

ネガティブ経験から生じる心理的ストレスや 希死念慮による自殺衝動・自傷行為を 未然に防ぐ積極的な対処の検討

-他者と自己との関係性認知の問題から-【構想のみ】

○菅弘平

(愛媛大学教育学研究科心理発達臨床専攻)

昨今、若年層の心理的健康問題が社会的課題として注目されており、中でも大学生における希死念慮や自傷行為は重要な問題であることが報じられている。希死念慮や自傷行為の要因として、従来の研究では、運命論的思考や自己形成感の脆弱性が指摘されてきた (Lefcourt, 1982 ; Erikson, 1968 ; Marcia, 1980) 他方、希死念慮や自傷行為の理解・予防のためには個人の心理的特性のみならず居場所感や対人関係など社会的要因も考慮することが重要である (Cooley, 1902; Joiner, 2005) しかし、どのような心理的・社会的要因が希死念慮の程度や自傷行動の認知に影響するのかは十分に明らかになっていない。そのため、本研究では、運命論的思考や時間的自己連続性、自己形成感の脆弱性が、大学生の希死念慮にどのような影響を及ぼすのかを検討した。運命論的思考が強い者は、自分の人生の将来像を描きにくく、自己形成感や居場所感が低下し、他者評価への過敏性が高まること示唆されている (Sani et al., 2008) さらに、希死念慮や自傷行為は心理的ストレスとして認知されやすく (古田他, 2024) ,その結果として、個人の自己同一性や対人認識に影響を及ぼす可能性があると考えた。以上により、運命論的思考や自己形成感の脆弱性が高いほど、希死念慮や自傷行為に対する感受性が強くなるという仮説を立てた。

方法

参加者 全日制、通信制において現在所属している男女、大学生合計約 1,000 名とする。

手続き 調査は各授業内で紙媒体を用いた質問紙法を実施し、参加者の心理的ストレスや希死念慮による自殺衝動・自傷行為に対する認識を測定する。

使用尺度 既存の日本語版 NVS を参考とした自己愛的脆弱性尺度 (NVS) , 自己形成意識尺度, 自己形成活動尺度, 自殺関連尺度 (倫理審査対応) , 自傷行為関連尺度 (予備群検出) , ビッグ・ファイブ性格特性 (HEXACO) , 既存ライフイベント法 (Holmes & Rahe の

社会的再適応評価尺度, SRRS) や日本の大学生版尺度を参考にしつつ、現代の大学生に適した内容に調整大学生版ライフイベント法 (LEI-U) を使用した。

考察(予想)

本研究では、大学生における運命論的思考や自己形成感の脆弱性が希死念慮や自傷行為に及ぼす影響を分析した。運命論的思考が高い学生は、未来への主体的展望を持ちにくく、時間的自己連続性の低下により心理的安定性が損なわれる。この不安定さが自己形成感の脆弱性や居場所感の低下と相互に作用し、希死念慮を高めると考えられる。また、他者評価過敏性が高い場合、否定的他者認知が自尊感情を低下させ、心理的ストレスが自傷行為へと連鎖することが予想される。行動原因の観点では、心理的脆弱性が希死念慮や自傷行為の直接要因として作用するだけでなく、居場所感の欠如や孤立感など社会的要因との相互作用を通じて間接的にも影響すると考えられる。これらは回避的コーピングや衝動的行動として表出する。こうした心理的・行動的連鎖は、統計モデルにより個人特性と行動結果の確率的関係として定量化でき、自由記述のテキストマイニングによっても可視化が可能である。孤立感→将来不安→自己形成感の低下→希死念慮→自傷行為という連鎖や、運命論的思考が各段階で強化的に作用する構造が示されると考えられる。これらの理解を通じて、

- (1) 居場所感や所属感を高める活動
- (2) 運命論的思考を自己効力感と結びつける認知的介入
- (3) ネガティブ認知の再評価と感情調整スキルの向上
- (4) 心理的安全性を保障した対話環境の整備が有効と考えられる

行動原因と心理的過程の可視化により、希死念慮や自傷行為のリスクを定量的に把握し、支援設計に具体的示唆を与える点に本研究の意義がある。