

## 科学研究費助成事業（科学研究費補助金）研究成果報告書

平成 25 年 5 月 22 日現在

機関番号：34504

研究種目：基盤研究（C）

研究期間：2010～2012

課題番号：22530776

研究課題名（和文）20、30歳代の自殺とストレスコーピングの関係についての研究

研究課題名（英文）Suicide and Stress-Coping in 20s and 30s

研究代表者

小野 久江（ONO HISAE）

関西学院大学・文学部・教授

研究者番号：40324925

研究成果の概要（和文）：本研究では、成人若年層においては自殺を問題解決方法として考える傾向が高いことが示された。これらの自殺傾性や抑うつ状態の危険因子として、情緒的なストレスコーピングと社会的役割に対する満足度の低下が示唆された。一方、予防因子としては冷静で計画的なストレスコーピングが示唆された。これらより、適切なストレスコーピングを習得するための臨床心理学的介入や、就労支援などの具体的な社会的支援が、自殺予防に重要と考えられた。

研究成果の概要（英文）：This study suggests that young Japanese adults were likely to think suicide was one of the methods to solve problems. Emotion-oriented coping and low QOL in social component were risk factors for the suicidal tendency and depression, while task-oriented coping was a protective factor for them. Therefore, psychosocial interventions targeting stress-coping styles and social functions would be effective for preventing suicide in young Japanese adults.

交付決定額

（金額単位：円）

	直接経費	間接経費	合計
2010年度	800,000	240,000	1,040,000
2011年度	1,200,000	360,000	1,560,000
2012年度	1,000,000	300,000	1,300,000
年度			
年度			
総計	3,000,000	900,000	3,900,000

研究分野：社会科学

科研費の分科・細目：心理学、臨床心理学

キーワード：自殺予防、若年層、ストレスコーピング、抑うつ状態、QOL

## 1. 研究開始当初の背景

(1) 日本の自殺既遂者数は、1998年に初めて3万人を超え、以降3万人レベルで推移している。さらに、2008年には20歳代の自殺既

遂者は過去10年間で2番目という多さとなり、30歳代の自殺もこの10年で増加を示すなど、自殺既遂者の若年化傾向が認められている。

(2)生物学的な自殺脆弱性の研究では、脳内のセロトニン神経系のみならずノルアドレナリン神経系の機能異常が着目されている。この結果を臨床心理的観点から捕らえると、自殺に対するストレス反応性の問題として考えられる。一方、複雑化した現代社会において若年層が適切なストレスコーピングを習得するには困難が伴う。これらより、成人若年層の自殺においては、ストレスコーピングが及ぼす影響が重要であると考え、本研究を開始した。

## 2. 研究の目的

本研究は、今後の自殺予防のための臨床心理学的介入方法の基礎的情報を得るため、20、30歳代（成人若年層）を対象とし、自記式質問紙法およびアンケート調査によって、どのようなストレスコーピングが自殺の危険因子または予防因子であるかを見出すことを目的とした。

## 3. 研究の方法

(1)対象：2009年9月から2012年5月にかけて、関西圏在住者1545名に直接型（集団調査）並びに間接型（郵送調査）で調査用紙を配布し、1132名から回答を得た（回収率73.3%）。回答者の内、18-39歳の809名（20.3±4.0歳、男性230名、20.2±3.5歳、女性579名、20.3±4.2歳）を本研究の解析対象とした。なお、個人情報収集せず、文書ならびに口頭で本研究の内容と主旨を説明し、同意を得た者からのみ回答を得た。

(2)調査項目：質問紙は、ストレスコーピングを調べるCoping Inventory for Stressful Situation（以下、CISS）、抑うつ状態を調べるZung Self-rating Depression Scale（以

下、SDS）、健康関連生活の質（QOL）尺度であるSF-36（以下、SF-36）、並びに自殺観と自殺関連行動を尋ねるアンケート（以下、アンケート）で構成した。

## (3) 評価項目

①主要評価項目は、CISSの各得点と、SDSの自殺念慮項目（「自分が死んだほうが他の人は幸せだと思う」）との関連性の検討を行った。

②副次的評価項目は、CISSの各得点と、SDS合計点、SF-36各尺度の得点、アンケートの各項目との関連を検討した。また、近年、教員のメンタルヘルスの悪化が課題となっていることより、82名教員を対象とし部分解析を追加で行った。

## 4. 研究成果

### (1) 対象者背景と考察

①解析対象者のCISSの課題優先対処得点は54.2±10.1点、情緒優先対処得点は47.4±10.3点、回避優先対処得点は50.1±11.0点となり、課題優先のコーピングスタイルが最も高い値を示した。

②SDS合計点は41.5±8.0点となり、「軽度の抑うつ」レベルを示した。SDSの自殺念慮項目（「自分が死んだほうが他の人は幸せだと思う」）の回答は、「いつも」が2.1%、「かなり」が4.2%、「時々」14.8%、「ほとんどない」74.8%となり、自殺念慮が高い率で存在した。

③SF-36の3コンポーネント・サマリースコアでの身体的側面得点は55.9±9.9点、精神的側面得点は48.8±10.4点、役割/社会的側面得点は39.7±10.9点となり、社会での

役割に対しての満足度が低い可能性が示された。

④アンケート回答：自殺念慮歴は15.6%、自殺企図歴は5.2%であった。「自殺は絶対にしてはいけない」と考える割合は74.0%、そう考えない割合は7.9%となり (Figure 1)、内閣府自殺対策推進室による平成23年度自殺対策に関する意識調査とほぼ同様の結果を得た。

一方、「問題解決手段としての自殺もありうる」と考える割合は30.0%にのぼり (Figure 2)、「自殺は絶対にしてはいけない」への回答との解離が見いだされた。これは、成人若年層では漠然と自殺を否認するものの、何らかの困難な状況を想定させると問題解決の手段として自殺を選択する危険性を示唆するものであり、本研究における重要な知見となった。

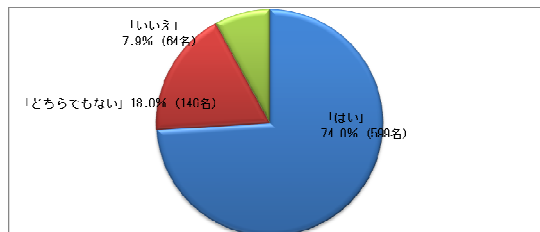


Figure 1 「自殺は絶対にしてはいけない」の回答比率

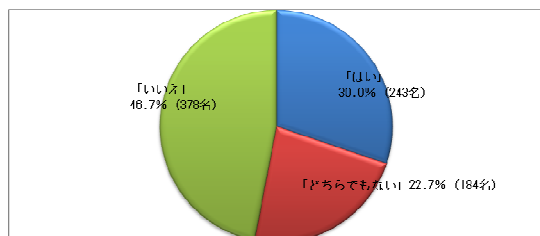


Figure 2 「自殺を課題解決手段と考えますか？」の回答比率

自殺をしてはいけない要因として、「家族などの身近な人のため」が87.3%で最多とな

り、社会的側面64.5%や、宗教的側面40.8%は低くなり、これも平成23年度自殺対策に関する意識調査と同様の結果であった。一方、海外の研究では、自殺念慮と宗教の信仰の度合いに負の相関が報告されており、海外では宗教が自殺予防につながっている可能性が示唆されているが、日本の成人若年層においては、社会的・宗教的な要因よりも、家族や周囲の人との関係性が自殺を予防する要因である可能性が考えられた。

## (2) 評価項目の結果と考察

①主要評価項目：CISSの課題優先対処得点、情緒優先対処得点、回避優先対処得点の3得点は、SDSの自殺念慮項目の回答群で有意なばらつきが認められた(それぞれ、 $p=0.002$ ,  $p<0.001$ ,  $p=0.015$ )。課題優先対処得点は自殺念慮が「いつも」群で「ほとんどない」群より有意に低く( $p=0.024$ )、情緒優先対処得点は「いつも」、「かなり」、「時々」の3群で「ほとんどない」群より有意に高かった(それぞれ  $p<0.001$ ,  $p=0.009$ ,  $p=0.001$ ) (Figure 3)。

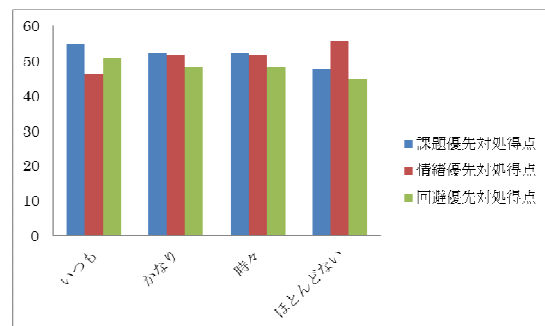


Figure 3 SDS 自殺念慮項目の回答別 CISS の各得点

これらより、成人若年層では、自殺念慮が高い者は、問題になっている出来事に対し冷静に判断したり計画的に行動したりするといった対処方法(課題優先対処)よりも、感情を発散したり感情を変化したりする対処

方法(情緒優先対処)を取る可能性が示された。

## ②副次的評価

アンケートでの「自殺は絶対にしてはいけない」に「いいえ」と回答した群(7.9%)は「はい」と回答した群より、CISSの情緒優先対処得点が有意に高く( $p=0.006$ )、課題解決対処得点と回避対処得点が低かった(それぞれ $p=0.040$ 、 $p=0.002$ ) (Figure 4)。また、アンケートでの自殺是認群(29.8%)は自殺否認群(46.4%)より男女共に情緒優先対処得点が高かった(それぞれ $p=0.015$ 、 $p=0.040$ )。

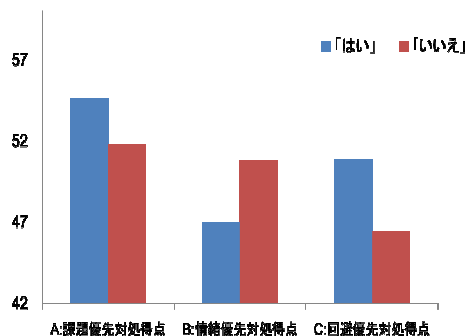


Figure 4 「自殺は絶対にしてはいけない」の「はい」群と「いいえ」群のCISSの各得点

SDS合計点とCISSの各対処得点との関連では、課題優先対処得点に負の相関( $r=-0.22$ 、 $p<0.001$ )が、情緒優先対処得点に正の相関( $r=0.51$ 、 $p<0.001$ )が認められた。男性では情緒優先対処得点のみに相関を認めた。重回帰分析では、自殺念慮歴の有無に情緒優先対処得点が影響を示した。

QOLの検討では、自殺肯定群は自殺否定群に比較し、SF-36の8項目比較で「日常役割機能」と「社会生活機能」得点の低下がみられたが、統計学的有意差には至らなかった。

教員群の部分解析では、教員群と非教員でSDS合計点とQOLに有意な差は認めなかった

が、SF-36の3コンポーネント・サマリースコアの役割/社会的側面得点が低下しており、教員の「働きがい」の低下が示唆された。なお、日本では教員を対象としたQOL研究は今まで行われておらず、本研究が国際的なQOL指標を用いた本邦初の検討であった。

③総合考察：今回の結果として、成人若年層では自殺を問題解決方法として選ぶ可能性が高いことが示された。また、自殺傾性の危険因子としては感情を発散したり変化したる対処方法(情緒優先対処)が、予防因子としては冷静に判断したり計画的に行動したりする対処方法(課題優先対処)が示された。

中国の大学生、イギリスの10代の自傷行為者、およびノルウェーの若年者における先行研究においても、今回の結果と同様、課題優先対処が自殺の予防因子となる可能性が報告されている。これらより、対人関係カウンセリングなどのストレスコーピング能力を向上させる臨床心理学的介入方法が、成人若年層の自殺予防に有用である可能性が考えられた。

一方、今回の検討では、海外の報告と異なり、宗教的なものが自殺予防因子となりにくいことも示された。また、ストレスコーピングの男女差も示唆された。以上より、海外での臨床心理学的介入方法をそのまま適用するのではなく、本邦の文化的側面も考慮した臨床心理学的介入が、自殺予防にはより有用と考えた。

なお、今回の検討では、「社会での役割」の満足度が低いことが示されており、就労支援なども自殺予防には重要であることが示された。臨床心理学的介入のみならず、社会的な介入も含めた包括的な自殺予防対策が今後も引き続き望まれる。

5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

[雑誌論文] (計 5 件)

- ① 竹谷 怜子、小野久江、教員の生活の質 (QOL) の現状報告 —SF-36 の 3 因子モデルによる探索的検討—、学校メンタルヘルス (査読有)、15 卷 (2)、2013. (印刷中)
- ② 竹谷 怜子、辻本江美、小野久江、大学生における自殺と全体的健康度との関係について、臨床教育心理学研究 (査読なし)、38 卷、19-22、2012.  
関西学院大学リポジトリ  
<http://kgur.kwansei.ac.jp/dspace/handle/10236/1422> (準備中)
- ③ 辻本江美、竹谷 怜子、小野久江、大学生のコーピングと抑うつ状態・自殺との関係について、臨床教育心理学研究 (査読なし)、38 卷、23-26、2012.  
関西学院大学リポジトリ  
<http://kgur.kwansei.ac.jp/dspace/handle/10236/1422> (準備中)

[学会発表] (計 24 件)

- ① Emi Tsujimoto, Reiko Taketani, Hisae Ono. Non-Suicidal Self-Injury And Stress-Coping Style In Japanese University Students (poster presentation), XXVII World Congress of the International Association for Suicide Prevention, 2013.09.24-28, Radisson Blu Plaza Hotel, Oslo, Norway (accepted)
- ② Hisae Ono, Emi Tsujimoto, Reiko Taketani, Toru Miyoshi. Suicidal Ideation And Stress-Coping In Young Japanese Adults (poster presentation), XXVII World Congress of the International Association for Suicide Prevention, 2013.09.24-28, Radisson Blu Plaza Hotel, Oslo, Norway (accepted)
- ③ 辻本江美、竹谷 怜子、小野久江、若年者の抑うつ状態・自殺とストレス対処方法の関係 (ポスター発表)、第 10 回うつ病学会総会、2013 年 7 月 19 日~20 日、北九州国際会議場 (accepted)
- ④ Emi Tsujimoto, Reiko Taketani, Hisae Ono. Suicidal Behavior and Stress-coping in Japanese Adolescents (poster presentation), The 5th Asia Pacific Conference of the International Association for Suicide Prevention, 2012.12.01, Hyatt Regency Chennai, India

- ⑤ Reiko Taketani, Emi Tsujimoto, Hisae Ono. Suicidal Ideation and Quality of Life in Japanese Adolescents (poster presentation), The 5th Asia Pacific Conference of the International Association for Suicide Prevention, 2012.12.01, Hyatt Regency Chennai, India
- ⑥ 辻本江美、竹谷 怜子、矢野美琴、藤田結子、小野久江、若年者の自殺観とストレスコーピングとの関係について、第 36 回日本自殺予防学会総会、2012 年 9 月 14 日、ベルサール新宿グランドホール
- ⑦ 竹谷 怜子、辻本江美、小野久江、教員における抑うつ状態と QOL の関係について (ポスター発表)、第 9 回日本うつ病学会総会、2012 年 7 月 27 日、京王プラザホテル
- ⑧ 辻本江美、竹谷 怜子、小野久江、大学生における自殺の捉え方とその影響要因 (ポスター発表)、第 9 回日本うつ病学会総会、2012 年 7 月 27 日、京王プラザホテル
- ⑨ 辻本江美、竹谷 怜子、小野久江、大学生の自殺関連行為とストレスコーピングとの関係について (ポスター発表)、第 35 回日本自殺予防学会総会、2011 年 12 月 15 日~17 日、沖縄コンベンションセンター
- ⑩ 竹谷 怜子、辻本江美、小野久江、大学生の自殺と全体的健康度との関係について (ポスター発表)、第 35 回日本自殺予防学会総会、2011 年 12 月 15 日~17 日、沖縄コンベンションセンター
- ⑪ 竹谷 怜子、辻本江美、藤井紗波、貝美奈帆、前田直人、小野久江、大学生の全体的健康度と抑うつ状態・自殺との関係についての研究 (ポスター発表)、第 8 回日本うつ病学会総会、2011 年 7 月 1 日~2 日、大阪国際交流センター
- ⑫ 辻本江美、竹谷 怜子、菊池真緒、西窪瑠衣、砂川智子、西川未穂、矢野美琴、小野久江、大学生のストレスコーピングと抑うつ状態・自殺との関係について (ポスター発表)、第 8 回日本うつ病学会総会、2011 年 7 月 1 日~2 日、大阪国際交流センター

[その他]

ホームページ等

- ① <http://www.kwansei.info/html/41200.html>
- ② <http://bcaweb.bai.ne.jp/ono-seminar/>

一般向け講演会 (計 18 件)

- ① 小野久江、「若年者の自殺予防」、兵庫県立大学同窓会主催、2012 年 10 月 26 日、

- 於兵庫県立環境人間学部、
- ② 小野久江、「若年者の自殺予防」、第 141 回近畿学生相談研究会、2012 年 9 月 6 日、於関西学院大学
  - ③ 小野久江、「自殺対策とうつ予防について」、篠山市民生委員児童委員中堅研修会、2012 年 2 月 22 日、於篠山市立丹南健康福祉センター
  - ④ 小野久江、「自殺予防とうつ病」、兵庫県猪名川町職員研修、2012 年 1 月 25 日、於猪名川町保健センター
  - ⑤ 小野久江、「世代別の自殺予防」、三田市虹玉の会主催公開講演、2011 年 10 月 9 日於まちづくり協働センター市民活動推進プラザ
  - ⑥ 小野久江、「社会人のメンタルヘルス～最近のうつ」、関西学院大学梅田講演会、2010 年 10 月 18 日、於関西学院大学梅田キャンパス

## 6. 研究組織

### (1) 研究代表者

小野 久江 (ONO HISAE)  
関西学院大学・文学部・教授  
研究者番号：40324925

### (2) 研究分担者

( )

研究者番号：

### (3) 連携研究者

( )

研究者番号：

### (4) 研究協力者

辻本 江美 (TSUJIMOTO EMI)  
関西学院大学大学院・文学研究科総合心理学専攻心理学領域・博士課程後期課程  
1 年

竹谷 怜子 (TAKETANI REIKO)

関西学院大学大学院・文学研究科総合心理学専攻心理学領域・博士課程後期課程  
1 年