

# 抑うつ的反すうと抑うつに関連に文化差はあるか

## —迅速レビュー—

梅垣 佑介

(奈良女子大学研究院生活環境科学系)

要約：Nolen-Hoeksema (1991) による反応スタイル理論 (response styles theory; RST) の提唱により、抑うつ反すうはうつ病を予測する認知的脆弱性として注目されるようになった。RSTを裏付ける調査・実験研究のエビデンスが蓄積されたが、それらの多くは西側文化圏に属する対象者をサンプルとしており、異なる文化圏においても西側文化圏と同じように、あるいは同程度にRSTが成立するかを検討した研究は少なかった。本研究では、抑うつ反すうと抑うつに関連に文化差がみられるかを調べることを目的とし、西側文化圏および東アジア圏のサンプルを対象に比較検討した文献の迅速レビューを行った。結果として、DRと抑うつに関連において文化差があるとする研究があるものの、知見は一貫しなかった。

キーワード：反すう、抑うつ、反応スタイル理論、文化

### 問題と目的

頭の中に繰り返し生じる否定的な思考は反復的・否定的思考 (repetitive negative thoughts; RNT) と定義される。RNTには数多くの概念と、それらに対応した定義が提唱されているが (レビューについては下記を参照：Smith & Alloy, 2009; Watkins, 2008)、中でもNolen-Hoeksema (1991) によって提唱された反応スタイル理論 (response styles theory; RST) の中で取り上げられた抑うつ反すう (depressive rumination; DR) は、抑うつを予測するエビデンスが多く示されており (Watkins & Roberts, 2020)、うつ病につながる認知的脆弱性として注目されている。DRは、Nolen-Hoeksema (1991) によると「抑うつ気分および苦痛の症状、原因、状況、意味、示唆、結果に関する反復的な思考」と定義される。

RSTを支持する形で、DRが抑うつ重症度や持続期間を予測するというエビデンスは多く蓄積されている (e.g., Nolen-Hoeksema, 2000; Nolen-Hoeksema et al., 2008)。しかし、そういった研究の大半は米国・西欧など西側文化圏で行われていたため、それ以外の文化圏—例えばアジア、南米、アフリカなど—においても同

じように、あるいは同程度にDRが抑うつを予測するかは従来あまり顧みられてこなかった。しかし近年になって、DRと抑うつに関連の文化差を検討する研究が散見されるようになった。そこで本稿では、西側文化圏とそれ以外の文化圏—ここでは東アジア圏—におけるDRと抑うつに関連を検討した研究の迅速レビューを実施することで、これまでに得られている知見を整理し、課題を検討する。

西側文化圏と東アジア圏におけるDRと抑うつに関連の文化差を検討することには、いくつかの意義がある。第一に、これらの文化圏では、属する人々がもつ自己観や認知スタイル、情動制御の仕方において文化差が報告されている。具体的には、西側文化圏では相互独立的 (independent) な自己観が優勢であり、集団から独立した存在として個人を捉えるのに対し、東アジア圏では相互協調的 (interdependent) な自己観が優勢であり、個よりも集団の調和に重きが置かれやすい (Kitayama et al., 1997; Markus & Kitayama, 1991)。そのこととも関連するが、西側文化圏では論理的な考え方による分析的 (analytic) な認知スタイルがとられやすいのに対し、東アジア圏では全体論

的 (holistic) な認知スタイルがとられやすい (Nisbett et al., 2001)。両文化間での自己観や認知スタイルの違いから、感情に対する捉え方や態度も異なっていることが示唆されており、そのことがうつ病や不安の有病率の文化間差につながっていることが指摘されている (De Vaus et al., 2018)。これらを踏まえると、DR と抑うつとの関連には文化間差が存在する可能性が考えられ、それを理解することには臨床的・理論的意義がある。

第二に、RNT を治療・支援のターゲットとする心理療法が近年発表され、有効性や作用機序の検証が進められている (例えば Segal et al., 2002; Watkins, 2016; Wells, 2009)。そういった療法は、DR (または RNT) が抑うつなどの精神病理の発症・維持要因であると仮定している。DR と抑うつとの関連の文化差を検討することで、そういった療法の東アジアでの展開可能性や必要な工夫について検討することが可能になる。

## 方法

上述の問題意識に基づき、本稿では、DR と抑うつとの関連の文化差を検討した研究の迅速レビューを実施した。英語または日本語で書かれた文献を対象として、主要な論文データベースや学術情報検索エンジンを用いて関連用語で検索を実施し、ヒットした文献のタイトル・アブストラクトをもとに適格であるかどうかを判断した。次の結果のセクションでは、得られた文献ごとに方法と結果の概要を紹介する。なお、本稿は網羅的なシステムティック・レビューではない。

## 結果

### Chang et al. (2010)

Chang et al. (2010) は、アジア系アメリカ人 ( $N = 184$ )・ヨーロッパ系アメリカ人 ( $N = 238$ ) の大学生の DR および DR と抑うつとの関連の違いを調べた。DR は Ruminative Responses Scale (21 項目) を用いて測定された。t 検定を用いた比較の結果、DR・抑うつはどちらもヨーロッパ系よりもアジア系アメリカ人

において高かった。そして、DR とうつ・不安症状・ネガティブ感情との間の正の相関、および DR とポジティブ感情・人生満足度との間の負の相関の絶対値は、いずれもアジア系よりもヨーロッパ系アメリカ人において高かった。

ただし、ポジティブ・ネガティブ感情の影響を統制すると、アジア系アメリカ人においては DR が抑うつ・不安・人生満足度を有意に予測したのに対し、ヨーロッパ系アメリカ人においては感情の影響を統制した際に DR の抑うつ、人生満足度に対する影響は有意ではなかった。このことから、ポジティブ・ネガティブ感情の影響を統制した場合、DR が抑うつ・不安に対して及ぼす影響は、ヨーロッパ系よりもアジア系アメリカ人において大きいと考えられた。

### Kwon et al. (2013)

Kwon et al. (2013) は、韓国 ( $N = 384$ )・米国 ( $N = 380$ ) の大学生を対象に、DR および DR と抑うつとの関連の違いを調べた。DR は、RRS (Treynor et al., 2003) の brooding 5 項目と reflective pondering 5 項目を用いて測定した。その結果、DR を構成する brooding と reflective pondering、および抑うつは、いずれも米国よりも韓国の大学生において有意に高かった。DR と抑うつとの関連について、0 次の相関を算出したところ、reflective pondering と抑うつとの相関が韓国よりも米国の大学生において高かったが、brooding と抑うつとの関連の違いはなかった。さらに、DR と抑うつとの関係が国の違いによって調整されるか検討したところ、Reflective pondering・brooding と抑うつとの関連は有意に調整されなかった。

### Li et al. (2022)

Li et al. (2022) はヨーロッパ系オーストラリア人 ( $N = 109$ ) とマレーシア人 ( $N = 144$ ) における brooding の比較分析を行った。Brooding は、RRS (Treynor et al., 2003) の 5 項目を用いて測定された。その結果、マレーシア人において brooding が有意に高かった。また、臨床サンプルを対象として brooding と抑うつ・PTSD 症状の関連における国間差を

検討したところ、国による調整効果は示されなかった。

Umegaki et al. (in press)

Umegaki et al. (in press) は、英国 ( $N = 1,891$ )・日本 ( $N = 1,660$ ) に居住する成人を対象としたオンライン質問紙調査を行い、22 項目版 RRS (Treyner et al., 2003) を用いて DR および DR と抑うつに関連の比較検討を行った。その結果、DR を行う傾向は、日本よりも英国において高かった。DR と抑うつに関連には国間差がみられ、日本よりも英国において DR と抑うつに関連が強い結果が示された。

### 考察

先行研究のレビューから、DR と抑うつに関連に対する文化の調整効果を報告した研究があるものの、全体としては一貫しない結果が示されていることが分かった。DR と抑うつに関連は東アジア圏よりも西側文化圏において強いことを示すデータがある一方で (Chang et al., 2010; Kwon et al., 2013; Umegaki et al., in press), Chang et al. (2010) は感情の影響を統制するとアジア系においてのみ DR と抑うつに関連が有意であったとしている。また、Kwon et al. (2013) は DR の中でもより病理的な brooding と抑うつに関連には文化差はなかったとしている。さらに、Li et al. (2022) によれば、臨床サンプルの中で DR と抑うつに関連に国間差がなかった。

以上のように、DR と抑うつに関連の文化差については知見が一貫しない。そういった結果を踏まえ、この研究領域における今後の課題を述べる。まず、先行研究の多くで検討されていたのは両者の横断的な関連であった。横断的関連において文化差がみられるとしたらそれは何を意味するのかを慎重に考える必要があるだろう。加えて、DR が抑うつを予測するところに大きな意義があることから、今後は DR が将来の抑うつを予測する程度を文化が調整するか、という縦断的な関連における文化の調整効果を検討することが重要である。さらに、DR は多面的な概念である。本稿で紹介したよう

に、DR には brooding と reflective pondering (Treyner et al., 2003) といったように様々な側面が知られており、そういった側面ごとに精神病理との関連の様相が異なる可能性も考えられることから、測定する側面を明確にした上で検討を行う必要がある。加えて、従来の研究は大学生・一般人口・臨床サンプルというように対象者の属性が多様であった。抑うつや感情の影響を統制した際に DR と抑うつに関連の様相が異なる場合があることから、対象者の属性ごとの知見の蓄積が望まれる。

先行研究の課題として、「文化差」についての検討を目的としつつ、居住国のみによって対象者を選択している研究 (たとえば Umegaki et al., in press) がみられた。比較調査において、文化を変数としてどのように扱うかについて検討が必要であろう。

複数の先行研究をレビューした本研究は、網羅的なシステムティック・レビューではない。DR と抑うつに関連を検討した研究は他にも存在する可能性があるため、より包括的なレビューが待たれる。

### 引用文献

- 
- Chang, E. C., Tsai, W., & Sanna, L. J. (2010). Examining the relations between rumination and adjustment: Do ethnic differences exist between Asian and European Americans? *Asian American Journal of Psychology*, 1 (1), 46–56. <https://doi.org/10.1037/a0018821>
- De Vaus, J., Hornsey, M. J., Kuppens, P., & Bastian, B. (2018). Exploring the East-West divide in prevalence of affective disorder: A case for cultural differences in coping with negative emotion. *Personality and Social Psychology Review*, 22 (3), 285–304. <https://doi.org/10.1177/1088868317736222>
- Kitayama, S., Markus, H. R., Matsumoto, H., & Norasakkunkit, V. (1997). Individual and collective processes in the construction

- of the self: Self-enhancement in the United States and self-criticism in Japan. *Journal of Personality and Social Psychology*, **72** (6), 1245–1267. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.72.6.1245>
- Kwon, H., Yoon, K. L., Joormann, J., & Kwon, J. H. (2013). Cultural and gender differences in emotion regulation: Relation to depression. *Cognition and Emotion*, **27** (5), 769–782. <https://doi.org/10.1080/02699931.2013.792244>
- Li, H., Lee, B., Reyneke, T., Haque, S., Abdullah, S. Z., Tan, B. K. W., Liddell, B., & Jobson, L. (2022). Does culture moderate the relationships between rumination and symptoms of posttraumatic stress disorder and depression? *PLoS One*, **17**, e0278328. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0278328>
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, **98** (2), 224–253. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.98.2.224>
- Nisbett, R. E., Peng, K., Choi, I., & Norenzayan, A. (2010). Culture and systems of thought: Holistic versus analytic cognition. *Psychological Review*, **108**, 291–310. <https://doi.org/10.1037//0033-295X.108.2.291>
- Nolen-Hoeksema, S. (1991). Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of Abnormal Psychology*, **100** (4), 569–582. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.100.4.569>
- Nolen-Hoeksema, S. (2000). The role of rumination in depressive disorders and mixed anxiety/depressive symptoms. *Journal of Abnormal Psychology*, **109** (3), 504–511. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.109.3.504>
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B. E., & Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking rumination. *Perspectives on Psychological Science*, **3** (5), 400–424. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6924.2008.00088.x>
- Segal, Z. V., Williams, J. M. G., & Teasdale, J. D. (2002). *Mindfulness-based cognitive therapy for depression: A new approach to preventing relapse*. New York: Guilford Press.
- Smith, J. M., & Alloy, L. B. (2009). A roadmap to rumination: A review of the definition, assessment, and conceptualization of this multifaceted construct. *Clinical Psychology Review*, **29** (2), 116–128. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2008.10.003>
- Treynor, W., Gonzalez, R., & Nolen-Hoeksema, S. (2003). Rumination reconsidered: A psychometric analysis. *Cognitive Therapy and Research*, **27**, 247–259. <https://doi.org/10.1023/A:1023910315561>
- Umegaki, Y., Yoshinaga, N., & Kobori, O. (in press) Examination of cross-national and gender differences in rumination and its association with depression: A cross-sectional comparison between residents of the United Kingdom and Japan. *Japanese Psychological Research*.
- Watkins, E. R. (2008). Constructive and unconstructive repetitive thought. *Psychological Bulletin*, **134** (2), 163–206. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.134.2.163>
- Watkins, E. R. (2016). *Rumination-focused cognitive-behavioral therapy for depression*. New York: Guilford Press. 大野 裕 (監訳)・梅垣 佑介・中川 敦夫 (訳) (2023). うつ病の反すう焦点化認知行動療法. 岩崎学術出版社.
- Watkins, E. R., & Roberts, H. (2020). Reflecting on rumination: Consequences, causes, mechanisms and treatment of rumination. *Behaviour Research and Therapy*, **127**, 103573. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2020.103573>
- Wells, A. (2009). *Metacognitive therapy for anxiety and depression*. New York: Guilford Press.