

## 自傷行為の要因に関する研究

### —事例のメタ分析と臨床事例のM-GTAによる分析—

Research on factors of self-harm

—A meta-analysis of case studies and M-GTA-based analysis of the process for clinical case—

時田 稜子

Ryoko Tokita

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 臨床心理学専攻 修士課程

キーワード：自傷行為，要因，事例研究

Key words : self-harm, factors, case study

#### 1. 研究目的

1998年にわが国の自殺者数が増加して以来、故意に自らの身体に損傷を加える行為（自損行為）によって、救急隊を要請して医療機関に搬送される人の数も増加傾向にある（厚生労働省（2020）「令和2年版自殺対策白書」より）。このことから、自殺と自傷行為には密接な関係があり、最近のリストカットは、日常の風景の中でもしばしば遭遇する出来事になってきた（松本，2009）こともあり、自傷行為経験者への支援が求められているといえる。

松本（2016）によると、自傷する若者の問題は、単にリストカットだけではなく、生き方全体が「自傷的」である。自傷行為経験者への援助に対する姿勢として、「自傷の肯定的側面も認めたいうえで、その問題点や背景要因について協働的に分析する姿勢で臨むべきである」としている。

この松本（2016）の指摘を実際の心理臨床現場に置き換えると、自傷行為経験者であるクライアントとセラピストが、自傷行為について情報を共有し、一緒に問題解決に努めることであると言える。自傷行為の要因についての先行研究は、主に研究者視点からの整理であり、実際の心理臨床現場でクライアントと共有をするためには、それらを「クライアント目線」で翻訳（in vivo code）していくことが必要である。

そこで本研究では、心理臨床事例の研究を通して自傷行為に影響を及ぼす要因を整理することを目的とした。

#### 2. 研究実施内容

##### 2-1. 方法

###### 第一研究

**調査対象：**CiNii及びGoogles Scholarに過去5年間、医中誌に2005年以降2021年11月までに掲載された論文のうち、自傷行為経験者に心理面接を行っている事例論文7件。

**調査内容：**KJ法に準じた内容分析を用いて「自傷行為やその背景」についてカテゴリー化を行い、自傷行為に影響を及ぼす要因の特徴について仮説を立てた。

###### 第二研究

**調査対象：**自傷行為経験者である調査協力者の心理療法117セッションの録画と逐語のデータ。

**調査期間：**2021年10月～2021年12月

**調査方法：**共同研究者を仲介して、調査協力者の同意を得たうえで、既に録画済みの過去の心理療法の録画と逐語のデータを使用した。

**分析方法：**分析対象者の経験の過程を析出することに適した、木下（2003，2007）に基づく修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ（以下、M-GTA）を用いた。

##### 2-2. 結果と考察

第一・第二研究の結果、自傷行為に至る背景要因の特徴として、家族内の問題であったり、社会での生活のしづらさ、自身のパーソナリティなどが複雑に絡み合っている可能性が明らかになった。特筆すべきは、自傷行為の直前の出来事に、対人関係でのトラブルが多く、その後、自己破壊的な

思考パターンや、自分をコントロールできなくなることがさらに自傷行為に繋がっていた。一方、自傷行為経験者の一部は、安心を求めて自傷行為を行う可能性があることも明らかになった(図1, 図2, 図3)。

また、第二研究の結果から、自傷行為経験者の課題としては、自傷行為の直前の出来事に対する状況の認知が意識化できること、感情と認知が未分化である部分や、破壊的な認知・行動を改善していくことがあげられた。さらに、自傷行為経験者でも、自分なりの対処行動を行うことができると、自傷行為に至らなくて済むことが明らかになった。

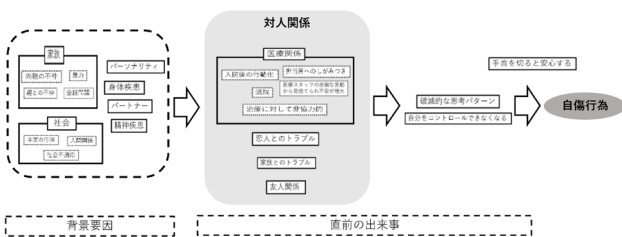


図1. 自傷行為経験者の特徴に関する仮説の概念図

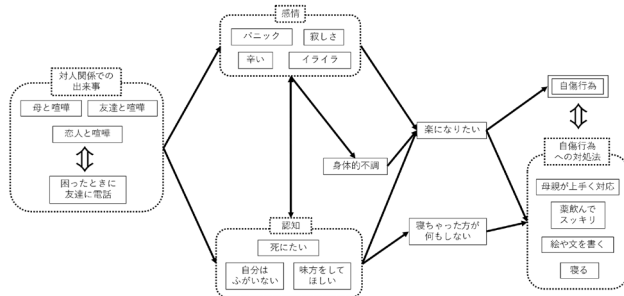


図2. 「自傷行為の要因と自傷行為に至るプロセス」の概念関係図 (対人関係での出来事)

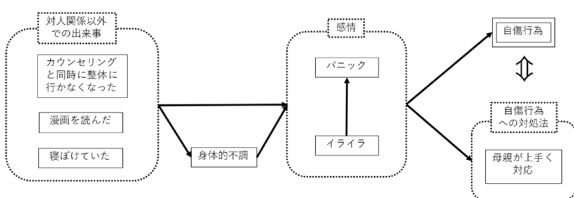


図3. 「自傷行為の要因と自傷行為に至るプロセス」の概念関係図 (対人関係での出来事)

### 3. まとめと今後の課題

本研究によって、心理臨床現場における自傷行為経験者への支援方法として、心理臨床場面でセラピストとクライアントが共有しやすいという観点から、クライアントの自傷行為の直前の出来事や引き金の特徴に着目する必要性が見出された。そして、状況認知の意識化、感情と認知の分化、破壊的な認知・行動を改善していくことに対して、セラピストが介入し、心理療法を通してアプローチしていくことが求められると考える。また、「自傷の肯定的側面も認めたい」うえで、その問題点や背景要因について協働的に分析する姿勢(松本, 2016)を持つこと、クライアントに対して自分なりの自傷行為への対処法を見つけることを促すこと、クライアントの負情動・身体感覚(猪飼・大河原, 2013)をセラピストが抱えることが自傷行為への対処法として有効だろう。

本研究で示した M-GTA の結果図は、自傷行為に至るルートと至らないルートとに分けて、クライアントの語りのまま翻訳しており、それはクライアントと共有可能であることから、臨床的意義があると考えられる。また、自傷行為経験者に対して、上述の心理支援を行うことで、自傷行為経験者への理解を深め、より効果的な心理支援をしていくことに繋がるだろう。

### 付記

本研究は、令和3年度大妻女子大学生命科学研究倫理審査委員会の承認を得て実施された(受付番号: 03-017)。また、大妻女子大学人間生活文化研究所令和3年度大学院生研究助成(B)(課題番号: DB2115)より助成を受けて行った。

### 主要参考文献

- [1] 猪飼 さやか・大河原 美以 (2013). 母からの負情動・身体感覚否定経験が自傷行為に及ぼす影響—解離性体験尺度 DES-IIとの関係— 東京学芸大学紀要, 64, 171-178.
- [2] 松本 俊彦 (2009). 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 日本評論社.
- [3] 松本 俊彦 (2016). 自分を傷つけずにはいられない!—その理解と対応のヒント— 児童青年精神医学とその近接領域, 57(3), 409-414.