

(題名) 青年期の喫煙行動に関する要因分析と禁煙支援介入

筑波大学大学院体育研究科 瀬在 泉 ・ 筑波大学大学院人間総合科学研究科 宗像 恒次

【目的】 青年期の禁煙方法について示唆を得るため、①喫煙経験による心理特性の検証、②喫煙群における心理社会的特性の因果関係の推定、③SAT 法（構造化連想法）¹⁾による禁煙介入事例の検討を行う。

【研究方法①】 2006 年 4 月、機縁法による文系私立大学生 743 名(男子 353 名・女子 390 名)に対し、自記式無記名質問紙調査を実施、統計的に分析検討した (SPSS11.0・AMOS5.0 使用)。調査項目は、本人・家族・友人の喫煙状況、心理特性尺度（自己否定感尺度、自己憐憫度尺度、問題解決型行動特性尺度、情緒的支援認知度尺度（家族・家族以外）、日常苛立ち事尺度（以上、宗像）、特性不安 (STAI) (Spielberger))。

【研究方法②】 2006 年 5 月、機縁法により協力を得られた禁煙関心期の 20 才男性に対し、SAT 法にて禁煙を目的とした面接を 1 回 (60 分) 実施。尚、特定非営利活動法人ヘルスカウンセリング学会公認心理カウンセラー (研究筆頭者) が面接を行った。

(研究方法①②共に協力者には研究趣旨の説明を書面で行い、研究方法②は自署による同意を得た。)

【研究方法①の結果・考察】 喫煙経験の有無で各心理特性を比較した結果、自己否定感・自己憐憫度・日常苛立ち事において、喫煙経験有群 (男子 184 名・女子 74 名) が喫煙経験無群に比べ有意に高かった。また、情緒的支援認知度 (家族以外) は喫煙経験有群が有意に高かった。更に現在喫煙群 (男子 118 名・女子 31 名) の心理特性についてパス解析を行ったところ (図 1.)、自己否定感から日常苛立ち事が .64、日常苛立ち事から特性不安が .41 で比較的強い因果関係が認められた (モデル適合度は GFI.973、AGFI.918、RMSEA.080 で概ね良好)。

根底に自分は幸せになる価値がないなどの自己否定感があると、無力感や自責感が支配するためか日常苛

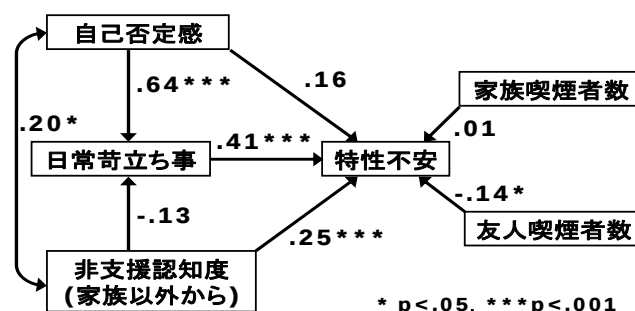


図 1. 現在喫煙群のパス図 (n=149)

立ち事が増加し、自己否定の恐怖から心的防衛するため強迫的行動症状の 1 つとして喫煙行動を取るのではないかと考える。また家族からの情緒的支援認知を無自覚にあきらめ、家族以外からの情緒的支援認知を求めているので、それが認知できない場合不安傾向が強まる。しかし、パス解析によると喫煙する友人との結びつきは不安傾向を抑えるのではないかと考えられる。

【研究方法②の結果・考察】 SAT 法では世代間における伝達情報への気づきを促し、前世代の心傷感情 (恐怖・怒り等) を癒し再学習を促すことで、過去の情報の意味が否定的なものから肯定なものへと変更される。本事例は親に甘えられない生育歴があり、自己イメージスクリプトや精神健康度が悪い事例であったが、介入 1 ヶ月後自己否定感は低下し喫煙本数が 2 本/日から 1 本/週となった。禁煙したい・問題を解決したいという本人の強い動機が、現在の問題への気づきや自己決定を促す要因になったと思われる。また喫煙本数は減ったものの酒量が増えており、自己否定感も低下したとはいえ依然として認められた。引き続き心傷感情の癒しやストレス対処行動への支援が必要である。

【結論】 喫煙行動の背景には世代間伝達されたネガティブスクリプトの影響が示唆された。禁煙には自己のネガティブイメージスクリプト変更が有用ではないか。

【引用文献】 1) 宗像恒次: SAT 療法、金子書房、2006