

自傷者はここに「いる」のか

自傷傾向者の実存感の検討を通して

土居 正人¹・山本 南利²・川内 三奈美³

(¹吉備国際大学心理学部・²株式会社ファイナル・³総社市教育センター)

自傷者の実体はそこにあるが、心が入っていないように見える時がある。本研究の目的は自傷傾向者の実存感の有無について調べることである。また、自傷傾向者の実存感の無さは、母親からの不承認や感受性の高さを示すHighly Sensitive Person (HSP)と関連するかについても検討を行う。方法として、本調査は大学生129名(有効回答者127名、有効回答率98.4%)を対象に実施した。結果として、母親からの不承認は自傷傾向者の実存感を低めることが示された。また、母親からの不承認は子供の実存感を低めて推論の誤りを高め、一方でHSPは子供の推論の誤りを直接的に高めており、両者が相乗的に関係し合って自傷傾向を高めていることが確認された。自傷傾向者は実存感が低いことから他者との交流をすることが困難であり、それゆえに自傷傾向者には心が無いように見えるのだと結論づけた。自傷の改善には他者との交流を高めるようなアプローチが必要であると考えられた。

キーワード：非自殺的自傷行為、実存感、HSP、母親不承認、推論の誤り

1. 目的

自傷を行う者は、一体どこを見ているのだろうか。自傷者の実体は確かにそこにあって、こちらを見ている。しかし、その視線は合っているようではあるが、どことなく合っていないのである。「目は心の窓」とも言うように、自傷者の視線は目の前の人を見ているのではなく空を見て、その目からは何の心も感じられないのである。本当に自傷者はそこにいるのだろうか。本研究では、日々の臨床場面や研究結果を振り返った際の疑問について考える。

ところで、これまでの自傷行為(非自殺的自傷行為、Non Suicidal Self-Injury: NSSI)研究では、自傷が発生するメカニズムについて、次のようなことまでが分かっている。人が持つ感受性の高さに加えて母親からの不承認的環境の中で生育してきた場合、その子供は推論の誤りが生じやすくなる。そして、その思考パターンを持つことによって、喜びや悲しみ、怒りなどのありのままの感情(基本的感情)を感じるができなくなることから問題解決行動がとれない。そこで子供は生じた感情を押し殺そうとして、抑圧する感情調節の対応を取ろうとする。しかし、抑圧した感情はやがて抑うつ、不安などのネガティブな二次的感情に置き換わることとなる。そして、そのあふれ出てくる負の感情を抑える機能を持つ自傷が誘起されるとしている(土居・三宅, 2020; 土居・齋藤, 2021)。

その後、土居・清水(2020)は、自傷傾向(自傷が行われ

る可能性の高さ)者の推論の誤り及び信念の違いについて検討するため、自傷傾向者に対して健常者及び強迫傾向者と比較する調査を行った。この研究では、集団主義的信念と個人主義的信念のうち、どちらの信念を強くもっているのかについて比較した。その結果、健常者群は集団主義を、強迫傾向者群は集団主義と個人主義の両方を強く信じていた。しかし、自傷傾向者群はどちらも信じていない可能性があるという結果であった。本来、調査参加者は日本人であったため、集団主義的な信念が優位であることが想定されており、実際も健常者群はそのような結果を示していた。しかし、自傷傾向者はどちらも信じにくいという結果を示していた。ここから自傷傾向者は、何を信じているのかとの疑問が生じた。この結果を受けて、川内・土居(2021)は、この疑問に対する解決をはかるため調査を行った。この研究では、血液型占いや超能力、宇宙人の存在、お守りの効果、電磁波有害説等の科学的には説明されていない現象を「非科学説」と表現して、それらを信じている度合いについてたずね、それを自傷傾向者、HSP傾向者、強迫傾向者を比較することによって、その違いを調べようとした。結果、HSP傾向者は多くの非科学的な現象や説を信じているのにも関わらず、自傷傾向者はほぼ全ての説を信じにくいという結果を示した。この結果より自傷傾向者は、なぜ何も信じようとしないのだろうかとの疑問を抱くようになった。

そもそも何かを「信じる」とは、どのようなことを指すのであろうか。『広辞苑 第五版』(新村, 1998)によると、「真であると思う。間違いないと認め、頼りにする」とこととされている。これは、世の中にある事物や事象の法則性やパターン、ここで言うとは他者の行動に対して人が興味や関心を持ち、それを真のことであり信用することで自身の考えがその方向へと向けられることである。自傷傾向者は、個人主義や集団主義の考えを有していなかったことから、個人個人が一人の独立した人間であるとの考え方や集団の中で共に考えていこうという視点のどちらも有していないということであり、さらには、様々な現象についても理解を示していないということである。ここから自傷傾向者は、世の中の現象や自身の存在を確認したり信じたりすることができないのではないかと推測された。したがって、本稿において自傷者は自身がここに存在するという感覚、あるいは自身を認識する感覚である「実存感」を有しているのかどうかについて検討していく必要があると考えられた。

実存感については、Flankl が提唱した「実存療法 (ロゴセラピー)」における治療過程の理論が参考になると考えられた。彼は人が精神的に病む時、「実存的空虚感」に陥っているとされた(諸富, 2016)。これは、自分の自己の内面がこの世に存在しないように感じられ虚無的な状態のことである。この空虚感は、「社会から何を成すべきかを教えてくれない」、だから「自分が本当にしたいことは何か」、あるいは「生きる意味が分からなくなる」として、このような考え方によって陥る神経症的疾患の原因の一つであるとされた。

そこで実存療法では、クライアントに生きる意味を探させるのではなく、「この苦しい状況に陥っているのは、人生から私への課題が提示されている」と捉えられるように促すのである。そして、クライアントは人生が自身に、この課題から何を学んでほしいと言っているのか、「何か(人生から必要とされていること)があなたを待っている」と考え見つけられるようにセラピストから促され、クライアントがその過程の中で意志決定できるように支援される。意志決定をすることは、同時に自分の人生に対して責任を取ろうとする姿勢であり、自分の人生を自分のものとして扱おうとして認識しているからこそできる行為である。そして、その行為こそが生きる意欲を喚起することにつながるのである。

Flankl がこのような理論を考えるに至ったきっかけは、彼の幼少期の一体験にあるという。Flankl は幼い頃、遊んでいる時に彼の父親が、彼を温かい眼差しで見つめてい

ることに気がついたという。その時、何かに護られている感情に包まれた体験をし、それを「被護感」と表現した(諸富, 2016)。ここから人の精神的な本質は、「志向性 (Bei-Sein: バイザイン=他方のもとに在る)」にあるとした。これは、私が誰か他者を思う時、その時の思いは、私の頭の中にあるのではなく、相手のもとにあるという。誰かを思う時、その行い自体が他者の存在を認めているからこそできることであり、その行為をした事実は自分がここに存在していることを認識する「実存的認識状態」とつながるというのである。視点を変えると、これは自身が人生に対して思う時、人生の方に自分が立っていて、そこから自分を見ることで客観的な視点に立てると考えられるのである。

実存療法から分かるのは、私が誰かを思う時、誰かを認識したという事実が存在すること自体が、自分がこの世に存在することの証拠であるということであり、自傷者は、この事実気づく視点、あるいは体験による感覚が持てないからこそ、実存的空虚感に陥っているとも考えられるのである。すなわち、人が生まれ育ってきた環境の中で、誰かが私に「ここにいていいよ」とその存在を受け入れてくれ、そして、その思いを受けて私もその誰かに思いを馳せる時があるからこそ、この心の中に私という人格が存在すると解釈できるのだと考えられる。先述したように自傷者は、母親からの不承認的環境で育ってきた過去を持っていることが多く、相手を思いやる交流が持ちにくかったことから、自己の存在を確認できない状態にあるのではないだろうか。

したがって本研究の目的は、自傷傾向者の実存感の無さについて調べることであり、その実存感の無さは自傷発生までの感情情報伝達プロセス(人が持つ感受性の高さ)と母親からの不承認が推論の誤りを経て、自傷傾向を惹起させる流れ)の過程のうち、どこを通るのかについても検討する。

仮説として、感受性の高さである HSP と親からの不承認は、実存感と推論の誤りに影響を与え、最終的に自傷傾向に影響を及ぼすと考えられる。

2. 方法

2.1. 対象

調査研究をするにあたって対象者は、大学生 129 名(有効回答者 127 名、有効回答率 98.4%、男性 75 名、女性 52 名)とした。127 名の内訳は、1 年生が 35 名、2 年生が 38 名、3 年生が 39 名、4 年生が 15 名であり、平均年齢は 19.8 歳、 $SD=2.87$ 歳であった。海外留学生は少数であったため

分析から外し、分析対象者は、全て日本人学生に限定して解析を行った。

2.2. 調査で用いたフェイスシート及び尺度

本調査では、フェイスシートに研究目的や個人情報の保護、倫理的配慮の説明を記した。また、所属学科と学年、年齢、性別、日本人学生か留学生かをたずねる質問項目も設けている。

次に本調査で用いた尺度について記述する。自傷傾向の測定には、自傷行為尺度(土居・三宅・園田,2013)を用いた。この尺度は、「抑圧状態：自身の感情を抑圧するが余りに身体的症状が出ている状態のこと」や、「自責思考：自身をネガティブに捉えようとする思考のこと」、「承認欲求：他者から賞賛されたい欲求のこと」、「親子葛藤：親子関係に問題があり関係が悪化している状態のこと」から構成されており、20項目4因子で4件法(1=まったく違う~4=まったくその通り)である。この尺度は、自傷者の心理社会的背景をたずねる項目によって、自傷をする可能性の高さを測定することが可能であり、全ての項目を合計することで自傷傾向得点を算出することができる。近年の自傷研究の倫理的問題への配慮(土居他,2013)から、本尺度を用いることにした。

気質的な感受性の測定には、日本版 Highly Sensitive Person Scale (高橋,2016)の尺度を使用した。この尺度は、19項目で、7件法(1=まったく当てはまらない~7=非常に当てはまる)でたずねており、次の3因子でなりたっている。低感覚域因子は、大きな音や光等、外的刺激の感受性による感覚閾値の低さのことであり(項目として「明るい光や強いにおい、ごわごわした布地、近くのサイレンの音などにゾッとしやすいですか?」)、易興奮性因子は、刺激に対する反応のしやすさのことであり(「生活に変化があると混乱しますか?」)、美的感受性は、想像力や精神生活の豊かさのことであり(「美術や音楽に深く感動しますか?」)の下位因子がある。

親子関係の測定では、親子関係の心理的離乳尺度(落合・佐藤,1996)の母親尺度の一部である、「子が親から信頼・承認されている関係」因子の得点を反転させて、母親不承認尺度として使用した。項目内容としては、「母親は、私を信用してくれている」や「母親は、私の考えを尊重し、自分の意見を押しつけることはない」などがある。この尺度は20項目で5件法(1=まったく当てはまらない~5=かなり当てはまる)であった。父親との承認関係等についてたずねない理由は、これまでの研究において因果関係が認められたのは、母親のみであったことからであった

(土居・齋藤,2021; 松岡・土居,2022)。

推論の誤りの測定には、推論の誤り尺度(丹野・坂本・石垣・杉浦・毛利,1998)を使用した。項目には、例えば恣意的推論(項目として「根拠もないのに、悲観的な結論を出してしまうことがある」等)や過度の一般化(「ちょっとした小さな失敗をしても、完全な失敗だと感じるほうである」等)のネガティブに捉えてしまう思考であり、6要因に関連する項目を含めた1因子構造の尺度である。これを合計して「推論の誤り」として得点を抽出する。この尺度は19項目、4件法(1=まったく当てはまらない~4=まったく当てはまる)で構成されている。

実存感の測定には、高井(1999)の実存的生き方態度インベントリー(EAL: Existential Attitude toward Life Inventory)を用いた。これは、35項目の5件法(1=全く当てはまらない~5=よく当てはまる)で構成されており、「私は直面する様々な問題に対して、どのように対処するかを自分で決めることができる」といった項目で構成されている「決断性・責任性・独自性」因子や、「私は周囲の人たちにとって必要な存在であると思う」等の項目がある「自己の存在価値」因子、「私は自分のなすべき課題や目標を、自分から進んで見つけようとする」等の項目の「自己課題性」、「私はいかなる運命や境遇に置かれても、そこに生きる意味を見出すことに努めたいと思う」等の項目の「意味志向性」因子の4因子から構成されている。

2.3. 調査手続き

本研究は大学の授業の中で調査を実施した。まず調査用紙を配布し、その後調査の目的と手続きについて説明した。本調査は授業の成績にはならないこと、強制ではないこと、応えづらい質問項目があった場合は回答を飛ばしてもよいこと、回答は集団で統計処理されることから個人の回答を特定しないこと、匿名等の個人情報の保護に関する内容について伝えた。その上で承諾を得て回答を記入してもらった。

3. 結果

3.1. 因子分析と基礎データ、信頼性分析、相関分析

本研究では統計的解析のため、SPSS 23 及び Amos 23 を使用した。欠損値処理について、調査参加者の回答において、欠損値が多い参加者の場合は分析対象者から削除し、欠損値が少ない場合は全体の平均値を当てはめることでデータ処理を行った。この方法を取った理由として、本調査では調査参加者が少なく、重回帰分析やパス解析の実施が困難となるからであり、できる限り参加者を削除し

ないようにするためであった。

まず、EAL 尺度について因子分析をかけて、どのような因子に分かれるのかについて検討した。35 項目に対して最尤法による探索的因子分析を行った。固有値の変化は、12.95、2.52、1.83、1.80、1.44、1.20...であり、4 因子構造が適切であると考えられた。そこで再度 4 因子を仮定して最尤法・Promax 回転による因子分析を行った。その際に因子負荷量が.40 以下の項目を除外し、結果的に 29 項目が抽出された。第 1 因子は「私は社会や他の人のために役立つことをすることに、喜びや生きがいを感じる」や「私はたとえ苦しくても、自分にとって意味のある生き方をしたい」などの項目が含まれており、人生の生きる意味についてたずねている項目が多く占めていた。そこでこの因子を「意味志向」(9 項目)と命名した。第 2 因子は「私は自分のなすべき課題や目標を、自分から進んで見つけようとする」や「私はある目標を達成したなら、すぐに次の新たな目標に向かっていく」などの項目があり、人生の中での自己への課題を感じているかどうかについての項目が多く含まれていた。そこでこの因子を「自己課題」(8 項目)と命名した。第 3 因子は「私は人からどう思わ

れようと、自分の感じ方や考え方を大切にしたい生き方をしている」や「私は自分の生き方は自分で決めることができる」などの項目があり、人生の生き方について自己決断をして、その判断の責任を取ろうとしている内容を含んでいる項目が多かった。そこでこの因子を「自己決断」(7 項目)と命名した。第 4 因子は「私は周囲の人たちにとって必要な存在であると思う」や「私は周囲の人にとって何らかの役に立っていると感じている」などの項目が含まれており、自己の存在価値を感じているかについてたずねる項目が多かった。そこでこの因子を「存在価値」(2 項目)と命名した。基礎データを算出し、各尺度合計得点及び EAL の下位因子における平均点及び SD、 α 係数を表 1 に示した。次に各尺度及び下位因子の相関分析を行った(表 2)。その結果、自傷傾向は HSP($r=.52, p<.001$)と母親不承認($r=.42, p<.001$)、推論の誤り($r=.59, p<.001$)と正の相関であり、EAL($r=-.29, p<.001$)とは負の相関であった。HSP は推論の誤り($r=.64, p<.001$)のみと正の相関があり、母親不承認は EAL($r=-.23, p<.01$)と負の相関を示していた。

表 1 基礎データ

尺度・下位因子	全体 $n=127$	
	$M(SD)$	α
自傷傾向	2.09 (.41)	.80
HSP 傾向	4.57 (1.02)	.88
母親不承認	2.20 (.80)	.95
推論の誤り	2.54 (.64)	.93
EAL 全体	3.31 (.72)	.95
EAL1 意味志向	3.89 (.98)	.87
EAL2 自己課題	3.07 (.92)	.88
EAL3 自己決断	3.48 (.80)	.82
EAL4 存在価値	2.68 (1.07)	.79

表 2 各尺度及び下位因子間の相関

$n=127$	自傷傾向	HSP	母親不承認	推論の誤り
自傷傾向	—			
HSP 傾向	.52***	—		
母親不承認	.42***	.06	—	
推論の誤り	.59***	.64***	.09	—
EAL 全体	-.29***	.07	-.23**	-.08
EAL1 意味志向	-.19*	.15	-.29***	-.04
EAL2 自己課題	-.16 †	.13	-.12	.02
EAL3 自己決断	-.30***	-.05	-.13	-.12
EAL4 存在価値	-.38***	-.09	-.13	-.25**

† $p<.10$, * $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

3.2. 構造方程式モデリングによる統合的分析

本人が持つ感受性の高さや母親からの不承認は実存感及び推論の誤りを低め、自傷傾向へと影響を与えることを想定して、構造方程式モデリングによるパス解析を行った。それらの因果関係を一つまとめたモデルを作成し、統計ソフトの Amos 23 によって解析した。

まず、パス図は母親からの不承認と HSP から実存感及び推論の誤り、自傷傾向に対して全てパスを引き、有意あるいは有意傾向になった箇所のみを表記した(図 1)。実存感と推論の誤りのうち、どちらが理論的な時間として先行するのかが検討するため、パス解析の適合度指標の

比較によって選定することにした。その結果、推論の誤りから実存感へパスを引いた場合、適合度指標は $\chi^2(3)=4.57, n.s., GFI=.986, AGFI=.929, RMSEA=.064, AIC=28.57$ となり、その逆で分析をすると、 $\chi^2(3)=1.59, n.s., GFI=.995, AGFI=.975, RMSEA=.000, AIC=25.59$ であり、後者の方が非常に高い値を示していたため、実存感から推論の誤りへのパスを想定したモデルを採用した。

結果として、「母親からの不承認」と「HSP」は、直接的に自傷傾向に影響を与えており(母親不承認: $\beta=.17, p<.001$; HSP: $\beta=.11, p<.001$)、「HSP」は、「推論の誤り」を通して($\beta=.40, p<.001$)、自傷傾向に影響を与えていた

($\beta=.24, p<.001$)。一方で、母親からの不承認は、実存感を通った後($\beta=-.21, p<.01$)、推論の誤りを介して($\beta=-.11, p<.10$)、自傷傾向に影響を与えているという結果であった。偏回帰係数は、「自己決断」($\beta=-.28, p<.01$)と「存在価値」($\beta=-.43, p<.001$)は、自傷傾向に有意な負の影響を示していた。

次に、有意な影響を与えていた実存感の下位因子の各項目のうち、どの項目が最も自傷傾向に影響を与えてい

るかについて検討するため、ステップワイズによる重回帰分析を行った(表4、5)。その結果、大きく影響を与えていたのは、「自己決断」因子の場合、「私は自分の生き方は自分で決めることができる」の項目であり($\beta=-.32, p<.001$)、「存在価値」因子では、「私は周囲の人にとって何らかの役に立っていると感じている」の項目であった($\beta=-.39, p<.001$)。

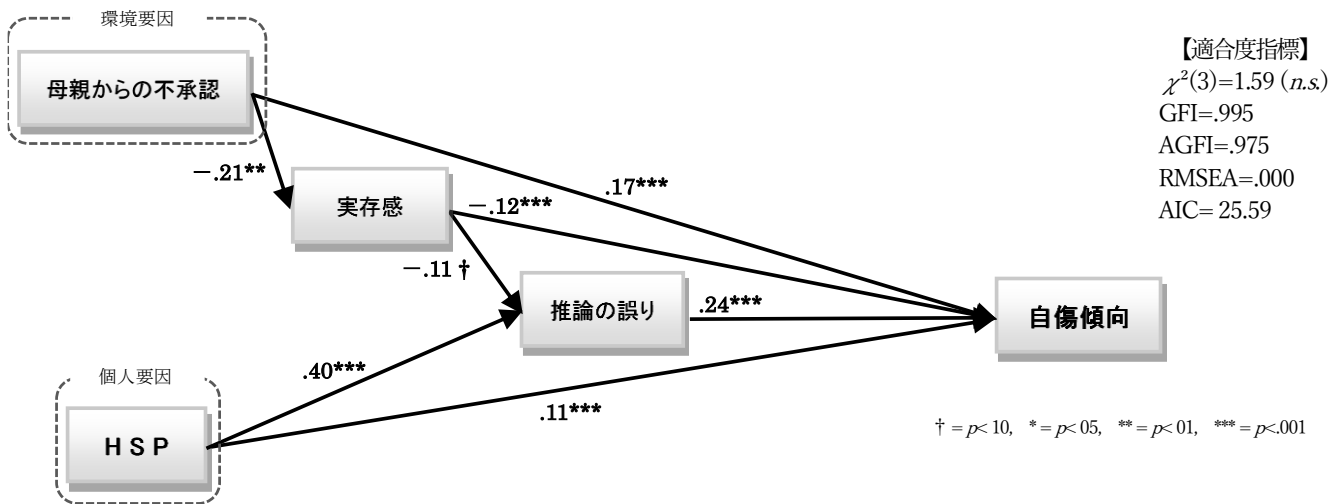


図1 自傷傾向を高める過程における実存感の位置づけ

表3 実存感下位因子による影響

n=127	自傷傾向 B
EAL1 意味志向	.08
EAL2 自己課題	.16
EAL3 自己決断	-.28**
EAL4 存在価値	-.43***
R^2	.21***

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

表4 「自己決断」因子の項目が自傷傾向に与える影響

n=127	「自己決断」因子	自傷傾向 B
ステップ1	項目21「私は自分の生き方は自分で決めることができる」	-.32***
	R^2	.19***
ステップ2	項目21「私は自分の生き方は自分で決めることができる」	-.51***
	項目9「私はたとえ人から非難されても、自分が正しいと思うことは主張する」	.18*
	R^2	.20***
ステップ3	項目21「私は自分の生き方は自分で決めることができる」	-.45***
	項目9「私はたとえ人から非難されても、自分が正しいと思うことは主張する」	.26**
	項目5「私は人からどう思われようと、自分の感じ方や考え方を大切にしたい生き方をしている」	-.23*
	R^2	.23***

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

表5 「存在価値」因子の項目が自傷傾向に与える影響

n=127	「存在価値」因子	自傷傾向 B
ステップ1	項目2「私は周囲の人にとって何らかの役に立っていると感じている」	-.39***
	R^2	.15***

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

4. 考察

本研究の目的は、自傷傾向者の実存感の有無について調べることであり、自傷発生までの感情情報伝達プロセスの過程の中で、どのような役割を担っているのかについて検討することであった。

4.1. 因子分析と基礎データ、信頼性分析、相関

EAL 尺度の因子分析の結果、4 因子にまとまった。この尺度が示す実存感には、Flankl が述べた実存感の理論と同様に、他人のために役立ちたい、意味のある生き方をしたいとする内容の項目が多く含まれていた。それらの項目から、人は人生には自身がなすべき課題があり、それは自分の意思と責任で決定しようとしていることが読み取れる。それらの志向や行為によって、自分の存在価値はあると認識され、実存性を感じることができると解釈ができる。

次に、各尺度及び下位因子における信頼性係数である α 係数は、.79~.95 であり、概ね高い水準を示していたことから、本研究は安定した結果を示すことができたといえよう。相関分析において、HSP と母親不承認は、自傷傾向に影響していることが分かる。それに対して HSP は母親不承認や実存感と関連がなかった。HSP は気質的な感受性であり、母親から不承認的態度をとられることは関連がないと考えられるため、納得のいく結果である。また、HSP が実存感と関連が無いことについては、先行研究が見られなかったことから、今回の研究で数値として表すことができたと言えよう。しかし、母親不承認と推論の誤りが有意でなかったことには、疑問が残った。これまでの研究(土居・齋藤, 2021; 松岡・土居, 2022)では、有意な相関係数を示しており、今回は調査参加者が少なかったことが、有意を示さなかったことと関係があるのではないかと考えられた。

4.2. 統合的分析及び実存感の重回帰分析の結果より

HSP と母親不承認から自傷傾向へのパスを想定する時、その間の実存感と推論の誤りについて、どちらが時間的に先行しているのかを判断することは困難である。そこで本研究では、方程式モデリングの適合度指標の結果の差により、どちらがより当てはまりが良いのか検討を行った。その結果、実存感から推論の誤りの順の適合度指標が高い値を示していたため、このモデルを採用した。これは母親からの不承認は子供の实存感を低め、その感覚が推論の誤りに負の影響を与えていた。その一方で、HSP は他者の感情の読み取りに敏感であることから読み誤りが

起きやすく、推論の誤りを高める傾向にあり、そしてその高まった推論の誤りを筆頭に、他の要因からも総合的に影響を受けることで、自傷傾向を高めていると捉えることができる。さらに、ステップワイズの重回帰分析の結果によると、自分の生き方を自分で決めることができなると感じるのと周囲の人の役に立てていないことからくる存在価値の無さが自傷傾向に大きな影響を与えていた。

以上の結果を踏まえて自傷者の実存感について考察する。まず、実存性を感じることは、子供が持つ感受性の高さとは関連がなく、母親からの言語的・非言語的なメッセージとして与えられることで生じることが推定できる。このことから母親から子供に与える不承認とは、過去の研究にあるような虐待ほどの強い負の関わりなどではなく(例えば、Walsh, 1988 松本訳, 2005)、子供の欲求に関心を向けず、子供の意志や意見を尊重しないことが、子供にとっては自身の存在が認められていないという不承認として捉えられているのではないかと推測される。特に母親からの不承認が自傷者の自己決断を低めていた結果から考えられるのは、母親が決めた人生の方向性へと、子供を従わせているのではないかということである。母親の言うことを子供が守り、それに従うことは、子供にとって意思決定の機会を損失し、それ故に自分の感じ方や考え方を大切することができず、自分の意思で物事が決められない志向に陥っているのだと考えられる。そして、子供が問題に直面した時、母親の意見がないと自傷者は対処がとれないのだと考えられる。子供は自分の意思が持たないことから実存感は低まり、そして、意思を持たないがために、他者から言われていることだけをしており、非科学的な説も信じていることができないのであろう。さらには他者の意見に振り回されがちで他者の行動に敏感になることから、それが推論の誤りを高めることへと影響していると推察された。「自分は他者の人生を送っている」、そのような考えを持つことは、私が誰かのために役立っているという感覚や、人生から与えられた課題が自身にあるとは感じにくく、そこから自己の存在価値が感じられないのではないかと考えられた。

4.3. 自傷者はここに「いる」のか

自傷者はそこに「いる」のだろうか。先述したように Flankl は、ある対象を現実にあるものとして認識する時、私はその現実性を承認しているということも含んでいるとしている。確かに、私達が自傷をしている人に声をかけた時、その人は一見こちらの話に興味なさそうにしているが、実はそうではなく、自傷者は実存感を持たないこと

から、相手を心や意志の入った人として捉えることが難しいのでは無いのだろうか。そして、相手の心と自身の心をリンクし交流することができないことから、相手との会話を続けることができないのではないだろうか。そのため、私達側から自傷者を前にした時、確かにそこには人がいるのだが、心や意志が入っていないように見え、そこにその人は「いない」ように見えるのだと思われる。

4.4. 自傷者の対応方法

以上の結果と考察を受けて、自傷者への対応方法を考える。Frankl は、人は誰でも自分の人生は自分を価値あるものにするための責任を持っており、人生からの課題を問いかげられる度に一回限りの決断をしていく必要があるとし、その繰り返しの中で、人生に意味を見出すことができるようになっていくという(Frankl, 1946 山田監訳, 2011; Frankl, 1946 霜山訳, 2019)。そして本研究結果より、自傷者は誰かのために役立つと感ぜられることが自身の存在価値を高めることにつながると考えられた。確かに実存療法の観点から考えると、他者のために行動し、他者に対して思いを募らせることは、自身の心は他者にあるということであり、その事実こそが自傷者がここに存在するという証明になるということになる。

したがって、ここでは自傷行為の改善の一例として、他者のために奉仕的な行動をすることを提案する。例えば、多くの日本人には、日常から当たり前の習慣として身につけている「一日一善」という考え方がある。他者に一日一回善い行いをすることで、運気をあげるという考え方である。これであれば、一回限りの決断を毎日していることとなり、誰かのために思い行動していることから、実存性を感じやすくなるであろう。そして、自傷者は自身で自身を確認することは困難であるが、一日一善を通して他者に善い行いをし、もし他者から「ありがとう」と感謝を伝えられる機会があるとしたら、自傷者は他者から存在を認められたことになり、その事実は自傷者自身がここに存在しているという証拠につながると期待できるのである。このように自傷者が実存感を高めるためには、他者のために奉仕的な行動をすることで、他者の心と自身の心の交流の機会を増やし、それにより自己の存在を確認してもらうことである。それにより実存感が高まり、そして、自分の存在を確認するための行為である自傷が行われにくくなるのではないかと考えられる。

4.5. 本研究の意義と問題点、今後の展望について

本研究の意義は、自傷者の実存感の有り様が理解でき

たところにある。その一方で問題点は、母親一人に問題があると捉えられるような論旨になっているところである。本研究では、母親不承認が問題であるとの内容が示されているが、現実的にはそれだけでは無い。自傷者の存在を確認するのは、何も母親だけがすることではない。父親や同居している家族、学校や地域の人達も含まれるであろう。むしろ自傷者や母親の社会的孤立状態が実存感を低めているとも想像できるのである。したがって、今後は社会構造も含めて見直していく必要があると考えられる。

付記

本研究は吉備国際大学の倫理審査委員会の認証を得ている(受理番号: 21-54)。

引用文献

- 土居正人・三宅俊治 (2020). 「非自殺的自傷行為(NSSI)を生起させる感情情報伝達過程の機制 親子関係の歪みと感情調節の不調を基礎とするプロセスモデルの検討」 『自殺予防と危機介入』 40(2), 60-66.
- 土居正人・三宅俊治・園田順一 (2013). 「自傷行為尺度作成の試みの検討」 『心身医学』 53(12), 1112-1119.
- 土居正人・齋藤菜摘 (2021). 「HSP(Highly Sensitive Person)と親からの不承認環境要因が自傷傾向に及ぼす影響推論の誤りによる媒介分析」 『自殺予防と危機介入』 41(1), 18-24.
- 土居正人・清水理沙 (2020). 「対人関係観の違いが推論の誤り及び自傷傾向に及ぼす影響 健常者及び強迫傾向者との比較による検討」 『国際教育研究所紀要』 30, 1-12.
- Frankl, V. E. (1946). *ÄRZTLICHE SEELSORGE*. Verlag Franz Deuticke. (フランクル, V. E. (2019). 『死と愛 ログセラピー入門』 (霜山徳爾訳) みすず書房.
- Frankl, V. E. (1946). *Arztliche Seelsorge. Grundlage- n der Logotherapie und Existenzanalyse*. Paul Zsolnay Verlag GmbH. (フランクル, V. E. (2011). 『人間とは何か 実存的精神療法』 (山田邦男監訳) 春秋社.
- 川内三奈美・土居正人 (2021). 「自傷傾向者は非科学説を信じにくいのか HSP 傾向者及び強迫傾向者が持つ信念との比較を通して」 『吉備国際大学心理・発達総合研究センター紀要』 7, 27-34.
- 松岡莉穂・土居正人 (2022). 「HSP が自傷傾向に及ぼす影響 母親不承認下における推論の誤りの詳細の検討」 『吉備国際大学心理・発達総合研究センター紀要』 8, 11-18.

- 諸富祥彦 (2016). 『知の教科書フランク』 講談社.
- 落合良行・佐藤有耕 (1996). 「親子関係の変化からみた心理的離乳への過程の分析」 『教育心理学研究』 44, 11-22.
- 新村出 (1998). 『広辞苑第5版』 岩波書店.
- 高井範子 (1999). 「実存分析的視点による生き方態度の発達の研究 実存的生き方態度インベントリー(EAL)による検討」 『大阪大学教育学年報』 4, 101-114.
- 高橋亜希 (2016). 「Highly Sensitive Person Scale 日本版 (HSP-J19)の作成」 『感情心理学研究』 23, 68-77.
- 丹野義彦・坂本真士・石垣琢磨他 (1998). 「抑うつと推論の誤り 推論の誤り尺度(TES)の作成」 『このはな心理臨床ジャーナル』 4, 55-60.
- Walsh, B. W. & Rosen, P. M. (1988). *Self-Mutilation: Theory, Research, and Treatment*. Guilford Press. (ウォルシュ, B. W.・ローゼン, P.M. (2005). 『自傷行為 実証的研究と治療方針』 (松本俊彦・山口亜希子訳) 金剛出版.

Where is the heart of the self-injuring person? :

Through examination of sense of the existence of self-injured tendency people

Masahito DOI¹, Minato YAMAMOTO², and Minami KAWAUCHI³

(¹ Kibi International University, ²Finarl. Co., Ltd., and ³ Soja City Education Center)

Objectives: The self-injured person seems to have no heart, although clearly that entity is there. The purpose of this study is to investigate the apparent lack of sense of a meaningful existence in self-injured tendency people. We will also examine whether this condition relates to tendencies and characteristics of a Highly Sensitive Person (HSP), and a childhood history of low maternal validation.

Methods: We administered a questionnaire to 129 university students and obtained 127 valid responses (achieving 98.4% response rate).

Results: According to the results, lack of maternal validation negates a children's sense of existence. In addition, lack of validation by mothers is associated with a reduction in children's sense of importance and purpose, and propensity for cognitive errors. On the other hand, being HSPs directly increases children's thinking errors. Our results confirmed that the two are synergistically related, and cause an increase in self-injured tendencies.

Conclusions: It is difficult for self-injured people to interact with others because they have little sense of their own existence. They appear to be apathetic and detached, as if lacking a heart. We propose that reducing and preventing self-injured behavior will require therapeutic approaches that promote enhanced interaction with others and improve psychological well-being and a strong sense of existence.

Keywords: Non suicidal self-injury, Sense of existence, HSP (Highly Sensitive Person), Maternal invalidation, Thinking errors