

思春期に家族や友人を大切にしていた人ほど自殺しにくい  
— 思春期における身近な人を大切にする価値観の有無と、  
成人期における自殺念慮の発症の関連性を確認 —

1. 発表者：

安間 尚徳（東京大学大学院医学系研究科 博士課程2年生）

渡辺 和広（東京大学大学院医学系研究科 健康科学・看護学専攻 精神保健学分野 助教）

松長 麻美（東京大学大学院医学系研究科 健康科学・看護学専攻 精神保健学分野 非常勤講師）

西 大輔（東京大学大学院医学系研究科 健康科学・看護学専攻 精神保健学分野 准教授）

川上 憲人（東京大学大学院医学系研究科 健康科学・看護学専攻 精神保健学分野 教授）

2. 発表のポイント：

- ◆思春期において、家族や友人などの身近な人を大切にするを重要な価値とすることと、成人期における自殺念慮の生涯経験および過去12か月の経験の両方との間に、有意な負の関連を認めました。またその価値観をどれくらい大事にしているか、その価値観に沿って行動するか、にも、自殺念慮の過去12か月の経験との有意な負の関連を認めました。
- ◆思春期に形成される、将来の行動様式や考え方などに影響を与える価値観（思春期主体価値）と成人期における自殺念慮の発症の関連を世界で初めて科学的な研究結果として示しました。
- ◆今後家庭や学校などの教育現場において、身近な人を大切にするという価値観を大事にすること、その価値に沿った行動を促すことが検討されると、成人期における自殺念慮の発症予防に、大きなインパクトをもたらすと期待されます。

3. 発表概要：

思春期は人間の成長過程において、生物学的にも社会的にも重要な時期であり、その時期に形成された価値観（思春期主体価値、注1）は、その後の人生における考え方、行動様式、健康やwellbeing（幸福）に影響を与えるといわれています。しかし、思春期主体価値と成人期における自殺関連行動（自殺念慮、自殺の計画、自殺企図、注2）の発症の関連については明らかにされていませんでした。

東京大学大学院医学系研究科精神保健学分野の安間尚徳大学院生、川上憲人教授らは、思春期主体価値が自殺関連行動の発症にどのような影響を及ぼすかに着目し、20歳から50歳までの東京および周辺地域の住民を対象とした、まちと家族の健康調査（J-SHINE）の2010年と2017年の調査データを用いて研究を行いました。思春期主体価値は、シュワルツ理論に基づいて独自に作成した11の価値領域に関する調査票と日本語版Personal Values Questionnaire II（PVQ-II）による価値へのコミットメントに関する調査票を用いて測定し、研究参加者に15歳時を想起して回答してもらいました。その結果、思春期において、家族や友人などの身近な人を大切にするを重要な価値とすることは成人期における自殺念慮の生涯経験、過去12か月の経験と有意な負の関連を認め、また価値にコミットすること（価値をどれくらい大事にし、これに沿って行動するか）も自殺念慮の過去12か月の経験と有意な負の関連を認めました。

本成果は、思春期主体価値と自殺関連行動の発症との関連を示した世界で初めての研究です。今後は、家庭や学校などの教育現場において、身近な人を大切にするという価値を大事にすること、自分の価値にコミットすることを促すことが検討されると、成人期における自殺念慮の

発症予防に、大きなインパクトをもたらすことが期待されます。なお、本成果は BMC Group の専門誌「*BMC Psychiatry*」に掲載されました。

#### 4. 発表内容：

##### 【研究の背景・先行研究における問題点】

思春期は人間の一生において、こころも身体も多様に変化し、将来の自分自身を形成するための重要な時期にあたります。脳の成熟は最終段階に至り、第二次性徴によりそれぞれの性に応じた様々な身体的な変化がみられます。また、親からの自立の問題、同世代の友人や異性との間で繰り広げられる人間関係の問題、将来自分自身がどうありたいかというアイデンティティの問題など、多くの悩みや葛藤を抱きながら成長していく時期となります。

これまで思春期は、一般的に人生において最も健康的な時期であるとみなされていたため、精神保健学をはじめとした公衆衛生学分野において、十分な資金と資源の投入が行われてきませんでした。しかし、最近の知見によると、思春期の健康と *wellbeing*（幸福）への投資は、現在、将来（成人期）、そして彼らの子どもにおける 3 倍の配当になることが明らかになり、思春期が重要な研究時期として注目されはじめています。

思春期にどのような事柄に価値を置き（価値の領域）、その価値をどれくらい大事にし、その価値に沿って行動するか（価値へのコミットメント）ということをもとめた概念を思春期主体価値といいます。思春期主体価値はその後の人生における考え方、行動様式、健康や *wellbeing*（幸福）に影響を与えるといわれています。しかし、先行研究では、思春期主体価値と成人期における自殺関連行動（自殺念慮、自殺の計画、自殺企図）の発症にどのような関連があるかについては明らかにされていませんでした。

##### 【研究内容】

東京大学大学院医学系研究科精神保健学分野の安間尚徳大学院生、川上憲人教授らは、思春期主体価値と自殺関連行動の発症との関連を世界で初めて検討することを目的として、一般住民を対象とした調査データをもとに研究を行いました。

2010 年から追跡していた、20 歳から 50 歳までの東京および周辺地域の住民を対象に、2017 年に思春期主体価値に関する調査票への回答を求めました。思春期主体価値は、シュワルツ理論に基づいて独自に作成した 11 の価値領域に関する質問（①他人に迷惑をかけること、②他人に評価されること、③信念を持ち、それを大切に貫くこと、④経済的に成功すること、⑤社会をよくすること、⑥興味を持ったことを探求すること、⑦社会に対して影響力を持つこと、⑧積極的に挑戦すること、⑨身近な人を大切にすること、⑩よい学校を卒業すること、⑪安定した生活を維持すること）と日本語版 *Personal Values Questionnaire II (PVQ-II)* による価値へのコミットメントに関する信頼性と妥当性のある調査票を用いて、研究参加者に 15 歳時を想起して回答してもらいました。年齢、性別、婚姻歴、教育歴、就労状況、世帯年収、喫煙、飲酒、15 歳時の暮らし向きなどの社会人口学的統計と自殺関連行動の生涯経験、過去 12 か月の経験の有無に関しては 2010 年時のデータを用いました。思春期主体価値と自殺関連行動の発症の関連について、社会人口学的統計を調整した上で、統計学的手法によって検討しました。

解析対象者は 2,598 人（男性 44.3%、平均年齢 38.10 歳）でした。思春期において身近な人を大切にすることを重要な価値としたことは自殺念慮の生涯経験、過去 12 か月の経験と有意な負の関連を示しました ( $p < 0.05$ )。価値にコミットすることもまた、自殺念慮の過去 12 か月の経験と有意な負の関連を示しました ( $p < 0.05$ )。これらは上記の社会人口学的統計要因を考慮

した上でも同じでした。思春期主体価値と自殺の計画、自殺企図との間には有意な関連は見られませんでした ( $p > 0.05$ )。

#### 【社会的意義・今後の予定】

本研究成果は、世界で初めて思春期主体価値と成人期の自殺関連行動の発症との関連を明らかにした研究です。研究参加者は過去のことを思い出しながら回答しているため、直接的な因果関係までは明らかになっていませんが、思春期の価値形成は、成人期の心の健康の保持・増進に大きなインパクトを持つと考えられます。今後は、家庭や学校などの教育現場において、身近な人を大切にするという価値を大事にすること、自分の価値にコミットすることを促すことが検討されると、成人期における自殺念慮の発症予防に、大きなインパクトをもたらすことが期待されます。また、より厳密な効果検証のために前向きコホート研究等を進めていく予定です。

#### 5. 発表雑誌：

雑誌名：「*BMC Psychiatry*」 7月9日オンライン版

論文タイトル：Personal values in adolescence and suicidality: A cross-sectional study based on a retrospective recall

著者：Naonori Yasuma, Kazuhiro Watanabe, Asami Matsunaga, Daisuke Nishi, Norito Kawakami

DOI 番号：10.1186/s12888-019-2194-4

アブストラクト URL：

<https://bmcp psychiatry.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12888-019-2194-4>

#### 6. 問い合わせ先：

東京大学大学院医学系研究科

精神保健学分野

教授 川上 憲人 (かわかみ のりと)

TEL：03-5841-3521

FAX：03-5841-3392

e-mail：kawakami@m.u-tokyo.ac.jp

#### 7. 用語解説：

(注1) 思春期主体価値：

思春期において形成される、将来の行動様式や考え方などに影響を与える価値観のことであり、価値の領域（どのような事柄に価値を置くか）と価値へのコミットメント（価値をどれくらい大事にし、これに沿って行動するか）から構成される。

(注2) 自殺関連行動：

自殺念慮、自殺の計画、自殺企図からなる。

自殺念慮：死にたいと思い、自殺することについて思い巡らすこと。

自殺の計画：死にたいと思い、実際に自殺の計画を立てること。

自殺企図：死にたいと思い、実際に自殺を試みること。