

楽観性の喚起がリスク確率判断の更新に与える影響

先行研究では高い楽観性を持つ者は自身のポジティブな出来事に対する確率判断に反証するようなネガティブな情報を提示されても、自身の持つ判断確率を更新する割合が低い楽観性を持つ者と比較して少ないことが示されている。しかし、先行研究では確率判断の更新と楽観性に関わる抑うつや気分状態との関係は明らかにされていない。

一方で、未来の出来事をイメージさせ、自身に起きるかどうかを判断させるメンタルリハーサル課題を行うことで、高い抑うつ傾向を示す者が有する抑うつ的な未来予測が有意に減少することが示されている。しかし、楽観性の多くの研究では、質問紙尺度での測定が行われているが、行動的な指標を用いた測定はあまり行われていない。

本研究では、確率判断の変更と抑うつや気分状態との関係を明らかにし、メンタルリハーサル課題を行った結果が、確率判断の変更に与える影響について検討した。

結果は確率判断と抑うつ程度と抑うつ気分の間に有意な相関が確認された。また、メンタルリハーサル課題を行った抑うつ程度が中程度の群において、抑うつ程度の有意な減少と、ポジティブな情報の更新量が有意に高いことが示された。

本研究の結果から、メンタルリハーサル課題が、中程度の抑うつを示す者においてポジティブな情報に対する認知の変容を促し、抑うつ程度を減少させることが明らかとなった。