

# 若年者の自殺関連行動と死生観に関する研究

独立行政法人 国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所

赤澤 正人

## 研究報告要旨

本研究は、高等学校に通う 696 名の若年者を対象に無記名自記式質問紙調査を行い、自殺関連行動と死生観の関連性について検討を行った。

分析の結果、自分の身体を傷つける目的での「自傷」が 15.4%、「過量服薬」が 4.0%、本気で死んでしまいたいと考えた「自殺念慮」が 29.6%、「自殺の計画」が 10.5%、「自殺企図」が 8.0%の対象者が経験していることが分かった。

死生観尺度の下位尺度得点について、自殺関連行動の経験の有無の 2 群による t 検定を行ったところ、自殺関連行動の経験を有する群のほうが、「死への恐怖・不安」、「死からの回避」、「人生における目的意識」が低く、「解放としての死」と「死への関心」が高くなっていた。自殺関連行動を経験している若年者は、死に対する恐れと人生の目的意識が低く、自らの死を積極的に考え、死によって苦痛や悩みから解放されるという死生観を持っている傾向が示唆された。

# 研究報告書

## 研究の目的

年間3万人を超えるわが国の自殺者のうち、20歳未満の若年者の割合は約2%と少ない割合であるが、600人近くの若年者が1年間に自ら命を絶っているのは看過してはならない事実である。自殺総合対策大綱<sup>7)</sup>には、自殺の実態を明らかにする取組の一つに、児童生徒の自殺予防についての調査の推進が挙げられている。また、国民一人ひとりの気づきと見守りを促す取組の一つに、児童生徒の自殺予防に資する教育の実施が掲げられている。これらのことから、児童生徒といった若年者の自殺予防に関する取組は、わが国における喫緊の課題であることが分かる。

しかしながら、自殺を考えたり、リストカット等の自殺関連行動を行ったりした若年者の自殺予防に関する研究は、実施の難しさもありまだまだ少ない。そんな中で松本<sup>5)</sup>は、中学生・高校生のおよそ1割が自傷行為の体験があり、過去に1回以上の自傷行為の経験のある生徒の半数以上が10回以上の自傷経験があることを指摘している。海外の研究では、学校問題や食行動異常、被虐待体験等が若年者の自殺リスクの要因として指摘されているが<sup>4)</sup>、自殺関連行動を行う若年者が、生や死そのものをどのように考えているのかといった実証的研究は筆者の知る限り皆無である。

ところで、思春期の若年者は、死に対する親和性が高まる傾向が一部で見られるといった死生観の特徴がある<sup>1)</sup>。死に対して親和的になることは、それだけ死に対する恐怖が少なく、死を身近なものとして捉えやすくなることが予想され、自傷などの自殺関連行動との関連性も予想される。しかしながら、これまでに自殺のリスクが高いと思われる若年者の死生観と自殺関連行動に着目した研究が見受けられないことは既述の通りである。彼らの死生観を明らかにすることは、若年者の自殺予防についての調査、自殺予防に資する教育の推進の両者にとって意義のあることである。本研究では、若年者の死生観と自殺関連行動の関係を検討することを目的とした。

## 方法

### 1.対象

本研究では、神奈川県内の全日制高等学校の生徒と東京都内および北海道内の定時制高等学校の生徒計896名を対象に、無記名の自記式質問紙調査を2009年10月から12月にかけて行った。

調査への同意が得られた者は840名で(回収率93.8%)、死生観尺度への欠損値が確認された事例および20歳以上の事例を除いた最終的な分析対象は696名(男性368名、女性328名:平均年齢16.6歳、SD=1.1歳)であった。

### 2.手続き

### 1) 調査手続き

調査は研究協力者が生徒向けに行った薬物乱用防止の講話の後に、聴講した生徒を対象に、独自に開発した無記名の自記式質問紙を配布して実施した。回答後の質問紙は、生徒の手によって厳封され、回収箱に投函されるか教員によって回収された。その後、教員が回収した厳封済み質問紙を共同研究者に送付した。本研究は、養護教諭との連携体制のもとで実施され、質問項目も含めて調査の実施については、各学校長からの確認と同意を得た上で実施された。さらに共同研究者のメールアドレスを生徒に公開し、調査後の相談体制を確保した。なお本研究は国立精神・神経センター（現独立行政法人国立精神・神経医療研究センター）倫理委員会の承認を受けて実施された（受付番号 21-6-事 6）。

### 2) 調査項目

年齢、性別といった基本属性に加えて、自分の身体を傷つける目的での「自傷」と「過量服薬」の経験の有無、「自殺念慮」、「自殺の計画」、「自殺企図」の経験の有無を、独自に設定した質問項目を用いて「はい」「いいえ」の 2 件法で回答を求めた。死生観は平井ら<sup>2)</sup>の死生観尺度を用いて「あてはまらない」から「あてはまる」の 5 件法で回答を求めた。

### 3) 分析方法

統計解析には、SPSS Version 16.0J for Windows (SPSS Inc, Chicago, IL) を用いた。死生観の下位尺度得点について、自殺関連行動の有無による t 検定を行い、両側検定で 5% の水準を有意とした。

## 結果

自殺関連行動の経験率を表 1 に示した。「自傷」は 107 名 (15.4%)、「過量服薬」は 28 名 (4.0%) の対象者が経験していることが分かった。また「自殺念慮」は 206 名 (29.6%)、「自殺の計画」は 73 名 (10.5%)、「自殺企図」は 56 名 (8.0%) の対象者が経験していることが分かった。

死生観尺度の下位尺度得点について、自殺関連行動の経験の有無の 2 群による t 検定の結果を表 2 に示した。自殺関連行動の経験の有無において、「死後の世界観」を除いた下位尺度得点に有意差が認められ、自殺関連行動の経験がある対象者は、「死への恐怖・不安」、「死からの回避」、「人生における目的意識」が有意に低く、「解放としての死」、「死への関心」が有意に高くなっていた。なお「自殺念慮」の経験がある対象者は「寿命観」も有意に高くなっていた。

## 考察

自殺関連行動の経験がある対象者には、自殺関連行動のない対象者に比べて特徴的な死生観が確認された。

まず、死に対する関心が高く、死について考えることを積極的に避けようとはしていない、すなわち死に対して親和的であるという点である。本気で死んでしまいたいと考え、

具体的な計画や企図、あるいは自傷や過量服薬を行うことは、それだけ自らの死の考えにとらわれていると言えるだろう。勝又ら<sup>3)</sup>は自殺関連行動の経験と、インターネット上における自殺関連情報へのアクセス経験の有意な関連性を指摘している。そうした自殺関連情報にアクセスした若年者は、さらに死に対する関心を強め、死についての考えを回避することなく、むしろ積極的に考えるようになることも予想される。

次に、死に対する恐怖や不安の程度が低いという点である。既に述べたように、自殺関連行動を経験した若年者は、死に対して親和的であることが予想され、それが死への恐怖・不安の軽減につながっていることが予想される。そして、死に対してあまり恐怖を感じていないために、自殺のリスクが高いとも予想される。過度な死への恐怖や不安を和らげることはデス・エデュケーションの目的の一つではあるが、自殺関連行動を経験している若年者を対象としたそうした介入に際して、本研究結果は一考を促すものであると言えるかもしれない。

続いて、死を悩みや苦しみから解放してくれるものとして捉える傾向があるという点が三つ目の特徴である。自殺は様々な悩みにより心理的に追い込まれた末の死であると言われており、死ぬしかない、死んで楽になりたいといった思考は、「解放としての死」の考え方と類似する部分があることが予想される。若年者では、いじめなどの学校問題、反社会的行動、摂食障害などの食行動異常、被虐待体験等の自殺のリスク要因が報告されている<sup>4)</sup>。自殺関連行動の経験がある若年者は、こうした要因、あるいは何らかの悩みやストレスにうまく対処することができずに、死によってそれらの問題や心理的葛藤が終わることを望んでいることが予想される。

そして四つ目の特徴が、自殺関連行動の経験がある若年者は、人生における目的意識が低いという点である。自殺関連行動を行う若年者は、生きる目的や理由が見出せずに、生きていても意味がない、人生が楽しくないと考えている者が少なくないと予想される。一般に、自殺念慮を抱いたり自殺行動をとったりした若年者の多くが、低い自尊心を抱えていると指摘されている<sup>4)</sup>。そして人生目的と自尊感情の相関を指摘した報告がある<sup>6)</sup>。これらのことから、自殺関連行動を行う若年者の、人生における目的意識の低さと自尊感情の低さという関連性が推測される。

最後に、自殺念慮と寿命観について考察しておく。本気で死んでしまいたいと考えることは、自分の命はここで終わりかもしれないということ意識することになる。また自殺を考えるほど苦悩を抱えている時には、自分の力ではどうすることもできない目にみえない力（例えば質問項目にある運命・神など）を意識してしまうかもしれない。ゆえに自殺念慮を抱いた経験がある若年者は、寿命はあらかじめ決まっているといったなかば諦念に近い考えを持つ傾向にあると思われる。

## 結語

本研究は、高等学校に通う 696 名の若年者を対象に無記名自記式質問紙調査を行い、自

自殺関連行動と死生観の関連性について検討を行った。

分析の結果、1割程度の対象者が自傷あるいは自殺企図を経験し、自殺念慮では対象者の約3割が経験していることが分かった。死生観尺度の下位尺度得点について、自殺関連行動の経験の有無の2群によるt検定を行ったところ、自殺関連行動を経験している若年者は、死に対する恐怖と人生における目的意識が低く、自らの死を積極的に考え、死によって苦痛や悩みから解放されるという死生観を持っている傾向が示唆された。

## 文献

- 1) 赤澤正人：現代における思春期の死生観．松本俊彦（編）現代のエスプリ．東京：至文堂；2009；509：84-93.
- 2) 平井啓，坂口幸弘，安部幸司，他：死生観に関する研究－死生観尺度の構成と信頼性・妥当性の検証－．死の臨床 2000；23：71-76.
- 3) 勝又陽太郎，松本俊彦，木谷雅彦，他：インターネット上の自殺関連情報にアクセスした経験を持つ若年者の実態とその特徴．日本社会精神医学雑誌 2009；18：186-198.
- 4) キース・ホートン，カレン・ロドハム，エマ・エヴァンス（著）松本俊彦，河西千秋（監訳）：自傷と自殺 思春期における予防と介入の手引き．東京：金剛出版；2008.
- 5) 松本俊彦：自傷行為の理解と援助「故意に自分の健康を害する」若者たち．東京：日本評論社；2009.
- 6) 中原純：「人生における目的」尺度作成とその規定要因の検討．生老病死の行動科学，2008；45-52.
- 7) 内閣府：平成21年版自殺対策白書．2009.

表1 対象者における自殺関連行動の経験率

	自傷	過量服薬	自殺念慮	自殺の計画	自殺企図
男性	30(8.2%)	3(0.8%)	71(19.5%)	17(4.6%)	12(3.3%)
女性	77(23.6%)	25(7.6%)	135(41.7%)	56(17.2%)	44(13.5%)
全体	107(15.4%)	28(4.0%)	206(29.6%)	73(10.5%)	56(8.0%)

注) 全体n=696、男性n=368、女性n=328、で各割合を算出している。

表2 自殺関連行動の経験の有無による死生観下位尺度得点のt検定

	自傷の経験			過量服薬の経験			自殺念慮の経験			自殺の計画の経験			自殺企図の経験		
	あり n=107	なし n=586	p値	あり n=28	なし n=666	p値	あり n=206	なし n=482	p値	あり n=73	なし n=620	p値	あり n=56	なし n=636	p値
死後の世界観	12.30(4.96)	12.22(4.27)	0.86	13.43(5.68)	12.18(4.31)	0.26	12.74(4.76)	12.07(4.17)	0.08	13.12(5.14)	12.15(4.26)	0.07	13.14(5.09)	12.14(4.30)	0.10
死への恐怖・不安	11.02(5.33)	13.24(4.45)	<i>p&lt;0.001***</i>	8.75(4.95)	13.10(4.56)	<i>p&lt;0.001***</i>	12.22(4.98)	13.22(4.49)	<i>0.01*</i>	10.04(5.29)	13.25(4.46)	<i>p&lt;0.001***</i>	10.64(5.43)	13.11(4.53)	<i>0.002**</i>
解放としての死	10.24(4.71)	8.63(3.72)	<i>0.001**</i>	12.68(5.19)	8.74(3.80)	<i>p&lt;0.001***</i>	10.21(4.45)	8.33(3.57)	<i>p&lt;0.001***</i>	11.19(5.27)	8.63(3.67)	<i>p&lt;0.001***</i>	11.68(5.06)	8.62(3.71)	<i>p&lt;0.001***</i>
死からの回避	8.80(4.26)	10.30(3.91)	<i>p&lt;0.001***</i>	7.61(3.78)	10.19(3.97)	<i>0.001**</i>	9.51(4.06)	10.36(3.95)	<i>0.01*</i>	8.27(3.82)	10.30(3.97)	<i>p&lt;0.001***</i>	8.98(4.33)	10.18(3.96)	<i>0.03*</i>
死への関心	11.57(3.94)	10.43(3.49)	<i>0.002**</i>	12.18(4.64)	10.54(3.53)	<i>0.02*</i>	11.64(3.75)	10.16(3.42)	<i>p&lt;0.001***</i>	11.97(4.25)	10.46(3.47)	<i>p&lt;0.004**</i>	11.88(4.45)	10.49(3.48)	<i>0.03*</i>
寿命観	8.21(3.36)	7.78(3.54)	0.26	8.96(3.91)	7.80(3.54)	0.13	8.40(3.75)	7.61(3.46)	<i>0.008**</i>	8.58(4.01)	7.77(3.50)	0.10	8.52(3.90)	7.77(3.52)	0.13
人生における目的意識	9.61(4.25)	11.58(3.48)	<i>p&lt;0.001***</i>	8.04(4.40)	11.41(3.58)	<i>p&lt;0.001***</i>	9.94(3.90)	11.84(3.43)	<i>p&lt;0.001***</i>	8.74(4.24)	11.56(3.49)	<i>p&lt;0.001***</i>	9.48(4.42)	11.43(3.56)	<i>0.002**</i>

( )内の数値は標準偏差

\**p<0.05*, \*\**p<0.01*, \*\*\**p<0.001*