

面接課題による意図的熟考の持続性の測定の試み¹

林 優 希* ・ 小 林 亮 太**

要旨

本論文では出来事の価値や重要性を見出そうと積極的に行われる適応的な反すうである意図的熟考の持続性を測定する面接課題を作成し、その妥当性について検討を行った。大学生29名を対象に面接課題、および質問紙調査を実施した。本研究で作成した面接課題が意図的熟考の持続性を適切に測定できているのであれば、意図的熟考の持続性と質問紙により測定された分析的考えこみとの間に正の相関関係が、抑うつ傾向との間に負の相関関係が予測された。しかし予測に反して、有意な相関関係は確認されなかった。こうした結果は、本研究で作成した意図的熟考の持続性の面接課題の妥当性が不十分であることを示唆している。考察では予測が支持されなかった理由や今後の改善案について言及を行った。

キーワード：反すう、意図的熟考、抑うつ反すう、抑うつ

問題と目的

私たちは日常生活の中で、ネガティブな出来事やそのときの感情について何度も繰り返し考えてしまう。こうした反復的な思考パターンについては反すう（rumination）と呼ばれ、研究が数多く積み重ねられている。反すうには様々な定義や区分が存在するが、代表的なものとして、抑うつ反すう（depressive rumination）が挙げられる。抑うつ反すうとは、自身の抑うつ症状やその原因や結果等に対して消極的、かつ反復的に思考することと定義される（Nolen-Hoeksema, 2001 ; Nolen-Hoeksema et al., 2008）。そして、一般に抑うつ反すうは抑うつ症状やストレス反応の増大と関連があることが報告されている（e.g., 西川他, 2013）。

抑うつ反すうについては様々な観点から検討が進められているが、長谷川（2013）では、抑うつ反すうの持続性を測定する面接課題（Depressive Rumination Interview Task : DRI課題）を作成し、その

妥当性の検討がなされている。この課題では、参加者に過去2週間の中で特に気分が落ち込んだ出来事を挙げてもらい、その気分が落ち込んだ理由を回答してもらう。実験者はその回答に対して、なぜ気分が落ち込むのかと質問をし、さらに回答を求める。こうした質問と回答の流れを繰り返し、参加者の回答が出なくなるまで理由を聴取する。そして、この面接における参加者の回答数（以下、ステップ数とする）を、抑うつ反すうの持続を反映した指標とみなす。言い換えれば、ステップ数は、個人が普段、どの程度抑うつ反すうを持続させているのかを反映すると考えられている。

このステップ数を導くまでの手続きに関して、長谷川（2013）では「友達と喧嘩をしてしまった」ということを例に挙げて説明をしている。まず、実験者から参加者に気分が落ち込んだ出来事を踏まえた質問（e.g., 友達と喧嘩をしてしまったということで、あなたはなぜ気分が落ち込みますか）がなされる。その後、

¹ 本論文は第一著者の卒業論文に加筆・修正を行ったものである。

*兵庫教育大学大学院 学校教育研究科

**相談室運営委員：福岡県立大学大学院人間社会学研究科 心理臨床専攻 講師

参加者からの回答 (e.g., 友達と仲が悪くなってしまったから) がなされたとする。この回答に続けて2回目の質問(友達と仲が悪くなってしまったということで、あなたはなぜ気分が落ち込みますか)と回答 (e.g., 友達と気まづくなり、謝る機会を逃すかもしれないから) がなされ、3回目の質問 (友達と気まづくなり、謝る機会を逃すかもしれないということで、あなたはなぜ気分が落ち込みますか) と回答 (e.g., このまま友達と仲直りできなくなるかもしれないから) まで続き、4回目の質問に対して、参加者の回答が出なくなったとする。この場合、ステップ数は3とカウントされる。

持続性の指標であるステップ数の妥当性に関しては、否定的考えこみ尺度と抑うつ尺度との関係性の観点から検証がなされている。まず、否定的考えこみ尺度は抑うつ的反すうの頻度を測定する尺度である (名倉・橋本, 1999)。面接課題で測定されるステップ数は、個人が普段、どの程度抑うつ反すうを持続させているのかを反映すると考えられるため、長谷川 (2013) では個人の否定的考えこみ得点が高いほど、面接課題におけるステップ数が増えると想定していた。そして、抑うつ反すうの持続性 (i.e., ステップ数) と否定的考えこみ得点の間に有意傾向ではあったものの、正の関連が示されている ($r=.24$, $p<.10$)。面接法と質問紙法という異なる測定方法を使用したことを考慮に入れると、ある程度の妥当性が示されたと考えられる。次に、抑うつ尺度に関しては、抑うつ反すうが抑うつと密接に関連する思考パターンであり、抑うつ持続・重症化を導くことを踏まえ、抑うつ反すうが持続すればするほど、抑うつ得点が高くなると想定していた。そして実際にステップ数と抑うつ間に弱い正の関連が認められ ($r=.29$, $p<.05$)、この観点からも妥当性が確認されている。

上述のように抑うつ反すうの持続性を測定する課題は作成されているものの、抑うつ反すうとは異なる様式の反すうも存在することが指摘されている。その1つとして、心的外傷後成長の文脈で提案された意図的熟考 (deliberate rumination) が挙げられる。意図的熟考とは、出来事の価値や重要性を見出そうと積極的に行われる適応的な反すうを指す (上條・湯川, 2016; Calhoun et al., 2000; Cann et al., 2011)。意図的熟考を行うことは、ポジティブな思考内容を強め、抑うつを軽減させたり、適応的なコーピングや心的外傷後成長を促進させたりする可能性が示唆されている (Cann et al., 2011; 上條・湯川, 2016)。

このように意図的熟考は抑うつ反すうと異なる特

徴を有するため、反すうについて理解を深める上で、重要な概念と考えられる。しかし、これまでの研究では意図的熟考の持続性を測定する課題は作成されていない。そこで本研究では、長谷川 (2013) の抑うつ反すうの持続性を測定する面接課題をベースにしつつ、調整を加えることで、意図的熟考の持続性を測定する面接課題を作成し、その妥当性を検討することを目的とする。また、日本において、反すうの持続性を面接課題で検討した研究には限りがあるため、本研究では長谷川 (2013) の抑うつ反すうの持続性を測定する面接課題も実施する。そして、長谷川 (2013) で示されたような結果が再現されるかについても確認する。

面接課題で測定される意図的熟考の持続性の指標の妥当性を検討するために、本研究では以下の4つの仮説を検証する。仮説1と2は本研究で開発する意図的熟考の持続性の指標の妥当性の検討に関するものであり、仮説3と4は先行研究で開発された抑うつ反すうの持続性の指標の妥当性の追試的検討に関するものである。まず、意図的熟考の持続性の指標と日本語版反応スタイル尺度 (名倉・橋本, 1999) の「分析的考えこみ」下位尺度得点の間に正の相関関係が予測される (仮説1)。ただし、長谷川 (2013) の抑うつ反すうのステップ数と否定的考えこみの得点の相関係数 ($r=.24$) と同様、測定方法の違いから相関係数は弱から中等程度の値になると考えられる。2つ目の仮説に関して、意図的熟考は適応的なコーピングと関連があることが報告されている (Cann et al., 2011; 上條・湯川, 2016)。こうした知見を踏まえると、意図的熟考の持続性の指標と日本語版 Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ; Urano, Kobayashi, & Sakakibara, 2022) の問題解決的な感情制御方略を測定する「計画への再焦点化」下位尺度得点の間に正の相関関係が予測される (仮説2)。

抑うつ反すうの持続性に関して、長谷川 (2013) と同様に、抑うつ反すうの持続性を反映するステップ数と抑うつ反すうの頻度を反映する日本語版反応スタイル尺度 (名倉・橋本, 1999) の「否定的考えこみ」下位尺度得点の間に正の相関関係が予測される (仮説3)。仮説3の効果量については、先行研究の相関係数 ($r=.24$) と同様に、相関係数は弱から中等程度の値になると考えられる。最後に、抑うつ反すうは抑うつと関連があることがわかっているため、抑うつ反すうの持続性と抑うつ傾向 (K6質問票) 得点の間に、弱い正の相関関係が予測される (仮説4)。尺度は異なるものの、長谷川 (2013) における相関係数 ($r=.29$)

と同様に、本研究においても、相関係数は弱から中等程度程度の値になると推察される。

方法

参加者

福岡県立大学の大学生29名（男性5名、女性23名、無回答1名、平均年齢20.2歳、 $SD=1.17$ ）を対象に実施した。

倫理的配慮

参加者募集の段階で、面接によって反すうの持続性を測定することが研究目的であり、気分が落ち込んだ出来事を思い浮かべてもらい、その出来事に関することを繰り返し聴き取るため、ネガティブな感情になりやすい者やそのようなことが苦手な者は参加を控えるように説明した。その上で、面接の途中であっても、不快な気分や心理的な負担を感じることがあれば、いつでも参加を辞退できることを伝えた。また面接当日には、研究目的や内容について改めて説明した上で、上記内容を記載した研究参加同意書を渡し、理解した上で署名するように求めた。

手続き

参加者にはまず、研究参加同意書へ署名を求めた。続いて、後述の測定尺度に示した「分析的考えこみ」や「否定的考えこみ」などの質問紙への回答を求めた。そして、意図的熟考と抑うつ反すうの持続性を測定する面接課題を実施した。本研究の主目的が意図的熟考の持続性測定課題の作成とその妥当性の検討であることを踏まえ、意図的熟考の持続性の測定に対する順序効果を最小限にするために、全参加者に対して初めに意図的熟考の持続性課題を実施した。課題の実施後に、参加者には謝礼としてお菓子を渡した。

尺度

(a) 日本語版反応スタイル尺度(名倉・橋本, 1999)

抑うつ気分喚起場面における反応パターンを測定する尺度である。本研究では、「分析的考えこみ」下位尺度13項目と「否定的考えこみ」下位尺度23項目を使用した。どちらの下位尺度においても、憂うつな気分を感じたときに各項目の事柄を普段どの程度考えたり行ったりしたかについて、「1：ほとんどなかった」「2：ときどきあった」「3：しばしばあった」「4：ほとんどいつもそうだった」の4件法で回答する形式をとった。まず、分析的考えこみ下位尺度について説明する。

分析的考えこみの項目例としては、「自分の憂うつな気持ちに注目することで自分自身を理解しようとする」

「問題を克服するために計画を立てる」などがある。この分析的考えこみ尺度は、仮説1で、面接課題によって測定される意図的熟考の持続性の指標が妥当であるかを検討するために使用した。次に、否定的考えこみ下位尺度について説明する。否定的考えこみの項目例としては、『自分は何ぞ物事をうまく処理していかないのだろう』と考える」「以前に憂うつを感じたときのことを思い起こす」などがある。この否定的考えこみ尺度は、仮説3の検証のために使用した。

(b) 日本語版 Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) 改訂版 (Urano, Kobayashi, & Sakakibara, 2022)

仮説2の検証のために問題解決的な感情制御方略の使用傾向を測定する「計画への再焦点化」下位尺度4項目を測定した。本尺度は、ネガティブな出来事や嫌な出来事を経験したときに普段どのように考えているかについて、「1：ほとんどない」「2：あまりない」「3：たまにある」「4：しばしばある」「5：いつもある」の5件法で回答する形式をとった。項目例としては、「私は自分にできる最善のことを考える」「私はどのようにしてその状況を変えるかについて考える」などがある。

(c) K6質問票(古川, 2003)

この尺度は心理的ストレスを含む何らかの精神的な問題の程度を表す6項目から構成される。過去30日の間にどれくらいの頻度で項目(例:「そわそわ、落ち着かなく感じましたか」「自分は価値のない人間だと感じましたか」)のことがあったかについて、「0：全くない」「1：少しだけ」「2：ときどき」「3：たいてい」「4：いつも」の5件法で回答する形式をとった。この尺度は、仮説4の検証に使用した。

持続性の測定課題

意図的熟考の持続性の測定のために、長谷川(2013)の抑うつ反すうの持続性測定課題をベースに改変を行った面接課題を実施した。基本的な手続きは長谷川(2013)のDRI課題と同様であり、変更点は気分が落ち込んだ出来事が起こったことで、どのような価値や意味、ポジティブな影響があるかと考えるかについて聴取することであった。本研究で実施した意図的熟考の持続性測定課題の詳細な手続きとしては、まず参加者に過去2週間の中で特に気分が落ち込んだ出来事を「○ ○ということ」に当てはまる形で用紙に記入させた

(e.g., 友達と喧嘩をしてしまったということ)。次に、その出来事が起きた時期(実験実施日の何日前か)と、その出来事が起きた際にどのくらい気分が落ち込んだのか(0～100点)を聴取した。そして参加者に「面接では、まず、今挙げていただいた出来事が起こったことで、どのような良い面があったかについて聴きたいと思います」と述べ、参加者が考える出来事の価値を聴取することを伝えた。その後、例を挙げつつ出来事の価値を聴取する手順を説明した。具体的には、長谷川(2013)と同様に「友達と喧嘩をしてしまった」ということを例に用いて、実験者の質問(e.g., 友達と喧嘩をしてしまったということに、あなたはなぜ価値や意味、プラスの影響があると考えますか)とその回答(e.g., 私はカッとなったときに、言葉遣いが悪くなるとわかったから)を提示した。その上で、参加者が挙げた回答を使用し再び質問をするといったやり取りを繰り返し、回答が出なくなった時点で終了とすること、回答がこれ以上出ないと思った時点で、面接を終了したいと実験者に伝えるように説明した。

以上の手順説明後に、実際に面接課題を開始した。実験者は「(参加者が記入した出来事)ということで、あなたはなぜ価値や意味、プラスの影響があると考えますか」と質問をした。参加者にはその質問に対する回答を「～から」に当てはまる形で用紙に記入させた。実験者は参加者が書いた回答用紙を回収し、その回答を書き写した。再び実験者は「(参加者が記入した回答)ということで、あなたはなぜ価値や意味、プラスの影響があると考えますか」と質問をし、参加者に新しい用紙を渡して回答を記入させた。これを繰り返し、参加者から回答が出なくなった時点で終了とした。

意図的熟考の持続性についての面接課題終了後、抑うつ的反すうの持続性の測定を実施した。抑うつ的反すうの持続性の測定は、長谷川(2013)のDRI課題と同じ方法を使用した。参加者に「続いて、初めに挙げて

いただいた出来事が起こったことで、どのような悪い面があったのかについて聴きます」と伝えた。この面接課題の開始前に、参加者が記入した出来事が起こったことで、気分が落ち込んだ理由を聴取する手順を説明した。抑うつ反すうの持続性測定課題においても、参加者の回答が出なくなった時点で終了とした。

意図的熟考と抑うつ反すうの持続性の指標化に関して、上述の面接における参加者の回答数であるステップ数を反すうの持続性を反映した指標とみなした。つまり、このステップ数が多いほど、意図的熟考や抑うつ反すうの持続性が高いと考えられる。

統計解析

統計解析にはHADを用いた(清水, 2016)。

結果

Table 1に参加者の各変数の記述統計量を示した。次に、意図的熟考の持続性測定課題の妥当性について検討するために各変数間の相関係数を算出した(Table 2、Figure 1-4)。仮説1について、意図的熟考の持続性の指標であるステップ数と分析的考えこみ得点との間に正の相関係数は示されなかった($r=.062$, $p=.749$)。仮説2について、意図的熟考のステップ数と計画への再焦点化得点との間に正の相関係数は確認されなかった($r=-.075$, $p=.700$)。仮説3について、抑うつ反すうの持続性の指標であるステップ数と否定的考えこみ得点との間の相関係数も有意ではなかった($r=.116$, $p=.550$)。仮説4について、抑うつ反すうのステップ数とK6得点との間に正の相関係数は認められなかった($r=.043$, $p=.823$)。

Table 1 記述統計量

N=29	平均	中央値	標準偏差	最小値	最大値	α 係数
面接課題						
気分が落ち込んだ出来事が起きた時期	7.10	7	4.43	1	14	
どのくらい気分が落ち込んだのか	69.41	75	18.24	30	100	
抑うつ反すうのステップ数	5.31	5	2.70	2	13	
意図的熟考のステップ数	4.79	4	1.93	2	9	
否定的考えこみ	50.86	52	12.02	33	76	.90
分析的考えこみ	29.06	29	6.37	20	42	.79
K6	7.24	8	3.92	1	15	.77
計画への再焦点化	14.93	15	3.57	4	20	.92

面接課題による意図的熟考の持続性の測定の試み

Table 2 各尺度間の相関係数

N=29	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨
①年齢	1								
②性別	.41*	1							
③気分が落ち込んだ出来事が起きた時期	-.15	-.37+	1						
④どのくらい気分が落ち込んだのか	-.06	-.04	.32+	1					
⑤抑うつ的反すうのステップ数	-.15	-.07	.09	-.01	1				
⑥意図的熟考のステップ数	-.28	-.14	.00	-.01	.57**	1			
⑦否定的考えこみ	-.31	-.12	.13	.39*	.12	.09	1		
⑧分析的考えこみ	.20	.00	.04	.11	.14	.06	.43*	1	
⑨K 6	-.08	-.00	.14	.57**	.04	-.04	.42*	-.12	1
⑩計画への再焦点化	.06	-.19	.12	.06	.05	-.08	.20	.46*	-.28

** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$ ②性別について、0：男性、1：女性

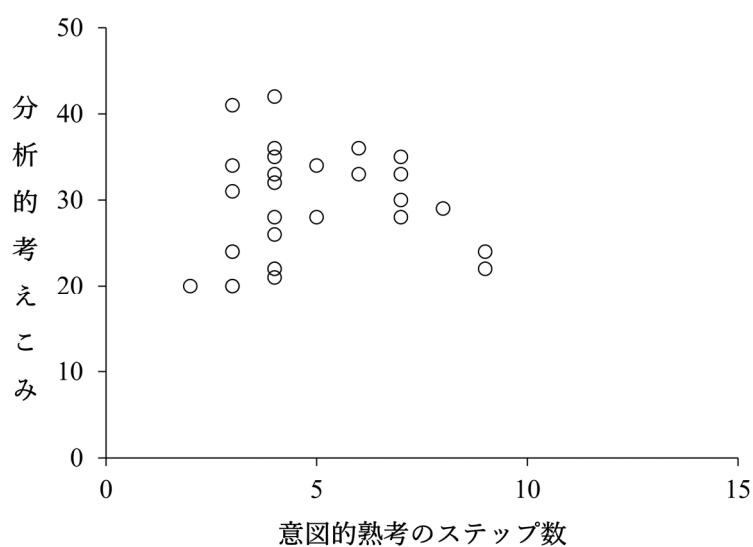


Figure 1 仮説1：意図的熟考のステップ数と分析的考えこみの散布図 ($r = .062$)

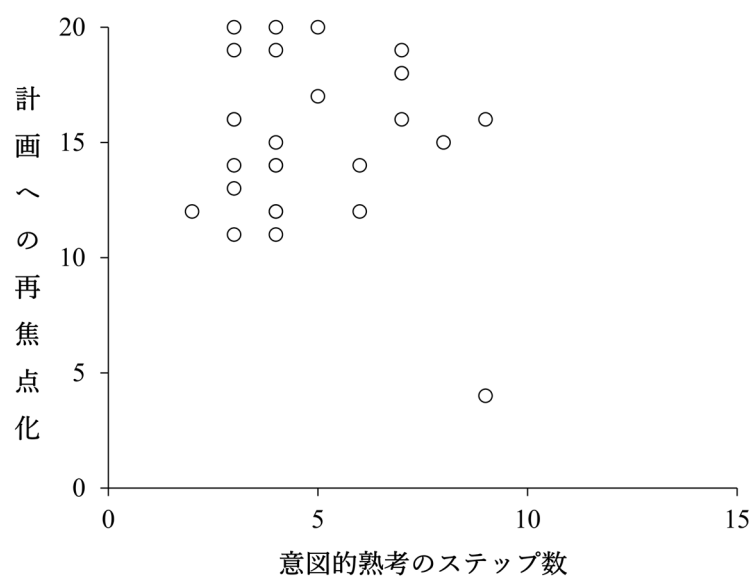


Figure 2 仮説2：意図的熟考のステップ数と計画への再焦点化の散布図 ($r = -.075$)

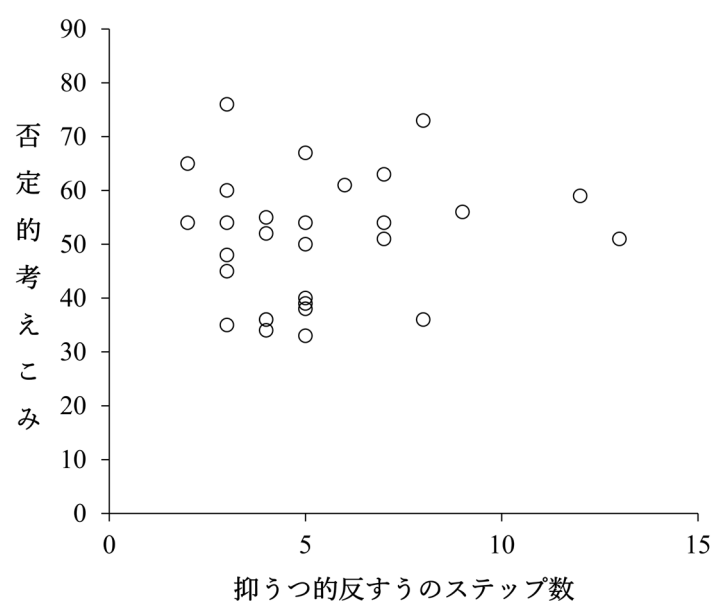


Figure 3 仮説 3 : 抑うつ的反すうのステップ数と否定的考えこみの散布図 ($r=.116$)

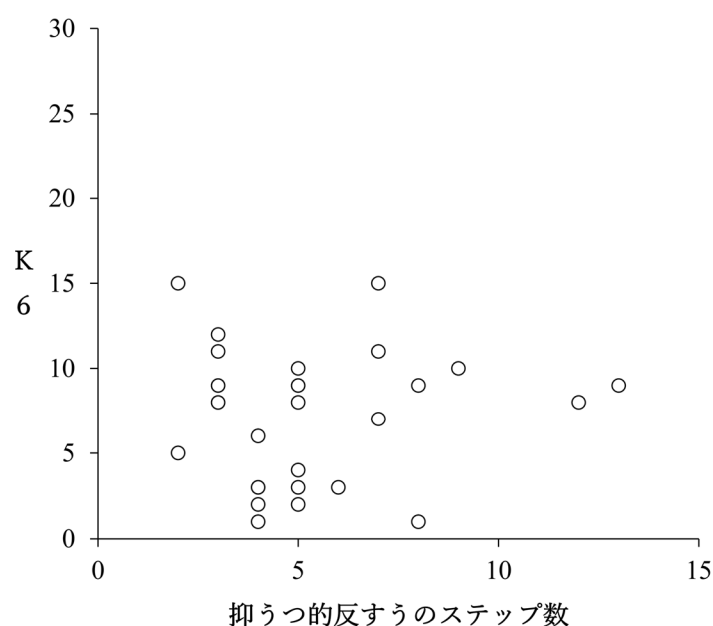


Figure 4 仮説 4 : 抑うつ的反すうのステップ数とK6の散布図 ($r=.043$)

考察

本研究では、長谷川（2013）をベースに意図的熟考の持続性を測定する課題を作成し、その妥当性を検討することを目的とした。また、抑うつ的反すうの持続性に関して長谷川（2013）と同様の結果が得られるかについても確認を行った。しかし、解析の結果、4つの仮説はいずれも支持されなかった。以下では、結果

に基づき、問題と目的で述べた4つの仮説について考察する。

仮説1「意図的熟考のステップ数と分析的考えこみ下位尺度得点の間に正の相関関係が予測される」について、仮説は支持されなかった。仮説2「意図的熟考のステップ数と計画への再焦点化下位尺度得点の間に正の相関関係が予測される」についても、仮説は支持

されなかった。こうした結果に関して、使用尺度の α 係数が十分な値であったことや分析的考えこみ得点と計画への再焦点化得点との間に有意な正の相関係数が得られたことも勘案すると ($r=.464$)、本研究で開発した意図的熟考の持続性測定課題に限界があった可能性が高いと推察される。

本研究の手続きによる意図的熟考の持続性の測定が困難であった要因として、参加者によって「気分が落ち込んだ出来事が起きた時期」と「挙げられた出来事の種類」が異なる点が挙げられる。まず「気分が落ち込んだ出来事が起きた時期」について、大きくばらつきが見られた。出来事が起きた時期の平均は7.1 ($SD=4.43$) 日前であり、参加者の中には面接前日に起きた出来事を挙げる者や、2週間前に起きた出来事を挙げる者もいた。そのため、長谷川 (2013) でも述べられている通り、参加者によって面接を始める時点でどの程度意図的熟考を既に行っているかが異なっていた可能性が考えられる。そして、そうした差異がステップ数に反映された結果として意図的熟考の持続性が適切に測定できなかったのかもしれない。

次に「挙げられた出来事の種類」については、長谷川 (2013) では出来事の種類はステップ数に影響しないという結果が得られている。しかし、本研究の意図的熟考の持続性測定課題では、「(参加者が挙げた気分が落ち込んだ出来事)」ということで、あなたはなぜ価値や意味、ポジティブな影響があると考えますか」と質問をしたため、参加者が挙げた出来事の種類や回答によっては、続けてポジティブな影響を見出すことが難しい事例が面接者により確認された。こうした出来事の種類の違いが面接課題におけるステップ数に影響し、意図的熟考の持続性の正確な測定が阻害された可能性も想定される。そのため、今後の検討の際には、気分が落ち込んだ出来事が起きた時期とその種類を考慮する必要がある。長谷川 (2013) でも言及されているように、参加者に特定の出来事のシナリオを提示し、その出来事に遭遇したことをイメージした上で面接課題を実施することも検討すべきだろう。

また、本研究では意図的熟考の持続性課題の妥当性の検証のために、「分析的考え込み」尺度、および「計画への再焦点化」尺度への回答を求めたが、妥当性検討用尺度の選択が不適切だった可能性も否定できない。「分析的考え込み」尺度には、出来事の価値や重要性を見出そうとする反すうである意図的熟考というよりは、抑うつ症状を軽減するための認知的問題解決を図るために行われる反すうである反省的熟考 (reflection

/reflective pondering: 大井他, 2020; 田渕・及川, 2016; Treynor et al., 2003) が反映されていたために、本研究において意図的熟考の持続性と関連が認められなかったのかもしれない。同様に、本研究では、意図的熟考の持続性を測定する際に、「(参加者が挙げた気分が落ち込んだ出来事)」ということであなただけはなぜ価値や意味、ポジティブな影響があると考えますか」と尋ねている。こうした手続きも踏まえると、意図的熟考の持続性は「計画への再焦点化」尺度で測定されるような問題解決的な感情制御とはあまり関連せず、感情や状況を別の観点から捉え直す認知的再評価 (Gross, 2015) との結びつきの方が強いかもしれない。今後、改めて意図的熟考の持続性を測定する課題について検証する際は、妥当性を検討する尺度についても見直す必要がある。

仮説3「抑うつ反すうのステップ数と否定的考えこみ下位尺度得点の間に正の相関関係が予測される」について、仮説は支持されなかった。仮説4「抑うつ反すうのステップ数と抑うつ傾向 (K6) 得点の間に、弱い正の相関関係が予測される」についても、仮説は支持されなかった。仮説が支持されなかった理由に関して、長谷川 (2013) の抑うつ反すうのステップ数の平均は8.26 ($SD=6.89$) 回であるのに対し、本研究のステップ数の平均は5.31 ($SD=2.7$) 回であった。また、長谷川 (2013) の否定的考えこみ尺度得点の平均は43.03 ($SD=9.23$) 点であるのに対し、本研究の平均は50.86 ($SD=12.02$) 点であった。このことから、本研究は先行研究よりも否定的考えこみ得点は高いが、抑うつ反すうのステップ数は低いことがわかる。こうした差異には、意図的熟考と抑うつ反すうの持続性測定課題を実施する順番が影響した可能性が考えられる。本研究では意図的熟考の持続性を測定する面接課題の作成を主目的としたため、そちらへの順序効果の影響を最小限とするために、意図的熟考の持続性の測定を最初に行った。いずれの持続性測定課題においても同一の気分が落ち込んだ出来事を利用したため、後に実施した抑うつ反すうの持続性測定課題に影響が生じたのかもしれない。今後、意図的熟考の持続性と抑うつ反すうの持続性の両方を測定したい状況も考えられるため、こうした課題の順序が影響する可能性については検討する必要がある。

また意図的熟考の持続性課題が完成した後の話にはなるものの、意図的熟考の持続性を促進、あるいは抑制する要因について検証していくことも重要である。大井他 (2020) では、反すうの持続性に関わる要因に

ついて検討が行われており、制御理論、反すうに対するメタ認知的信念、気分状態、注意資源と注意の範囲との関連について述べられている。これらの要因の中で、特に反すうに対するメタ認知的信念が意図的熟考の持続性に関連するのではないかと考えられる。この信念が強い個人は、抑うつ反すうに陥ったときに、意図的熟考をしようと試みても、頭の中の抑うつ反すうが妨げとなり、意図的熟考を持続できなくなると推測される。一方で、反すう信念が弱ければ、抑うつ反すうが意図的熟考を妨害することはないと、意図的熟考の持続性が長くなるのではないかと考えられる。

引用文献

- Calhoun, L. G., Cann, A., Tedeschi, R. G., & McMillan, J. (2000). A correlational test of the relationship between posttraumatic growth, religion, and cognitive processing. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of The International Society for Traumatic Stress Studies*, 13(3), 521-527.
<https://doi.org/10.1023/A:1007745627077>
- Cann, A., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Triplett, K. N., Vishnevsky, T., & Lindstrom, C. M. (2011). Assessing posttraumatic cognitive processes: The event related rumination inventory. *Anxiety, Stress, & Coping*, 24(2), 137-156.
<https://doi.org/10.1080/10615806.2010.529901>
- 古川壽亮・大野裕・宇田英典・中根允文 (2003). 一般人口中の精神疾患の簡便なスクリーニングに関する研究. 厚生労働省厚生労働科学研究費補助金 厚生労働科学特別研究事業 平成14年度総括・分担研究報告書 心の健康問題と対策基盤の実態に関する研究, 127-130.
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1-26.
<https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- 長谷川昇 (2012). 抑うつ反すうの能動性と関連する信念 早稲田大学博士論文
- 長谷川昇 (2013). 抑うつ反すうの持続を測定する面接課題の作成 感情心理学研究, 20(2), 47-55.
<https://doi.org/10.4092/jsre.20.47>
- 上條菜美子・湯川進太郎 (2016). ストレスフルな体験の意味づけにおける侵襲的熟考と意図的熟考の役割 心理学研究, 86(6), 513-523.
<https://doi.org/10.4992/jjpsy.86.14037>
- 名倉祥文・橋本宰 (1999). 抑うつ反すう型反応スタイルが心理的不適応に及ぼす影響について 健康心理学研究, 12(2), 1-11.
https://doi.org/10.11560/jahp.12.2_1
- 西川大志・松永美希・古谷嘉一郎 (2013). 反すうが自動思考と抑うつに与える影響 心理学研究 84(5), 451-457.
<https://doi.org/10.4992/jjpsy.84.451>
- 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., 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>
- 大井瞳, 望月聡, 沢宮容子 (2020). 持続要因に着目した反すう研究の動向 *Tsukuba Psychological Research*, 58, 83-92.
- 清水裕士 (2016). フリーの統計分析ソフトHAD: 機能の紹介と統計学習・教育, 研究実践における利用方法の提案 メディア・情報・コミュニケーション研究, 1, 59-73.
- Urano, Y., Kobayashi, R., & Sakakibara, R. (2022). Revision and validation of the Japanese-version Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: Psychometric properties and measurement invariance across gender. *Cogent Psychology*, 9: 1.
<https://doi.org/10.1080/23311908.2022.2064790>