

研究種目：若手研究(B)
 研究期間：2008～2009
 課題番号：20730441
 研究課題名（和文） 抑うつにおける自伝的記憶の方向づけ・自己・社会的機能に関する
 認知臨床心理学的研究
 研究課題名（英文） Cognitive-Clinical Psychological Study on Directive, Self, and
 Social Functions of Autobiographical Memory in Depression
 研究代表者
 田上 恭子 (TAGAMI KYOKO)
 弘前大学・教育学部・准教授
 研究者番号：80361004

研究成果の概要（和文）：本研究は、自己に関する記憶がどのように抑うつの持続や回復に働いているか、抑うつにおける自伝的記憶の機能の特徴を明らかにすることを主な目的とした。結果、抑うつにおいて、(1)方向づけ機能(行動の計画)が十分働いていないこと、(2)自己機能(自己の連続性・統合性)の歪み、(3)社会的機能(社会的なつながり)の偏りが見出された。これらの記憶の機能不全が感情調整における問題と関わっており、それが抑うつの持続につながる可能性が示唆される。

研究成果の概要（英文）：The main purpose of the present study was to investigate how the memories a person has of his or her own life experiences (i. e., autobiographical memory) serve to maintain or recover from depression. It was found that in depression, directive functions (planning for present and future behaviors) do not work effectively, self functions (self-continuity or psychodynamic integrity) are distorted, and social functions (social bonding) are biased. The results suggest that these dysfunctions of autobiographical memory are associated with difficulties in the emotion regulation, which might result in the maintenance of depression.

交付決定額

(金額単位：円)

	直接経費	間接経費	合計
2008年度	700,000	210,000	910,000
2009年度	500,000	150,000	650,000
年度			
年度			
年度			
総計	1,200,000	360,000	1,560,000

研究分野：社会科学

科研費の分科・細目：心理学・臨床心理学

キーワード：心理的障害，記憶，臨床，実験系心理学

1. 研究開始当初の背景

これまで、抑うつ者の自己に関する認知の歪みは数多く指摘されている (e. g., Beck, Rush, Shaw, & Emery, 1979 坂野監訳 1992)。抑うつにおける自伝的記憶に関する研究も Williams らの研究をはじめ非常に数多くなされており、抑うつにおいては否定低内容が想起されやすいことや想起内容は具体性に乏しく漠然としている傾向があることなどの特徴が示されてきた (e. g., Williams & Broadbent, 1986; Williams & Scott, 1988)。しかし、このような自伝的記憶の内容や量的側面が検討されるにとどまっておらず、いかに自伝的記憶が抑うつを持続や回復に働いているか、すなわち自伝的記憶の機能についてはほとんど検討されていない。

近年、自伝的記憶の機能への関心は高まりつつあり、基礎的領域では研究も増加している。これまで見出されてきた自伝的記憶の機能は方向づけ機能、自己機能、社会的機能の3つにまとめられており (e. g., Bluck, 2003)、これらが我々の人生・生活を形づくっていると考えられる。さらにこれら3つの機能が組み合わさり感情調整がなされていることも Bluck (2003) によって示唆されている。したがって、抑うつにおける自伝的記憶の機能を探ることは、抑うつを持続・回復メカニズムの解明につながるものと考えられる。

また、抑うつにおける自伝的記憶の特徴について、メタ感情の働きに着目した研究 (e. g., Tagami, 2008; 田上, 2008) から、過去のエピソードを想起することによる感情調整、すなわち記憶そのものに落ち込みからの回復機能や感情調整の働きがあることも示唆されている。したがって、媒介変数としてメタ感情を位置づけ、自伝的記憶の内容や量的側面にアプローチするよりも、自伝的記憶そのものの機能に着目することで明らかになる点も多いと考えられ、より体系的・力動的に抑うつメカニズムを捉えることが可能となるのではないかと考えられる。

自伝的記憶の機能については、基礎的領域でもようやく注目が集まるようになったばかりのテーマであり、さらに抑うつとの関連に関しては、外傷的な記憶の方向づけ機能の指摘 (Pillmer, 2003) や上述の自伝的記憶の機能による感情調整の示唆があるにもかかわらず、研究はまだあまり進んでいない。抑うつを持続・回復メカニズムを自伝的記憶の機能から解明しようとする本研究は、わが国においても関心が高まっている認知臨床心理学の分野に、新たな知見を独自の観点から提供しようとするものであり、臨床と基礎とをつなぐ意義ある研究であると考えられる。

自伝的記憶は従来、精神分析やカウンセリングなどにおいて、診断や治療のために利用

されてきたものである (森, 1992)。抑うつにおける自伝的記憶の機能の特徴が明らかになることによって、認知行動療法の基礎理論の発展に貢献し得るばかりではなく、広くクライアント理解や心理的援助に役立ち得るものと考えられる。臨床的にも意義のある有用な研究であるといえよう。

引用文献:

- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979). *Cognitive Therapy of Depression*. New York: Guilford Press. (ベック, A. T.・ラッシュ, A. J.・ショウ, B. F.・エメリイ, G. 坂野雄二監訳 (1992). うつ病の認知療法 岩崎学術出版社)
- Bluck, S. (2003). Autobiographical memory: Exploring its functions in everyday life. *Memory*, 11, 113-123.
- 森敏昭 (1992). 日常記憶研究の生態学的妥当性 広島大学教育学部紀要第一部心理学, 41, 123-129.
- Pillemer, D. B. (2003). Directive functions of autobiographical memory: The guiding power of the specific episode. *Memory*, 11, 193-202.
- Tagami, K. (2008). The functions of autobiographical memory and depression. The 29th International Congress of Psychology, Berlin, Germany.
- 田上恭子 (2008). 抑うつが人生の語りとエピソードの想起に及ぼす影響—自伝的記憶の語りにみられる特徴について (2)—日本心理学会第 72 回大会発表.
- Williams, J. M. G., & Broadbent, K. (1986). Autobiographical memory in attempted suicide. *Journal of Abnormal Psychology*, 95, 144-149.
- Williams, J. M. G., & Scott, J. (1988). Autobiographical memory in depression. *Psychological Medicine*, 18, 689-695.

2. 研究の目的

これまで臨床場面での観察や事例研究、実験・調査研究から、抑うつにおける自己に関する認知の歪みが指摘されているが、本研究では自己に関する認知の中で、自伝的記憶、特にその「機能」に着目する。

本研究の目的は、

- (1) 抑うつにおける自伝的記憶の機能の特徴を明らかにすること:
 - ① 抑うつにおける方向づけ機能の特徴
 - ② 抑うつにおける自己機能の特徴
 - ③ 抑うつにおける社会的機能の特徴これらの3つについて、それぞれ明らかにし、それがこれまでの知見 (否定的内容

の想起、漠然とした内容の想起)とどのように関連するのかを探る。

- (2) 抑うつにおける自伝的記憶の機能間の関係を捉えること:

特に、感情調整という点から機能間の関係を捉える。

- (3) 抑うつの持続・回復にどのような機能がどのように作用するのかを明らかにすること:

抑うつと自伝的記憶に関する縦断的・事例的研究を行うことによって、「機能」の観点から、抑うつの持続・回復について検討する。

の3点である。以上を通し、自伝的記憶の機能という観点から、抑うつの持続・回復の認知メカニズムについて考察したい。

3. 研究の方法

- (1) 抑うつにおける自伝的記憶の機能について

- ① 抑うつにおける自伝的記憶の方向づけ機能に関する研究

【対象】大学生 123 名。

【手続き】質問紙調査のデータ分析を行った。質問紙の構成は、人生で最も重要なエピソードの想起及びその記述、そのエピソードの体験時期、望ましさ、機能の意味づけに関する評定、抑うつ・不安気分に関する尺度(DAMS; 福井, 1997), 特性メタ感情に関する尺度(特性メタ・ムード尺度; 向山, 1998), ベック抑うつ尺度(日本版 BDI-II; ベック他, 小嶋・古川訳, 2003)であった。また、人生を一本の線で表現してもらった課題についても合わせて実施した(これについては後述(2)に関する課題である)。この質問紙データの中で、特に抑うつと自伝的記憶の想起及び方向づけ機能に関する意味づけとの関連に関する部分の分析を詳細に行い、検討した。

- ② 抑うつにおける自伝的記憶の自己機能に関する研究

【対象】大学生 194 名。

【手続き】質問紙調査を行った。質問紙の構成は、自伝的記憶に関する項目、DAMS, BDI-II であった。自伝的記憶に関する項目では、人生で最も印象に残っているエピソードの想起及びその記述、そのエピソードの体験時期と望ましさ、「昔の自分」の時期、「今の自分」と「昔の自分」の比較、「今の自分」がどのくらい好きか、などを尋ねた。

- ③ 抑うつにおける自伝的記憶の社会的機能に関する研究

【対象】大学生 196 名。

【手続き】質問紙調査を行った。質問紙の構

成は、開示抵抗感尺度(松下, 2005), ポジティブなエピソードの開示抵抗に関する項目、他者に語りたいエピソードの想起及びその記述、そのエピソードの望ましさ・重要度の評定、語りたい理由に関する項目、BDI-II であった。

- (2) 抑うつにおける自伝的記憶の機能間の関係・感情調整に関する研究

【対象】大学生 123 名。

【手続き】上述の(1)①の質問紙調査について、機能の意味づけに関する項目間の関連性及び抑うつとの関連についての分析、メタ感情との関連性についての分析を行った。さらに、人生線の記述データと重要なエピソード及びその意味づけとの関連性、また抑うつの影響についての分析を行った。

- (3) 抑うつの持続・回復と自伝的記憶の機能との関係に関する研究

【対象】大学院生 17 名及びうつ病入院患者 10 名。

【手続き】これまで実施した自伝的記憶に関する面接調査データの再分析を行った。またそれらの結果に基づき、新たに大学生を対象とした縦断的面接調査を計画した。

引用文献:

- ベック他, 小嶋雅代・古川壽亮訳(2003). 日本版 BDI-II ベック抑うつ質問票 手引き, 検査用紙 日本文化科学社.
福井至(1997). 抑うつ気分と不安気分を測定する DAMS の開発 日本心理学会第 61 回大会発表論文集, 910.
向山泰代(1998). 気分への注目・気分の明瞭さ・気分の転換: 日本語版特性メタ・ムード尺度の検討 日本心理学会第 62 回大会発表論文集, 1003.
松下智子(2005). ネガティブな経験の意味づけ方と開示抵抗感に関する研究 心理学研究, 76, 480-485.

4. 研究成果

- (1) 抑うつにおける自伝的記憶の機能について

- ① 抑うつにおける自伝的記憶の方向づけ機能に関する研究

全体的な傾向として、最も重要なエピソードとしては、ポジティブな記憶が多く想起されることが示された(図 1)。

対象者を BDI 得点により 4 群に分け、最も重要なエピソードの感情価(図 2)と、機能の意味づけの選択について比較検討を行った。

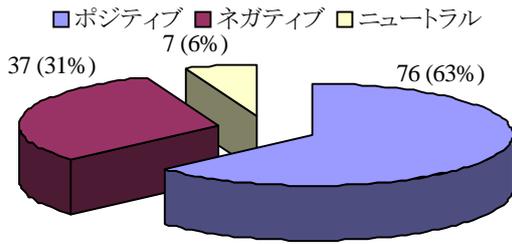


図1 想起されたエピソードの感情価別割合

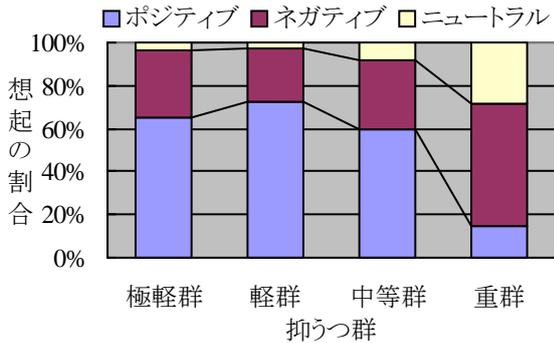


図2 エピソードの感情価別割合の群間比較

感情価に関しては、重群で顕著にポジティブなエピソードの想起が低かった。

想起されたエピソードの意味づけについては、「そのエピソードは“自信となっている”」という意味づけが重群において全くみられず、統計的にも有意な群間差がみられた ($\chi^2(3)=9.46, p<.05$)。またそのほか、想起された最も重要なエピソードの機能として、軽群では性格形成に関わっている、中群では教訓となっているという意味づけが多くみられ、重群では感情調整に役立つという意味づけや転換点としての意味づけがあまりみられないといった特徴も示された。

以上より、抑うつにおける自伝的記憶の方向づけ機能の特徴としては、心のよりどころとなっていると想定される「アンカー」としての働きが低下していることが示唆される。

② 抑うつにおける自伝的記憶の自己機能に関する研究

対象者をBDI得点により抑うつ低群と高群とに分け、比較を行った。

想起された印象に残っているエピソードの分析から、望ましさの評定には抑うつの高低で違いは示されなかったものの、その内容に着目すると、抑うつ低群では「受験」に関する内容が最も多く、抑うつ高群では「事故・怪我」が最も多いというように質的に異なる可能性が示唆される。

「今の自分」と「昔の自分」に関する検討からは、「昔の自分」と表す時期に有意な差が認められ ($\chi^2(3)=10.63, p<.05$, 図3)、「今の自

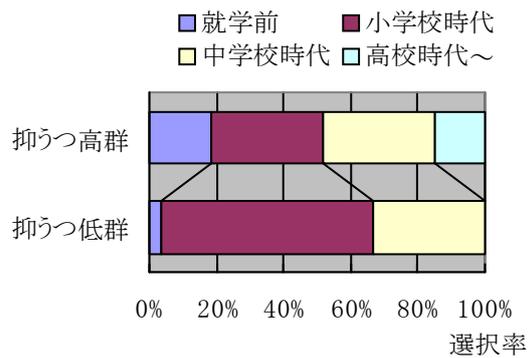


図3 「昔の自分」とする時期の比較

分」の好ましさにおいても有意差が示された ($t(60)=5.48, p<.001$)。これらより、抑うつが高いと今の自分が好きではなく、今の自分を「昔の自分」として現在から過去に遠ざけるのではないかと考えられる。

さらに、「今の自分」と「昔の自分」の違いをどう捉えているかについて分析を行ったところ、抑うつが高い者は低い者に比べて、物事の見方や考え方といった自己の認知面は一貫して変化していないと感じているが、行動面・活動面において今と昔の違いを感じているといった特徴がうかがわれ、自己の一貫性として認知面に目が向けられやすいことが示唆される。

③ 抑うつにおける自伝的記憶の社会的機能に関する研究

対象者をBDI得点により、抑うつ低群と高群に分け、比較を行った。

語りたいエピソードの望ましさで群間に差がみられ ($t(103.79)=2.51, p<.05$)、抑うつが高いとネガティブなエピソードを他者に語りたい・共有したいことが示唆される。なぜそのエピソードを語りたいのか、語りたい理由についての分析から、抑うつが高い場合にポジティブなエピソードを語りたいのは、共感や受容の期待(図4)やカタルシスを求めて(図5)であること、抑うつが低い場合には、ネガティブなエピソードをエンターテインメント的に他者を楽しませるために語りたいのだということが示唆される。

まとめとして、「語りたいエピソード」として記憶を想起してもらった場合にも、これまで数々の先行研究で見出されてきたように、抑うつにおいてはネガティブなエピソードが想起されやすいことが示された。また抑うつ者はそもそも他者とエピソードを共有することに抵抗感が高いが、他者からの共感や受容、カタルシスを求めてポジティブなエピソードを語り共有したい可能性が示唆される。

(2) 抑うつにおける自伝的記憶の機能間の関係に関する研究

(1)①の質問紙調査の、機能の意味づけの

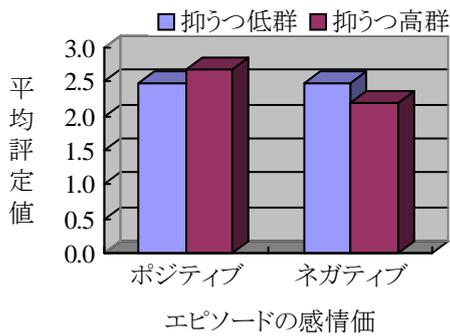


図4 語りた理由「共感・受容期待」得点の比較

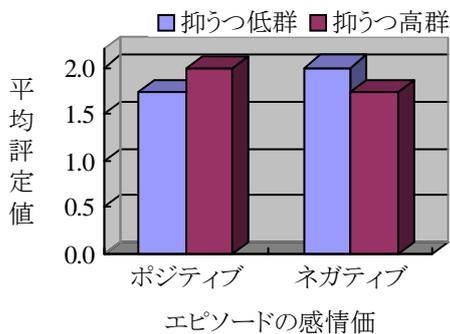


図5 語りた理由「カタルシス」得点の比較

項目間の関連について相関を求めた。特に興味深い結果としては、「自信や励みとなっている」といった方向づけ機能のひとつであるアンカー機能と「つらい気分や嫌な気分を変える」といった気分調整機能との間に有意な正の相関が示されたことであり ($r=.269, p<.01$)、先の(1)①の結果と合わせると、抑うつにおいて自伝的記憶がアンカーとして十分機能していないことが、気分調整のできなさにつながり、抑うつを維持させているという可能性が示唆される。また、自己機能は他の機能との相関が多くみられること、気分調整機能は社会的機能とも正の相関があること ($r=.241, p<.01$)、トラウマ体験がアンカー機能とやや強い負の関係にあること ($r=-.402, p<.01$) などが見出された。

また特性メタ感情尺度と機能の意味づけとの関連性を検討したところ、「気分の明瞭さ」、すなわち自身の感情についての気づきや理解についての力は、想起されたエピソードが「自己の一貫性や連続性を感じる」と意味づけされる、いわば自己機能と正の相関があり ($r=.217, p<.05$)、感情や気持ちへの注意の向けやすさを示す「気分への注目」は自己機能と負の相関にあった ($r=-.326, p<.01$)。このことから、先行研究において感情調整と自伝的記憶の自己機能との関連性が示唆さ

れてきたが、本研究においてもその可能性が示唆されると考えられよう。今後は、抑うつ傾向の有無や重篤度による違いについて検討を加えることが必要と考えられる。

さらに、人生線の記述データについて、線のパターン、現在の位置、将来展望、過去の構成といった観点からの分析を現在行っているところである。明確な知見の提出までには至っていないが、今後、質的データも合わせ、よりダイナミックに抑うつと機能間の関係及び感情調整機能について明らかにしていくことが課題である。

(3) 抑うつの持続・回復と自伝的記憶の機能との関係に関する研究

これまで実施したうつ病入院患者の個別面接・縦断的面接調査、大学院生を対象としたメタ感情にも着目した自伝的記憶の語りに関するデータを見直し、自伝的記憶の機能という観点から現在再分析を行っているところである。まだ明確な知見を出すには至っていないが、新たに、大学生を対象とし、人生の語りとその意味づけ、抑うつ傾向や気分状態の変化を縦断的な面接調査によって捉えていく研究計画の立案まで行った。この点については今後の課題としたい。

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)

[学会発表] (計2件)

- ① 田上恭子, 大学生における抑うつと自伝的記憶—「今の自分」と「昔の自分」の違いに着目して—, 日本心理学会第73回大会, 2009年9月26日, 立命館大学(京都府)
- ② 田上恭子, 抑うつと自伝的記憶の社会的機能について, 第63回東北心理学会, 2009年6月20日, 弘前大学(青森県)

6. 研究組織

(1) 研究代表者

田上 恭子 (TAGAMI KYOKO)
弘前大学・教育学部・准教授
研究者番号：80361004

(2) 研究分担者

()

研究者番号：

(3) 連携研究者

()

研究者番号：