

令和3年度  
博士論文（心理学）

非自殺的な自傷行為の形態選択要因に関する  
臨床心理学的研究

筑波大学大学院人間総合科学研究科  
ヒューマン・ケア科学専攻

小野 聡士

## 目的

非自殺的な自傷行為 (Non-suicidal self-injury: 以下, NSSI) は「自殺の意図がなく, 社会的または文化的に承認されていない目的で, 意図的に自分で自身の身体組織を傷つける行為」と定義されている (ISSS, 2018)。NSSI に関するこれまでの研究の問題点として, NSSI の形態選択に関わる要因についての実証的研究が不十分であることが挙げられる。NSSI に際して選択される形態 (方法・手段) には, 当事者の心理状態など臨床的特徴が反映されている可能性が指摘されている。NSSI の形態は行動の形で顕在化されるため支援において確認・把握がしやすく, リスクの前兆要因として支援上着目する価値があると考えられる。したがって, 当事者の心理状態の理解や個々に応じた心理支援を考える上で, 形態選択に関わる要因について検討することには意義があると考えられる。しかしながら, NSSI の形態選択に関する要因については未だ明らかとされていない点が多い。そこで, 本博士論文では, NSSI の形態選択に関わる要因について検討することを目的とした。第 I 部では, 先行研究のレビューを行い, NSSI の形態選択に関わる要因について理論的検討を行った。本博士論文では, NSSI の形態選択に関わる要因として, (1) 行動的特徴, (2) 心理的要因, (3) 質的過程という 3 つの観点から検討を行った。NSSI を行う者に対する支援においては, NSSI という行為そのものだけでなく, NSSI の背景にある問題に焦点を当てることが, 自己破壊的な行動を減らすためには重要であると考えられる。したがって, NSSI の形態選択に関わる要因を検討することによって, 当事者の臨床的理解や支援策の検討に役立つ示唆が得られると考えられる。本博士論文の構成は以下の通りである。まず, 研究 1 では, NSSI の形態と行動的特徴として開始年齢および反復性との関係について検討した。続いて, 研究 2, 研究 3, 研究 4 では, NSSI の形態選択と心理的要因を検討した。具体的には, 研究 2 では, NSSI の形態選択と認知的要因の関連を検討し, 研究 3 と研究 4 では NSSI の形態選択と攻撃性, 衝動性, 解離の関連を検討した。最後に, 研究 5 では, NSSI の形態選択のプロセスを質的に検討するために, 半構造化面接による面接調査を行い検討した。

## 対象と方法

研究 1 から研究 5 まで 18 歳から 29 歳までの青年を対象として調査を行った。研究 1 では, NSSI の形態と行動的特徴として開始年齢および反復性との関係について検討するために, 質問紙調査を実施した。研究 2 では, NSSI の形態選択と心理的要因として, 認知的要因との関連を検討するために, 質問紙調査を実施した。研究 3 と研究 4 では, NSSI の形態選択と心理的要因として, 攻撃性, 衝動性, 解離との関連を検討するために, 質問紙調査およびオンライン調査を実施した。研究 5 では, NSSI の形態選択プロセスを質的に検討するために, 半構造化面接による面接調査を実施した。

## 結果

研究 1 では, 開始年齢の早さと関係が示された形態は, 文字・模様刻み, 突き刺す, 治癒

妨害といった形態であった。また反復性と関係が示された形態は、いずれも道具を使わない形態であった。研究2では、自己切傷の形態と見捨てられ不安スキーマ、道具を使わない形態が完璧主義に類似した義務感スキーマと関連が示された。研究3では、(自己切傷を除く)道具を使う形態が運動衝動性と関連が示された。自己切傷の形態および道具を使わない形態はいずれも解離と関連が示された。また道具を使わない形態は、身体的攻撃および敵意といった攻撃性、そして注意衝動性と関連が示された。研究4では、潜在クラス分析によって自傷行為者の形態分類を行った結果、習癖型、道具なし複数機能型、混合形態複数機能型の3クラスに分類された。習癖型は最も臨床症状が低く、意識的に機能を求めてNSSIを行うものが少なかった。道具なし複数機能型は、様々な機能を支持していたことや習癖群と比べて高い攻撃性や自殺念慮が認められた。また主につねる形態が選好されており、他に人がいる状況下でも自傷が行われていることが明らかとなった。混合形態複数機能型は、道具なし複数機能型よりも開始年齢が早く、切るを含む多様な形態が用いられていた。衝動性や敵意も高い上、解離や自殺念慮といった臨床症状も最も高かった。研究5では、NSSIに際して【道具を使わない形態のみを選択】するといった径路を辿る者たちにおいては、自傷行為の主たる動機となる感情は、怒りの感情であった。また【道具を使う形態のみを選択(自己切傷)】するといった径路を辿る者たちにおいては、自傷行為の主たる動機となる感情は、抑うつや不安であった。また自己切傷の形態選択にはメディアや知人からの情報が大きく影響していることが示された。そして、自傷行為に際して【道具を使う形態と道具を使わない形態の両形態を選択】するといった径路を辿る者たちにおいては、自傷行為の主たる動機となる感情・思考は、対人希求および刺激希求であり、選ばれる形態や動機は様々であるが、いずれも他者からの注意や視線を求めている点で共通していた。

## 考察

研究1より、NSSIは形態によって開始年齢や反復性が異なる可能性が示された。開始年齢および反復性との関係を検討した結果、いずれも一般的な認識度がそれほど高くない形態であった。周囲に気づかれにくい、あるいは故意の自傷と判断されないことが早期開始や常習化につながる可能性が考えられる。したがって、今後自傷行為の開始年齢や反復性を検討する上では、自己切傷以外の形態にも着目することの重要性が示唆された。研究2より、自己切傷の形態は、他者から見捨てられないようにするための方略の1つとして選択されている可能性が考えられた一方で、道具を使わない形態は、他者に弱みを見せないようにするために、傷痕が目立たない形態として選択されている可能性が示された。研究3より、(自己切傷を除く)道具を使う形態を選択する者は、NSSIをしたい衝動に駆られた際、あるいは手元に道具があることでNSSI衝動に駆られて行動を起こす可能性がある。また特徴的な傷痕が残るリスクが高い形態であるが、長期的な結果を考慮する前に行動している可能性が推察される。また道具を使わない形態を選択する者は、他者に対する不信感や攻撃性を抱えた心理状態であることが推察されるが、その攻撃性を他者ではなく自己へ向けた結

果として NSSI が生じている可能性が考えられる。加えて、道具を使わない形態を選択する者は、行動の抑制や注意の制御といった衝動性に関わる問題を抱えている可能性が示された。自己切傷の形態を選択する者と解離の関係は、切ることによる強い痛みと出血による効果であると考えられた。研究 4 より、習癖型は DSM-5 における NSSI と状態像が異なる一群であると考えられる。道具なし複数機能型は、機能面では混合複数機能型と同様に、様々な機能を求めて NSSI を行っていることから、学校の教室など人がいる場面でも NSSI を行わざるを得ない心理状態であることが推察された。まずは NSSI の代替となる手段として、その場で即時的にできるリラクゼーション技法や呼吸法などを教えることがこの一群の NSSI の常習化を防ぐためには有効であると考えられる。混合複数機能型は、自殺リスクが最も高い群であると考えられた。また不快感情に駆動されてすぐに自傷行為に及ぶ可能性が高く、心理状態としては他者に対する猜疑心や不信感といった攻撃性が高い一群であると推察された。NSSI の経験の有無だけでなく、NSSI の形態や機能的側面を比較・検討することで、NSSI を行う者の重症度のアセスメントが可能となると考えられる。研究 5 より、NSSI の形態選択の特徴によって、NSSI の主たる動機となる感情や体験されるプロセスが異なることが示唆された。

## 結論

本博士論文では、NSSI の形態選択に関わる要因について検討することが目的であった。行動的特徴の観点からは、周囲に気づかれにくい、あるいは故意の自傷と判断されないことが早期開始や常習化につながる可能性が考えられたことから、今後自傷行為の開始年齢や反復性を検討する上では、自己切傷以外の形態にも着目することの重要性が示唆された。

また心理的要因および質的過程の観点から、道具を使わない形態の NSSI を行う者は、攻撃性や怒りの問題と関連することが明らかとなった。他者に対する不信感や攻撃性を抱えた心理状態であることが推察されるが、その攻撃性を他者ではなく自己へ向けた結果として NSSI が生じている可能性が考えられる。道具を使わない形態の NSSI を行う者は他者に対しても自己に対しても厳しく攻撃的であり、制御が難しい怒りの問題を抱えている心理状態であるものの、他者に弱みを見られないようにするために、傷痕が目立たない形態として選択されている可能性が示された。一方で、自己切傷の形態は、他者から見捨てられないようにするための方略の 1 つとして目立つ形として形態が選択されている可能性が考えられた。加えて、自己切傷との関連が示された解離においても、血を見ることの効果が示唆されていることから、自己切傷の形態を選択する者にとって、出血を伴うことが重要である可能性がある。以上のことから、NSSI の形態選択と心理的要因の関連が明らかとなることで、当事者の臨床的理解につながり、ひいては支援策の検討に役立つと考えられる。

本研究の限界点としては、(1) サンプルの少なさから来る再現性の問題、(2) NSSI の分類に関する妥当性の問題、(3) 対象の問題などが挙げられる。特に、今回の調査では大学生・大学院生といった一般青年を対象として調査を行っていることから、臨床領域における患

者とは背景にある心理状態が大きく異なることが推察される。したがって、NSSIを行う者の臨床上の支援や介入に生かすためには、臨床領域における患者を対象として、NSSIの形態選択要因に関する知見を積み重ねることが展望として挙げられる。