

## 抑うつ状態の大学生および専門学校生の認知的・行動的特徴

庄司文仁<sup>1</sup>・堀内 聡<sup>2</sup>・青木俊太郎<sup>3,4</sup>

### Cognitive and Behavioral Characteristic in College and Vocational School Students with a Depressive State

SHOJI Fumihito, HORIUCHI Satoshi, AOKI Shuntaro

本研究は、抑うつ状態の大学生および専門学校生の認知的・行動的特徴を明らかにすることを目的とした。The Center for Epidemiologic Studies Depression Scale (CES-D) 日本語版の得点が16点以上の学生を抑うつ状態にある学生と定義した。抑うつ状態の大学生および専門学校生の209名(男性70名、女性139名、平均年齢19.69 ± 2.13歳)が研究に参加した。研究参加者は、認知的特徴として抑うつスキーマ(ネガティブな信念)、行動的特徴としてBehavioral Inhibition System (BIS; 望ましくない刺激や罰から遠ざけようと行動を抑制・回避するシステム)およびReward Responsiveness (RR; 報酬への感受性)に関する質問票に回答してもらった。クラスター分析の結果、認知の歪み・能動的回避傾向群、行動活性群、報酬反応低群、認知の歪み・受動的回避傾向群、認知の歪み低群の5つの群が見出された。認知の歪み・受動的回避傾向群は、他の4群と比較して、CES-D得点が高かった。よって、抑うつ状態の大学生の認知的・行動的特徴は一律ではなく、多様であることが示唆された。

キーワード: 抑うつ 大学生 抑うつスキーマ Behavioral Inhibition System Reward Responsiveness

This study aimed to identify cognitive and behavioral characteristics in college and vocational school students with a depressive state. In the study, a student is defined to exhibit a depressive state if s/he scores 16 or higher on the Japanese version of the Center for Epidemiologic Studies Depression (CES-D) scale. Two hundred and nine college and vocational school students participated in this study. The participants completed paper-based questionnaires on depressed schema (negative beliefs), Behavioral Inhibition System (BIS; a system that suppresses and avoids actions to prevent undesirable stimulation and punishment), and Reward Responsiveness (RR; susceptibility to reward). The following five clusters were extracted from the results of the cluster analysis: Distorted Cognitive/Active Avoidance Tendency, Behavioral Activation, Low Reward-Responsiveness, Distorted Cognitive/Passive Avoidance Tendency, and Low Distorted Cognitive tendency. Distorted cognitive/passive avoidance tendency scored higher on the CES-D than the other clusters. Therefore, the results suggested that cognitive and behavioral characteristics of college students in a depressive state are not uniform and vary in terms of their cognitive and behavioral tendencies.

Keywords: depression, college and vocational school students, depressed schema, behavioral inhibition system, reward responsiveness

<sup>1</sup> 岩手県立大学社会福祉学研究科

<sup>2</sup> 岩手県立大学社会福祉学部

<sup>3</sup> 北海道医療大学大学院心理科学研究科

<sup>4</sup> 日本学術振興会特別研究員

## I. はじめに

近年、臨床心理学では、抑うつに関する研究が盛んに行われている。抑うつとは、抑うつ気分、抑うつ症候群、およびうつ病の3つを指しうる言葉（坂本, 1997）である。抑うつ気分とは、減入った気分のことであり、一時的あるいは、持続的に生じている気分である。抑うつ症候群は誰しもが経験しうる、抑うつ気分とそれに伴って生じやすい症状の集まりである。例えば、興味の喪失や易疲労性などが挙げられる。うつ病とは、抑うつ症候群が一定期間持続するために機能障害が起きる精神疾患である（American Psychiatric Association, 2013）。本研究では、抑うつを抑うつ症候群という意味で用いる。

大学生にとって抑うつ改善は重要な課題である。例えば、抑うつが強い大学生はそうでない大学生と比較して、学業成績が低下している（森山・杉本・谷・五十嵐, 2011）。また、抑うつが強いほど、うつ病の罹患リスクが高まることも指摘されている（Cuijpers & Smit, 2004）。したがって、大学生の抑うつを低減するために効果的なアプローチを行っていく必要がある。

ところで、抑うつに対するアプローチの一つに、認知行動療法がある。認知行動療法とは、行動や認知の問題に対して、効果的な認知的・行動的技法を用いて問題の改善をはかるアプローチの総称である（坂野, 2011）。抑うつを生起させる、認知的・行動的要因に関しては、様々な理論が提唱されている。したがって、抑うつが多様なニーズに合わせた認知行動療法を行う上で、抑うつを生起させる認知的・行動的要因を理解することには意義がある。

抑うつと関連のある認知的要因には抑うつスキーマ、行動的要因には Behavioral Inhibition System（以下、BIS とする）および Reward Responsiveness（以下、RR とする）がある。抑うつスキーマとは、個人がもつ、一貫したネガティブな信念である（Beck, Rush, Shaw, & Emery, 1979）。抑うつスキーマは、認知の歪みモデルで仮定されている概念であり、抑うつスキーマを持っている人が、何らかのストレスを経験すると抑うつが強くなるとされている（Beck et al., 1979）。ストレスとは、身体的あるいは心理的に影響を及ぼす状況や刺激のことである（Spielberger, Gonzalez, Taylor, Anton, Algaze, Ross, & Westberry, 1979）。BIS は、不快な出来事や罰を

受けないように行動を抑制・回避するシステムである（Gray & McNaughton, 2000）。BIS が高い人は、低い人と比較して、不快な出来事に対し、行動をしないことで回避する受動的回避を行いやすい（Gray & McNaughton, 2000）。RR とは、報酬への感受性のことである（高橋・山形・木島・繁樹・大野・安藤, 2007）。RR が低い人は、報酬となるような刺激を感じられず、抑うつが強まる（Gable, Reis, & Elliot, 2000）。Amodio, Master, Yee, & Taylor (2008) によれば、BIS と RR が同時活性化すると、能動的回避につながりやすい。能動的回避とは、罰を避けるための行動を学習し、その行動を行うことである。受動的回避および能動的回避はともに回避行動であるため、結果として、抑うつが強まることが指摘されている（Gray & McNaughton, 2000; Amodio et al., 2008）。

高垣・岡島・坂野（2012）は、抑うつスキーマ、BIS、および RR を用いて、大学生の分類を試みた。クラスター分析の結果、認知の歪み・受動的回避傾向群、報酬反応低群、認知の歪み低群、行動活性群、および認知の歪み・能動的回避傾向群という5つの群が見出された。認知の歪み・受動的回避傾向群は、抑うつスキーマが強く、BIS が高く、RR が低いといった認知の歪みと受動的回避が顕著な群である。報酬反応低群は、RR のみが著しく低いといった、報酬への感受性が低い群である。認知の歪み低群は、抑うつスキーマのみが弱く、認知の歪みが弱い特徴の群である。行動活性群は、抑うつスキーマおよび BIS が弱く、RR 得点のみが高いといった、行動活性を示す群である。認知の歪み・能動的回避傾向群は、抑うつスキーマ、BIS、および RR の全てが高く、認知の歪みが見られ、かつ BIS および RR の同時活性化による能動的回避を示す群である。

そして、高垣他（2012）は、これら5つの群の間で抑うつ強さを比較した。その結果、認知の歪み・受動的回避傾向群は他の群と比較して抑うつが最も強かった。報酬反応低群、認知の歪み低群、認知の歪み・能動的回避傾向群はそれぞれ同じ抑うつ強さであり、5つの群の中でも中程度の強さであった。行動活性群は他の群と比較して抑うつが最も弱かった。認知の歪み・受動的回避傾向群は最も抑うつが強かったことから、抑うつが強い大学生では、高垣他（2012）が見出した群は再現されず、認知の歪み・

受動的回避傾向群のみが見出される可能性がある。

しかし、高垣他（2012）では、抑うつ弱い大学生も対象に含まれている。そのため、抑うつ強いの大学生のみを対象とした検討は行っていない。よって、抑うつ強いの大学生のみを対象とした場合でも、高垣他（2012）が見出した異なる認知的・行動的要因に特徴づけられる5つの群が同様に見出されるのか否かを明らかにする必要がある。この点を明らかにすることは、大学生の認知的・行動的特徴の理解が増すことになるだろう。

本研究の目的は、抑うつ強いの大学生のみを対象とした場合でも、高垣他（2012）が見出した異なる認知的・行動的要因によって特徴づけられる5つの群が同様に再現されるのか否かを明らかにすることである。なお、本研究では、抑うつ状態の大学生を操作的に The Center for Epidemiologic Studies Depression Scale 日本語版（CES-D; 島・鹿野・北村・浅井, 1985）のカットオフ得点である16点以上の者とした。

## II. 方法

### 1. 研究対象者

調査は東北地方にある公立大学1校、専門学校1校、および九州地方にある私立大学1校で行われた。大学生257名および専門学校生218名から回答を得た。このうち回答に不備が認められなかったのは大学生244名、専門学校生210名の計454名（男性178名、女性276名、平均年齢19.53 ± 1.61歳）であった。この中からCES-D（島他, 1985）の得点が16点以上の計209名（男性70名、女性139名、平均年齢19.69 ± 2.13歳）を分析対象とした。研究対象者の主な専攻は、文学（25.8%）、人間関係学（15.3%）、社会福祉学（7.2%）、作業療法（18.2%）、理学療法（17.2%）であった。

### 2. 研究手続き

調査は主に一斉方式で行ったが、一部は縁故法により個別で行った。一斉方式では講義担当者の許可を得たうえで、大学および専門学校の講義後に調査用紙を配布し、その場で回収した。その際、研究の主旨を紙面で説明した上で、研究協力について口頭で同意を得た。縁故法で配布した場合は、まず本研究の趣旨、本研究は任意であること、個人情報保護されること、研究実施担当者の連絡先について、

十分に説明した。その上で調査用紙を配布し、その場で回収した。

### 3. 調査内容

フェイスシート 性別、年齢、学年、および学部について尋ねた。

以下、4つの変数を説明する。

**抑うつ CES-D**（島他, 1985）は、抑うつ強さを測定する尺度である。この尺度には、わずらわしさやゆううつさなどに関する20項目が含まれている。回答は、“ない”（A）から“5日以上”（D）までの4件法である。CES-D日本語版は、島他（1985）によって高い信頼性と妥当性を有することが確認されている。得点が高いほど、抑うつが強い。

**抑うつスキーマ** 日本語版 Dysfunctional Attitude Scale-24（DAS-24; Tajima, Akiyama, Numa, Kawamura, Okada, Sakai, Miyake, Ono, & Power, 2007）は、抑うつスキーマを測定する尺度である。この尺度には、“他の人に嫌われたら、人は幸せではありえない”などの24項目が含まれる。回答は、“全くそう思わない”（1）から“完全にそう思う”（7）までの7件法で行う。日本語版 DAS-24 は、Tajima et al. (2007) によって高い信頼性と妥当性を有することが確認されている。得点が高いほど、抑うつスキーマが強い。

**BIS/RR** Behavioral Inhibition System/Behavioral Activation System 尺度日本語版（高橋他, 2007）は、行動回避の傾向と報酬の感受性を測定する尺度である。本研究では、高垣他（2012）を基に BIS および RR の下位尺度のみを用いた。BIS 下位尺度は、“私は間違いを犯すことを心配している”などの7項目、RR 下位尺度は“競争に勝ったら、私は興奮するだろう”などの4項目が含まれる。回答は、“当てはまらない”（1）から“当てはまる”（4）までの4件法で行う。BIS の得点が高いほど、罰への回避傾向が強く、RR の得点が高いほど報酬への感受性が強い。

**ストレスサー** 大学生用日常生活ストレスサー尺度（ストレスサー; 嶋, 1999）は、大学生が日常経験し得るストレスサーの頻度を測定する尺度である。この尺度には、“他人から失望させられたこと”などの32項目が含まれる。回答は、“経験しない・感じない”（0）から“とても気になった”（4）の5件法である。大学生用日常生活ストレスサー尺度

は、嶋（1999）によって、高い信頼性と妥当性を有することが確認されている。得点が高いほど、ストレッサーを多く経験している。

#### 4. 分析方法

研究対象者の各変数の平均得点と標準偏差を算出した。相関係数の解釈は、 $|r| \geq .10$  で弱い相関、 $|r| \geq .30$  で中程度の相関、 $|r| \geq .50$  で強い相関とした（Cohen, 1988）。

抑うつスキーマ、BIS、およびRRの組み合わせから、抑うつと関連のある要因を明らかにするため、クラスター分析を行った。DAS-24得点、BIS得点、およびRR得点を標準得点に換算し、標準得点を用いたK-means法、Qモードによるクラスター分析を行った。本研究では、高垣他（2012）が見出した群を追試するため、初めからクラスター数を5に設定した。

見出された群の抑うつ得点に差があるのかを検討するために、見出された群を独立変数、抑うつと関連のある性別（今野・鈴木・大嶽・降旗・高橋・兼板・大井田・内山, 2010）とストレッサー（森・丹野, 2013）を共変量、抑うつを従属変数とする1要因共分散分析を行った。

### III 結果

#### 1. 記述統計量と相関分析

表1に各変数の平均得点、標準偏差、および各変数間の相関係数を算出したものを示す。CES-DとRR ( $r=-.14, p<.05$ ) では弱い負の相関、DAS-24とRRおよびBIS ( $r=.18-.28, p<.01$ ) の間には弱い正の相関が示された。また、CES-DとDAS-24、ストレッサー、およびBIS ( $r=.31-.45, p<.01$ )、DAS-24とストレッサー ( $r=.30-.32, p<.01$ )、ストレッサーとBIS ( $r=.30, p<.01$ ) の間には中程度の正の相関が示された。

表1 各尺度の平均、標準偏差、および尺度間の相関係数

	Mean	SD	1.	2.	3.	4.	5.
1. 抑うつ	24.67	6.90	-				
2. 抑うつスキーマ	96.81	17.56	.34**	-			
3. ストレッサー	55.46	19.06	.45**	.32**	-		
4. BIS	22.09	3.99	.31**	.28**	.30**	-	
5. RR	12.31	2.21	-.14*	.18**	-.00	.04	-

注) BIS: Behavioral Inhibition System, RR: Reward Responsiveness.  
\* $p<.05$ , \*\* $p<.01$ .  
 $n=209$

#### 2. クラスター分析

クラスター分析の結果を図1に示す。高垣他（2012）が見出したものとほぼ一致した。しかし、クラスター3の解釈においては、抑うつを強めているものに言及した。

クラスター1は、DAS-24得点、BIS得点、およびRR得点がすべて高かった。よって、クラスター1は認知の歪み・能動的回避傾向群と命名した。クラスター2は、DAS-24得点は平均程度だが、BIS得点が低く、RR得点が高かった。したがって、クラスター2は、行動活性群と命名した。クラスター3は、DAS-24得点、BIS得点、およびRR得点が低かったが、RRが低いことは、報酬への感受性が乏しいことを意味するため、報酬反応低群と命名した。クラスター4は、DAS-24得点およびBIS得点が高く、RR得点が低かった。よって、クラスター4は、認知の歪み・受動的回避傾向群と命名した。クラスター5は、DAS-24得点が顕著に低かった。よって、クラスター5は、認知の歪み低群と命名した。

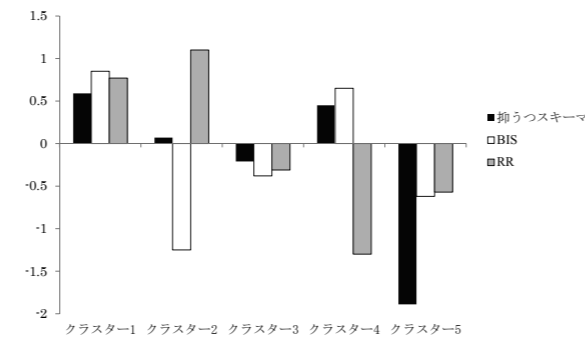


図1 クラスター分析の結果。  
注) BIS: Behavioral Inhibition System, RR: Reward Responsiveness, クラスター1: 認知の歪み・能動的回避傾向群, クラスター2: 行動活性群, クラスター3: 報酬反応低群, クラスター4: 認知の歪み・受動的回避傾向群, クラスター5: 認知の歪み低群。

#### 3. 抑うつの群差の検討

1要因共分散分析の結果（表2）、群の主効果が有意であった ( $F(4, 208) = 7.06, p<.001$ )。Bonferroniの多重比較の結果、認知の歪み・受動的回避傾向群は他の群と比較してCES-D得点が有意に高かった ( $p<.05$ )。認知の歪み・能動的回避傾向群、行動活性群、報酬反応低群、認知の歪み低群はCES-D得点において有意な差は認められなかった。

表2 各クラスターの抑うつ得点

	認知の歪み・能動的回避傾向群	行動活性群	報酬反応低群	認知の歪み・受動的回避傾向群	認知の歪み低群
抑うつ得点	26.18(6.88) <sup>b</sup>	21.96(6.78) <sup>b</sup>	22.88(5.84) <sup>b</sup>	30.03(7.11) <sup>a</sup>	21.15(3.53) <sup>b</sup>

注) 数値は平均(標準偏差)を示す、右肩のアルファベットの違いは抑うつ得点に有意な差があることを示す ( $p<.05$ )。

#### IV. 考察

本研究の目的は、高垣他（2012）が示した認知的・行動的要因によって特徴付けられる5つの群が、抑うつ状態の大学生のみを対象とした場合でも同様に再現されるのか否かを明らかにすることであった。本研究の結果、認知の歪み・能動的回避傾向群、行動活性群、報酬反応低群、認知の歪み・受動的回避傾向群、および認知の歪み低群という、高垣他（2012）が示した5つの群が見出された。認知の歪み・能動的回避傾向群は、認知の歪みが見られ、かつ不快な出来事から、行動を行うことで回避しようとする特徴を持つ者である。行動活性群は、不快な出来事にも回避せず、積極的に行動する特徴を持つ者である。報酬反応低群は、報酬に対する感受性が乏しいという特徴を持つ者である。認知の歪み・受動的回避傾向群は、認知の歪みが見られ、かつ不快な出来事に対して、何も行動せず回避する特徴を持つ者である。認知の歪み低群は、認知の歪みが見られないという特徴を持つ者である。これら5つの群は高垣他（2012）と一致しており、抑うつの強さに関係なく、一貫して見出されることが明らかとなった。

しかし、各群の間で抑うつの強さを比較した結果、高垣他（2012）とは一部異なる結果となった。高垣他（2012）が示した行動活性群は、5つの群の中でも最も抑うつが弱かった。しかし、本研究では、認知の歪み・能動的回避傾向群、報酬反応低群、および認知の歪み低群と同程度の強さであった。これは本研究において、抑うつの弱い人は除かれたため、行動活性群の特徴を持つ者の中でも抑うつの強い人だけが残り、一つのクラスターが見出された可能性がある。また、行動の頻度が多くても、本人が望む行動ではなかったり、快感情を伴う行動ではなかったりすると、抑うつは改善しない（Martell, Addis, & Jacobson, 2001; 伊藤・松見, 2010）。したがって、本研究の行動活性群は、行動の頻度は多いものの、本人が望む行動をしていない、あるいは快感情

が随伴していない行動をしているといった者である可能性が考えられる。そのため、行動活性群は一概に抑うつが弱い認知的・行動的特徴ではないことが明らかとなった。

一方、抑うつの強さを比較した結果、高垣他（2012）と一致した結果がある。それは、認知の歪み・受動的回避傾向群が他の群と比較して抑うつが強かったことである。また、回避行動の形態の異なる認知の歪み・能動的回避傾向群よりも、認知の歪み・受動的回避傾向群は、抑うつが強いという結果も、高垣他（2012）と一致している。受動的回避は行動を起こさずに回避し、能動的回避は、行動を起こして回避するといった違いがある。本研究および高垣他（2012）より、受動的回避は、より抑うつを強める回避行動であることが明らかとなった。よって、認知の歪み・受動的回避傾向群は、最も抑うつを強める認知的・行動的特徴である可能性が考えられる。以上のことから、抑うつ状態の大学生でも認知的・行動的要因による特徴は一律ではなく、異なる特徴を持つ群が存在することが明らかとなった。よって、抑うつを強めている認知的・行動的特徴に対してどのようなアプローチが適しているのかを考える必要があるだろう。

本研究の課題として、本研究は一時点のみの横断的研究であった。したがって、本研究で見出された5つの群が、その後も同様に見出されるかは不明である。したがって、縦断的研究を行うことで、今回見出された5つの群がその後も見出されるのか、また抑うつの強さを維持する結果となるのかを明らかにする必要があるだろう。

#### 引用文献

American Psychiatric Association. 2013 Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). Washington, DC: American Psychiatric Association. アメリカ精神医学会 高橋 三郎・大

- 野 裕 (監訳) 2014 DSM-5 精神疾患の診断・統計マニュアル 医学書院
- Amodio, D. M., Master, S. L., Yee, C. M., & Taylor, S. E. 2008 Neurocognitive components of the behavioral inhibition and activation systems: Implications for theories of self-regulation. *Psychophysiology*, 45, 11-19.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. 1979 *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford Press.
- Cohen, J. 1988 *Statistical power analysis for the behavioral science*. 2nd ed. New York: Academic Press, pp.273-405.
- Cuijpers, P., & Smit, F. 2004 Subthreshold depression as a risk indicator for major depressive disorder: A systematic review of prospective studies. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 109, 325-331.
- Gable, S. L., Reis, H. T., & Elliot, A. J. 2000 Behavioral activation and inhibition in everyday life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 1135-1149.
- Gray, J. A., & McNaughton, N. 2000 *The Neuropsychology of anxiety*. 2nd ed. New York: Oxford University Press.
- 今野千聖・鈴木正泰・大崎公一・降籙隆二・高橋 栄・兼板佳考・大井田 隆・内山 真 2010 日本在住一般成人の抑うつ症状と身体愁訴 日本女性心身医学会雑誌, 15, 228-236.
- 伊藤 直・松見淳子 2010 抑うつ行動理論に基づく快活動報告と気分との関係—日記法による検討 パーソナリティ研究, 19, 65-67.
- Martell, C. R., Addis, M. E., & Jacobson, N. S. (2001). *Depression in Context: Strategies for Guided Action*. New York: W.W.Norton & Company, Inc.
- 森 正樹・丹野義彦 2013 抑うつとストレスの関連に対する省察の調整作用 パーソナリティ研究, 22, 189-192.
- 森山雅子・杉本英晴・谷 伊織・五十嵐素子 2011 女子学生の学業成績に抑うつと睡眠 - 覚醒パターンが与える影響 精神医学, 53, 257-262.
- 坂本真士 1997 自己注目と抑うつ社会心理学 東京大学出版会
- 坂野雄二 2011 認知行動療法 中島義明・安藤清志・子安増生・坂野雄二・繁榊算男・立花・政夫・箱田裕司 (編) 心理学辞典 有斐閣 pp.663-664.
- 嶋 信宏 1999 大学生用日常生活ストレス尺度の検討 中京大学社会学部紀要, 14, 69-83.
- 島 悟・鹿野達男・北村俊則・浅井昌弘 1985 新しい抑うつ性自己評価尺度について 精神医学, 27, 717-723.
- Spielberger, C. D., Gonzalez, E. P., Taylor, C. J., Anton, W. D., Algaze, B., Ross, G. R., & Westberry, L. G. 1979 *Preliminary manual for the test anxiety inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- 高垣耕企・岡島 義・坂野雄二 2012 大学生の認知行動的特徴と抑うつ症状の変化との関連性—スキーマと行動の選択要因に焦点を当てて パーソナリティ研究, 21, 63-73.
- 高橋雄介・山形伸二・木島伸彦・繁榊算男・大野 裕・安藤寿康 2007 Gray の気質モデル—BIS/BAS 尺度日本語版の作成と双生児法による行動遺伝学的検討 パーソナリティ研究, 15, 276-289.
- Tajima, M., Akiyama, T., Kawamura, Y., Okada, Y., Sasaki, Y., Miyake, Y., Ono, Y., & Power, M. J. 2007 Reliability and validity of the Japanese version of the 24-item dysfunctional attitude scale. *Acta Neuropsychiatrica*, 19, 362-367.