

# 青年期の自傷傾向における心理的特徴についての一考察

—自己の感情体験，孤独感，前青年期のチャムシップ体験との関連から—

13002PCM 宇野 みなみ

## 問題と目的

自傷行為については，一般大学生を対象とした報告（角丸，2004；角丸・山本・井上，2005；岡田，2002）が数多くされており，身近な問題であると言える。その背景要因はさまざまに議論されているが，1つの要因から起きるものではなく，さまざまな要因が複雑に絡み合っているということが指摘されている（柏田，1988）。

自傷行為者は，感情的な問題を身体で解決しようとし（林，2008），自身の感情や考え，状況について正確には把握していない（濱田・村瀬・大高・金子・吉住・本城，2009）とされる。さらに，自傷行為は衝動的に行われ（喜田・水戸部，2012），“傷つけると気分がスーッとすくから”と不快感情に対する自己治療として習慣的に行う者が大半であるとされる。これらのことから自傷行為者は，自己の感情を把握することができず，統制の効かない感情に巻き込まれている状態にあり，自らを傷つけることによって不快感情から逃れようとしていると考えられ，自分の感情に向かい合ってしっかりと抱え込むような体験ができていないと考えられる。

また，多くの研究者が自傷行為の誘因となる出来事は，対人葛藤であることがほとんどであると述べている。谷口（1994）は，自傷行為者は，自己と非自己の区別がつかず，他者が自己と一体化することが当然であると考え，周りの人たちが自分の期待通りに動いてくれないと，それが失意体験となって衝動的に自傷行為に至ると述べる。落合（1983）は，青年期の孤独感とは「現実に関わっている人と理解・共感できると考えているかどうか」「個別性に気付いているかどうか」という2要因から説明できるとし，青年期の孤独感を4つに分類している。自傷行為者は，落合（1989）のいう他者に自分のことを理解してもらえると考えている上に，個別性

にも気付いていないというA型に当てはまると考えられる。このように自傷行為は，自己の感情に巻き込まれたり，対人関係の中での失意体験による孤独感によって引き起こされると考えられる。

一方，前青年期に出現するとされる同性同年輩との親密な関係は，チャムシップと呼ばれる（Sullivan，1953）。須藤（2003）は，親しい友人に自由に自分を表現して共有し，受け入れられる体験を持ったと感じることは，他者との「共通の人間性」が確認され，周囲や自らに対する安心感に繋がり，そうして周囲との不安なき一体感や安心感，自分は守られているという感覚が培われていく，と述べる。そして須藤（2010）は，チャムシップは人生早期の乳児期の母子関係になぞらえるような情緒的な守りの機能を果たすと述べ，チャムシップが移行期における心理的保護の役割を果たすことを指摘する。つまり，同性で同年齢の友人との親密な関係を体験することは，自傷行為の1つの要因と考えられる分離に伴う喪失感，不安によって引き起こされる孤独感に対処できる心の基盤作りができると考えられる。

以上より，本研究では，①自傷行為の経験がある者はない者に比べ，自分の感情に正面から向かい合い，しっかりと抱えつつしみじみと感じ入るような感情体験ができていないだろう，②自傷行為の経験がある者は，他人とは理解・共感できると考えているが，個別性の自覚が薄いだろう，③自傷行為の経験がない者は，ある者に比べて前青年期においてチャムシップをより体験できているだろう，という仮説を検討していくことを目的とする。

## 方法

**研究協力者：**A 県内の大学生 174 名（男性 29 名，女性 145 名）の合計 174 名で，平均年齢は

20.63 歳であった。

**質問紙構成：**フェイスシート，感情体験尺度 (FES) (中田，2006)，自傷経験測定尺度，チャムシップ体験尺度 (須藤，2003)，チャムシップ体験における①よかった出来事，②よくなかった出来事についての自由記述，孤独感尺度 (LSO) (落合，1983) から構成されている。

### 結果

**尺度間の検討：**それぞれの尺度について，主因子法・プロマックス回転による因子分析を行った結果，感情体験尺度は「感情に対する統制可能感」「感情に対する尊重性」の 2 因子，チャムシップ体験尺度は「協同的自己開示」「理想化」「独占性」の 3 因子，孤独感尺度は「人間同士の理解・共感の可能性についての感じの次元 (LSO-U)」「自己 (人間) の個別性の自覚についての次元 (LSO-E)」の 2 因子が抽出された。自傷行為測定尺度については，自傷行為経験者が少数 ( $n=45$ ) であったため，自傷をしようと「考えたことはあるが，していない」と回答した者も含めた「自傷傾向あり」群と「自傷傾向なし」群として扱うことにした。自傷傾向の有無によって，FES とチャムシップ体験尺度の下位尺度の平均の違いに差があるか検討するため， $t$  検定を行った。その結果，「感情に対する統制可能感」( $t(172)=4.73$ ， $p<.001$ ) において，「自傷傾向あり」よりも「自傷傾向なし」の方が有意に高い結果が得られ，「独占性」( $t(172)=2.09$ ， $p<.05$ ) において，「自傷傾向なし」よりも「自傷傾向あり」の方が有意に高い結果が得られた。また，LSO を落合 (1983) に従って 4 群に分類し，自傷傾向の有無の違いによって 4 類型の出現頻度に違いがあるか検討したところ ( $\chi^2=7.90$ ， $df=3$ ， $p<.05$ )，「自傷傾向あり」は A 型が多く，「自傷傾向なし」は C 型が多いという結果が得られた。

**自由記述の検討：**チャムシップ体験において「よくなかった出来事」として書かれた自由記述の内容を，友人との心理的距離ごとに「自他境界弱」「自他境界中」「自他境界強」の 3 つにカテゴリー分けをし，自傷傾向の有無の違いによって出現頻度に違いがあるか検討したところ ( $\chi^2$

$=9.79$ ， $df=3$ ， $p<.05$ )，「自他境界強」において「自傷傾向あり」の方が「自傷傾向あり」とりも多いという結果が得られた。

### 考察

自傷傾向のある者は，自分の感情に向き合おうとはするものの，その感情をコントロールすることができないこと，自己と非自己の境界が曖昧で，他者と一体感の世界に生きているために，個別性に気が付かないということが明らかとなり，仮説①は部分的に支持され，仮説②は支持される結果となった。しかし，仮説③は支持されず，自傷傾向のある者は，ない者よりも，前青年期におけるチャムシップ体験の中で，友人に同質の存在であることを強く求めており，かつ，友人との強い分離体験を有しているという結果が得られた。

以上より，自傷傾向のある者は，ない者と同様に自己の感情に向き合おうとはするが，感情をコントロールすることができず，不快な感情を抱えることができないこと，また，他者と一体感の世界に生きているため，普段は孤独を感じないが，自分のことを理解してくれるはずの他者がわかってくれないと感じたときに，それが失意体験となって衝動的に自傷をしようとすることが示唆され，他者との距離のとれなさがあることが明らかとなった。そして，この背景には，前青年期の友人との親密な関係の中で，他者との一体感の世界から，次第に自己を確立していくという，チャムの内在化のプロセスがうまくいかなかったということが考えられる。他者に自分のことを理解してほしい，自分と同じであってほしいという欲求が強く，チャムの内在化がうまくされなかった者は，個として自己を確立していくことが困難であり，他者との融合状態にあるため，客観的・空間的に孤立したり，他者と自己との境界を強く感じたときに，不安や恐怖を感じ，自分はひとりぼっちであるという孤独を感じる。そして，その不快な感情をコントロールすることができず，抱えきれない不快感情から逃れるために，自らを傷つけようとしてしまう，というプロセスがあると考えられるのではないだろうか。