

## Rumination-Reflection Questionnaire 日本語版作成の試み

高野 慶 輔

東京大学大学院総合文化研究科

丹野 義 彦

東京大学大学院総合文化研究科

### 問 題

従来、私的自己意識は、思考や概念といった内面的な自己に注意を向けやすい性質とされ (Fenigstein, Scheir, & Buss, 1975), 抑うつとの関連が指摘されてきた。私的自己意識は自己省察 (Self-reflection) と内的状態の自覚 (Internal state awareness) の2因子構造が指摘されており (Burnkrant & Page, 1984), 前者は不安や抑うつなどと正の相関があるのに対し、後者はそういった尺度と負の相関を持つか、もしくは相関がないとされている (Anderson, Bohon & Berrigan, 1996)。また私的自己意識は、精神疾患と関連するという不適応的な側面を有する一方で、自己理解を促し精神的衛生を促進する適応的な側面も持つという矛盾も指摘されている (Trapnell & Campbell, 1999)。

こうした流れを受けて、Trapnell & Campbell (1999) は、私的自己意識を反芻 (Rumination) と省察 (Reflection) に分けている。前者は、自己への脅威、喪失、不正によって動機付けられた、自己へ注意を向けやすい特性とされ、後者は、知的好奇心によって動機付けられた、自己へ注意を向けやすい特性とされている。性格特性との関連では、反芻はビッグファイブの神経症傾向と、省察は開放性との相関が示されている。

国外では近年、こうした自己に対する注目が持つポジティブな効果についての研究が多く行われるようになってきた。しかしながら、現在日本において私的自己意識の適応的・不適応的側面を明確に分離し、定量的に測定する尺度は未だ見当たらない。そこで本研究では、Rumination-Reflection Questionnaire (以下 RRQ) 日本語版の開発を試みる。日本語版においても原版と同様、反芻と省察の2因子が抽出され、いずれも私的自己意識尺度との間に正の相関が予想される。また、反芻は性格特性の神経症傾向と、省察は開放性との間にそれぞれ有意な相関がみられるだろう。

### 方 法

#### 対象とデザイン

東京都内の大学生 276 名に対して質問紙調査を行い、回答に不備のなかった 241 名 (男性 173 名, 女性 68 名) を分析の対象とした。有効回答率は 87.3% であった。調査の実施に際して、回答は任意であることを説明し、調査への参

加の同意を得た。

#### 質問紙

(1) RRQ 日本語版: Trapnell & Campbell (1999) が作成した RRQ について、原著者の承諾を得た上で、著者が日本語訳を行った後、バイリンガルによるバックトランスレーションを実施した。その後、原項目と意味が変わらないように、若干の語句の改変を行った。24 項目からなり、回答の形式は 5 件法とした。

(2) 日本語版私的自己意識尺度 (押見・渡辺・石川, 1986): 自己意識尺度の下位尺度で、9 項目からなる。回答の形式は 5 件法とした。

(3) 自己記入式抑うつ尺度 (福田・小林, 1983): 20 項目からなる。回答の形式は 4 件法とした。

(4) 日本語版 NEO-Five Factor Inventory (下仲・中里・権藤・高山, 1999): 60 項目からなる。神経症傾向、協調性、誠実性、開放性、外向性の 5 因子である。回答の形式は 5 件法とした。RRQ 日本語版との相関が予想される神経症傾向と開放性の下位尺度のみを用いた。

### 結果と考察

RRQ 日本語版の因子構造を確認するため、探索的因子分析を行った。推定には最尤推定法を用い、因子間に相関を仮定したためプロマックス回転を行った。スクリープロットから 2 因子が最適であると判断された。すべての項目が 2 因子のどちらかに対して 0.4 以上の負荷を持っていたため、項目の削除は行わなかった。第 1 因子に負荷する項目はすべて元の Rumination の項目であり、第 2 因子に負荷する項目はすべて Reflection の項目であったので、先行研究に習い第 1 因子は反芻、第 2 因子は省察とした。因子間相関は 0.27 であった。項目内容と因子負荷を Table 1 に示した。

RRQ 日本語版尺度全体および下位尺度の  $\alpha$  係数は、全体で 0.90、反芻で 0.89、省察で 0.89 であり、いずれも十分な値を示した。

RRQ 日本語版の平均、標準偏差、各尺度間の相関係数、偏相関係数を Table 2 に示した。反芻および省察はいずれも私的自己意識尺度と強い相関が見られ、私的自己意識の関連概念であることが保証された。反芻では抑うつと強い相関が見られる一方で、省察では抑うつとの間に相関は見られなかった。ビッグファイブとの関連では、予測通り、反

Table 1 RRQ 日本語版の因子分析結果

項目	反芻	省察	平均	標準偏差
5 本当に長い間、自分に起こったことを繰り返し考えたり、つくづくと考えたりしがちだ	<b>.798</b>	.047	3.10	1.21
2 最近自分が言ったことやしたことについて、頭の中でいつも思い返しているように思う	<b>.782</b>	-.090	3.22	1.16
12 私は、恥ずかしい、あるいはがっかりした瞬間を思い返すのに、非常に多くの時間を費やしている	<b>.744</b>	-.167	3.07	1.27
3 時々、自分自身について考えるのをなかなかやめることができない	<b>.689</b>	.045	3.02	1.21
7 過去にあった場面で、自分がどう振舞ったかを頭の中でよく思い返している	<b>.659</b>	.025	3.51	1.02
8 自分がしたことについて、自らもう一度評価をしていることに気が付くことがよくある	<b>.637</b>	.156	3.39	1.11
4 口論や意見の不一致があると、その後長い間私は起こったことを考えつづける	<b>.613</b>	.069	3.46	1.11
11 もはや関心を持つべきではない人生の出来事について熟考することがよくある	<b>.602</b>	.001	3.05	1.14
6 終わったことやしてしまったことを思い返すために時間を使うことはない*	<b>.586</b>	.056	4.07	.97
1 自分のある側面について考えるのをやめたいと思っても、そこに注意が向くことが多い	<b>.577</b>	-.031	3.08	1.13
10 不愉快な考えを頭の中から外へ出すことはたやすい*	<b>.469</b>	-.019	3.96	1.04
9 あまり長い間、自分自身のことを繰り返し考えたり、じっくり考えたりすることは決してない*	<b>.437</b>	.101	4.12	.95
22 ものごとの本質や意味について深く考えることがとても好きだ	-.086	<b>.785</b>	3.31	1.20
24 自分自身についてじっくり考えることは、楽しいとは思わない*	-.152	<b>.780</b>	3.37	1.11
21 もともと自己をととも探求したいと思っている	-.006	<b>.766</b>	2.97	1.13
23 自分の人生を哲学的に見ることがとても好きだとしばしば思う	.153	<b>.713</b>	2.72	1.24
20 自己分析はあまり好きではない*	-.097	<b>.704</b>	3.54	1.06
18 なぜそうするのかを分析するのがとても好きだ	-.014	<b>.668</b>	3.19	1.17
15 「内的な」自己を探るのがとても好きだ	.057	<b>.656</b>	3.01	1.12
16 物事に対する自分の態度や気持ちに、強い興味がある	.117	<b>.594</b>	3.17	1.02
13 哲学的、抽象的な考えは、それほど私の興味を引くものではない*	.101	<b>.478</b>	3.24	1.31
17 内省的、自省の考え方は本当に好きではない*	-.050	<b>.458</b>	3.41	1.06
14 私はそれほど物事を深く考えるタイプの人ではない*	.216	<b>.429</b>	3.64	1.16
19 私は、「深い」、内省的なタイプの人だとよく人に言われる	.121	<b>.409</b>	2.32	1.14

注. 項目冒頭の数字は項目番号を示す。\*は逆転項目である。項目6, 項目9, 項目10において天井効果が見られるが、項目の意味と因子との整合性、因子負荷量を考慮して今回の分析では採択した。

Table 2 RRQ 日本語版, 私的自己意識尺度の平均, 標準偏差, 他尺度との相関係数, 偏相関係数

	平均	標準偏差	抑うつ	私的自己意識	ビッグファイブ	
					神経症傾向	開放性
相関係数						
省察	41.05	9.03	.00	.65**	.13*	.52**
反芻	37.88	9.17	.52**	.55**	.73**	-.06
私的自己意識	30.43	6.56	.17**	—	.33**	.25**
私的自己意識との偏相関係数						
省察を統制			.23**	—	.33**	-.13*
反芻を統制			-.15*	—	-.12 <sup>†</sup>	.34**

\*\* $p < .01$ , \* $p < .05$ , <sup>†</sup> $p < .10$

芻は神経症傾向と強い正の相関が、省察は開放性と有意な正の相関が見られた。また、省察、反芻をそれぞれ統制した後の私的自己意識と各尺度との偏相関係数を算出した。省察を統制した場合、開放性との相関が大きく減少した。一方で反芻を統制した場合、抑うつおよび神経症傾向との相関は大きく減少した。このことから、私的自己意識は異なる2つの側面を有することが示唆される。これらの結果は先行研究の報告と概ね一致しており、RRQ日本語版の基準関連妥当性が示された。

以上の結果から、本研究で作成したRRQ日本語版は妥当性の一部と内的一貫性を有する尺度であることが確認された。RRQ日本語版は私的自己意識の適応的・不適応的側面を考える上で重要な尺度であり、特に適応的側面に関しては、自己への洞察がいかにして精神衛生に寄与するかを解明する足がかりとなりえるだろう。日本においてもこの尺度が使用可能となったことで、従来あまりなされなかった私的自己意識の適応という観点から、更なる研究の発展が期待できる。

しかし、本研究では大学生のみを調査の対象としており、今後一般成人においても同じ結果が得られるかどうかを調べる必要があるだろう。また、項目6, 9, 10については分布の歪みがある恐れがあり、今後詳細な検討を加えねばならないだろう。さらに、本研究では検討されなかった再検査信頼性やその他の構成概念との関連を確認していくこと

で、さらに尺度を洗練させていく必要があるだろう。

#### 引用文献

- Anderson, E. M., Bohon, A. M., & Berrigan, L. P. (1996). Factor structure of the Private Self-Consciousness Scale. *Journal of Personality Assessment*, **66**, 144-152.
- Burnkrant R. E., & Page, T. (1984). A modification of the Fenigstein, Scheir, and Buss Self-consciousness Scales. *Journal of Personality Assessment*, **48**, 629-637.
- Fenigstein, A., Scheir, M. F., & Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, **43**, 522-527.
- 福田一彦・小林重彦 (1973). 自己評価式抑うつ性尺度の研究 精神神経学雑誌, **75**, 673-679.
- 押見輝夫・渡辺浪二・石川直弘 (1986). 自己意識尺度の検討 立教大学心理学研究年報, **28**, 1-15.
- 下仲順子・中里克治・権藤恭之・高山 緑 (1999). NEO-PI-R, NEO-FFI 共通マニュアル 東京心理
- Trapnell, P. D., & Campbell, J. D., (1999). Private self-consciousness and the Five-Factor Model of personality: Distinguishing rumination from reflection. *Journal of Personality and Social Psychology*, **76**, 284-304.

— 2007.6.19 受稿, 2007.10.13 受理—

## Development of Japanese-version Rumination-Reflection Questionnaire

Keisuke TAKANO and Yoshihiko TANNO

Graduate School of Arts and Sciences, The University of Tokyo

THE JAPANESE JOURNAL OF PERSONALITY 2008, Vol. 16, No. 2, 259-261

The purpose of the present study was to develop a Japanese version of Rumination-Reflection Questionnaire (RRQ) and examine its reliability and validity. Previous studies suggested that RRQ had two subscales: rumination and reflection. Rumination was dispositional self-attentiveness evoked by negative events, and reflection was dispositional self-attentiveness motivated by intellectual interests. Data from 241 undergraduates were analyzed, and factor analysis showed two factors, corresponding to the previous findings. Both subscales showed sufficient internal consistency and concurrent validity with clinical and personality scales. These findings provided support for reliability and validity of Japanese-version RRQ.

**Key words:** private self-consciousness, rumination, reflection, depression