

令和 5 年 6 月 25 日現在

機関番号：12501

研究種目：基盤研究(C)（一般）

研究期間：2019～2022

課題番号：19K03293

研究課題名（和文）ネガティブな身体イメージが抑うつに及ぼす影響

研究課題名（英文）The effect of negative bodily image on depression

研究代表者

西口 雄基（Nishiguchi, Yuki）

千葉大学・教育学部・准教授

研究者番号：50781910

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 2,900,000円

研究成果の概要（和文）：本研究では、抑うつやその他の精神的健康に関わる個人差に自己概念が与える影響を検証することを目的としていた。本研究の中ではネガティブ、もしくはポジティブな自己概念を計測するためにいくつかの測定法を開発した。また、精神的健康を計測するための質問紙の開発を行うことができたり、実験で測定した行動指標の解析にベイズモデリングを用いた新しい方法を導入できた等、当初の目標を超えて様々な研究成果が得られた。一方で、測定した自己概念と抑うつ的認知の間に当初想定していたような関係が見られなかった等、当初の予測とは異なる結果になった部分も多く、今後さらなる研究が必要であることも明らかになった。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究では心理的な適応に関わる個人差、特に肯定的または否定的な自己概念を計測する方法を開発することができた。また、当初計画していた方法とは異なるものの、自己概念を肯定的に変化させる方法について示唆を得ることができた。本研究はもともと抑うつ予防や治療につながる研究を行うことが目的であったが、本研究で得られた成果は心理的に健康な人の心理的な適応に関わる個人差を計測したり、心理的健康を増進したりすることに結びつけられると考えられる。

研究成果の概要（英文）：The purpose of the present study was to examine the relationship between self-concept and individual differences related to depression and other psychological maladaptiveness. Several measures were developed to measure negative or positive self-concept in this study. In addition, various research results were obtained beyond the initial goals, such as the development of a questionnaire to measure personalities related to psychological adaptiveness, or the introduction of a new method using Bayesian modeling for the analysis of the results of the experiments. On the other hand, there were some results differed from our initial predictions, for example, there was no relationship between the measured self-concept and depressive cognitive biases as initially anticipated, and it became clear that further research is needed in the future.

研究分野：臨床心理学

キーワード：抑うつ 認知バイアス 自己概念 パーソナリティ

### 1. 研究開始当初の背景

うつ病は、ネガティブな落ち込んだ感情や睡眠・摂食における異常などの症状を伴う精神疾患で、生活の質(QOL)を下げるだけでなく、日本における最大の社会問題のひとつである自殺にも密接に結びついているなど、現代社会における最も大きな脅威の一つとなっている。

これまでの研究では、社会的疎外感や無能力感などにより、自己イメージがネガティブに変化してしまうことがうつ病を含む抑うつ(健常群の「うつ傾向」も含む概念)の原因であると考えられてきた。実際に、自己イメージの社会的側面がネガティブになることで、ネガティブな情報が優先的に処理される認知の歪みが生じる(西口・丹野, 2012)ことが、うつ病の原因の一つとされている(図1)。

しかし、自己イメージは社会的側面だけでなく、様々な側面から複合的に成り立っている(McConnel, 2011)。たとえば、自分は健康であるという自己概念の身体的側面が、疾病や障がいによりネガティブに変化することもうつ病につながりうる。事実、がんなどの身体疾患は、しばしばうつ病・不安障害といった心理的な問題を併発させる(Mitchell et al., 2011)。そのため、身体的側面を含めた様々な側面から自己イメージを測定し、それがネガティブな情報処理や抑うつなどの心理的な不適応にどのように関係するか、究明する必要がある。

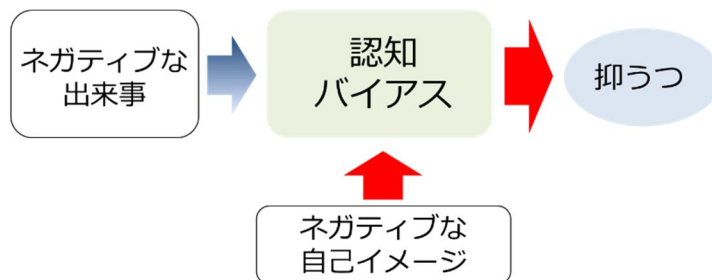


図1 自己イメージと認知バイアスおよび抑うつの関係

### 2. 研究の目的

個人が持っている自己イメージがポジティブなものか、ネガティブなものかを計測する認知課題を開発する。さらに、開発した認知課題を用いて、心理的な介入前後で自己イメージが変化するかどうか検証する(研究1, 研究5)。

ネガティブな自己イメージは、注意や記憶におけるネガティブに偏った情報処理(認知バイアス)を招き、それがうつ病などの精神疾患の原因の一つとなっていると考えられている。そこで、実際にネガティブな自己イメージが認知バイアスに結びつくことを実験により実証する(研究2, 研究3)。

抑うつ以外の心理的な適応の個人差についても測定する方法を開発することで、自己イメージがどのような心理的な側面に影響を与えるのかを計測する方法を確保する(研究4)。

本研究が達成されることにより、自己イメージと抑うつなどの心理的適応との関係が明らかにできる。自己イメージを測定し、介入によってそれが変化することを検証することで、心理的不適応の予防法を開発する手がかりが得られると考えられる。

### 3. 研究の方法

(1)研究1 潜在的な自己イメージがネガティブかポジティブかを計測できる認知課題を開発し、自己イメージと課題成績の相関を分析する。

(2)研究2 ベイズモデリングを用いた方法で認知課題の成績を分析し、認知課題の成績が変化した際にどのような内的な処理の変化が生じているかどうか推定する。

(3)研究3-1 抑うつの認知バイアスを計測するための新しい課題を用い、これまで観察されてこなかった側面から抑うつの注意バイアスについて研究する。

研究3-2 注意課題の最中に身体の運動を導入することによって、認知バイアスに変化が生じるかどうか検証する。

(4)研究4-1 精神的適応を計測するための質問紙を開発する。外国で既に使用されている質問紙の日本語版を開発して外国のデータとの比較を行う。

研究4-2 信念が精神的適応に与える影響を検証する。

(5)研究5 ペーパーテストで実施可能な方法で自己概念を測定し、その変化を観察する。

### 4. 研究成果

(1)研究1 抑うつの個人における自己イメージを計測する潜在連合テスト(implicit association test: IAT)を開発し、IATで計測されたネガティブな自己イメージとネガティブな刺激に対する注意バイアスの相関について検証を行った。結果としては、IATの開発には成功したが、ネガティブな自己イメージと注意バイアスの間には相関が見られなかった(図2)。今後の研究ではこうした内容を踏まえ、IAT以外の方法で自己イメージを計測することや、注意以外の認知バイアスには自己イメージの影響がないか探っていく必要がある。

(2)研究2 自己概念を計測するための認知課題や注意バイアスを計測するための課題における反応時間などの行動データの解析において、ベイズモデリングを用いた分析を試みた。本研究では Linear Ballistic Accumulator (LBA)と呼ばれる方法を用い、注意バイアスを計測する認知課題の成績に認知トレーニングによって変化が生じた際、どのような内的処理の変化が生じるかを解析した。これは過去に行った実験結果の再分析であるが、自己イメージの解析にも利用できる手法で有意義な結果を得ることができた。

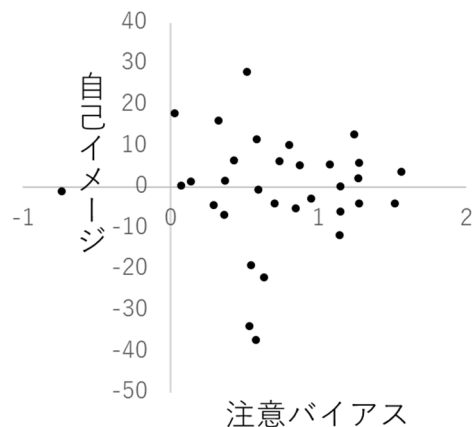


図2 自己イメージと注意バイアスの相関

(3)研究3-1 先行研究において、抑うつ症状が強い場合、ポジティブな情報への注意が低減することが報告されている。本研究では、注意の窓(注意資源の空間的配分)を、修正 digit-parity 課題と呼ばれる我々が新たに作成した認知課題で測定した。実験を行った結果、抑うつ症状が高い人は、ポジティブ顔に近い場所にターゲットが現れたときに反応が遅くなることが示され、ポジティブ顔が呈示された場所周辺には注意が向きにくくなっていることが示された。抑うつにおける注意バイアスを測定する認知課題を用いた新規性の高い研究を発表することができた。自己イメージの測定と同時にこのような認知課題を用いることで、抑うつと自己イメージが認知バイアスに与える影響を検証することが可能になるだろう。

抑うつにおける注意バイアスを測定する認知課題を用いた新規性の高い研究を発表することができた。自己イメージの測定と同時にこのような認知課題を用いることで、抑うつと自己イメージが認知バイアスに与える影響を検証することが可能になるだろう。

研究3-2 本研究では参加者に上下方向へレバーを操作してもらい、手による運動を行わせた。手による運動を行った後の感情刺激の評価と感情刺激への注意を計測したところ、上下の運動は感情刺激の評価には影響しないが、上方向の運動がネガティブ刺激への注意を促進することが分かった。これは身体の運動と注意の関係を示した研究で、本研究でも重視している身体と認知バイアスの関係を検証して国際的な専門誌に発表することができた。身体のイメージだけでなく、本研究では身体の運動がネガティブな刺激の処理に与える影響について検証することができたが、先行研究から予想された結果とは異なり、ポジティブな刺激の処理を促すはずの上方向の運動がネガティブ刺激の処理と関連しているという結果が得られたため、今後より詳細なメカニズムの研究が必要である。

(4)研究4-1 日本語で使用できる、コーピングスタイルを計測するための質問紙を開発した。この質問紙尺度は簡便な上に今後心理療法の効果測定などにも利用できると考えられる。質問紙尺度の妥当性と信頼性の検証を行うことができただけでなく、それぞれの下位尺度と精神的健康の相関については、ドイツと日本で差が見られ、コーピングが精神的健康に与える影響については文化差が存在することを示唆する結果が得られた(図3)。この研究はオープンアクセスで発表され、今後この質問紙を利用した研究が増えることも期待できる。

研究4-2 本研究では、信念が精神的適応に影響を与えるかどうかを検証した。先行研究では死が連想されやすい傾向には個人差があり、その個人差が決定論的信念によって影響される可能性があることが議論されている。しかしながら、実際にそれを実証した研究は行われていない。そこで、本研究では、ネガティブな思考や体験から死に関する思考が連想されてしまう傾向を計測する質問紙尺度である死連想傾向尺度を開発した。さらに、縦断調査によって、決定論的信念が3カ月後の死連想傾向の増加を予測することが示された。本研究により、決定論的信念が死に関わる思考を増加させるリスク要因である可能性が新たに示された。

(5)研究5 ペーパーテストで実施可能な方法で自己概念を測定し、美術における制作課題の前後で自己概念がポジティブに変化するかどうかを検証した。実験の結果、実際に自己概念がポジティブに変化することを観察できた。しかも、その変化は潜在的であり、従来の質問紙では測定できないものだった。今後データを追加し、論文として学術誌に投稿する予定である。本研究では教育場面での自己概念の変化について検証することができた。そのため、教育など様々な社会的領域においても本研究の成果を応用できる可能性を新たに見出すことができたといえる。

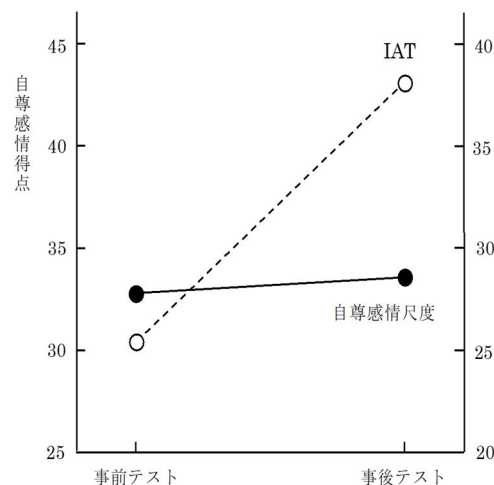


図3 制作課題前後の自己イメージの変化

## 5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計8件（うち査読付論文 8件/うち国際共著 2件/うちオープンアクセス 3件）

1. 著者名 西口 雄基、萩原 健斗、大江 朋子	4. 巻 8
2. 論文標題 決定論的信念による死連想傾向の促進	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 グローバルビジネスジャーナル	6. 最初と最後の頁 21～29
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.32169/gbj.8.3_21	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -
1. 著者名 Nishiguchi Yuki、Ishikawa Ryotaro、Ishigaki Takuma、Hashimoto Kazuyuki	4. 巻 15
2. 論文標題 Less Maladaptiveness of the Maladaptive Coping Styles in Japan than in Germany: Cross-cultural Comparison of Adaptive and Maladaptive Coping Styles	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 International Journal of Cognitive Therapy	6. 最初と最後の頁 452～464
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1007/s41811-022-00143-z	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -
1. 著者名 Nishiguchi Yuki、Imaizumi Shu、Tanno Yoshihiko	4. 巻 7
2. 論文標題 Upward action promotes selective attention to negative words	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 Heliyon	6. 最初と最後の頁 e08394～e08394
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1016/j.heliyon.2021.e08394	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -
1. 著者名 Nishiguchi Yuki、Tanno Yoshihiko	4. 巻 42
2. 論文標題 Decreased attentional allocation to centrally presented positive stimuli in individuals with depressive symptoms	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 Current Psychology	6. 最初と最後の頁 914～922
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1007/s12144-021-01496-y	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 Nishiguchi Yuki、Sakamoto Jiro、Kunisato Yoshihiko、Takano Keisuke	4. 巻 10
2. 論文標題 Linear Ballistic Accumulator Modeling of Attentional Bias Modification Revealed Disturbed Evidence Accumulation of Negative Information by Explicit Instruction	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 Frontiers in Psychology	6. 最初と最後の頁 2447
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.3389/fpsyg.2019.02447	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている(また、その予定である)	国際共著 該当する

[学会発表] 計5件(うち招待講演 0件/うち国際学会 0件)

1. 発表者名 下村寛治・西口雄基・森田賢治
2. 発表標題 日本語版 State Optimism Measure の妥当性の検討 -大学生・大学院生を対象とした縦断調査-
3. 学会等名 日本パーソナリティ心理学会第31回大会
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 西口雄基・丸山友理子・前田基成
2. 発表標題 美術教育における自画像制作による潜在的自己イメージの変化
3. 学会等名 日本パーソナリティ心理学会第30回大会
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 西口雄基、石川亮太郎、石垣琢磨
2. 発表標題 日本語版不適応/適応的コーピング尺度(MAX)の作成
3. 学会等名 日本パーソナリティ心理学会第29回大会
4. 発表年 2020年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
研究協力者	高野 慶輔  (Takano Keisuke)		
研究協力者	バリー トム・J  (Barry Tom J.)		
研究協力者	下村 寛治  (Shimomura Kanji)		

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計1件

国際研究集会 Network Meeting on Experimental Psychopathology	開催年 2020年～2020年
---	--------------------

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関			
オーストラリア	Deakin University			
中国	The University of Hong Kong			
ドイツ	Ludwig-Maximilians-University of Munich			