

令和 5 年 6 月 19 日現在

機関番号：32511

研究種目：若手研究

研究期間：2018～2022

課題番号：18K13328

研究課題名（和文）反応スタイルとメタ受容が抑うつに及ぼす影響に関する統合モデル構築

研究課題名（英文）An integrated model of the effects of response style and meta-acceptance on depression

研究代表者

島津 直実（SHIMAZU, Naomi）

帝京平成大学・健康メディカル学部・講師

研究者番号：30549225

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 900,000円

研究成果の概要（和文）：4週間後の抑うつを否定的考え込み反応は高め、回避的気らし反応と問題解決的考え込み反応は低めることが示された。また、統合モデルの構築の試みから、反応スタイルには複数の因子があり、メタ受容が媒介変数となることが示唆された。否定的考え込み反応や回避的気らし反応をして抑うつを強めている人は、問題解決的考え込み反応へ反応スタイルを変えることで抑うつを低減させ、また、問題解決的考え込み反応をしている自分を受け入れないことは、抑うつを強めてしまう可能性がある。また、否定的考え込み反応を行う人は回避的気らし反応へ反応スタイルを変えることで、抑うつを低減できる可能性があることが示唆された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究では反応スタイルは複数の因子で捉える必要があること、および、4週間後の抑うつを予測する反応スタイルが明らかになった。その結果、将来の抑うつを予測する反応スタイルを特定することが可能となった。また、メタ受容を媒介変数に組み込んだ抑うつ因果モデルの構築を試み、抑うつスキーマ、自動思考、反応スタイル、メタ受容がどのように抑うつに影響を及ぼしているのかを明らかにした。モデルの改良は今後必要であるが、抑うつ持続と回復のメカニズムの解明に寄与するものとなった。本研究で得られた知見は、治療的観点から抑うつを軽減させ、健康予防的観点から抑うつを増強させない介入法の開発を進める一助となったと考える。

研究成果の概要（英文）：Negative rumination response were shown to increase depression after 4 weeks, while Distraction response for avoidance and Rumination response for problem solving were shown to decrease depression. Attempts to construct an integrated model suggested that there were multiple factors in response styles and that metacognition was a mediating variable. For those who are increasing depression by engaging in Negative rumination response and Distraction response for avoidance, changing their response style to Rumination response for problem-solving can reduce depression. And also not accepting oneself for engaging in Rumination response for problem solving can increase depression. In addition, it was suggested that changing one's response style to Distraction response for avoidance may reduce depression in those who engage in Negative rumination response.

研究分野：臨床心理学

キーワード：反応スタイル 抑うつ メタ受容 統合モデル

1. 研究開始当初の背景

近年、うつ病は国内外で問題視され、その対策は重要な課題の一つとなっている。厚生労働省の患者調査(1998, 2014)によると、うつ病等の気分障害の総患者数は、平成8年から平成26年にかけて、43.3万人から111.6万人と2.5倍に増加している。厚生労働省が行った国民生活基礎調査(2014)によると、悩みやストレスがあると答えた男性は約4割、女性は約5割であった。このように悩みやストレスがある人は多くいる。しかし、何故、同じ経験をして、落ち込む人と落ち込まない人がいるのか。また、何故、落ち込んでその状態から抜け出せる人と、抜け出せない人がいるのか。うつ病対策の観点からも、これらの問いへの答えを探求することは急務といえる。

抑うつの発生・維持を説明する試みは1960年代から数多くなされてきた(e.g. Beck, 1967)。しかし、これらの理論は抑うつをもたらす要因に注目しており、抑うつを持続させる要因は特にあげていない(伊藤・竹中・上里, 2002)。そこで、抑うつと認知の双方向の因果関係を仮定する理論がでてきた(e.g. Teasdale, 1985)。しかし、これらの理論では、抑うつにはまり込むことについての説明はあるが、抑うつから抜け出すルートについての説明はなく、どうすれば抑うつから回復するかが不明である(坂本, 1997)。そこで、以上の理論を補完するかたちで1980年代からは、抑うつの持続と回復を説明する試みがなされるようになってきた。そうした試みとして、Nolen-Hoeksema(1987)による反応スタイル理論がある。

反応スタイル理論では、抑うつ気分時の考え込み反応は抑うつの持続・重症化に、気そらし反応は抑うつの短期化・回復に繋がると説明する。精神的健康が阻害されるのは、抑うつが持続し重い抑うつ状態に陥る時であることが知られており、抑うつへの介入・予防には抑うつの持続と回復をもたらす要因の研究が求められる。また、反応スタイル理論は、自己意識(Fenigstein, Scheier, & Buss, 1975)や帰属スタイル(Metalsky, Abramson, Seligman, Semmel, & Peterson, 1982)といった抑うつの心理的脆弱要因よりも、抑うつを高い割合で予測することでも知られている(Schwartz & Koenig, 1996; Nolen-Hoeksema, Parker, & Larson, 1994)。そのため、反応スタイル理論を検討することは、抑うつの予防や治療の介入要因を決める際に役立つ可能性がある(伊藤他, 2002)。

従来の抑うつ発生に関する研究(e.g. Beck, Rush, Shaw, & Emery, 1979)とどのように統合することができるかについても議論され(Lyubomirsky & Nolen-Hoeksema, 1993; 1995)注目されている。抑うつのプロセスを表現する統合モデルを構築することができれば、要素同士の関係を調べ、抑うつを総合的かつ実証的にとらえることが可能になるという意義がある。海外においては、Pössel(2011)が、2時点のデータを用いてBeckの抑うつ認知理論と反応スタイルを統合するモデル構築を試みているが、結果は統合モデルを支持しないものであった。また、近年の研究では、高校生のデータを用いて統合モデルの構築を試みており(Pössel, 2015)、また、絶望感理論と反応スタイルの統合も試みている(Pössel, 2017)。しかし、いずれの研究においても妥当性や因子構造に関する再検討の必要性を指摘されている反応スタイル尺度(Response Styles Questionnaire; 以下RSQ)が用いられているという問題点がある。また、考え込み反応の2因子のみが検討されており、気そらし反応の2因子については考慮されていない。さらには、反応スタイルの活性化後に、メタ認知が活性化し抑うつが経験されることも想定される(Papageorgiou & Wells, 2004)が、反応スタイルと抑うつを媒介する第3の変数は想定されていない。

本邦においては、申請者によって反応スタイルと抑うつの関係の検討(島津・越川, 2014)、および、1時点のデータを用いた反応スタイルと抑うつの媒介変数としてメタ認知であるメタ受容を組み込んだ統合モデルの構築の試みがなされている(島津, 2005)が、2時点のデータを用いた統合モデルを試みた研究はまだない。また、島津(2005)では影響関係の検討がなされており、反応スタイルおよびメタ認知と抑うつの持続と回復の因果関係は明確にできておらず、また、島津・越川(2014)では反応スタイルと抑うつのみ扱い、統合モデルは検討されておらず、今後の検討課題となっている。2時点のデータを用いて因果関係を検討すれば、将来の抑うつを予測する反応スタイルを特定することが可能になるという意義がある。海外において本領域の最新の知見が提出されていく中、本邦における本領域の研究が抑うつへの介入・予防の観点からも必要かつ急務であると考えられる。

また、既述した通り、反応スタイル理論に関する研究の多くが用いているRSQは、妥当性や因子構造に関する再検討の必要性が報告されてきている。RSQは本来4因子で構成される尺度であるが、多くの研究において考え込み反応と気そらし反応の2因子のみが使用されており(e.g. Nolen-Hoeksema & Morrow, 1993; 坂本・丹野, 1998)、考え込み反応は抑うつの持続要因として、気そらし反応は抑うつの軽減要因として扱われてきた(e.g. Nolen-Hoeksema & Morrow, 1993)。しかし、抑うつを持続させる要因として考えられてきた考え込み反応には、他に、抑うつを軽減させる考え込み反応もあることが近年の研究により示されてきている(Treynor, Gonzalez, & Nolen-Hoeksema, 2003)。また、気そらし反応にも2因子を想定することができる

め、申請者は、考え込み反応と気そらし反応のそれぞれについて、抑うつ持続および回復と関わる2因子ずつを想定する、合計4因子で捉える日本語改訂版反応スタイル尺度(Japanese version of Revised Response Styles Scale；以下日本語版RSS-R)の開発を行った(島津, 2005)。4因子で捉えることにより、反応スタイルを包括的に検討することが可能になり、抑うつの程度を、複数の反応スタイルとの関係で検討することが可能になる。そして、反応スタイルを複数の因子で捉えることが可能になると、どの反応スタイルを用いることが抑うつの高低と関連するのにかについて特定することができるという意義がある。

日本語版RSS-Rと同じ4因子の尺度に松本(2008)の拡張版反応スタイル尺度があるが、拡張版反応スタイル尺度では否定的に考えることを測定しているのに対して、日本語版RSS-Rでは否定的に考えることに加え、抑うつと強い関連があるとされている思考の「反すう」について、より測定することができる尺度となっている。そのため、抑うつの測定感度のより高い日本語版RSS-Rを用いた研究が求められる。

2. 研究の目的

本研究の目的は、2時点のデータを用いて、BeckとTeasdaleの認知理論とNolen-Hoeksemaの反応スタイル理論とメタ受容を統合するモデルを構築し、その妥当性について全体的評価および部分的評価を通して行うことにより、反応スタイルとメタ受容が抑うつのプロセスに与える影響を明らかにすることである。

3. 研究の方法

(1) 手続きと調査協力者

4週間の間隔において同一の調査を2回(Time1：以下T1, Time2：以下T2)集団で実施した。分析には2回の調査に回答した都内某私立大学の学生95名(男性38名, 女性57名, 平均年齢19.5歳, SD=1.30)を対象とした。尚, T1の時点での調査協力者は121名であったが, T2の時点でドロップアウトは26名であった。

(2) 査定尺度

日本語版RSS-Rおよびメタ受容尺度、抑うつスキーマ尺度(DSS；家接・小玉, 1999)、改訂版自動思考尺度の日本語版(児玉・片柳・嶋田・坂野, 1994)のうち否定的自動思考尺度(ATQ-RN)、自己評価式抑うつ性尺度(SDS；福田・小林, 1973)で構成。尚、ととはBeckとTeasdaleの認知理論をモデルに組み込むために、はNolen-Hoeksema(1987)の反応スタイル理論をモデルに組み込むために、は反応スタイルと抑うつの程度を媒介する変数を測定する指標を組み込むために用いた。

(3) 分析方法

反応スタイルの各下位尺度が将来の抑うつに及ぼす直接的影響について：T1の反応スタイルの各回因子が、T2の抑うつの程度(SDS)にどの程度の影響を与えているのかについて、重回帰分析により検討した。

反応スタイルとメタ受容が現在・将来の抑うつに及ぼす諸影響についての因果モデルの構築の試み：関連領域における先行研究結果と申請者の研究の結果を基に設定したモデルについて共分散構造分析を行い、全体的・部分的妥当性を検討した。

4. 研究成果

反応スタイルの各下位尺度が将来の抑うつに及ぼす直接的影響について：まず、T2の抑うつを従属変数とし、T1の各反応スタイルを独立変数とした重回帰分析を実施した。重回帰分析の結果をTable1に示す。決定係数(R^2)は.35($p < .001$)であり、分析に投入した独立変数でT2の抑うつのおよそ1/3を説明していた。また、抑うつに対して否定的考え込み反応($B = .83, SE B = .20, \beta = .39, p < .001$)が有意な正の影響、回避的気そらし反応($B = -.70, SE B = .19, \beta = .43, p < .001$)と問題解決的気そらし反応($B = -.75, SE B = .22, \beta = .32, p < .001$)が有意な負の影響を及ぼしていた。また、気分転換的気そらし反応は抑うつへの影響を示さなかった($B = -.01, \beta = -.01, ns$)。この結果は、T1の否定的考え込み反応はT2の抑うつを高める一方で、T1の回避的気そらし反応と問題解決的考え込み反応はT2の抑うつを低めることを意味する。

以上より、否定的考え込み反応を多くする人ほど、4週間後の抑うつの程度が高いことが示された。また、回避的気そらし反応と問題解決的考え込み反応を多くする人ほど、4週間後の抑うつの程度が低いことが示された。考え込み反応および気そらし反応のそれぞれ2因子は、抑うつの程度に異なる影響を及ぼすことが明らかになったことから、反応スタイルを複数の因

Table 1 各反応スタイルと抑うつの重回帰分析

	抑うつ		
	B	SE B	β
(定数)	53.66	5.32	
反応スタイル			
否定的考え込み反応	.83	.20	.39 ***
回避的気そらし反応	-.70	.19	.43 ***
問題解決的考え込み反応	-.75	.22	.32 ***
気分転換的気そらし反応	-.01	.23	-.01
R^2			.35 ***

** $p < .01$, *** $p < .001$

子で捉える必要性が示唆された。

反応スタイルとメタ受容が現在・将来の抑うつに及ぼす諸影響についての因果モデルの構築の試み：抑うつスキーマ (DSS) から否定的自動思考 (ATQ-RN), ATQ-RN から 4 つの反応スタイルへ、また、4 つの反応スタイルから直接 SDS へのパスと、各反応スタイルに対する受容を介した SDS へのパスを引いた統合モデルに対して、AMOS29 を用いて、共分散構造分析により分析した。その結果非有意であったパスを削除し、再分析にかけた。

モデルの全体的評価：田部井 (2001) は RMSEA の値が 0.1 以上のモデルはあてはまりが悪いため採択しないが、0.05 から 0.1 の範囲は棄却するまでではないものの、グレーゾーンとしている。本研究の RMSEA は 0.09 であったため、グレーゾーンの値となった。今後改訂する必要があるという結果になったものの、今後の展開に対して寄与する可能性があると考え、分析を進めた。

モデルの部分的評価：結果を Figure1 に示す。抑うつスキーマが強いと否定的自動思考の頻度が多く、抑うつスキーマが弱いと否定的自動思考の頻度が少ないことが示された ($\beta = .77, p < .001$)。これは、抑うつスキーマの活性化とネガティブな自動思考の関連性 (Beck, 1967) が確認されたことになる。次に否定的自動思考から気分転換的気そらし以外の反応スタイルは正の影響が認められた。否定的な自動思考の頻度が多い時には、否定的考え込み反応 ($\beta = .10, p < .05$) と回避的気そらし反応 ($\beta = .18, p < .05$) を用いる頻度が多い一方で、問題解決的考え込み反応 ($\beta = -.14, p < .05$) は少ないことと、気分

転換的気そらし反応は関係がないことを意味する。反応スタイル・メタ受容から抑うつへのパスについては、否定的考え込み反応 ($\beta = .09, p < .05$) と回避的気そらし反応 ($\beta = .04, p < .05$) は、抑うつへ正の影響力が示された。このことは、否定的考え込み反応と回避的気そらし反応を用いる頻度が多いと抑うつへの程度は高いことを意味する。また、メタ受容へのパスは否定的考え込み反応は負の影響 ($\beta = -.66, p < .05$)、回避的気そらし反応は正の影響 ($\beta = .07, p < .05$) が示された。しかし、メタ受容から抑うつへのパスは有意ではなかった。このことから、否定的考え込み反応と回避的気そらし反応はメタ受容を介さず、直接 4 週間後の抑うつに影響を及ぼすことが明らかになった。一方で、問題解決的考え込み反応は抑うつへの直接的な影響は示されず、メタ受容を介して ($\beta = .68, p < .05$) 4 週間後の抑うつに負の影響 ($\beta = -.03, p < .05$) を示した。したがって、否定的考え込み反応は受容しにくく、問題解決的考え込み反応および回避的気そらし反応は受容しやすいことが示された。そして、問題解決的考え込み反応は、抑うつへの程度と直接関連はないが、メタ受容を介せばその関連性が示されることがわかった。このことは、抑うつ気分時に問題解決的考え込み反応をとることと抑うつへの程度は直接には関連性がないものの、用いる頻度が多いと、受容する程度が高く、受容する程度が高いと抑うつへの程度が低くなることを意味する。つまり、問題解決的考え込み反応は、受容が高い状態だと、抑うつへの程度が低くなることを示唆された。

このモデルから示唆されることを以下に述べる。まず、否定的考え込み反応や回避的気そらし反応をして抑うつを強めている人は、問題解決的考え込み反応へ反応スタイルを変えることができれば、抑うつを緩和させられる可能性がある。また、問題解決的考え込み反応を行う際にも、その反応をしている自分を受け入れないことは、かえって抑うつを強めてしまうことにつながる可能性があるから、メタ受容に注意することが大事である。さらには、否定的考え込み反応を行う人は回避的気そらし反応へ反応スタイルを変えるだけでも、抑うつへの影響は緩和できる可能性がある。

本研究では 2 時点のデータを用い、反応スタイルの考え込み反応に 2 因子、気そらし反応に 2 因子の合計 4 因子を想定し、反応スタイルと抑うつを媒介するメタ受容という変数を組み込んだ統合モデルを検討した。2 時点のデータを用いた統合モデルを試みた研究としては本邦初、第 3 の変数としてメタ受容を組み込んだ統合モデルの構築の試みは国内外において初の試みとなった。モデルは今後改善が求められるが、反応スタイルには複数の因子を想定し、反応スタイルと抑うつとの間に第 3 の変数を想定できることが示唆された。統合モデルの構築により抑うつと反応スタイルを包括的に検討することが可能になり、治療的観点から抑うつを軽減させ、健康予防的観点から抑うつを増強させない介入法の開発を進める一助となると考える。

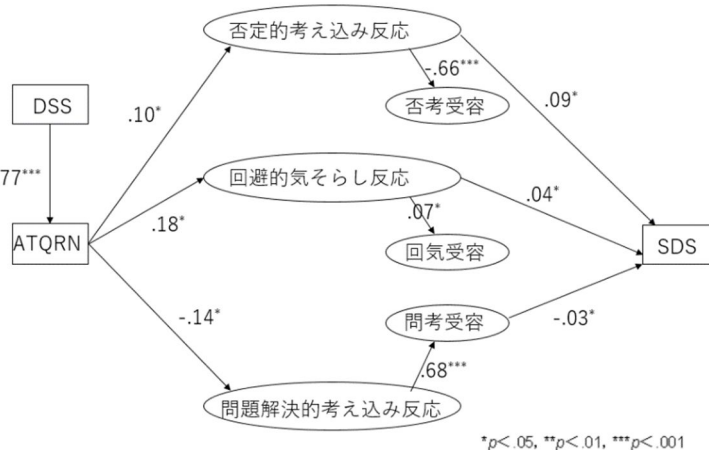


Figure1. 統合モデル (分析後、標準化解)

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計0件

〔学会発表〕 計2件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 1件）

1. 発表者名 島津 直実・中村 玲子・越川 房子
2. 発表標題 反応スタイルと抑うつ の2時点研究
3. 学会等名 日本育心理学会第61回総会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 Naomi Shimazu, Fusako Koshikawa, Reiko Nakamura
2. 発表標題 Mediation models of Response Styles, Self-Acceptance and Depression
3. 学会等名 American Psychological Association Annual Convention (国際学会)
4. 発表年 2023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
---------------------------	-----------------------	----

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0件

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
---------	---------