

大学生の希死念慮と自傷行為経験に関する調査

帝塚山大学大学院心理科学研究科
博士前期課程 2年 大久保 貴 弘
帝塚山大学 心理学部
教授 神 澤 創

問題

近年、世界の優先課題として、自殺予防が取り上げられている (World Health Organization, 2019)。自殺とは、自ら自分の生命を絶つことである(新村, 2008)。世界保健機関の2018年の統計によると、日本の自殺死亡率は、諸外国の自殺死亡率と比べると非常に高く、自殺死亡率の総数ではワースト9位といった結果が出ている。また、男女別にみると、日本は、男性がワースト15位、女性がワースト4位となっている。日本の年間自殺者数は男性が7割を占め多く、諸外国をみても男性の方が自殺死亡率は高くなっている。また、諸外国との比較でみると、日本の女性の自殺死亡率の高さが目立っている(厚生労働省, 2018 a)。

平成29年の日本の自殺者数は21,321人で、平成22年以降、8年連続減少している(厚生労働省, 2018b)。全体的に自殺者数は年々減少しているが、若年層の自殺者数に大きな変動は見られない。例えば、29歳以下の自殺者数をみると、平成28年では2,755人、平成29年では2,780人と報告されており、20代以下に絞ってデータを見直すと、平成28年の死因順位別にみた年齢階級では、15～39歳の死因の第1位が自殺である。また、死亡率をみると20～24歳は48.1%、25～29歳は47.0%であった(厚生労働省, 2017 b)。この数値は、20代で亡くなった人のおおよそ半数が、自殺で亡くなっていることを示しており、これらの結果から、若年層の自殺が深刻な状態が続いていることがわかる。また、Joinerら(2009)は、人が自殺行動を起こすのは、自殺に対する心理的なハードルが下がるプロセスが必要だと述べている。要するに、死に対する恐怖心が薄れてきたり、自分の身体を傷つけることや慢性的な身体の痛みなどに慣れたりする状態になることが必要だということである。こうした能力のことをJoinerら(2009)は、「獲得された自殺潜在能力」と名付けている。さらに、希死念慮に自殺潜在能力が加わることで、自殺が行動化されていると指摘し、これを自殺の対人関係理論と呼んだ。希死念慮とは「自殺をしようとする意志」のことである(神澤・中田・才野, 2016)。希死念慮は「所属感の減弱」と「負担感の知覚」が重なることで生じる。所属感の減弱とは、現実にもとの繋がりがなく、孤立している状況と、自分の居場所がない、あるいは誰も自分を必要としていないという主観的な感覚を含んだ状態のことをいう(松本, 2015)。負担感の知覚とは、自分が生きていることが周囲の迷惑になっている、自分がない方が周囲は幸せになれるといった認識を指す(松本, 2015)。

以上のことから、希死念慮を抱き、さらに自殺潜在能力をもった人は、自殺行動を起こすリスクがあるといえる。また、自殺潜在能力は自分の身体を傷つけることで高まり、言い換えると、自傷行為は自殺潜在能力を高める要因であるといえる。自傷行為は「自殺以外の意図から、非致死性の予測をもって、故意に、そして直接的に、自らの身体に対して非致死的な損傷を加えること」と松本(2014)は定義している。希死念慮または自傷経験を大学生に調査した研究はある(杉岡・若林, 2012 etc.)が、両方を同時に調査したものはない。自殺行動を起こすリスクが高い大学生がどれくらいいるのか実態は定かではない。

そこで本研究は、大学生に希死念慮や自傷行為の経験について質問することで、自殺行動を起こすリスクの高い大学生の割合を調査するとともに、希死念慮を抱いている、自傷行為の経験がある大学生の割合を調査することを目的とした。割合を調査することで、現状を把握することが出来、今後こういった予防的なアプ

ローチが必要か、また、学生相談といった相談の体制の在り方を検討する基礎データを収集することが本研究の狙いである。

方法

調査対象者

近畿圏の大学に在学中の大学生253名を研究対象とし、未記入のあったケースを除いた有効回答246名(男性120名、女性126名、平均年齢19.90歳SD = 1.32)を分析の対象とした。

調査時期

本調査は2018年12月に、授業時間の一部を利用して集団法により実施した。

質問紙

本研究では、年齢・性別・学年を尋ねたのち、自傷行為尺度9項目(佐野, 2016)と内閣府(2016)をもとに筆者が作成した希死念慮に関する質問を用いた。

自傷行為尺度 9項目からなる自傷行為尺度(佐野, 2016)を用いた。「5.すごく当てはまる(5点)」、「4.当てはまる(4点)」、「3.どちらでもない(3点)」、「2.当てはまらない(2点)」、「1.まったく当てはまらない」の5件法で構成されている。カットオフ値も設定されており、25点以上で自傷経験群、31点以上なら現在自傷継続群と分けることが可能である。また、問8「リストカットなどの体を傷つけることをしたことがある」や問9「現在、自分を傷つけることをしている」の回答状況を加味することが有効であると佐野(2016)は述べている。つまり問8が4ないし5点であったら自傷経験有り、なおかつ問9が4ないし5点であったら現在も自傷継続の疑いがあると考えることが妥当である。問9で4ないし5点を回答した場合は、「自分を傷つける際に、どのような手段で行いましたか。また、なぜその手段を選びましたか?」、「何のために身体に傷をつけましたか?」の2つの質問を自由記述により回答を求めた。

希死念慮の質問 「今までに本気で死にたいと思ったことがありますか? (過去の希死念慮)」、「直近で本気で死にたいと思ったことがありますか? (直近の希死念慮)」について「①はい」か「②いいえ」の2件法で回答を求めた。直近の希死念慮の質問で、「①はい」と答えた場合は、「本気で死にたいと思った理由は何ですか? 書ける範囲で書いてください」と自由記述により回答を求めた。

実施手続き

大学の講義冒頭で調査者が質問紙の配布と回答の依頼を行い、講義終了後に回収した。また回収する際、質問紙と共に配布した封筒の中に質問紙を入れるように指示し、質問紙が他人の目に触れないようにした。また、本調査は無記名調査であり、調査への参加は自由意志によるものであった。

結果

希死念慮について

過去の希死念慮 「過去の希死念慮」については、全体の46%である113名が「ある」と回答した。また、「ある」と回答した男女の割合は、男性57名(50.4%)、女性56名(49.6%)であった。 χ^2 検定を用いて男女別の過去の希死念慮を比較したところ、統計的な有意差は認められなかった($\chi^2(1) = .23, n.s.$)。

直近の希死念慮 「直近の希死念慮」については、全体の7%である17名が「ある」と回答した。また、「ある」と回答した男女の割合は、男性6名(35%)、女性11名(65%)であった。 χ^2 検定を用いて男女別の直近の希死

念慮を比較したところ、統計的な有意差は認められなかった ($\chi^2(1) = 1.33$, n.s.)。

自傷行為について

自傷経験群 自傷経験群となるカットオフ値の25点以上の割合は、全体の34%である83名であった。また、カットオフ値の25点以上の男女の割合は、男性35名(42%)、女性48名(58%)であった。 χ^2 検定を用いて男女別の自傷経験群を比較したところ、統計的な有意差は認められなかった ($\chi^2(1) = 2.19$, n.s.)。

現在自傷継続群 現在傷継続群となるカットオフ値の31点以上の割合は、全体の10%である24名であった。また、男女の割合は、男性5名(21%)、女性19名(79%)であった。

過去の自傷 問8の「過去の自傷について」の質問に4ないし5点と回答した人の割合は、全体の17%である42名であった。また、男女の割合は、男性13名(31%)、女性29名(69%)であった(Figure1)。 χ^2 検定を用いて男女別の「過去の自傷」を比較したところ、有意差がみられた ($\chi^2(1) = 6.44$, $p < .05$)。よって、女性の方が男性よりも過去に自傷行為を行っている人が多いと言える。

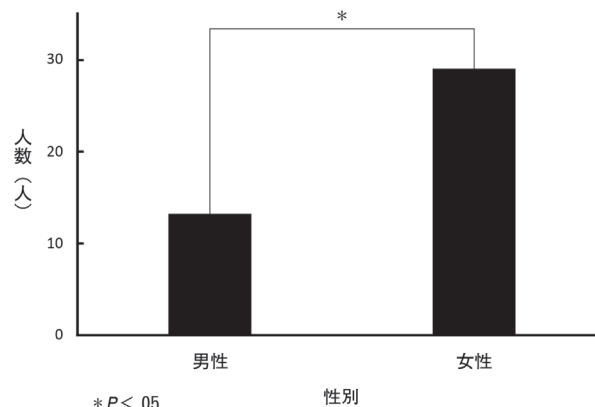


Figure1 過去の自傷についての男女比(n=42)

現在の自傷 問8の質問に4ないし5点と回答し、かつ、問9の「現在の自傷について」の質問に4ないし5点と回答した人の割合は、全体の2%である5名であった。また、男女の割合は、男性1名(20%)、女性4名(80%)であった。

χ^2 検定を用いて男女別の「現在の自傷について」比較したところ、統計的な有意差は認められなかった ($\chi^2(1) = 1.69$, n.s.)。

自傷の手段 問9の質問に4ないし5点と回答した人に、自傷行為をする際の手段について尋ねたが、回答した人が1名のみだった。したがって今回は、問8の質問に4ないし5点と回答した人で自傷の手段等に回答している人も合わせることにした。その結果、「切る(3名)」、「噛む(1名)」、「ひっかく(1名)」、「刺す(1名)」、「殴る(1名)」、「絞める(1名)」であった。

また、自傷した部位については、「手首(3名)」、「爪(2名)」、「手の甲(1名)」、「腕(1名)」、「太もも(1名)」であった。

自傷の理由 自傷の理由については、「落ち着くため(4名)」、「イライラ・むしゃくしゃしたから(3名)」、「覚えていない・なんとなく(2名)」であった。

自傷行為と希死念慮

自傷行為経験群のなかで「過去の希死念慮」について、「ある」と回答した人は63名(76%)で、「なし」と回答した人は20名(24%)であった(Figure2)。 χ^2 検定を用いて自傷行為経験群内の「過去の希死念慮」の有無を比較したところ、「なし」と回答した人よりも「ある」と回答した人のほうが有意に高かった($\chi^2(1) = 45.30, p < .001$)。

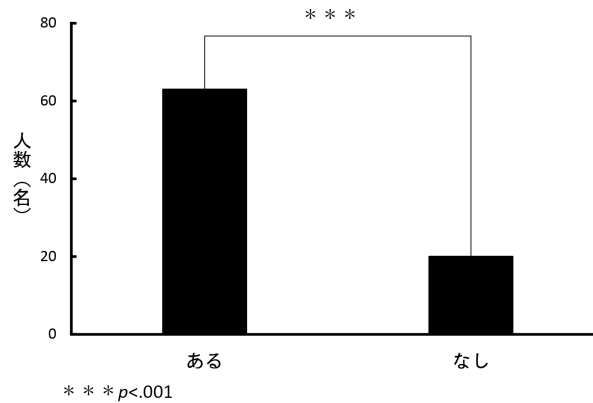


Figure2 自傷行為経験群内の過去の希死念慮の有無(n=83)

また、自傷行為経験群のなかで「直近の希死念慮」について、「ある」と回答した人は11名(13%)で、「なし」と回答した人は72名(87%)であった(Figure3)。 χ^2 検定を用いて自傷行為経験群内の「直近の希死念慮」の有無を比較したところ、「ある」と回答した人よりも「なし」と回答した人のほうが有意に高かった($\chi^2(1) = 7.83, p < .001$)。

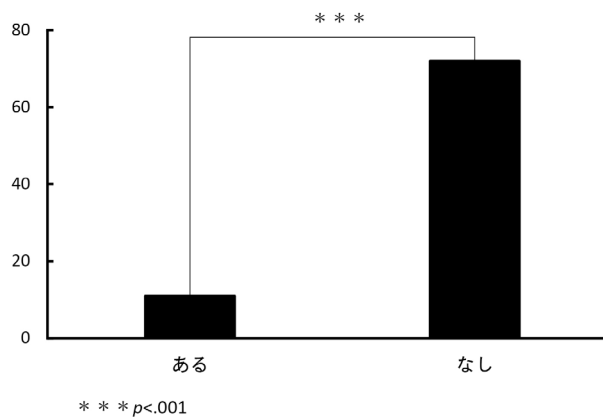


Figure3 自傷行為経験群内の直近の希死念慮の有無(n=83)

考察

希死念慮に関して

「過去の希死念慮」については、全体の46%である113名が「ある」と回答した。厚生労働省(2017a)が実施した自殺対策に関する意識調査では、本気で自殺したいと考えたことがある人の割合は調査対象(日本の成人3000人サンプリングデータ)の23.6%と本調査より低い割合になっている。しかし、杉岡・若林(2012)の研究では、大学生192名に希死念慮に関する調査をしたところ、55.2%の学生が、これまでに自殺をしたいと思っ

たことがあると回答した。以上の先行研究から、これまでに希死念慮を抱いたことがある大学生の割合が高いことが見てわかる。大学生の時点で希死念慮を抱いた経験があるということは、それ以前から希死念慮を抱いていた可能性があると考えられる。実際、若年層の自殺が減っていないことを考えると、若年層で希死念慮を抱いている人はかなりいると思っただろう。

自傷行為に関して

自傷経験群となるカットオフ値の25点以上の割合は、全体の34% (83名) であり、男性14%、女性20%であった。山口(2006)によると、大学生1600人を対象とした調査で、7.5%の学生が自傷を行っている結果が報告されている。また、Matsumoto & Imamura (2008) が、首都圏12校の中学校・高等学校生徒2,974名を対象に行った調査では、自己切傷の生涯経験率が男子の7.5%、女子では12.1%であったと報告されている。先行研究(山口, 2006; Matsumoto & Imamura, 2008)と比較すると本調査の結果は、高い値を示していることがわかる。本調査では、侵襲性を低めるために、自傷行為について5件法で回答させた。しかし、従来の研究では侵襲性が高い2件法で回答させることが多い。本調査では、従来よりも回答しやすくなり、その結果、得られた値が高くなったとも考えられる。

また、「過去の自傷について」の質問に4ないし5点と回答した人の割合は、全体の17%である42名であった。さらに、男女の割合は、男性13名、女性29名であり、 χ^2 検定を用いて「過去の自傷行為」について男女別に比較したところ、女性の方が男性よりも有意に過去に自傷行為を経験したことがある人数が高かった。しかし、中学校・高等学校生徒の自己切傷の生涯経験率の男女差では大きな差はみられていない(松本, 2009)。むしろ、中学生を対象とした調査で、「こぶしで硬い壁を殴る」もしくは「壁に頭をぶつける」という自傷行為の生涯経験率は、男性のほうが多い(Izutu, T., Shimotsu, S., Matsumoto, T. et al., 2006)。また、米国の研究でも自傷には性差がないといった結果が得られている(松本, 2011)。今後、自傷行為の性差については、自傷する部位やその目的など詳細な情報を含め検討していく余地があると考えられる。

自傷行為と希死念慮

自傷行為経験群のなかで「過去の希死念慮」について、「ある」と回答した人は63名(76%)で、「なし」と回答した人は20名(24%)であった。また、自傷行為経験群のなかで「直近の希死念慮」について、「ある」と回答した人は11名(13%)で、「なし」と回答した人は72名(87%)であった。自傷行為経験群のなかで「過去の希死念慮」と「直近の希死念慮」の有無についてそれぞれ「ある」と回答した人数が「なし」と回答した人数よりも有意に多い。よって、少なくとも自傷行為を経験している人は、希死念慮を抱いている可能性が本研究により明らかとなった。

また、Joinerら(2009)の自殺の対人関係理論で自分の身体を傷つけることで自殺潜在能力を高め、さらに、希死念慮に自殺潜在能力が加わることで、自殺が行動化されていると指摘している。よって、本調査の結果から、自殺行動を起こす可能性が高い学生の存在が示唆された。

まとめと今後の展望

本研究は、大学生に希死念慮や自傷行為の経験について質問することで、自殺行動を起こすリスクの高い大学生の割合を調査するとともに、希死念慮を抱いている、自傷行為の経験がある大学生の割合を調査することを目的とし、大学生253名に質問紙調査を実施した。その結果、希死念慮かつ自傷経験がある自殺行動を起こすリスクが高い人が多くいることが分かった。彼らへの予防的アプローチを含めた学生相談体制の充実の必要性が示唆された。

本研究では、このような自殺行動を起こすリスクが高い大学生がどんなサポートを受けているのか、必要としているのかまでは明らかにできていない。今後は予防的アプローチでそういった大学生をどうすくいあげていけるかなど、大学生への支援体制を考えていくことが望まれる。

引用文献

- Izutu, T., Shimotsu, S., Matsumoto, T. et al.(2006). Deliberate self-harm and childhood histories of Attention-Deficit/Hyperactivity(ADHD)in junior high school students. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 14, 1-5.
- Joiner, Jr., T.E., VanOrden, K.A., Witte, T.K., et.al(2009). *The Interpersonal Theory of Suicide:Guidance for Working with Suicidal Clients*. American Psychological sociation, Washington, D.C.(北村俊則 (監訳) (2011). *自殺の対人関係理論—予防・治療の実践マニュアル—* 日本評論社：東京)
- 神澤 創・中田 玲奈・才野 雄大(2016). 若年者の自傷行為と精神的健康に関する研究 帝塚山大学心理学部紀要, 5, 57-63.
- 厚生労働省(2017a). 平成28年10月実施 自殺対策に関する意識調査について (Retrieved from <https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000155452.html>) (参照日：2019年1月15日)。
- 厚生労働省(2017b). 平成28年人口動態統計(確定数)の概況 (Retrieved from <https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/kakutei16/index.html>) (参照日：2019年1月15日)。
- 厚生労働省(2018a). 国際的に見た自殺の状況と外国人の自殺の状況 <https://www.mhlw.go.jp/wp/hakusyo/jisatsu/18/dl/1-10.pdf>(参照日：2019年1月15日)。
- 厚生労働省(2018b). 平成29年中における自殺の状況 (Retrieved from https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/shougaishahukushi/jisatsu//jisatsu_year.html) (参照日：2019年1月15日)。
- Matsumoto T., & Imamura F. (2008). Self-injury in Japanese junior and senior high-school students : Prevalence and association with substance use. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 62, 123-125.
- 松本 俊彦(2011). *アディクションとしての自傷—「故意に自分の健康を害する」行動の精神病理—* 星和書店, 東京.
- 松本 俊彦 (2014). *自傷・自殺する子供たち* 金剛出版:東京, 16-19.
- 松本 俊彦(2015). *もしも「死にたい」と言われたら—自殺のリスクの評価と対応—* 中外医学社:東京.
- 内閣府 (2016). 平成28年度 自殺に対する意識調査. (Retrieved from <https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000155452.html>) (参照日：2022年1月19日)。
- 新村 出(編)(2008). *広辞苑第6版* 岩波書店, 東京.
- 佐野 和規(2016). *学校教育における自傷行為への心理的対応方法に関する研究* 兵庫教育大学, 博士論文.
- 杉岡 正典・若林 紀乃(2012). 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, 2, 9-15.
- World Health Organization(2019). *Suicide in the world: global health estimates*. World Health Organization. (Retrieved from <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/326948/WHO-MSD-MER-19.3-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y>) (参照日：2022年1月19日)。
- 山口 亜希子(2006). 大学生にみる自傷行為 *こころの科学*, 127, 41-46.

謝辞

本研究は第一筆者の卒業論文を加筆修正したものである。本研究に参加者としてご協力頂いた大学生の皆様 に深く感謝いたします。本論文作成にあたり、ご指導いただきました帝塚山大学大学院心理科学研究科の諸先生方、研究の立案から協力して下さった西川絢乃さんに深く感謝いたします。