

日本語版マーズレイ強迫神経症質問紙 (MOCI)の因子論的検討

細羽竜也・内田信行・生和秀敏

広島大学総合科学部人間行動研究講座
(1992年9月1日受理)

Factor analysis of Japanese version of the Obsessional - Compulsive Inventory

Tatsuya HOSOBATA, Nobuyuki UCHIDA and Hidetoshi SEIWA

Abstract : The 30-items Maudsley Obsessional-Compulsive Inventory (MOCI) was developed as an instrument for assessing the existence and extend of different obsessional-compulsive complaints by Hodgson & Rachman (1977). MOCI is composed of two major types of complaint, checking and cleaning compulsions, and two minor types, slowness and doubting. Rachman & Hodgson (1980) considered the complaints of checking and cleaning as the representative coping behaviors of prevention and provocation. These types of coping behavior could be observed in daily stressful situation.

This study was to explore the Japanese version of MOCI available to evaluate the degree of obsessional-compulsive tendency observed in non-clinical persons. The Japanese version of MOCI was administered to 600 normal students to re-investigate the factor structure of this scale. Principal factor analysis and varimax rotation were adopted to extract the significant factors from 30×30 correlation matrix.

Three factors, checking, cleaning and doubting-ruminating were extracted independently, but the complaint of slowness was not found as a significant factor.

Additively to explore in their correlations with obsessional-compulsive complaints, trait anxiety and time anxiety, MOCI, STAI-T form and TAS were administered to 213 normal students. TAS is composed of three subscales, namely, time confusion, time irritation and time submissiveness.

The results were as follows. (1) Checking, cleaning and doubting were positively correlated with trait anxiety, but slowness was negatively correlated. (2) All obsessional-compulsive complaints but slowness were positively correlated with time confusion. Slowness and cleaning were positively correlated with time irritation, and negatively correlated with time submissiveness. These results indicate that slowness and cleaning complaints are somewhat different from other obsessional-compulsive complaints.

Key words : obsessional-compulsive disorder, MOCI, checking, cleaning, doubting, slowness.

【序論】

強迫神経症 (obsessional - compulsive disorder) とは、自らの意志や理性に反して思い浮かんでくる不合理で不快な思考やイメージ (強迫観念: obsession) や、そのような強迫観念を減衰させたり脅威事態を避けるためのステレオタイプな儀式行動 (強迫行為: compulsion) が何度も繰り返されることにより悩まされる状態像である。Rachman & Hodgson (1980) は、強迫行為の典型的な症状として、過度に手を洗ったり髪の毛を解いたりする cleaning (あるいは washing と呼ばれている) 強迫や、ガスの元栓やドアの鍵が閉まっているかどうかを繰り返し確認をしたりする checking 強迫を挙げている。さらに少数例として、彼らは slowness という強迫行為も報告している。この強迫行為は仕事や毎日の出来事を処理するとき慎重にゆっくりと何回も行なうため、1つの作業を終えるために非常に時間がかかってしまうことから "slowness" と名付けられている。

一般に強迫行為には、強迫観念により生じた不安・不快を減少させる役割があると指摘されており、不安・不快減少理論 (anxiety/discomfort reduction theory) と呼ばれている (Carr, 1974; Kozak, Foa & McCarty, 1988; Mineka, 1985; Rachman, 1976a, 1976b; Rachman & Hodgson, 1974, 1980; Wolpe, 1982)。

Hodgson & Rachman (1972) は、強迫神経症の典型的な症状の1つである cleaning 強迫の患者を被験者として不安・不快理論を検討したところ、強迫行為により主観的不安・不快が減少したと報告している。また、Hornsveld, Kraaimaat & van Dam-Baggen (1979) も、cleaning 強迫の患者の主観的不安・不快が手洗い行為により減少したと報告している。

checking 強迫についても類似した結果が得られており、Roper, Rachman & Hodgson (1973) や Roper & Rachman (1976) は、患者の大部分の checking 行為には主観的不安・不快を減少させる機能が認められると述べている。

しかし、一方で、checking 強迫の患者の中には checking 行為により主観的不安・不快を増大させるものが観察されたり (Roper, Rachman & Hodgson, 1973; Roper & Rachman, 1976)、checking 強迫や slowness の患者が強迫行為を行なう前には必ずしも強い不安・不快を訴えていないという報告もある (Rachman & Hodgson, 1980)。Mineka (1985) や Rachman & Hodgson (1980) は、これらの現象をすべて不安・不快減少理論と結びつけて理解することは難しいと述べている。

このように同じ強迫神経症でも、cleaning 強迫、checking 強迫、slowness の各症状が必ずしも同一の理論で説明できるとは限らず、多くの研究者は強迫神経症のタイプによって発症の起源、維持のメカニズムが異なっていると考えている傾向が次第に優勢になってきている (deSilva, 1986; Foa, 1979; Rachman, 1976a, 1976b; Rachman & Hodgson, 1980; Sanavio, 1988)。

Hodgson & Rachman (1977) は強迫神経症のタイプの種類やそれぞれのタイプの内容及びその程度を数量的に同定するため、30項目2件法 (true-false) のモーブレイ強迫神経症質問紙 (MOCI) を作成した。100人の強迫神経症の患者のMOCIに対する反応を主成分分析し、抽出された4つの因子にそれぞれ対応する4つの下位尺度からなる質問紙を構成した。各尺度は固有値の高い順にそれぞれ checking、cleaning、slowness、doubting と名付けられている。

特に checking と cleaning の内容について、Rachman & Hodgson (1980) は、checking を脅威や危険の到来を何とか未然に防ごうとする予防的 (preventive) 行動、cleaning を脅威や危険を最小限に抑えるための修復的 (restorative) 行動として説明し、脅威や危険に対する2種類の対処行動として考えることも可能であることを指摘している。

強迫行為を広く対処行動の一例と考えるならば、checking や cleaning といった強迫行為は病者

に特徴的というよりも、程度の差こそあれ健常者にも観察することが可能であると考えられる。Rachman & de Silva (1978) や Salkovskis & Harrison (1984) は、健常者でも頻度及びその強度が異なるものの強迫観念に類似した思考を行なっていることを報告している。また強迫観念により不快感を募らせ、強迫行為に類似した行動を遂行すると不快感は減少するとも報告しており、健常者も強迫神経症の患者と類似した思考や行為を行なっている可能性が高い。もしそうであれば、思考や行為の頻度や強度を減じたMOCIを健常者に実施したとき、Hodgson & Rachman (1977) と類似した因子が抽出される可能性が高い。

そこで本研究では、日本語版MOCIの作成及び因子論的検討を行なうことで、健常者における強迫神経症傾向の因子論的分類を行ない、この分類の妥当性を既存の尺度との関連において検討を加えることにした。

【目的】

日本語版MOCIを作成し、日本語版MOCIと原版 (Hodgson & Rachman, 1977) の因子構造との比較検討を行なう。さらに強迫神経症のタイプと時間不安、特性不安の関連を比べることで、尺度の分類の妥当性についての検討を加える。

【方法】

〈被調査者〉大学生 600 名 (男性 326 名・女性 274 名)、そのうち 213 名 (男性 93 名・女性 120 名) に対しては、時間不安と特性不安の質問紙を併せて実施した。〈調査期間〉平成3年6月及び平成4年7月。〈質問紙〉Rachman & Hodgson (1980) のMOCI (30項目) を、内容を損なわないように平易な日本語に訳し、各項目の強迫観念や行為等の表現を緩やかにした。最終的な質問紙の項目の内容は、APPENDIX-1 に示した通りである。時間不安の測定尺度として生和・内田 (1991) が作成した時間不安尺度 20 項目を再検討して、選択し改訂したTAS (15項目) を用いた。このTASは5項目ずつ3つの下位尺度からなり、それぞれ time confusion、time irritation、time submissiveness と名付けられている。TASの具体的な項目は APPENDIX-2 に示した。特性不安を測定する尺度として、Spielberger, Grouch & Lushene (1970) のSTAI-T form (20項目) を用いた。〈調査方法〉講義中に集団アンケート方式で実施した。〈回答方法〉日本語版MOCIの項目全てについて、「そうではない (1)」、「どちらともいえない (2)」、「その通りだ (3)」の3件法で回答させた。時間不安尺度については、各々の項目について「全くあてはまらない (1)」から「全くそのとおりだ (5)」の5件法で評定させた。STAI-T form については、「ほとんどない (1)」から「ほとんどいつも (4)」の4件法で評定させた。〈分析方法〉各質問項目または各尺度得点を変数とした相関行列をもとに、主因子法による因子分析を行い、固有値 1.0 以上の因子について varimax 回転を行なった。

【結果と考察】

1. 日本語版MOCIの因子論的検討

Table.1 は、質問紙から得られた回答について 30 項目×30 項目の相関行列を算出、それをもと

Table.1 日本語版 MOC I (30 項目) における varimax 回転後の因子行列

| ITEM No. | FACTOR | | |
|----------|--------|--------|--------|
| | 1 | 2 | 3 |
| 2 2 | 0.859 | 0.026 | 0.119 |
| 2 8 | 0.706 | 0.035 | 0.226 |
| 2 0 | 0.592 | 0.088 | 0.197 |
| 6 | 0.548 | 0.179 | -0.071 |
| 3 0 | 0.436 | 0.056 | 0.346 |
| 2 1 | 0.389 | 0.174 | 0.030 |
| 2 3 | 0.316 | 0.102 | -0.040 |
| 1 5 | 0.243 | 0.036 | 0.062 |
| 1 4 | 0.179 | 0.106 | 0.172 |
| 2 5 | 0.169 | 0.116 | 0.081 |
| 7 | 0.133 | 0.031 | 0.024 |
| 3 | 0.055 | -0.013 | -0.004 |
| 1 | 0.011 | 0.493 | 0.000 |
| 9 | -0.042 | 0.486 | 0.248 |
| 2 4 | 0.077 | 0.472 | -0.024 |
| 1 7 | 0.239 | 0.404 | -0.104 |
| 1 3 | 0.204 | 0.400 | 0.168 |
| 5 | 0.057 | 0.393 | 0.107 |
| 1 6 | -0.026 | 0.335 | 0.196 |
| 2 6 | 0.061 | 0.321 | 0.036 |
| 1 1 | 0.130 | 0.263 | 0.024 |
| 1 9 | 0.002 | 0.200 | 0.040 |
| 2 7 | 0.116 | 0.172 | 0.120 |
| 8 | 0.043 | 0.048 | 0.656 |
| 2 | 0.195 | 0.165 | 0.563 |
| 1 0 | 0.183 | 0.150 | 0.427 |
| 1 8 | 0.299 | 0.203 | 0.334 |
| 1 2 | 0.300 | -0.007 | 0.306 |
| 4 | -0.063 | -0.016 | 0.283 |
| 2 9 | 0.039 | 0.154 | 0.221 |
| 固有値 | 2.874 | 1.765 | 1.706 |

に主因子解を求め、固有値 1.0 以上の 3 個の因子について varimax 法による直交回転を行なった後の因子行列を示している。

因子負荷量の絶対値が 0.30 以上の項目を各々の因子に含まれる項目と仮定すると、30 項目のうち 20 項目が 3 個のいずれかの因子に含まれていることが分かる。

第 1 因子は、8 個の項目が関連しており、そのうち負荷量の高い 4 個の項目 (項目 22、項目 28、項目 20、項目 6) は Rachman ら (1980) によって checking 項目と見なされている。負荷した項目の内容を検討した結果、第 1 因子は checking 行為と関連していると考えられる。第 2 因子は、8 個の項目が関連しており、そのうち 7 個の項目が cleaning 行為を意味する項目である。項目内容を検討した結果、第 2 因子は cleaning 行為と関連が高いと考えられる。第 3 因子は、6 個の項目が関連しており、そのうち 4 個の項目が doubting、残りの項目 (項目 8、項目 2) は直接的には強迫的思考 (ruminating) を示している。項目内容を検討した

結果、第 3 因子は doubting 及び ruminating を示している。

日本語版 MOC I は因子論的に checking、cleaning、doubting 及び ruminating の 3 個の因子に分類することが可能である。slowness は因子として抽出されなかった。slowness は、強迫神経症患者にのみ見受けられる症状であり (de Silva, 1986)、強迫的思考や強迫的行為が著しく乏しい健常者には観察しにくい症状であると考えられる。Chan (1990) や Sanavio & Vidotto (1985) も、健常者を被調査者として MOC I を因子論的に検討したとき checking、cleaning、doubting 及び ruminating と類似した因子が抽出されたことを報告している。また、同じく強迫神経症を査定する質問紙であるレイトン強迫神経症質問紙 (Leyton Obsessional Inventory; Cooper, 1970) やパウダ質問紙 (Pauda Inventory; Sanavio, 1988) について健常者から得たデータを因子論的に検討したところ、checking や cleaning、doubting 及び ruminating と類似した因子が抽出されたと報告されており (Sanavio, 1988)、checking や cleaning、doubting 及び ruminating の 3 因子は強迫神経症の特徴的な因子であると考えられる。以上の点を考えても、本研究の結果からも、抽出された 3 個の因子は健常者にも普遍的に観察し得る因子であると考えられる。

とりわけ、強迫行為の因子として認められる checking と cleaning について、Rachman & Hodgson (1980) は、checking 行為が脅威や危険を未然に防ごうとする「予防的行動」であり、cleaning 行為は脅威や危険を最小限に抑えようとする「修復的行動」であると考えている。Rachman ら (1980) の考え方を行動論的に解釈すれば、checking 行為は回避行動と類似しており、cleaning 行為は逃避行動と類似している。

このような観点に立てば、一見特殊に見られている強迫行為を不安や恐怖に動機づけられた対処行動の一般的モデルとして位置づけ、その発生と解消に影響を及ぼす条件を実験的に検討していくことが可能になると思われる。

2. 日本語版MOCIとTAS、STAI-T formの相関分析的検討

Table.2 は、日本語版MOCI、TAS、STAI-T form の総得点及び下位尺度得点の相関行列を算出、それをもとに主因子解を求め、固有値 1.0 以上の 3 個の因子についてvarimax 法による直交回転を行なった後の因子行列を示している。

Table.2 日本語版MOCI、TAS、STAI-T form の総得点及び下位尺度得点を
変数としたときの varimax 回転後の因子行列

| SCALE NAME | FACTOR | | |
|----------------|--------|--------|--------|
| | 1 | 2 | 3 |
| 日本語版 MOCI | 0.920 | 0.103 | 0.305 |
| doubting | 0.832 | 0.154 | -0.050 |
| checking | 0.829 | 0.060 | 0.038 |
| cleaning | 0.650 | 0.031 | 0.474 |
| STAI-T form | 0.629 | 0.082 | -0.410 |
| confusion | 0.537 | 0.522 | -0.223 |
| TAS | 0.242 | 0.962 | -0.115 |
| submissiveness | -0.153 | 0.685 | -0.301 |
| irritation | 0.164 | 0.650 | 0.303 |
| slowness | 0.016 | -0.116 | 0.817 |
| 固有値 | 3.440 | 2.149 | 1.402 |

因子負荷量の絶対値が 0.30 以上の項目を各々の因子に含まれる項目と仮定すると、10 個の尺度全てがいずれかの因子に含まれていることが分かる。

第 1 因子は、日本語版MOCIのうち、MOCIの総得点、checking、doubting、cleaning が高く負荷し、残りは STAI-T form、time confusion の得点が負荷している。この因子は主として強迫神経症の主症状と関連していると考えられる。第 2 因子は、TASの総得点及び下位尺度得点が負荷している。この因子は時間不安の特性を示している。第 3 因子は、slowness、cleaning、STAI-T form、MOCIの総得点、time submissiveness 及び time irritation が負荷している。この因子は強迫神経症の症状のうち、slowness と関連していると考えられる。

Rachman & Hodgson (1980) や Steketee, Grayson & Foa (1985) によると、cleaning の方が checking より不安と関連が高いと考えており、また Rachman & Hodgson は、強迫神経症の患者が slowness 行為を行なうとき、不安をほとんど感じてないことを指摘している。第 1 因子の結果は、

特性不安と slowness 以外の強迫神経症の因子に特性不安が関連していることを示しており、cleaning と checking に関する Rachman らや Steketee らの考えを支持する結果とはならなかった。

slowness について、第 3 因子から MOCI の総得点及び cleaning と関連が高いことが分かった。Rachman (1976b) や Rachman & Hodgson (1980) は、slowness は cleaning より checking との関連の方が高いと述べているが、本研究の結果は、Rachman らの考えとは異なる結果となっている。また、特性不安とは負に負荷しており、slowness が不安と関連がほとんどないと述べている Rachman ら (1980) の指摘を支持する結果となっている。

これらの結果は、強迫神経症の各因子と特性不安の関連の程度が、それぞれ異なっていることを示しており、強迫神経症を因子論的に分類することの妥当性を支持している。

Winnubst (1975,1988) は、時間不安と強迫神経症に関連があると指摘している。時間不安の各因子と強迫神経症の各因子の関連を検討すると、slowness 以外の強迫神経症の各因子は、時間不安のうちでも time confusion と関連が高い。slowness と cleaning は time irritation に関連が高く、time submissiveness に対しては負に関連している。強迫神経症の各因子は、時間不安の各因子との関連の程度が異なっており、強迫神経症と時間不安の関連の検討の際には、強迫神経症の各因子ごとに検討していく必要があると思われる。

健常者を用いての本研究の結果を検討する限り、slowness を強迫神経症の 1 因子と見なすことは因子論的に困難であると思われる。しかし、slowness は強迫神経症患者にのみ観察される症状であると指摘されており (Rachman & Hodgson,1980)、強迫神経症の因子としての位置づけを否定するには問題が残る。

今後、強迫神経症の患者に調査を行い、さらに詳しく検討を行なう必要があろう。

【引用文献】

- Carr, A. T. 1974 Compulsive neurosis: A review of the literature. *Psychological Bulletin*, 81, 311-318.
- Chan, D. W. 1990 The Maudsley Obsessional - Compulsive Inventory: a psychometric investigation on Chinese normal subjects. *Behaviour Research and Therapy*, 28, 413-420.
- Cooper, J. E. 1970 The Leyton Obsessional Inventory. *Psychological Medicine*, 1, 48-64.
- de Silva, P. 1986 Obsessional - compulsive imagery. *Behaviour Research and Therapy*, 24, 333-350.
- Foa, E. B. 1979 Failure in treating obsessive - compulsives. *Behaviour Research and Therapy*, 17, 169-176.
- Hodgson, R. J. & Rachman, S. 1972 The effects of contamination and washing in obsessional patients. *Behaviour Research and Therapy*, 10, 111-117.
- Hodgson, R. J. & Rachman, S. 1977 Obsessional - compulsive complaints. *Behaviour Research and Therapy*, 15, 389-395.
- Hornsveld, R. H. J., Kraaimaat, F. W. & van Dam-Baggen, R. M. J. 1979 Anxiety / discomfort and handwashing in obsessive - compulsive and psychiatric control patients. *Behaviour Research and Therapy*, 17, 223-228.
- Kozak, M. J., Foa, E. B. & McCarcy, P. R. 1988 Obsessive - compulsive disorder. In Last, C. G. & Hersen, M. (Ed.), *Handbook of anxiety disorders*, 87-108. New York: Pergamon Press.
- Mineka, S. 1985 Animal models of anxiety - based disorders: Their usefulness and limitations. In

- Tuma, A. H. & Maser, J. D. (Ed.), *Anxiety and anxiety disorders*, 199-244. Hillsdale, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Rachman, S. 1976a The passing of the two - stage theory of fear and avoidance: fresh possibilities. *Behaviour Research and Therapy*, 14, 125-132.
- Rachman, S. 1976b Obsessional - Compulsive checking. *Behaviour Research and Therapy*, 14, 269-278.
- Rachman, S. & de Silva, P. 1978 Abnormal and normal obsessions. *Behaviour Research and Therapy*, 16, 233-248.
- Rachman, S. & Hodgson, R. J. 1974 I. Synchrony and desynchrony in fear and avoidance. *Behaviour Research and Therapy*, 12, 311-318.
- Rachman, S. & Hodgson, R. J. 1980 *Obsessions and compulsions*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice Hall.
- Roper, G. & Rachman, S. 1976 Obsessional - compulsive checking : Experimental replication and development. *Behaviour Research and Therapy*, 14, 25-32.
- Roper, G., Rachman, S. & Hodgson, R. J. 1973 An experiment on obsessional checking. *Behaviour Research and Therapy*, 11, 271-277.
- Salkovskis, P. M. & Harrison, J. 1984 Abnormal and normal obsessions – a replication. *Behaviour Research and Therapy*, 22, 579-552.
- Sanavio, E. 1988 Obsessions and compulsions: The Pauda Inventory. *Behaviour Research and Therapy*, 26, 169-177.
- Sanavio, E. & Vidotto, G. 1985 The components of the Maudsley Obsessional - Compulsive Questionnaire. *Behaviour Research and Therapy*, 23, 659-662.
- 生和秀敏・内田信行 1991 時間不安の測定 広島大学総合科学部紀要Ⅲ, 15, 71-85.
- Spielberger, C. D., Grouch, R. L. & Lushene, R. E. 1970 *Manual for the State - Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto, California: Consulting Psychologist Press.
- Steketee, G. S., Grayson, J. B. & Foa, E. B. 1985 Obsessive - Compulsive disorder: Differences between washers and checkers. *Behaviour Research and Therapy*, 23, 197-201.
- Winnubst, J. A. M. 1975 The western time syndrome: Concept integration and preliminary scale construct validation from a survey of molar time variables in psychology. Amsterdam: Swets & Zeitlinger.
- Winnubst, J. A. M. 1988 Time anxiety and type A behaviour. In Sarason, I. G. & Spielberger, C. D. (Eds.), *Stress and Anxiety*, Vol.11, New York: Hemisphere.
- Wolpe, J. 1982 *The practice of behaviour therapy*. Third edition. New York: Pergamon Press. 内山喜久雄監訳, 1987 神経症の行動療法 新版 行動療法の実際. 黎明書房.

APPENDIX-1

日本語版MOC I

下の〈項目〉の文章について、あなたの日頃の考えや気持ちに最も近いと思うところにひとつだけ○印をつけてください。あまり深く考えないで、気軽に思った通りに答えてください。

| | そうではない | どちらともいえない | その通りだ |
|--|--------|-----------|-------|
| 例. やりかけたことを途中でやめてしまうことが多い。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 〈項目〉 | | | |
| 1. 公衆電話を使うとき、不潔な感じがしてあまり良い気はしない。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 2. 嫌な考えが浮かぶと、そのことが頭から離れないことがある。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 3. 自分ではできるだけ正直でありたいと思う。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 4. 時間どおりにできなくて、遅れたりすることが多い。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 5. 動物にさわった後、汚い感じがして気になる。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 6. ガスや水道栓、ドアの鍵などがちゃんとしまっているか2回は チェックするようにしている。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 7. 自分の良心が痛むことはしたくない。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 8. 自分で否定したくても、不愉快な考えが頭に浮かぶことがある。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 9. 電車などで人と接触したとき、汚ない感じがして気になる。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 10. 普段何気なくやっていることが、ふと気になることがある。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 11. こどもの頃、両親のしつけがとてもきびしかったと思う。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 12. 仕事を2度も3度も繰り返してやるので仕事が遅れがちである。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 13. せっけんを使う量が人よりは多いと思う。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 14. 4、13など気になる数字がある。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 15. 手紙を出す前に一回はチェックする。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 16. 朝、服を着替えるのに時間はそれほどかからない。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 17. それほどきれい好きというわけではない。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 18. 自分は細かいことにこだわりすぎていると思うことがある。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 19. きれいなトイレなら、どんなトイレでも気にせず使える。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 20. 何回かチェックしないと気がすまない時がある。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 21. 病気になるように必要以上に気をつける。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 22. 物事を2度も3度もチェックする。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 23. 少々予定に遅れそうになっても、毎日の日課をきちんと守る。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 24. お金をさわっても汚いとは思わない。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 25. 単調で決まりきった仕事をしている時には、頭の中で 「1,2,3,4…」等、数を数えたりしている。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 26. 朝はたっぷりと時間をかけて洗顔をする。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 27. 入れなくても腐らないものまで、冷蔵庫に入れてしまう。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 28. いろいろなことを2度も3度もチェックするので、かなり の時間を使ってしまう。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 29. 夜、服を片づけたりするのに、それほど多く時間がかからない。…………… | 1 | 2 | 3 |
| 30. 注意深く慎重に物事を行なっても、「もう、大丈夫だ」という 気になれない。…………… | 1 | 2 | 3 |

APPENDIX-2

TAS

次の項目には、時間に関係したさまざまな場面や気持ちが述べられています。それぞれの項目について、あなたの体験や気持ちに最も近いと思うところに○印をつけてください。
あまり深く考えずに 楽な気持ちでやってください。

| | 全くあてはまらない | あまりあてはまらない | どちらともいえない | かなりあてはまる | 全くそのとおりだ |
|---|-----------|------------|-----------|----------|----------|
| 1, 他の人よりも時間にせき立てられてしまう方だ。…………… | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2, 約束に遅れるよりは、むしろ早く来て待つ方だ。…………… | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3, 急がないと間に合わないと分かっているても つい遅れてしまう。…………… | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4, 予定のたたない状況に置かれるのは不安だ。…………… | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5, たとえ短時間でも、列に並んで待つことは イライラする。…………… | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6, 話すのが遅いひとつをついせかしてしまう。…………… | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7, 予想外のことが起きると、どうしていいか わからなくなる。…………… | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8, 自分が時間に遅れるのは大変気になる。…………… | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9, 何かに取り組むときに十分に時間がないと うろたえてしまう。…………… | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10, いつもやっている通りに事が進まない と混乱してしまう。…………… | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11, 地下鉄や電車が時刻表通りにこない と無性に腹が立つ。…………… | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12, 仕事に遅い人には我慢できない。…………… | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13, 約束の時間に遅れることはめったにない。…………… | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14, 信号を待つのはイライラする。…………… | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15, 仕事は締切までに余裕をもって終わらせる方だ。…………… | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |