修士論文（要旨）
２００９年1月

喫煙行動の動機づけメカニズムに関する研究
―主観的側面からの質的アプローチ―

指導　中村延江教授

国際学研究科
人間科学専攻 臨床心理学専修
207J5001
遠藤径至

第 I 部　先行研究 **3**

はじめに 3

第 1 章　喫煙関連活動 4

1-1　実態調査 *4*

＊1-1-1 全国たばこ喫煙者率調査 4

＊1-1-2 国民健康・栄養調査 6

＊1-1-3 喫煙と健康問題に関する実態調査 7

＊1-1-4 未成年者の喫煙および飲酒行動に関する全国調査 8

1-2　社会制度および社会活動 *11*

＊1-2-1 たばこ販売に関する法律 11

＊1-2-2 反喫煙活動 11

＊1-2-3 未成年の喫煙対策 12

＊1-2-4 受動喫煙対策 12

1-3　禁煙治療活動 *13*

＊1-3-1 ニコチン代替療法 13

＊1-3-2 心理社会的禁煙支援プログラム 14

＊1-3-3 禁煙教育 14

1-4　まとめ *15*

第 2 章　喫煙研究 16

2-1　医学的研究 *16*

＊2-1-1 たばこの成分 16

＊2-1-2 疾患のリスクファクター 16

2-2　生理学的研究 *17*

＊2-2-1 喫煙の生理・薬理作用 17

＊2-2-2 薬物依存形成モデル 17

2-3　社会学的研究 *18*

2-4　心理学的研究 *19*

＊2-4-1 パーソナリティおよび生活習慣との関連 19

＊2-4-2 喫煙者の多様性に着目したモデル 20

＊2-4-3 精神分析 21

＊2-4-4 学習理論 21

＊2-4-5 トランスセオレティカル・モデル 22

＊2-4-6 危険をともなう行動の理論 23

2-5　まとめ *25*

第 3 章　問題提起 25

3-1　残された課題 *26*

3-2　想定される問題 *26*

3-3　克服のための手段 *27*

第 II 部　本研究 **28**

第 1 章　目的と意義 28

1-1　意義 *28*

1-2　目的 *28*

第 2 章　方法 29

2-1　調査対象者 *29*

2-2　データ収集手続き *30*

＊2-2-1 調査構造 30

＊2-2-2 質問紙 31

＊2-2-3 逐語データ 31

2-3　データ分析手続き *32*

＊2-3-1 修正版 GTA とは 32

＊2-3-2 修正版 GTA の手順 33

＊2-3-3 質問紙の分析 42

第 3 章　結果 43

3-1　分析結果 *43*

＊3-1-1 分析ワークシート 43

＊3-1-2 結果図 45

＊3-1-3 ストーリーライン 47

3-2　質問紙 *51*

第 4 章　考察 53

4-1　先行研究との突き合わせ *53*

4-2　本研究の結果の導入により可能となること *56*

4-3　リミテーションと今後の課題 *57*

引用文献 *58*

謝辞 *60*

付録１：質問紙

要旨

たばこや喫煙に対する近年の日本の関心は、主に喫煙の規制に対して向けられている。実際、法令による喫煙の制限に留まらず、禁煙支援活動や未成年者に対する喫煙防止教育など、喫煙を「させない」「やめさせる」「始めさせない」活動が活発に行われている。

これらの活動の根拠には、「喫煙が害をもたらす」という、大量の研究知見がある。たとえば医学の分野では、喫煙（これには受動喫煙も含まれる）が癌を筆頭とした様々な疾患のリスクファクターであることが実証的に主張されている。

しかしこれらの研究は、そもそも「人はなぜ喫煙するのか？」といった問いには答えていない。様々な学問分野から人を喫煙に向かわせる要因が提案されてきたが、それらはいずれも断片的である。そのため、喫煙行動という現象全体を扱うには不十分で、喫煙行動に対する説明力の高いモデルは存在しない。必然的に、喫煙に関する議論は偏ったものが非常に多くなり、ほとんどは妥当性を欠いている。

そこで本研究では、喫煙行動のメカニズムに関する説明力の高いモデルを生成することで、現在生じているこれらの問題を解消することを目的とした。

先行研究で提案されたような様々な要因を扱うために、喫煙者を対象に、半構造化形式のインタビューを行った。得られた逐語データに対し、修正版 GTA という質的データの分析法を行い、喫煙行動のメカニズムに関するモデルを生成した。特に、喫煙習慣の変容に焦点化したモデルを生成した。

このモデルによれば、喫煙行動は２つのプロセスに分けることができる。１つ目は「初喫煙から安定した喫煙習慣の形成に到るまでのプロセス」である。このプロセスでは、非喫煙者が初喫煙を経験し、散発的に喫煙する段階に到り、習慣化のプロセスを経て習慣喫煙の段階に到るまでを説明している。この過程での喫煙習慣は社会的・外的な要因によって影響されることが非常に多い。しかもその影響のしかたは複雑である。昨今の喫煙に対する否定的な側面を強調するキャンペーンが、却って未成年者の喫煙に対するイメージを魅力的なものにするという、皮肉な結果がここでは見られる。

２つ目のプロセスは「ひとたび安定した喫煙習慣が脅かされながらも維持されていくプロセス」である。日常生活の一部となった喫煙行動は、他の生活習慣と関連しながら、喫煙者の生活に組み込まれていく。彼らは状況に応じて喫煙の効用を利用するが、一方で明白な動機付けを伴わない、無意識の喫煙も増えていく。昨今の喫煙に対する否定的な社会的風潮によって、ひとたび安定化した喫煙習慣は再び脅かされる。喫煙者は様々な手段で再適応を試みる。それはマナー意識とその実践であったり、禁煙に意識を向けることであったりする。社会的な圧力に晒されながらも喫煙者が喫煙を続ける根底には、喫煙者が自らを「ほどほどの喫煙者」として許容している感覚の存在が大きいと考えられる。

以上の結果を元に、現在行われている様々な活動に対する提案が可能となる。まず社会制度の立案に関しては、多様な喫煙者をひとくくりにするのではなく、喫煙の背景となっている要因に応じてきめ細かい制度を立案することが有効であると推測される。また禁煙支援については、喫煙者がどの喫煙段階にいるかということや、喫煙者がどのような効用を喫煙から得ているかということについて細かくアセスメントを行うことで、適切な代替物を用意するなどの介入が可能となる。

引用文献（抜粋）

Costa, P.T. & Mccrae, R.R.（1980）『Smoking Motive Factors: A Review and Replication』 *International Journal of the Addictions*, 15(4) , 537-549

ダン, W.L.（編）（1975）.『喫煙行動』　人間の科学社

Eyesenck, H.J., Tarrant, M., Woolf, M., & England, L.（1960）「Smoking and personality」 *British Medical Journal*, 1, 1456-1460

Heatherton, T.F., Kozlowski, L. T., Frecker, R. C., & Fagerstrom, K.（1991）「The Fagerstrom Test for Nicotine Dependence: a revision of the Fagerstrom Tolerance Questionnaire」 *British Journal of Addiction*, 86, 1119-1127

木下康仁（2007）.『ライブ講義 M-GTA―実践的質的研究法　修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチのすべて―』　弘文堂

宮里勝政（1993）.『タバコはなぜやめられないか』　岩波書店

宮里勝政（2000）.「ニコチンの精神作用と喫煙者の心理」　*治療*, 82(2), 235-239

プロチャスカ J.・ ノークロス J.・ディクレメンテ C.・中村 正和 (訳) （2005）　『チェンジング・フォー・グッド―ステージ変容理論で上手に行動を変える―』　法研

瀬戸正弘・高田清香・小川恭子・上里一郎（1998）.「喫煙動機評価尺度（RSAS)の作成ならびにニコチン依存が喫煙のストレスコーピングとしての役割に及ぼす影響」 *早稲田大学人間科学研究*, 11(1), 101-108

Stepney, R.（1980）.「Smoking Behavior: A Psychology of the Cigarette Habit」 *British Journal of Diseases of the Chest*, 74(325), 325-344

洲脇寛（1995）.「ニコチン依存の診断と評価」　*臨床精神医学*, 24(9), 1147-1152

洲脇寛・宮武良輔（2000）.「ニコチン依存症の診断と治療」　*脳の科学*, 22, 975-980

ソーントン, R.E. （編）（1982）.『喫煙行動―生理学的・心理学的影響―』　専売弘済会文化事業部

泊惇（1989）.「喫煙習慣と社会心理的要因」　*公衆衛生*, 53(2), 133-139

Tomkins S.（1996）「Psychological Model for Smoking Behavior」 *American Journal of Public Health*, 56, 17-20

ウェテラー A.・フォン トロシュケ J.・原一雄（監訳）・後藤富士雄（訳） 1987 『ひとはなぜタバコを喫うか－その心理学と社会学』 新曜社

World Health Organization（2008）中根允文・岡崎祐士・藤原妙子・中根秀之・針間博彦（訳）『ICD-10 精神および行動の障害 : DCR 研究用診断基準』　医学書院

＜web 報告書＞

日本循環器学会（2003）『禁煙ガイドライン』（http://www.j-circ.or.jp/guideline/pdf/JCS2005_fujiwara_h.pdf）

Tobacco Free*Japan (2003) 『エグゼクティブ・サマリー』（http://www.tobaccofree.jp/JTotal.pdf）