

抑制意図が抑うつ者の気晴らしへの動機づけに与える影響 —交通事故を目撃した直後の気晴らしに関する場面想定法を用いた検討—

服部 陽介（京都学園大学人間文化学部）

川口 潤 （名古屋大学）

丹野 義彦（東京大学）

本研究では、抑うつ、気晴らしへの動機づけ、抑制意図の関連について検討を行った。参加者は、交通事故を目撃し、その出来事についての思考を抑制する状況を想像するよう求められ、さらに、その際の様々な行動への動機づけに関する質問に回答した。その結果、抑うつと気晴らしにあたる行動への動機づけの関連が、交通事故を目撃する経験の直後に喚起される抑制意図の強度によって調整されることが明らかになった。すなわち、抑制意図が強く喚起される場合には、抑うつに関わらず気晴らしへの動機づけが生じるが、抑制意図が弱い場合には、抑うつによって気晴らしへの動機づけが低下することが示された。

キーワード：抑うつ、思考抑制、抑制意図、気晴らし、動機づけ

問 題

ネガティブな出来事に直面したとき、ひとは、それについて考えないようにすることで、精神的健康の悪化を免れようとすることがある。特に、脅威やトラウマティックな出来事に対する感情的反応・記憶・思考に対しては、意図的な抑制が行われやすいといわれている (Dalgleish, Mathews, & Wood, 1999; Koutstaal & Schacter, 1997)。このような、特定の対象について考えないようにする努力やその過程は思考抑制と呼ばれている (Wegner, 1994)。思考抑制は、抑制対象となった思考の頻度をかえって上昇させる場合がある (逆説的效果) ことから (e.g., 森・木村, 2004; Wenzlaff & Wegner, 2000)、適切な対処方略を選択することで、逆説的效果の発生を抑える必要があると考えられる。

思考抑制は、抑制対象とは異なる対象 (ディストラクタ) に意図的に注意を向けることによって遂行されるといわれている (e.g., Wegner, 1994)。ここでは、思考抑制のためにディストラクタに対して意図的に注意を向けることを、気晴らし (distraction) と呼ぶこととする。気晴らしは思考抑制を実現するための有効な方略のひとつであり、抑制対象に代わり何らかの対象について考え続けることや (木村, 2004, 2005) や、目の前にある課題に集中して取り組むことで (Hattori & Kawaguchi, 2010; Salkovskis & Campbell, 1994)、抑制対象に関する思考 (侵入思考) の頻度が低下することが示されている。このような気晴らしの有効性を鑑みると、思考抑制を行う状況では、気晴らしへの動機づけが高まると考えられる。実際に、思考抑制中の思考内容を記録した複数の研究

において、思考抑制時に気晴らしが積極的に行われることが示されている (e.g., Reich & Mather, 2008; Wenzlaff, Wegner, & Roper, 1988)。

気晴らしへの動機づけと抑うつ

このように、一般的に、思考抑制時には気晴らしへの動機づけが高まりやすいと考えられる。しかしながら、すべての個人が同様に気晴らしを行おうとするわけではない。特に、うつ傾向の高い個人 (抑うつ者) は、思考抑制を行う状況でも、気晴らしへの動機づけが高まりにくい可能性があることが示されている。Hertel & Hardin (1990) は、抑うつ気分の導入を受けた参加者が、気分導入を受けなかった参加者に比べ、与えられた課題の成績を向上させるための能動的な努力を行わないことを示した。また、Hertel & Rude (1991) は、うつ病患者においても同様の能動的な努力の低下が生じることを報告している。これらの知見に基づき、Hertelらは、抑うつが問題解決のための能動的な努力を阻害する可能性があるとして述べている (Hertel & Hardin, 1990; Hertel & Rude, 1991)。気晴らしは思考抑制を実現するために意図的に利用される方略であるため、このような抑うつに伴う能動的な努力の阻害が、抑うつ者の気晴らしへの動機づけを低下させている可能性があると考えられる。

また、抑うつは、思考抑制時の気晴らしに対するネガティブな認知と結びついており、それが気晴らしへの動機づけを低下させている可能性がある。服部・川口 (2013) は、思考抑制時に、特定の行動や思考に注意を集中する方略である集中的気晴らしがもたらす結果や効果に関する信念を測定する尺度を作成し、

信念と抑うつに関連について検討を行った。その結果、“集中的気晴らしがかえってネガティブな気分や思考を導く”という内容のネガティブな信念の確信度と抑うつが正の相関関係を示すことが明らかになり、さらにその信念の確信度が高いほど、後の抑うつが悪化することが示された。このような気晴らしに関するネガティブな信念は、気晴らしの能動的な利用を阻害する可能性があるだろう。

さらに、抑うつと気晴らしへの動機づけの関連を示唆する知見として、服部・川口 (2009) がある。服部・川口 (2009) は、気晴らしとして利用可能な記憶課題が存在する状況下で思考抑制を行う実験条件を設定し、思考抑制を終えた参加者に対し、思考抑制と記憶課題のそれぞれに対して、どの程度、注意を向けようとしたかを自己評価するよう求めた。その結果、非抑うつ者は、思考抑制よりも記憶課題に対して注意を集中しようとしていたと回答したのに対し、抑うつ者は、思考抑制と記憶課題の両方に対して、同程度に注意を集中しようとしていたと回答した。また、記憶課題の成績を比較すると、抑うつ者は非抑うつ者よりも成績が低い傾向がみられた。これらの結果から、抑うつ者は、非抑うつ者に比べ、気晴らしとなる課題に能動的に注意を集中しようとしなかったと解釈された。

しかしながら、服部・川口 (2009) の結果は、抑うつが気晴らしへの動機づけを低下させることを必ずしも意味するものではない。課題への注意に関する自己評価の結果は、抑うつ者が思考抑制のみならず、記憶課題にも注意を向けようとしていたことを意味している。したがって、抑うつ者が思考抑制を意図的に行いつつ、気晴らしとして記憶課題に取り組もうとした場合にも、服部・川口 (2009) で得られたものと同様のパターンの回答が得られると考えられる。また、課題への注意に関する自己評価が思考抑制の直後に行われていたことから、思考抑制時に行われた気晴らしの可否が、後の自己評価に影響を与えていた可能性もあるだろう。さらに、抑うつ者における記憶課題の成績の低さも、抑うつに伴う認知能力の低下によって生じているかもしれない。このように、服部・川口 (2009) の結果は、抑うつ者における気晴らしへの動機づけの低下を直接的に示すものではないといえる。

そこで、本研究では、気晴らしへの動機づけに関す

る質問を行い、改めて、抑うつが気晴らしへの動機づけの低下をもたらす可能性について検討を行う。具体的には、参加者に対し、ネガティブな出来事に直面した状況を想像し、その状況下で気晴らしにあたる行動をどの程度すると思うかについての質問を行う。この方法を用いることで、参加者が実際に気晴らしを行うことができたか否かの影響を受けることなく、気晴らしへの動機づけの程度を測定できると考えられる。

抑制意図による影響の可能性

また、本研究では、抑うつと気晴らしへの動機づけの関係を検討するうえで、思考抑制を行おうとする意図の影響を考慮する。ここでは、特定の対象についての思考を抑制しようとする意図を抑制意図と呼ぶ。

抑制意図は、思考抑制時に行われる気晴らしに先立って生じると考えられている。Wegner (1994) では、思考抑制の際、抑制意図に応じて、注意を向けるべきディストラクタの探索と、利用するディストラクタへの注意の移行が行われるといわれている。これは、先んじて生じた抑制意図が、後の気晴らしへの動機づけを高めることを示唆している。

Wegner (1994) で指摘されているように、抑制意図が気晴らしに先立って生じるならば、抑制意図が強く喚起される場合には、抑うつによって生じると予測される、気晴らしへの動機づけの低下が生じにくくなる可能性がある。その一方で、抑制意図が弱い場合には、抑うつによって気晴らしへの動機づけが低下すると考えられる。このように、抑制意図は、抑うつと気晴らしへの動機づけの関係を調整する効果を持つ可能性がある。

そこで、本研究では、参加者に対し、ネガティブな出来事に直面した状況を想像するよう求めた後に、抑制意図の強度に関する質問を行う。この方法を用いることで、抑制意図が、抑うつと気晴らしへの動機づけにどのような影響を与えるかを直接的に検討することが可能になると考えられる。

目的と仮説

本研究では、先行研究における方法論上の問題点を解消し、抑うつ、気晴らしへの動機づけ、抑制意図の関係について検討を行う。本研究では、以下の仮説について検討する。まず、抑うつが気晴らしへの動

機づけを低下させると考えられるため、抑うつと気晴らしへの動機づけの間には負の相関関係がみられると考えられる(仮説1)。次に、抑制意図は、抑うつと気晴らしの関係を調整すると考えられる。すなわち、抑制意図が弱い場合には、抑うつ程度が高まるほど気晴らしへの動機づけが低下すると予測される(仮説2)。それに対し、抑制意図が強い場合には、抑うつ程度と気晴らしへの動機づけの関連は弱まるか、両要因の関連は見られなくなると予測される(仮説3)。

方 法

調査対象者

名古屋市内の大学に通う大学生100名であった。回答に欠損がみられた参加者6名を分析から除外したため、有効回答者数は94名(男性10名、女性84名)であった。平均年齢は20.25歳($SD = 0.58$)であった。

調査用紙の構成

Zung自己記入式抑うつ尺度日本語版 (the Zung Self-Rating Depression Scale; 以下SDS) 抑うつ程度を測定するための尺度として十分な信頼性、妥当性が確認された尺度であるSDS (Zung, 1965) の日本語版 (福田・小林, 1973) が用いられた。SDSは20項目から構成され、4件法での回答が求められた(1: ほとんどない—4: ほとんどいつもある)。20項目すべての合計得点がSDS得点として用いられた。

気晴らし行動についての質問紙 思考抑制を行うために用いられる気晴らし行動の個人差を測定するための質問紙が作成された。まず、質問紙の冒頭で、参加者は、思考抑制の対象となる、交通事故を目撃した状況について記述した文章を呈示され、その場面にいる自分をできる限り鮮明にイメージするように求められた。参加者に呈示された文章は、“あなたが交差点で信号待ちをしていると、ハンドル操作を誤ったのか、一台の車が道を外れ、あなたの向かい側の道路脇に立っている電柱に激突しました。運転手は、ぐったりした様子で、現場に駆けつけた救急車に寄せられていきました。あなたは、目の前で突然起こった事故に驚き、しばらくの間、その場に立ち尽くし

ていました。”であった。この文章は、Wenzlaff et al. (1988) で用いられた文章をもとに作成された。ただし、Wenzlaff et al. (1988) で用いられた文章は、主人公が就職面接を前に交通事故を起こす場面であったのに対し、本研究では、上述のように、主人公が交通事故の一部始終を第三者として目撃する場面が設定された。この変更は、Wenzlaff et al. (1988) で用いられた文章のように、自分自身が交通事故を起こした状況では、明らかに不適切な対処である思考抑制や気晴らしが選択されにくいと予測されたために行われた。

次に、参加者は、交通事故を目撃した状況をできる限り鮮明に想像するように求められた。さらに、その状況下で、参加者は、どの程度、ネガティブな気分になると思うか(ネガティブ気分得点)、また、その経験についてどの程度、考えないようにしようと思うか(抑制意図得点)について、6件法で回答するように求められた(1: 全く当てはまらない—6: 非常に当てはまる)。

その後、参加者は、交通事故を目撃した経験についての思考を抑制する状況を想像するように求められた。さらに、参加者は、12個の行動のリストを呈示され、思考を抑制する際に、どの程度、リスト内の各行動をしようと思うかを、6件法で回答するように求められた(1: 全く当てはまらない—6: 非常に当てはまる)。行動のリストは、気晴らしの具体的特徴に基づく分類(及川, 2003)を参考にして作成された。

手続き

調査は授業時間の一部を利用し、大教室で集団実施された。調査の開始前に、調査への回答は任意であること、調査によって得られたデータは統計的に処理されることが説明された。その後、調査用紙が配布された。調査用紙はSDSと気晴らし行動についての質問紙から構成され、その順序は参加者間でランダムであった。

結 果

気晴らし行動についての分析

気晴らし行動についての質問項目の評定値に極端な偏りなどの問題点は確認されなかったため、12項目全てについて最尤法プロマックス回転による因子

分析を行った。スクリープロット (3.03、1.87、1.29、1.13) と95%点の固有値 (1.50) を用いた平行分析の結果から、2因子解が妥当であると考えられたため、因子数を2に指定し、同様の因子分析を行った。すべての因子に関する因子負荷量が.40未満であった項目と、複数の因子に関する因子負荷量が.40以上であった多重負荷項目を除外し、3回の因子分析を行った結果、計6項目で構成される解釈可能な2因子が抽出された (Table 1)。

第1因子は、ポジティブな対象に注意を向ける行動4項目 (e.g., 友人と遊びに行く) で構成されていたため、ここでは“気晴らし”因子とした (寄与率35.34%)。第2因子は、反すうを導く可能性のある消極的な行動2項目 (e.g., ひとりで静かに時間が過ぎるのを待つ) で構成されていたため、ここでは“消極行動”因子とした (寄与率16.06%)。因子ごとにCronbachの α 係数を算出した結果、各因子の α 係数は、“気晴らし”で $\alpha = .76$ 、“消極行動”で $\alpha = .72$ であり、一定の内的整合性が確認されたため、各因子に含まれる項目の平均得点を各因子得点として用いることとした (それぞれ、気晴らし得点、消極行動得点)。

Table 1 因子分析の最終結果
(最尤法プロマックス回転; 因子負荷行列) ($N = 94$)

	Factor Loadings	
	Factor 1	Factor 2
Factor 1 気晴らし ($\alpha = .76$)		
3. 友人と遊びに行く	.85	.11
4. 代わりに楽しいことについて考える	.66	-.08
11. 買い物に出かける	.64	.09
1. 特定の趣味や遊びなどに没頭する	.49	-.26
Factor 2 消極行動 ($\alpha = .72$)		
7. ひとりで静かに時間が過ぎるのを待つ	-.01	.85
5. 何もせず、ぼんやりとして過ごす	.05	.68
因子間相関	Factor 1	Factor 2
	—	-.35**
	Factor 2	—

** $p < .01$

変数間の関連についての検討

各変数の記述統計量をTable 2に、変数間の相関係数をTable 3に示した。有意水準は5%とした。SDS得点と、抑制意図得点 ($r(92) = -.02, p = .87, 95\%CI[-.25, .16]$) の間、また、SDS得点と気晴らし得点 ($r(92) = -.20, p = .06, 95\%CI[-.38, .01]$) の間には、明確な関連は確認されなかった。

Table 2 各変数の記述統計量

	平均値	標準偏差
SDS	42.98	7.67
抑制意図	2.85	1.46
ネガティブ気分	4.34	1.46
気晴らし	3.79	1.16
消極	3.22	1.25

Table 3 各変数の相関係数

	抑制意図	ネガティブ気分	気晴らし	消極
SDS	-.02	-.05	-.20†	-.01
抑制意図	—	.38**	.09	-.11
ネガティブ気分		—	-.01	-.04
気晴らし			—	-.32**
消極				—

† $p < .10$, ** $p < .01$

抑制意図と抑うつが気晴らしへの動機づけに与える影響

抑制意図と抑うつが気晴らしへの動機づけに与える影響について検討するために、気晴らし得点を従属変数とする階層的重回帰分析を実施した。第一ステップで、統制変数としてダミー変数化した性別 (男性 = 0、女性 = 1) とネガティブ気分得点が投入された。第二ステップでは、SDS得点と抑制意図得点が投入された。第三ステップでは、SDS得点と抑制意図得点の交互作用項が投入された。なお、すべての変数は中心化処理が施されていた。有意水準は5%とした。

分析の結果、第三ステップで説明率の有意な増加が確認され ($\Delta R^2 = .05, F(1, 88) = 4.87, p = .03$, 調整済み $R^2 = .08$)、抑制意図得点とSDS得点の有意な交互作用がみられた ($b = 0.10, \beta = .22, t(88) = 2.21, p = .03, 95\%CI[0.01, 0.19]$) (Table 4)。

Table 4 気晴らし得点についての階層的重回帰分析

Variable	気晴らし得点					
	β	R^2	ΔR^2	ΔF	AIC	BIC
Step 1		.05	.05	2.13	558.40	568.58
性別	.20†					
ネガティブ気分	-.06					
Step 2		.08	.04	1.67	558.94	574.20
SDS	-.17†					
抑制意図	.07					
Step 3		.13	.05*	4.87	555.88	573.68
SDS x 抑制意図	.22*					

$N = 94$ † $p < .10$, * $p < .05$

この交互作用について詳細に検討するために、Aiken & West (1991) に従い、抑制意図得点の高低

($\pm 1SD$) ごとに単純傾斜の分析を行った。その結果、抑制意図得点が低い場合には、SDS得点が高まるほど気晴らし得点が低くなるのに対し ($b = -0.25$, $\beta = -.41$, $t(88) = 2.82$, $p < .01$, $95\%CI[-0.42, -0.07]$)、抑制意図得点が高い場合にはこのような関連はみられなかった ($b = 0.04$, $\beta = .07$, $t(88) = 0.44$, $p = .66$, $95\%CI[-0.14, 0.22]$) (Figure 1)。

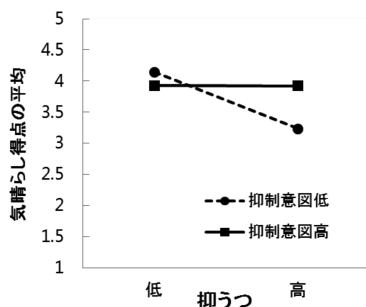


Figure 1 抑制意図の強さごとの抑うつと気晴らしへの動機づけの関連

抑制意図と抑うつが消極行動への動機づけに与える影響

抑制意図と抑うつが消極行動への動機づけに与える影響について検討するために、消極行動得点を従属変数として、同様の階層的重回帰分析を実施した。その結果、全てのステップで説明率の有意な増加は確認されず ($F_s < 1.13$, $p_s > .29$)、抑制意図ならびに抑うつの効果は確認されなかった。

考 察

本研究では、場面想定法を用いて、抑うつ、気晴らしへの動機づけ、抑制意図の関連について検討を行った。その結果、SDS得点と気晴らし得点の間に明確な関連は確認されなかった。これは、抑うつと気晴らしへの動機づけの間に関連がみられなかったことを意味しており、仮説1は支持されなかった。しかしながら、階層的重回帰分析の結果、SDS得点と抑制意図得点の交互作用が確認され、抑制意図得点が低い場合には、SDS得点が高いほど気晴らし得点が低くなるのに対し、抑制意図得点が高い場合には、このような関連がみられなかった。これらの結果は、抑制意図が弱い場合にのみ、抑うつの程度が高まるほど気晴らしへの動機づけが低下することを意味しており、抑制意図が抑うつと気晴らしの関係を調整する効果を

持つことが示されたといえる。したがって、仮説2と仮説3は支持された。

抑うつが気晴らしへの動機づけを低下させることが示されたが、その影響は限定的であり、抑制意図が強く喚起される状況では、抑うつの程度に関わらず気晴らしが動機づけられることが明らかになった。その一方で、喚起される抑制意図が弱い場合には、抑うつによって気晴らしへの動機づけが低下するものの、抑うつの程度が低い場合には、気晴らしが動機づけられていた。さらに、気晴らし得点と抑制意図得点の間に明確な相関関係が確認されなかったことを考慮すると、気晴らしへの動機づけは、抑制意図の有無に関わらず、ネガティブな出来事に直面した直後に生じており、また、抑うつよりも抑制意図とより強く結びつけられていると考えられる。その結果、喚起される抑制意図が弱い場合にのみ抑うつの影響が顕在化することになり、抑うつ者における気晴らしへの動機づけが低下し、気晴らしの能動的な利用も行われなくなる可能性があるだろう。その背景には、抑うつに伴う能動的努力の低下 (e.g., Hertel & Hardin, 1990; Hertel & Rude, 1991) や、気晴らしに関するネガティブな信念 (服部・川口, 2013) の影響があるかもしれない。なお、消極行動への動機づけは、抑制意図や抑うつと明確な関連を示さなかった。この結果は、抑うつや抑制意図がすべての行動への動機づけに影響を与えるわけではなく、特にポジティブな対象に注意を向ける行動である気晴らしに対して、顕著な影響を与えることを示唆しているといえる。

ただし、本研究で確認された、抑うつと抑制意図の交互作用効果による気晴らしへの動機づけの分散説明率は、それほど高いものではなかった。これは、気晴らしへの動機づけが、抑うつや抑制意図以外の要因によって大きく影響を受ける可能性を示している。さらに研究の枠組みを拡大し、気晴らしへの動機づけを規定する要因の特定を進めていく必要があるだろう。

次に、本研究の限界点について述べる。第一に、本研究では、測定された抑制意図得点と抑うつとの間に明確な関連がみられなかった。それに対し、先行研究では、抑うつの程度が高い個人ほど、不必要に思考抑制の努力を続ける傾向があるといわれており (Clark, 2005 丹野監訳 2006)、複数の研究において、抑うつと慢性的な思考抑制傾向の間に正の相関

関係がみられることが確認されている (e.g., Luciano et al., 2006; Spinhoven & van den Does, 1999; Wegner & Zanakos, 1994)。また、Rassin (2003) でも、意図的に思考抑制を試みる傾向を反映する項目群の得点である抑制努力 (Suppression attempts) 得点と抑うつ得点の間に正の相関関係が確認されており、抑うつの程度が高い個人ほど、意図的な思考抑制を行いやすいことが示されている。これらの先行研究と本研究の結果の不一致は、本研究で測定された抑制意図得点と、先行研究で測定された意図的な思考抑制を試みる傾向が、意図的抑制の異なる側面をとらえていたために生じた可能性がある。ほとんどの先行研究では、既存の尺度に対する回答に基づいて、安定的な反応傾向であるとされる思考抑制傾向を測定していた。それに対し、本研究では、場面想定法を用いて、交通事故を目撃した直後の状況を想像し、その際の抑制意図を回答するよう参加者に求めている。この手続きを経て測定された抑制意図は、ネガティブな出来事に対する反応として生じる、短期的な抑制意図である可能性がある。このように、場面想定法を用いるという先行研究との方法論上の差異が、先行研究とは異なる意図的抑制の側面の測定を促したために、結果の不一致が生じた可能性があるだろう。今後は、反応として生じる抑制意図と意図的な思考抑制傾向を異なる指標を用いて同時に測定し、両者を弁別するとともに、それらの関係性を探っていく必要があると考えられる。

第二に、本研究で測定された気晴らしへの動機づけが、実際に思考抑制を行う際に利用される気晴らし行動を十分に予測しない可能性がある。本研究では、気晴らしにあたると思われる行動のリストから、気晴らしへの動機づけを反映すると考えられる項目群の選出を試みたが、結果的に選出された項目は4項目と非常に少なかった。これは、本研究が、実際に行われる気晴らしのうちのごく限られたもののみを取り扱っていたことを意味している。したがって、本研究の結果を一般化するに先立ち、より幅広い気晴らし行動を検討対象とした追試を行う必要があるだろう。

また、実際に思考抑制を行う場合には、一度にとることのできる行動に限りがあるため、気晴らしとなる行動の選択や、気晴らしとなる行動の切り替えが行われると考えられている (Wegner, 1994)。しかしな

がら、本研究では場面想定法を用いたため、実際には生じるはずの行動間の競合が生じていなかった。その結果として、各行動への動機づけをより正確に測定することができたと考えられるが、その一方で、ここで測定された動機づけが実際に行われる気晴らし行動を十分に予測するかという点については、やや疑問が残るといわざるを得ない。この問題点を解決するためには、実際に行われる気晴らし状況により近い実験事態を設定した研究の実施が必要になると考えられる。具体的には、参加者に対して思考抑制を行う課題を課し、その際に行う行動について複数の選択肢を与え、その際の行動を分析することができよう。また、場面想定法を用いる場合でも、リストとして呈示する各行動の優先順位に関する質問項目を設けることや、それらの行動をどの程度、持続的に利用するかを尋ねる質問項目を設けるなどの方法を用いることで、実際に行われる気晴らしへの動機づけにより近いものを測定することができると考えられる。これらの方法を用いて、思考抑制時の気晴らしへの動機づけや、実際に行われる気晴らし行動についての理解をさらに深めていく必要があると考えられる。

第三に、剰余変数の統制が不十分であった可能性が挙げられる。本研究では、参加者に対し、交通事故を目撃する状況を想像したうえで、それに関する思考を抑制するよう求めた。このような、特定の状況を鮮明に想像することができるか否かは、想像する状況と類似した状況の経験の有無によって影響を受けると考えられる。しかしながら、本研究では、交通事故を目撃した経験の有無に関する質問を行っていなかったため、このような経験における個人差が、結果に影響を及ぼしていた可能性がある。これらの剰余変数の影響を十分に統制した更なる検討が必要であると考えられる。

本研究では、抑うつ、気晴らしへの動機づけ、抑制意図の関連について検討を行い、抑うつと気晴らしへの動機づけの関連が、喚起される抑制意図の強度によって調整されることが明らかになった。抑制意図が強く喚起される場合には、抑うつの程度に関わらず気晴らしへの動機づけが生じるが、抑制意図が弱い場合には、抑うつによって気晴らしへの動機づけが低下することが示された。今後は、思考抑制時に実際に行われる気晴らし行動などを標的として、更に検討を重ねていく必要がある。

引用文献

- Aiken, L. S., & West, S. G. (1991). Multiple regression: Testing and interpreting interactions. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Dalgleish, T., Mathews, A., & Wood, J. (1999). Inhibition processes in cognition and emotion: A special case? In T. Dalgleish & M. Power (Eds.), *Handbook of cognition and emotion*. Chichester, UK: John & Wiley, pp. 243-265.
- 福田一彦・小林重雄 (1973). 自己評価式抑うつ性尺度の研究 精神神経学雑誌, **75**, 673-679.
- 服部陽介・川口 潤 (2009). 抑うつ者における思考抑制時の侵入思考と注意の焦点化方略の関係. 心理学研究, **80**, 238-245.
- Hattori, Y., & Kawaguchi, J. (2010). Decreased effectiveness of a focused-distraction strategy in dysphoric individuals. *Applied Cognitive Psychology*, **24**, 476-486.
- 服部陽介・川口 潤 (2013). 集中的気晴らしに関するメタ認知的信念と抑うつとの関係に関する検討 パーソナリティ研究, **21**, 267-277.
- Hertel, P. T., & Hardin, T. S. (1990). Remembering with and without awareness in a depressed mood: evidence of deficits in initiative. *Journal of Experimental Psychology. General*, **119**, 45-59.
- Hertel, P. T., & Rude, S. S. (1991). Depressive deficits in memory: focusing attention improves subsequent recall. *Journal of Experimental Psychology. General*, **120**, 301-309.
- 木村 晴 (2004). 望まない思考の抑制と代替思考の効果 教育心理学研究, **52**, 115-126.
- 木村 晴 (2005). 抑制スタイルが抑制の逆説的効果の生起に及ぼす影響 教育心理学研究, **53**, 230-240.
- Koutstaal, W., & Schacter, D. L. (1997). Intentional forgetting and voluntary thought suppression: Two potential methods for coping with childhood trauma. In L. Dickstein & M. B. Riba (Eds.), *Review of psychiatry* (Vol. 16). Washington, DC: American Psychiatric Press, pp. II79-II121.
- Luciano, J. V., Belloch, A., Algarabel, S., Tomás, J. M., Morillo, C., & Lucero, M. (2006). Confirmatory factor analysis of the White Bear Suppression Inventory and the Thought Control Questionnaire: A comparison of alternative models. *European Journal of Psychological Assessment*, **22**, 250-258.
- 森 津太子・木村 晴 (2004). 自動性とコントロール過程 大島 尚・北村英哉 (編) 認知の社会心理学 北樹出版 p.p.43-53.
- 及川 恵 (2003). 再解釈と計画が気晴らしへの依存に及ぼす影響—ストレス状況の文脈を考慮して— 教育心理学研究, **51**, 319-327.
- Rassin, E. (2003). The White Bear Suppression Inventory (WBSI) focuses on failing suppression attempts. *European Journal of Personality*, **17**, 285-298.
- Reich, D. A., & Mather, R. D. (2008). Busy Perceivers and Ineffective Suppression Goals: A Critical Role for Distracter Thoughts. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **34**, 706-718.
- Salkovskis, P. M., & Campbell, P. (1994). Thought suppression induces intrusion in naturally occurring negative intrusive thoughts. *Behaviour Research and Therapy*, **32**, 1-8.
- Spinhoven, P., Vanderdoes, a, & Does, A. J. W. V. D. (1999). Thought suppression, dissociation and psychopathology. *Personality and Individual Differences*, **27**, 877-886.
- Wegner, D. M. & Zanakos, S. (1994). Chronic thought suppression. *Journal of Personality*. **62**, 615-641.
- Wegner, D. M. & Zanakos, S. (1994). Chronic thought suppression. *Journal of Personality*. **62**, 615-641.
- Wenzlaff, R. M. & Wegner, D. M. (2000). Thought suppression. *Annual Review of Psychology*, **51**, 59-91.
- Wenzlaff, R. M., Wegner, D. M., & Roper, D. W. (1988). Depression and mental control: the resurgence of unwanted negative thoughts. *Journal of Personality and Social Psychology*, **55**, 882-892.
- Zung, W. W. (1965). A self-rating depression scale. *Archives of General Psychiatry*, **12**, 63-70.

註

※) 本研究結果の一部は、2013年に開催された日本心理学会第77回大会で発表された。

(受稿2014年12月18日 受理2015年1月27日)

A moderation effect of suppression intention between motivation for distraction and depression

Yosuke HATTORI (*Faculty of Human and Cultural Studies, Kyoto Gakuen University*)

Jun KAWAGUCHI (*Nagoya University*)

Yoshihiko TANNO (*The University of Tokyo*)

Previous research suggests that depression is associated with a tendency to intentionally suppress negative thoughts. The present study aimed to examine the relationships among depression, motivation for distraction, and suppression intention. We hypothesized that suppression intention moderates the relationship between depression and motivation for distraction during thought suppression. One hundred participants were asked to image a scene that they witness a traffic accident and then try to suppress thoughts about it. Afterward, participants were asked to evaluate their own motivation for engaging in some specific coping behaviors including distractions. Results showed that suppression intention moderated the relationship between motivation for distraction and depression. When participants had weak suppression intention, the degree of depressive symptoms predicted lower motivation for distraction. In contrast, when participants had strong suppression intention, depressive symptoms did not decrease motivation for distraction. Limitations and future research directions are discussed.

Keywords: depression, thought suppression, suppression intention, distraction, motivation