

ネガティブ・ポジティブスキーマが 反すうの内容に与える影響

○岡本恵里奈¹・武田知也²

(¹ 福山大学大学院人間科学研究科・² 福山大学人間文化学部心理学科)

目的

代表的な反すうの概念として、抑うつ反すうが挙げられ、「自己の抑うつ気分・症状や、その状況に陥った原因・結果について消極的に考え続けること」と定義される(長谷川・根建, 2011)。抑うつ反すうは、抑うつ症状の予測因子となることが示されている(長谷川・根建, 2011)。一方で、同じ反すうでも抑うつ症状を低減するポジティブ反すうに関する研究も行われている。ポジティブ反すうとは、「ポジティブな気分に対する自己及び症状に焦点を当てた反復的なポジティブな反応」と定義される(ME Hughes, 2008)。

抑うつ症状を増悪・低減させる抑うつ反すうとポジティブ反すうの違いとして、想起される思考内容が挙げられる。思考内容に影響するものとしてスキーマがある。スキーマとは、幼少期の体験などによって形成される信念や態度のことであり、自己に対するスキーマや他者に対するスキーマがある(Beck, A.T, 1976)。自己と他者に対するネガティブなスキーマはネガティブな思考内容、自己と他者に対するポジティブなスキーマはポジティブな思考内容と関連することが明らかとなっている(内田ら, 2012)。このことから、スキーマは反すうの内容にも影響している可能性がある。しかし、スキーマと反すうの関連は検討されていない。そこで本研究では、自己及び他者に対するネガティブ・ポジティブスキーマが抑うつ反すうとポジティブ反すうに与える影響について検討する。

方法

対象者 大学生 60名(男性 21名, 女性 39名, 平均年齢 19.0±1.0歳)を対象とした。

調査内容 ネガティブ・ポジティブスキーマは日本語版 JBCSS(山内, 2009)、ポジティブ反すうはポジティブな出来事の反芻尺度(合津, 2018)、抑うつ反すうは RRQ(高野・丹野, 2008)を用いた。

統計解析 変数間の関連を検討するため、ピアソンの相関分析を実施した。次に、説明変数を自己及び他者に対するネガティブ・ポジティブスキーマ、

目的変数を抑うつ反すう、ポジティブ反すうとした重回帰分析(ステップワイズ法)を行った。**倫理的配慮** 福山大学ヒト倫理部会の承認を得て実施した。

結果

ピアソンの相関分析の結果、自己ネガティブスキーマ、他者ネガティブスキーマと抑うつ反すうにはそれぞれ有意な正の相関が認められた($r = .43, p < .01, r = .34, p < .01$)。自己ポジティブスキーマと抑うつ反すうに有意な負の相関が認められた($r = -.46, p < .01$)。

Table1. 尺度間の相関係数

	自己PS	他者PS	自己NS	他者NS	PR	DR
自己PS	—					
他者PS	.21	—				
自己NS	-.32*	-.27*	—			
他者NS	-.03	-.25*	.47**	—		
PR	.09	.17	.18	.23*	—	
DR	-.46**	-.03	.43**	.34**	.40**	—

注) PS=Positive Schema, NS=Negative Schema, PR=Positive Rumination, DR=Depressive Rumination

** $p < .01, *$ $p < .05, +$ $p < .10$

目的変数を抑うつ反すうとした重回帰分析の結果、自己ポジティブスキーマ($\beta = -.45, p < .01$)と他者ネガティブスキーマの標準偏回帰係数が有意であった($\beta = .32, p < .01$)。一方で、目的変数をポジティブ反すうとした場合、自己及び他者に対するネガティブ・ポジティブスキーマの標準偏回帰係数は有意ではなかった(Table2)。

table2 抑うつ反すうを目的変数とした重回帰分析

	β	b	SE
自己PS	-0.45**	-1.06	0.26
他者NS	0.32**	1.31	0.44
R^2	0.32**		

** $p < .01, *$ $p < .05, +$ $p < .10$

考察

重回帰分析の結果から、自己ポジティブスキーマは抑うつ反すうを低減させ、他者ネガティブスキーマは抑うつ反すうを増悪させることが明らかになり、スキーマの内容が抑うつ反すうに影響することが示唆された。このことからスキーマをターゲットとした心理的介入を行うことで抑うつ反すうを低減させることができることが示唆された。