

批判的思考態度が抑うつに及ぼす影響について

—完全主義に注目して—

20007FRM 柳田 遙奈

キーワード：抑うつ・完全主義・批判的思考態度

1. 問題と目的

わが国において、うつ病をはじめとした気分障害を呈する人の数は年々増加している。うつ病は様々な要因が複雑に絡み合い発症へと至る病であるが、多くの要因のうちの心理的な要因について、Tellenbach, H. (1961) は几帳面で責任感があり目標水準が高く、融通の利かない「メランコリー親和型性格」を挙げ、日本では下田 (1941) が仕事に熱心、徹底的、几帳面で強い正義感をもった「執着性格」を病前性格として挙げている。

日本において両者は類似した概念であると考えられており、それらに共通するのは完全主義的な傾向である。完全主義とは「どんなことにおいても完璧を目指し、完璧にできなければすなわち失敗であると思うようになる」(桜井・大谷, 1997) 性格であると定義されている。桜井・大谷 (1997) によると完全主義的な性格もまた、「抑うつ状態」を引き起こす可能性があるものである。

桜井・大谷 (1997) は完全主義を「自分に高い目標を課する傾向 (PS)」、 「完全でありたいという欲求 (DP)」、 「ミスを過度に気にする傾向 (CM)」、 「自分の行動に漠然とした疑いをもつ傾向 (D)」 の 4 つの因子から構成されるものと考えた。中でも「ミスを過度に気にする傾向 (CM)」「自分の行動に漠然とした疑いをもつ傾向 (D)」 は抑うつ状態を引き起こしやすい性格特性だとされている (清水・古井, 2004) が、それに関して坪田 (2019) は、成功や失敗に対する評価が主観的なものとなり、客観的な評価を欠いてしまうために引き起こされるものだとしている。

完全主義が主観的なものである一方、批判的思考態度は自分の思考の過程を意識的に吟味する反省的な思考である (Ennis, 1987)。批判的思考は、真偽の不明な情報が溢れる社会においてどういった情報を選択し、受け取った情報をどのよう

に捉え、そこから自分自身がどのような行動をとるかということに重要な役割を果たすだけではなく、自分自身が賢く世の中を生きていき、よりストレスを減らして日々の生活を送っていくことにも大きな役割を担っているとされている (廣岡・小川・元吉, 2000)。中でも批判的思考態度を構成する「探究的な姿勢」は、平山・楠見 (2004) の研究において、自身のもつ信念に捉われずに客観的に評価を行うために最も重要な要素であることが報告されている。

本研究ではその「探究的な姿勢」に注目し、客観性を欠いている状態であると捉えられる完全主義、またその完全主義が招く抑うつ状態とどのような関連があるのかを検討したい。探求的な姿勢は先行研究から健康的な側面があることが示唆されていることから、不適応的な側面をもつとされる「CM」「D」、抑うつ状態とは負の関連があるのではないかと考えられる。特に、探求的な姿勢が弱い場合には「CM」「D」がより主観的なものとなっている可能性があり、それにより抑うつ状態が強められているのではないかということ仮説として提唱したい。

2. 方法および対象

調査対象者

介護リハビリテーション事業を主とする医療法人 A 病院において、従業員 321 名に対して例年実施しているメンタルヘルス対策の一環として質問紙調査を実施した。そのうち回答内容に欠損項目がなく、調査研究の承諾が得られたデータ 238 名分を分析の対象とした。

調査方法

2021 年 2 月に質問紙を配布し、回答後は封筒に入れ密封した形で回収した。後日、結果

を個人に宛てて送付した。

質問紙の構成

質問紙は、表紙、フェイスシート、CES-D 日本語版島・鹿野・北村・浅村 (1985)、批判的思考態度尺度 (平山・楠見, 2004)、新完全主義尺度 (桜井・大谷, 1997) から構成された。

分析の方法

分析は、IBM SPSS Statistics21 を用いて行った。

3. 結果

因子分析の結果、新完全主義尺度 (MSPS) については「自分に高い目標を課す傾向 (PS) ($\alpha=.775$)」「完全でありたいという欲求 (DP) ($\alpha=.823$)」「失敗を過度に気にする傾向 (CM) ($\alpha=.850$)」「欠陥を見逃すまいとする強迫的な傾向 (OD) ($\alpha=.752$)」の 4 因子が抽出され、批判的思考態度尺度については「冷静で論理的な思考力 ($\alpha=.889$)」「探究心 ($\alpha=.891$)」「内省力 ($\alpha=.737$)」の 3 因子が抽出された。

仮説より、「探究心」は「CM」「D」、抑うつ状態と負の関連があることを想定していたが、全体および属性別においていずれにも有意な中程度以上の相関は見られなかった。そこで、抑うつに対し「探究心」と「CM」「OD」が相互作用を与えているのではないかと推測し、2 要因分散分析を行なったところ、「探究心」と「OD」が相互的に抑うつへ影響を与えていることが明らかとなった (図 1)。

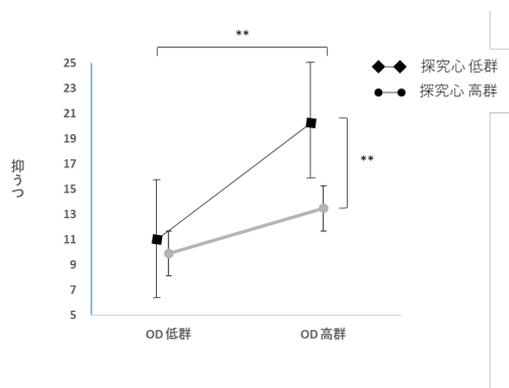


図 1 D×探究心 (全体)。

さらに「探究心」についての検討を加えるため「PS」と「CM」をそれぞれ高群・低群の 4 群に分けて独立変数とし、「探究心」と抑うつを従属変数としてそれぞれ一元配置分散分析を行なった (表 1)。結果、「探究心」は「PS 低・CM 高」群においてその他の 3 群よりも有意に値が低く、抑うつは「PS 高・CM 高」群「PS 低・CM 高」群においてその他の 2 群よりも有意に値が高いことが示された。

表 1 探究心を従属変数とした分散分析

		PS高・CM低	PS高・CM高	PS低・CM高	PS低・CM低	F値
探究心	得点	21.35	19.37	15.09	18.77	10.30
	標準偏差	4.97	5.50	5.01	6.42	
抑うつ	得点	10.01	16.14	17.31	11.99	8.54
	標準偏差	7.62	8.94	9.51	8.12	

4. 考察

完全主義とは完璧でありたいという欲求を示す傾向であったが、古井 (2006) は、臨床心理学的視点によると、完全主義は全能感の表れであるとしている。全能感は Freud, S. が提唱した概念であるが、「PS」と「CM」をそれぞれ高群・低群の 4 群に分けたとき、「PS 高・CM 低」群、「PS 高・CM 高」群、「PS 低・CM 高」群、「PS 低・CM 低」群の順に全能感が高くなっているものと考えられる。各群の抑うつ・「探究心」の値を付すと表 2 のようになるが、このことから、「探究心」自体に健康的な側面あるいは不健康的な側面があるというわけではなく、どの程度の全能感によって動機づけられているかということによって健康的であるかそうでないかということが左右されることが明らかとなった。

表 2 万能感をもとにしたモデル

万能感	PS	CM	抑うつ	探究心
↑	高	低	= 低	高
↑	高	高	= 高	高
↓	低	高	= 高	低
↓	低	低	= 低	高