

## 研究背景・目的

メランコリー親和型性格は日本の軽症うつ病の病前にとりわけ多い性格であり、メランコリー親和型性格者がうつ病の発症を未然に防ぐために有効なセルフケアを検討することが必要であるといえます。メランコリー親和型うつ病の発症は中高年に多いですが、抑うつになる危険性の高い「大学生」は中高年の発達過程であるため、大学生を対象に検討することは非常に有用であると考えられます。

そこで本研究では、メランコリー親和型うつ病の予防的介入を検討するために、ストレスに対する身近なセルフケアとして「コーピング」と「サポート模索」を挙げ、メランコリー親和型性格とコーピング及びサポート模索の関連を検討しました。コーピングについては、メランコリー親和型性格者が用いるコーピングの傾向及び、メランコリー親和型性格者のうつ状態を強めたり弱めたりするコーピングについて検討しました。サポート模索については、メランコリー親和型性格とサポート模索の程度に関連があるか否か及び、メランコリー親和型性格者のうつ状態を強めたり弱めたりするサポート模索について検討しました。

## 方法

大学生 138 名を対象に、質問紙調査を行いました。本研究では、年齢と性別を回答して頂くフェイスシートの他に 4 種類の質問紙を用いました。うつ状態を測定するために日本語版 CES-D scale (島・鹿野・北村・浅井, 1985) を、メランコリー親和型性格を測定するためにメランコリー親和型性格を測る初診時の質問票 (笠原, 1984) を、サポート模索の程度を測定するために The Proactive Coping Inventory: 日本語版 (Nobuko Takeuchi & Esther Greenglass, 2004) を、用いるコーピングを測定するために 3 次元モデルにもとづく対処方略尺度 (神村・海老原・佐藤・戸ヶ崎・坂野, 1995) を使用しました。

## 結果・考察

メランコリー親和型性格は「勤勉」、「几帳面」、「対他配慮」の 3 つの因子に分けることが妥当であると考えられ、因子ごとに分析を行いました。メランコリー親和型性格者の用いるコーピングの傾向については、勤勉の傾向が強いほど「カタルシス」、「情報収集」、「計画立案」をよく用いる傾向にあり、「責任転嫁」を用いらない傾向にあることが示唆されました。几帳面の傾向が強いほど「情報収集」、「計画立案」をよく用いる傾向にあることが示唆されました。対他配慮の傾向が強いほど「肯定的解釈」を用いらない傾向にあることが示唆されました。続いて、メランコリー親和型性

格者の対他配慮がうつ状態を強めていることが示唆され、サポート模索を弱めている可能性が示唆されました。また、勤勉と几帳面がサポート模索を強めていることが示唆されました。次に、サポート模索及びコーピングが強いほど、うつ状態が弱くなることが示唆されました。最後に、対他配慮とうつ状態との関係を調整するコーピングについては、「回避的思考」が強いほど、対他配慮とうつ状態との正の関連が強くなる可能性が示唆され、「計画立案」が強いほど、対他配慮とうつ状態との負の関連が強くなる可能性が示唆されました。対他配慮とうつ状態の関係を調整するサポート模索の知見は得られず、メランコリー親和型性格の3因子で分類した対他配慮型、非勤勉型、自己充足型の類型によるうつ状態、サポート模索、コーピングの差も見られませんでした。

以上の結果より、メランコリー親和型性格者のうつ状態を強めているのは 対他配慮であり、この特徴を持つ者のサポート模索を強めるアプローチを検討していくことが今後の課題であると考えられます。