

令和元年6月19日現在

機関番号：32702

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2016～2018

課題番号：16K17342

研究課題名（和文）日常生活の反すうが概括化と無意図的想起に与える影響

研究課題名（英文）The influence of rumination in daily life on over general memory and involuntary memory.

研究代表者

雨宮 有里 (Amemiya, Yuri)

神奈川大学・人間科学部・非常勤講師

研究者番号：00625501

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 1,600,000円

研究成果の概要（和文）：本研究では、まず自伝的記憶の無意図的想起（思い出そうとしていないのに過去の出来事が意識に上る現象）の検索モデルを提案し、その妥当性を検証した。次に、反すうは抑うつ傾向者の無意図的想起に影響を与えるかを調べた。さらに、抑うつ傾向者が反すうを行うと日常生活でも概括化（過去の具体的な記憶を思い出そうとしても想起できないこと）が生じるかを調べた。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究の特色・独創的な点は以下の3つに集約できる。第1にこれまで統合的なモデルが提案されていなかった無意図的想起の検索モデルを提案した点、第2に想起の基本形態である無意図的想起に抑うつと反すうが与える影響を検討した点、第3に反すうによる概括化が日常生活でも生じているかを調べた点である。

無意図的想起に抑うつと反すうが与える影響を調べることで、これまで欠けていた知見を補うことができ、これらが記憶に与える影響を正確に把握することが可能となるだろう。更に、日常生活で概括化が生じているかの検討は、抑うつが日常生活でどのような困難をもたらすかの理解につながると思われる。

研究成果の概要（英文）：In this study, first, I proposed a search model for involuntary recall of autobiographical memory and verified its validity. Second, I examined whether rumination affects involuntary recall of depressive people. Thirdly, I examined in daily life whether overgeneral memory would occur if a depressive person did rumination.

研究分野：臨床心理学

キーワード：無意図的想起 抑うつ 反すう 自伝的記憶

様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19、CK - 19 (共通)

1. 研究開始当初の背景

近年、うつ病は増加しており社会的に重要な問題である。先行研究では、抑うつ傾向者（うつ病と判断されていないが抑うつ傾向が続いている人）も反すう（ある苦痛の症状やその原因・意味などについて考えてしまうこと）による概括化（思い出そうとしても過去の具体的な記憶を想起できないこと）が生じることが示されている。この概括化は問題解決能力の低下や抑うつ傾向の悪化を生じさせる重大な問題である。では、なぜ反すうにより概括化が生じるのだろうか。先行研究では、抽象的な情報から具体的な情報へと向かう意図的な検索が反すうによって邪魔されることが原因の一つと考えられてきた。そして、これらの知見は主に実験による手がかり語法（単語に関する記憶の想起を求める方法）で得られてきた。

しかしながら、先行研究では抑うつ傾向者の「日常生活における反すうと概括化の関係」と「無意図的想起（思い出そうとしていないのに過去の出来事が意識に上ってくる現象）」の検討が十分に行われていない。意図的想起の先行研究では、日常生活では手がかり語法と同じ検索は行われていない可能性が指摘されている（雨宮・松本・高・杉山, 2015; Rasmussen ら, 2014）。よって、反すうによる概括化は意図的想起の一部で見られるものであり、日常生活では生じていない可能性がある。この問題は抑うつが日常生活でどのような問題を引き起こしているか、概括化がどのような状況で生じるかの理解に重要だろう。また、日常生活では無意図的想起は意図的想起に比べて3倍ほど生じることが示されている。そのため、抑うつと反すうが無意図的想起に与える影響の検討は、抑うつ傾向者の日常の困難を明らかにするためにも重要である。

そこで、本研究は日常生活における反すうと概括化の関係と、反すうが抑うつ傾向者の無意図的想起に与える影響について検討を行った。なお、無意図的想起は様々な結果を統合的に説明可能な検索モデルが提案されていないため、結果の解釈が難しいという問題がある。そこで、本研究ではまず無意図的想起の検索モデルを提案し、その妥当性の検討を行った。その上で、日常生活で反すうが抑うつ傾向者の無意図的想起に与える影響について調べた。そして、意図的想起の知見と合わせ、反すうが抑うつ傾向者の記憶に与える影響を明らかにすることを目的とした。

2. 研究の目的

本研究では、まず無意図的想起の検索モデルを提案し、その妥当性を検証した。次に、反すうは抑うつ傾向者の無意図的想起に影響を与えるかを調べた。さらに、抑うつ傾向者が反すうを行うと日常生活でも概括化（過去の具体的な記憶を思い出そうとしても想起できないこと）が生じるかを調べた。

3. 研究の方法

研究1：実験的方法を用い、申請者が考案した無意図的想起の検索モデルの提案と検証を行った。具体的には申請者の考案した無意図的想起の誘発課題（想起手がかりである単語に対して親密性評価を行わせ、その間に無意図的想起が生じたら直後に報告させる方法）を用い、モデルから予想される結果が得られるか検討した。

研究2：経験サンプリング法を行い、意図的・無意図的に想起される記憶に抑うつと反すうが与える影響を検討した。経験サンプリング法は日常生活の中で任意の時間にメールを送り、現象を報告させる方法である。この方法はリアルタイムにデータを収集するため、過去を思い出して回答する質問紙よりも正確なデータが得られる。また、継続的にデータを収集するため、反すう後の記憶の変化を検討可能である。

研究2では一日7回×10日間、ランダムな時間にメールを送り、メールのURLに記載されたページから日常的に経験する意図的・無意図的想起の性質（抽象的な記憶か具体的な記憶か・記憶の感情価・想起前の気分・前回回答してから反すうを行ったかなど）の回答を求めた。また、前回回答を行ってから記憶を想起していない人には、その他の思考についての回答を求めた。また、経験サンプリング法の前日に抑うつ度と反すう度を測定し、それぞれ特性抑うつ（抑うつ度の高い人）、特性反すう（反すうを行いやすい人）として扱った。

研究3: 無意図的に想起される記憶に抑うつと反すうが与える影響を実験的に検討した。なお、実験では事前に抑うつ（高）・（低）群をリクルートし、反すうまたは統制思考を行わせ、それぞれの思考がのちの記憶に与える影響を検討した。実験では申請者が考案した無意図的想起の誘発課題（単語の親密性判断）を用い、無意図的想起を誘発した。その後、思い出した記憶の記述と記憶の感情価（快・不快）の記述を求めた。

4. 研究成果

研究1では、申請者が考案した無意図的想起の検索モデルの提案と検証を行った。自伝的記憶はConwayの階層構造モデルを用いてその検索過程を検討することが多い。このモデルの中心的仮定として、1) 自己にかかわる様々な情報は抽象度の異なる複数の階層に構造化されており、

抽象度の高い情報が上位の、抽象度が低い情報が下位の階層で貯蔵されていること 2) これらの情報がどのようなパターンで活性化されるかは、手がかりと想起時の目標によって異なることが挙げられる。記憶がどの階層から想起されたかは、想起された記憶の特定性に反映される。自伝的記憶は特定性により、概括的記憶と特定の記憶に区別される。概括的記憶とは「昔はよく公園で遊んだ」のように何度も経験した出来事が要約された特定性の低い記憶であり、抽象度の高い階層に対応する。一方、特定の記憶とは「大学4年生の冬に交通事故にあった」のように時間と場所を定位可能な具体的な記憶であり、抽象度の低い階層に対応する。

Berntsen らの一連の先行研究では、無意図的想起は抽象度が低い想起手がかりに対して直接に特定の記憶が検索される特殊な過程であると主張している。一方で、雨宮・高・関口(2011)は、無意図的想起は単に意図的想起と無意図的想起に共通の過程の産物であり、意図的想起では固有の生成的検索によってより高い具体的記憶の想起がもたらされるとするモデルを提案している。そこで研究1では、手がかり語法により、単語が表す出来事の経験頻度と想起意図の有無を操作し、雨宮らのモデルを検証した。その結果、無意図的想起は想起手がかりの抽象度に関わらず生じること、その抽象度に応じて想起される出来事の特定性が変化すること、意図的想起の方が無意図的想起よりも特定性が高いことが示され、雨宮らのモデルが支持された。またこのモデルは、先行研究との一見矛盾に見える相違を統合的に説明しうるものであった。

研究2では、経験サンプリング法を用い、意図的・無意図的に想起された記憶に抑うつと反すうが与える影響を検討した。その結果、無意図的想起では反すうを行った人は抽象的な記憶が多く、不快な記憶を想起しやすかった。また、特性反すうの高い人(反すうを行いやすい人)は、不快な記憶を想起しやすかった。また、抑うつ傾向の高い人は不快で抽象的な記憶を無意図的に想起しやすかった。一方で、意図的想起では、抑うつは想起された記憶の特定性に影響を与えなかった。単語を想起手がかりとした意図的想起の先行研究では、抑うつにより概括化(思い出そうとしても過去の具体的な記憶を想起できないこと)が生じることが示されている。しかしながら、日常生活ではこの現象は確認できなかった。このことから、日常生活と単語を用いた実験的検討では、同じ意図的想起でも検索が異なっている可能性がある。この結果をもとに日常生活で行われる意図的想起の検索について考察を行った。なお、研究2の成果は英語論文として現在投稿中である。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計0件)

〔学会発表〕(計1件)

日本心理学会第82回大会 公募シンポジウム「ネガティブなふと浮かぶ記憶・思考との付き合い方：認知・社会・臨床心理学からのアプローチ」

〔企画代表者〕雨宮 有里：〔話題提供者〕高 史明：〔話題提供者〕沓澤 岳：〔話題提供者〕杉山 崇：〔指定討論者〕北村 英哉

〔図書〕(計0件)

〔産業財産権〕

出願状況(計0件)

名称：

発明者：

権利者：

種類：

番号：

出願年：

国内外の別：

取得状況(計0件)

名称：

発明者：

権利者：

種類：

番号：

取得年：

国内外の別：

〔その他〕
ホームページ等
<https://researchmap.jp/read0140962/>

6 . 研究組織

(1)研究分担者

研究分担者氏名：

ローマ字氏名：

所属研究機関名：

部局名：

職名：

研究者番号（8桁）：

(2)研究協力者

研究協力者氏名：高史明・杉山崇・松本昇

ローマ字氏名：Taka Fumiaki・Sugiyama Takashi・Matsumoto Noboru

科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属されます。