

不安とストレス負荷が展望的記憶に与える影響

大 野 楓 歩

杏林大学保健学部臨床心理学科4年

目的

抑うつ者および高不安者のもつネガティブな情報処理スタイルが感情障害の生起や維持に大きな役割を果たしている (Beck, 1967; Williams et al., 1988)。また、感情障害をもつ人々は、ポジティブ内容の情報よりもネガティブ内容の情報に関する記憶を発達させており、これが感情障害の維持に影響すると考えられている (Wells & Matthews, 1994)。

さらに、林・丹野 (2012) は、ストレス負荷後の記憶に及ぼす不安の効果を、感情価を持つ単語を用いて検討したが、ストレス条件でネガティブ語の記憶成績が高いという気分一致効果は見られなかった。しかし、感情語ではなく感情価をもつ展望的記憶エピソード (1週間後手術をするなど) を用いた場合、気分一致効果が見られるかは明らかにされていない。

そこで本研究では、感情語よりも私たちの生活に密接した感情価を持つ展望的記憶エピソードを用いて、不安とストレスが展望的記憶の記憶成績に及ぼす影響について検討した。

方法

大学生・大学院生60名を30名ずつ、社会的ストレス負

荷課題を遂行させるストレス条件とメンタルローテーション課題を遂行させるコントロール条件に分類した。社会的ストレス課題は、口頭での暗算課題とビデオカメラの前で疑似的な面接場面を想定し、自分の長所や優れた点をアピールする自己PRを行わせるものであった。実験ではまず、社会不安傾向の測定としてSADS日本版に回答させた。その後、社会的ストレス負荷課題もしくはコントロール課題を行い、展望的記憶エピソードを記憶させ、想起できるものを自由再生で記述させた。

結果

展望的記憶エピソードの再生数について、不安要因 (不安低群、不安高群)、ストレス要因 (ストレス有り、ストレス無し)、感情価要因 (ポジティブ、ニュートラル、ネガティブ) の3要因混合計画の分散分析を行った結果、3要因交互作用が見られた ($F(2, 112) = 4.08, p < .05$)。単純主効果検定およびHolm法による多重比較を行った結果、不安傾向が高い人はストレス負荷をかけた時にネガティブエピソードを想起しやすいという気分一致効果が示された (Figure 1)。

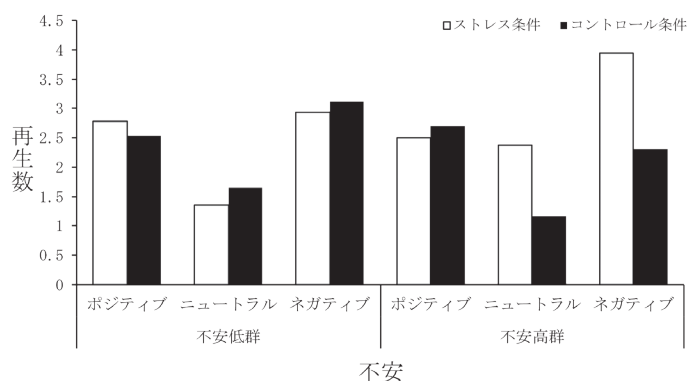


Figure 1 不安とストレスの有無による再生数

考察

不安傾向が高い人はストレス負荷がかかると、ネガティブな情報がより多く頭に浮かぶ可能性がある。そのため、不安傾向の高い人には、ストレスを避けるような支援をすることで、ネガティブエピソードの過剰な想起を軽減できるかもしれない。実験の結果から、感情と記憶には深い繋がりがあるということが示された。覚えられない、思い出せないなど記憶の悩みはさまざまである。これらを支援するときに感情と記憶は深く関係していることを踏まえておけば、支援の糸口になるのではないかと考えられる。

【指導教員】 保健学部臨床心理学科 講師 三浦大志

引用文献

- ・ Beck, A. T. (1967). Depression: Clinical, experimental, and, theoretical aspects. New York: International Universities Press.
- ・ 林明明・丹野義彦 (2012). ストレス負荷後の記憶に及ぼす不安の効果, パーソナリティ研究, 第21巻, 第2号, 194-196.
- ・ Wells, A., & Matthews, G. (1994). Attention and emotion: A clinical perspective. East Sussex UK: LEA.
- ・ Williams, J. M. G., Watts, F. N., MacLeod, C. & Mathews A. (1988). Cognitive psychology and emotional disorders. John Wiley & Sons.