

学校における自殺予防に関する一考察

—自殺念慮と Gray の気質モデルとの関係性—

*樋口 広 思

A Study on Suicide Prevention in School
—Relationship between Suicidal Ideation and Gray's Temperament Model—

HIGUCHI Hiroshi

Abstract

This study examines and considers suicide prevention in school. When considering suicide prevention, it is important that suicidal ideation is properly evaluated. However, the evaluation of suicidal ideation is often a direct evaluation. Therefore, it is often difficult to implement at school. Therefore, we examined whether individual differences between BIS and BAS based on Gray's temperament model could indirectly evaluate suicidal ideation. As a result, those with high suicidal ideation also had significantly higher BIS scores. This suggests that the BIS score can be used to indirectly estimate suicidal ideation.

Key words : Suicide Prevention (自殺予防)

Suicidal ideation (自殺念慮)

Gray's temperament model (Gray の気質モデル)

School (学校)

1. 問題と目的

我が国の自殺者数は2019年20169人と、1978年から始めた自殺統計で過去最少となった。しかしながら、若年層の自殺死亡率は横ばい、2019年度においては、10～19歳以下では2018年度より微増していることが示されている(厚生労働省, 2020)。先進7カ国のうち、15～34歳の死因1位が自殺であり続けているのは我が国のみであり、世界で最も子どもが自殺する国となっている。2018年に示された自殺総合対策大綱では、自殺総合対策の重点施策として、子ども・若者の自殺対策の推進が掲げられている(厚生労働省, 2019)。

児童生徒の自殺総合対策として、文部科学省も2006年より「児童生徒の予防に向けた取組に関する検討会」を設置し、その後「児童生徒の自殺予防に関する調査

研究協力者会議」に名称を改めながら継続的な調査研究を行なっている。それらの調査研究を取りまとめ、2009年に「教師が知っておきたい子どもの自殺予防」、2010年に「子どもの自殺が起きたときの緊急対応の手引き」、2014年に「子どもに伝えたい自殺予防の手引き」を発行し、児童生徒の自殺予防に向け取り組んでいる。しかしながら、2011年大津市中学2年いじめ自殺、仙台市の2014、2016、2017年の中学生いじめ自殺など、全国各地でのいじめ自殺や長期休み明けの自殺などが後を断たず、学校における自殺予防は喫緊の課題と言えよう。

しかし、学校において自殺予防を進めていくにあたり、様々な課題が存在する。その一つは、児童生徒の自殺の危険因子をどのように把握していくかという点である。

* 学校教育講座

「教師が知っておきたい子どもの自殺予防」において、児童生徒の自殺の危険因子をあげている(表1)。この自殺の危険因子及び、それにまつわる子どもの変化を教師が把握し、適切な対応を行うことが自殺予防に求められている。しかしながら、この危険因子には容易には把握し難いものも含まれている。松本(2014)は、自殺に至る危険因子をどの程度抱えているかの評価は、成人より子どもの方が難しいと述べている。子どもの場合、言語や認知的な発達段階の過程で、自身の内的な体験や変化を言語で表出することの困難さがあること、自殺の危険因子の一つとして心の病の存在があげられるが、子どもの心の病(例えば、うつなどの気分障害)を捉えることは発達段階上難しいことなどが理由としてあげられる。

表1 自殺の危険因子(文部科学省, 2009)

どのような子どもに自殺の危険が迫っているのか?

自殺未遂
心の病
安心感の持てない家庭環境
独特の性格傾向
喪失体験
孤立感
安全や健康を守れない傾向

また、自殺の危険因子を把握することが自殺行動を予測できるものではないことにも注意が必要である。Warden et al(2014)は自殺のリスクアセスメントツールで同定した自殺の危険因子全てが、将来の自殺行動の予測にはつながらないという見解を示している。また、相談場面において、自殺の危険因子がさし当たって見当たらないが唐突に自殺に至るクライアントや、多くの自殺の危険因子をもちながらも自殺することなく過ごしているクライアントに出会うことがある。

それでは、児童生徒の自殺予防につながる自殺の危険性についてどのように評価を行っていけばよいだろうか。これについて、Shea(2002)は自殺のアセスメントを論じる中で、自殺念慮なくして自殺行動は生じないと述べている。またKessler et al(1999)も、自殺念慮を抱いた者の34%が具体的な自殺の計画を立て、自殺の計画を立てた者の内72%が実際に自殺企図に及んでいたことを明らかにしている。

つまり、児童生徒の自殺予防につながりやすい自殺

の危険性の評価については、自殺念慮の把握が重要であることが示唆される。

・自殺念慮の直接的・間接的評価

相談場面において実施する自殺念慮のアセスメントは、どのくらい強く死にたいと感じるか(強度)や、どのくらい継続しているか(継続性)、またどのくらい具体的に計画を立てているか(計画性)、どのくらい準備を進めているか(準備性)など、自殺企図や自殺念慮について直接尋ねる方法を通じて評価することが多い(Schilling, Aseltine, James, 2016)。

しかし、学校において教師が、児童生徒に上記のような質問を投げかけることができるかどうかについて考えると、これには困難を感じるだろう。

その背景には、我が国において死にまつわること、また自殺や自殺念慮について語ることのタブーがある。また、教師が死に関する質問をすることが「寝た子を起こす」あるいは「背中を押す」ことになるのではないかといった誤解や思い込みの存在がある(得丸, 2000)。また、児童生徒、教師に限らず、保護者にとっても大きな抵抗が生じうることは容易に想像できる。このことが、自殺予防に必要とされながらも、自殺の危険性の評価が行われにくい一因となっていると考えられる。

このように学校において自殺念慮を直接尋ねる方法は難しさがあるが、自殺念慮を間接的に尋ねる方法も模索されている。

自殺の危険因子の中には、社会的因子や環境的因子などの外的な要因と、個人の特性や素因と呼ばれる内的な要因がある(福武ら, 2011)。その個人の素因の一つとして、行動抑制システム(Behavioral Inhibition System: 以下、BIS)・行動接近システム(Behavioral Approach System: 以下、BAS)の個人差、つまり気質の違いが指摘されている。BIS/BASは、動物実験や神経科学的知見に裏付けされた動機づけシステムであり、気質の個人差は両システムによって現れるとされ、Gray(1987)はこれを強化感受性理論(Reinforcement Sensitivity Theory; RST)と呼んでいる。BISは、潜在的な脅威刺激やその予期に際して注意を喚起し、自らの行動を抑制するように作用する。BASは、目標の達成に向けて行動を解発する機能を担う。このBISとBASの両システムの不均

衡が、精神病理の脆弱性要因となることが明らかにされている。自殺念慮と BIS と BAS の関連について Rasmussen et al. (2012) は、BIS が高く、BAS-Drive (BAS の下位因子で、望んでいる目標への持続的な追求傾向を表す。以下、BAS-D) が低いと、自殺念慮を抱きやすいと報告している。また、原田ら (2019) は BIS 得点と BAS-D 得点の差異の測定によって、自殺の危険因子となる自殺念慮や抑うつ症状といったリスクを抱える可能性が潜在的に高いとみなすことが可能であるとしている。

・本研究の目的

先行研究によれば、Gray の気質モデルに基づく BIS と BAS-D は、自殺念慮など自殺の危険因子を潜在的に抱える可能性をとらえることができるとしている。BIS と BAS-D を測定する質問において、自殺念慮を連想させるような項目はない。学校において、BIS と BAS-D を用いて自殺念慮など自殺の危険因子を測定することができたならば、児童生徒や保護者のみならず、実施者である教師が安心して自殺の危険性の評価を行うことが可能になるのではないかと思われる。しかしながら、自殺念慮と BIS 及び BAS-D の関連の研究は、我が国においてまだ少ない。そこで、本研究では、自殺念慮と BIS 及び BAS-D がどのように関連しているかについて検討し、そこから学校における自殺の危険性の評価について考察を加えていくこととする。

2. 方法

(1) 調査対象者及び手続き

201X 年 1 月に国立大学大学生にアンケートを実施した。筆者が担当する授業時間内に Google form を用いて、その場で回答を求めた。

実施にあたっては、本調査への協力の有無が成績評価とは関係がないこと、調査協力を強制するものではないことを伝えた。さらに Google Form 内の質問項目の最初と最後の項目に研究協力同意、不同意の項目を設定した。その結果、合計120名から回答が得られ、研究協力で同意した119名(男性35名、女性84名)を分析対象とした。

(2) 調査内容

本研究において実施した質問紙は、①短縮版自殺念慮尺度、② BIS/BAS-D 尺度から構成された。なお、①～②以外については、本研究の分析に用いられなかったため、説明は省略する。

① 自殺念慮尺度短縮版

自殺念慮の評価方法は、構造化面接等を用いて行う方法もあるが、自記式で測定する尺度としては、自殺念慮尺度(大塚ら, 1998)と短縮版 Suicide Ideation Questionnaire-Junior (SIQ-Jr) 日本語版(佐藤ら, 2014)がある。さらに、自殺念慮尺度を臨床上の有用性と安全な測定のために、具体的な自殺方法に言及している質問項目を除外した、短縮版自殺念慮尺度(末木, 2019)がある。

本論では、安全な測定の観点から短縮版自殺念慮尺度を用いることとした。この尺度は1因子6項目からなる(各項目の内容は表2)。回答は三件法で、得点は自殺念慮が低いと思われる方から0-1-2点の順に与えられる。

② BIS 尺度、BAS-D 尺度

BIS/BAS 尺度日本語版(高橋他, 2007)の因子負荷量の高かった BIS 5項目、BAS-D 3項目を用いた。回答は「あてはまらない」から「あてはまる」までの4件法で求めた。

倫理的配慮

先行研究において、自殺に関する質問紙調査の実施によって自殺念慮を悪化させるということはないという結果がある(Gould, M.S. et al, 2005)。しかしながら、倫理的配慮から、調査回答者に、調査の説明及び調査協力同意確認の段階において、質問の閲覧や回答によって気分変容の可能性があることの周知を徹底した。また本調査への質問の回答後に援助が必要な際の調査者の連絡先を明示した。

3. 結果

(1) 短縮版自殺念慮尺度の累積割合

短縮版自殺念慮尺度の平均値は1.74、標準偏差は2.51であった。尺度得点の割合および累積割合を表2に示す。

表2 自殺念慮尺度短縮版の得点分布

得点	n	割合 (%)	累積割合 (%)
0	53	44.5	44.5
1	23	19.3	63.8
2	15	12.6	76.4
3	5	4.2	80.6
4	8	6.7	87.3
5	6	5	92.3
6	3	2.5	94.8
7	1	0.8	95.6
8	0	0	95.6
9	1	0.8	96.4
10	2	1.7	98.1
11	1	0.8	98.9
12	1	0.8	99.7

(2) 自殺念慮尺度と BIS 尺度及び BAS 尺度との関係

短縮版自殺念慮尺度の平均値から +0.5SD 以上離れた得点、つまり 3 点以上の者を自殺念慮高群 28 名 (男性 9 名、女性 26 名) とし、3 点未満の者を自殺念慮低群 91 名 (男性 19 名、女性 65 名) とした。

自殺念慮尺度に関する先行研究において女性が男性よりも得点が高くなる結果が示されていることから、BIS 得点及び BAS-D 得点において、性別 (男・女) × 自殺念慮 (高・低) の 2 要因 2 水準の分散分析を行った。

分散分析の結果、BIS 得点における自殺念慮の主効果が 5% 水準で有意であった ($F(1,115) = 0.152, p < .05$)。交互作用は有意でなかった。自殺念慮高群が自殺念慮低群より BIS 得点が高いという結果が得られた。(図 1)

BAS-D 得点においては、有意差はみられなかった。

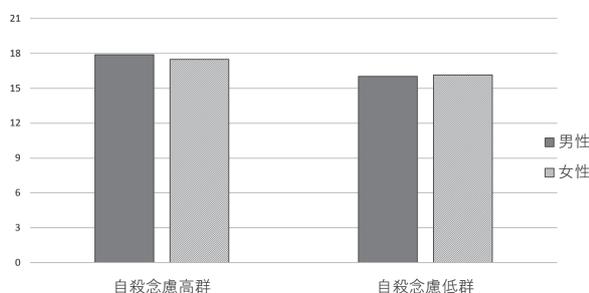


図1 BIS得点の結果

(3) 自殺念慮の高低と BIS/BAS-D の差異との関係

BIS 得点と BAS 得点の差異については、先行研究

によれば、BIS 得点が高くかつ BAS-D 得点が高い者は自殺の潜在的危険性があると述べられている。そこで、BIS 得点の平均値から +0.5SD 以上離れ、かつ BAS 得点の平均値から +0.5SD 以上離れた者とそうでない者という基準で群分けを行った (表 3)。

表3 自殺念慮と BIS/BAS 得点の差異による群分け (人)

	BIS/BAS 差異大	BIS/BAS 差異小
自殺念慮高	6	8
自殺念慮低	22	83

フィッシャーの正確検定によると、有意傾向であった ($p=0.093$, 両側検定)。自殺念慮が高い群において BIS/BAS の差異は大きい傾向が見られた。

4. 考察

本研究の目的の一つは、Gray の気質モデルに基づく BIS と BAS-D を用いて自殺念慮など自殺の危険因子を推定できるかについて検討を行うことであった。本研究の結果によれば、短縮版自殺念慮尺度得点で分けられた自殺念慮が高い者たちは、行動抑制システムを表す BIS 得点が高くなることが示され、先行研究通りの結果が見られた。しかしながら、行動接近システム、特に望んでいる目標への追求傾向を表す BAS-D については自殺念慮の高さ低さによる差は見られなかった。また、自殺念慮が高い者は BIS 得点と BAS-D 得点の差異が見られるという点においても有意傾向にとどまった。

この結果から、自殺念慮の高さを、BIS 尺度を用いて推定することができると示唆された。

しかし、結果を解釈するにあたり留意する点として、自殺念慮高群とされる人数が少ない点、対象が大学生であるという点がある。自殺念慮が高い者のデータを多人数集めることは容易ではないが、対象者を増やしながら引き続き検討を行っていく必要があるだろう。また、学校での導入を考えるにあたり、小学生や中学生、高校生を対象としたデータの検討も必要であろう。

本研究では、学校における自殺の危険因子、特に自殺念慮をとらえることの重要性和その学校において行いうる評価のあり方について検討してきた。兵庫・

生と死を考える会 (2005) は、小中学生の40% が少なくとも1回は「死にたい」という自殺念慮を経験していると報告している。本研究の対象は大学生だが、自殺念慮を平均以上に抱える者は調査対象者の36.2% に上っており、自殺念慮を抱える者の多さを改めて確認することとなった。

また、調査実施後の自由記述に、「死にたくなるという気持ちはあまり正確な表現ではない」「死にたいというより生きていたくないというニュアンス」「もう少し詳細な区分だと死にたい気持ちを表現しやすい」といった記述がみられた。また、「この質問で自分の中にある死にたい気持ちがはっきりして相談しようかなと思った」という記述も見られた。この調査を通じて、「死にたい気持ち」を正確に表現したいという気持ちや、自身の中にある気持ちに気づき、援助希求への志向がうかがわれた。高橋 (1995) は、自殺について率直に語り合う機会をもつことの方が自殺の危険性を減らすと指摘している。自殺の危険性の評価は、児童生徒がどれだけ深刻に「死にたい」といった自殺念慮を抱いているのかを教師が理解しようとする試みである。さらに、それは教師から児童生徒への一方的な関わりではなく、児童生徒がそれらを表現して良いと感じる機会や援助希求のきっかけを提供する可能性があると考えられる。学校において自殺予防に取り組むにあたり、児童生徒が「死にたい気持ち」を安心して語れる場やその機会を作ることが自殺予防の第一歩になるものと考えられる。

謝辞：

本調査にご協力いただきました皆様に心より御礼申し上げます。

文献

- 福武将映・菱本明豊・白川治 2011 自殺の生物学的知見 張賢徳編 自殺予防の基本戦略, 24-35. 中山書店
- Gray, J.A. 1987 *The Psychology of fear and stress* (2nd ed.) London: Cambridge University Press.
- Gould, M.S., Marrocco, F.A., Kleinman, M et al 2005 *Evaluating iatrogenic risk of youth suicide screening programs: A randomized controlled trial.* JAMA 293 (13), 1635-1643.
- 原田知佳・畑中美穂・川野健治・勝又陽太郎・川島大輔・荘島幸子・白神敬介・川本静香 2019 中学生の潜在的ハイリスク群に対する自殺予防プログラムの効果 心理学研究90 (4), 351-359.
- 兵庫・生と死を考える会 2005 いのちの大切さを実感させる教育のあり方 ヒューマンケア実践研究支援事業研究成果報告書 (財) 二十一世紀ヒューマンケア研究機構
- 川野健治・勝又陽太郎 2018 学校における自殺予防教育プログラム GRIP 新曜社
- 川野健治・白神敬介 2015 学校における自殺予防の試みとその課題 精神科治療学, 30, 511-516.
- 厚生労働省 2019 自殺統計に基づく自殺者数—自殺の統計：最新の状況：速報値 <https://www.mhlw.go.jp/content/202007-sokuhou.pdf> (2020年9月30日閲覧)
- 厚生労働省 2019 令和元年度自殺対策白書
- 窪田由紀 2016 学校における自殺予防教育のすすめ方 遠見書房
- Kessler, R.C., Rogers, R. and Adams, P.A. 1999 *Prevalence of and risk factors for lifetime suicide attempts in National Comorbidity Survey.* Arch.Gen.Psychiatry, 56, 617-626.
- 松本俊彦 2014 自傷・自殺する子どもたち 合同出版
- 松本俊彦 2015 自殺念慮のアセスメント 精神科治療学, 30, 325-332.
- 大塚明子・瀬戸正弘・菅野純・上里一郎 1998 自殺念慮尺度の作成と自殺念慮に関する要因の研究 カウンセリング研究 31, 247-258.
- Ramussen, S.A., Elliott, M.A., & O'Connor, R.C. 2012 *Psychological distress and perfectionism in recent suicide attempters: The role of behavioural inhibition and activation.* Personality and Individual Differences, 52, 680-685. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.12.011>.
- 阪中順子 2016 子どもの自殺予防ガイドブック 金剛出版
- 阪中順子 2020 ロールプレイを中心に据える子ども向け自殺予防教育の可能性と課題
- 佐藤寛・佐藤美幸・三田村仰 2014 短縮版 Suicidal Ideation Questionnaire の日本語版の作成：日本大学生における信頼性と妥当性 臨床心理学14 (3), 395-401.
- Schilling, E.A., Aseltine, R.H. & James, A. 2016 *The SOS suicide prevention program: Further evidence of efficacy and effectiveness.* Prevention Science, 17, 157-166.
- Shea, S.C. 2002 *The Practical Art of Suicide Assessment: A Guide for Mental Health Professionals and Substance Abuse Counselors.* Wiley, Hoboken. (松本俊彦監訳 2012 自殺リスクの理解と対応—「死にたい」気持ちにどう向き合うか 金剛出版)
- 末木新 2019 短縮版自殺念慮尺度の作成 自殺予防と危機介

- 入, 39 (2), 94-101.
- 末木新 2017 自殺念慮尺度の信頼性と妥当性の再検討 ころの健康, 32 (2), 48-54.
 - 高橋雄介・山形伸二・木島伸彦・繁柝算男・大野裕・安藤寿康 2007 Gray の気質モデル - BIS/BAS 尺度日本語版の作成と双生児法による行動遺伝学的検討 パーソナリティ研究15 (3), 276-289.
 - 得丸定子 2000 学校で「死」を教える カール・ベッカー編著 生と死のケアを考える, 17-44. 法蔵館
 - Warden,S., Spiwak,R., Sareen,J. et al. 2014 *The SAD PERSONS Scale for Suicide Risk Assessment : A Systematic review*. Arch. Suicide Res. 18, 313-326.

(令和2年9月30日受理)