

# 説明スタイルの違いによる 抑うつと状態不安の変化

○谷和剛・小杉考司  
(山口大学教育学部)

## 目的

本研究では、説明スタイルの違いが抑うつと状態不安の変化に影響を与えるかどうかを検証する。本研究の仮説は次の三点である。仮説 1 は、説明スタイルが悲観的な者は、ストレスの高い経験をすると抑うつが高くなるが、楽観的な者は、抑うつが変化しない。仮説 2 は、楽しい経験をすると、説明スタイルが楽観的な者は抑うつが下がるが悲観的な者は抑うつが変化しない。仮説 3 は、ストレス反応として知られる状態不安も抑うつと同じ変化をする。以上の仮説を検証することを本研究の目的とする。

## 方法

調査参加者は大学生 28 名（男性 10 名，女性 18 名で，2 週間の期間をおいた縦断調査を 4 回行った。自己評価抑うつ尺度（SDS）と状態不安尺度を毎回使用した。その他使用した尺度は次の通りである。第 1 回調査 ・ 帰属スタイル質問紙  
第 2 回調査 ・ 特性不安尺度・ストレッサー尺度  
第 3 回調査 ・ Y 大学祭は楽しみか（5 件法）・ストレッサー尺度  
第 4 回調査 ・ 期末試験に対する不安（5 件法）・ストレッサー尺度。

## 結果

帰属スタイルの 4 つの下位次元とストレッサー尺度によって得られたストレッサー経験に対する評価を変数として階層的クラスター分析（ward 法）を行った。説明スタイルの下位次元とストレッサー経験の得点から，クラスター 1 を「負の出来事に対して楽観的説明スタイルを持つ低ストレッサー評価」群，クラスター 2 を「負の出来事に対して悲観的説明スタイルを持つ，低ストレッサー評価」群，クラスター 3 を「負の内在的（悲）・一時的（楽）・全体的（悲）説明スタイルを持つ，高ストレッサー評価」群と命名した。

次に，段階反応モデルを使ってスコアリングした SDS スコアを従属変数とし，調査日を独立変数とした GLMM 分析を行った。推定法はベイズ推定（MCMC）である。反復回数は 2000 回，うち半分をバーンイン期間とした推定を 2 セット行った。同様に，状態不安を従属変数にしたモデルも検証した。推定

した結果を Table 1 に示した。95% 信用区間がゼロを含まないので，統計的に有意であったといえる。また，クラスターごとの SDS の変化を Figure 1 に示した。

Table 1. 抑うつと状態不安の変化モデルの回帰係数の推定値

ランダム効果とした変数	
クラスター・個人・学年・性別	SDS 変化 = $0.491 \times$ 調査日 - 1.203
特性不安・個人・学年・性別	SDS 変化 = $0.478 \times$ 調査日 - 1.464
クラスター・個人・学年・性別	状態不安変化 = $0.744 \times$ 調査日 - 1.815
特性不安・個人・学年・性別	状態不安変化 = $0.741 \times$ 調査日 - 2.024

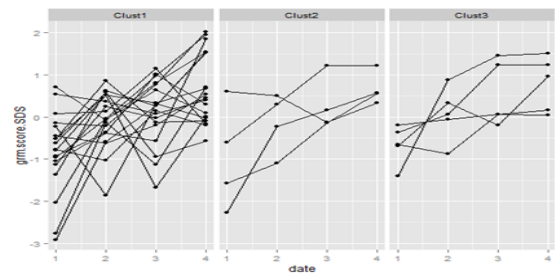


Figure 1. クラスターごとの抑うつの時系列的变化

## 考察

第 3 回調査（楽しい経験と考えられる祭りの直前）から第 4 回調査（ストレスの高い経験と考えられるテストの直前）にかけての抑うつの増加について，Figure 1 より，楽観群の増加は大きい悲観群の増加は小さいので，仮説 1 は支持されなかった。仮説 2 については，Table 1 より，全体的に時間の経過につれて抑うつ，状態不安は高くなっているため支持されなかった。次に，クラスター 3 において，第 3 回調査から第 4 回調査にかけて状態不安は上がっていたが，Figure 1 より，抑うつは上がっていない。しかし，クラスター 1 とクラスター 2 において，抑うつと状態不安は同じ変化をしたので仮説 3 は一部支持された。ストレッサーの種類によって，抑うつが状態不安に影響を及ぼすのか違ってくる可能性もあるので，検討の余地があると考えられる。

また，調査自体がストレスになった可能性があるため，調査回数を伝えずに行えば，最後の調査時に，調査が終わるというストレス軽減の影響を受けないと考えられる。