

日本語版 Ruminative Responses Scale の下位尺度と 自己志向的完全主義の関連性：考え込みと反省的熟考の比較

長谷川 晃

要 旨

近年、抑うつ的反すうの頻度を測定する Ruminative Responses Scale(RRS)より、抑うつと関連が強い考え込み(brooding)と、関連が弱い反省的熟考(reflective pondering; 以下、反省)という2下位尺度が抽出された。本研究では、RRSの2下位尺度が自己志向的完全主義の各次元とどのような関連があるのかを検討し、考え込みと反省の持続過程の差異に関する情報を得ることを目的とした。大学生297名が日本語版RRS(Hasegawa, in press)、新完全主義尺度(桜井・大谷, 1997)といった尺度に回答した。その結果、考え込みはミスを過度に気にする傾向と関連し、反省は自分に高い目標を課す傾向と関連していた。Slade & Owens(1998)の理論を踏まえると、考え込みは不快事象を回避するという目標と結びつきが強く、反省は快事象に接近するという目標と結びつきが強いと考えられた。

キーワード：抑うつ的反すう、Ruminative Responses Scale、
自己志向的完全主義、考え込み、反省的熟考、
認知行動療法

1. 問題と目的

抑うつ的反すうとは、自己の抑うつ気分・症状や、その状態に陥った原因・結果について消極的に考え続けることを指す(Nolen-Hoeksema, 2004)。抑うつ的反すうと抑うつの関連性は、多くの研究で確認されている。例えば、健常群よりも急性期や寛解期にある大うつ病性障害(Major Depressive Disorder: MDD)の罹患者の方が、抑うつ的反すうの頻度を測定する Ruminative Responses Scale(RRS; Nolen-Hoeksema & Morrow, 1991)の得点が高い(e.g., Joormann, Dkane, & Gotlib, 2006)、RRS得点は抑うつの持続・重症化やMDD

の発症・再発を予測する(e.g., Just & Alloy, 1997; Nolen-Hoeksema, 2000)ということが示されている。また、抑うつ傾向高群や急性期のMDD群に対して実験的に抑うつ的反すうを誘導すると、抑うつ気分の増加(e.g., Nolen-Hoeksema & Morrow, 1993)、自己・状況・未来に対する否定的解釈の増加や効果的な社会的問題解決方略の案出・遂行の妨害(Lyubomirsky & Nolen-Hoeksema, 1995; Lyubomirsky, Tucker, Caldwell, & Berg, 1999)、非機能的態度や抑うつ的な原因帰属スタイルの増加(Kuehner, Huffziger, & Liebsch, 2009; Lo, Ho, & Hollon, 2010)、ネガティブな記憶の想起数や苦痛度の増加(Lyubomirsky, Caldwell, & Nolen-Hoeksema,

1998; Williams & Moulds, 2010)、自伝的記憶の概括的な検索の増加(Park, Goodyer, & Teasdale, 2004)、認知的コントロール(特にスイッチング)の障害 (Philippot & Brutoux, 2008; Whitmer & Gotlib, 2012)などが生じる。以上より、抑うつ反すうは抑うつやMDDの脆弱性要因の1つであり、かつ、抑うつの持続・重症化と関連する認知行動的反応の中核であると考えられる。

RRSは、海外で行われた抑うつ・MDDに関する基礎研究や治療効果研究で幅広く使用されている尺度である。過去20年間の研究の中で、RRSの項目構成にはいくつかの変更が加えられた。しかし、近年の研究では、Treyner, Gonzalez, & Nolen-Hoeksema (2003)で公表された22項目が採用されている。また、この項目群のうち12項目は抑うつ症状の重症度を反映してしまい(e.g.,

「自分がどれほど悲しみを感じているのか考える」、抑うつ反すうと抑うつとの関連性を検討する際に使用するのは不适当であると考えられた。そのため、Treyner et al.(2003)はこの12項目を除外して分析することを提案した。そして、残りの10項目を対象に主成分分析を行った結果、2因子が抽出された。抽出された1つ目の因子は、「自己の抑うつ症状の改善に向けて問題解決を行うことを意図した内的注目(“a purposeful turning inward to engage in cognitive problem solving to alleviate one’s depressive symptoms”)」を反映した5項目から構成され、「反省的熟考(reflective pondering; 以下、反省)」と命名された。もう1つの因子は、「現状と達成できていない水準の消極的な比較(“a passive comparison of one’s current situation with some unachieved standard”)」を反映した5項目から構成され、「考え込み(brooding)」と命名された。Hasegawa(in press)はTreyner et al.(2003)で公表された項目構成のRRSを日

本語訳し、上記の10項目を対象に確認的因子分析を行った。その結果、考え込みと反省という2因子モデルの適合度は良好な値であった(GFI=.93, AGFI=.88, CFI=.92, RMSEA=.08 ; Table 1 参照)。

Treyner et al.(2003)以降の研究では、RRSの合計得点に加えて考え込みと反省という2下位尺度も分析の対象となった。この理由は、考え込みは抑うつやMDDと結びつきが強く、反すうの不適應的な側面を反映しているのに対して、反省は考え込みよりも抑うつとの結びつきが弱く、どちらかと言うと反すうの適應的側面を反映していると考えられたためである。例えば、考え込みは反省よりも、同時に測定された抑うつや心配との関連が強い(Hasegawa, in press; Schoofs, Hermans, & Raes, 2010; Treyner et al., 2003)。Hasegawa(in press)で得られた相関係数をTable 2に示す。

また、Treyner et al.(2003)は1年間の縦断的調査を行い、ベースラインで測定された考え込み、反省、抑うつ症状の得点を独立変数に投入した重回帰分析を行った。その結果、1年後に測定された抑うつ症状に対して考え込みは正の影響を、反省は負の影響を及ぼすことが確認された。後続する同様の縦断的調査では、反省は将来の抑うつ症状との関連が確認されなかったが、考え込みが正の影響を及ぼすという結果については再現された(Pearson, Watkins, & Mullan, 2010; Schoofs et al., 2010)。また、Joormann et al.(2006)では、寛解したMDD群と非抑うつ群を比較した結果、考え込みでは群間の差が有意であったが、反省では差が有意ではなかった。この結果はSanders & Lam(2010)で再現されたが、Joormann & Gotlib(2010)、Watkins & Moulds(2009)では寛解群の方が考え込みと反省の両方の得点が高いことが示された。長谷川(2012)でも寛解群の方が非抑うつ群よりも2下位尺度とも得点が高

日本語版 Ruminative Responses Scale の下位尺度と
自己志向的完全主義の関連性：考え込みと反省的熟考の比較

Table 1. RRS の確認的因子分析(最尤推定法)の結果(Hasegawa, in press)

	Factor Loadings	
	Factor 1	Factor 2
Factor 1 考え込み		
10 「なぜ自分はいつもこのような反応をしてしまうのだろうか」と考える	.73	
16 「なぜ自分は物事をもっとうまく片づけられないのだろうか」と考える	.69	
5 「こんな事態を作り出してしまうような何かを、自分はしているのだろうか」と考える	.67	
15 「なぜ自分は他の人にはない問題を抱えているのだろうか」と考える	.67	
13 自分が置かれていた最近の状況について考え、事態がもう少しましなものであれば良かったのと思う	.66	
Factor 2 反省		
20 なぜ自分が落ち込んでいるのか理解するために、自分自身の性格について分析する		.79
7 なぜ自分が落ち込んでいるのか理解するために、最近あった出来事について分析する		.66
11 1人で出掛けて、なぜ自分がこのような感情を抱いているのか考える	.61	
12 自分が考えていることを書きだして、それを分析する	.49	
21 自分の感情について考えるために、1人でどこかに行く	.46	
	Inter-Factor Correlations	Factor 1
	Factor 2	.84

Table 2. RRS の各得点と他の変数の相関関係(Hasegawa, in press)

	抑うつ	心配	自己没入	外的没入
考え込み	.55 ***	.60 ***	.53 ***	.16 **
反省	.36 ***	.40 ***	.43 ***	.16 **
RRS 合計	.61 ***	.60 ***	.56 ***	.17 **

抑うつ：Center for Epidemiologic Studies Depression Scale(島・鹿野・北村・浅村, 1985)

心配：Penn State Worry Questionnaire(杉浦・丹野, 2000)

自己没入・外的没入：没入尺度(Sakamoto, 1998)の下位尺度

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

いことが示されたが、両変数の影響を統制した共分散分析を行った結果、考え込みの差のみ有意であった。この結果より、反省と過去の MDE の経験の有無の関連性は、考え込みの影響を介した見せかけのものであることが示唆される。

以上の研究では、主成分分析によって抽出された RRS の 2 下位尺度は抑うつや MDD との関連性において差があるという結果が優勢であり、これらが測定する構成概念は弁別可能であることが示唆される。しかし、これらの研究では、考え込みと反

省が持続し、情動や行動に影響を及ぼす過程にどのような違いがあるのか、という点についてほとんど情報を提供しない。考え込みと反省の持続過程の差異に関する情報は、考え込みと反省が他の認知行動的反応とどのような関連があるのか検討した研究の中で得られている。

例えば Joormann et al.(2006)では、考え込みは悲しみの表情刺激に対する注意の向けやすさ(注意バイアス)と関連しており、この関連性は抑うつの影響を統制しても有意であったが、反省は関連していなかった。同様に、Debeer, Hermans, & Raes (2009)では、考え込みは抑うつの影響を統制した上でも概括化された自伝的記憶の検索のしやすさ(特定の出来事の記憶を検索する困難さ)と正の有意な相関関係にあったが、反省は有意な関連が認められなかった。以上の結果について様々な解釈が可能であるが、考え込みの最中にはネガティブな表情刺激への注意バイアスや過度に概括化された自伝的記憶が促進され、反省の最中には促進されにくいと考えることもできる。また、考え込みは反省よりも思考抑制や消極的なコーピング(事態の否認や対処の放棄)を実行する頻度、他者からの拒絶の感受性の高さ、および服従的な対人関係スタイル(自己主張をせず自己犠牲的な行動を取る傾向)との関連が強い(Marroquin, Fontes, Scilletta, & Miranda, 2010; Pearson, Watkins, Mullan, & Moberly, 2010; Schoofs et al., 2010)、考え込みは回避行動と関連するが、反省は関連しない(Moulds, Kandris, Starr, & Wong, 2007)、反省は積極的なコーピング(事態を改善するための行動の計画・実行)を実行する頻度と関連するが、考え込みは関連しない(Marroquin et al., 2010)、考え込みは抑うつ的な原因帰属スタイルと正の相関関係にあるが、反省は無相関ないし負の相関関係にある(Lo, Ho, & Hollon, 2008)、といった知

見も得られている。これらの知見より、考え込みの持続過程の中で不適応的な認知行動的反応が生じやすいが、反省の持続過程ではこれらが生じにくく、かつ、適応的な反応が生じやすいことも示唆される。

考え込みと反省の差異は、自己志向的完全主義の下位側面との関連を検討する中でも示唆されている。自己志向的完全主義とは、自分自身に完全性を求める傾向を指す。桜井・大谷(1997)は、自己志向的完全主義として、自分に高い目標を課す傾向(以下、高目標設置)、ミスを過度に気にする傾向(以下、ミス懸念)、自分の行動に漠然とした疑いを持つ傾向(以下、行動疑念)、完全でありたいという欲求(以下、完全性欲求)、という4次元を取り上げている。Slade & Owens(1998)は、高目標設置は快事象への接近という目標と関連するポジティブな完全主義であり、ミス懸念は不快事象からの回避という目標と関連するネガティブな完全主義であると位置づけ、特にこの2因子に注目した。高目標設置とミス懸念は完全性を求めるという点において共通しているが、前者は抑うつと無相関であり、後者は抑うつと正の相関関係にあることが多くの研究で確認されている(e.g., Frost, Marten, Lahart, & Rosenblate, 1990; 小堀・丹野, 2002; 桜井・大谷, 1997)。

Harris, Pepper, & Maack(2008)は完全主義の諸側面と考え込み・反省との関連性を検討した。彼らの調査では、参加者は失敗に終わった試験の後のことを想起した上でRRSに回答することが求められた。その結果、Multidimensional Perfectionism Scale-Frost(MPS; Frost et al., 1990)のミス懸念因子との間の相関係数は、考え込みの方が反省よりも高かった(それぞれ $r=.57, .28$, 共に $p<.01$)。一方、高目標設置は秩序正しさを重んじる傾向(Organization)と合成され、「適応的な完全主義」として得点化された

が、この適応的な完全主義は考え込みや反省と無相関であった(それぞれ $r=.16, .09$, 共に $n.s.$)。以上の結果から、少なくとも考え込みは反省よりもミス懸念というパーソナリティ特性と関連が強いということが示唆される。

なお、ミス懸念と考え込みの関連性の解釈の仕方も様々な観点から行うことが可能である。例えば、①抑うつの影響を介した疑似相関である、②考え込みは不快事象からの回避という目標によって持続する、③どちらも過去のミスを気にするという要素を含んでおり、概念の重複が正の相関として現れた、などである。このうち、①については抑うつの影響を統制した分析を行うことによって確認できる。

考え込みと反省の差異は、自己志向的完全主義の各次元との関連によって部分的に説明できるかもしれない。本研究では本邦の大学生を対象とした調査を行い、考え込みと反省が自己志向的完全主義の各次元とどのような関連があるのか検討する。まず、Harris et al.(2008)で得られた結果と同様に、ミス懸念は反省よりも考え込みとの関連性の方が強いのか検討する。次に、Harris et al.(2008)では高目標設置のみを取り出し、考え込みや反省との関連を検討していないため、本研究では高目標設置とこの2下位尺度との関連を探索する。最後に、Harris et al.(2008)では抑うつの影響を統制して RRS の2下位尺度と自己志向的完全主義の諸側面の関連を検討していないため、本研究では抑うつの影響を統制した上でも同様の結果が得られるのか検討する。

2. 方法

2.1 対象者

首都圏にある一大学の学部生に調査を実施し、有効回答者数は297名(男性161名、

女性124名、不明12名；平均年齢20.48歳、 $SD=2.33$)であった。なお、本稿のデータは Hasegawa(in press)と同一の調査に基づいているが、欠損値の関係で有効回答者数に若干の差がある。

2.2 調査用紙

2.2.1 日本語版 Ruminative Responses Scale (RRS; Hasegawa, in press)

抑うつ的反すうや関連する行動的な反応の頻度を測定する22項目から構成された尺度である。4件法で回答を求めた。前述の通り、過去20年間の研究の中で RRS の項目構成にはいくつかの変更が加えられたが、本尺度は Treynor et al.(2003)によって公表された22項目の日本語版である。本尺度では全22項目の合計得点に加え、考え込みと反省という各5項目の2下位尺度の得点も算出した。

2.2.2 日本語版 Center for Epidemiologic Studies Depression Scale (CES-D; 島・鹿野・北村・浅井, 1985)

調査時点における抑うつ傾向を測定する尺度である。全20項目に対して4件法で回答を求めた。

2.2.3 新完全主義尺度(桜井・大谷, 1997)

自己志向的完全主義の4次元である、高目標設置、ミス懸念、行動疑念、完全性欲求を測定する4下位尺度から構成された尺度である。全20項目に対して6件法で回答を求めた。

2.3 手続き

調査の参加者の募集は、授業終了後の学生が集まっている場を利用して行った。調査実施の際には、結果は統計的に処理されること、回答は任意であることを説明し、調査の主旨に同意できた者のみに回答を求

めた。また、倫理的配慮に基づき、精神科・心療内科に受診中の者や心理カウンセリングを受けている者には調査に参加しないよう伝えた。本研究は、早稲田大学の人を対象とする研究に関する倫理審査委員会より研究実施の許可を得てとり行われた。

3. 結果

Table 3 に各尺度の記述統計量を示した。また、Table 4 に各尺度間の相関係数を示した。

考え込みと反省は中等度の正の有意な相関関係にあり ($r=.64, p<.001$)、両変数は

CES-D との間に正の有意な相関係数が得られた(それぞれ $r=.55, .36$, 共に $p<.001$)。考え込みと反省は高目標設置との間に正の有意な相関係数が得られ(それぞれ $r=.16, p<.01, r=.21, p<.001$)、ミス懸念との間にも正の有意な相関係数が得られた(それぞれ $r=.40, .25$, 共に $p<.001$)。なお、高目標設置との相関係数は考え込みと反省の間で差が認められなかったが($t(294)=1.03, p=.30$)、ミス懸念との間の相関係数は考え込みの方が高いことが示された($t(294)=3.30, p<.01$)。また、考え込みは高目標設置よりもミス懸念との間の相関係数が高かったが($t(294)=3.79, p<.001$)、反省では高目標設置

Table 3. 各尺度の記述統計量

	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>α</i>
RRS			
考え込み	10.21	3.57	.81
反省	9.13	3.25	.75
RRS 合計	41.86	12.94	.93
CES-D	13.85	8.19	.84
新完全主義尺度			
高目標設置	20.87	4.49	.79
ミス懸念	14.76	4.77	.77
行動疑念	19.20	4.54	.73
完全性欲求	18.78	5.24	.85

Table 4. 各尺度間の相関係数

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.
1. 考え込み	-							
2. 反省	.64 ***	-						
3. RRS 合計	.90 ***	.82 ***	-					
4. CES-D 合計	.55 ***	.36 ***	.59 ***	-				
5. 高目標設置	.16 **	.21 ***	.20 ***	-.03	-			
6. ミス懸念	.40 ***	.25 ***	.39 ***	.33 ***	.30 ***	-		
7. 行動疑念	.38 ***	.26 ***	.37 ***	.25 ***	.48 ***	.56 ***	-	
8. 完全性欲求	.25 ***	.17 **	.24 ***	.11 *	.68 ***	.59 ***	.62 ***	-

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

との相関係数とミス懸念との相関係数の間に差が認められなかった($t(294)=.60, p=.54$).

次に、考え込みと反省は正の相関関係にあったため、変数間の影響を統制した上で高目標設置やミス懸念との関連を検討するために重回帰分析を行った。考え込みと反省を独立変数とし、高目標設置を従属変数とした重回帰分析を行った結果、反省のみ標準偏回帰係数が有意であった(考え込み $\beta=.04, p=.53$; 反省 $\beta=.18, p=.01$)。決定係数は $.04(p<.01)$ であった。抑うつの影響を統制するために CES-D も独立変数に投入したところ、反省は正の、CES-D は負の有意な標準偏回帰係数が得られ、考え込みは有意傾向であった(考え込み $\beta=.14, p=.07$; 反省 $\beta=.19, p=.01$; CES-D $\beta=-.18, p<.01$)。決定係数は $.07(p<.001)$ であった。続いて、考え込みと反省を独立変数とし、ミス懸念を従属変数とした重回帰分析を行った結果、考え込みの標準偏回帰係数のみ有意であった(考え込み $\beta=.40, p<.001$; 反省 $\beta=-.01, p=.87$)。決定係数は $.16(p<.001)$ であった。CES-D も独立変数に投入した分析を行った結果、考え込みと CES-D の標準偏回帰係数は正の有意な値であり、反省は有意でなかった(考え込み $\beta=.32, p<.001$; 反省 $\beta=-.01, p=.86$; CES-D $\beta=.15, p=.01$)。決定係数は $.18(p<.001)$ であった。

4. 考察

本研究では、考え込みと反省の差異を、高目標設置やミス懸念との関連性という観点から検討した。

まず、高目標設置との間の相関係数では、考え込みと反省において同等の値が得られた。しかし、考え込みと反省を独立変数に投入した重回帰分析の結果、反省のみ高目標設置と関連が認められた。また、反省は CES-D を同時に独立変数に投入した場合

においても高目標設置との有意な関連が示された。

一方、ミス懸念との間の相関係数では、考え込みと反省の両方で正の値であったが、考え込みの方が相関係数が高かった。また、考え込みと反省を独立変数に投入した重回帰分析の結果、考え込みのみミス懸念との関連が認められた。また、考え込みは CES-D を同時に独立変数に投入した場合においてもミス懸念との有意な関連が示された。

以上より、反省は考え込みよりも高目標設置との結びつきが強く、考え込みは反省よりもミス懸念との結びつきが強いということが示唆される。このうち、後者の関連性については Harris et al.(2008)と一致しており、この結果は頑健なものであると考えられる。一方、反省と高目標設置との関連は Harris et al.(2008)では見いだされなかったが、そもそも Harris et al.(2008)の研究では高目標設置を単体で取りだして検討がなされていないため、本研究との直接的な比較はできない。これらの知見について、以下では両思考の持続過程という観点から考察する。

Slade & Owens(1998)の示唆を踏まえると、反省と高目標設置の関連から、反省は快事象への接近という目標と結びついていることが示唆される。また、反省は抑うつ気分喚起場面における反応であるため、反省は遭遇している問題状況や、その状況に陥っている自己の改善(つまり、より良い状態にする)という目標によって持続すると考えられる。このことは、Treyner et al.(2003)によって反省が「自己の抑うつ症状の改善に向け、問題解決を行うことを意図した内的注目」と言及されたことから頷ける。実際、反省と積極的なコーピングを実行する頻度とに正の相関関係が認められており (Marroquin et al., 2010)、反省は事態の改善

という目標が活性化してから積極的なコーピングを導くまでの思考過程を反映しているのかもしれない。もっとも、反省は本研究や他の研究(e.g., Treynor et al., 2003)において、同時に測定された抑うつと正の相関関係が認められていることから、この思考の持続過程には問題解決を目指した思考内容に加え、自己の感情・性格や事態のネガティブな側面に関する思考も多く含まれていることが推察される。

一方、考え込みとミス懸念の関連から、考え込みは不快事象からの回避という目標によって持続することが示唆される。このことは、考え込みが回避行動、消極的なコーピング、服従的な対人関係スタイル、および思考抑制を実行する頻度と結びつきが強いという知見とも一致する(Marroquin et al., 2010; Moulds et al., 2007; Pearson, Watkins, Mullan, & Moberly, 2010; Schoofs et al., 2010)。以上を踏まえると、考え込みは不快事象の回避という目標の達成に向けた一連の反応の一部であるのかもしれない。回避的な方略は事態の改善を導かず、逆に悪化を招きやすい。また、不快事象のすべてを回避することは不可能に近いので、考え込みがこの目標の達成を目標としているのであれば、必然的に思考が持続しやすいだろう。実際、Moberly & Watkins (2008)では、考え込みは反省よりも、日常生活で経験される反すう的自己注目(自己の気分や問題状況への注目)の頻度との関連が強いという結果が得られている。事態が改善されないままに持続する考え込みは、長期記憶に貯蔵されるネガティブな情報へのアクセシビリティを高め(Lyubomirsky et al., 1998; Lyubomirsky & Nolen-Hoeksema, 1995; Lyubomirsky et al., 1999)、更に考え込みという言語的な反応は概括化された自伝的記憶の検索を促すことを通して効果的な問題解決方略の案出を妨害したり、ネガティブな

侵入的記憶からの回復を遅らせるのかもしれない(Kleim & Ehlers, 2008; Raes, Hermans, Williams, Beyers, Brunfaut, & Eelen, 2006; Raes, Hermans, Williams, Demyttenaere, Sabbe, Pieters, & Eelen, 2005; Watkins & Teasdale, 2001, 2004; この点については長谷川, 2013 も参照されたい)。

以上のように、本研究と先行研究で得られた知見を組み合わせることにより、主成分分析によって抽出された考え込みと反省という RRS の 2 下位尺度における差異を、思考の持続過程という観点から考察することが可能である。しかし、この考察にはいくつかの限界点がある。第 1 に、考え込みと反省は正の有意な相関関係にあることが繰り返し確認されている。例えば、Treynor et al.(2003)では.37 と .42 という相関係数が得られており、本研究では.64 であった。本研究では、この内部相関の影響を統制した重回帰分析を行うことにより、高目標設置やミス懸念との関連性において明確な差が認められた。以上を踏まえると、考え込みと反省が測定する構成概念の間には重複があるのかもしれない。第 2 に、仮に考え込みと反省が測定する構成概念が弁別されるものであったとしても、2 つの概念の異なる点が、当初の想定通り思考内容や思考を導く目標であるのか定かでない。例えば、反省には抑うつの反すうと関連する行動的反応を測定する 3 項目(e.g., 「自分の感情について考えるために、1 人でどこかに行く」)が含まれている。これらの項目が思考パターン測定にそぐわず、抑うつや関連する認知行動的反応との関係が認められにくい、という可能性はある。第 3 に、Treynor et al.(2003)によって見いだされたから、反省は反すうの「適応的な側面」を反映していると主張されることが多い。しかし、考え込みよりも反省の方が将来の自殺念慮の発生の予測力が高いことが示され

るなど(Miranda & Nolen-Hoeksema, 2007)、この前提に反する結果も得られている。また、問題と目的の項でレビューした先行研究では、反省が抑うつと関連する認知行動的反応と無相関であるか、考え込みよりも関連が弱いという結果が多く、負の相関関係であるという結果は少ない。加えて、反省が適応的な認知行動的反応と正の相関関係にある、という知見もそこまで得られていない。最後に、本稿では考え込み・反省と他の変数に関連が認められた際、それらの要因は考え込みや反省の持続過程で生じている(例えば、考え込みの最中にネガティブな表情刺激に対する注意バイアスが促進される)と考察してきたが、これらの要因は思考の持続中に生じていない可能性もある。つまり、ある時点で注意バイアスが強まる個人が、別の時点で考え込みやすいのかもしれない。本研究でも変数間の関連を踏まえ、反省は快事象への接近という目標によって持続し、考え込みは不快事象からの回避という目標によって持続すると考察したが、2つの変数は別の時点で生じている現象を捉えているのかもしれない。関連して、ミス懸念と考え込みは、どちらも過去のミスを気にするという要素を含んでおり、概念の重複が正の相関として現れた可能性も否めない。以上の点を踏まえて、今後も考え込みと反省の差異について慎重に検討を重ねていくことが求められる。

Treynor et al.(2003)がRRSの2下位尺度を抽出して以来、反すうの適応的な側面と不適応的な側面を区別するという新たな研究が行われ始めた。この区別を突き詰めることは、理論的にも臨床的にも意義深い。そのため、日本でもRRSを用い、考え込みと反省の測定を行っていくことは重要である。しかし、筆者はこの目的以外にもRRSを用いる意義があると考え。それは、RRSという世界中で幅広く使用されている尺度を

用いることにより、日本で得られた知見を海外で得られた知見と比較しながら研究を進展させたり、海外に向けて研究成果を発信しやすくなる、ということである。前述の通り、これまでにRRSの項目構成にはいくつかの変更が加えられたが、考え込みと反省が抽出されてからは変更がなされていない。仮に同一の構成概念の測定を想定した尺度であったとしても、項目のわずかな変更により、結果を純粋に比較することができなくなる。海外では、Treynor et al.(2003)によって公表された項目構成のRRSを用い、得られた知見を比較しながら研究を進展させていくという流れができあがった。日本においてもRRSを使用し、「抑うつの反すう」という世界的に注目を集めている分野の発展に寄与する研究が現れることを切に願う。本稿がこの試みを後押しできたら幸いである。

引用文献

- 小堀修・丹野義彦 (2002) 「完全主義が抑うつに及ぼす影響の二面性—構造方程式モデルを用いて—」『性格心理学研究』第10巻, pp.112-113.
- 桜井茂男・大谷佳子 (1997) 「“自己に求める完全主義”と抑うつ傾向および絶望感との関係」『心理学研究』第68巻, 179-186.
- 島悟・鹿野達男・北村俊則・浅井昌弘 (1985) 「新しい抑うつ性自己評価尺度について」『精神医学』第27巻, pp.717-723.
- 杉浦義典・丹野義彦 (2000) 「強迫症状の自己記入式質問票：日本語版 Padua Inventory の信頼性と妥当性の検討」『精神科診断学』第11巻, pp.175-189.
- 長谷川晃 (2012) 「大うつ病エピソード経験者と未経験者における抑うつの反すうの特徴：日本語

- 版 Ruminative Responses Scale を用いた検討」
『日本行動療法学会第 38 回大会発表論文集』
pp.288-289.
- 長谷川晃 (2013) 「13 章 3 節 抑うつ」 日本
パーソナリティ心理学会(企画) 二宮克美・浮谷
秀一・堀毛一也・安藤寿康・藤田主一・小塩真
司・渡邊芳之(編) 『パーソナリティ心理学ハン
ドブック』 福村出版 pp.380-385.
- Debeer, E., Hermans, D., & Raes, F. (2009)
“Associations between components of rumination
and autobiographical memory specificity as
measured by a Minimal Instructions
Autobiographical Memory Test.” *Memory*, Vol.17,
pp.892-903.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R.
(1990) “The dimensions of perfectionism.”
Cognitive Therapy and Research, Vol.14,
pp.449-468.
- Harris, P.W., Pepper, C. M., & Maack, D. J. (2008)
“The relationship between maladaptive
perfectionism and depressive symptoms: The
mediating role of rumination.” *Personality and
Individual Differences*, Vol.44, pp.150-160.
- Hasegawa, A. (in press). “Translation and initial
validation of the Japanese version of the Ruminative
Responses Scale.” *Psychological Reports*, Vol.113.
- Joormann, J., Dkane, M., & Gotlib, I. H. (2006)
“Adaptive and maladaptive components of
rumination: Diagnostic specificity and relation to
depressive biases.” *Behavior Therapy*, Vol.37,
pp.269-280.
- Joormann, J., & Gotlib, I. H. (2010) “Emotion
regulation in depression: Relation to cognitive
inhibition.” *Cognition and Emotion*, Vol.24,
pp.281-298.
- Just, N., & Alloy, L. B. (1997) “The response styles
theory of depression: Tests and an extension of the
theory.” *Journal of Abnormal Psychology*, Vol.106,
pp.221-229.
- Kleim, B. & Ehlers, A. (2008) “Reduced
autobiographical memory specificity predicts
depression and posttraumatic stress disorder after
recent trauma.” *Journal of Consulting and Clinical
Psychology*, Vol.76, pp.231-242.
- Kuehner, C., Huffziger, S., & Liebsch, K. (2009)
“Rumination, distraction and mindful self-focus:
Effects on mood, dysfunctional attitudes and cortisol
stress response.” *Psychological Medicine*, Vol.39,
pp.219-228.
- Lo, C. S. L., Ho, S. M. Y., & Hollon, S. D. (2008) “The
effects of rumination and negative cognitive styles
on depression: A mediation analysis.” *Behaviour
Research and Therapy*, Vol.46, pp.487-495.
- Lo, C. S. L., Ho, S. M. Y., & Hollon, S. D. (2010) “The
effects of rumination and depressive symptoms on
the prediction of negative attributional style among
college students.” *Cognitive Therapy and Research*,
Vol.34, pp.116-123.
- Lyubomirsky, S., Caldwell, N. D., & Nolen-Hoeksema,
S. (1998) “Effects of ruminative and distracting
responses to depressed mood on retrieval of
autobiographical memories.” *Journal of Personality
and Social Psychology*, Vol.75, pp.166-177.
- Lyubomirsky, S., & Nolen-Hoeksema, S. (1995)
“Effects of self-focused rumination on negative
thinking and interpersonal problem solving.”
Journal of Personality and Social Psychology,
Vol.69, pp.176-190.
- Lyubomirsky, S., Tucker, K. L., Caldwell, N. D., &
Berg, K. (1999) “Why ruminators are poor problem
solvers: Clues from the phenomenology of
dysphoric rumination.” *Journal of Personality and
Social Psychology*, Vol.77, pp.1041-1060.
- Marroquin, B. M., Fontes, M., Scilletta, A., & Miranda,
R. (2010) “Ruminative subtypes and coping
responses: Active and passive pathways to
depressive symptoms.” *Cognition and Emotion*,
Vol.24, pp.1446-1455.
- Miranda, R., & Nolen-Hoeksema, S. (2007) “Brooding

日本語版 Ruminative Responses Scale の下位尺度と
自己志向的完全主義の関連性：考え込みと反省的熟考の比較

- and reflection: Rumination predicts suicidal ideation at 1-year follow-up in a community sample.” *Behaviour Research and Therapy*, Vol.45, pp.3088-3095.
- Moberly, N. J., & Watkins, E. R. (2008) “Ruminative self-focus and negative affect: An experience sampling study.” *Journal of Abnormal Psychology*, Vol.117, pp.314-323.
- Moulds, M. L., Kandris, E., Starr, S., & Wong, A. C. M. (2007) “The relationship between rumination, avoidance and depression in a non-clinical sample.” *Behaviour Research and Therapy*, Vol.45, pp.251-261.
- Nolen-Hoeksema, S. (2000) “The role of rumination in depressive disorders and mixed anxiety/depressive symptoms.” *Journal of Abnormal Psychology*, Vol.109, pp.504-511.
- Nolen-Hoeksema, S. (2004) “The response styles theory.” In C. Papageorgiou, & A. Wells Eds. *Depressive rumination: Nature, theory, and treatment*. West Sussex: John Wiley & Sons. pp.107-123.
- Nolen-Hoeksema, S., & Morrow, J. (1991) “A prospective study of depression and posttraumatic stress symptoms after a natural disaster: The 1989 Loma Prieta earthquake.” *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.61, pp.115-121.
- Nolen-Hoeksema, S., & Morrow, J. (1993) “Effects of rumination and distraction on naturally occurring depressed mood.” *Cognition and Emotion*, Vol.7, pp.561-570.
- Park, R. J., Goodyer, I. M., & Teasdale, J. D. (2004) “Effects of induced rumination and distraction on mood and overgeneral autobiographical memory in adolescent Major Depressive Disorder and controls.” *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, Vol.45, pp.996-1006.
- Pearson, K. A., Watkins, E. R., & Mullan, E. G. (2010) “Submissive interpersonal style mediates the effect of brooding on future depressive symptoms.” *Behaviour Research and Therapy*, Vol.48, pp.966-973.
- Pearson, K. A., Watkins, E. R., Mullan, E. G., & Moberly, N. J. (2010) “Psychosocial correlates of depressive rumination.” *Behaviour Research and Therapy*, Vol.48, 784-791.
- Philippot, P., & Brutoux, F. (2008) “Induced rumination dampens executive processes in dysphoric young adults.” *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, Vol.39, pp.219-227.
- Raes, F., Hermans, D., Williams, J. M. G., Beyers, W., Brunfaut, E. & Eelen, P. (2006) “Reduced autobiographical memory specificity and rumination in predicting the course of depression.” *Journal of Abnormal Psychology*, Vol.115, pp.699-704.
- Raes, F., Hermans, D., Williams, J. M. G., Demyttenaere, K., Sabbe, B., Pieters, G., & Eelen, P. (2005) “Reduced specificity of autobiographical memory: A mediator between rumination and ineffective social problem-solving in major depression.” *Journal of Affective Disorders*, Vol.87, pp.331-335.
- Sakamoto, S. (1998) “The Preoccupation Scale: Its development and relationship with depression scales.” *Journal of Clinical Psychology*, Vol.54, pp.645-654.
- Sanders, W. A. & Lam, D. H. (2010) “Ruminative and mindful self-focused processing modes and their impact on problem solving in dysphoric individuals.” *Behavior Research and Therapy*, Vol.48, pp.747-753.
- Schoofs, H., Hermans, D., & Raes, F. (2010) “Brooding and reflection as subtypes of rumination: Evidence from confirmatory factor analysis in nonclinical samples using the Dutch Ruminative Responses Scale.” *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, Vol.32, pp.609-617.
- Slade, P. D., & Owens, R. G. (1998) “A dual process model of perfectionism based on reinforcement

- theory." *Behavior Modification*, Vol.22, pp.372-390.
- Treynor, W., Gonzalez, R., & Nolen-Hoeksema, S. (2003) "Rumination reconsidered: A psychometric analysis." *Cognitive Therapy and Research*, Vol.27, pp.247-259.
- Watkins, E. R., & Moulds, M. L. (2009) "Thought control strategies, thought suppression, and rumination in depression." *International Journal of Cognitive Therapy*, Vol.2, pp.235-251.
- Watkins, E., & Teasdale, J. D. (2001) "Rumination and overgeneral memory in depression: Effects of self-focus and analytic thinking." *Journal of Abnormal Psychology*, Vol.110, pp.353-357.
- Watkins, E., & Teasdale, J. D. (2004) "Adaptive and maladaptive self-focus in depression." *Journal of Affective Disorders*, Vol.82, pp.1-8.
- Whitmer, A. J., & Gotlib, I. H. (2012) "Switching and backward inhibition in major depressive disorder: The role of rumination." *Journal of Abnormal Psychology*, Vol.121, pp.570-578.
- Williams, A. D., & Moulds, M. L. (2010) "The impact of ruminative processing on the experience of self-referent intrusive memories in dysphoria." *Behavior Therapy*, Vol.41, pp.38-45.

**Subscales of the Japanese version of the Ruminative Responses Scale
and Self-oriented Perfectionism:
Comparison of Brooding and Reflective Pondering.**

Akira Hasegawa

Department of Psychology

Abstract

The Ruminative Responses Scale (RRS) is a measure of depressive rumination which has two subscales: *brooding* and *reflection*. The present study examined associations between brooding and reflection subscales of the RRS and each dimension of the self-oriented perfectionism. The Japanese undergraduate students ($n=297$) completed the questionnaire battery including the Japanese RRS (Hasegawa, in press) and the Multidimensional Self-oriented Perfectionism Scale (Sakurai & Ohtani, 1997). Brooding related with Concern over Mistakes, and reflection related with Personal Standard. These findings indicated that the goal of avoiding a negative consequences leads to brooding, and the goal of obtaining positive consequences leads to reflection.

Keywords : depressive rumination, Ruminative Responses Scale,
self-oriented perfectionism, brooding, reflection,
cognitive behavioral therapy