

論文の内容の要旨

論文題目 うつ病・抑うつについての援助要請に関する実証的研究
——認知的要因に注目して——

氏名 梅垣佑介

第1部 問題設定

「うつ病 100 万人時代」と言われる現代において、うつ病・抑うつは多くの人を苦しめる非常に深刻な問題であり、その社会的な影響も甚大である。うつ病・抑うつに対し様々な治療方法や心理社会的援助技法が開発され、一定の効果を示しているが、多くの人々が治療・援助を受けられていないというサービス・ギャップが存在する。必要な人に適切な治療・援助を適切なタイミングで提供するという援助資源マッチングの第一歩として、援助要請行動を促進することでサービス・ギャップを埋め、うつ病や抑うつに苦しむ者に治療・援助の選択肢を多く提示することが求められる。

本研究は、うつ病・抑うつにおける援助資源マッチングの実現を最終的な目標として見据え、うつ病・抑うつに関する援助要請を促進するための知見を得ることを目的とする。その際に、援助要請の意思決定プロセスに影響を及ぼすと考えられる認知的要因について積極的に検討を加える。

本研究の目的は以下の通りである。

- ・ うつ病罹患者の受療行動が生起する前提となる問題の認識に関する先行研究をレビューした上で、問題の認識が生じる認知的プロセスを質的に検討する。また、認識のプロセスにおいて周囲の非専門家がどのような影響をもつかを探索的に検討する。⇒

第 2 部

- ・ 抑うつ症状や援助要請に対する認知において生じる認知バイアスについて量的に検討する。また、そういった認知に影響を及ぼす変数を検討し、抑うつ傾向のある者においても認知的なバイアスが見られるかを検討する。⇒第 3 部
- ・ 受療行動との関連が考えられるインターネット検索行動について検討し、検索状況が受療ニーズの推移を予測できるかを検討する。⇒第 4 部

第 2 部 うつ病罹患者の問題の認識に関する研究

第 2 部では、うつ病・抑うつに関する援助要請行動の前提となる「問題の存在への気づき」に焦点化し、文献調査（第 3 章）と実際のうつ病罹患者・経験者を対象としたインタビュー調査による質的研究（第 4・5 章）を行った。

第 3 章では、うつ病における問題の認識を表す概念である病識・疾病認識に着目し、それらを扱った研究を概観した。その結果、①未受療者の早期受療の上で病識・疾病認識形成が重要であること、②病識・疾病認識と抑うつ症状との関連の理解が治療や心理援助に貢献しうること、③回復・寛解期における患者の自らの状態やうつ病についての認識が再発・再燃予防において重要であること、④一部の患者に見られる「過剰な病識」の問題に対応できること、という観点から、うつ病において病識・疾病認識概念に着目する意義を述べ、今後の展望として、①疾病認識の形成・変容のプロセスを理解する質的なアプローチにより適切な治療・援助を早期に提供する示唆が得られること、②うつ病の病識・疾病認識の明確な定義づけと尺度作成により抑うつ度や症状の経過との関連がより明確になること、という二点を示した。

第 4 章では、受療前のうつ病罹患者の問題の認識のプロセスを明らかにすることを目的として研究を行った。うつ病患者・経験者 11 名を対象とした半構造化面接を実施し、得られた発話データをグラウンデッド・セオリー・アプローチを用いて分析した結果、①違和感の認識、②異常性の認識、③ストレスとの関連付け、④うつ病かもしれないという自覚、⑤受療の必要性の認識、という 5 つのカテゴリー・グループからなるプロセスモデルが生成された。精神面の症状の異常性の認識の難しさ、身体面の症状と精神的ストレスとの関連づけの難しさが問題の認識を妨げること、当事者と比較して周囲にいる者はより早期に症状に気づきやすいことが示され、受療行動を促進する上で周囲による働きかけが重要である可能性が示唆された。

第 5 章では、問題の認識を促進する罹患者の周囲の非専門家の働きかけを探索的に検討した。12 名のうつ病患者・経験者の発話データを KJ 法を援用し分析した結果、465 の切片と 27 のグループが編成された。症状の自覚がない場合に異変を指摘したり、ストレスと症状の関連付けがなされていない場合に関連を指摘することで問題の認識が促進され、受療を促進しうることが示唆された。第 5 章の結果から、うつ病罹患者の周囲にいる人を資

源として早期受療を促進するための示唆が得られた。

第 3 部 抑うつ症状の援助要請における楽観的認知バイアス

第 2 部から、うつ病・抑うつの問題への認識に関して、当事者と周囲との間でずれ（相対的な楽観性）が認められた。そこで第 3 部では質問紙調査を実施し、そのような相対的な楽観性を量的に検討した。

第 6 章では、抑うつ症状に関するフォーマル・インフォーマルな援助要請に楽観的認知バイアスが及ぼす影響を明らかにすることを目的とし、場面想定法を用いた質問紙調査（ $N = 462$ ）を行った。分析の結果、フォーマル・インフォーマルな援助要請に関して楽観的認知バイアスが認められた。また、インフォーマルな援助要請と比較してフォーマルな援助要請において必ずしも強い自尊心への脅威を伴うわけではないことが示唆されたが、これは自尊心脅威理論と衡平理論の観点から解釈可能と考えられた。

第 7 章では、援助要請における楽観的認知バイアスや症状の深刻さなどの認識と評定者の心理社会的属性との関連を検討することを目的とし、20～30 代を対象とした場面想定法によるインターネット質問紙調査（ $N = 850$ ）を実施した。分析の結果、抑うつ・不安傾向が深刻さの認識を媒介として援助要請を促進するが、同時に孤独感を媒介として援助要請を妨害すること、孤独感が高い者ほど援助要請をせず、友人にも勧めない傾向があることが明らかとなった。抑うつ・不安傾向が高い場合に深刻さの認識を促すことと、孤独感を低減させる働きかけを行うことが援助要請や勧める行動の促進につながると考えられた。

第 8 章では、援助要請における楽観的認知バイアスが、悲観的思考を持つことに特徴づけられる抑うつ傾向のある者においても見られるかを検討した。大学生を対象とした場面想定法による質問紙調査（ $N = 471$ ）を実施し、SDS 得点に基づいて対象者を抑うつ傾向あり群（SDS40 点以上）、中等度以上抑うつ群（SDS48 点以上）に分類し検討した結果、深刻さ、及び援助要請に関する評定について、両群において抑うつ傾向のない対象者と同様に自己の状況を楽観的に認識する傾向が認められた。抑うつ傾向のある大学生においても、自他比較という観点から見た時に症状に対する認知に相対的な楽観性が生じることが示された第 8 章の結果から、うつ病患者の受療行動の妨害要因として楽観的認知バイアスが働くことが示唆された。

第 9 章では、若年者コホートを対象とした第 6-8 章の質問紙調査の結果の一般化可能性を論じた。場面想定法による操作は従来型のうつ病を想起させるものであり、また楽観的認知バイアス自体は年代・性別普遍的と考えられたが、援助要請のパターンや認知メカニズムは性別や年代によって異なると考えられ、第 3 部の結果の一般化可能性を若年者コホートに限定した。

第4部 抑うつ症状の援助要請とインターネット検索行動

第10章では、うつ病・抑うつに対する情報疫学的アプローチの展開可能性を検討することを目的とし、わが国における抑うつ症状関連語の検索量の指標を用いて、検索状況とその季節性を検討した。また、うつ病・抑うつと関係の深い経済指標との相関を分析することで、抑うつ症状関連語の検索状況がうつ病・抑うつへの治療・援助ニーズの推移を近似できる可能性を考察し、検索行動に応じた予防的アプローチの可能性を検討した。検索状況に関するデータは、Google Insights for Search を利用して収集した。抑うつ症状に関する検索語を多次元尺度構成法を利用して分類した上で、自己相関を用いて検索状況の季節性を検討し、季節性を除去した上で経済指標との相関を検討した。分析の結果、抑うつ症状関連検索語は、「身体」、「絶望・希死念慮」、「感情・精神」を表す3つのグループに分類された。「身体」と「感情・精神」グループの検索状況は春から夏にかけて増加する季節性を示した。また、季節要因を除去した「身体」「感情・精神」の検索状況と経済指標との間に中程度から強い負の相関 ($-0.76 < r < -0.37$) が示された。この結果から、「身体」及び「感情・精神」関連語の検索状況がうつ病・抑うつへの治療・援助ニーズの推移を反映している可能性があると考えられた。同関連語の検索行動に対する検索連動型広告の活用等により、インターネットを利用したうつ病・抑うつへの予防的アプローチを展開できる可能性が示された。

第5部 総合的な考察と今後の課題

第5部では、本研究から示された結果の臨床心理学的意義を臨床・研究・専門活動の観点から纏めると共に、これらの知見をもとにうつ病・抑うつに関する援助資源マッチングの実現のためのコミュニティ・モデルの提案を行った。具体的には、コミュニティや成員の心理社会的特性を考慮した属性別情報提供によるアウトリーチ的アプローチによって援助要請行動を促進することに加え、周囲をインフォーマルな援助資源として活用し、かつフォーマルな援助資源への「つなぎ」役として重視する「支える・つなぐコミュニティ」づくりを目指し、コミュニティ全体への働きかけを通してフォーマル・インフォーマルな援助要請を向上させる方向性を示した。

今後の課題として、実際の援助要請行動を測定し、介入研究を行うことで援助要請の改善状況をチェックすること、単に援助要請を促進するという観点のみからでなく適切な援助資源を適切なタイミングで提供するという視点に立った臨床・研究・専門活動を行うこと等が示された。