

抑うつ低減過程のメカニズム

—原因帰属理論を適用して—

服部 美保子

問題

本研究は、抑うつ低減メカニズムについて、特に原因帰属の観点から明らかにしようという目的で行なうものである。原因の内容が感情を規定するという見方は、抑うつ時に限らず、原因帰属理論の範疇から行動の説明をする場合に共通している。この立場からは、抑うつ時には帰属される原因が特定の偏りを有し、抑うつ自体も、こうした帰属の偏り、負の出来事の知覚やその重要性の程度の高さ、負の期待、自己に関する負の推論が原因で生じると考えられている (Abramson, Alloy & Metalsky, 1989)。ところで、基本的な情動が高められている状態である抑うつを帰属の観点から説明する場合、このような原因の次元や内容だけでは説明力が弱い点がある。例えば、抑うつ時には帰属の動機づけが高まるが (Kuhl, 1984; Flett, Pliner & Blankstein, 1989)、基本的な情動の高まっている状態では、偏り以外の帰属の変動も感情に寄与したり、帰属して生じた行動に予想した結果が生じず、意外、重要、または負の出来事が継続して原因帰属が刺激され、原因が解らないという認知が生じたり、あるいは帰属をしようにも生じた出来事がどうも不明確、納得いかない、従って帰属された原因も不明確、納得いかなかったり、対処しても解決しないためにそうした認知が継続することが考えられる。生じている事態への対処方法が未成立で抑うつを生じるとみれば、こうした認知が、原因の偏りと共に、またはそれ以上に抑うつ規定的であると考えられる。原因があれば尋ねられるということは、解らない原因を知り、かつ目標への到達への道具にしようと言う営みである (Weiner, 1986)。原因の明確納得認知が、抑うつ感情と帰属の有り様をしている、はないかという点を検証することにした。

研究1

【目的】抑うつ体験について、その最中の原因の明確納得認知と原因帰属、生起感情、及び調査時点での同体験での明確納得認知、原因帰属、生起感情について、抑うつが除かれている場合と継続している場合とで、各々の値の時点間の動きについて調べる必要がある。場面を越えた帰属スタイルについては、現実の体験では、抑うつレベルによる差異は殆ど見出だされていない。そこで、

ここでは個人の達成傾向文脈上という汎場面現実体験について、原因や情動の抽出分類を行ない、抑うつ継続の有無による、特定原因次元の偏りで表される帰属様式について、その情動の結びつきも含めた差異を調べ、対応する原因の明確納得認知との並行的な共変関係について情報を得、仮説の見通しを確認検討する。

【方法】大学生被験者に、感情については、Weiner (1986) にならった自由記述と自作リストによる再認を、原因帰属については自由記述とやはり再認を、原因の明確納得認知については項目評定を求めた。合わせて抑うつ体験継続の有無、帰属頻度評定を実施した。明確納得認知の予備評定は33名、本評定78名、原因帰属感情についての予備評定は4名 (大学院生)、本評定は107名 (33-4+78) に実施した。

【結果と考察】原因の明確納得認知については因子分析を、原因についてはKJ法の後、Weiner 3次元得点で再分類を、感情についてはPanksepp (1982) の基本的な情動を踏まえて分類を行なった。抑うつが除かれてくる場合の特徴を記す。原因が明確化し、納得するようになっており、また体験当時に原因が顕現化しており、原因の明確納得認知は、抑うつ低減を特徴づける変化をしており、抑うつ体験の主観指標との一致が見られた。帰属数は減少するが、頻度は変化していない。帰属の複数は、抑うつが除かれた場合の体験時のみで高く (cf. Flettら, 1989)、継続している人の帰属数は、除かれている人の現時点と変わらない。多数帰属したという人の方が、抑うつから抜け出していると認識している、という結果である。個別次元得点では、統制可能な方向への大きな変化と、内的な方向への小変化が見られた。統制可能性次元について、抑うつ偏りが見られると言い換えられる。明確納得認知と感情と原因帰属との関係で見ると、納得性が高くなると、不安や怒りの全感情に占める割合が減少し、正感情が高くなっている。またここで怒りが減少するとき統制可能になっている。原因の明確性顕現性は、抑うつが除かれている人は、体験中は高いと表明しているが、抑うつが除かれた後では、継続している場合と比べて大きな差はなく、悲しみや驚きも同様である。悲しみは、怒りのように抑うつ帰属様式と結びついていない。怒りは抑うつと解除を分けるが、

悲しみは、解除されている場合の体験当時で高く、継続している場合と解除されている場合の現時点とで差が見られない。体験が続いているという意識と、悲しみの感情とは、怒りの感情ほどには結びつきが見られなかった。次元得点総和で見ると、抑うつ時の帰属は、能力や性格等特定原因要因に代表されるものではない。抑うつが除かれている場合は、総和が適応的な努力不足的帰属であった。ただ抑うつから除かれている方が不安定帰属でなく、努力不足帰属と解釈することには疑念がある。具体的な原因内容のまとまりを吟味する必要がある。そこで、実際の原因次元得点と感情得点とを合わせて、2通りに因子分析し、一つは2時点間での、原因内容の変化に基づく次元得点変化、一つは同じ内容の原因に関する2時点間への次元得点変化、で見てみた。その結果、不安、怒りでは、抑うつ時の最中の方が適応的帰属と結びついており、個々の原因次元得点は抑うつと関係は見られなかった。抑うつをよく表すと考えられる悲しみの感情でも、統制可能性次元は抑うつ時の指標としては機能していなかった。正期待感情は、抑うつが除かれているほうが適応的に帰属しているか次元得点に差が見られないかであり、意外、驚きの感情では抑うつ中の方が適応的な帰属であって、期待や驚きの感情と結びついた原因の方が抑うつ時の帰属と結びついていた。一部過去か現在かで、帰属の構えが異なるという要因が効いている場合も見られたが、感情は原因次元や測定時期のみによって規定されているのではないと判断された。負感情と適応的帰属、正、期待、及び意外驚きと不適応帰属とが結びついているということは、実際に帰属を行なうときに、負感情から適応的帰属が誘発され、正感情を持つと負の結果に備えるというバランスが作用する可能性を示唆している。いずれにせよ、負の出来事にも正負の感情が生起して、不適応、及び適応帰属が、基本的情動と結びついてなされている可能性の検証は必要である。ここではまず、明確納得認知が抑うつ時の帰属の偏りや再生バイアス以上に、抑うつ時の帰属や感情を規定するのではないかという点から検証することにした。

研究2

【目的】質問法により、抑うつが原因次元の偏りによって規定されることに加え、原因の明確納得認知が、抑うつ時の原因帰属、それと結びついた感情の生起を規定している可能性について、相関法により因果関係を検証す

る。

【方法】研究1で得られた情報をもとに、個人の達成傾向文脈に沿って、明確納得認知、原因帰属、感情について、体験時と最近という指示で、同一内容で平行して評定を求め、それぞれについて2時点間での差得点を求めて因子分析し、因子ごとの相関、パス解析、ならびに明確納得認知要因の組合せセル間での現実の生起感情や帰属の比較を行なった。被験者は、大学1、2年生227名である。

【結果と考察】明確納得認知は、明確、不可解、探索、原因は、外在、自力統制不可能、感情は、正、抑うつ、怒り、恐れ、驚きの因子にそれぞれ分かれた。原因が明確で不可解でなくなると正感情が増し、明確になると原因は外在寄りに、不可解でなくなると自力統制可能寄りになる。これは適応的帰属と言え、正感情と同時に規定されている。不明確になると抑うつ感情も増し、不可解になると抑うつや恐れ怒り驚きが増す。これらはほぼ、内在寄り、自力統制不可能寄り（不適応的と言える）帰属と同時に規定される。原因が感情を規定していたのは、外在と恐れと驚き、自力統制不可能と驚きの場合で、他のパスは見出されなかった。明確不可解の変化の組み合わせで感情と原因の結びつきもほぼ規定され、帰属の偏りが抑うつを規定する度合いよりも大きい。また明確不可解な場合の抑うつと不明確不可解な場合の抑うつでは、同じ抑うつで後者の方がより内在的で自力統制不可能で正感情が低めで、hopelessness 性抑うつに近いと考えられる。

総括的討論

帰属の偏りよりも、原因の明確納得認知の兼ね合いで帰属と感情が規定され、同時に正感情が適応的帰属、負感情が不適応的と決め得るものでもないことが示され、研究1の原因と感情との結びつきの結果にも一つの根拠を与えている。明確納得認知については、より洗練された指標にしてゆくことも必要であるが、抑うつを中位困難度課題に直面して解決にてこずっている状態と見ることにより、「個人の達成傾向課題」に的を絞った介入を考えることが可能になる。この状態では誰も不確実指向（Sorrentino & Short, 1986）的にならざるを得ない。主観的な成功確率が、安定した能力帰属を伴わずに、一時的に適切な水準でなくなっていると考えられる。