

所属	心理学研究科 臨床心理学専攻 修士課程	修了年度	2019 年度
氏名	平山 浩輔	指導教員 (主査)	笹川 智子

論文題目	大学生アスリートの競技不安により生じる抑うつ症状の生起過程の検討 — 推論の誤りと認知的統制に着目して —
------	--

### 本文概要

**【問題と目的】** アスリートのメンタルヘルスの研究では、うつ病の罹患率がすべての精神疾患の中で最も高いとされている（内田，2017）。しかし、その研究は十分に進んでおらず、抑うつ症状の生起過程に焦点を当てた研究は見受けられない。アスリートがうつ病を発症する契機となる心理的反応として、競技不安が挙げられる。競技不安は常に高い競技成績を求められるアスリートにとって、心理的反応に繋がりやすい変数であり（堀，2009）、抑うつ症状の発現を予測することが報告されている（中島・山田，2007）。また、競技不安が抑うつへと移行していく過程には、脅威性認知（及川，2004）や推論の誤り（丹野他，1998）、認知的統制（杉浦，2007）などの認知変数が影響していると考えられる。

アスリートにとって重要な試合は、心身ともに最も負担がかかるため、抑うつ症状が高まる可能性がある。しかし、選手の経験する抑うつ症状が試合前の一過性のものであるのか、より安定的で介入を要する水準のものなのかについて、これまで実証的に検討した研究は行われていない。そこで本研究は①抑うつ症状や競技不安の安定性について検討する予備調査と、②認知的変数の影響性について評価する本調査の2段階に分けて実施する。

**【方法】** **予備調査** 体育系大学の運動部に所属しているアスリートで、重要な試合前と試合が無い時期の両時期に、質問紙に回答した48名（男性8名、女性40名）を対象とした。調査は①基本属性（性別、年齢、競技種目）、②脅威性認知（及川，2004）、③TAIS（橋本他，1993）、④CES-D日本語版（島他，1985）、⑤STAI日本語版（肥田他，2000）を実施した。**本調査** 体育系大学に在籍中の602名の内、過去1年以内の試合（大会）で不安や緊張を感じたと回答した364名（男性129名、女性234名、不明1名）を対象とした。調査は①基本属性（性別、年齢、競技種目など）、②脅威性認知、③競技不安、④CES-D日本語版、⑤TES（丹野他，1998）、⑥認知的統制尺度（杉浦・丹野，2008）を実施した。

**【結果と考察】** 予備調査において、重要な試合がある時期と試合が無い時期における、対応のある  $t$  検定を行った結果、競技不安には有意な差が見られたが、CES-Dと特性不安では有意な差が見られなかった。また、試合が無い時期と重要な試合前における相関を検討した結果、特性不安、競技不安、CES-Dにおいて有意な正の相関が確認された。さらに、重要な試合前における競技不安とCES-Dの間に有意な正の相関が確認されたが、試合が無い時期は有意な相関は確認されなかった。以上より、アスリートの抑うつ症状が比較的安定的に見られることが確認されたとともに、重要な試合という出来事が症状を強めることが示唆された。

本調査では、脅威性認知、認知的統制、推論の誤りを独立変数、競技不安を媒介変数、うつ得点を従属変数とする仮説モデルの検証を行った。モデルの適合度は良好な値を示し、試合（大会）という出来事により、脅威性認知が喚起され、競技不安が生じて、抑うつ症状が高まるという経路が確認された。また、推論の誤りは直接的に、あるいは競技不安を介して、抑うつ症状を高めていた。一方、認知的統制は直接的に、あるいは競技不安を介して、抑うつ症状を低減していた。認知的変数同士の交互作用を検討するために階層的重回帰分析を実施した結果、推論の誤りと認知的統制の交互作用が有意であった。このことから、推論の誤りが高くとも、認知的統制を高めることにより、抑うつ症状が低減する可能性が示された。一連の結果から、認知的変数にアプローチしていくことが、アスリートの抑うつ症状の低減に有効であると考えられた。