

## ルッシャーカラーテストの臨床的妥当性の検討 一大学生の抑うつ感情に対し認知日誌を用いて一

A 5 3 1 0 4 萩原千夏

ルッシャーテストは、8色の色彩カードをもっとも好きなカードから順に選択する、簡略化されたテスト法で、性格や心理状態(基本的欲求や不安感、ストレス)のおおよその様子が分かり、ストレス査定が可能になると言われている。色彩刺激からストレス査定を行う試みは少なく、その有効性が期待されている。ルッシャーカラーテストは、日本色彩学会の石原ら(2001)によってその妥当性が実証されてきたが、完全に検証されたわけではなく、更にストレスの変化による色彩の選択順位についての研究はない。

そこで本研究では、ストレス反応の中でも抑うつ感情に焦点をあて、うつに効果があると言われている認知療法の認知日誌に着目し、認知日誌を用いて抑うつ度の変化に伴う効果の研究を行う。

【目的】ルッシャーカラーテストの妥当性を検証すると共に、抑うつ感情の変化による個人内差を示す色彩の選択順位の変化を検討し、ルッシャーカラーテストの臨床的妥当性を検討する。

【方法】抑うつ症状の評価尺度(CES-D)を用い、質問紙調査を行う。分析結果から、高抑うつ群(H1,H2)と低抑うつ群(L)に分け、H1,H2を各6名、Lを8名の大学生20名に研究依頼する。高抑うつ群には、認知日誌を3週間行い、ルッシャーカラーテストと質問紙を面接の度の計5回行う。低抑うつ群は、3週間毎の期間を置き、ルッシャーカラーテストと質問紙を計3回行う。

### 【結果・考察】

抑うつ傾向と各色彩選択順位に関連性について検討した結果、抑うつである程、好ましい色彩と言われている基本色である青緑を嫌う傾向、つまり正常である程青緑を好む傾向のみが見られ、ルッシャーカラーテストで主張されている見解は一致したが、8色彩中1色のみなので有効性としては証明されなかった。

また、抑うつ感情の変化に伴う各色彩の選択順位に関連性について検討したところ、抑うつが軽くなる程補助色である茶色を好むように変化する傾向のみが見られ、「抑うつが低下するとより基本色を好む」と言う見解の様に、抑うつを表す色彩として決定的に変化するとは言えない。また抑うつが変わらなかった場合、選好傾向として青緑を好む傾向を示し補助色である黒を嫌う傾向が変わらなかった。本研究の結果において、共通して言える事は正常である程青緑を好む傾向があるということであり、ルッシャーカラーテストの見解と一致している。ただ、ルッシャーカラーテストの有効性を証明するまでには至らなかった。

そして、本研究では、抑うつ正常群のほとんどの被験者が、短期間での抑うつ度の上昇が見られ、大学生はストレスを感じやすい環境に置かれているのではないかと感じた。この抑うつ上昇による被験者群は、補助色である黒を嫌いになる変化があり、これもまた、本研究の見解と一致しなかった。

さらに、色彩の好みの観点から、本研究のような短期間では従来の強い色彩の好みが変わることは困難でルッシャーカラーテストの限界があるのではないかと感じた。

しかし、これらは本研究において、限られた対象者や期間であったこと、男女比や色彩の好みばらつきによって、結果に影響があったと考えられる。したがって、今後より広い範囲の被験者を対象とし、長期間の研究において再度検討をすることで、ルッシャーカラーテストの有効性が示され抑うつやストレスに結びつく特性を検出する可能性があるのではないかと考えられるだろう。

表 初回面接の各色彩選好比率

