

**科学研究費助成事業 研究成果報告書**

平成 28 年 5 月 23 日現在

機関番号：33705

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2013～2015

課題番号：25780430

研究課題名(和文)抑うつ持続過程のマクロな理解：反すうを中心として

研究課題名(英文)Central role of rumination in the processes of developing prolonged depression.

## 研究代表者

長谷川 晃 (Hasegawa, Akira)

東海学院大学・人間関係学部・准教授

研究者番号：00612029

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,500,000円

研究成果の概要(和文)：反すうが抑うつや他の認知行動的反応に及ぼす影響について、日本人大学生を対象とした4つの研究で検討を行った。その結果、日本人を対象とした場合、反すうは1ヵ月後の抑うつを増加を導くが、6ヵ月後の抑うつの変化を予測できなかった。また、反すうは社会的問題解決の各次元のうち、ネガティブな問題志向(問題解決に対する消極的な姿勢)と相互に増強し合う関係にあることが示された。一方、社会的問題解決の一次元である衝動的/不注意型スタイルは反すうと独立して抑うつを強めることが示唆された。しかし、反すうと衝動性の関連の有無については衝動性の指標に依存しており、衝動性の測定方法を整理した上で更なる検討を行う必要がある。

研究成果の概要(英文)：Four studies were conducted to examine if and how rumination influences depression and other cognitive-behavioral responses in a samples of Japanese university students. The results indicated that rumination in Japanese people exacerbated depression one month later, but did not predict depression assessed after six months. In addition, it was shown that rumination had a mutually enhancing relationship with negative problem orientation, which is one dimension of social problem solving. Moreover, the impulsivity/carelessness style, which is another dimension of social problem solving intensified depression through a process that is independent of rumination. However, scores on certain measures of impulsivity were correlated with the rumination score, which suggest whether rumination and impulsivity were related or not might depend on the measures used for assessing impulsivity.

研究分野：臨床心理学

キーワード：抑うつ 反すう 社会的問題解決 衝動性 回避 感情 大学生 異常心理学

### 1. 研究開始当初の背景

反すうは、「自己の抑うつ症状やその症状が示唆することに焦点を当てた行動や思考」と定義される(Nolen-Hoeksema, 1991)。海外で行われた先行研究では、反すうは抑うつ持続・重症化やうつ病の発症・再発を促す脆弱性要因であることが示唆されている。

著者らが行った反すうに関する一連の研究では、まず反すうを測定する代表的な質問紙である Ruminative Responses Scale(RRS)の日本語版が作成された(Hasegawa, 2013)。また、RRS の得点が 8 週間後の抑うつの変化を予測することが示された(Hasegawa, Koda, Hattori, Kondo, & Kawaguchi, 2013)。

しかし、海外で行われた研究を含めて、反すうがどのようなメカニズムを経て抑うつを強めているのか不明瞭な点が多い。先行研究では、反すうは社会的問題解決との相互作用を経て抑うつを強めていることを示唆するデータが得られている。しかし、特性的な反すうが高い者、つまり普段反すうをしやすい者は、社会的問題解決のどの側面に障害があるのか、また、普段の反すうのしやすさと社会的問題解決がどのように相互作用し、抑うつを強めているのか、といった点について検討が不十分である。

また、海外で行われた研究では、RRS の得点が半年以上先の抑うつの変化を予測可能であることが示唆されているが、RRS の日本語版にも同等の抑うつ予測力があるのか確認がなされていない、という限界点を指摘できる。

### 2. 研究の目的

本研究では、以下の 5 点の検討を行った。第 1 に、社会的問題解決の複数の次元を測定した場合、特性的な反すうの高さは社会的問題解決のどの次元と関連があるのかを、すべての変数を同時に測定した調査によって検討した。第 2 に、反すうと社会的問題解決の各次元が相互に増強し合う関係にあるのかを、縦断的な調査によって検討した。第 3 に、日本人を対象とした場合にも、反すうが 6 か月後に測定された抑うつを予測するのか検討を行った。第 4 に、反すうと社会的問題解決の各次元のうち、どの要因が将来の抑うつを予測するのか検討を行った。また、上記の検討を行うことを通して、反すうと衝動性が独立した過程を経て抑うつを強めていることが示唆された。そのため、反すうと衝動性を測定する質問紙を用いた調査を行い、それらがどの程度独立しているのか、両変数が共に抑うつを強めているのか検討することを 5 つ目の目的とした。

### 3. 研究の方法

研究 1 では、大学生 227 名(男性 99 名、女性 128 名、平均年齢 19.54 歳、 $SD = 3.10$ )に抑うつ傾向を測定する Beck Depression Inventory-Second Edition (BDI-II; 小嶋・古川,

2003), RRS(Hasegawa, 2013), 社会的問題解決の 5 次元を測定する質問紙である Social Problem-Solving Inventory-Revised Short Version (SPSI-R:S; D'Zurilla et al., 2002 を翻訳して使用), 社会的問題解決方略の有効性を測定する課題である Means-Ends Problem-Solving Test (MEPS; Platt & Spivack, 1975 を元に日本語版を作成して使用)に回答を求めた。SPSI-R:S はポジティブな問題志向、ネガティブな問題志向、合理的問題解決、衝動的/不注意型スタイル、回避型スタイルという 5 下位尺度から構成される。MEPS は、回答者に 4 つの仮想の問題状況の開始時とその状況が解決された状態を提示し、回答者がその問題を解決するために用いる方法を報告させる課題である。本研究では質問紙の形式で実施した。得られた回答は、問題解決に有効であると考えられた方略の数と、案出された方略全体の有効性という 2 つの観点で評定した。なお、調査終了後に、参加者には謝礼として 500 円分の図書カードを進呈した。

研究 2 では、研究 1 の参加者に対して、6 ヶ月後に郵送による追跡調査を行った。参加者には BDI-II に回答を求めた。有効回答者数は 161 名(男性 64 名、女性 97 名)であった。有効回答者の、1 度目の調査時点における平均年齢は 19.68 歳( $SD = 3.61$ )であった。なお、調査終了後に、参加者には謝礼として 1000 円分の図書カードを進呈した。

研究 3 では、大学生 223 名に BDI-II, RRS, SPSI-R:S, MEPS に回答を求めた。なお、116 名の参加者(男性 38 名、女性 78 名、平均年齢 20.02 歳、 $SD = 2.06$ )には、研究 1 と同じく、MEPS で通常の方略を回答させた。残りの 107 名の参加者(男性 37 名、女性 70 名、平均年齢 19.87 歳、 $SD = 1.74$ )には、MEPS で理想的な方略を回答させた。なお、調査終了後に、参加者には謝礼として 1000 円分の図書カードを進呈した。

研究 4 では、大学生を対象に 4 週間の間隔を空けて 3 回調査を行い、分析の対象者は、1 回目の調査では 284 名、2 回目の調査では 198 名、3 回目の調査では 165 名であった。各調査で参加者に BDI-II, RRS, SPSI-R:S, 衝動性の 5 次元を測定する UPPS-P Impulsive Behavior Scale (以下、UPPS-P; Lynam, Smith, Whiteside, & Cyders, 2006 を翻訳して使用)に回答を求めた。UPPS-P はネガティブな緊急性、計画性の欠如、忍耐の欠如、刺激希求、ポジティブな緊急性という 5 下位尺度からなる。なお、参加者には謝礼として、1 回目の調査終了後に 500 円分の図書カードを、3 回目の調査終了後に 1000 円分の図書カードを進呈した。

### 4. 研究成果

研究 1 では、抑うつの影響を統制した上で指標間の関連を検討した結果、反すうはネガティブな問題志向や回避型スタイルに正の偏相関が認められた。この結果は研究 3 でも

再現されたことから、反すうは嫌悪的な環境や感情を回避するという目標を達成するための認知行動的反応の一部であると考えられた。一方、研究1では、反すうは合理的問題解決スタイルと正の相関が認められ、MEPSの得点とは無相関であった。研究3では、2バージョンのMEPSを用いて検討を行ったが、同様の結果が得られた。そのため、反すうが社会的問題解決方略の案出を妨害するという仮説は支持されなかった。更に、研究1と研究3では、反すうと衝動的/不注意型スタイルに関連が認められず、この2要因は独立していることが示唆された。

研究2では、1度目の調査で測定された反すう、SPSI-R:Sの5下位尺度、およびMEPSの有効性の得点を独立変数、2度目の調査で測定されたBDI-IIの得点を従属変数としたステップワイズ法による重回帰分析を行った。その結果、1度目の調査で測定された抑うつに加え、衝動的/不注意型スタイルが6ヵ月後の抑うつを増加を予測することが示された。なお、1度目の調査で測定された反すうの影響を統制しても、その時点で測定された抑うつは6ヵ月後の反すうの増加と関連が認められた。

研究4では、抑うつ、反すう、およびSPSI-R:Sの5下位尺度が4週間後の各指標の得点に及ぼす影響について、マルチレベル分析で検討を行った。その結果、反すうは4週間後の抑うつを増加を、抑うつは4週間後の反すうを増加を予測することが示された。同様に、反すうはネガティブな問題志向の増加を、ネガティブな問題志向は反すうの増加を予測した。以上より、反すうと抑うつ、および反すうとネガティブな問題志向は相互に増強し合う関係にあることが示唆された。一方、反すうと衝動的/不注意型スタイルは横断的にも縦断的にも有意な関連が認められなかった。また、お互いの影響を統制した上でも、反すうと衝動的/不注意型スタイルは4週間後の抑うつを増加を予測した。

これらの結果から、以下の結論が導き出された。反すうは、問題状況を過度に否定的に解釈したり、気分の悪化や身体の疲れに意識を向けさせることにより、ネガティブな問題志向という、問題解決に対する消極的な姿勢を導く。また、ネガティブな問題志向は問題状況の解決を導かないため、反すうを持続させると考えられる。反すうと衝動的/不注意型スタイルは独立した過程を経て抑うつを強めていると考えられる。抑うつ状態が強い場合、その後反すうをしやすくなることが示唆された。恐らく、抑うつ状態が強い者は、その状態に陥っている原因・意味を探ろうとするため、反すうが増加すると考えられる。あるいは、抑うつが思考をネガティブな内容に歪めたり、実行機能の障害を導くことにより、反すうを増加させている可能性もある。

研究4では、反すうと衝動性の5次元の関連についても検討した。同時点で測定された尺度間の関連を検討した結果、抑うつの影響を統制した上でも、反すうはネガティブな緊急性（ネガティブな感情が生じた際に軽率な行動を行ってしまう傾向）とポジティブな緊急性（ポジティブな感情が生じた際に軽率な行動を行ってしまう傾向）という、反応抑制を反映した2下位尺度と正の関連が認められた。次に、BDI-IIを従属変数とした重回帰分析を行った。独立変数には、UPPS-Pについてはネガティブな緊急性とポジティブな緊急性に高い相関が認められたため( $r = .75$ )、ポジティブな緊急性を除く4下位尺度を投入した。その結果、RRS合計、ネガティブな緊急性、忍耐の欠如（退屈であったり大変な課題に取り組み続けるのが困難な傾向）が同時点で測定された抑うつを増加を予測した。ネガティブな緊急性の代わりにポジティブな緊急性を独立変数に投入した場合には、ポジティブな緊急性が抑うつを増加を予測した。

以上より、反すうと、ネガティブな緊急性・ポジティブな緊急性という反応抑制を反映する衝動性の2次元は、相互に増強し合う関係にあるか、あるいは共通の基盤を有している可能性がある。また、前述の通り、反すうと衝動的/不注意型スタイルの関連が認められなかったことから、反すうと衝動性の関連の有無については衝動性の指標に依存していると考えられ、衝動性の測定方法を整理した上で更なる検討を行う必要があるだろう。

#### <引用文献>

- Nolen-Hoeksema, S. (1991). Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of Abnormal Psychology, 100*, 569-582.
- Hasegawa, A. (2013). Translation and initial validation of the Japanese version of the Ruminative Responses Scale. *Psychological Reports, 112*, 716-726.
- Hasegawa, A., Koda, M., Hattori, Y., Kondo, T., & Kawaguchi, J. (2013). Longitudinal predictions of the Brooding and Reflection subscales of the Japanese Ruminative Responses Scale for depression. *Psychological Reports, 113*, 566-585.
- 小嶋雅代・古川壽亮 (2003). 日本版BDI-II—ベック抑うつ質問票—手引き 日本文化科学社.
- D'Zurilla, T. J., Nezu, A. M., & Maydeu-Olivares, A. (2002). *Social Problem-Solving Inventory-Revised (SPSI-R): Technical Manual*. North Tonawanda, NY: Multi-Health Systems.
- Platt, J. J., & Spivack, G. (1975). *Manual for the Means-Ends Problem-Solving Procedure (MEPS): A measure of interpersonal cognitive problem-solving skills*. Philadelphia:

Hahnemann Community Mental Health/Mental Retardation Center.  
Lynam, D. R., Smith, G. T., Whiteside, S. P., & Cyders, M. A. (2006). *The UPPS-P: Assessing five personality pathways to impulsive behavior: Technical Report*. Purdue University, West Lafayette, In.

#### 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15件)

長谷川晃・服部陽介・西村春輝・丹野義彦 (印刷中). 抑うつエピソードの経験者と未経験者における社会的問題解決と反すうの差異: 日本人大学生を対象として パーソナリティ研究. (査読有)

八木里依子・長谷川晃 (印刷中). 過剰適応の背景要因: 情緒的依存欲求, 賞賛獲得・拒否回避欲求, 社会的自己制御を取り上げて 東海心理臨床研究, 11, 20-29. (査読無)

Hasegawa, A., Nishimura, H., Matsuda, Y., Kunisato, Y., Morimoto, H., & Adachi, M. (2016). Is trait rumination associated with the ability to generate effective problem solving strategies? Utilizing two versions of the Means-Ends Problem-Solving Test. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 34, 14-30. (査読有)

DOI: 10.1007/s10942-015-0227-6

渡辺将成・長谷川晃 (2016). 楽観性・悲観性が高い者が持つ先延ばし過程の意識の特徴 東海学院大学紀要, 9, 129-136. (査読有)

小澤崇将・長谷川晃 (2016). 大学生のネガティブな反すうが対人ストレスの増加に与える影響: 攻撃性と社会的状況からの回避行動を媒介変数として 東海学院大学紀要, 9, 93-100. (査読有)

Hasegawa, A., Hattori, Y., Nishimura, H., & Tanno, Y. (2015). Prospective associations of depressive rumination and social problem solving with depression: A 6-month longitudinal study. *Psychological Reports*, 116, 870-888. (査読有)

DOI: 10.2466/02.20.PR0.116k28w7

Hasegawa, A., Yoshida, T., Hattori, Y., Nishimura, H., Morimoto, H., & Tanno, Y. (2015). Depressive rumination and social problem solving in Japanese university students. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 29, 134-152. (査読有)

DOI:

<http://dx.doi.org/10.1891/0889-8391.29.2.134>

浮田あすか・福島裕人・長谷川晃 (2015). 不登校経験をもつ大学生の成長過程 東海学院大学紀要, 8, 141-154. (査読無)

Hasegawa, A., Koda, M., Hattori, Y., Kondo,

T., & Kawaguchi, J. (2014). Depressive rumination and past depression in Japanese university students: Comparison of Brooding and Reflection. *Psychological Reports*, 114, 653-674. (査読有)

DOI: 10.2466/15.03.PR0.114k26w6

長谷川晃・宮崎球一・根建金男 (2014). 反すうに関するメタ認知的信念 *Depression Frontier*, 12, 73-79. (査読無)

[https://www.iyaku-j.com/iyakuj/system/M2-1/summary\\_viewer.php?trgid=28140](https://www.iyaku-j.com/iyakuj/system/M2-1/summary_viewer.php?trgid=28140)

渡辺将成・長谷川晃 (2014). 制御焦点の達成・不達成が感情の質に与える影響の検討 東海心理臨床研究, 9, 30-39. (査読無)

長谷川晃・伊藤公子 (2014). 賞賛獲得欲求と拒否回避欲求が演技行動に及ぼす影響: 対人場面間での比較 東海心理臨床研究, 9, 2-9. (査読無)

Hasegawa, A., Koda, M., Hattori, Y., Kondo, T., & Kawaguchi, J. (2013). Longitudinal predictions of the Brooding and Reflection subscales of the Japanese Ruminative Responses Scale for depression. *Psychological Reports*, 113, 566-585. (査読有)

DOI: 10.2466/02.15.PR0.113x24z5

長谷川晃 (2013). 抑うつの反すうの能動性に焦点を当てた介入プログラムの効果: 大学生の高反すう傾向者を対象とした予備的検討 パーソナリティ研究, 22, 48-60. (査読有)

DOI: <http://doi.org/10.2132/personality.22.48>

Hasegawa, A. (2013). Translation and initial validation of the Japanese version of the Ruminative Responses Scale. *Psychological Reports*, 112, 716-726. (査読有)

DOI: 10.2466/02.08.PR0.112.3.716-726

[学会発表](計16件)

長谷川晃・国里愛彦・森本浩志・西村春輝・松田侑子 (印刷中). 反すうと衝動性は独立しているのか?: Ruminative Responses Scale と UPPS-P Impulsive Behavior Scale を用いた検討 日本パーソナリティ心理学会第25回大会発表論文集(2016年9月), 関西大学.

Hasegawa, A., & Kunisato, Y., Morimoto, H., Nishimura, H., Matsuda, Y. (in press). How do depression, rumination and social problem solving interact with each other? A three-wave longitudinal study. *Poster session presented at the 31<sup>st</sup> International Congress of Psychology* (July, 2016), Yokohama, Japan.

長谷川晃・西村春輝・松田侑子・国里愛彦・森本浩志・足立匡基 (2015). 特性的な反すうは社会的問題解決方略の有効性と関連するか?: 2種類の Means-Ends Problem-Solving Test を用いた検討 第15回日本認知療法学会大会発表論文集(2015年7月), 京王プラザホテル, 284.

長谷川晃・服部陽介・西村春輝・丹野義彦

(2014). 抑うつ的反すうと社会的問題解決が将来の抑うつに及ぼす影響：6ヶ月間の間隔を空けた縦断的研究 日本行動療法学会第40回大会発表論文集(2014年11月), 富山国際会議場, 266-267.

長谷川晃・吉田琢哉・服部陽介・西村春輝・森本浩志・丹野義彦 (2014). 抑うつ的反すうと社会的問題解決：Social Problem-Solving Inventory-Revised, Short form と Means-Ends Problem-Solving Test を用いた検討 日本心理学会第76回大会発表論文集(2014年9月), 同志社大学, 326.

Hasegawa, A., Yoshida, T., Hattori, Y., Nishimura, H., Morimoto, H., & Tanno, Y. (2014). The Japanese version of the Social Problem-Solving Inventory-Revised Short-Form: An initial validation study. *Poster session presented at the 8<sup>th</sup> International Congress of Cognitive Psychotherapy* (Jun, 2014), Hong Kong, China.

Hasegawa, A., Koda, M., Hattori, Y., Kondo, T., & Kawaguchi, J. (2013). Predictive powers of brooding and reflection subscales of Japanese Ruminative Responses Scale for depression. *Poster session presented at the 4<sup>th</sup> Asian Cognitive Behavior Therapy Conference* (August, 2013), Tokyo, Japan.

Hasegawa, A., Koda, M., Hattori, Y., Kondo, T., & Kawaguchi, J. (2013). Relationship between depressive rumination and past depression after controlling for worry. *Poster session presented at the 7th World Congress of Behavioural & Cognitive Therapies* (July, 2013), Lima, Peru.

〔図書〕(計1件)

長谷川晃 (印刷中). 第10章 適応・健康：感情心理学の視点から 島義弘(編) ライブラリ 心理学を学ぶ 6.パーソナリティと感情の心理学 サイエンス社.

〔その他〕

東海学院大学人間関係学部心理学科 実験精神病理学研究室 長谷川晃のホームページ

<http://island.geocities.jp/deprumination/>

長谷川晃 (2015). 第42回ヨーロッパ認知行動療法学会に参加して 認知療法 NEWS, 66, 1-2.

<http://jact.umin.jp/news/pdf/00066.pdf>

抑うつ的「反すう」癖から抜け出し、自分らしい人生を | 臨床心理士 長谷川 晃

<https://cotree.jp/columns/681>

6. 研究組織

(1)研究代表者

長谷川 晃 (Hasegawa Akira)

東海学院大学・人間関係学部・准教授

研究者番号：00612029