

# 若者におけるセルフ・エフェカシーと希死念慮の関連について

福祉心理学専攻 佐藤 久男

## 1. 目的

本研究は「若者におけるセルフ・エフェカシーと希死念慮の関連について」を研究目的としている。自己効力感（以下セルフ・エフェカシーという）は、バンデューラ（Bandura）が社会的学習理論で提唱した概念である。セルフ・エフェカシーは、自己行動の遂行可能性の認知、すなわち、ある結果を生み出すために必要な行動をどの程度うまく行うことができるかという個人の確信をいう（坂野・前田、2002）。セルフ・エフェカシーを研究目的に取り上げた理由は、若者のセルフ・エフェカシーを高めることによって希死念慮が軽減されるのではないかと考えたからである。そのために、仮説は「セルフ・エフェカシーが高いと希死念慮は低くなるだろう」とした。

## 2. 方法

調査の方法は、大学生と社会人を研究対象として質問紙調査を行った。回答方式は無記名の個別回答での自己記入形式であった。大学生は18歳以上から、社会人は18～39歳以下とした。若者の年齢区分は厚生労働省の全国年代別死因の年齢区分を採用した。研究協力者は大学生51名と社会人58名、合計109名であった。質問紙調査で得られたデータをもとにセルフ・エフェカシーと希死念慮の高さとの関係を比較した。データ解析は1要因分散分析を用いた。若者のセルフ・エフィカシーと希死念慮の関係を高中低の3群に分けたうえで各群の希死念慮の高さとの比較を行ったが、セルフ・エフェカシーの高低では希死念慮の高さに違いはなかった。若者をさらに大学生、社会人と分けて行った分析でも同様の結果であった。

## 3. 結果

研究協力者109名の「セルフ・エフィカシーと精神的健康の質問項目と回答結果」ではセルフ・エフェカシーの高低では希死念慮の高さに違いはなかった。若者をさらに大学生、社会人と分けて行った分析でも同様の結果であった。よって、「セルフ・エフェカシーの高い人は希死念慮が低いだろう」という仮説は支持されなかった。本研究は、比較的「健康的」な大学生と社会人が研究協力者であった。完全に健康とはいえなくても親の庇護の元にある大学生や職場に勤務している社会人はセルフ・エフェカシーの高低が希死念慮と関連しないことが示された。

## 4. 考察

質問紙調査で得られた若者109名をもとに、セルフ・エフィカシーを高中低の3群に分けたうえで各群の希死念慮の高さを比較したところ、セルフ・エフィカシーの高低で希死念慮の高さに違いはなかった。これは若者をさらに大学生、社会人と分けて行った分析でも同様の結果であった。仮説の検証を次の3点から行った。第1に研究協力者の年齢構成からの考察を行った。第2は研究協力者の大学生と社会人は主に福祉施設勤務の介護職員と居場所に集う若者たちであることから属性からの検証であった。最後に男女別の統計デ

ータからの考察を行った。いずれの場合もセルフ・エフィカシーが高いと希死念慮は低いだろうという仮説は否定された。特に、年齢構成からの考察では、18～25 歳位あるいは 30 歳未満と、30 歳以上の希死念慮の違いが考えられる理由として、社会体験が積み重なる 30 歳以上のほうが経済的苦境、職場の人間関係、過労、失業、離・死別、といったことに見舞われやすく、社会での経験がまだ短い 25 歳以下の社会人や親の擁護の元に暮らしている大学生ではそうした希死念慮につながる誘因の経験が少ないと考えられた。つまり、本調査の対象者の中心であった 18 歳から 25 歳では、30 歳から 39 歳までと比べて希死念慮を抱く理由が少ないために希死念慮を持ちづらく、そのためセルフ・エフィカシーも希死念慮の防御要因として機能しなかった可能性が考えられるのではないかと考える。経済的苦境、職場の人間関係、過労、失業、離・死別といった事柄に見舞われたときのほうが、セルフ・エフィカシーがより重要に機能するのではないかと考える。

## 5. 問題点と今後の課題

本研究テーマに若者のセルフ・エフィカシーと希死念慮の関係を選んだ理由は、近年増加しつつある若者の相談活動に役立てたいとの思いからであった。本研究からは、「セルフ・エフィカシーの高い人は希死念慮が低いだろう」という結果にはならなかった。これは仮説を否定する分析結果であったが、反面に、この研究結果は、現代社会の若者（学生と社会人）の心理的な健全性を示していると理解している。研究者として固定観念があったのは、長い間、自殺予防の相談現場で精神疾患、不登校やひきこもりなどの生きづらさを抱える若者やその家族の相談に向き合っていることが先入観となってしまうからであろうと考えている。

しかし、本研究の結果に関わらず、いま、日本社会には多くの生きづらさを抱えた若者が年間 5000 人～8000 人も自殺しているという現実を否定することはできない。今後は本研究の結果を活用し、うつ病などの精神疾患や職場の人間関係、多重債務などを動機・原因とする若者にも研究領域を拡大したい。そして、大学院で学んだ学問と研究の成果を「若者」の「生きる支援活動（自殺対策の相談）」に実学として役立てたいと考えている。