

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 27 年 6 月 8 日現在

機関番号：23401

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2013～2014

課題番号：25780419

研究課題名(和文) 抑うつ¹の要因とされる認知特性の適応的側面に関する研究

研究課題名(英文) Adaptive aspects of depressogenic cognitive traits

研究代表者

黒田 祐二 (KURODA, Yuji)

福井県立大学・学術教養センター・准教授

研究者番号：10375454

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 800,000円

研究成果の概要(和文)：本研究の目的は、抑うつ¹の要因とされる2つの認知特性(他者からの評価や優れた達成結果を重視する「抑うつスキーマ」と、出来事の原因・将来の結果・自分自身について悲観的に考えやすい「ネガティブな認知スタイル」)の適応的な側面について検討することであった。大学生を対象とした縦断調査の結果から、抑うつスキーマが良好な人間関係と達成結果を導くことが示された。そして、「認められたい」「成功したい」という強い欲求が抑うつスキーマを高めていることが示された。本研究は、2つの認知特性の内、抑うつスキーマに関しては適応的な働きがあることを示すと共に、それが環境適応上の必要性から形成される可能性を示唆している。

研究成果の概要(英文)：The purpose of this study was to investigate adaptive aspects of depressogenic cognitive traits (i.e., depressogenic schemas and depressogenic cognitive styles). The analyses of longitudinal data indicated that depressogenic schemas increase the frequency of positive interpersonal and achievement events and that need for approval and desire for success enhance depressogenic schemas. These results reveal adaptive functioning of depressogenic schemas. The findings also suggest that individuals have high dysfunctional attitudes because of their necessity for adaptations to their environment.

研究分野：心理学

キーワード：認知的脆弱性 抑うつスキーマ 非機能的態度 ネガティブな認知スタイル 抑うつ¹の推論スタイル
抑うつ 適応

1. 研究開始当初の背景

抑うつ認知理論には、2つの主要な理論がある。1つはBeck他(1979)の理論であり、もう1つはAbramson他(1989)の理論である。抑うつの根底的な要因として、Beck他(1979)の理論では「抑うつスキーマ」を、Abramson他(1989)の理論では「ネガティブな認知スタイル」を仮定する。抑うつスキーマとは「もし・・ならば、自分は～だ」(例：優れた成果を得られなければ、自分は失敗者と同じだ)「自分は・・せねばならない」(例：優れた成果を収めなければならぬ)といった形で表される、極端で固い信念を表す。他方、ネガティブな認知スタイルとは、ネガティブな出来事(例：悪い成績をとった)の原因を安定的・全般的要因に帰属し(例：自分に能力がないからだ)、その出来事に続く将来の結果を悲観的に考え(例：将来も悪い成績をとるかもしれない)、自己の特性を否定的に考える(例：自分に欠点があると考える)傾向を指す。抑うつスキーマやネガティブな認知スタイルは、青年期以前の発達段階で形成される認知傾向であり、時間的に安定したパーソナリティ特性としての側面をもつ。以下、抑うつスキーマとネガティブな認知スタイルをまとめてネガティブな認知特性(negative cognitive traits)と呼び、NCTと略す。

Beck他(1979)とAbramson他(1989)の理論では、NCTを持つ者が「ストレスフルな出来事を経験した時に」抑うつに陥ると仮定する(素因ストレスモデルを用いた説明)。Beck他とAbramson他(1989)の理論に関する実証的検討も、主にこの仮説に関して行われてきた。従って、これまでの研究は、NCTの非適応的な働きに着目し、NCTを持つ者がいかに非適応的であるかを説明、検証してきたといえる。

確かに、NCTを持つ者は、「ストレスフルな出来事が起こった時に」抑うつに陥りやすいであろう。しかしながら、このことは、彼らの生活史の一側面を表しているに過ぎず、NCTがもつ働きの一側面を表しているに過ぎない。彼らにとって、NCTを持ち続けることにどのような意味や理由があったのかと考えると、これまでの理論や研究が明らかにしてきたのとは異なるNCTの働きを予測することができる。

NCTは極端で固く悲観的な思考様式であるが故に、それを持つことで抑うつなど苦痛な状態に陥りやすくなる。このように「自らを苦しめる」ものであるNCTを、彼らはなぜ持ち続けるのであろうか。様々な理由が考えられるが、その1つとして次の理由が考えられる。第1に、環境適応上の必要性があったからではなかろうか。例えば、「優れた結果を出さなければならぬ」「いい人でなければならぬ」と考えたり(抑うつスキーマ)、「悪い成績(あるいは他者からの拒否)の原因は自分にある」と考えたり(ネガティブな認知スタイル)するのは、彼らが周囲の人々から

の承認を得たり、将来の失敗を回避(もしくは将来の成功を獲得)したりするために必要であったからではなかろうか。第2に、NCTはネガティブな結果(抑うつ)のみならずポジティブな結果ももたらすことがあるからではなかろうか。例えば、NCTを持つことにより実際に良好な人間関係を築けたり良い成績を収めたりすることができるために、それが維持・強化されているのではなかろうか。

2. 研究の目的

上記の論考に基づき、本研究は次の2点を明らかにすることを目的とする。なお、本研究では、「対人領域」と「達成領域」に分けて以下の検討を行う。

第1に、NCTが環境適応の必要性から形成されていることを明らかにするために、NCTの形成過程に承認欲求と達成動機が関与していると仮定し、「承認欲求 NCT」「達成動機 NCT」という影響を検証する。具体的な仮説は以下の通りである。

仮説1：承認欲求(拒否を避けたい、受容されたいという欲求)が対人領域のNCTを高めるであろう。

仮説2：達成動機(失敗を避けたい、成功を収めたいという動機)が、達成領域のNCTを高めるであろう。

第2に、NCTが実際にポジティブな結果をもたらすかどうかを検討する。Beck他(1979)とAbramson他(1989)の説明によると、NCTを持つ者は「ストレスフルな出来事を経験した(多い)時」に抑うつに陥るとされるが、「ストレスフルな出来事を経験していない(少ない)時」には抑うつに陥らないとされる。これまでの研究は「ストレスフルな出来事の多い」時のNCTの働きに注目してきたが、「ストレスフルな出来事の少ない時」に注目すると、NCTがポジティブな結果を導くことが予測される。具体的には以下の通りである。

まず、抑うつスキーマに関して、丹野(2001)は、「環境の変化に対応できない」認知傾向としながらも、「それ自体は適応的である」と述べている。具体的には、対人領域の抑うつスキーマを持つ者は、「人から好かれるように努力する」ため「普段の対人関係は適応的かもしれない」と述べている。同様に、達成領域の抑うつスキーマを持つ者は、「失敗しないように努力する」ため「普段は適応的である」と述べている(丹野, 2001, pp.21-22)。抑うつスキーマの定義内容を踏まえると、丹野の論考は理論的にも経験的にも納得できるものであり、特にストレスフルな出来事の少ない時に抑うつスキーマが良好な対人結果(例：他者から肯定的な反応)や達成結果(例：良好な成績)をもたらすと予測される。

次に、ネガティブな認知スタイルに関して、関連概念である悲観主義の研究において、「防衛的悲観主義」という、ポジティブな結

果をもたらす悲観主義について検討されている (Norem, 2001)。防衛的悲観主義とは、過去において高い成績を収めているにも関わらず、将来の自らのパフォーマンスをあえて悲観的に考え、失敗による自尊心の低下を防ごうとする認知方略である。先行研究から、このような認知方略を採用する者は準備や努力を怠らずに行動し、高いパフォーマンスを示すことが見出されている (荒木, 2008; 外山・市原, 2008)。これらの研究は、物事を悲観的に考えるからこそ、予想されるネガティブな事態に備えて積極的に行動し、それによって良い成績などのポジティブな結果をもたらされることを示している。ネガティブな認知スタイルにもこのような効果が見られる可能性があり、特にストレスフルな出来事の少ない時にそれが良好な達成結果や対人結果をもたらすと予測される。

これらの予測に基づき、本研究では以下の2つの仮説を検討する。

仮説3: 対人領域におけるNCTの高い者は、ストレスフルな対人出来事の多い時よりも少ない時に、良好な対人結果 (ポジティブな対人出来事) を多く経験するであろう。

仮説4: 達成領域におけるNCTの高い者は、ネガティブな達成出来事の多い時よりも少ない時に、良好な達成結果 (ポジティブな達成出来事) を多く経験するであろう。

また本研究では、仮説3と4におけるNCTとポジティブな出来事との関係が行動要因によって媒介されるかどうかを探索的に検討する。仮説は以下の通りである。

仮説5: 仮説3の「対人領域のNCT ポジティブな対人出来事」の関係は、親和的な対人行動によって媒介されるであろう。

仮説6: 仮説4の「達成領域のNCT ポジティブな達成出来事」の関係は、積極的な学習行動によって媒介されるであろう。

3. 研究の方法

全ての仮説の検討において、大学生を対象として質問紙法による縦断調査を行った。

(1) 仮説1と2の検討

参加者: 大学生 74 名 (この内欠損値のある大学生は分析から除外した)。

手続き: 最初の時点で承認欲求、達成動機、抑うつスキーマ、ネガティブな認知スタイルを測定し、4週間後に抑うつスキーマ、ネガティブな認知スタイルを測定した。分析には構造方程式モデリングを用い、最初の時点から4週間後の抑うつスキーマとネガティブな認知スタイルの増分を承認欲求と達成動機が予測するかどうかを検討した。

質問紙構成 承認欲求: 菅原 (1986) の尺度を用いた。本尺度は賞賛獲得欲求尺度 (項目例: みんなの人気者になりたい) と拒否回避欲求尺度 (項目例: 誰からも嫌われない) で構成される。5件法で、得点が高

いほど各欲求が強いことを表す。

達成動機: 山内 (1980) の達成関連動機測定尺度の下位尺度である HS (成功への願望) 尺度 (項目例: およそ自分の知っている誰よりも成功したい) と FF (失敗不安動機) 尺度 (項目例: テストを受ける前はとても心配する) を用いた。山内 (1980) の尺度では2件法で尋ねているが、本研究では個人差が明確になるように4件法で尋ねた。得点が高いほど各動機が強いことを表す。

抑うつスキーマ: 家接・小玉 (1999) の抑うつスキーマ尺度を用いた。本尺度は3つの下位尺度 (他者依存的評価、高達成志向、失敗不安) で構成される。この内、対人領域の抑うつスキーマとして他者依存的評価尺度 (項目例: 「もし他の人から嫌われたら、幸せにはなれない」「私はいい人でなければならない」) を、達成領域の抑うつスキーマとして高達成志向尺度 (項目例: 「もし自分に厳しくしないと、私は二流の人間になってしまう」「平凡な生き方では満足すべきではない」) を用いた。7件法で得点が高いほど抑うつスキーマが強いことを表す。

ネガティブな認知スタイル: 園田・藤南 (1995) の説明スタイル質問紙短縮版を用いた。本質問紙は、対人・達成領域のネガティブな出来事 (各領域3つの出来事) を提示し、それぞれの出来事について原因帰属、将来への影響、自己の特性を7件法で評定するものである。得点が高いほどネガティブな認知スタイルが強いことを表す。

(2) 仮説3と4の検討

参加者: 2回の調査共に参加した大学生 143 名 (この内欠損値のある大学生は分析から除外した)。

手続き: 最初の時点で抑うつスキーマ、ネガティブな認知スタイル、抑うつ (統制変数) を測定し、4週間後にポジティブな対人・達成出来事とストレスフルな対人・達成出来事を測定した。

分析手法: 仮説 (図3も参照のこと) を検討するために、多母集団同時分析を行った。

まず、ストレスフルな出来事の平均値を基準に、参加者をストレスフルな出来事が少ない (平均値より下の) 群と、多い (平均値より上の) 群に群分けした (以下、それぞれ「ストレス低群」「ストレス高群」とする)。そして、ストレス低群と高群で図3に示したモデルに違いがあるかどうかを検討した。具体的な手順は次の通りである。

まず、図3に示された全てのパス係数・共分散に両群で等値制約を置かない (パス係数・共分散の値は両群で異なるとする) モデル (モデル1) を作成し、両群のパス係数と共分散に有意差があるかどうかを検討した。仮説が正しければ、ストレス低群と高群の間で「NCT ポジティブな出来事」のパス係数に有意差が示されるであろう。次に、両群で有意差が示されたパス係数・共分散に等値制

約を置かず、かつ、有意差が示されなかったパス係数・共分散に等値制約を置くモデル（モデル2）を作成した。最後に、全てのパス係数・共分散に等値制約を置くモデル（モデル3）を作成した。モデル3は、ストレス低群と高群のパス係数・共分散の値は同じであるとするモデルである。そして、3つのモデルの比較をAICとBCCに基づいて行った。

パラメータの推定には最尤推定法を用い、データの分析にはAMOS19.0を用いた。なお、以上の分析においては、NCT及びポジティブな出来事との間に相関関係が予測される最初の時点の抑うつを統制した。

質問紙構成 抑うつスキーマとネガティブな認知スタイル：(1)で用いたものと同じである。

ポジティブな対人出来事：高比良（1998）の領域別ライフイベント尺度の短縮版から、対人ポジティブイベント尺度（15項目：例「人から信頼された」）を用いた。高比良（1998）の尺度の評定法は2件法（0.経験しなかった、1.経験した）であるが、本研究では出来事の経験頻度の個人差が明確になるように、4件法（0.なかった、1.まれにあった、2.時々あった、3.しばしばあった）を用いた。また、過去4週間に経験した頻度を尋ねた。

ポジティブな達成出来事：高比良（1998）の領域別ライフイベント尺度の短縮版から、達成ポジティブイベント尺度（15項目：例「試験、レポートで良い成績をとった」）を用いた。と同様に4件法を用い、過去4週間に経験した頻度を尋ねた。

ストレスフルな対人出来事：高比良（1998）の領域別ライフイベント尺度の短縮版から、対人ネガティブイベント尺度（15項目：例「人から無視された」）を用いた。と同様に4件法を用い、過去4週間の経験頻度を尋ねた。

ストレスフルな達成出来事：高比良（1998）の領域別ライフイベント尺度の短縮版から、達成ネガティブイベント尺度（15項目：例「試験、レポートで悪い成績をとった」）を用いた。と同様に4件法を用い、過去4週間の経験頻度を尋ねた。

抑うつ：自己評定式抑うつ尺度（SDS）の日本語版（福田・小林，1973）を用いた。4件法で得点が高いほど抑うつ状態が強いことを表す。

(3) 仮説5と6の検討

参加者：2回の調査共に参加した大学生143名（この内欠損値のある大学生は分析から除外した）。

手続き：最初の時点で抑うつスキーマ、ネガティブな認知スタイル、抑うつを測定し、4週間後に親和的対人行動、積極的学習行動、ポジティブな対人・達成出来事、ストレスフルな対人・達成出来事を測定した。

分析手法：仮説3・4の検討と同様の手法と手順を用いた。まずストレスフルな対人・達成出来事の経験頻度の平均値を基準に参

加者をストレス低群と高群に群分けし、多母集団同時分析を用いて仮説（ストレス低群と高群での「NCT 行動 ポジティブ出来事」のパス係数の違い）を検討した。また、分析では最初の時点の抑うつを統制した。

質問紙構成 親和的対人行動：本研究で新たに作成した（4項目：「相手に親切なことをした」「相手をほめた」「相手の話しを親身になって聞いた」「自分から積極的に声をかけたり挨拶したりした」）。過去4週間の頻度を4件法（1.なかった、2.まれにあった、3.時々あった、4.頻繁にあった）で尋ねた。

積極的学習行動：本研究で新たに作成した（7項目：「授業に積極的に出席した」「授業外でも一生懸命勉強した（例えば、予習・復習をした、教科書や参考書を読んだ、など）」「授業で大切だと思ったことは積極的にノートにとったりメモしたりした」「授業中、先生の話しをしっかりと聞いた」「学期末の試験やレポートに備えて準備した」「課題や発表などをする時、ミスしないように気をつけた」「授業中に、授業とは関係のないことをしていた（逆転項目）」）。この内、逆転項目の項目-全体相関が低かったため、これを除いた6項目で尺度を構成した。過去4週間の行動として当てはまる数字を4件法（1.いいえ、2.どちらかというといいえ、3.どちらかというとはい、4.はい）で尋ねた。

これら以外の質問紙は、(2)で用いたものと同じであった。

4. 研究成果

(1) 仮説1と2の分析結果

構造方程式モデリングの結果、対人領域の抑うつスキーマに対する賞賛獲得欲求からの正の有意なパス（図1）と、達成領域の抑うつスキーマに対する失敗不安からの負の有意なパス及び成功願望からの正の有意傾向のパス（図2）が示された。拒否回避欲求から抑うつスキーマへのパスと、拒否回避欲求・賞賛獲得欲求・失敗不安・成功願望からネガティブな認知スタイルへのパスに関しては有意な結果が示されなかった。

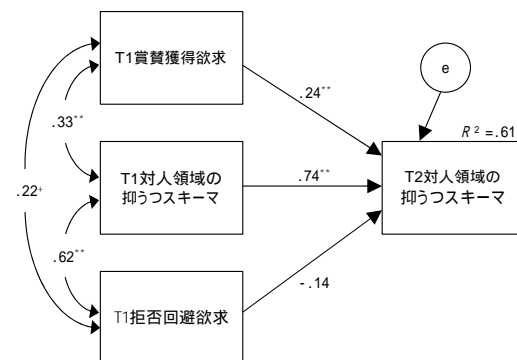


図1 承認欲求が対人領域の抑うつスキーマに与える影響
注) T1 = Time 1(第1回目時点), T2 = Time 2(第2回目時点), ** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$, パス係数は標準化係数を表し、双方向の矢印の数値は相関係数を表す。N = 69。

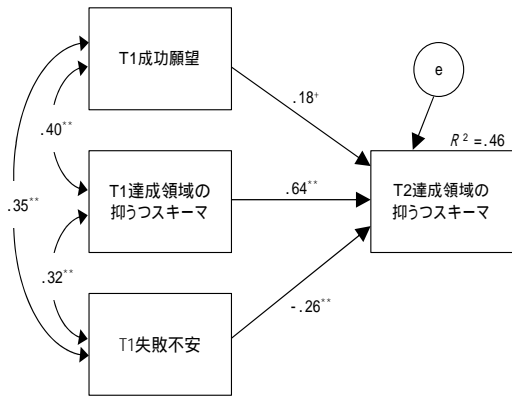


図2 達成動機が達成領域の抑うつスキーマに与える影響
 注) T1 = Time 1(第1回目時点), T2 = Time 2(第2回目時点). ** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$. パス係数は標準化係数を表し, 双方向の矢印の数値は相関係数を表す。N = 71。

(2) 仮説3と4の分析結果

仮説3を検討するために, まずモデル1(3の(2)の分析手法へ)を作成し, ストレス低群と高群でパス係数と共分散に差が見られるかどうかを検討した。その結果, 全ての値に関して有意な差が示されなかった。従ってモデル2は作成せず, モデル1とモデル3の比較を行った。AICとBCCの値はモデル1(AIC=40.00, BCC=43.27)よりもモデル3(AIC=28.35, BCC=30.48)の方が小さかったため, モデル3を採択した。

モデル3の結果を図3の上に示す。結果から, ストレスの少ない時も多い時も同様に, 抑うつスキーマがポジティブな対人出来事の影響頻度に正の影響を与え, ネガティブな認知スタイルはそれに影響を与えないことが示された。

仮説4を検討するために, まずモデル1を作成し, ストレス低群と高群のパス係数及び共分散の差を検討した。その結果, 仮説3の結果と同様に全ての値に関して有意差が示されなかった。従ってモデル2は作成せず, モデル1とモデル3の比較を行った。AICとBCCの値はモデル1(AIC=40.00, BCC=43.18)よりもモデル3(AIC=28.34, BCC=30.41)の方が小さかったため, モデル3を採択した。

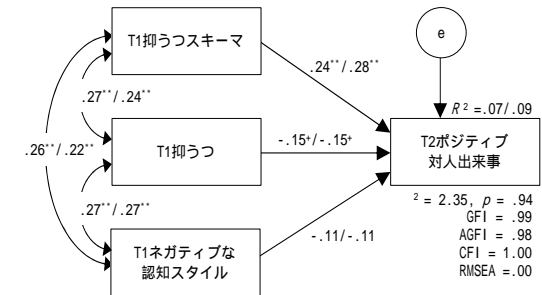
モデル3の結果を図3の下に示す。結果から, ストレスの少ない時も多い時も同様に, 抑うつスキーマがポジティブな達成出来事の影響頻度に正の影響を与える傾向にあり, ネガティブな認知スタイルはそれに負の影響を与える傾向にあることが示された。

(3) 仮説5と6の分析結果

まず仮説5の分析結果を論じる。仮説3の検討の結果, 対人領域におけるネガティブな認知スタイルからポジティブな対人出来事への有意なパスが示されなかったため, これを除いて仮説5を検討した。モデル1を作成し, ストレス低群と高群で図4の上に示されたパスモデルのパス係数と共分散に差が見られるかどうかを検討したところ, 全ての値に関して有意差が示されなかった。従ってモ

デル2は作成せず, モデル1とモデル3の比較を行った。AICとBCCの値はモデル1(AIC=

仮説3の結果



仮説4の結果

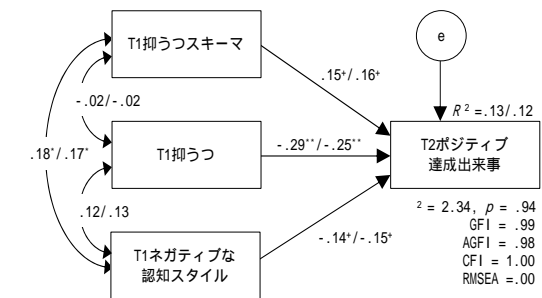


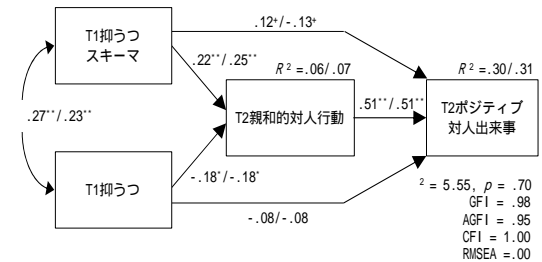
図3 仮説3と4に関する多母集団同時分析の結果

注) どちらの結果もパス係数と共分散に等値制約を課したモデル3の結果を表す。左側の数値はストレス低群の結果を, 右側の数値はストレス高群の結果を表す。パス係数は標準化係数を表し, 双方向の矢印の数値は相関係数を表す。仮説3の検討においてはN=143であり, 仮説4の検討においてはN=138であった。** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$, T1 = Time 1(第1時点), T2 = Time 2(第2時点)。

40.00, BCC=43.27)よりもモデル3(AIC=29.55, BCC=31.51)の方が小さかったため, モデル3を採択した。

モデル3の結果が図4の上に示されている。結果から, ストレスフルな対人出来事の少ない時も多い時も同様に, 抑うつスキーマが親和的対人行動を媒介してポジティブな対人出来事の影響頻度を高めることが示さ

仮説5の結果



仮説6の結果

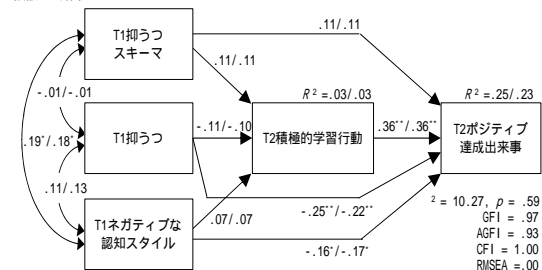


図4 仮説5と6に関する多母集団同時分析の結果

注) どちらの結果もパス係数と共分散に等値制約を課したモデル3の結果を表す。左側の数値はストレス低群の結果を, 右側の数値はストレス高群の結果を表す。パス係数は標準化係数を表し, 双方向の矢印の数値は相関係数を表す。仮説5の検討においてはN=143であり, 仮説6の検討においてはN=138であった。** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$, T1 = Time 1(第1時点), T2 = Time 2(第2時点)。煩雑さを避けるため誤差変数は省略した。

れた。

次に、仮説 6 の分析結果を論じる。まず、モデル 1 を作成し、ストレス低群と高群で図 4 の下に示されたパスモデルのパス係数と共分散に差が見られるかどうかを検討したところ、全ての値に関して有意差が示されなかった。従ってモデル 2 は作成せず、モデル 1 とモデル 3 の比較を行った。AIC と BCC の値はモデル 1 (AIC=60.00, BCC=65.96) よりもモデル 3 (AIC=46.27, BCC=49.84) の方が小さかったため、モデル 3 を採択した。

モデル 3 の結果が図 4 の下に示されている。結果から、抑うつスキーマ及びネガティブな認知スタイルが積極的学習行動を媒介してポジティブな達成出来事に影響するプロセスは示されなかった。

(4) 成果のまとめと意義

本研究の結果から、NCT の中でも抑うつスキーマが予測された以上に個人の適応に資する働きをすることが示された。また、この抑うつスキーマは、他者から認められる、成功を収めるといった環境適応上の必要性のために形成されている可能性が示唆される。以上のように、本研究は、NCT の非適応的側面に着目してきた従来の研究とは異なる知見を提供しており、NCT の適応的機能や形成プロセスの理解に貢献するものである。

5. 主な発表論文等

〔学会発表〕(計 2 件)

黒田祐二 抑うつ²の要因とされるネガティブな認知特性の適応的側面 2 - 対人領域におけるネガティブな認知スタイルに関する検討 - 日本教育心理学会第 56 回総会 2014 年 11 月 7 日 神戸国際会議場(兵庫県)

黒田祐二 抑うつ²の要因とされるネガティブな認知特性の適応的側面 1 - 対人領域における非機能的態度に関する検討 - 日本心理学会第 78 回大会 2014 年 9 月 10 日 同志社大学(京都府)

6. 研究組織

(1) 研究代表者

黒田 祐二 (KURODA, Yuji)

福井県立大学・学術教養センター・准教授
研究者番号：10375454