

行動活性化、パーソナリティ特性、抑うつとの関連について —行動活性化の抑うつ低減効果にパーソナリティ特性がおよぼす影響—

HP25-0012H 村越祐也

問題・目的

うつ病や抑うつに対する治療法として行動活性化という技法があります。行動活性化とは、活動性の上昇、つまり楽しめる活動や目標志向的な行動への従事頻度を増加させることによって、正の強化を得られる機会を増加させ、抑うつの改善を試みるアプローチのことです。確かに行動活性化はうつ病や抑うつの改善に有効な治療法ですが、行動活性化の抑うつ低減効果に影響をおよぼす個人差要因は明らかになっていません。行動活性化以外の治療法で、Big Five のパーソナリティ特性が治療効果にどのような影響をおよぼすのかを検討した研究があり、その研究から誠実性の高さが治療効果を高め、さらに誠実性が高いだけでなく外向性も高いと治療効果が高まることが示されました。このことから、行動活性化の抑うつ低減効果に影響をおよぼす個人差要因として Big Five の外向性と誠実性が挙げられるのではないかと考えました。本研究では、行動活性化による抑うつ低減効果に外向性と誠実性がどのような影響をおよぼすのかを検討することを目的としました。

方法

質問紙調査を行いました。調査対象者は大学生 102 名(男性 31 名, 女性 71 名)で、平均年齢(標準偏差)は、19.90(1.16)歳でした。外向性および誠実性の測定には、和田(1996)によって開発された Big Five 尺度を、行動活性化の測定には、Behavioral Activation for Depression Scale 日本語版(BADS; 高垣他, 2010)を、抑うつの測定には、Center for Epidemiologic Studies Depression Scale 日本語版(CES-D; 島他, 1985)を用いました。

結果・考察

外向性と誠実性の調整効果を検討するため、外向性得点と BADS 得点を説明変数、CES-D 得点を目的変数とした交互作用項のある重回帰分析、誠実性と BADS 得点を説明変数、CES-D 得点を目的変数とした交互作用項のある重回帰分析を行った結果、どちらの交互作用も有意ではありませんでした。本研究により、行動活性化による抑うつ低減効果に、外向性と誠実性は影響をおよぼさないことが示されました。その理由として、外向性に関しては、外向性が高い人は報酬や快刺激を得たときに強いポジティブ情動を経験するという特性があるものの、その特性は行動活性化による抑うつ低減効果を増加させるほどの効果を持っていないためではないかと考えました。誠実性に関しては、多重共線性という統計上の問題が発生した可能性もあり、再度検討する必要があります。