

# 大学生における自閉スペクトラム傾向者の実行機能特性が 自己没入的抑うつに与える影響について

—— 「認知的柔軟性の低さ」「注意の切り替え困難」  
「細部への過度な関心」に着目して ——

山 田 芽 衣

(神奈川大学大学院 人間科学研究科 人間科学専攻 臨床心理学研究領域)

The Influence of Autistic Spectrum Characteristics of Executive Function on Self-  
Preoccupation Depression in Students;  
Focusing on “low cognitive flexibility,” “difficulty shifting attention,”  
and “excessive attention to detail”

## 問題と目的

発達障害の一つである ASD を捉える上で重要な概念に「スペクトラム」という考え方がある。これは Wing (1998) により、提唱された概念で「連続的なもの」といった意味を表し、「発達障害傾向は正常と異常の境目なしに連続的に分布する (スペクトラムをなす)」という仮説から生まれた考え方である。昨今、成人 ASD 者の併存障害として抑うつ症状が見られることが多く、ASD の二次障害への対応は喫緊の課題である。和迩 (2012) によると、幼児時期に ASD と診断されないまま成長し、思春期・成人期に至ることで、進学や就職などの環境の変化や学校・職場での対人関係や求められるコミュニケーションスキルの変化を経験し、心理的・環境的な負荷が加わった時に AS 特性がはっきりと現れてくるケースも多いという。つまり、AS 傾向者は環境や対人関係の変化による大きなストレスを感じることで、AS 特性を顕在化しやすくなると考えられる。こうした問題の背景には、「目標設定の困難」、「プランニングの弱さ」、「計画の修正困難」、「細部にこだわりすぎるゆえの制約時間内での作業困難」や「設定した目標を達成するために適切な問題解決を行う困難」などの「実行機能」の障害を疑うケースが存在するという (篠田, 2018)。ASD 者の限局した興味や反復行動のような症状である保続的で柔軟性のない行動の発生は、実行機能障害と関連があるという発表もある。また、実行機能に関係する注意の働きの弱さである「認知的柔軟性」がうつや不安と負の相関を示し、「注意を切り替える能力の低さ」が抑うつの一要因である反芻を増強させている可能性が示唆されている。

以上のことを踏まえて、本研究では大学生を対象に、一般集団において「認知的柔軟性の低さ」「注意の切り替え困難」「細部への過度な関心」という AS 的な実行機能特性傾向が、対人関係における相互作用の中で呈する抑うつ感について、「自己没入」との関連という点から以下の仮説を立て、検討していくこととする。

**仮説**：AS 的実行機能特性である「認知的柔軟性の低さ」「注意の切り替え困難」「細部への過度な関心」が「自己没入」「被拒絶感」に影響を与え、それらが「抑うつ感」に影響を与える。

本研究の目的は、AS 傾向者の実行機能特性が自己没入傾向を高め、抑うつ的な自己認知へとつながるモデルを検討することである。AS 傾向者の実行機能特性が自己没入傾向を高め、抑うつ的な自己認知へとつながるモデルを検討することは、AS 傾向者に特有の抑うつ的認知を理解するための一助となると考えられる。

## 方法

**調査対象者** 首都圏の私立大学に在籍する大学を対象に無記名式の質問紙調査（Google フォーム）を実施した。そのうち有効回答であった 327 名（男性 141 名，女性 183 名，その他 3 名，平均年齢 19.70, SD=1.49）を調査対象とした。

**調査方法** 同意を得られた教員の授業時間内に、学生に対して調査依頼書を配布し、調査協力を得られた受講生に対して集団形式で一斉に Google フォームへの回答を求めた。

**調査内容** Google フォームは、フェイスシート（年齢，性別），日本語版自閉スペクトラム指数（AQ-J）（若林ら，2004）下位尺度の中から「注意の切り替え」と「細部への関心」に関する項目，篠田ら（2018）に作成した大学生版認知的柔軟性尺度（Cognitive Flexibility Scale for Higher Education: CFS-HE），没入尺度（坂本，1997）のうち「自己没入」に関する 11 項目，被拒絶感尺度（杉山・坂本，2006），抑うつ感尺度（杉山，2018）で構成した。

## 結果と考察

AS 的実行機能特性が自己没入的抑うつに与える影響について検討するために、共分散構造分析を用いたパス解析を行った。モデルの修正により、他の下位尺度との相関が弱い「細部への過度な関心」を除いたところ、より適合度の高いモデルが算出された。男性モデル（図 1）の適合度は、GFI=.99, AGFI=.99, RMSEA=.00, 女性モデル（図 2）の適合度は、GFI=.99, AGFI=.95, RMSEA=.05 であった。

AS 傾向者の実行機能特性を AQ 下位尺度の一部と大学生版認知的柔軟性尺度のみを用いて測定したので、結果の解釈には注意が必要だが、共分散構造分析の結果、図 1、図 2 のモデルが採択され、男女ともに仮説が一部支持される結果となった。

男女ともに、実行機能特性の「認知的柔軟性の低さ」が「被拒絶感」「自己没入」に影響を与え、「抑うつ感」を促進させている可能性が示唆された。この理由として、本研究では「認知的柔軟性」について、大学生活で起こりうる認知的柔軟性の必要な課題状況を反映した尺度である「大学生版認知的柔軟性尺度（CFS-HE）」を用いて評価したことが挙げられる。篠田ら（2018）によると、大学での学修は高校までの学習と異なり、多くの複雑な情報の中から取捨選択し、自分の状態や周囲の状況の変化によって柔軟に自身の考えや態度を変えることが求められるとのことである。加えて、大学の学修では、ゼミや研究室といった少

人数教育の時間も多く、ASD 者は対人的な困難も覚えやすいという（石垣・川瀬，2022）。よって、他者と同じ場で同じ課題に対応する場合、異なる世界を見ていること（注意資源の偏り）は、学修上の困難だけでなく、対人関係上の困難も生み出し、否定的な自己認知や他者認知を促進させる可能性がある。したがって、本研究における「認知的柔軟性の低さ」はこのような大学生生活場面に即した困り感をより強く反映したと考えられる。

また、「注意の切り替え困難」「認知的柔軟性の低さ」も男女ともに「自己没入」に直接の影響を与えていた。Gaus (2011) によると、ASD 者は実行機能の低さによって、作業管理の不十分さや自己方向付けの乏しさ、基礎的な問題解決能力の乏しさが目立ちやすいという。そのことが、日常的な苛立ちやストレスフルな出来事を誘発し、否定的な自己信念を形成することにつながっていくという。つまり、「注意の切り替え困難」や「認知的柔軟性の低さ」といった AS 的実行機能特性は、自身の否定的な信念や価値観へのとらわれを生み出す可能性がある。これは、物事の見方や捉え方を柔軟に切り替えることの苦手さが、否定的な自己イメージへの固着を促進し、抑うつ的反芻へのとらわれを起こす可能性を示唆している。以上のことから、否定的な自己認知による自己没入的抑うつ過程の背景には、男女ともに AS 的実行機能特性の一つである「認知的柔軟性の低さ」「注意の切り替え困難」が影響を与えていると考えられる。

一方で、「注意の切り替え」と「被拒絶感」との関係性については、男女で異なる可能性が示唆された。これは他者に受容される要因として、男性は女性に比べて他者と同様の注意資源の活用を求められやすいからだと考えられる（杉山，島袋，2018）。つまり、男性の方が集団生活において、各々の役割やスキルなどをもとに注意資源をコントロールし、正確かつ柔軟に課題解決を行うことが求められ、それが他者からの信頼を獲得し、良好な関係を構築するうえで重視されることが推察される。加えて、「注意の切り替え困難」と「認知的柔軟性の低さ」が「自己没入」と「被拒絶感」のそれぞれに与える影響性も男性の方が高い。以上のことから、女性よりも男性の方が、他者との信頼関係形成において、柔軟な注意資源の活用による課題解決能力が求められやすい可能性が示唆された。

本研究では、AS 傾向者が自己没入的抑うつに陥る過程の背景には、AS 傾向者特有の実行機能特性があることを検討した。共分散構造分析の結果より、「注意の切り替え困難」「認知的柔軟性の低さ」が「被拒絶感」や「自己没入」にそれぞれ影響を与え、抑うつ的な自己認知に影響を与えるというプロセスが示唆された。これは、AS 傾向者の自己没入的抑うつへのアプローチとして、自己に向けた注意の硬着性である「自己没入」の高まりを予防するような注意資源の支援的アプローチの可能性を示唆している。加えて、先行研究より「認知的柔軟性」がうつや不安と負の相関を示し（Oshiro, Nagaoka, & Shimizu, 2016）、「注意を切り替える能力の低さ」が抑うつの一要因である「反すう」を増強させている可能性（池田，2018）についても言及されていることから、AS 傾向者の実行機能特性を背景とした自己没入的抑うつに対するアプローチとしてマインドフルネスの習得が、二次障害であるうつ病を予防する観点からも有用である可能性が考えられる。

最後に、本研究の限界と今後の課題について以下に示す。本研究は、首都圏の私立大学学生のみを対象としたアナログ研究なので、今後は ASD 者を対象とした研究を行い、本研究

におけるモデルが成立するかを検討し、一般集団との比較が求められるだろう。加えて、本研究は横断研究であり、AS 的実行機能特性と自己没入的抑うつの影響関係について言及するには限界がある。また、AS 傾向者の自己没入的抑うつ感に対する支援仮説としては、今後は介入研究などを用いて、より頑健に関連を示す研究計画を立てる必要があるだろう。字数制限により引用文献は省略する。

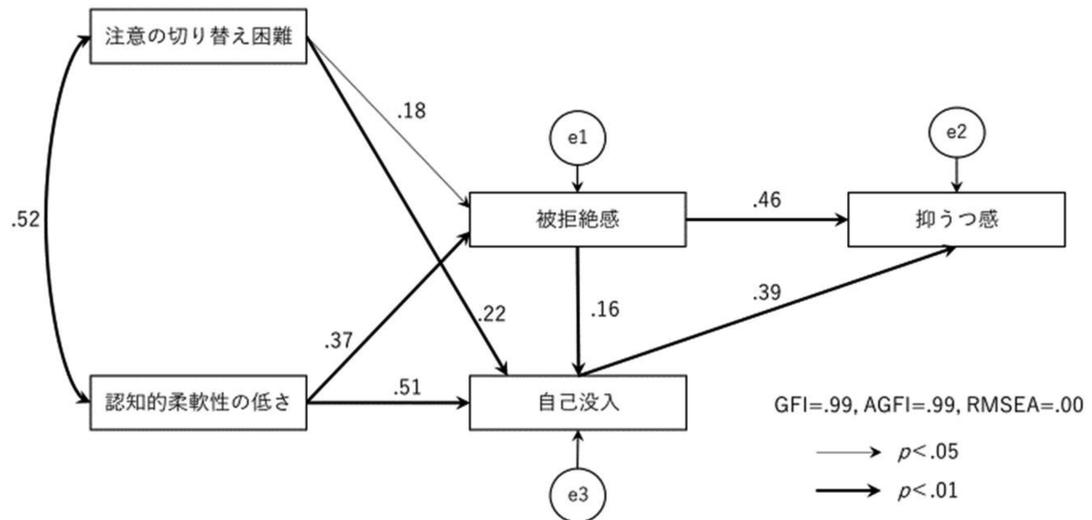


図1 修正版 男性モデル (N=141)

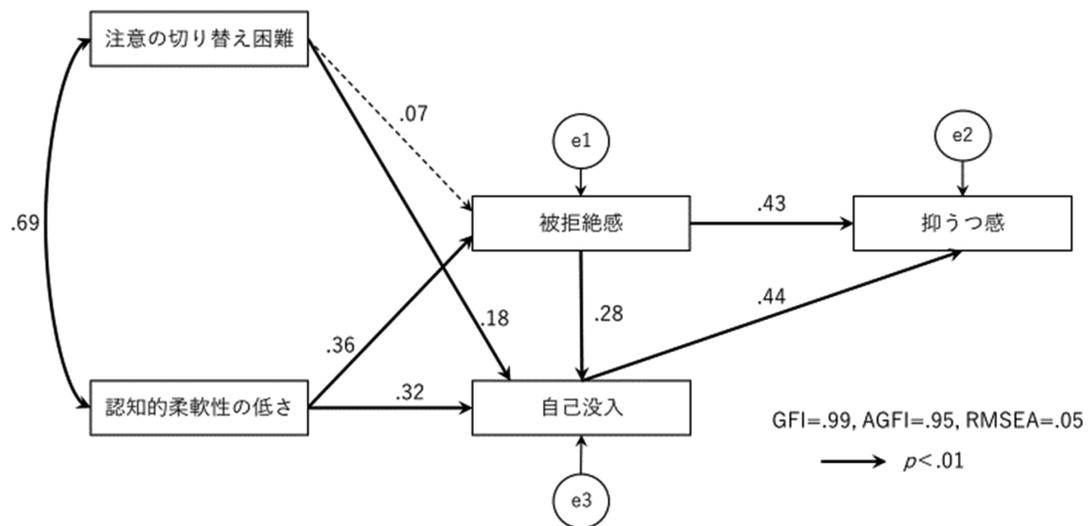


図2 修正版 女性モデル (N=183)