

令和元年6月13日現在

機関番号：12102

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2015～2018

課題番号：15K04110

研究課題名(和文) 自殺念慮・自傷行為への遭遇体験に関する調査研究 自殺予防教育の一環として

研究課題名(英文) The encounter experience to suicide consideration and self-harm

研究代表者

青木 佐奈枝 (AOKI, Sanae)

筑波大学・人間系・准教授

研究者番号：80350354

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,600,000円

研究成果の概要(和文)：本研究では、自殺予防研究の一環として自殺念慮及び自傷行為に関する告白体験・被告白体験の実態調査を行うとともに、その際、青年はどう感じ、どう考え、どう行動しているのか、また、どのような精神的・物理的困難を抱えるのか、さらにはどのような支援・情報を必要としているのかについて調査検討を行った。

「自殺念慮」「自傷行為」について知人から告げられた際の苦悩や困難感がいかなるものか、また、告白された際に行った対応について自由記述から尺度化し、大学生を中心に実態調査を行った。その結果、知人の自殺念慮や自傷行為を知った際に抱く困り感の種類により、その後の自傷行為当事者に対する対応が異なる可能性が示唆された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

我が国において若年層の自殺や自傷行為が深刻な社会問題となっている。自殺や自傷の当事者に焦点を当てた研究は多いが、当事者から自傷行為や自殺念慮について告白・相談をされた側の青年の苦悩や行動に焦点を当てた研究はまだまだ少ない。

本研究では青年の自殺企図者のゲートキーパーとしての役割を果たす可能性のある青年の苦悩と対処行動を検討した結果、苦悩感の種類によって援助行動が異なることが示された。今後自殺予防教育を考えるにあたり、当事者のみならず告白や相談を受けた側の苦悩や行動に関する知見をとり入れた自殺予防プログラムを作成することは重要と思われる。

研究成果の概要(英文)：Recently young men that are planning to commit suicide often seek advice of friends. However, most young men that listen to suicidal ideations of a friend become upset and confused, and this perplexity is known to affect later helping behaviors. Effects of perplexity after hearing suicidal ideations and self-harm experience on later helping behaviors was investigated in university students.

The result showed that feeling of burden when hearing suicidal ideations had negative effects on active helping behaviors and on reacting calmly. Moreover, worry about completing the suicide had positive effects on several active helping behaviors.

研究分野：臨床心理学

キーワード：自殺 自傷 遭遇体験 青年

1. 研究開始当初の背景

我が国の自殺者数は平成 10 年以降 3 万人前後を推移しており、先進国の中でも高い自殺率を示している。このような状況を受けて平成 24 年に自殺総合対策大綱の全体的な見直しが閣議決定され、国のみならず各地方自治体においても自殺予防対策がますます促進されるようになった。内閣府の調査によれば、自殺率が最も高い年代は中高年であるが、「本気で自殺を考えた経験」は若年層ほど高く、20 代では 36.2% に深刻な自殺念慮が認められた。また、「自殺未遂」や「自傷行為」など実際に行為に至った者の割合も 30 代以下が他の年代よりも高いとされている(内閣府,2012)。自傷行為は必ずしも自殺を意図する行為とは見なされていないが、自殺既遂前に未遂行動をとるものが多く、特に青年期女子では既遂者の約半数がこれに該当すること(内閣府,2014)。また、昨今では臨床群のみならず一般学生にも自傷行為が増加しており、全体の 3~20% 程度に一度以上の自傷行為が認められていること(山口ら,2004; 松本・山口,2005; 岡田,2005; Izutsu et al,2006; 伊尻,2009; 濱口ら,2009; 岡田ら, 2010 ほか)を考えると、ことに一般青年に対する自殺予防教育には自傷行為や自殺未遂者の心理も含める必要があるものと思われる。

「本気で死にたいと考えた」青年が行った対処としては「身近な友人や知人に話を聞いてもらう」が 4 割と最も多いが(内閣府,2011)。この事実は、知人から自殺念慮や自傷行為の告白を受けた青年も相対的に多いということを示している。ここで最も懸念されるのは、これらの重大な告白・相談を受けた者の心理的・物理的ストレスであろう。近年では直接的に相談や告白を受けた体験のみならず、ツイッター、ブログなどでの間接的に相談・告白された体験の増加も推測され、相談される側にとっても以前とは別の困難が加わっていることも考えられる。

また、青年期の自殺や自傷の特徴としては、周囲からの影響を受けて行う、いわゆる「同調型」「つられ型」が多いことがある(高橋,2006)。インターネットで自傷について知り、自らも自傷行為に至った例や、有名人の自殺に感化されて自らも自殺に至った例なども思春期青年期に特有と言われている。ここまで極端な例ではないにしても、専門的な知識のない状態で何の支援もなく他人の「生き死に」に関わる重大な相談や告白を受けることは一般青年に多大なる影響を与えていることは考えられよう。このような「はからずも偶然ゲートキーパーとなった一般青年」を支援・教育していくことは自殺企図のある当事者を支えていくことにも繋がるものと思われる。青年期の自殺問題については当事者のみならず、当事者を取り巻く者たちへの支援や心理教育も重要と言えよう。しかしながら、自殺問題への支援や心理教育、研究は、当事者、遺族、支援に携わる専門職に対するもの以外は未だ少ない。本研究ではこの点に着目した。

2. 研究の目的

本研究では、青年期に対する自殺予防教育の一環として、他者から自傷行為や自殺念慮を有した体験、及び知人から自傷行為や自殺念慮について告白・相談された体験について調査し、被相談者がどのような状況で相談・告白を受けたか、どのような苦痛を感じたか、そしてどのように対処したか・するかを把握するとともに、彼らがその体験の際に必要なと感じた情報や援助について把握することを目的とした。

(1) 自傷行為や自殺念慮のそれぞれについて知人から告白・相談された体験の実態調査。予備研究として、自由記述で項目を収集し、質問紙を作成後、実態調査

(2)(1)をもとに、知人から自殺念慮を告白・相談された際の苦悩感尺度の作成

(3)(1)をもとに、知人から自殺念慮を告白・相談された際の対処行動感尺度の作成

(4)(2)(3)を用いて、自殺念慮を告白された際の苦悩感が対処行動に及ぼす影響の検討

(5)(1) ~ (4) について、自傷行為遭遇体験についても実施。

3. 研究の方法

(1) 自殺念慮遭遇体験の実態調査

1) 方法

調査協力者：関東圏内の大学生

調査手続：集団・無記名式の質問紙調査。倫理的配慮としてアフターフォローを実施。j

調査内容：調査手続：集団・無記名式の質問紙調査

調査内容：自殺念慮の身近さ、自殺念慮体験、自殺念慮者遭遇体験、SUD、BDI-

2) 結果

a) 自殺念慮経験

「死にたい」と思った体験のある者は 42.3%，男性(29.9%)に比べ女性(50.5%)が有意に多かった($p<.001$)。「死にたい」体験あり群のうち、他者に相談した者は 30.1%であり、男性 19.5%，女性 32.3%である($p<.10$)。相談者は(複数回答)、51.2%が友人であり、次いで家族が 34.9%，恋人が 11.6%と近い者に相談への相談がほとんどを占めた。また、相談経路としては直接が半数であり、メールや Twitter、ブログなど間接的な手段も 27.9%示された。相談した者が相手に望んだ対応は(複数回答)、話を聞いてほしいが 33 名(76.7%)と最も多く、次いで、理解してほしいが 21 名(48.8%)、一緒にいてほしいが 15 名(34.9%)であった。

b) 自殺念慮を有する者への遭遇体験(複数回答あり)

身近な人の自殺念慮に遭遇した体験を持つ者は 34.5%であった。自殺念慮を有した対象は友人が 66.3%と最も多く、次に顔見知り(33.6%)、家族(17.8%)、恋人(6.5%)であった。知人の自殺念慮を知った情報経路は、「本人から直接聞いた」(50.9%)が最も多く、次いで「Twitter・ブログ・メール等」(40.1%)で、実際現場に居合わせた体験も 9%あった。

(2) 自殺遭遇体験時の困難感尺度の作成

1) 方法

調査対象者：大学生 338 名(男性 137 名、女性 196 名、不明 5 名、平均年齢 20.14±1.82 歳)

調査手続：集団・無記名式の質問紙調査で実施

調査内容：予備調査で「自殺念慮を持つ知人との遭遇時に最も困ったこと」の自由記述を集め、臨床心理士 2 名と臨床心理学専攻の学生 2 名で内容を分類し、独自に作成した「自殺念慮者遭遇時の困難」30 項目。また、自殺関連体験の有無やその内容に関する質問項目。

2) 結果

a) 自殺念慮遭遇時の困難感尺度の作成

自殺念慮遭遇時の困難 30 項目について天井効果のある 6 項目を除外し探索的因子分析(主因子法・プロマックス回転)を行った。因子負荷量.40 を基準に項目を削除し、最終的に 18 項目 6 因子解を採用した。第 1 因子は知人の自殺念慮の受け入れられなさや不快感を示す「自己負担感」、第 2 因子は遭遇体験の相談に関する心配を示す「相談懸念」、第 3 因子は知人の自殺既遂に関する心配を示す「既遂懸念」、第 4 因子は自分が何もできないと感じる「無力感」、第 5 因子は知人の自殺念慮を周囲がどのように捉えるかの心配「周囲の反応懸念」、第 6 因子は自殺念慮を持った知人との関わり方の心配「関与懸念」とした。

b) 自殺念慮遭遇体験時の困難感と性別・自殺関連体験との関連

因子得点の男女差を検討したところ、「既遂懸念」($t(331)=-2.61, p<.01$)、「無力感」($t(330)=-3.56, p<.01$)、総得点($t(328)=-2.26, p<.05$)において女性が有意に高かった。また、知

人の自殺念慮への遭遇体験のある群はない群よりも「無力感」が有意に高い一方で($t(333)=-2.80$, $p<.01$), 「相談懸念」が低かった($t(334)=2.98$, $p<.001$)。更に自殺念慮を体験したことの無い群はある群よりも「相談懸念」が高かった($t(330)=2.15$, $p<.05$)。

(3) 自殺遭遇体験時の対処尺度の作成

1) 方法

調査対象者：大学生 338 名 (男性 137 名, 女性 196 名, 不明 5 名, 平均年齢 20.14±1.82 歳)

調査手続： 集団・無記名式の質問紙調査を実施した。

調査内容：予備調査により「自殺念慮を持つ知人との遭遇時に適切だと思う対応」の自由記述を集め、臨床心理士 2 名と臨床心理学専攻学生 2 名で内容を分類し、独自に作成した「自殺念慮者への適切な対応」49 項目、また、自殺念慮遭遇体験や希死念慮経験に関する項目等

2) 結果

適切な対応 49 項目について、天井・床効果を確認し 5 項目を除外した後、探索的因子分析(主因子法・プロマックス回転)を行い、因子負荷量.40 や項目内容を基準に項目を削除。28 項目 9 因子解を採用した。第 1 因子は、心配や自分の気持ちを伝えて自殺を止めようとする「感情伝達による引止め」、第 2 因子は、何かするわけではないが側にいる「寄り添い」、第 3 因子は、病院を勧めたり自らが相談したりする「専門家への相談」、第 4 因子は、アドバイスや励まし等の「励まし・慰め」、第 5 因子は、気持ちの変化を促す「気分転換促進」、第 6 因子は、自殺をやめるように言う「説得」、第 7 因子は、慌てず緊急性を見極める「冷静な対応」、第 8 因子は、死にたい原因を確認する「原因把握」、第 9 因子は、専門家ではない身近な人へ相談する「周囲への相談」とした。

男女差を検討したところ、「感情伝達による引止め」($p<.01$)、「寄り添い」($p<.01$)、「専門家への相談」($p<.05$)、「冷静な対応」($p<.05$)、合計($p<.01$)において、男性より女性の方が有意に高かった。また、知人の自殺念慮に遭遇した経験の有無と、希死念慮の経験の有無から成る 4 群で得点を比較したところ、遭遇体験も希死念慮経験もある群の方がどちらもない群に比して「寄り添い」($p<.10$)の得点が高い傾向にあり、「説得」($p<.01$)や「周囲への相談」($p<.01$)の得点は低かった。また、希死念慮経験のみがある群は、どちらの体験もない群より「周囲への相談」($p<.01$)の得点が低かった

(4) 自殺念慮を告白された際の困難感が対処行動に及ぼす影響

1) 方法

調査協力者：大学生 336 名

調査手続： 集団・無記名式の質問紙調査を実施した。

調査内容：自殺念慮遭遇時の困難感尺度、自殺念慮遭遇体験時の対応尺度等

2) 結果

知人の自殺念慮を知った体験(以下、自殺念慮遭遇体験)やその際の困難感が、告白者に対しての適切な対応に及ぼす影響を検討するため、繰り返しによる重回帰分析(ステップワイズ法)を行った。その結果、まず「自殺念慮遭遇体験の有無」は、困難尺度の「無力感」に正の影響を与え($\beta=.15$, $p<.01$)、「相談懸念」に負の影響を与えていた($\beta=-.16$, $p<.05$)。次に、適切な対応尺度(9 因子)に対しては、全ての因子に困難感から影響がみられた。「寄り添い」に対しては、「相談懸念」、「無力感」、「自殺念慮遭遇体験の有無」が正の影響を与え($\beta=.21$, $p<.01$; $\beta=.28$, $p<.001$; $\beta=.14$, $p<.01$)、「自己負担感」が負の影響を与えていた($\beta=-.51$, $p<.001$)。「専門家への相談」には、「相談懸念」や「既遂懸念」が正の影響を与えていた($\beta=.30$, $p<.001$; $\beta=.21$, $p<.01$)。「説得」には、「既遂懸念」が正の影響を与え($\beta=.21$, $p<.001$)、「自殺念慮遭遇体験の有

無」が負の影響を与えていた($\beta = -.11, p < .05$)。また、「周囲への相談」には、「相談懸念」が正の影響を与え($\beta = .37, p < .001$)、「無力感」が負の影響を与えていた($\beta = -.13, p < .05$)。その他の適切な対応尺度の各因子にも独立変数から有意なパスが示された。

4．研究成果

「死にたい」体験は青年の約4割に、また知人から「死にたい」と告白された体験は約3割に生じていた。いずれも特に女性に多かった。また、自ら死にたいと考えた際に約7割の者は他者に相談をしないが、相談する場合の相談対象は身近な者が圧倒的に多く、相談対象には「解決」よりも「ただ傍にいて話を聞き理解してほしい」と望んでいることが示された。

知人の自殺念慮を知った際の困難感、自殺既遂の懸念のみならず、自らの対応や自他に及ぶ影響など多岐にわたった。女性はより困難感が強く、特に既遂への不安を抱える一方で、打つ手のなさなど無力感も感じやすい。無力感、遭遇体験のある者により高く、実際の自殺危機を前にして、青年たちは太刀打ちできなさを感じやすいと言えよう。また、知人の自殺念慮に遭遇した者や、希死念慮を自ら抱えた体験のある者はない者と比較して、「相談するか否か」「誰に相談するか」等で懸念が低いことが示された。

自殺念慮を持つ知人に対して、青年が適切と考える対応は多岐にわたり、殊に女性では情緒的サポートや緊急時の備えをより重視する傾向が示された。また、実際に遭遇体験があると、説得を控えて相手に寄り添う行動が適切と考える一方で、友人など周囲への相談を適切と考える傾向は低かった。周囲への相談は、希死念慮経験のある者においても、適切と考える傾向が低いことを併せて考えると、他者の自殺念慮に遭遇した際も自ら希死念慮を抱いた際も、青年は一人抱え込み、身近な他者へ相談し難い状況が生じていると推測される。自殺予防で重視される「チーム支援」の考えを、青年にどう浸透させていくかが今後重要な課題と思われる。

また、知人の自殺念慮を知った際に抱く困難感が、自殺念慮告白者に対しての適切な対応に影響を与えることが示された。特に、知人の自殺念慮を知った際に生じる負担感が、ただそばに居て見守るというゲートキーパーにとって重要な対応を低減させる可能性が示された。また、知人の自殺を知るだけでも、自分には何も出来ないと無力感を覚え、さらに周囲の大人に対して相談しにくくなる可能性も示唆された。そのため、知人の自殺念慮を知ること自体のインパクトや、自殺念慮を知った際の周囲の人々が感じる負担感、無力感を軽減させる関わりが、自殺予防の介入として重要と考えられる。

5．主な発表論文等 (学会発表) 11件

1. 青木佐奈枝、高橋あすみ、田中大輔、谷秀次郎(2016)大学生が「死にたい」と思った際の相談体験・被相談体験 - に触れた際、学生はどのような困難を抱え、どう対応しているか 1 - . 日本心理臨床学会第35回大会 .
2. 田中大輔、谷秀次郎、高橋あすみ、青木佐奈枝(2016)知人の自殺念慮を知った際の困難に関する検討 - 自殺念慮に触れた際、学生はどのような困難を抱え、どう対応しているか 2 - . 日本心理臨床学会第35回大会 .
3. 高橋あすみ、谷秀次郎、田中大輔、青木佐奈枝(2016)知人の自殺念慮を知った際の対応に関する検討 - 自殺念慮に触れた際、学生はどのような困難を抱え、どう対応しているか 3 - . 日本心理臨床学会第35回大会 .
4. 谷秀次郎、高橋あすみ、田中大輔、青木佐奈枝(2016)知人の自殺念慮を知った際の困難感が対応に及ぼす影響 - 自殺念慮に触れた際、学生はどのような困難を抱え、どう対応し

ているか 4 - .日本心理臨床学会第 35 回大会 .

5. Sanae Aoki , Syujirou Tani, Daisuke Tanaka, Asumi Takahasi, Manami Aoki, Sanako Daitoku, Satoshi Ono, Masato Kitajima, Tadanori Inoue, Yoshihiro Konno (2016) Effects of perplexity at hearing acquaintances' suicidal ideations on later helping behavior in adolescence .International congress of Behavior Medicine.
6. Sanako Daitoku, Sanae Aoki(2016)Relationship between binge-eating and body-sense. International congress of Behavior Medicine 2016.
7. Asumi Takahasi, Sanae Aoki (2016) The influence of psychological narrowing of the visual field in suicidal people on help-seeking preference. 7Th Asia Pacific Regional conference of international association for suicide prevention.
8. 青木佐奈枝 , 高橋あすみ , 田中大輔 , 谷秀次郎 (2015) 自殺念慮を有する者への遭遇体験に関する調査研究 . 日本心理学会第 79 回大会 .
9. 田中大輔、谷秀次郎、高橋あすみ、青木佐奈枝 (2015) 自傷行為への遭遇体験と精神的健康の関連 . 日本心理学会第 79 回大会 .
10. 高橋あすみ , 田中大輔 , 谷秀次郎 , 青木佐奈枝 (2015) 自殺念慮を有する者への遭遇体験と精神的健康の関連 . 日本心理学会第 79 回大会 .
11. 谷秀次郎 , 高橋あすみ , 田中大輔 , 青木佐奈枝 (2015) 自傷行為を有する者への遭遇体験に関する調査研究 . 日本心理学会第 79 回大会 .

6 . 研究組織

(1)研究分担者

研究協力者氏名 : 井上 忠典

ローマ字氏名 : INOUE,Tadanori

研究協力者氏名 : 北島 正人

ローマ字氏名 : KITAJIMA,Masato

科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属されます。