修士論文　（要旨）
２００９年１月

「うつ病治療における再決断療法の効果の検討」
－薬物療法との比較－

指導　種市　康太郎　准教授
国際学研究科
人間科学専攻　臨床心理学専修２年
倉成　宣佳

《目　　次》

はじめに・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２

再決断療法とは・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２

研究・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２

結果・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２

考察・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・３

参考文献一覧・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・４

はじめに

昨今精神科臨床の現場では、メランコリー型性格を病前性格とする単極性うつ病像の減少と病像の多様化、軽症化、そして慢性化など、うつ病の変化が指摘されている（阿部，2005；広瀬，2006）。多様化する非内因性うつ病や軽症化うつ状態に対しては、従前の症状に対する精神療法的アプローチだけでなく、患者の基礎性格や状況に対するアプローチやうつ病性の病理には直接関係しない個人の人格構造や社会的状況に対するアプローチも有効であると考えられる（大前･松浪，2006）など、今までにない新たな精神療法的アプローチが必要とされはじめている。またうつ病の治療に不可欠な薬物療法は、その副作用の身体的負担が大きく、そのために患者の服薬の中断によりうつ病が長期化してしまう例も少なくないため、精神療法によるうつ病治療の充実も期待される。そこで本研究では精神療法のひとつである再決断療法についての、うつ病治療への効果性を確かめ、うつ病治療に対する新たな知見を提起したいと考える。

再決断療法とは

再決断療法は、Goulding，R.L.によって提唱された、TA の理論とゲシュタルト療法の技法を統合した精神療法である（六角，1989）。再決断療法は、幼児期に作った、自らの決断に基づいて構成された人生のパターンである人生脚本から脱出し、より自由で創造的な生き方をするために、効果的な子供の自我状態を使い、決断をやり直し人生脚本を書き換えていくことを目的としている。うつ病の罹患者は幼少時に、自己存在に関して決断した否定的なメッセージに従って、非建設的な人生脚本を形成していると考えられている（Goulding & Goulding，1979 深澤訳 1980）。患者の自然で自発的な自我状態を回復すると同時に、建設的な脚本に書き換える再決断療法はうつ病の治療に治療期間も短く有効な方法のひとつである（Joines，1998）と考えられている。しかしながら再決断療法については、認知療法のように薬物療法との比較による有効性の実証研究（Rush et.al，1977）は行われていない。

研究

本研究では、再決断療法の適用によるうつ病治療の有効性を、薬物療法による治療との比較により検討する。対象者は精神科の医療機関である A クリニックに治療を求めてきた患者で DSM-Ⅳの診断基準で大うつ病性障害と診断された者である。手続きは、まず HAM－D（ハミルトンうつ病評価尺度）と SDS により被験者のうつ状態の程度を測定する。その後、薬物療法のみを実施する薬物療法群と、投薬治療を行わずに再決断療法を使ったカウンセリングのみを実施する再決断療法群に分け、それぞれに３ヶ月間の治療を実施し、３ヶ月経過時点（以下治療後）で再度 HAM－D と SDS による評価を実施する。そして両群の治療前の得点と治療後の得点差を検討する。

治療構造として、薬物療法群は SSRI を中心とした投薬治療と医師による隔週の面接を実施し、再決断療法群は週１回 60 分の面接で再決断療法を使ったセラピーを 12 回実施する。

結果

被験者は、薬物療法群 19 名、再決断療法群 15 名であった。被験者群間における被験者特性は、再決断療法群は女性被験者が有意に多く、平均教育年数も有意に多かった。治療開始前後のうつ病の重症度の比較の結果、HAM-D については、時期の主効果のみが有意であり、群間の効果は有意ではなかった。したがって、治療者側からの評価では、うつ病の重症度は、薬物療法でも再決断療法でも同等の改善が見られたと評価したと言える。一方、SDS については、時期と群間の交互作用が有意であった。単純主効果の比較の結果、治療開始時点では、SDS の評点には有意な差異は見られなかった。しかし、治療開始後においては、差異が認められ、再決断療法群は薬物療法群よりも、SDS の評点が有意に低かった。すなわち、患者側評価(SDS)では、再決断療法群の患者のほうが薬物療法群の患者よりも、より大きく改善したと評

価したと言える。

考察

再決断療法が治療者側からの評価でも患者側からの評価でも改善が見られるという結果から、再決断療法はうつ病の重症度改善に効果がある治療法であるといえる。また、治療後の患者の HAM-D 評点を見ると、再決断療法群の患者は、３か月間の治療で 15 名中８名が正常範囲に、６名が軽症範囲に改善している。これは、再決断療法がうつ病重症度の改善に大きな効果があったことを示していると考えられる。また再決断療法が患者側の評価において薬物療法の患者より大きな改善が見られるという結果は、再決断療法は患者の治療主体性の回復や自己評価の向上が多くみられるという効果があることを示唆するものであると考えられる。ただ、両群間の被験者特性に差があることで、再決断療法の適応が全ての患者に対して良好であるとは言えない可能性があること、薬物を使用せず再決断療法のみを使い治療を実施するという本研究における治療スタイルが患者の能動性を高め、それが再決断療法の効果となって表れたという可能性があることなど、課題は残されていると考えられる。

《参考文献一覧》

阿部隆明（2005），気分障害，精神医学，47 巻 2 号；125－131

Goulding, R.L.&Goulding, M.M.（1979），*Changing Lives through Redecision Therapy*, Brunner/Manzal, New York，（グールディング.R.L&グールディング.M.M.（1980），自己実現への再決断，深澤道子訳，星和書店）

広瀬徹也（2006），逃避型抑うつ，精神療法，第 32 巻 3 号；15－21 **阿部隆明「気分障害」『精神医学』47 巻 2 号；125－131，（2005）**

大前晋･松浪克文（2006），うつ病態の精神療法，精神療法，第 32 巻 3 号；4 - 14

六角浩三（1989），再決断療法，心理治療法ハンドブック，伊藤隆二編，福村出版

Rush.A.J.，Beck.A.T.，Kovacs.M.，Hollon.S.(1977)，Comparative Efficacy of Cognitive Therapy and Pharmacotherapy in the Treatment of Depressed Outpatients，*Cognitive Therapy and Research*, 1(1);17-37

Vann S.Joins.（1998），Redecision therapy and The Teratment of Depression，*Journal of Redecision Therapy Ⅱ*，35－48