

小学校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

神戸学院大学人文学部
村山 恭朗

浜松医科大学子どものこころの発達研究センター
伊藤 大幸

北海道教育大学旭川校
片桐 正敏

佐賀大学学生支援室
中島 俊思

浜松医科大学子どものこころの発達研究センター
浜田 恵

弘前大学大学院医学研究科附属
子どものこころの発達研究センター
高柳 伸哉

浜松医科大学子どものこころの発達研究センター
上宮 愛

中京大学心理学部
明翫 光宣

中京大学現代社会学部
辻井 正次

Effects of response styles on stressors and depressive symptoms in middle school students

Yasuo Murayama^{a)}, Hiroyuki Ito^{b)}, Masatoshi Katagiri^{c)}, Shyunzi Nakazima^{d)}, Megumi Hamada^{b)},
Nobuya Takayanagi^{e)}, Ai Uemiya^{b)}, Mitsunori Myougan^{f)} and Masatsugu Tsujii^{g)}

^{a)} Department of Human Psychology, Kobe Gakuin University,

^{b)} Research Center for Child Mental Development, Hamamatsu University School of Medicine,

^{c)} Hokkaido University of Education, Asahikawa Campus,

^{d)} Saga University, Student Support Services Room,

^{e)} Hirosaki University Graduate School of Medicine Research Center for Child Mental Development,

^{f)} School of Medicine School of Psychology, Chukyo University,

^{g)} School of Contemporary Sociology, Chukyo University)

Relationships between response styles, stressors, and depressive symptoms were investigated in a cross section of adolescents from 4th to 9th grades. A model including stress-diathesis and stress-generation was developed to examine whether response styles moderated the effects of stressors on depressive symptoms, and whether response styles were linked to an increased likelihood of stressors. Results indicated that rumination and distraction functioned as moderators in adolescents that are high ruminators, or in adolescents that are low distractors exhibiting a stronger association between stressors and depression. Furthermore, all response styles were associated with the stressor level, such that rumination and distraction were related to increased levels of stressors, whereas problem-solving was related to decreased levels of stressors. It is suggested that a universal depression prevention programs for adolescents should focus on attenuating rumination and enhancing problem-solving skills.

Key words: response styles, depression, stressor, diathesis-stress model, stress generation model

問題と目的

思春期における抑うつ状態の遷延化が懸念されている。国内の調査(傳田他, 2004)では、抑うつは思春期に急激に悪化し、小学校高学年児童の10%程度、中学生の16~30%が抑うつ状態にあると報告されている。さらに、思春期における抑うつは成人期の抑うつや不安などメンタルヘルス問題を抱えるリスクを高めることが示されている(Fergusson, Horwood, Ridder, & Beautrais, 2005)。このことから、国内で懸念される成人期のメンタルヘルスの不調(川上, 2007)には、思春期における抑うつ状態の悪化が影響している可能性がある。それゆえ、思春期における抑うつ状態の悪化を理解することは、児童青年のみならず成人のメンタルヘルスの増進にも寄与しうる。

抑うつ状態の悪化を説明する要因には、個人が示す内的要因と環境などの外的要因がある。内的要因の1つに反応スタイル(response styles)がある。反応スタイルとは、ネガティブな気分や状態に対する反応や対応であり(Nolen-Hoeksema, 1987)、主に反すう(繰り返す否定的に考え込む傾向, Nolen-Hoeksema, 1991)、問題解決(ストレスフルな状況を変容させようとする行動・認知的試み, Aldao, Nolen-Hoeksema, & Schweizer, 2010)、気晴らし(不快な気分から注意をそらすための快活動, Nolen-Hoeksema, 1991)で構成される(Nolen-Hoeksema, 1987, 1991)。複数の先行研究において、反応スタイル、特に反すうは抑うつ状態の維持・悪化に寄与する変数と示されている(e.g., Hilt, McLaughlin, & Nolen-Hoeksema, 2010)。一方、ストレスラーは抑うつ状態の悪化を予測する主要な外的要因である(Lewinsohn, Hoberman, & Rosenbaum, 1988)。児童期から成人期に亘りストレスラーは発生するが、ストレスラーは思春期に急増することが報告されている(Ge, Lorenz, Conger, Elder, & Simons, 1994)。それゆえ、思春期における抑うつ状態の悪化を理解するためには、反応スタイルのみならずストレスラーの影響も考慮する必要がある。

反応スタイルなどの内的要因とストレスラーによる抑うつ状態の悪化を説明するモデルとして、素因ストレス(diathesis-stress)モデルとストレス生成(stress generation)モデルの2つが提唱されている。素因ストレスモデルでは、個人がストレスラーを経験した後抑うつが引き起こされるか否かは内的要因に依存すると説明されている(Abramson, Metalsky, & Alloy, 1989)。換言すると、抑うつ状態の悪化を促す要因(脆弱要因)を示す人では他の人と比べ、ストレスラーと抑うつ状態の関連が強く維持される。一方、ストレス生成モデル(Hammen, 1991, 2006)では、認知特性や行動傾向によって個人が直面するストレスラーの程度は異な

り、脆弱要因を示す人では、ストレスラーの生成が強引き起こされるとする仮説が立てられている。

素因ストレスモデルに基づく反応スタイルの効果に関する先行研究では、主に反すうについて報告されている。母親にうつ病歴がある小中学生を対象とした調査(Abela, Hankin, Sheshko, Fishman, & Stolorow, 2012)では、反すうが強い児童生徒ではストレスラーに直面した後に抑うつ状態の悪化が見られたが、反すうが弱い児童生徒では抑うつ状態の悪化は示されなかった。一般の児童生徒を対象とした調査でも、同様の結果が確認されている(Abela & Hankin, 2011; Cox, Funasaki, Smith, & Mezulis, 2012)。逆に、一部ではこのような反すうの効果は認められないとする報告もある(Grassia & Gibb, 2008)。一方、問題解決／気晴らしの効果に関する知見は少ないが、中学生(Stange, Hamilton, Abramson, & Alloy, 2013)や高校生(Schwartz & Koenig, 1996)を対象とした調査では、ストレスラーに直面しても問題解決や気晴らしの傾向が高い生徒では抑うつ状態が悪化しにくいことが見出されている。これらの知見を鑑みると、反すうが強いもしくは問題解決／気晴らしの傾向が低い児童生徒では、ストレスラーと抑うつ状態の関連が強く、他の児童生徒と同程度のストレスラーを経験しても、抑うつ状態が悪化がより強引き起こされると考えられる。しかし、Stangeらの研究で使用した尺度は問題解決と気晴らしの両概念が混在した因子構造を有しているなど先行研究には限界もあり、各反応スタイル単独の調整効果は十分に実証されたとは言いがたい。

ストレス生成モデルに関しての知見はさらに少ない。6~8年生を対象とした縦断調査では、反すうが強い児童生徒ほど対人ストレスラーを経験しやすいと報告されているが(McLaughlin & Nolen-Hoeksema, 2012)、反すうはストレスラーの程度を予測できないと示す調査(Hamilton et al., 2013)もある。国内に限っては、大学生を対象とした調査(村山・岡安, 2012)はあるものの、児童生徒を対象とした反応スタイルのストレス生成効果の検証はなされていない。

以上のように、反応スタイルは抑うつ状態の悪化に寄与する変数であるが、ストレスラーとの関連を踏まえた素因ストレスおよびストレス生成モデルに関する知見は十分ではない。さらに、先行研究では、素因ストレスもしくはストレス生成のいずれか一方のモデルに基づく検証に限定されており、双方のモデルに基づき反応スタイルの調整効果とストレス生成効果を同時に検証した研究はなされていない。さらに国内に限っては、児童生徒を対象とし両モデルを踏まえた反応スタイルに関する研究はほとんど見られない。そこで本研究は、素因ストレスモデルとストレス生成モデルを包含したモデルを構築し、小学校高学年児童から中学生を対象として、反応スタイル、ストレスラー、抑うつ

の関連を横断的に検証することを目的とする。

方 法

調査参加者

本研究は継続中のコホート研究の一部である。このコホート研究では、児童青年のメンタルヘルスと問題行動のメカニズムを明らかにすることを目的として、中部地域に位置する中規模都市の全保育所および全公立小中学校を対象とした悉皆調査を年1回実施している。同市は大都市への通勤可能圏内であると同時に、工業、農業が盛んであり、都市で勤務する家庭や、地方型の勤務家庭など、多様な社会経済的状態の家庭が含まれている。本研究では、2012年度の調査で得られた小学4年生から中学3年生までの計5,223名のデータを分析に使用した。有効回答率は97.8%であった。参加者の内訳をTable 1に示す。

調査材料

抑うつ Birlerson Depression Self-Rating Scale for Children; DSRS-C 日本語版 (村田・清水・森・大島, 1996) の短縮版 (並川他, 2011) を用いた。DSRS-C 短縮版は、「抑うつ気分」、「活動性および楽しみの減退 (以下、活動性の減衰)」の2下位尺度、合計9項目から構成される自己記入式の尺度 (3件法) であり、オリジナルのDSRS-Cと $r=.92$ の相関を持つことが示されている。また、DSRS-Cは特性不安 (伊藤他, 2010)、自傷行為 (高柳他, 2012a)、不登校 (高柳他, 2012b) などの内在化問題との関連から妥当性が確認されている。

ストレスラー 伊藤他 (2014) によって作成された小中学生用社会的不適応尺度を使用した。当尺度は「友人関係」、「学業」、「教師関係」、「家族関係」の4領域のストレスラーについて各4項目 (計16項目) で評定を行う自己記入式の尺度 (3件法) である。友人関係問題、親の養育行動、学業成績、抑うつ、攻撃性などの外在基準との関連によって妥当性が検証されて

いる (伊藤他, 2014)。

反応スタイル 村山他 (2014) によって開発された小中学生用の反応スタイル尺度を使用した。当尺度は「問題解決」、「反すう」、「気晴らし」、「思考逃避」の4下位尺度、計16項目によって構成される自己記入式尺度 (4件法) である。因子構造や抑うつ・攻撃性との関連から妥当性が確認されている (村山他, 2014)。

手続き

本調査は2学期冒頭 (9月初旬) に実施された。学級担任を介して質問紙を配布し、児童・生徒に回答を求めた。本研究は、浜松医科大学と調査対象市の間で締結された調査と支援に関する協定に基づいて実施された。調査の実施にあたり、対象校の児童・生徒の保護者に対して説明文書を配布し、研究に参加しないことによる不利益は生じないことを説明したうえで、文書による意思表示によって研究への参加を辞退できる旨を周知した。本研究の手続きは、浜松医科大学「医の倫理委員会」の審査と承認を受けた。すべての統計解析は、Mplus 7.31 (Muthén & Muthén) を用いて行われた。

結 果

確認的因子分析

因果モデル (構造モデル) の検証に先立って、測定尺度の因子的妥当性について確認的因子分析により検証した。潜在変数を含む構造モデルの検証にあたっては、あらかじめ測定モデル (潜在変数と観測変数の対応関係に関する因子分析モデル) の検証を行うことが推奨されている (Kline, 2005)。この2段階の検証により、測定モデルの妥当性と構造モデルの妥当性を区別して評価することが可能になる。特に本研究のように、独立に開発された複数の尺度を併用する場合、尺度間の因子レベルおよび項目レベルの重複を検証し、因果関係が想定される潜在変数間でのトートロジー (同一概念の反復) の問題を避けるうえで、事前の測定モデルの検証が不可欠である。

先行研究で検証されている各尺度の下位尺度構造 (並川他, 2011; 伊藤他, 2014; 村山他, 2014) に基づいて、抑うつについては「抑うつ気分」、「活動性の減衰」の2因子、ストレスラーについては「友人関係」、「学業」、「教師関係」、「家族関係」の4因子、反応スタイルについては「問題解決」、「反すう」、「気晴らし」、「思考逃避」の4因子 (計10因子) を設定し、確認的因子分析を行った。

モデルとデータの適合を示す各種の適合度指標に関する経験的基準として、CFIは.90以上、RMSEAは.06以下、SRMRは.08以下の数値が良好な適合を示すという基準が提唱されている (Bentler & Bonnet, 1980;

Table 1 調査参加児童生徒の内訳

学年	男子	女子	合計
小4	489	427	916
小5	463	457	920
小6	490	440	930
中1	429	406	835
中2	409	431	840
中3	415	367	782
合計	2,695	2,528	5,223

Hu & Bentler, 1998)。分析の結果、上記の測定モデルは、おおむねこの基準を満たす適合度を示し (CFI=.899, RMSEA=.037, SRMR=.046)、測定モデルの妥当性が確認された。

因果モデルの検証

モデルの概要 確認的因子分析によって検証された測定モデルを踏まえ、Figure 1 に示す因果モデルの検証を行った。このモデルでは、ストレス生成モデルに基づいて、反応スタイルの各因子（潜在変数）からストレスラーの各因子への因果関係が想定されている。一方で、素因ストレスモデルに基づいて、ストレスラーの各因子から抑うつへの影響が、反応スタイルの各因子によって調整されることを想定している。この調整効果は、分析上はストレスラーと反応スタイルの交互作用として表される。また、本研究で扱うストレスラーが、児童青年が経験するすべてのストレスラーを網羅しているとは限らないため、反応スタイルからストレスラーを媒介しない抑うつへの直接効果も想定されている。性別や年齢によって生じる疑似相関を調整するため、性別、学年、および学年の二乗を統制変数として設定し、モデル内のすべての因子へのパスを設定した。多重共線性を避けるため、学年はあらかじめ全体平均によって中央化し、その中央化された値を二乗して学年の二乗とした。性別は、男子を0、女子を1とコーディングして分析に使用した。ま

た、図には示していないが、角丸四角形で示した各階層内の潜在変数間にはすべて誤差相関を設定した。これは各階層内の潜在変数間の関連が、モデル内の共通の独立変数によって完全には説明されないことを表しており、構造モデルでは一般的な想定である。

適合度の検証 上記のモデルでは、潜在変数間の交互作用を設定しているため、Mplus のランダム係数モデル (ANALYSIS: TYPE=RANDOM) を使用し、モンテカルロ法による数値積分 (INTEGRATION=MONTECARLO) によって解を推定した。ただし、ランダム係数モデルでは適合度指標が算出されないため、まず交互作用を含まないモデルを指定し、モデル適合度を検証した。当初、反応スタイルの4因子、ストレスラーの4因子、抑うつへの2因子のすべてをモデルに含めて検討を行ったが、反応スタイルの「思考逃避」とストレスラーの「教師との関係」は、抑うつへのいずれの因子にも有意な効果を示さなかったため、モデルの儉約性のために分析から除外することとした。このモデルの適合度は十分に良好であったため (CFI=.908, RMSEA=.037, SRMR=.041)、交互作用を含むランダム係数モデルの検討に移行した。

交互作用の検証 ランダム係数モデルによる潜在変数間の交互作用の検討には、数値積分による最適化が必要となり、モデルに含まれる交互作用項の数にもなって積分の次元数が増加するため、多数の交互作用を同時に検証することは難しい。そこで、反応スタイル

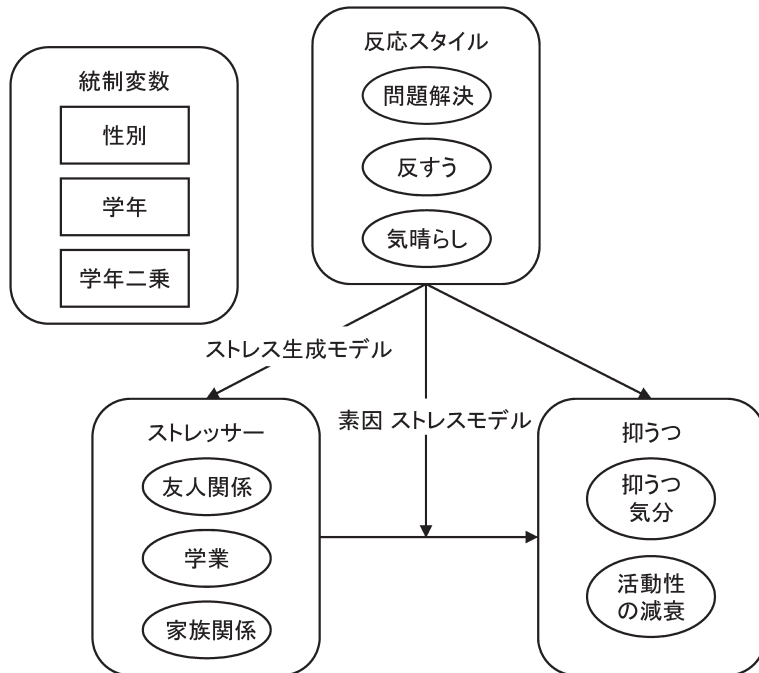


Figure 1. 分析モデル（長方形は顕在変数、楕円は潜在変数を表す）

ル(3因子)×ストレッサー(3因子)の9通りの交互作用について、順次個別に有意性を検証し、抑うつのおいづれかの因子(または両方)に対して5%水準で有意性を示した交互作用のみを最終モデルに含めることとした。その結果、友人関係×反すう、友人関係×気晴らし、学業×反すう、学業×気晴らしの4つの交互作用項が最終モデルに含められた。

パラメータ推定値 Table 2に最終モデルにおける各変数間の相関、Table 3に最終モデルにおけるパラメータ推定値を示した。素因ストレスモデルに対応するストレッサーと反応スタイルの交互作用については、友人関係×反すう、友人関係×気晴らし、学業×反すうの交互作用が抑うつ気分に対して有意であり、学業×気晴らしが両方の因子に対して有意であった。つまり、反すうが強いほど、友人関係や学業と抑うつの関連が強いこと、気晴らしをよくするほど、友人関係や学業と抑うつの関連が弱いことが示された。これらの交互作用について、Figure 2にグラフ化した。反すうの得点が高いほど、また、気晴らしの得点が高いほど、友人関係ストレスや学業ストレスと抑うつの関連が強くなっている(回帰直線の傾きが大きくなっている)ことが見て取れる。

ストレス生成モデルに対応する反応スタイルからストレッサーへの効果については、問題解決がすべてのストレッサーに負の効果、反すうがすべてのストレッサーに正の効果、気晴らしが学業と家族関係に正の効果を示した。気晴らしが負の効果でなく正の効果を示している点に注意が必要である(気晴らしをよくするほど、学業や家族関係のストレッサーが高い)。係数は、いずれのストレッサーに対しても反すうが最も高く、問題解決、気晴らしと続いている。

ストレッサーから抑うつへの主効果については、友人関係と学業が抑うつの両方の因子に正の効果を示し、家族関係が抑うつ気分のみ正の効果を示した。ただし、係数の値に着目すると、いずれのストレッサーの主効果も.20以下の弱い効果に留まっている。反応スタイルから抑うつへの主効果については、問題解決が活動性の減衰のみ負の効果、反すうが両方の因子に正の効果、気晴らしが両方の因子に負の効果を示した。抑うつ気分に対しては反すうの係数が最も高いが、活動性の減衰に対しては問題解決や気晴らしの係数が反すうよりも高い。

考 察

本研究は、小学4年生から中学3年生までの5,000名強の児童生徒を対象とし、素因ストレスモデルとストレス生成モデルに基づいたモデルにおいて、反応スタイル、ストレッサー、抑うつの関連を横断的に検証した。使用した各尺度の因子妥当性を確認したうえで、

抑うつに及ぼす反応スタイルとストレッサーの交互作用の効果、ストレッサーに及ぼす反応スタイルの効果を分析したところ、反すうと気晴らしはストレッサーと抑うつの関連に、すべての反応スタイルはストレッサーに効果を及ぼすことが確認された。

素因ストレスモデルにおける反応スタイルの効果

本研究では、反すうが強い児童生徒ほど友人関係や学業に関するストレッサーと抑うつ気分の関連が強かった。先行調査(Stange et al., 2013)においても、反すうは友人関係ストレッサーと抑うつの関連を強めることが認められている。しかし、反すうが学業ストレッサーと抑うつの関連にどのような効果を示すかについては、これまで報告されていなかった。それゆえ、本研究が示した友人関係および学業ストレッサーと抑うつ(抑うつ気分)の関連への反すうの効果は先行研究を進展させる知見である。またこの反すうの効果は、反すうが強い人は嫌悪的情報に固執する(Joormann, Yoon, & Siemer, 2010)などの反すうによって生じる認知的特徴が影響していると考えられる。

さらに、本研究は友人関係および学業関係のストレッサーの影響を緩和する気晴らしの調整効果を示した。これは、国内外を通じてストレッサーと抑うつの関連を弱める気晴らしの効果が実証された初の知見である。この結果から、友人関係や学業ストレッサーを経験した場合であっても、気晴らしの傾向が高い児童生徒では抑うつ、特に抑うつ気分が悪化しにくく、気晴らしはストレッサー後の抑うつ悪化を防ぐうえで有効な手段であると示唆される。

気晴らしと学業ストレッサーの交互作用を除き、抑うつの活動性の減衰に対する調整効果は認められなかった。この原因は本研究のみからでは明らかにすることはできないが、「抑うつ気分」はネガティブな状態の悪化、「活動性の減衰」はポジティブな状態の減弱を表していること(佐藤・新井, 2002)を踏まえると、反すうや気晴らしの効果はストレッサーが引き起こす抑うつの一側面、ネガティブな状態の悪化に現れやすいと思われる。

本研究では問題解決の調整機能は認められなかった。一見すると、この結果は不自然なように思われるが、以下のように説明できる。問題解決はストレスフルな状況を変容させようとする試み(Aldao et al., 2010)であることから、問題解決の傾向が高い児童生徒はストレスフルな状況を打開するスキルを備えていると思われる。しかし、問題解決を図るにしても、問題に取り組む気力や認知的資源が求められる。抑うつ状態下では、気力や活動の減退、集中力や思考力の低下などが生じることから、直面する問題の解決に取り組むためには、まず抑うつ状態から脱する必要がある。つまり、問題の解決を図る対応とその準備段階にあたる抑

Table 2 最終モデルにおける各変数間の相関

	性別	学年	学年二乗	抑うつ			ストレスサー		反応スタイル	
				抑うつ気分	活動性の減衰	友人関係	学業	家族関係	問題解決	反すう
性別	—									
学年	.006	—								
学年二乗	.017	-.091***	—							
抑うつ				—						
抑うつ気分	.129***	.009	-.057***	—						
活動性の減衰	.011	.206***	-.048**	.449***	—					
ストレスサー						—				
友人関係	-.066***	-.116***	-.016	.622***	.259***	—				
学業	.007	.314***	-.057***	.331***	.349***	.248***	—			
家族関係	-.023	-.008	-.042*	.631***	.331***	.559***	.490***	—		
反応スタイル									—	
問題解決	.062***	-.018	.033*	-.093***	-.458***	-.064***	-.213***	-.154***	—	
反すう	.119***	.115***	-.027	.584***	.313***	.369***	.377***	.495***	.192***	—
気分転換	-.155***	.080***	.073***	-.205***	-.487***	-.103***	.036	-.056**	.431***	-.056**

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$ 注：抑うつ、ストレスサー、反応スタイルは潜在変数

Table 3 最終モデルにおけるパラメータ推定値（標準化係数）

従属変数	R ²	独立変数	β	従属変数	R ²	独立変数	β
反応スタイル				抑うつ			
問題解決	.005	性別	.062***	抑うつ気分	.790	性別	.067***
		学年	-.015			学年	-.035*
		学年二乗	.035*			学年二乗	-.020
反すう	.028	性別	.124***	ストレス	友人関係	友人関係	.172***
		学年	.113***			学業	.101*
		学年二乗	-.016			家族関係	.108*
気晴らし	.039	性別	-.165***	反応スタイル	問題解決	問題解決	-.019
		学年	.090***			反すう	.312***
		学年二乗	.096***			気晴らし	-.163***
ストレス				交互作用			
友人関係	.192	性別	-.115***	友人関係×反すう	友人関係×反すう	.145***	
		学年	-.169***		友人関係×気晴らし	-.138**	
		学年二乗	-.009		学業×反すう	.218***	
反応スタイル	問題解決	問題解決	-.135***	学業×気晴らし	学業×気晴らし	-.070**	
		反すう	.429***		活動性の減衰	.518	
		気晴らし	-.023		性別	-.058***	
学業	.329	性別	.025	学年	学年	.167***	
		学年	.243***		学年二乗	.024	
		学年二乗	-.031		ストレス	友人関係	.077**
反応スタイル	問題解決	問題解決	-.407***	学業	学業	.116***	
		反すう	.464***		家族関係	.024	
		気晴らし	.223***		反応スタイル	問題解決	-.290***
家族関係	.330	性別	-.059***	反すう	反すう	.226***	
		学年	-.096***		気晴らし	-.356***	
		学年二乗	-.035*		交互作用	友人関係×反すう	-.009
反応スタイル	問題解決	問題解決	-.317***	友人関係×気晴らし	友人関係×気晴らし	-.030	
		反すう	.586***		学業×反すう	.022	
		気晴らし	.111***		学業×気晴らし	-.071***	

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

うつ自体への対処は異なる方略であると考えられる。この点はNolen-Hoeksema (1991)の指摘と一致する。以上のことから、問題解決が調整効果を示さなかった本研究の結果は理解できるものであり、問題解決が健康的な機能を発現するためには、気晴らしのような抑うつへの適応的対処と組み合わせる必要があると示唆される。

ストレス生成モデルにおける反応スタイルの効果

先行研究 (McLaughlin & Nolen-Hoeksema, 2012) に沿うように、本研究においても、反すうが強い場合には対人 (友人と家族) ストレスの生成が促された。この結果の一因には、反すうが強い子どもでは他者に対する不満を抱えやすいこと (McLaughlin & Nolen-Hoeksema, 2012) などの反すうと対人に関する歪曲的認知の関連があると思われる。また学業スト

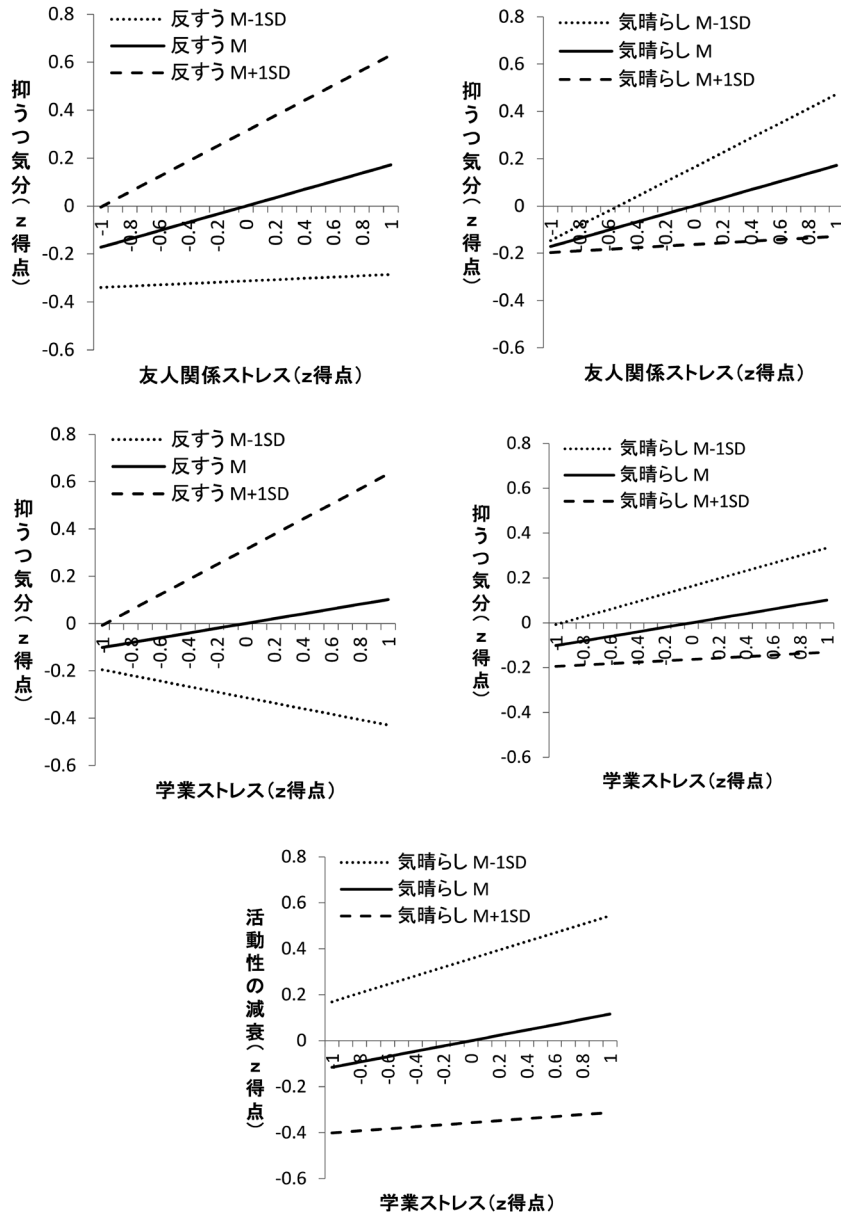


Figure 2. 抑うつに対するストレスと反応スタイルの交互作用

レスラーへの反すうの効果はこれまでに検証されていなかったが、本研究では、反すうが強い児童生徒ほど多くの学業ストレスを経験していた。反すうは実行機能の低下 (Connolly et al., 2014) や不安の悪化 (McLaughlin & Nolen-Hoeksema, 2011) を引き起こすことを踏まえると、この結果の一端には、反すうが強い児童生徒は学業不振や学業不安を抱えやすいことが背後にあると考えられる。

国内外を通じ、ストレスに対する問題解決と気

晴らしの効果はこれまで検証されていなかったが、本研究ではこれらの検証を行った。問題解決に関して、問題解決の傾向が高い児童生徒ほど対人および学業ストレスに直面しにくいことが本研究で示された。この一端には、何らかのトラブルが発生したとしても、問題解決の傾向が高い児童生徒はその初期段階において適切な対応を実行するため、その問題が心理的負担を強いるようなストレスに発展しないことなどがあるものと思われる。気晴らしについては、短期的な

気晴らしの実行は適応的である (Campbell-Sills & Barlow, 2007) が、過剰もしくは慢性的な実行は逆に不適応を引き起こすと指摘されていた (Hunt, 1998) が、この実証はなされていなかった。本研究はこの一部を実証し、気晴らしの傾向が高い児童生徒ほど学業および家族関係のストレスを多く経験していることを示した。この結果は気晴らしの傾向が高い児童生徒はストレスフルな学業場面 (定期テスト前の勉強など) や家庭でのトラブル (親からの叱責など) から逃避してしまい、かえってそのような問題を大きくしてしまう行動傾向を維持していると考えられる。なお、本研究では、気晴らしは友人関係ストレスに効果を示さなかったが、これは気晴らし行為が友人と遊ぶなどの交友に関連しているためと考えられる。

性別および学年の影響

性別と学年はともに抑うつ気分と活動性の減衰にほとんど影響を及ぼさなかった。先行研究では、抑うつの性差は性別の影響ではなく、反応スタイルの違いによって説明できると指摘されている (Hilt et al., 2010)。この指摘を指示するように、本研究でも、弱いながらも性別は反すうや気晴らしに効果を及ぼし、反すうは女子の方が、気晴らしは男子の方が高かった。加えて、効果としては弱かったが、学年の上昇に伴って反すうが強まることが認められた。この結果も、小中学生では学年上昇に伴い抑うつが強まる先行知見 (傳田他, 2004) に沿う。これらの点から、抑うつの性差は反応スタイルが関与していると理解される。

高学年の児童生徒ほど学業ストレスに直面することが確認された。この結果を支持するように、先行研究 (ベネッセ教育総合研究所, 2014; Benesse 教育研究開発センター, 2005) でも同様の報告がなされており、国内の児童生徒の傾向を反映していると考えられる。一方、友人関係のストレスについては、効果としては弱かったものの、男子や低学年の児童生徒ほど友人ストレスを多く経験していた。国内調査 (Benesse 教育研究開発センター, 2010) では、女子の方が友人関係での傷つき体験が多いが、男子の方が交友の不安が強いと報告されており、本研究を含め友人関係ストレスの性差は一貫していない。今後、学校の影響を統制するなど、より詳細に性別と友人ストレスの関連を理解する必要がある。

臨床的示唆

本研究を踏まえると、抑うつ予防に向けたユニバーサルタイプ (すべての生徒が対象) のプログラムでは、反すうの低減と問題解決傾向の向上が主に行われるべきと考える。反すうはメンタルヘルスの悪化に寄与する主要な要因と指摘されているように (Aldao et al., 2010)、本研究でも、反すうはストレスと抑うつ

の関連を強め、ストレスの生成を促していた。さらに、主効果としても、各ストレスよりも抑うつに強い効果を示していた。このことから、思春期における抑うつの予防を図るうえで、反すうの低減を効果的に図ることは重要な視点であると言えよう。それゆえ、先行知見 (e.g., Papageorgiou & Wells, 2001) を踏まえつつ、児童生徒にも適用可能で、反すうの減弱を効果的に促すプログラムの開発が期待される。

本研究の結果から、問題解決にはストレスの影響を弱める調整機能はないものの、問題解決の傾向を向上させることでストレスを抱えるリスクを下げることができると示唆される。実際、小学生を対象とした介入研究では、問題解決スキルの向上はストレスの減弱に寄与すると報告されている (佐藤他, 2009)。思春期はストレスが急増する時期 (Ge et al., 1994) であるため、この時期に問題解決スキルの向上を図ることは非常に効果的であると思われる。

一方、本研究では、気晴らしはストレスへの調整効果を示したが、同時にストレス生成効果も示した。このことから、気晴らしの導入については慎重を要するものとする。例えば、抑うつ予防プログラムにおいて、気晴らしを行うべきタイミング (抑うつが強まったときなど) について教育したとしても、一部の児童生徒に対しては気晴らしの過剰な利用や慢性化を促してしまい、抑うつリスクをかえって増大させる恐れがある。そのため、気晴らしに関しては、予防プログラムに導入するよりも、養育者や教師など子どもの周囲にいる教育/支援者が気晴らしの機能を理解し、適切なタイミングで子どもに教示し気晴らしの実行を働きかける方が効果的であると思われる。

本研究の限界と今後の課題

本研究では、適合度が高い因果モデルによって、反応スタイルの調整およびストレス生成効果を明らかにしたが、本研究は横断的調査である。そのため、本研究の結果は限定的であると言わざるを得ない。今後、縦断的調査を実施し、本研究が示した反応スタイルの効果について再度検証する必要がある。加えて、本研究の対象は一市内の小中学校に在籍する児童生徒であった点も本研究の限界の1つであろう。本研究が示した結果は地域性などの交絡によって得られた可能性もあるため、今後、他の地域で同様の調査を実施し本研究を再検証する必要がある。

利益相反自己申告：申告すべきものなし

引用文献

Abela, J. R. Z., & Hankin, B. L. (2011). Rumination as a vulnerability factors to depression during the

- transition from early to middle adolescence: A multiwave longitudinal study. *Journal of Abnormal Psychology*, 120, 259–271.
- Abela, J. R. Z., Hankin, B. L., Sheshko, D. M., Fishman, M. B., & Stolow, D. (2012). Multi-wave prospective examination of the stress-reactivity extension of response styles theory of depression in high-risk children and early adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 40, 277–287.
- Abramson, L., Metalsky, G. L., & Alloy, L. B. (1989). Hopelessness depression: A theory-based subtype of depression. *Psychological Review*, 96, 358–372.
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30, 217–237.
- Benesse 教育研究開発センター (2005). 第1回子ども生活実態基本調査：小学生・中学生・高校生を対象に。
- Benesse 教育研究開発センター (2010). 第2回子ども生活実態基本調査：小4生～高2生を対象に。
- ベネッセ教育総合研究所 (2014). 「小中学生の学びに関する実態調査」速報。
- Bentler, P. M., & Bonnet, D. G. (1980). Significance tests and goodness of fit in the analysis of covariance structures. *Psychological Bulletin*, 107, 238–246.
- Campbell-Sills, L., & Barlow, D. H. (2007). Incorporating emotion regulation into conceptualizations and treatments of anxiety and mood disorders. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 542–559). New York: Guilford Press.
- Connolly, S. L., Wagner, C. A., Shapero, B. G., Pendergast, L. L., Abramson, L. Y., & Alloy, L. B. (2014). Rumination prospectively predicts executive functioning impairments in adolescents. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 45, 46–56.
- Cox, S., Funasaki, K., Smith, L., & Mezulis, A. H. (2012). A prospective study of brooding and reflection as moderators of the relationship between stress and depressive symptoms in adolescents. *Cognitive Therapy and Research*, 36, 290–299.
- 傳田 健三・賀古 勇輝・佐々木 幸哉・伊藤 耕一・北川 信樹・小山 司 (2004). 小・中学生の抑うつ状態に関する調査——Birleson 自己記入式抑うつ評価尺度 (DSRS-C) を用いて—— 児童精神医学とその近接領域, 45, 424–436.
- Fergusson, D. M., Horwood, L. J., Ridder, E. M., & Beautrais, A. L. (2005). Subthreshold depression in adolescence and mental health outcomes in adulthood. *Archives General Psychiatry*, 62, 66–72.
- Ge, X., Lorenz, F. O., Conger, R. D., Elder, G. H., & Simons, R. L. (1994). Trajectories of stressful life events and depressive symptoms during adolescence. *Developmental Psychology*, 30, 467–483.
- Grassia, M., & Gibb, B. E. (2008). Rumination and prospective changes in depression symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 27, 931–948.
- Hamilton, J. L., Stange, J. P., Shapero, B. G., Connolly, S. L., Abramson, L. Y., & Alloy, L. B. (2013). Cognitive vulnerabilities as predictors of stress generation in early adolescence: Pathway to depressive symptoms. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 41, 1027–1039.
- Hammen, C. (1991). Generation of stress in the course of unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 555–561.
- Hammen, C. (2006). Stress generation in depression: Reflections on origins, research, and future directions. *Journal of Clinical Psychology*, 62, 1065–1082.
- Hilt, L. M., McLaughlin, K. A., & Nolen-Hoeksema, S. (2010). Examination of the response styles theory in a community sample of young adolescents. *Journal of Child Psychology*, 38, 545–556.
- Hu, L., & Bentler, P. M. (1998). Fit indices in covariance structure modeling: Sensitivity to underparameterized model misspecification. *Psychological Methods*, 3, 424–453.
- Hunt, M. G. (1998). The only way out is through: Emotional processing and recovery after a depressing life event. *Behaviour Research and Therapy*, 36, 361–384.
- 伊藤 大幸・神谷 美里・吉橋 由香・宮地 泰士・野村 香代・谷 伊織・辻井 正次 (2010). 小中学生の攻撃性——特性不安および抑うつとの関連からの検討—— 精神医学, 52, 489–497.
- 伊藤 大幸・田中 善大・村山 恭朗・中島 俊史・高柳 伸哉・野田 航・辻井 正次 (2014). 小中学生用社会的不適応尺度の開発と構成概念妥当性の検証 精神医学, 56, 699–708.
- Joormann, J., Yoon, K. L., & Siemer, M. (2010). Cognition and emotion regulation. In Kring, A. M., & Sloan, D. M. (Eds.), *Emotion regulation and psychopathology: A transdiagnostic approach to etiology and treatment* (pp. 174–203). New York: Guilford Press.
- 川上 憲人 (2007). こころの健康についての疫学調査

- に関する研究 平成 16~18 年度厚生労働科学研究費補助金 (こころの健康科学事業)「心の健康についての疫学調査に関する研究」総合研究報告書.
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling* (2nd ed.). New York: Guilford Press.
- Lewinson, P. M., Hoberman, H. M., & Rosenbaum, M. A. (1988). A prospective study of risk factors for unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology, 97*, 251-264.
- McLaughlin, K. A., & Nolen-Hoeksema, S. (2011). Rumination as a transdiagnostic factor in depression and anxiety. *Behaviour Research and Therapy, 49*, 186-193.
- McLaughlin, K. A., & Nolen-Hoeksema, S. (2012). Interpersonal stress generation as a mechanism linking rumination to internalizing symptoms in early adolescent. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology, 41*, 584-597.
- 村田 豊久・清水 亜紀・森 陽次郎・大島 祥子 (1996). 学校における子どものうつ病——Birleson の小児期うつ病スケールからの検討—— 最新精神医学, 1, 131-138.
- 村山 恭朗・伊藤 大幸・高柳 伸哉・松本 かおり・田中 善大・野田 航・辻井 正次 (2014). 小学高学年・中学生用反応スタイル尺度の開発 発達心理学研究, 25, 477-488.
- 村山 恭朗・岡安 孝弘 (2012). 女子大学生を対象としたネガティブな反すうの安定性およびストレスとの相互関係に関する縦断的検討 健康心理学研究, 25, 67-76.
- 並川 努・谷 伊織・脇田 貴文・熊谷 龍一・中根 愛・野口 裕之・辻井 正次 (2011). Birleson 自己記入式抑うつ評価尺度 (DSRS-C) 短縮版の作成 精神医学, 53, 489-496.
- Nolen-Hoeksema, S. (1987). Sex differences in unipolar depression: Evidence and theory. *Psychological Bulletin, 101*, 259-282.
- Nolen-Hoeksema, S. (1991). Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of Abnormal Psychology, 100*, 569-582.
- Papageorgiou, C., & Wells, A. (2001). Positive beliefs about depressive rumination: Development and preliminary validation of a self-report scale. *Behavior Therapy, 32*, 13-26.
- 佐藤 寛・新井 邦二郎 (2002). 子ども用抑うつ自己評価尺度 (DSRS) の因子構造の検討と標準データの構築 発達臨床心理学研究, 14, 85-91.
- 佐藤 寛・今城 知子・戸ヶ崎 泰子・石川 信一・佐藤 容子・佐藤 正二 (2009). 児童の抑うつ症状に対する学級規模の認知行動療法プログラムの有効性 教育心理学研究, 57, 111-123.
- Schwartz, J. A. J., & Koenig, L. J. (1996). Response styles and negative affect among adolescents. *Cognitive Therapy and Research, 20*, 13-36.
- Stange, J. P., Hamilton, J. L., Abramson, L. Y., & Alloy, L. B. (2013). A vulnerability-stress examination of response styles theory in adolescence: Stressors, sex differences, and symptoms specificity. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology, 43*, 813-827.
- 高柳 伸哉・伊藤 大幸・岡田 涼・中島 俊思・大西 将史・染木 史緒・辻井 正次 (2012a). 一般中学生における自傷行為のリスク要因——単一市内全校調査に基づく検討—— 臨床精神医学, 41, 87-95.
- 高柳 伸哉・伊藤 大幸・大嶽 さと子・野田 航・大西 将史・中島 俊思・辻井 正次 (2012b). 小中学生における欠席行動と抑うつ, 攻撃性との関連 臨床精神医学, 41, 925-932.

(2015.9.28 受稿, 2016.2.15 受理)