精神状態に対する否定的イメージが精神的健康に与える影響

—「自分はうつ病なのではないか」と感じる体験をもとに—

○福永泰士¹・佐々木淳¹

(¹大阪大学大学院人間科学研究科)

キーワード: うつ病、スティグマ、精神的健康

The influence of the negative image for the mental state on the mental health

Taishi FUKUNAGA¹ and Jun SASAKI¹

(¹Graduate School of Human Science, Osaka University.)

Key words: depression, stigma, mental health

目 的

心理的問題の中でも、とくに抑うつは日常的にも経験されやすいものである (Roberts, 1999)。一過性の軽い抑うつならば自然と回復に向かうため、過度の注意を向ける必要はないだろう。しかし、「うつ病」が問題視され、その病名が社会的にも認知されている現代社会においては、軽い抑うつを感じてさえ「自分はうつ病なのではないか」と不安になる者もいると推測される。こういった不安が精神的健康へ悪影響を与えている可能性はないのだろうか。本研究では、この「自分はうつ病なのではないか」と思ったときに生じる感情や行動を、仮に「うつ病憂慮」と定義し、精神的健康に悪影響を与えるのかどうかを明らかにすることを目指した。

本研究においては、うつ病憂慮の背景にはうつ病に対するスティグマがあると想定し、さらに抑うつ、内的統制傾向 (原因帰属)、精神的健康を含めた影響関係の検討を統計的に行い、うつ病憂慮に対する援助に何らかの示唆を与えることを目的とした。

方 法

調査対象者 大学生 202 名 (男性 96 名・女性 106 名) を対象に、調査紙調査を行った。

質問紙 質問紙は、(1)うつ病憂慮に関する項目: 筆者作成の 10 項目 (5 件法)、(2)抑うつ: SDS (Zung, 1965) 20 項目 (4 件法)、(3)うつ病に対するスティグマに関する項目: Link スティグマ尺度日本語版 (蓮井ら, 1999) をうつ病に関してのスティグマを問うために改変して用いた 12 項目 (4 件法) の尺度、(4)内的統制傾向: Locus of Control 尺度 (鎌原ら, 1982) の 18 項目 (4 件法)、(5)精神的健康度: 日本語版 GHQ-28 (中川・大坊, 1985) の 28 項目 (4 件法) で構成した。

結 果

うつ病憂慮に関する項目について 大きな偏りが見られ、正規性や信頼性などの点において疑問が残るところではあったが、その点は今後の課題とし、本研究では便宜的にパラメトリックな統計手法を用いた。Table1.に項目例とその基本統計量を示す。

変数間の関係について

各尺度の基本統計量を Table2.に示す。次に GHQ 得点を目的変数とするパス解析を行った。

Table2. 各尺度の得点と記述統計量、 α 係数

	平均	SD	α
抑うつ	41.2	7.5	0.81
うつ病に対するスティグマ	28.4	5.9	0.85
精神的健康	26.5	12.1	0.91
内的統制傾向	43.8	6.0	0.78
うつ病憂慮	15.8	8.0	0.91

Table1. うつ病憂慮に関する項目の項目例とその基本統計量ならびに回答率

	基本統計量					回答率 (%)				
	平均値	SD	歪度	尖度	範囲	1	2	3	4	5
1. 自分はうつ病ではないか、と不安になる	2.02	1.27	0.98	-0.37	1-5	49.50	23.27	7.43	14.85	4.95
4. 自分はうつ病ではないかと思い、うつ病について調べたことがある	1.80	1.32	1.40	0.43	1-5	67.33	10.89	3.47	11.39	6.93
5. うつ病の話を聞いて、自分はうつ病ではないかと心配になったことがある	2.09	1.31	0.80	-0.77	1-5	50.00	16.83	11.88	16.34	4.95
8. 自分はうつ病ではないという確証がほしいと思ったことがある	1.65	1.14	1.57	1.16	1-5	70.79	8.42	8.91	8.91	2.97

その結果を Figure1.に示す (点線は削除したパスを表す。GFI = .99, AGFI = .97, RMSEA = .00)。パス解析の結果、抑うつ (SDS) が直接的だけでなく、うつ病憂慮を介しても精神的健康 (GHQ) に影響を及ぼしていることがわかった。また、スティグマ・内的統制はともにうつ病憂慮に直接的に影響を与えていないことがわかった。

Figure1. 精神的健康を目的変数としたパスモデル

考 察

うつ病憂慮に関する項目は、項目によって回答のばらつきはあるものの、大学生の中には「自分はうつ病ではないか」と憂慮するものがある程度存在していることが示された。

変数間の関係性については、うつ病を憂慮することが精神的健康に対して、抑うつほどではないものの、悪影響を与えることが示唆された。内的統制傾向とうつ病憂慮の影響関係が見られなかったが、これは抑うつと内的統制傾向の相関関係の強さが影響していると推測された。しかし、この結果はうつ病憂慮に対する援助に内的統制感を高めることが単に無意味であると示すものではないと考えられる。なぜなら内的統制感を高めることで抑うつの発生を軽減し、間接的にうつ病憂慮が発生する可能性を低めるとも考えられるからである。ただ、直接的な影響を与えてはいないので、いったん発生してしまったうつ病憂慮に対する直接的な援助について内的統制感を高めることが有効であるとは言えなかった。

本研究ではうつ病憂慮とスティグマの直接的な関係だけを検討し、両者の間に何らかの変数が媒介していることを想定していない。両者の間に何らかの変数が存在する可能性も含めて、今後さらに深く検討する必要があるだろう。

同時に、筆者自身で作成した尺度は検討の余地を多く残している。そのため、うつ病を憂慮するという現象をとらえきれていない可能性もある。さらなる概念整理も必要といえるだろう。

引用文献

Roberts, C. M. (1999) The prevention of depression in children and Adolescents. *Australian Psychologist*, 34, 49-57.