

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 26 年 5 月 19 日現在

機関番号：16201

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2010～2013

課題番号：22730545

研究課題名(和文) 学生の自殺予防におけるコミュニティ・モデルの有用性に関する研究

研究課題名(英文) A study on the efficacy of community approach to suicide prevention in University

研究代表者

杉岡 正典(sugioka, masnaori)

香川大学・学内共同利用施設等・講師

研究者番号：70523314

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,500,000円、(間接経費) 750,000円

研究成果の概要(和文)：本研究は、近年増加している大学生の自殺問題に対する予防策を構築するために、学生相談体制におけるコミュニティ・モデルの有用性と課題について検討した。その結果、自殺願望や自傷行為のある学生が一定数いること、学生間で自殺や死にたい気持ちについて話題になり相談が行われることはまれではないこと、にもかかわらず、自殺予防に関する教育を受ける機会は乏しかったこと、教職員へのコンサルテーションや教職員への研修(FD/PD)のニーズが高いこと、心理教育には一定の有用性が確認されたが、自殺問題を抱える学生とかがかわることの戸惑いと心的負担があること、が示唆された。

研究成果の概要(英文)：The present study examined the efficacy and problems of community approach to suicide prevention in University and the following findings were obtained.(1)there were a certain number of students who had a suicidal tendency and self-injurious behaviors (2)students often sought for advice for themselves, but they scarcely had participated a preventive education against suicide (3)there were increasing needs of consultation among faculty and staff (4) it was possible with fair certainty that a preventive education against suicide were an effectual method, but it could put too much psychological pressure on faculty and staff.

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：学生相談 自殺予防 コミュニティ心理学

1. 研究開始当初の背景

(1) 大学生に対する自殺予防策の必要性

近年、大学では、様々なメンタルヘルス上の問題を抱える学生が入学するようになった。大学の保健管理センター(心理相談)を利用する学生も増加傾向にある。その中でも、自殺念慮や自殺企図といった自殺問題は深刻な問題である。統計的にも、1996年以降、自殺は学生の死因の第1位を占めている。このような中、自殺予防のために学生相談体制のあり方と方向性を検討することは、重要な課題の1つである。

(2) 学生相談の方向性の検討

各大学は、学生のメンタルケアの中心的役割を担う機関として保健管理センター等の専門機関を設置している。従来、保健管理センターは学生の来談を待つという受け身の姿勢をとることが多かった。しかし、自殺問題を抱える学生が自主的に保健管理センターに来談することは少ないことから、受け身の対応のみでは学生の自殺を未然に防ぐことに効果的とは言えない。むしろ、保健管理センターが学生や学内援助資源(学生支援担当教職員や各種相談窓口)と連携し協働するコミュニティ・モデルが効果的な自殺予防策となりうる。

2. 研究の目的

本研究は、近年増加している大学生の自殺問題に対する予防策を構築するために、学生相談体制におけるコミュニティ・モデルの有用性について検討する。具体的には、以下の3点を明らかにする。大学生の自殺問題について、その特徴を明らかにする。自殺予防のコミュニティ・アプローチとして予防教育実施の可能性を探るために、学生及び教職員のニーズを明らかにする。予防教育の実践を通して、コミュニティ・モデルの有効性と課題について検討する。

3. 研究の方法

(1) 大学生の自殺問題の特徴を明らかにするため、大学生を対象とした調査研究及び学生相談事例の分析を行った。

(2) 大学生の自殺問題に関するニーズを明らかにするため、学生及び大学教職員を対象とした調査研究を行った。

(3) 大学生及び教職員を対象に、自殺予防に関する心理教育を行い、その効果を評価した。

4. 研究成果

(1) 大学生の自殺問題の特徴

自殺願望及び自傷行為の実態

大学生を対象として質問紙調査を行った。自殺願望や自傷行為の有無について尋ねたところ、自殺願望については「一度もない」と回答したものが44.8%、程度の差はあれ「ある」と回答したものが55.2%であった(図1)。青年の自殺意識を調査した従来の研

究では、過去に自殺を考えたことがある学生は、約4割から6割である。今回の結果は、概ね先行研究と一致すると言えるだろう。

自傷行為の有無について尋ねたところ、27.8%が「ある」と回答した。そのうち、継続的に自傷行為を行っていると思われる「2・3ヶ月に数回」~「ほぼ毎日、数回ある」と回答したものは4.8%であった(図2)。自傷行為をしたことのある人の割合は、中高生で約10%、大学生では約8%という結果があり、それと比べると本研究ではやや高い割合であった。本研究からも、自殺願望や自傷行為のある学生が一定数いることが分かった。

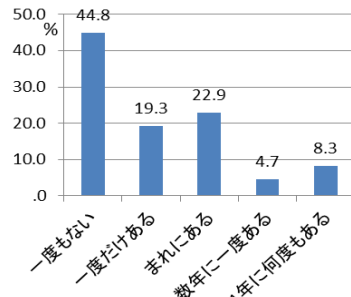


図1. 自殺を考えたことのある人の割合

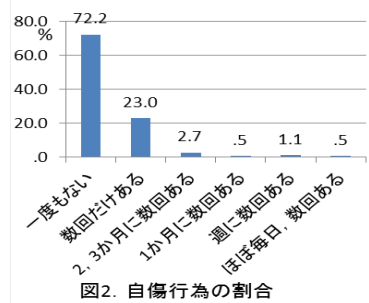


図2. 自傷行為の割合

学生相談事例を分析(カウンセリング・コンサルテーション)では、希死念慮のある学生の心理的特徴について検討した。希死念慮を語ることは、「cry for help」として捉え、どのような状況でどのような助けを求めているのか検討することが有効であった。とりわけ、学生相談事例では、希死念慮と青年期心性とのかわりが示唆された。希死念慮を持つ学生の多くは、これまでの家族関係において葛藤や欠損を抱えており、心理的な親離れ、社会的自立、異性との親密性といった青年の課題に対処できずにいた。第2の分離個体化のプロセスにおいて、両親に対するアンビバレントな感情を保持できず、怒りや不信の感情を持って余していることが分かった。

このような場合、学生相談では、カウンセラーが一人で当該学生を抱えるのではなく、指導教員をはじめとした他の学内支援者、家族、学外の医療・相談機関と連携していくことが必要であることが分かった。

希死念慮を抱く学生の感情体験

学生相談場面で担当した心理相談の中か

ら、希死念慮が詳細に語られた 10 例を分析対象として、希死念慮にまつわる感情体験を特定し、その特徴を検討した。その結果、「怒り」「自己嫌悪」「不安・抑うつ感」「孤立感」「不信感」「空虚感・厭世感」の 6 つの感情内容が特定された。これらを事例に沿って検討したところ、希死念慮を抱く学生の感情体験は、「重要な他者」に対するアンビバレンスが適切に処理できないことから生じており、負の感情は直接的に表現されず、行き場を失った破壊的なエネルギーが自己に向けかえられ希死念慮が生じる、という可能性が示唆された。希死念慮を語る学生は、鬱積された情緒的苦痛に圧倒され、感情を精神内界に抱え内省することも、外的環境との関わりの中で苦痛を解消することもできないまま、無力感や絶望感を抱いていた。

また、希死念慮を抱える学生との心理面接では、彼らが語る感情体験を多面的に理解するとともに、大学の友人や指導教員、家族といった周囲の人との連携を模索することが肝要であった。加えて、面接者は、希死念慮に関する理論的考察を行ったり、第三者の視点（スーパービジョンなど）を取り入れたりすることで、青年とのかかわりを冷静な目で判断することが求められることが示唆された。

自殺関連要因の検討

抑うつと自殺の捉え方（態度）の 2 要因に注目し、自殺傾向との関連を検討した。因子分析、パス解析を用いて分析した結果、直接効果では、うつ状態が自殺傾向を強めていることがうかがわれた。間接効果では、うつ状態が自殺への肯定的な態度を促進していた。肯定的な態度の中でも、自殺に同調する態度は将来の自殺傾向を高めるが、自殺を容認する態度にはそのような影響はみられなかった（図 3）。自殺に同調する態度と自殺を容認する態度の相違点について検討したところ、その違いは、自殺や自殺者との心理的距離が保たれているかどうかであることが示唆された。本研究の結果から、大学における自殺予防では、うつ状態に関する注意喚起を行うことに加えて、自殺との心理的距離感について着目することが有効であると思われた。

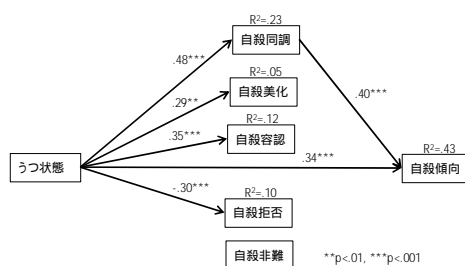


図 3. うつ状態と自殺の構えが自殺傾向に与える影響（有意なパスのみ示した）

大学生のニード

大学生への質問紙調査を行い、自殺予防教育の受講希望について尋ねたところ、希望しない学生が約 3 割、どちらとも言えない学生が約 3 割、希望する学生が約 4 割という結果であった（図 4）。さらに、学生間で自殺や死にたい気持ちについて話題になり相談が行われることはまれではないこと、にもかかわらず、自殺予防に関する教育を受ける機会は乏しかったことが明らかになった。また、大学で行う自殺予防教育の目的として、友人が自殺問題に遭遇した時の適切な手立てについて学ぶことに加えて、受講生自身の心身の健康やストレス対処力を高めることの必要性が検討された（表 1）。さらに教育の方法として、自由参加や親密な関係作りの工夫、フォローアップを行うなどの配慮の上で介入計画を立てることが重要であることも明らかになった。

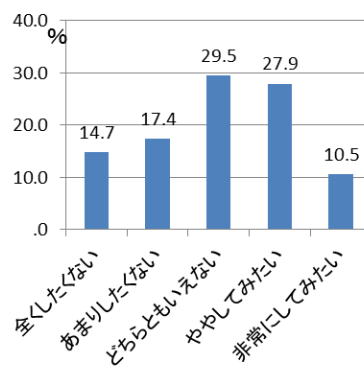


図 4. 自殺予防教育の受講希望

表 1. 予防教育の内容と受講動機に関する自由記述の分類

カテゴリ名	例
自殺の原因	なぜ自殺をしてしまうのか、なぜ自殺したいと思うのか知りたい 自殺の原因について、どんな理由で自殺を考えるのか、人それぞれで予想もつかないから。
自殺に追い込まれる心理	自殺はいつ誰がそういう状態になってもあかしくないと思う。だからその人がどういキツクでどうして自殺まで追い込まれなければいけなかったのかなどをみんなで考えるような勉強をしてみたい 自殺する人の気持ちがどんなふうになるのか
教育内容	ハイリスク者への接し方 自殺する気持ちになってしまった人に対して、周囲はどう気をつけてあげればいいのか 自殺したいと思っている人にどんなふう話をしたらいいのか
自殺の予防方法	今ニュースとかでもよく自殺の話が出てくるから、なんで自殺するのかを予防を知りたい 悩みを相談できる友達がいないなどの理由で自殺してしまう人がいるが、それを防ぐことができなかったのか学びたい、知り合いの大学で多いと聞いたので
心のケアの方法	どうすれば自殺したい気分にならなくてすむか？そういう気分になったらどうしたらいいか。 自分のメンタルヘルスの維持の仕方を知りたい
自殺防止	大学生が自殺しようとした理由を勉強したい、理由を知ることが出来ればとめられるかもしれないから。 自殺する人の行動や言葉などがわかると、周りに当てはまる人がいた場合、相談に乗るなどして防げるかもしれないから。
自殺や死に関する関心	死の意味について知りたいから どうして人は死ぬのが興味がある
自殺の親和性	自分も恋愛でうまくいっていきたくて死にたいと思うことがあるので学びたい 自分の性格が大丈夫かと不安だから、自己理解のために
自殺の恐怖による受講拒否	自殺の話は聞くのが暗くなり自分もしんどいので受けたくない 自殺は怖いので授業は受けたくない

(2) 自殺予防教育へのニード

教職員のニーズ

大学生の自殺予防にむけた学内連携に関する調査をまとめ、大学内における自殺予防のニーズについて検討した。

i)よく見られる学生の問題

最も多かったのは、心理的な問題、次いで、修学上の問題及び休退学の問題、そして経済的問題が続いた。ただし、これらは便宜的な分類であり、実際はいくつかの要因が絡み合っていると思われる。自由記述では、学習意欲低下による履修不良や不登校といった、修学上の問題がありその背景に心理的要因が想定されるケースが多くみられた。

ii)各学部の学生支援体制の制度

1年次からのキャンパス・アドバイザー制度や留年・休学の際の個別面談があるなど、支援体制は充実していることが窺えた。

iii)学部で感じる学生支援上の困難

大別すると、教職員の負担の増加、学生対応に対する不安や戸惑い、制度や人材面の不足、に分けられた。「学生対応の知識がないので迷うことがある」などの内容が多く、学生支援に関する心理的負担が大きいことが推察された。教職員の多忙さに加えて、キャンパス・アドバイザー制等により、学生支援に親和性のない教員も、1・2年生への修学・生活上の問題への指導や支援の役割が強まり、その責任を負うことへの戸惑いがあることが示唆された。

iv)学内専門機関へのニーズ

学生への心理的援助に加えて、「学生対応や学生支援に関する個別または全体のアドバイスがほしい」といった内容があり、教職員へのコンサルテーションや教職員への研修(FD/PD)のニーズが高いことが分かった。

以上をまとめると、教職員の学生支援に対する役割が以前に増して求められるようになったことで教職員の負担が増加していることが分かった。また、教職員には、自殺問題を抱える学生や問題の背景に心理的要因が想定される学生との接触があり、その対応に戸惑いがあることが示唆された。さらに、学内専門機関には、個別の事例に対するコンサルテーションや学生の精神保健に関するFD研修会を求めていることが分かった。学内相談機関は、来談学生に対するカウンセリングに加えて、教職員へのコンサルテーションや学内連携を模索し、キャンパスをエンパワーしていくことが重要であることが分かった。

(3) 予防教育の実践と効果

大学生を対象に自殺予防教育を行った。予防教育の実施には、事前に対象者に対して十分な趣旨説明をして、対象者の負担にならないように配慮された。教職員には、FD研修会にて、自殺に関する心理教育を行った。

実施後、受講生からは、「自殺は救える命であることが分かった」「友達関係が大事だと分かった」「周囲に困っている人がいたら、否定せずに傾聴しようと思った」などの感想

が聞かれた。困難にある人に対して、否定せずに傾聴し、必要に応じて周囲とつなぐ、という基本的関わりは伝わっていた。その一方で、「困っている人に自分に何ができるのかわからない」「自分が関わることで相手を余計に困らせるかもしれない」「こちらが重く感じる」など、困難を抱える者と関わることへの不安や負担感に関する発言もあり、今後は、援助者を援助する視点も重要になると思われる。今後の課題として、自殺予防に関する心理教育を実施する上で、教職員や学生の自殺予防に対する受け取り方について検討することが必要かもしれない。FD研修会や学生への心理教育的アプローチには、個々の教職員や学生の自殺予防教育をうける準備性(レディネス)も大きな要因になるかもしれない。

(4) コミュニティ・モデルの検討

学生の自殺問題に対して、大学では学生の自殺予防のために「大学ぐるみの学生支援体制の構築」を模索している。これはコミュニティ・モデルに基づいた支援体制である。すなわち、保健管理センターなど学内専門的機関の充実のみならず、ピアサポーターの養成や指導教員・学生支援担当教職員の役割を強化し、学生と身近に接する支援者の機能を拡充することで、大学ぐるみで学生の孤立と自殺を防ごうとするものである。本研究では、学生及び教職員から、心理教育やコンサルテーションに対するニーズがあることが確認された。また、自殺問題に関する心理教育を行ったところ、一定の有用性が確認された。しかしその一方で、このモデルは、ピアサポーターや教職員など学生から助けを求められる側に対して多大な心的負担を生じさせることも示唆された。援助の専門家ではない支援者が、学生の危機場面に遭遇する機会が増すことで、その負担と責任は増大する。不幸にも、関わっていた学生が自殺した場合、支援者には生涯消えることない心理的打撃を受けることもあるだろう。本研究からも、学生や教職員が問題を抱える学生と関わることへの不安や燃え尽きがあることが示唆された。このようなコミュニティ・モデルから生じてくる非専門家の役割拡充とそれに伴う不安や負担は、今後解決すべき課題である。

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 3件)

杉岡正典 「吐く」不安を訴える女子学生への心理療法的アプローチ、香川大学保健管理センター紀要、査読なし、3、2014、167 - 173.

杉岡正典・若林紀乃 大学生を対象とした自殺予防教育に関する基礎的研究、広島文化

学園大学学芸学部紀要, 査読なし, 第2号 ,
9 - 15, 2012

杉岡正典 香川大学における自閉症スペクトラム障害の学生相談の現状と課題, 精神療法, 査読なし, 37(2), 2011, 154-159

〔学会発表〕(計 4件)

杉岡正典, 鎌野 寛, 永尾 幸, 森 知美, 富家喜美代, 泉 慈子, 中村晶子, 野崎篤子, 村上智郁 「死にたい」と訴える学生の感情体験の検討, 第43回中国四国保健管理研究集会報告書(主催: 全国大学保健管理協会中国・四国地公部会, 会場: 山口大学(山口市), 2013年8月31日, 89 - 91.

杉岡正典, 鎌野寛, 森知美, 富家喜美代, 中村晶子, 村上智郁, 藪治可 大学生の自殺に対する態度及びその関連要因の検討, 第42回中国四国保健管理研究集会報告書(主催: 全国大学保健管理協会中国・四国地公部会, 会場: 香川大学(高松市), 2012年8月・・日, 107 - 108.

杉岡正典, 鎌野寛, 森知美, 富家喜美代, 野崎篤子, 中村晶子, 村上智郁 大学の心理相談における希死念慮のある学生の理解と対応, 第41回中国四国保健管理研究集会報告書(主催: 全国大学保健管理協会中国・四国地公部会, 会場: 岡山大学(岡山市), 2011年8月・・日, 90 - 92.

中村晶子, 溝口剛, 鎌野寛, 杉岡正典, 森知美, 富家喜美代, 野崎篤子, 村上智郁, 高田千晶, 小柳晴生 香川大学におけるUPI実施の歴史と「呼びかけ面接」について, 第40回中国・四国保健管理研究集会報告書(主催: 全国大学保健管理協会中国・四国地公部会, 会場: 愛媛大学城北キャンパス), 2010年8月・・日, 52 - 56.

〔図書〕(計 1件)

杉岡正典 8章 地域の臨床的援助, 上野徳美・岡本裕子・相川充(編)人間関係を支える心理学: 心の理解と援助, 北大路書房 2013, 189 - 206.

6. 研究組織

(1) 研究代表者

杉岡 正典 (SUGIOKA Masanori)

香川大学保健管理センター・講師

研究者番号: 70523314