



■ テーマ名

抑うつ症状の悪化や改善に寄与する要因の検証

■ キーワード

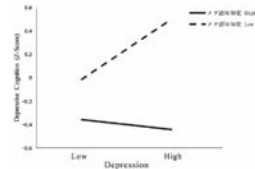
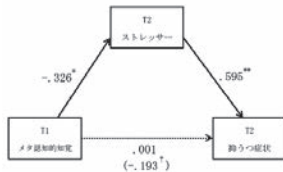
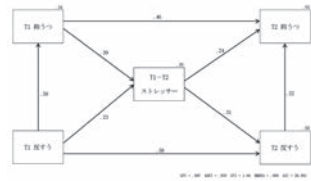
抑うつ症状、感情調節、反すう

■ 研究の概要

子どもから大人が健全で安定した生活を営むうえで、抑うつ症状の悪化や改善に寄与する要因を把握し、その要因に対して適切に介入することは重要です。これまでの調査で、感情調節の方法、特にネガティブなことを長時間考え込む傾向である反すうは重要な要因であることが明らかになっています。

成人や大学生を対象とした調査では、反すう傾向が高いほど、ストレスを経験しやすく、抑うつ症状が悪化しやすいことが実証されています(村山・岡安, 2015)。この傾向は、小中学生を対象とした調査でも、確認されています(村山他, 印刷中)。

抑うつ症状の悪化を防ぐ要因として、ネガティブな思考に没入し難い傾向を指すメタ認知的知覚(脱中心化)が知られています。これまでに、メタ認知的知覚が強い人ほど、ストレスを経験しにくく、それゆえに抑うつ症状の悪化が抑えられることが認められています(村山・岡安, 2013)。このような実証的知見を蓄積することで、抑うつ予防を図る上でカギとなる要因を明らかにしたいと考えています。



■ 他の研究/技術との相違点

■ 今後の展開、実用化へのイメージ

現在、小中学生を対象として、抑うつ症状の悪化に寄与し得る要因の検証を行っています。また今後は、メンタルヘルスの問題を抱えやすい発達障害児者を対象とした検証も予定しています。

■ 関連業績 (特許・文献)

- ・小学高学年児童および中学生における反応スタイルの調整効果とストレス生成効果 (村山他, 印刷中)
- ・いじめ加害・被害と内在化/外在化問題との関連性 (村山他, 2015 発達心理学研究, 26, 13-22)
- ・小学高学年・中学生用反応スタイル尺度の開発 (村山他, 2014 発達心理学研究, 25, 477-488)
- ・コミュニティを対象とした反すうとストレスの相互関係が及ぼす抑うつへの縦断的影響 (村山・岡安, 2014 行動療法研究, 40, 13-22) 等

■ 研究者から一言