものであるが、研究や臨床において、その構成概念はより幅広く豊富な意味で述べられ扱われていること、②従来の尺度は特定の特徴を持った人々に対してや特定の認知に焦点を当てて作成されていること、をふまえ、Dempster ら (2009) によって Cognitive Fusion Questionnaire-28 (以下 CFQ-28) が開発された。そして、その特徴としては、①簡潔で自己報告式、②認知的フュージョン及び脱フュージョン両方の項目を含む、③特定の認知ではなく一般的な認知に関する認知的フュージョンの項目を含む、④確信度だけではなくその過程の幅広い面を扱う、⑤精神疾患の有無を問わずあらゆる成人に適用できる総括的な尺度であること、の 5 点があげられている。

この CFQ-28 は日本語版が未作成である。日本語版を作成し信頼性・妥当性の検討を行うことは、

ACT 及び認知的フュージョンに関するアセスメントツールを充実させ、エビデンスの蓄積の一助となると思われる。

なお、本研究は、早稲田大学人を対象とする研究に関する倫理委員会の承認 (承認番号: 2010-091) を得て実施された。

【方法】

日本語版の作成: 開発者の許可を得た後に翻訳、専門家にバックトランスレーションを依頼した。その後、開発者に確認を求め、表現の変更が必要な 2 項目に改訂を行い、完成版とした。

信頼性・妥当性の検討: 臨床心理学系の講義を受講する大学生 279 名に調査実施 (分析対象は 267 名) 後、結果を以下の方法で検討した。

(信頼性)

Cronbach の α 係数による内的整合性の検討。

(妥当性)

①因子分析による因子的妥当性の検討。

②自動思考質問票 (ATQ-R; 児玉ら, 1994) を同時に実施し、頻度 (ATQ-F)、確信度 (ATQ-B) それぞれとの相関を算出した。教示は「それぞれの項目の考えについて、ここ 1 週間で、A. どれくらいよく思い浮かびましたか? (ATQ-F) そして、B. 思い浮かんだ時、その内容についてどれくらい強く確信していましたか? (ATQ-B) A で、全く思い浮かばなかった、という回答の場合は、もしそうした考えが浮かんだとしたらどの程度確信してしまうだろうかということ想定して B に回答して下さい。」とした。事前の想定としては、ATQ-B と高い相関を示し (併存的妥当性)、ATQ-F とはそれよりも小さな相関を示す (弁別的妥当性) というものであった。

【結果】

1) 因子構造の検討

探索的因子分析 (主因子法/プロマックス回転) の結果、表 1 の通り、2 因子の累積寄与率は 46%、2 因子にそれぞれ 19 項目、9 項目が負荷する構造であった。各項目の因子負荷量は .38~.84 の範囲であり各因子に対して十分に負荷していた。

2) 信頼性の検討

CFQ-28 日本語版の各因子と全体についての Cronbach の α 係数は、第1因子 $\alpha = .93$ 、第2因子 $\alpha = .79$ 、全体 $\alpha = .87$ であった。

3) 記述統計量の算出及び妥当性の検討

CFQ-28 日本語版の平均値と標準偏差は、110.8 (± 20.0) 点であった。

CFQ-28 日本語版と、ATQ-F 及び B の相関係数は、ATQ-F (否定的自動思考 $r = .62^{**}$ 、肯定的自動思考 $r = .25^{**}$)、ATQ-B (否定的自動思考 $r = .37^{**}$ 、肯定的自動思考 $r = .18^{**}$) であった ($**p < .01$)。

No.	Item	Factor loadings	
		I	II
13	つらくなるような考えにとでも集中してしまう	.84	.18
14	動揺するような考えに執着しない方が自分の役に立つと分かっている、そうすることにも苦勞する	.81	.11
27	自分の考えに対し、あまりに強く反応してしまいがちである	.76	-.04
15	考えていることのせいで、実際にしていることから気が散ってしまう	.73	-.02
7	特定の事を考えてしまうことで、自分に動揺する	.73	.03
12	自分自身に対して否定的な考えを持つときに、気持ちが動揺する	.72	-.09
22	自分自身の考えと苦悶する	.72	-.03
1	自分の思考が、苦悶や心の痛みの原因になっている	.71	-.05
16	考えていることに因わずして、自分が一番したいことをすることができない	.71	.03
25	いったん何か動揺することを考えたすと、他のことに集中するのは難しい	.68	.00
4	未来や過去のことで頭がいっぱいになっていることに気づく	.67	.00
2	自分が今考えているようには考えべきでない、自分に言い聞かせる	.67	-.04
10	自分の考えにかなり巻き込まれがちだ	.66	.04
8	より良い人生を送ることができるようになる前に、自分の考えを要する必要があると感じる	.58	-.08
28	考えていることに因わずして、今実際に何をしていたのかも忘れてしまう	.57	.02
11	自分の考えには、悪いものや不適切なものがあると思う	.56	-.08
17	自分に役に立たない位にまで、状況の分析をしすぎてしまう	.55	-.15
26	頭に浮かぶ考えはコントロールする必要がある	.50	-.19
5	自分の考えが良いか悪いかといった判断を下す	.39	-.21
18	自分の考えに因われないことなく、距離をとってそれを観察することができる	.14	.67
6	動揺するようなことを考えたときでも、その考えが文字通りの事実ではないかもしれないと理解できる	-.01	.67
21	動揺するようなことを考えたときでも、自分の人生にとって大切なことを実行できる	.10	.65
9	違う観点から自分の考えを見ることは容易である	.15	.57
24	自分の考えに、必ずしも反応することなしに気づいていることができる	-.19	.53
20	自分自身に対して否定的な考えを持ちながら、それでもなお自分は満足している人間であると理解していることは可能である	-.04	.53
23	たとえそんなことはできないという考えを抱いたとしても、私は困難なことを実行できる	-.12	.46
19	同じことに対して、一貫性のない考えを持っていても大丈夫である	-.07	.39
3	自分を苦しめる考えを持っているときでも、結局その考え自体は、それほど重要なものではなくなるだろうと分かっている	-.27	.38
inter-factor correlations		-.15	

表1 探索的因子分析の結果

【考察】

CFQ-28 の因子構造については、原版においても、2因子にそれぞれ19項目、9項目が負荷する構造であることが報告されている。2つの因子は各々認知的フュージョン、脱フュージョンに相当しているとされたが、質問方法（それぞれの因子に対する回答が逆向きになる可能性）による影響も大きいと想定されたため、9項目を逆転項目とした合計得点を求めることが推奨されている。

信頼性については、Cronbach の α 係数の値は、原版 ($\alpha = .86$) と同程度に高いものであり、CFQ-28 日本語版は十分な内的整合性を有しているといえる。

原版では、13項目の短縮版も作成されており、本研究でも同様な13項目を選んで、因子分析と相関分析を行ってみた。その結果、CFQ-28 日本語版と同様の結果が得られた。具体的には、原版と

同じ9項目（表1の1, 7, 10, 14, 16, 17, 22, 26, 27）と4項目（表1の3, 6, 9, 20）の2因子構造であることが確認され（累積寄与率43%）、Cronbach の α 係数は、第1因子 $\alpha = .89$ 、第2因子 $\alpha = .61$ 、全体 $\alpha = .77$ であった。

併存的妥当性については、ATQ-B と弱い相関を示していることが明らかにされた。一方、弁別的妥当性を見るために算出したATQ-Fとの相関については、ATQ-B との相関よりも高い数値が算出された。この結果からは、通常的生活状況では、自動思考の頻度の多さと認知的フュージョンは強い関連を持っている可能性がある。

その一方で、日常生活で自然には起こることが少ない脱フュージョンを、ACT の介入によって引き起こした場合にどうなるかは、別途検討をする必要があるだろう。その際の仮説は、認知的フュージョン減少度は、自動思考の頻度より確信度の減少度と相関が高くなる、というものである。

また、もう一つ指摘する必要があるのは、「考えたことと現実を混同すること」である認知的フュージョンを質問紙で測定するという問題である（つまり、回答者が主観的に考えて答えた内容が、現実を反映しているかという問題）。この点に関しては、特定の認知に焦点を当てる必要はあるが、認知的フュージョンの度合いを単語同士の関係を問う質問に対する反応速度で測定する Implicit Relational Assessment Procedure (IRAP) との関連の強さを検討することが、より有用な妥当性検討の方法になる可能性がある。

以上のように、今後検討すべき課題はあるが、CFQ-28 日本語版は、一般的な認知に関する認知的フュージョンの度合いを、簡便に幅広く測定できる指標として、今後の活用が期待される。また、臨床的場面での活用には、さらに短時間で回答可能なCFQ-13 日本語版がより有用かもしれない。