

抑うつ気分と興味・喜びの喪失に焦点を当てた
うつ病に対する行動活性化法の作用機序の個人差の解明

Individuals differences of the mechanism of change focused on
depressed mood and anhedonia in behavioral activation for depression

平成 29 年度

北海道医療大学大学院心理科学研究科

臨床心理学専攻

青木 俊太郎

本論文の目的は、うつ病に対する行動活性化法の作用機序およびその個人差を、抑うつ気分と興味・喜びの喪失に焦点を当てて明らかにすることである。

第1章では、抑うつ症状の改善効果を高めるために、行動活性化法の作用機序を明らかにする必要があることを指摘した。行動活性化法では、回避行動（嫌悪的な事象を避ける行動）や目標に向かう活動（自分が定めた目標に向かう活動）に働きかけることで、報酬知覚（環境から主観的に報酬を得られていると感じられる程度）を増加させ、抑うつ症状を改善させる、という作用機序が想定されている。まず、行動的要因が行動活性化法によって改善しているのかに関するメタアナリシスを行ない（研究1）、回避行動、目標に向かう活動、および報酬知覚が改善することが明らかにされた。一方、行動活性化法の標的となる症状は、抑うつ気分と興味・喜びの喪失であることが予想されているが、行動活性化法によって抑うつ気分および興味・喜びの喪失が改善しているか、抑うつ気分および興味・喜びの喪失の改善が、行動的要因の改善に続いて生じているのかはこれまで明らかにされていない。加えて、上述の作用機序に個人差があるか、作用機序の個人差が実施前の要因によって予測できるのかは明らかにされていない。そこで、行動活性化法の作用機序およびその個人差を、抑うつ気分と興味・喜びの喪失に焦点を当てて明らかにすることを本論文の目的とした。

第2章では、CES-Dの因子的妥当性を検証し、抑うつ気分と興味・喜びの喪失を測定する指標の精度を高めることを目的とした（研究2）。日本（966名）および韓国（430名）の大学生に対する調査結果から、抑うつ気分、興味・喜びの喪失、および身体的不調を測定する3因子構造の因子的妥当性が十分であることが確認された。

第3章では、行動理論に基づく抑うつ症状の維持モデルを明らかにすることを目的とした（研究3）。うつ病患者76名を対象に、質問紙調査を実施した。媒介分析の結果、目標に向かう活動の減少によって報酬知覚が低下し、興味・喜びの喪失が強まることが明らかにされたが、回避行動の影響が有意ではないことも明らかにされた。抑うつ気分に対しては、行動的要因の影響が有意ではなかった。したがって、行動理論に基づく抑うつ症状の維持モデルは、目標に向かう活動の減少によって報酬知覚が低下し、興味・喜びの喪失が強まるというモデルであることが明らかにされた。

第4章第1節では、①行動活性化法の抑うつ気分および興味・喜びの喪失の改善に対する効果、②その効果が行動的要因の改善によって生じているか、③その効果が実施前の要因によって予測できるかを明らかにすることを目的とした（研究4-1）。うつ病患者24名を対象に、4セッションの集団行動活性化法の実施前後で質問紙への回答を求めた。分析の結果、①行動活性化法の実施後に抑うつ気分と興味・喜びの喪失が改善し、②行動的要因の改善は、抑うつ気分ではなく、興味・喜びの喪失の改善を導いていること、③抑うつ気分が改善している人は、実施前の抑うつ気分が強いこと、興味・喜びの喪失が改善している人は、実施前に興味・喜びの喪失が強く、報酬知覚が低下していることが明らかにされた。したがって、興味・喜びの喪失は行動活性化法の理論通りの改善を示し、その効果が実施前の興味・喜びの喪失の強さ、報酬知覚の低さによって予測できるが、抑うつ気分は、その理論通りに改善

していないと考えられた。

第4章第2節では、行動活性化法の作用機序のパターンの個人差を明らかにし、そのパターンによって、抑うつ気分あるいは興味・喜びの喪失の改善効果および実施前の要因に違いがあるかを明らかにすることを目的とした（研究4-2）。うつ病患者21名を対象に、4セッションの集団行動活性化法の各セッション実施前およびセッション終了から1週間後の5時点で質問紙への回答を求めた。分析の結果、行動活性化法の作用機序には、①行動的要因が抑うつ気分のみを緩和するパターン、②行動的要因が興味・喜びの喪失のみを緩和するパターン、③行動的要因が抑うつ気分と興味・喜びの喪失のそれぞれを緩和するパターンが検出され、③のパターンでは、抑うつ症状および抑うつ気分が大きく改善し、実施前の報酬知覚の低さによって予測することができた。

第5章では本研究の成果を概観し、行動活性化法を実施する前に、報酬知覚が低下、あるいは興味・喜びの喪失が強いことが確認できる場合に、興味・喜びの喪失が改善しやすいことが予測でき、行動活性化法の導入時に、その原理を根拠に基づき心理教育できることを述べた。今後、行動活性化法による抑うつ気分の改善効果やその作用機序の個人差を予測する要因を明らかにする必要性を指摘した。