

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 27 年 6 月 29 日現在

機関番号：32702

研究種目：挑戦的萌芽研究

研究期間：2012～2014

課題番号：24653200

研究課題名(和文)慢性抑うつへの軽減・再発予防に向けた心理療法の統合と自伝的記憶の想起・変容の研究

研究課題名(英文)The study about integrated psychotherapy for chronic depression and recall/change of autobiographical memory

研究代表者

杉山 崇 (Sugiyama, Takashi)

神奈川大学・人間科学部・教授

研究者番号：40350821

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,800,000円

研究成果の概要(和文)：慢性抑うつ(うつ病)に陥るとこれまでの人生の「ダメな側面」を大雑把に思い出して、それに縛られやすい。このような記憶の障害が起こる無意識的なメカニズムはどのようなになっているのだろうか。本研究はこれまでバラバラに研究されてきた記憶心理学、心理療法(臨床心理学)、社会心理学、認知科学、認知神経科学、の研究成果を統合し、意識と無意識のメカニズムの解明に迫り、新しい理論モデルを提案し、この現象の真実を探求した。まず、各心理療法の学派における記憶の概念化と記憶心理学を包括的につなぐために神経相関を考慮した理論的モジュールを構成した。さらに臨床的な実践研究を行い、経験サンプリング法を用いた実証研究も行った。

研究成果の概要(英文)：There is a phenomena that depressive people can only remind over generalized and negative memory about his life. How is unconsciousness causing this phenomena? Many research area of psychology and cognitive and neuro science have studied about unconscious mechanism but have not interfaced sufficiently until now. This study try to integrate existing knowledge and propose new theoretical model about unconsciousness, search the truth of this phenomena. We constructed theoretical module to integrate concepts about memory in schools of psychotherapy and memory psychology with consideration for nervous correlation. We tried practical study with this theoretical module. And we was carried out experimental study by experience sampling method.

研究分野：臨床心理学、社会心理学、認知心理学

キーワード：慢性抑うつ 自伝的記憶 過度な概括化 心理療法の統合

1. 研究開始当初の背景

これまでの一連の研究から、慢性抑うつからの十全な回復には「自分はいつもダメだ」などの過度に概括化された自伝的記憶(難変容性があり抑うつ再発要因とされている:末松,2009)を「自分は案外できてたんだ!」などと再体制化する必要性があり、来談者中心療法、認知行動療法(以下,CBT)などの心理療法にその効果がある可能性が示された(e.g.,Sugiyama,2008;杉山,2011)。

しかし、心理療法は多くの要因が複合しているため、どの要因がどのように記憶過程に影響するのか検討が困難である。そこで、心理療法と記憶の変容について臨床心理士と研究者が協働的に検討する場を日本心理学会大会(2009年WS18;2010年WS50;2011年WS15,WS94)、AsianCBT会議(2011年RT1)など国内外の学術大会で開催したところ、記憶の過程と臨床的介入をつなぐ信頼できる理論モデル、理論モデルによる抑うつ慢性化と軽減の説明、モデルに支えられた介入技法と介入倫理の構築が必要であることが明らかになった。

2. 研究の目的

心理療法と記憶の変容について臨床心理士と研究者が協働的に検討する場を設けたところ、記憶の過程と臨床的介入をつなぐ信頼できる理論モデル、理論モデルによる抑うつ慢性化と軽減の説明モデルの構築の可能性が示唆された。

そこで、本研究では臨床心理士および認知心理学の記憶研究者からなる研究チームを組み、臨床心理学と認知心理学の統合を図る一つの試みとして、自伝的記憶の想起と再体制化(再構成・変容)の観点から抑うつ慢性化と軽減を説明し(理論モデル化)、抑うつへの効果的な対応法(介入技法および介入倫理の開発)を提供することが目的である。

より具体的には、心理療法のプロセスと記憶のプロセスを包括的に説明できる理論モデルの探求の構築を目指し、有効な臨床的介入の検討を目指した。

3. 研究の方法

(1) 心理療法の文献研究: 心理療法の各アプローチの自伝的記憶と記憶への介入に関連した議論について、国内外の文献を収集しレビューを作成する。

(2) 記憶研究の文献研究: 心理療法の文献研究と連携をしながら、心理療法で扱われている記憶関連の現象や議論が記憶研究の文脈でどのように検討されているか、さらに自伝的記憶の形成および想起、固定化および変容、がどのように検討されているか、国内外の文献を収集し、レビューを作成する。

(3) 本研究で必要な測定ツールの作成(担当, 杉山): 治療関係は山本・越智(1965)

の尺度、作業同盟尺度(WAI)などが作成されているが、この実証研究では実験的操作(治療関係刺激)の効果指標としても活用することで心理療法の共通要因アプローチで定義されている治療関係要因およびその要素を持った対人関係を包括的かつ簡便に測定できる尺度が必要である。そこで、実証研究に先立って簡便で包括的な治療関係および治療的対人関係を測定できる尺度を作成する。

現象学的な検討がなされている山本・越智(1965)の概念化やスケールを参考と治療関係という対人関係と関連が深いと考えられるMPFC(前頭前野背外側皮質)とACC(前部帯状回)がアクティブになった意識状態を考慮して項目を作成し、クライアント自身がセラピストのクライアントへの注意や注目を感じ取っていること、セラピストが共感的であることに共感していること、疎通性への確信や信頼、自分への厚意への共感、セラピストの情緒的安定性への確信、自他の混同のなさ、といった観点から41の予備項目を作成し、「ここ最近で、あなたが誰かに問題を相談したり、愚痴を聞いてもらったり、悩み事を話したり、納得いかないことを聞いてもらった、というような場面で、あなたが話していても満足したときを一つ思い出してください。そのとき、あなたの話を聞いていた相手(一人でも複数でも)にどのような印象を持ったのでしょうか。」という教示文とともに101人の大学生・大学院生の男女(20歳-26歳)に「当てはまる(5)」から「全く違った(1)」の5件法で回答を求めた。

(4) 無意図的な想起の概括化、内容、頻度、ライフイベントと抑うつに関連の検討: 経験サンプリング法と呼ばれる日常生活のデータをwebを活用して収集する方法で、日常生活における無意図的な想起と抑うつに関連を検討した。

(5) 実践研究: 文献研究で見出された理論モデルに基づいた臨床的介入を実践し、新しい心理療法に向けた基礎資料を得る。

4. 研究成果

(1) 心理療法の文献研究: 精神分析、分析心理学(ユング心理学)、認知行動療法、人間性心理学、の各アプローチが記憶をどのように概念化し、扱ってきたか、一覧を作成し、論文として公表した。また、書籍としても公表準備中である。

より具体的に一部を紹介すると、古典的な精神分析はトラウマ記憶を扱うことが多かったが、近年は関係性重視の方向性の中で「転移」という手続き記憶を扱う方向にシフトしていることが明らかになった。「転移」は対象ごとに特殊化されていないので一種の概括化された手続き記憶と言える。また、愛着スタイルのような一般化された対象像も特殊化されたものではなく、一種の概括化された他者表象が関わっていると考えられ

る。精神分析では多分に概括化された記憶が扱われているといえる。

分析心理学では「個人的意味記憶（自分の法則）」と「社会的意味記憶（この世の法則）」のミスマッチやギャップが扱われている。意味記憶はエピソード記憶の積み重ねから抽出された意味的な側面が結晶化したものなので、やはり概括化された記憶が扱われていると言える。

認知行動療法は第1世代では記憶は理論的には想定されていないものの、刺激に対する自分自身の（反応の）法則や自分の行いに対する環境の（反応の）法則が固体内に学習履歴として積み重ねることが想定されている。間接的に法則という概括化された記憶が想定されていると言えるだろう。第2世代では「自己スキーマ」に基づいて自伝的記憶の過度な概括化が進むと想定されている。第3世代では記憶内容そのものではなく、記憶内容に対する感情や意志（目的意識）が扱われているものの、必ずしも過度に概括化された自伝的記憶は扱われていない。

また、各心理療法の概念を記憶心理学の用語や概念による整理も行い、今後の心理療法と記憶心理学のインターフェースの土台作りを行った。

これら成果の一部は、すでに論文または書籍として公表されており、今後も随時論文及び書籍として公表していく予定である。

(2) 記憶研究の文献研究：心理療法で扱われている記憶関連の現象や議論が記憶研究の文脈でどのように検討されているか、文献を基に検討した。また記憶の過度な概括化は意識的に行われているのではなく、無意識的に概括化されていると考えられるので、意識（ワーキングメモリ）と無意識（無意図的な想起と記憶の変容）に関連する議論も平行して文献研究・理論研究を行った。

前者の一部は1)の成果とリンクさせる形で公表しているが、さらに書籍として研究協力者の名前で好評を予定しているものもある。

後者は認知神経科学や認知科学の意識と無意識に関するメカニズム論を整理統合した。この成果物を「シアター&スポットライト理論（仮説）」と呼び、認知神経科学的所見に基づいて通常記憶、作業記憶、意識、無意識を包括的に捉える理論モデル（モジュール）として次の科学研究費の獲得につながった。この成果は2つの論文及び1つの書籍で公表されているが、さらにもう一つの書籍で公表予定である。

この理論の概要としては、意識下の情報処理活動が展開される『心（皮質）の劇場（シアター）』というメタファーを用い、さらに意識（注意）はその劇場を照らすスポットライトというメタファーで表現する。スポットライトは目的意識（意志）と感情が操作しているが、劇場中に感情価の高い表象が登場す

ると、目的意識にかかわらずスポットライトを操って意識（注意）資源を奪っていくと、表現する理論である。

(3) 治療関係および治療的対人関係の測定ツールの作成：治療関係に関する現象学的考察と意識体験に関する認知神経科学的論考を参考に、治療的と思われる他者の対応や態度を項目化し、日常の対人場面を想定して回答させる形の質問し調査で相談関係尺度を作成した。

主成分分析で見出した因子構造仮説をもとに因子分析を行ったところ、厚意と理解、距離感と敬意、注目と身近さ、自然さ非拒絶、承認、積極性、コミットメントの8因子が見出され、特に承認と注目と身近さ、自然さが相談関係における満足感に関わっていることが示唆された。

(4) 無意図的な想起の概括化、内容、頻度、ライフイベントと抑うつとの関連の検討：134名の研究協力者を対象に7日間の経験サンプリング法を実施した。ランダムイズした一日7回のメール送信に対して可能な限り回答サイトにアクセスし回答する形で調査を実施した。結果は解析中。

(5) 文献研究で見出された理論モデル（シアター&スポットライト理論）に基づいた統合的な心理療法を研究代表者が実施した。成果は岩崎学術出版より事例研究の図書として出版することが内定しており、執筆を進めている。

5. 主な発表論文等

（研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線）

〔雑誌論文〕(計 5 件)

1. 杉山崇 (印刷中) 5-http1r 遺伝子多型における SS 型はネガティブ遺伝子と呼べるのか? - 心理教育における Cloninger の損害回避に由来するネガティブと Seligman の説明スタイルに由来するネガティブの違い (査読付), 心理相談研究 6(神奈川大学心理相談センター)

2. 杉山崇 (2014) 臨床心理学における自己 (査読付) 心理学評論 57(3), 434-448 頁(京都大学心理学評論刊行会)

3. 杉山崇 (2014) 治療関係の認知神経科学と心理学的現象学に基づく再検討 意識のワーキングメモリ理論と実行系における前部帯状回と前頭前野内側皮質の機能に注目した理論的考察と質問紙調査 (査読付) 心理相談研究 5, 9--22 頁(神奈川大学心理相談センター)

4. 杉山崇 (2014) 意識と無意識はどこまで明らかになったのか? 意識のワーキング・メモリ理論と A. Damasio 説からの心理療法統合への提案 (査読付), 人間科学研究年報

8,5--16 頁 (神奈川大学人間科学部)

5. 大島郁葉・杉山崇・清水栄司 (印刷中)
複合的な心的外傷体験を主訴とする高機能
自閉スペクトラム症の成人に対して - 認知
行動療法およびスキーマ療法を導入した事
例 (査読付), 認知療法研究 8

〔学会発表〕(計 9 件)

1. 中村このゆ・西川公平・中村菜々子・杉山崇 2014/09/12 摂食障害の認知療法(日本認知療法学会・日本摂食障害学会合同大会:大阪)
2. 丹藤克也・杉山崇 2014/09/11 抑うつ傾向と虚記憶の関係(2) - 再認テストと Remember/Know 判断を用いた検討 - (日本心理学会第 78 回大会:名古屋)
3. 丹藤克也・杉山崇 2014/09/10 記憶心理学と臨床心理学のコラボレーション - 抑うつと記憶: 自伝的記憶をめぐる問題 - (日本心理学会第 78 回大会:名古屋)
4. 杉山崇 2014/05/17 相談業務に今日から使える認知行動療法(日本学生相談学会第 32 回大会:横浜)
5. 森田泰介・雨宮有里・杉山崇 2013/09/21 ふと浮かぶ記憶へのアプローチ 3 : ふと浮かぶ記憶をいかにして測定するか(日本心理学会第 77 回大会:札幌)
6. 丹藤克也・杉山崇・三上謙一 2013/09/19 記憶心理学と臨床心理学のコラボレーション - 抑うつと記憶: ワーキング メモリをめぐる問題 - (日本心理学会第 77 回大会:札幌)
7. 坂本真土・伊藤絵美・杉山崇 2012/09/12 「心理学の基礎と臨床のインターフェイス」の学界的議論に向け 10202 て(1)(日本心理学会第 76 回大会:東京)
8. 丹藤克也・杉山崇 2012/09/12 記憶心理学と臨床心理学のコラボレーションに向けて(4) - 抑うつと認知・記憶 - (日本心理学会第 76 回大会:東京)
9. 関口貴裕・森田泰介・雨宮有里・杉山崇 2012/09/11 ふと浮かぶ記憶へのアプローチ 2 - 隣接領域との交流から顕在 10212 化するもの - (日本心理学会第 76 回大会:東京)

〔図書〕(計 2 件)

1. 杉山崇・越智啓太・丹藤克也 (編)(印刷中)『記憶心理学と臨床心理学のコラボレーション』北大路出版
2. 杉山崇 (2014)「15 章 ふと浮かぶ記憶・思考とのつきあい方」関口貴裕・森田泰介・雨宮有里 (編)『ふと浮かぶ記憶・思考の心理学』p 185-201 (北大路出版)

〔産業財産権〕

出願状況 (計 0 件)

名称:
発明者:
権利者:

種類:
番号:
出願年月日:
国内外の別:

取得状況 (計 0 件)

名称:
発明者:
権利者:
種類:
番号:
出願年月日:
取得年月日:
国内外の別:

〔その他〕

ホームページ等
<http://www.sugys-lab.com/report/index.html>

6. 研究組織

(1) 研究代表者

杉山 崇 (Sugiyama Takashi)
神奈川大学・人間科学部・教授
研究者番号: 40350821

(2) 研究分担者

丹藤 克也 (Tando Katsuya)
愛知淑徳大学・心理学部・准教授
研究者番号: 30455612

(3) 研究分担者

三上 謙一 (Mikami Kenichi)
北海道教育大学・保健管理センター・准教授
研究者番号: 90410399

(4) 研究分担者

伊藤 美佳 (Ito Mika)
山梨大学・保健管理センター・講師
研究者番号: 30402019

(5) 研究分担者

大島 郁葉 (Ooshima Fumiyo)
千葉大学・大学院医学研究院子どもこころの発達研究センター・研究員
研究者番号: 40625472