

教育臨床心理学 講義資料

● 講義の進め方

テキストに沿って講義を進める。テキストは自作のテキストを用いる。さらに、授業中に補助資料（このプリントのこと）を配布する。

● 成績評価

期末試験によって行う。

● 担当教員

前田基成（まえだもとなり）。福井県出身。筑波大学大学院修了。九州大学医学部心療内科、筑波大学学校教育部教育相談研究部を経て、現在、女子美術大学芸術学部教授。国立精神神経センター精神保健研究所心身医学研究部研究員を兼任。専門は臨床心理学、心身医学。

● 講義内容

本講義は学校教育関連場面でみられる、青年期のいわゆる問題行動について、心理学の立場から論じる。なぜ心理学の立場から論じるのか。それが本日の第1回目の授業のテーマである。

I 自分の心は自分が一番よくわかるか

1. 教育学と心理学

学校での「教育」を考える場合、まず学校で何を何のために教えるかという教育内容の問題が起こる。現在、学校のカリキュラムには教科のほかに道徳、特別活動というものがある。では、なぜ学校ではそれらのことについて教育することとされているのか。このように、教育というものを考えるうえで、「何を教えるか」「どうしてそれを教えるか」は避けられない問題であり、これを扱うのが教育学である。

そして、「何を教えるか」が決まると、それを「効果的に教えるにはどうしたらよいか」が問題となってくる。これを扱うのが教育心理学で、心理学によって得られた知識を用いることで、より効果的な教育、指導を可能にしようとする。このことは教科指導だけでなく、生徒指導、教育相談といったいわゆる問題行動に対する指導についても同じである。

2. 心理学とはどのような学問か

(1) 簡単な問題

今から 21 年前の 1987 年、当時の国鉄（日本国有鉄道）は 6 つの旅客鉄道会社（JR）に分割民営化された。民営会社になった JR はサービス向上に努め、同時にコマーシャルを流すようになる。JR 東海は東京発新大阪行きの最終新幹線ひかりの発車時刻を繰り下げ、「シンデレラ・エクスプレス」と名づけキャンペーンを行った。すると、日曜日にその列車を利用する遠距離恋愛のカップルが、ホームで発車間際に抱き合う、キスするという現象がみられるようになった。ただ、このような現象がみられるのは最終の新幹線だけで、その前の新幹線ではみられなかった。ここで問題である。

- ① 最終の新幹線にだけ、なぜこのような現象がみられたのか。
- ② ある駅員が、発車間際だけでなく、もう少し前から抱き合ってキスさせ、それを見ていたいと思った。ホームのカップルに対してどのようににはたらきかければよいか。

(2) ブレムの実験

アメリカの心理学者ブレムは次のような実験を行った。心理学の授業を受講する学生を被験者として、「あるレコード会社から“若者の音楽の好みを調査したい”という申し入れがあり、これに協力してほしい」という設定をした。学生たちは 2 日間にわたるこの調査に協力すれば、レコード会社から謝礼として試聴したレコードの中から希望する 1 枚がもらえるという条件がつけられた。

第 1 日目は、A、B、C、D の 4 種類のレコードを試聴し、それぞれについてどの程度自分が好きかという程度を 0～100 点で評定した。

第 2 日目も同じ 4 枚のレコードを聴くこととなったが、試聴直前になって「今日は謝礼として A、B、C、D の 4 種類のレコードの中からお好みの 1 枚をプレゼントすることになっていたが、手違いがあつて C のレコードだけ謝礼用の積み荷に入ってなかった。試聴は 4 種類ともできるが、謝礼としてプレゼントできるのは A、B、D のどれか 1 枚ということになる。ごめんなさい」というお詫びがレコード会社の担当者から告げられ、それから試聴が始められた。

実験後、好ましさの評定が第 1 日目に比べてどう変化したかを検討したところ、A、B、D については評定点がほとんど変化していなかった。これに対して、C の評定点はほとんどの学生が第 1 日目よりも「好ましい」とより高い評定点をつけ、第 1 日目と比べて好ましい方向へ評定点が大きく変化した。

(3) 心理的リアクタンス理論

先ほどの最終新幹線の問題や上のブレムの実験結果は、「心理的リアクタンス理論」という考え方をを用いるとわかりやすい。そこで心理的リアクタンス理論とはどのようなものかを考えるために、もう少し日常的な例をあげる。

デパートなどでの実演販売で、「この便利な万能包丁。今回は限定〇〇個の販売となります」のように、“限定〇〇個”とするとよく売れるのは本当か。

日や個数を限定すると売れるのは本当で、セールスマンは生活の知恵でそのことを知っているらしい。では、買う側からすると、買える日や個数を限定されると買う気になるのはなぜか。このような心理は以下のような「心理的リアクタンス理論」で説明できる。

人はだれでも選択の自由を望む。そして、選択の自由が脅かされるような状況、場面では、選択の自由を回復しようと強く動機づけられる。この状態を心理的リアクタンスという（リアクタンスとは“反発”を意味する）。おもしろいのは、そのプロセスで、失いそうな（奪われそうな）選択肢に関しては、さまざまな魅力度や好感度、好意度が上昇し、その選択肢が選ばれやすくなることである。

これを上の「限定〇〇個」の例で説明すると次のようになる。

- ① 買える日や個数が限定されるのは、選択の自由が脅かされた状況である。それはそのものを「買う」「買わない」は自分の自由であるが、「限定〇〇個」が売れてしまうと、「買わない」という選択肢しか選択できないからである。
- ② そして、「限定〇〇個」が売れてしまう前に買うか、買わないかの選択をすることになり、このとき失いそうな「買う」という選択肢に関しては、さまざまな魅力度や好感度、好意度が上昇し、「あると便利かも」「おいしそう」「ほんと安い」のように感じる。そして、つい「買おうかな」と思うのである。

こう考えると、憧れの〇〇先輩に告白するのは2、3月が断然多くなるというある保険会社の調査データも心理的リアクタンス理論で理解できる。また、先ほどの最終新幹線の問題もよく理解できる。

ここまで述べてきたことをまとめると次のとおりである。

われわれは、何かをする「行為」だけでなく、その背景ともいえる、何かを感じる「感情」、ものを考える「思考」など、内面的で自分で意識されるいわゆる「心」のはたらきには一定の法則性があるらしい。

しかも、ここで重要なことは、その自分で意識される「心」のはたらきはなかば「無自覚的・無意識的・自動的」にはたらくということである。たとえば心理的リアクタンス理論を例にとると、「限定〇〇個だよ」と言われた買い物客は「今、自分は選択の自由を脅かされているところである」「失いそうな選択肢は“買う”という方である」などとは考えない。ただ「その万能包丁、あると便利だな」「買おうかな」と思うだけである。

4. 報酬が少ない方が仕事をおもしろく感じるか？

心理的リアクタンス理論の話は、「自分の気持ちは自分がいちばんよくわかる」ということは案外正しくないのではないか、「自分の気持ち」「自分の心」と呼ばれるものはひょっとしたら、意識されない、無自覚的な、何らかの心理的なメカニズムがはたらいた結果なのかもしれない。次の研究もその1つの例といえる。

フェスティンガーという心理学者は次のような実験を行っている。

① 被験者の男子大学生はまず、きわめて単調で、あまり面白くないだろうと思われるような作業（たとえば、机の上の穴に挿してある棒を引き抜いて、逆さにして挿し直すなど）に従事した。

② 作業後、被験者は実験の助手が休んでしまったので、アルバイトとして助手の仕事を手伝ってほしい、仕事の内容は次にやってくる被験者の女子大学生（実はサクラ）に「作業はおもしろかった」と言うことであると実験者から強引に頼まれ、強制的に受諾させられた。

③ そして、「この実験はつまらない退屈な作業をさせられると友達から聞いたのですが……」と言う次の被験者であるサクラに、「自分もやってみたが作業は非常におもしろかった」と10分間くらい説明し謝礼を受け取った。なお、報酬として受け取る金額は1ドルか20ドルかという2つの条件が設定されていた。

④ 最後に自分がやった作業について、自分はどれくらいつまらなかった（おもしろかった）かを、「非常につまらなかった」から「非常におもしろかった」までで評価して、実験はすべて終了した。

⑤ 実験の結果、20ドルという高い報酬をもらった被験者（20ドル報酬群）は、ほとんどが「非常につまらなかった」と評定した。これに対して、1ドルという安い報酬の被験者（1ドル報酬群）は、作業は「それほどつまらないものではなかった」と評定した。まったく同じ作業をしたのに、もらった報酬の額によって自分が感じた作業のつまらなさ（おもしろさ）に違いがみられたといえる結果となった。

2. 心理的な不安定を嫌う

どうしてこのような違いがあらわれたのか。フェスティンガーは次のように説明する。被験者の男子大学生は作業をしているときにはおそらく「おもしろくない」「退屈だ」「つまらない」「何でこんなことさせるんだ？」と感じていたと思われる。その後で、その仕事を「おもしろかった」と心にもないことを言った。しかも、言った相手はかわいい女子学生である。その上、心にもないことを言って、つまりウソを言って報酬をもらった。このように、実験のためとはいえ、何の罪もない女子学生相手にウソを言ってさらに報酬をも

らった男子大学生は多少なりとも罪の意識や良心の呵責を感じ、心理的に不安定になっていたと考えられる。

そこで、まず 20 ドル報酬群の被験者である。20 ドルという高額な報酬は「ウソを言ったのは、強制されたからだ」と自分に対して自分を正当化する（自分で自分に言い訳する）には十分な報酬額である。言い換えれば、「ウソを言わされたのだから、これくらい高い報酬をもらうのは当然だ」「ウソを言うということは、それくらい大変なことなんだ」と思うことができる。この自分に対する言い訳のおかげで罪悪感や良心の呵責から少しでも逃れることができる。そこで、自分がやった作業を「チョーつまらなかった」を感じた（意識した）といえる。

しかし、1 ドル報酬群の被験者について同じように考えるとこうなる。「ウソを言ったのは、強制されたからだ」と自分に言い訳したいところだが、報酬の額は 1 ドルしかない。すると、「自分はたった 1 ドルのためにウソを言ってしまった」という罪悪感や「こんなにいやなことをやったのに、報酬はたったこれだけかよ！」という怒りやいらだちが生じやすくなる。しかし、「それほどつまらないということはなかった」と思えば（意識されれば）そのような罪の意識やいらだちを感じなくてすむ。

これが、まったく同じ作業をしたのに、「チョーつまらなかった」と「それほどつまらないことはなかった」という意識のされ方（感じ方）の違いとなった心理的メカニズムであるといえる。

3. 認知的不協和の理論

以上をまとめると次のようになる。個人の内面に（心の中に）互いに矛盾する、相容れない2つの「認知」（＝思い、考え、信念）があるとき、「認知的不協和」と呼ばれる不快な緊張状態が起こる。そこで、それを解消ないしは低減させるような心のはたらきが生じる。これを認知的不協和の理論という。上の例では、外的な要因による認知（「おもしろい」と言ってしまったこと）の方は変えられないので、内的な認知（おもしろさや好き嫌いに関する評価）の方が変わったといえる。

そしてここで重要なことは、このような心の動き（心理的メカニズム）は本人にとってなかば無自覚的に（いわば無意識的に）行われており、本人はあくまで「チョーつまらなかった」「それほどつまらないことはなかった」と意識されているということである。

この認知的不協和の理論は次のようなことを示唆する。

(1) 「自分の気持ちは自分がいちばんよくわかる」ということは案外、正しくないのではないか、「自分の気持ち」「自分の心」と呼ばれるものは自分が意識されない、無自覚的な何らかの心理的メカニズム（心のはたらき）で決まるらしい。

(2) そして、その心のはたらきは人間は不安定な心理状態を嫌い、安定した状態を回復させようとするという目的があるのかもしれない。

3. 教育における心理学の応用

たとえばイカを釣る漁師がやみくもに漁をするのではなく、「イカは夜、光に集まる」というイカの習性を利用すれば、効果的な漁をすることが期待できる。教育についてもこれと同じで、人間の行動の法則性（心理的メカニズム）を用いて考えると、より適切な理解（＝なぜなのか？）やより効果的な教育・指導（＝どうすればよいか？）が期待できると考えられる。

* この講義資料では、以下に「p.○、pp.○・○」のようにページ番号のみが示された場合は教科書のページを、「プリント p.○、pp.○・○」のような場合はこの資料のページを意味する。

II 解離

【症例1】 A子 高校2年生 女子 いじめの精神的後遺症 (PTSD)

小学校高学年のころ、同じクラスに意地悪な女の子がいて、その子の命令で周囲から仲間外れや無視といういじめを受けた。中学校でもノートや教科書にいたずら書きされたり、靴や教科書を隠されたりした。「バイ菌」「〇〇菌」と呼ばれ、休み時間には、教室や廊下で自分が近づくとそこにいたクラスメートがサーッといなくなった。友達はできず、いつも1人でいたという。

高校は自分のことを知っている人がいないところで心機一転しようと、家から約2時間電車通学をする都会の高校に入学した。が、かつての「のろま」「汚い」と嘲笑されたことが頭の中に浮かんできて、高校でもまたいじめられるのではないかとびくびく友達の顔をうかがうようになった。自宅にいるときも、またいじめられたらどうしようと不安でいたたまれなくなり、手当たり次第に手元にある食べ物を詰め込むように食べ、寝てしまうという毎日を繰り返し、体重が10キロ以上増えてしまった。そのうち、学校に行ってもやる気がなくなり、さらに行く気さえなくなった。学校を休むと「自分はダメな人間だ」「自分は生きている価値がない」と自分を責めたくなる。手首には幾筋もの傷があり、中学校のときのいじめで「死ね」と言われたり、「お願い死んでください」と落書されたりしたときのことを思い出すと、気がついたとき自分でカッターで傷つけているということである。

プリント p32~33

PTSDの症状

① 再体験

③ 覚醒の持続的な亢進

② 回避

1. フラストレーション

・フラストレーション(=欲求不満)とは自分の欲求の満足が阻止されたことで、心理的に不安定になる。

・人間はフラストレーション事態におかれるとどうなるか。

① 合目的的行動

あくまでも目標を達成しようと努力する。

② (防衛機制)

目標達成しようとはせず、心理的に不安定な状態だけを解消しようとする。

③ 非合目的的行動

自己破壊的、自暴自棄的な行為によって心理的不安定な状態から逃れること。：薬物依存等

2. 防衛機制 pp.2-4

・防衛機制にはプラスの面とマイナスの側面がある。

① プラスの側面（防衛機制が適応機制ともいわれる所以である）

フラストレーションによる心理的不安定を解消軽減できる。

② マイナスの側面

たとえば pp.2-3 のゲンゾー君の例のように、非行・反社会的行動として現れることもある（補償・反動形成）。あるいは、精神的成長を妨げることもなりかねない（合理化）。

- ・ 防衛機制には pp.3-4 のようにいろいろな種類がある。人は成長・発達の過程で自分なりの防衛機制的やり方（防衛機制的スタイル）を身につけるが、そのやり方によっては問題行動といわれることにもなりかねない。

3. いわゆる多重人格障害

- ・ p.1 のような多重人格が生じる心理的メカニズムも、上記のように考えればわかりやすい。要するに、自分とは「別の人」はそのような経験はないから、「別の人」になってしまうと、思い出して不快になったり、苦痛になったり、不安になったりしなくてすむ（→p.5）。
- ・ 北アメリカでは多重人格の患者の圧倒的多数に虐待、性的虐待を経験した人が多いというのも、このように考えれば理解できる。

4. 解離

- ・ 多重人格をもたらすのは（解離）という心理的なはたらき。
- ・ p.1 のカヨさんやプリント p.7 の A 子は、窃盗団から監禁されたときのことやいじめられたときのことを思い出すと、猛烈に心理的不安定になることは想像に難くない。そこで、そのときの心理的不安定を少しでも軽減できるようにさまざまな心理的なメカニズムがはたらく。
- ・ そのような心理的メカニズムの1つとして、そのときのことを思い出そうになると、意識が飛ぶ、しばらくの間、記憶がなくなるなど、意識や記憶が現在のまとまった（統合された）「自分」から切り離された状態になることがある。これを（解離）といい、そのときのことを思い出したり苦しんだりしなくてすむという利益をもたらす。
- ・ 解離の症状は強いストレスを体験した人（例えば、死亡した人の遺族）によく見られる現象であるにもかかわらず、あまり気づかれていない。
- ・ たとえば、急死した人の葬儀のときに、遺族が涙一つこぼさず、悲しそうな顔もせず、挨拶して回るということがある。これは冷静なのではなく、悲しいという感情がわいてこない、何も感じられない感情の麻痺であり、解離がもたらす症状の1つである。また、性的な暴力の被害に遭って警察に届けたとき、事件の重大な部分を思い出せない、感情

の麻痺のせいで淡々と話しているものの肝心の部分はよく覚えていないということがあ
る。このような健忘（忘れてしまうこと）も解離による症状の1つである。→p.6の
（解離性健忘）にあたる。

- ・このような症状は、「葬式のときに涙1つ見せない気丈な（あるいは冷たい）人」「本当
に訴えたいのか、加害者を捕まえてほしいのかわからない」という誤解を与えるが、そ
れは違う。つまり、（解離）に関する知識をもたなければ理解できない。
- ・性的暴力の被害者には重篤な解離症状を見ることが多いし、虐待や監禁など長い期間に
わたって続いた事件の被害者には、もっと長く続く慢性の解離症状が現れることも多い。
- ・プリントp.7のA子の症例において、過去のいじめで「死ね」と言われたり、「お願い死
んでください」と落書されたりしたときのことを思い出すと、気がついたときには自分
をカッターで傷つけているというのは解離である。
- ・このような過去の強度のストレスである（心的外傷）体験によって後々も精神的な
後遺症が現れるのが（心的外傷後ストレス障害）、略してPTSD。PTSDについては後
で取り扱う。

5. 解離性障害

- ・（解離）によって、①の多重人格以外に以下の②～④のようなことが起こることがあ
る。これを（解離）性障害という。
 - ①（解離性同一性障害）
 - ②（解離性健忘）
 - ③（解離性遁走）
 - ④（離人症性障害）
- ・このうち①～③は、いずれも心理的に不快な不安定状態から回避、低減できるという点
で共通している。要するに、解離も防衛機制と同じように、不安定な心理状態から安定
した心理状態を回復しようという無意図的な心理的メカニズムであると考えられる。

● 解離の研究は近代精神医学のスタートライン

現在、アメリカ精神医学の中でもっともホットな話題であり、精神科医の間で議論が分
かれる多重人格（解離性同一性障害）であるが、この概念は精神医学の世界では決して新
しいものではない。

アメリカの多重人格研究の第一人者であるコリン・ロスは、多重人格の起源をエジプト神
話のイシスとオリシスの人格分裂の話まで遡れると言う。ここまでは遡らないにせよ、有
名な『ジキル博士とハイド氏』が刊行されたのは1886年で、それがベストセラーになった
わけであるから、少なくとも19世紀末には、現在のわれわれがイメージしているような多
重人格の概念が存在していたといえる。

学問レベルで多重人格が最初に論じられたのはドイツの精神医学者グメーリーンが1791年に刊行した『人格の入れ換え』に掲載されている20歳のドイツ人女性の患者のケースである。これから15年後の1815年には、アメリカの医師ミッチェルがメアリという女性患者のケースを発表した。このメアリのケースは現在、多くの研究者が多重人格研究のスタートラインとして位置づけている。

メアリは19歳のころ意識を失って倒れているところを発見された。このときには目も見えず、耳も聞こえない状態を5～6週間続けたという。3ヵ月後、メアリは長時間の深い眠りにつき、目を覚ましたときには赤ん坊のようになっていたという。5週間たって元の状態に戻るのであるが、そのときは自分がそんな状態になっていたとの記憶はまったくなかった。ところが、数週間後にはまた深い眠りについて、目覚めるとまた赤ん坊のような状態になった。こんなことが15～16年間続いた。この間に、この赤ん坊の状態であった第二の人格は成長して大人になっていくのだが、彼女が35歳になって人格の交代が起こらなくなって以降は、永久に第2の人格のままだったという。

もともとの人格と第2の交代人格は対照的なものだった。もともとの人格は思慮深い、憂うつになりやすく、頭の回転の遅い人間だった。これに対して、交代人格はにぎやかで人と交わって面白いことをするのが好きだった。2人の筆跡はまったく異なっていた。

● 催眠

このころの精神医学は現在と異なり、生物学的な脳の研究がなされておらず、薬物による治療も未発達だった。で、どのような治療が行われていたかという、よく用いられたのが催眠である。

催眠はトランスという、現在の意識状態から別の意識状態への移行状態（これを変性意識状態という）において、さまざまな暗示（たとえば「目が覚めたときにはすっかり肩こりがなくなっていますよ」）を与え、それからまた現在の意識状態へ戻すというものである。もともとトランスは、たとえば邪馬台国の卑弥呼のように神が乗り移る巫女に神様のお告げをうかがったり、死んだ人の霊が乗り移る恐山のイタコを通して死んだ家族と話をしたりするなどのときにみられる、原始的なシャーマニズム（巫女やイタコをシャーマンという）における宗教的儀式でみられる意識の変容状態だった。このトランス状態では被暗示性が亢進しており（暗示にかかりやすくなっており）、このときに宗教においては神懸かり的な体験をしたり、自我が体から抜け出たりという体験をする。キツネにとり憑かれてしまった憑依という状態もこれである。

生物学的な知識がまったく発達していなかったころの精神医学は、この催眠が頻繁に使われていた（教科書p.14のシャルコーはこれである）。ちなみに、現在のアメリカ、カナダでも催眠はよく用いられおり、これが多重人格の症例が北アメリカで圧倒的に多い理由ではないかともいわれている。

III 精神分析理論

【症例2】 B夫 小学校4年生 男子 記憶喪失

B夫は家でおたまじゃくしを飼ったり、ゆで卵を自分で作ったりと、いろいろなことに興味を持ってやってみたい好奇心旺盛な男の子である。ある日、1人で家にいたB夫は学校の理科の実験で使ったアルコールランプをどうしても作ってみたくなり、皿に灯油を少量とり火をつける「実験」をやってみた。ここで思いがけないことが起こる。誤って火がそばにあった新聞紙に燃え移り、さらに部屋中に燃え広がり、ぼや騒ぎとなってしまった。幸い命に別状はなく軽い火傷ですんだが、病院で自分の名前をはじめ自分のことについてまったく記憶がなくなってしまった。

1. ヒステリー pp.13-15

・ヒステリーとは → pp.13-14

・ヒステリーの特徴

(1) 器質的異常は全くない。

(2) 症状が突然起る。

(3) ヒステリーになりやすい「ヒステリー性格」というものがある。

(4) 何らかの疾病利得がある。

・現在の精神医学では「ヒステリー」という正式な診断名はなく、p.13 のジロウ君のような身体的症状の場合は（身体表現）性障害、上のB夫君のような精神的症状は（解離）性障害と呼ばれる。

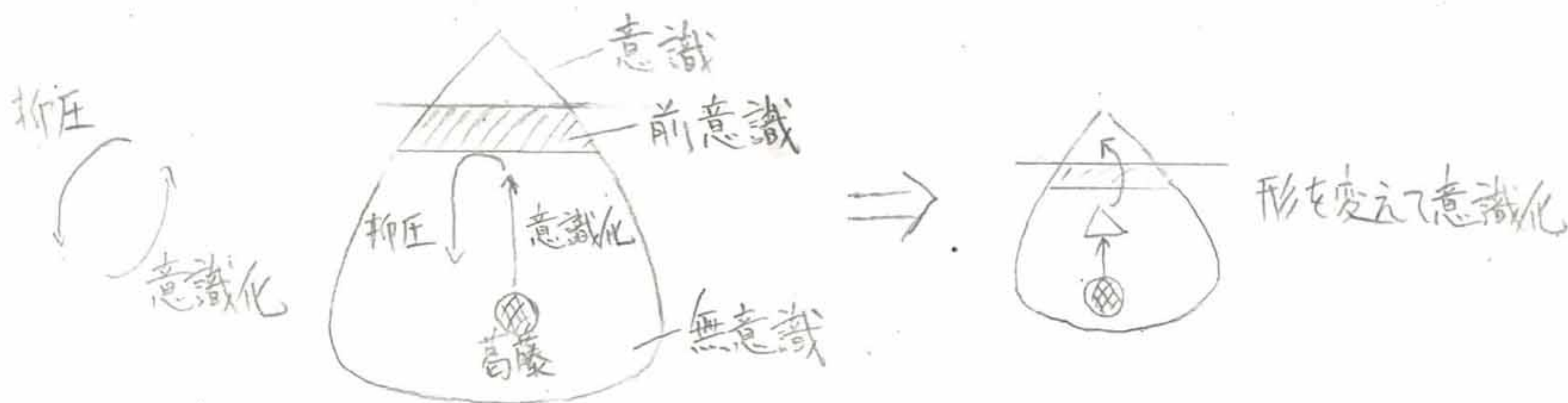
● ウルトラ会修道女事件

1633～1634年に実際にあった有名な事件。フランスのルーダン教会の主任司祭グランディエは美男子で頭もよく、若い女性からは人気があった。同じ町の女子修道院の院長ジャンヌ・デザンジュはこのイケメン司祭グランディエに恋心を抱き自分の修道院の贖罪師に彼を招こうとしたが、断られてしまった。すると、彼女はグランディエの夢を見るようになった。彼女はグランディエのことを天使のように思え、何としても贖罪師に招こうと再び頼んでみたが、また断られてしまった。その後、彼女は痙攣発作を起こすようになり、発作を起こしている彼女をおさえようとした他の修道女たちも次々に同じような発作を起こすようになった。そして、わけのわからないことを口走り、中にはグランディエという名前を言う者もいた。困ったグランディエはボルドーの大司教に訴えた。大司教は修道女たちを一人ひとり個別に部屋に押し込め監禁するように命じた。これで事態は落ち着いたかにみえたが、そうはいかなかった。

しばらくすると、修道女たちは夜となく昼となく駆け回り、「グランディエ！」と大声で叫ぶようになった。この話が枢機卿の耳に入り、グランディエは悪魔に魂を売り、修道女たちに魔法をかけた罪で逮捕された。そして異端尋問の結果、グランディエは1634年に悪魔であるとされて火刑にされた。

2. 意識・前意識・無意識 — (局所) 論 pp.16-18

- ① (意識) — いま現在、意識されている領域。
- ② (前意識) — いま現在は意識されていないが、努力すれば意識化できる領域。
- ③ (無意識) — 意識されない心の奥深くにある領域。



- ・人は葛藤による心理的不安定を低減するために、葛藤を抑圧する。
- ・しかし、ひょんなことから葛藤について思い出しそうになると（意識化されそうになると）、再び抑圧する。
- ・すると、抑圧され続けた葛藤は意識されても平気なように、形を変えて現れる。
→ たとえばクレプトマニー、ヒステリーなど

3. 歪んだ性格の形成 — (発達) 論 pp.19-23

- ・フロイトは精神科医であり精神科医になる前は大学の研究室で神経学（脳・脊髄、神経に関する学問）の研究をしていた。したがって、精神分析理論の基礎にも（生物）学的な考え方がある。どういうことかということ、それは「生物」の定義、「生物」と「無生物」の違いについて知らなければならない。
- ・では、あらためて生物とはどう定義されているか。
→ 「子孫を残すもの」
- ・精神分析理論における発達論の基礎にある、生物学的な考え方とはどのようなものか。
キーワードは（リビドー）。
- ・（リビドー）とは生物である人間が個体を維持したり、種を保存したりするのに役立つ（精神的エネルギー）のこと。リビドーは成長発達の過程で（身体）のどこかに顕著に現れる。どの部位に現れるかで、p.18の表のように5つの発達段階に区分される。

- ・それぞれの段階でリビドーがはたす生物学的な役割

口唇期 — 唇にエネルギーを集中させ、生きのびる

肛門期 — 人間らしい生活(排泄)

エディプス期 — 大人の性行為の練習

潜伏期 — 一時的にリビドーは休止する

性器期 — 性的な興味関心を高め、子孫を残す

- ・つまり、個体はまず大人になる準備をしながら生き延びる。そして大人になったら子孫を残す。そのことに専心させる役割を果たしているのが（リビドー）である。
- ・その発達段階で（リビドー）が満足されれば、その後の性格形成に問題なし。
- ・その段階で（リビドー）が満足されなければ（＝固着 を起こすと）、その後の性格形成に問題あり。どう問題かという、成長した後に（固着）を起こした段階まで戻って（＝退行 して）満足しようとする。その結果、特有の性格が形成されたり、病的な行動がみられたりする。
- ・それぞれの段階で問題が起こるとどうなるか

① 口唇性格 → pp.20-21

過度に甘えん坊で依存的な性格、指しゃぶり・爪かみなどの習癖、クレプトマニー

【症例3】 C子 17歳 高校2年生 常習的万引き（クレプトマニー）

高校生のC子は度重なる万引きのため、何度も停学処分を受けている。C子の場合、スーパー、デパートなどの大規模な売場に限らず、小さな商店でもつい盗んでしまうという。盗むものは、文房具、本、下着、アクセサリ類などさまざまで、特に「ほしいから」というわけではない。また、複数の仲間と集団で盗むのではなく、個人で比較的稚拙な方法で盗みをする。そのため店員に捕まって何度も警察に補導されているが、そのたびに盗んだ動機として「なんだかわからないけど、それはもともと私のものなんだ。」ただ間違っただけなので、取り返すっていう感じですね。盗むのに罪悪感というものは感じません」と供述している。

形を変えて現れる

彼女の母はC子を産んで2年足らずで彼女と夫を捨てて別の男性と蒸発してしまい、C子は親戚に預けられ寂しい幼年時代を送った。中学2年生のとき初めて万引きをしたが、そのときは「なぜ盗むのかはわからず、ただその場でふるえるような気分になって、つい手が出てしまった」ということである。その場で店員に見つかったが、盗んだ後の気持ちは罪悪感や後悔でもなく、達成感でもなく、ただ安心感・安堵感だったという。その後、その安心感・安堵感を求めてたびたび万引きをするようになり、中学校卒業までに十数回の万引きで、3回補導されていたという。

② 肛門性格 → p.21

強迫性障害（強迫神経症） — 几帳面、潔癖、こだわりなどが特徴

【症例4】 D子 27歳 主婦 不潔恐怖

20歳のとき、突然の腹痛で公園の公衆トイレに駆け込んだ。洋式トイレであまりにも汚れていたが、我慢できず腰を浮かして用を足した。それ以後、ホテル、デパート、新幹線の中など、外出先で洋式トイレを使用することができなくなった。ホテルなどのようにきれいに清掃してある場合も使えない。

また、ほどなくして台所の流しの三角コーナーの生ゴミ処理ができなくなった。今まではビニール袋に入れて処理するだけだったのが触れなくなり、夫にしてもらっている。やむなく自分でするときには、手袋をはめればできるが、生ゴミ処理の後、石けんを1個なくなるまで手を洗わないと気が済まなくなった。

これは強迫性障害の一例である。強迫性障害とは、強迫思考（たとえば、手を洗わないとバイ菌のためにとんでもないことになる）のために、自分でもばかげたことだと思いつつも強迫行動（たとえば、頻回の手洗い行動）を繰り返さなければ気が済まないという不安障害の一種である。

③ エディプス性格 → pp.21-22

道徳性、性役割（男らしさ・女らしさ）の形成がなされない。

【症例5】 E太 16歳 高校1年生 暴行・傷害

つきあっていたB子から別れようと言われ、家を訪ねてもB子の両親から門前払いを食わされたのに腹を立て、B子の両親に殴る蹴るの暴行を加え、逮捕された。

E太は両親が結婚してから8年目に生まれ、過保護に甘やかされて育ったが、特に母親は彼を溺愛した。しかし、E太が7歳のときに妹が生まれると今度は妹を偏愛した。E太は小学校のときから問題児で、隣の席の女児の手に鉛筆の芯を突き立てたり、弱い子、女の子、下級生をいじめたりすることがたびたびあった。中学校に入ると父親に暴力をふるい、不良集団に加わって非行を繰り返していた。ただ、ほかの仲間とは協調性がなく、酒や煙草、薬物は体に悪いと言い、みんなが飲酒していても彼はジュースを飲んでいた。あるとき、たまたま喫茶店にいたB子に一目惚れをして交際を申し出て、最初はB子もE太とデートをしていたが、やがて交際を断るようになり、事件が起こった。

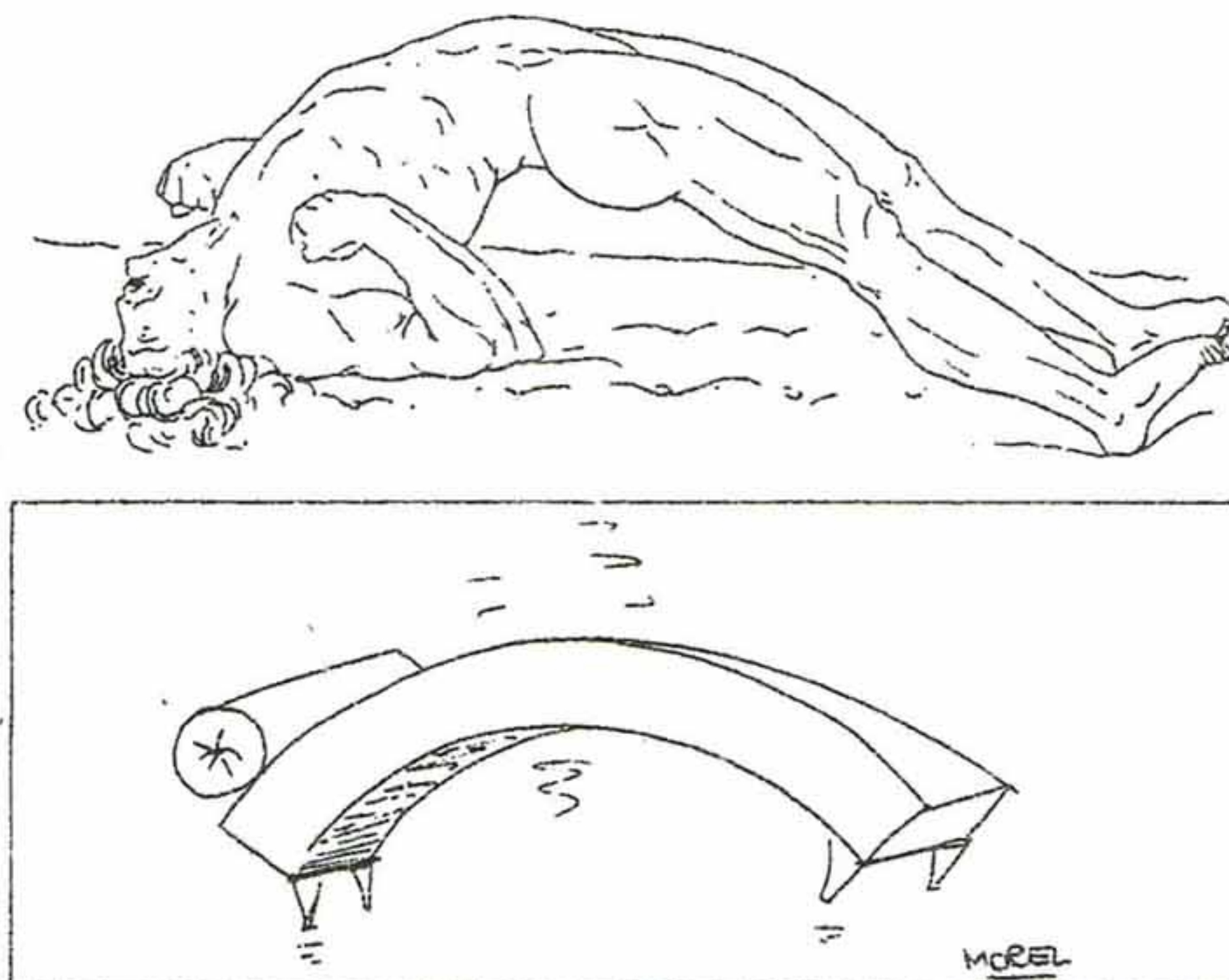
日ごろE太は「なんで差別するんだ？」という言葉が頻繁に用いていた。また、少年鑑別所で「今までに一番おもしろくなかったことは？」ときかれて「妹がピアノを買ってもらったとき」と答えたという。これらのことから、この事件はエディプス葛藤が背景にあると考えられる。ただ、妹に対する感情は憎しみの対象やライバル意識だけでなかったようで、妹を非常に可愛がっていた時期もある。もっとも身近な妹をとおして母親や家族の愛情を取り戻そうと試みたのかもしれない。また、一目惚れしたB子は妹とほぼ同年齢で、B子との交際に熱心だったのも、妹に対する感情の「転移」とみることができる。さらには、B子の両親がB子と一体となって拒否してきたことに対する度を越えた腹立たしさも、自分を拒否した家族がB子の家族に転移したものと解釈できる。

4. 性格の構造 — (構造) 論 pp.23-24

- ・人間の性格は (イド)、(自我)、(超自我) の 3 つの構成要素の力関係で説明される。
- ・健全な性格とは、イド、自我、超自我の 3 つの力関係のバランスがとれていることである。しかし、バランスがくずれてくると、どれが強く、どれが弱いかが性格として現れる。たとえば、どれか 1 つが他の 2 つよりも強い場合を考えてみると、
- ・イドが優勢だと → わがまま、自分勝手、押さえがきかない
- 超自我が優勢だと → お堅い、融通がきかない
- 自我が優勢だと → 情に欠ける、利に賢い

● ヒステリー発作

1800 年代終わりころのヨーロッパの文献より引用した。上はヒステリーの全身痙攣発作 (リシュ『概論』1885 年より引用)。このころは、このような激しいヒステリー性の痙攣発作が多くみられた。第一次世界大戦ころまでは観察されたが、現在ではほとんどみられない。下図はヒステリーの大発作とそのために作られたベッド (リシュ『ヒステリー・てんかんの研究』1885 年より引用)。



● 原始ヒステリー

pp.16-17 の狐憑きのような原始ヒステリーは世界中にみられる。

<日本の場合>

全国的にみられるのは「狐憑き」だが、ほかに、四国、九州では犬神が憑いた。犬神を祀ったり飼ったりしている家族がいて、犬神筋 (犬神の家系) と呼ばれた。その人たちは自分たちにとって都合の悪い人間にいつでもその犬神をくっつけることができると信じら

れており、恐れられその家族とつき合いをもったり婚姻関係になるのを避けようとした。つまり、「筋」の家族は差別されていたわけである。

＜アイヌの場合＞

北海道に住んでいたアイヌの間にはイムという病気があった。アイヌではマムシが恐れられていて、耳元で「トッコニ（マムシだ）」と言われると、途端にイムという精神状態になり、激しく興奮して暴れたりする。それが少しおさまってくると、「カラス」と言われると「カーカー」と鳴いてはばたくしぐさをしたり、相手から言われたことをそのままオウム返しのように繰り返したりする。

似たようなものはシベリアにもあったようで、第一次世界大戦のとき、ロシア軍の将校はシベリアで徴兵して現地で訓練を受けた兵隊たちに、奇妙な病気があるという報告を受けていた。シベリアの少数民族から徴兵した兵隊たちを訓練しているとき、兵隊たちに突然起こる現象に手を焼いていたというのである。それは、「右向け右！」と号令すると、兵隊たちが右を向かないで突然「右向け右！」と繰り返し叫ぶようになってしまうというものだった。

＜蒙古族の場合＞

戦前、日本が建国させた満州国に満州医科大学という大学があった。満州医科大学の研究によると、蒙古族の社会ではベレンチと呼ばれる病気があった。それはイムとよく似ているのだが、禁じられている言葉、たとえば耳元で「オトク（男性器の俗称）」や「ブルデク（女性器の俗称）」を叫ぶと、途端にイムのような状態になるという。

＜フランスの場合＞

フランスの農村ではルー・ガルー（オオカミ人間）が恐れられていた。昼間は人間で夜になるとオオカミになるという化け物である。これに噛まれるとオオカミ人間になり、イヌのように四足で走り回る。19世紀に1人が他の誰かに噛みつき、噛みつかれた者がまた他の誰かに噛みついて伝染し、1つの村の全員が四足で走り出したという事件が起きた。そこで軍隊が出動して村を封鎖し、伝染を食い止めたという記録が残っている。

● フロイト理論の変遷

プリント pp.9-10 にもあるとおり、1800年代末までには多重人格（解離性同一性障害）の症例が多数報告され、疾患概念もできあがっていた。しかし、多重人格という概念は1910年ころを境に、1970年代後半に心的外傷体験の後遺症が研究されるようになるまで学問の世界からは消えていく。これには大きな2つの理由が考えられる。

1つは1910年代から20年代にかけて統合失調症（つい最近まで精神分裂病と呼ばれていた）の概念が確立していったこと、そしてもう1つは、フロイトの精神分析理論が登場し、催眠が用いられなくなったことである。

精神分析理論が構築されていくと、まだ精神科の薬物がまったくなかったこともあって、精神分析こそが科学的にもっとも妥当な治療法であるとして、広く精神医学の世界に受け

入れられていった。その反面、教科書にもあるとおりフロイトは催眠を用いなかったで、催眠のニーズは激減した。さらに、フロイトが自分の理論をたびたびモデルチェンジしていったことも、催眠をさらに不要なものとしていった。

モデルチェンジの最初は誘惑理論の放棄である。誘惑理論というのはフロイトが 1800 年代終わりのころ、精神分析理論を作り出していく過程において、ヒステリー患者の多くが幼児期に家庭で行われてきた性的虐待を繰り返し打ち明けてきたことから作り出されたモデルである。要するに、ヒステリーは大人から性的な「誘惑」を受けることで生じると考えたのである。こうした体験が思い出され、言語化されると症状は確かに消失した。催眠はその有効な手段だった。

しかし、フロイトは 1899 年ころまでにこの誘惑理論を放棄し、代わりに心的決定論（→ p.19）という新しい理論を打ち立てる（要するに局所論である）。この理論によると、患者たちが自分が受けたと称する近親相姦的な誘惑は、実は本当に起こった出来事ではなく、幼児が自らの性欲（→ pp.21-22 の小児性欲説）のために作りだしたファンタジーということになった。この点について現在では、フロイトが学界や当時の主な客層であるウィーンの社交界に取り入るための取引だったという批判がなされているが（フロイトはユダヤ人だったためこのような努力が必要だった）、少なからずその後の精神分析理論に大きな影響を与える。すなわち、過去の誘惑を思い出させることの治療的意義は一気に低下した。そして、過去を思い出させるための道具としての催眠は用なしとなり、精神分析は自由連想法や夢判断など催眠以外の方法を用いて意識されない無意識に存在する葛藤を探ることとなった。

しかし、フロイトはまたモデルチェンジを行う。1923 年、フロイトは「自我とエス^{イド}」という論文の中で、精神分析の目的は無意識にある葛藤を探ることではなく、自我という心の中の大人の部分をしっかりさせることだという新しい考え方を打ち出す（構造論）。自我をしっかりさせることで、親から植えつけられた道德観や価値観（超自我）から自由になり、生まれついて持っているギラギラした本能的なもの（イドまたはエス）をコントロールできるようになるのが人間のあるべき発達の姿である。精神分析の目的はこの自我の発達を助けていくことであって、無意識を意識化することではない。自我をしっかりさせるための手段である。このように考えられるようになった。ちなみに、この自我をしっかりさせるという構造論の考え方は、後にアメリカで自我心理学という形で精神分析の主流となっていく。

IV 初期経験と性格の形成

【症例6】 F子 高校3年生 女子 内向的、自信がない

F子は進学校の生徒で学業もそこそこで、スポーツも得意、クラス内の女子生徒からは一定の人気がある女子生徒である。ただF子には心から気を許せる親友はいなかった。いつもB子、E代の3人グループで行動しており、傍からみると3人は仲良しグループに見えるが、F子からすれば「まあ、1人でのよりまし」という程度らしい。実際、小学校から中学校1年生までF子は一人で静かにしていることが多く、気の許せる友達はあまりいなかったということである。

F子が一人でいるのは周囲の友人から見れば、非社交的なF子の性格にも関係あるらしい。たとえば、教科書を忘れてくるとたいていの生徒はよそのクラスに借りにいくが、F子はそういうこともしないで、周囲の友人が「見せてあげる」というのを待っている。また、自分から積極的に友人を作ろうとする素振りもまったく見られない。担任の先生が個人面談で本人から聞いたところによると、「もし断られたら…」「もし拒絶されたら…」と思うと不安ということである。受験希望大学も、担任の先生から見ると「もう少しレベルの高い大学でも大丈夫なのに」と思うほど控え目である。

F子の家族は母親と弟の3人家族で父親はF子が生まれたときからいない。母親はいわゆる「シングル・マザー」で、生活費を稼ぐために夕方からキャバレーのホステスとして勤務している。母親は日中寝ているので、近所に住む祖母がしばしばF子の世話をしていた。その祖母の話では、F子は幼少のときから我慢強い子どもで、母親がかまわなくても泣くこともなく、一人で静かに遊んでいたという。

- ・ 初期経験とは人生初期の乳（幼）児期の経験のこと。
- ・ 成長してから後の行動に大きな影響を及ぼすことがある。

1. 生物としてのヒト

(1) 生理的早産 pp.25-27

- ・ 生物学者（ホルトマン）－ 鳥類の就巢性と離巢性の分類概念を哺乳類に適用。
 - （就巢）性－ネズミ、ネコ、イヌなど。その特徴は？
妊娠期間は？ 1回の出産で生まれる子どもの数は？ 生まれてすぐの状態は？
 - （離巢）性－サル、クジラ、ウマなど。その特徴は？
妊娠期間は？ 1回の出産で生まれる子どもの数は？ 生まれてすぐの状態は？
- ・ では、人間は就巢性、離巢性のどちらか？ → p.26

(就巢) 性の特徴と (離巢) 性の特徴を併せもっている。

- ・このような矛盾は、なぜ起こるのか？ → 人間は (生理的早産) だから。
- ・したがって、人間の生後1年間の乳児は (子宮外胎児) と呼ばれる。
- ・なぜ、(生理的早産) になったか？ → pp.26-27

(2) インプリンティング (刻印づけ) pp.27-28

- ・動物行動学者 (ローレンツ) はこれを発見したことで、ノーベル賞をもらった。
- ・インプリングとは何か → p.27
- ・(離巢) 性の鳥類・哺乳類にみられるとされているが…。詳しくは後述。
- ・インプリンティングの意味
 - ① 子どもの (生存可能性) を高める ← 今の文脈ではこれが重要！
 - ② (種の維持・保存) のため
- ・要するに、生物学的に備わっている仕組みである。(初期) 経験ともいえる。
→ ということは、何かの偶然でこんなことも起こりうる。

● あるインドクジャク (鳥類) の例

かつてある動物園で、インドクジャクのヒナが孵化したとき、何かの偶然でそこにいたのは親鳥ではなくゾウガメだった。そのヒナは他のヒナが親鳥の後を追従するのに対して、ゾウガメの後を追従し、成鳥になったとき、同じインドクジャクのメスには目もくれず (そのヒナはオスだった)、求愛行動はもっぱらゾウガメのメスに対してのみ行われた。

● あるパンダ (哺乳類) の例

「わたし自身、一度、メスのジャイアント・パンダの思召しの対象になって当惑したことがある。それは中国以外でただ1匹のオスのジャイアント・パンダから種をとるためにつれていったモスクワでのことだった。彼女は彼氏の執拗なジェスチャーには眼もくれなかったが、わたしが横木の間から手を入れて背中をなでてやると、オスのパンダがほんの2、3フィート向こうにいるのに、尾をあげ、完全な誘いの姿勢をわたしに向けて応えたのだった。2匹の違いは、彼女の方がオスよりもずっと早い年ごろにほかのパンダから引き離されたという点だった」(デズモンド・モリス『人間動物園』より引用)

→ インプリンティング (この場合はミス) は哺乳類にも起こるといえるような気がする。

● 人間にはインプリンティングあるか？

インプリンティングはローレンツの発見後、多くの研究が行われてきたが、最近の研究によると人間や多くの哺乳類では認められないという考え方が定説になっている。つまり、すべての離巢性の動物に広く見られる現象ではなく、卵生でありながら誕生後すぐに自力

移動できる鳥類が生存可能性を高めるために進化の過程で身につけた生物学的な仕組みなのである。では、人間も含めた哺乳類の子どもが親の後を追従する行動パターンはどう説明されるか。哺乳類の子どもは母乳を飲まなければ生存していくことはできない。したがって、母乳を確実に飲むことのできる行動パターンを進化のプロセスで身につけたのであり、厳密にいうとインプリンティングとは区別されるべきだといわれている。ただ、生理的早産によって自力移動できない人間の乳児はこの生物学的な仕組みも発揮できないという点で、他の哺乳類に比べると生存可能性は低下したといえることは間違いない。

- ・では、(自力移動)できない人間の乳児は、生存可能性を高めるためにどうすればよいか？

2. アタッチメント理論

- ・イギリスの小児精神科医 (ボウルビイ) が提唱。
- ・生物学の成果を取り入れて、(精神分析) 理論、特に (発達) 論を発展させた。

(1) 愛着行動 pp.27-29

船が遭難して漂流している人は、遠くに船が通るのを見つけるとどうするか？

→

- ・生理的早産となり (自力移動) できない人間の乳児は、進化の過程で生存可能性を高めるために、大人と (コミュニケーション) する能力を身につけた。

(例-1) ファンツの選好注視の実験

赤ん坊はどのような図形を好んで見つめるか：人間の顔

(例-2) 3ヵ月微笑の実験

赤ん坊はだれにでも愛敬を振りまく

(例-3) 7ヵ月微笑 (いわゆる人見知り)

どんな意味があるか

- ・以上の3つの研究だけからでも次のようにいえる。
- ・自分を「かわいい」「愛らしい」と思わせ、大人の (養育行動) を引き出そうとする。自分の (生存可能性) を高めるために、大人に養育させている。しかも、次のような高等テクニックを使っている。
- ・3ヵ月微笑でも、まだ養育能力のない子どもに対しては微笑まない。7ヵ月ころになると (親か親でないかを識別できるようになると)、親以外の大人に対しては微笑まない。
→ 生き延びるために、けっこう“したたか”になった。

- ・（注視）、（微笑）、（泣く）、（喃語）などの、親を自分の方に引き寄せる信号を（愛着行動）という。

（2）アタッチメント

- ・乳児と母親との間に成立する（心理的な結びつき）のこと。
- ・乳児からの（愛着行動）に母親が（応答）することを繰り返すことによって成立する。
- ・（アタッチメント）の成立は安定した（情緒）や（性格）が形成される基礎となっている。したがって、（アタッチメント）が成立しないと、不安定な情緒や歪んだ性格が形成されてしまう。

● 母親の方も養育本能を子どもから引き出される その1

アメリカの心理学者ソークは、聖母マリア像の75%がイエスを左胸に抱いていることを発見した。このことに興味をもったソークは、母親は生まれたばかりの乳児を左胸で抱くのか調査してみた。右利きの母親255名について、分娩後4日間観察した結果、83%の母親は子どもを左胸または左側に抱えていた。左利きの母親32名の結果は、78%が左側に抱えており、利き手の違いは関係なく母親は乳児を左胸で抱くことがわかった。

それでは、どうして好んで左側で抱くのか。ソークは、母親が左胸で抱くことによって、乳児は母親の心臓の音である心音を聞くことになる。子宮の中で母親の大動脈音を聞いていた乳児は、母親の心音を聞くことによって落ち着くので、母親はそうすることが生物学的に備わっているのではないかと考えたわけである。

そこで、病院の新生児棟で新生児を2つの群に分け、一方の群の新生児には成人の心音（毎分72回）のテープを昼夜聞かせ、もう一方の群の新生児には何も聞かせなかった。その結果、4日目までに、心音を聞かせた新生児の70%が体重増加を示したが、心音を聞かせなかった新生児では33%にとどまった。しかし、哺乳量に差はみられなかった。さらに、1人以上の新生児の泣き声が聞かれた時間は、心音を聞かせた群では38%だったのに対して、心音を聞かせなかった群では60%に達した。これらの結果は、成人の心音が新生児にとって鎮静効果があることを示し、泣きが少ない分だけ体重が増加したと解釈される。

また、新生児が泣き始めてから泣き止むまでの時間を測定したところ、何も音を聞かせない条件で平均46分間、毎分72拍のメトロノームを聞かせる条件で49分間、レコードの子守歌で49分間、心拍音（毎分72回）のテープで23分間であった。確かに心音は新生児にとって鎮静効果があることがわかる。

しかし、病院の未熟児外来に赤ん坊を連れてくる母親について調べたところ、多くの母親が右側に抱いていたという結果になった。これは右利きの人が多かったことによるが、未熟児の母親がこうなったのはなぜか。未熟児と満期産の場合の違いの中で、ソークは出

産後に母子が隔離されている時間の長さに注目した。言い換えれば、分娩後に母子が離れている期間が長引くことが、赤ん坊に対する母親の反応にどう影響するかが調べられた。

まず、分娩後に24時間以上母子が接しない群と、24時間以内に母子が接触した群とに分けて比較検討した。その結果、分娩後24時間以上、母子を分離しておく赤ん坊を抱く側の左右差がほとんどなくなっていた。さらに、24時間以上7日以内、あるいはそれ以上と、母子の分離が長くなるにつれ、好んで抱く側が左から右へと逆転してしまうことがわかった。また、過去に出産経験のある母親は、過去の出産で24時間以上母子分離の経験がない場合、新たな出産で24時間以上母子分離を経験しても、赤ん坊を好んで左側で抱く傾向は変わらず、赤ん坊を左側で抱くという反応は一度確立してしまうと、次の出産でも引き継がれることがうかがわれる。

このことから、未熟児の母親と満期産の母親とで、赤ん坊を抱く側に違いがあるのは未熟児を産んだこととは関係なく、母子が分離されることが理由で、特に最初の24時間がものをいう。つまり、誕生後24時間以上の母子分離、換言すれば人工的な環境は母親のもっている生物学的な仕組みを発現させなくなってしまうようである。

● 母親の方も養育本能を子どもから引き出される その2

ボウルビィが自分の研究の集大成ともいえる『アタッチメント』を出版してから数年後のことである。アタッチメント理論の臨床医学での応用とでもいうべき研究がアメリカの小児科医クラウスによって発表された。出産後の母親のわが子に対する行動に注目したクラウスは、普通に満期産で生まれた子どもに対して母親は一定の行動パターンがあることを見出した。どの母親も最初に指で乳児の手足を触り、数分後に手のひらで胴体を触るという順番だった。そして、触りながら乳児の目を見つめるという行動も共通していた。

ところが、未熟児で誕生後すぐに保育器に入れられた場合は、母親の子どもに対するパターンは少し異なっていた。いつまでも指で子どもの手足をつまんでいるだけで、胴体を触ろうとしなかったばかりか、接触している間に目を合わせることもしなかった。

クラウスらは以上のような母親の子どもへの接し方が、退院して数ヶ月後の健診場面でも継続していることを行動観察から突き止めた。そして、生まれてからすぐに自分の子どもに接する機会のある母親には、子どもとのアタッチメントを促進させる「母親の愛着行動」が正常に解発されるが、子どもが保育器に入ったためすぐに接することのできなかった母親にはそのような行動が解発されにくいと考えた。こうした結果を踏まえて、クラウスらは、未熟児でも生後すぐに母親と接する機会を与えるべきだと主張し、現在世界中の多くの出産現場で採用されている母子の出産直後からの接触と母子同室の推進運動を開始した。

クラウスは出生直後の母子密着の理論的根拠をヤギなどの哺乳動物の母子関係に求めた。ある種のヤギの母親は出産直後に子ヤギを数時間分離しておく、戻された自分の子どもと認識できなくなってしまう、受容しなくなるだけでなく、ときには蹴飛ばしたり追い払

ったりしてしまうことがわかっていた。クラウスは同じ離巢性の哺乳動物である人間の出産直後の密着が同様の効果があるはずだと考えたわけである。

ちなみに……、このクラウスの考え方は少々間違っていた。上記の母ヤギの行動は群れ生活をしているヤギという種に特有のものであることをクラウスは見落としていた（っていうかあ〜、知らなかった）。一つの群れの中にいるメスのヤギはいつせいに出産することが知られている。おそらく、発情期が特定の季節にくることの結果だと思われるが、巣をもたず、天敵の大型肉食獣に対する対抗手段が特にないヤギが生き延びるために身についた方法だと考えられている。たくさんの子ヤギがいれば、たとえ天敵の肉食獣に襲われても、一部の犠牲のもとに残りは生き延びることができるからである。

しかし、いつせいにたくさんの子ヤギが誕生すると、草を食べながら移動するライフスタイルのヤギはある困惑に直面することになる。それは、たくさんの子どもがたくさん交じり合ってしまうことである。そこで、母ヤギは生まれた自分の子どもの匂いを記憶し、その匂いのする子ヤギだけに母乳を与える。生まれてすぐの母子分離はこの匂いの記憶を妨げるので自分の子どもとわからなくなってしまうのである。

(3) 内的ワーキング・モデル

船が遭難して海を漂流している人が、船が通るのを見つけて手を振っても、どの船も気がつかないらしくて行ってしまうことが繰り返されるとどうなるか？

→ ① 無気力になる

② 疑い深くなる

- ・愛着行動には（信号）行動と（接近）行動がある（pp.30-31）。
- ・基本的に運動機能が未発達なうちから現れるのが（信号）行動で、運動機能が発達してから現れるのが（接近）行動。
- ・この接近行動について乳児を注意深く観察すると、かなりの個人差がみられる。ボウルビイは、このような個人差の背景にはその子どもと母親との心理的な信頼関係（つまり アタッチメント）があるからではないかと考えた。
- ・そこで行われたのが（ストレンジ・シチュエーション）法という実験
- ・同じような実験状況で違いが生じるのはなぜか？
 - ① 生後1年間の間に乳児から母親に対して発信された信号行動に対して母親がどのような応答をしたかに違いがあった。
 - ② そこから、「母親というものはこのようなものである」というイメージ（母親像）に個人差がみられるようになった。
 - ③ そのイメージの違いが実験場面での（接近）行動に現れた。
- ・この母親像のことを、母親に関する（内的ワーキングモデル）という。
- ・乳幼児期における子どもは母親との相互作用（相互交渉）をとおして、このような母親

に関する（内的ワーキングモデル）を形成する。

◎それが、「世の中とはこのようなものである」、「他人とはこのようなものだ」というイメージ、すなわち他人に関する（内的ワーキングモデル）に発展する。

◎同時に、「自分とはこのような人間である」という自分に関する（内的ワーキングモデル）も形成される。

・これらが成長した後、性格となって表れる。どのように表れるかが重要！詳しくは次項。

3. アタッチメントと性格

・キーワードは随伴性探知と自己効力感

随伴性探知とは何か

自分の行動 → 外部の環境の変化：随伴性を発見すること。

自己効力感とは何か

行動を自分がうまくやることができるか、ということに対する見通し、予期。

(1) 積極的な性格か、消極的な性格か → 他者に対する信頼感と関係

・アタッチメントが形成されていると

アタッチメントは乳児が発信した（愛着(信号)行動）に対して、母親が適切な（応答）を繰り返すことによって成立する。アタッチメントが成立しているということは、乳児が（愛着(信号)行動）を示したときに、母親がたいてい適切に（応答）してくれたということである。そこから、他者に対する内的ワーキング・モデルは「自分が困っている時には必ず誰かが助けてくれる。」したがって新しい場面に出てゆける、積極的な性格となる。

・アタッチメントが形成されていないと

乳児が（愛着(信号)行動）を示しても、母親が適切に（応答）してくれなかったということである。したがって、他者に対する内的ワーキング・モデルは

「困った時に人は助けてくれない。」 → 消極的な性格になる

(2) 自分に自信がもてるか、もてないか → 自分に対する信頼感と関係

・アタッチメントが形成されていると

自分は母親の応答を引き出したということで、自分の能力に対して（信頼感）をもつことができる。また、「自分は母親から養育される価値のある人間である」という自分に関する（内的ワーキングモデル）が形成される。したがって、自分に対して肯定的な感情を持ち、自分に自信のある性格になる。

・アタッチメントが形成されていないと

母親の応答を引き出せなかったということで、自分の能力に対して（不信感）をもってしまう。また、「自分は母親から養育される価値のない人間である」という自分に関する（内的ワーキングモデル）が形成される。したがって、自分に対して肯定的な感情を持ってない、自分に自信を持ってない性格になる。

「マクロな狂い」：精神病 ↔ 「ミクロな狂い」：人格障害

V 虐待する親と虐待された子ども

【症例7】 G子 25歳 女子 ナイフによる自傷行為

G子はあるとき自室のベッドで、気がついたときは手首から血が出ていたということがあった。最初は驚いたが、状況から自分がナイフで傷つけたが、その間のことは何も覚えていないということがわかった。そして、何年も同じことを経験しているうちに、どこかに血だまりができていないかチェックするようになった。血だまりができていなければ、危険というほどのことはないとわかってきた。その後、さらに自室以外に自動車の中でも同じことが見られるようになったが、運転中どのようにしてそうなったのかは、いつもまったく覚えていないということだった。

G子は5歳のときに、父親が彼女と母親を捨てて突然、別の女性のところへ出ていってしまったため、母親は食べるために1日中働いていた。ベビーシッターにあずけられた彼女は6~8歳の間、ベビーシッターのボーイフレンドにレイプされていた。17歳のその少年は「このことを誰かに話したら殺す」と脅していたという。守ってくれる人はだれもなく、近親相姦の被害者と同じようにレイプの間は「いなくなる」ことにした。

1. 児童虐待

(1) 被殴打児症候群

- ・親の子どもに対する虐待という問題の始まり。→ pp.37-38
- ・親が子どもに暴力をふるいけがをさせているという事実は、ある意味では「親は本能的にわが子を愛するものであり、子どもを傷つけるなどということは絶対にありえない」という「家族神話」や「母性神話」「聖母神話」の崩壊を意味するものだった。ケンプの被殴打児症候群以降もこうした神話の崩壊を受け入れることは、一般の人々のみならず精神医学や臨床心理学に携わる専門家にとっても非常に困難なことだった。

(2) 児童虐待の種類

- ① (身体的虐待)
子どもに対する身体的な暴行。
- ② (ネグレクト)
子どもの養育の放棄。

③ (性的虐待)

親などの養育者や、親戚など子どもにとって保護的な立場にある大人が子どもに対して性的な行為を行うことをいう。ここでいう性的行為とは、いわゆる性的関係をもつだけでなく、身体に触るなど性的な意味をもつものすべてを含む。

性的虐待の存在を指摘した研究は古く、1870年代のフランスに求めることができる。フランスの医師ターデュウは、家族の中で子どもが性的に傷つけられているという事実を指摘する論文を著している。このように、子どもが性的被害を受けているという事実は100年以上も前から明らかになっていた。

④ (心理的虐待)

ネグレクトは親に注意・関心を向けてもらえないということであった。これとよく似ているが、親が子どもの存在自体を否定するようなメッセージを与え続けているのが心理的虐待である。

たとえば、ある30代前半の女性は、幼少期から母親に「おまえは生まれてくるはずのない子どもだった。おまえは間違って生まれてきたのだ」という言葉を繰り返し聞かされて育った。成人後、彼女はうつ状態となりリストカットを繰り返すようになっていた。

この女性は、親から身体的な暴力や性的虐待を受けたわけではない。また、学費を親が出していることからみて、ネグレクトの状態にあったとも思えない。しかし、親から繰り返し向けられた言葉が彼女の存在そのものを否定することになり、果ては「自分は愛される価値のない人間だ、存在する価値のない人間だ」という彼女自身の確信を形成していったことは疑う余地がない。このように心理的虐待は、身体的虐待のような身体的な傷を残さず、ネグレクトのような発達障害こそ引き起こさないかもしれないが、心理的・精神的に与える影響は非常に深刻であるといえる。

2 なぜ虐待するのか

(1) 攻撃の情動表出説

たとえば、友人との間でおもしろくないことがあり、それを家庭で親にあたるという八つ当たりのように、人間は不満、怒りなどの不快な感情を経験すると攻撃的になる。特に欲求不満・攻撃仮説といって、自分の欲求が満たされない欲求不満(フラストレーション)の状況では攻撃的になりやすい。

このような不快感情によって引き起こされた攻撃を(衝動)的攻撃といい、次のような心理的メカニズムによって説明できる。まず、欲求不満状況などの不快感情を経験すると心理的に不安定な緊張状態となる。人は心理的に不安定な状態を嫌い、安定した状態を回復しようとしてあの手この手を使うが、そのあの手この手の1つに攻撃がある。つまり、不快感情を経験して心理的に不安定な緊張状態となると、攻撃への動機づけが高まる。

高まった攻撃への動機づけは実際に攻撃行動を引き起こす。そして、攻撃することによって不快感情が表出、発散される。

しかし、不快感情をもたらしたすべての欲求不満状況で攻撃的傾向が強くなるわけではない。攻撃的になるかどうかは欲求不満の原因による。

欲求不満をもたらした原因は（不合理）な原因と（合理的）な原因に分類され、他者の意図的な悪意、自己中心的動機、怠慢、過失など、（不合理）な原因によってもたらされた欲求不満状況では攻撃的傾向が強くなる。このような不合理な原因によってもたらされた欲求不満を不合理な欲求不満という。反対に、（合理的）な原因による欲求不満状況では攻撃的傾向が強くない。これを合理的な欲求不満という。

人は不快感情を経験すると個体内に衝動的な攻撃動機が生じるが、それが即座に攻撃行動として表出されるとは限らない。多くの場合、人は自分の感情や行動を自らモニターし、攻撃的な行動や非道徳的な行動を抑制する自己コントロールがはたらいっている。合理的な原因に帰属するのはその代表である。しかし、何らかの理由でこのような自己コントロールが弱まったときに、衝動的な攻撃行動が実行される。バーコビッツが行った次の実験はこのことを示唆している。

被験者は成人女性であり、実験の内容は「子どものしつけ」に関する研究であるとされ、被験者は子どもの宿題を監督する母親の役割を与えられた。被験者はテレビ・モニターに映し出される男児に学習指導を行い、男児が間違いをしたときには罰として不快なノイズを与えることとした。学習指導を受ける男児は

- ① 容姿がかわいくて吃音がない
- ② 容姿がかわいいが吃音がある
- ③ 容姿がかわいくなく、吃音がない
- ④ 容姿がかわいくなく、吃音がある

欲求不満の原因情報の分類

〔不合理な原因〕

- | | |
|----------|---------------------------------------|
| ①意図的な悪意 | 相手が自分を苦しめようと意図していた。 |
| ②自己中心的動機 | 意図的ではないが、相手が身勝手な行動をとった。 |
| ③過失・怠慢 | 相手の過失・怠慢・不注意による欲求不満。 |
| ④情報欠如 | 相手から正当な理由が提示されないと、人は不合理な原因を推測する傾向がある。 |

〔合理的な原因〕

- | | |
|-----------|--|
| ①事故 | まったく偶発的な出来事。 |
| ②強制・社会的圧力 | 相手は権威者の命令や強制によって自分に欲求不満をもたらした。 |
| ③異常態 | 相手が幼年、老齢、心身障害などの異常態だった。 |
| ④利他的動機 | 相手は自分の利益のために欲求不満をもたらした（たとえば、しつけ）。第三者のためということもある。 |
| ⑤自業自得 | 自分自身の不心得で起こった欲求不満。 |

という4条件があり、被験者はどれか1つの条件に割り振られる。また、被験者はこれと平行して文章の校正作業をすることを課されていた。その結果、④の条件の男児にもっとも強い罰が与えられ、続いて③の条件、②、①の順だった。

この結果は、容姿が悪かったり、吃音があったりすることは、被験者に不快感情を与えたことが推測される。しかし、こうした容姿が悪かったり、吃音があったりすることによる不快感情は子ども自身のせいではないから、合理的な原因であり、攻撃的にはなりたくないはずである。では、なぜ被験者はこうした不快感情を抑制できなかったのか。その理由は、被験者は平行して別の課題を課せられていたことに注目する必要がある。細かな校正の作業は被験者の注意力をかなり奪うもので、子どもたちに対する攻撃的な動機を十分にコントロールできなかったと解釈できる。つまり、心理的にかなりのストレスのある課題や作業（ここでは校正作業）を行っている状況にあっては、高次の認知的な自己コントロール機能が衝動的な攻撃反応に対して十分発揮できず、不快感情を引き起こすような相手の些細な言動によっても、ふだんは抑制されている攻撃行動が引き起こされる可能性が十分考えられる。

最近では親子だけの核家族が多く、夫は仕事が忙しく、近所づきあいもなく、同居の親もいず、愚痴をこぼせる相手がいない、相談する相手がいない。2人目の子どもが生まれて、下の子に手がかかるなど、ストレスいっぱいの状況は、まさに上の実験場面と同じような状況であり、攻撃行動を自己コントロールできず、「子どもがわざとやることを聞かない」

「親をわざと困らせる」と考えられ、虐待が起こりがちであるといえる。

ABC図式: ^{Activating event} 場面状況 → ^{Belief system} 不合理な信念 → ^{Consequence} 不適応行動

(2) 「完璧な親」を求める心理

虐待という現象は研究者たちの「母性神話」「聖母神話」を揺るがすことになったが、この神話にとらわれているのは研究者だけではない。女性たち、母親たちもまたこの神話にとらわれている。すなわち、常に理想的な母親というイメージをもち、自分の行動をそれに合わせようとする。換言すれば「自分は完璧な母親でなければならない」という思い込みが見え隠れするわけである。絶対に達成不可能である「完璧な母親」というイメージに縛られている母親の姿がそこにうかがわれる。

たとえば、虐待傾向のある親は排泄の訓練を早く始める傾向がある。実際にある研究の結果では、虐待傾向のない親は平均して子どもが1歳半になった時点で排泄の訓練を始めるのに対して、虐待傾向のある親はそれより半年早く排泄の訓練を始めていた。当然のことながら、半年も早く排泄の訓練を始められた子どもは、それだけ失敗する頻度も多くなる。それが親の欲求不満を、ひいては虐待を引き出すことになることは考えるに難くない。

これに関連して、ある母親は「最近の近所のお母さんたちの関心事は、自分の子どものおむつを少しでも早くはずすことです。みんな近所の子どもより1ヵ月でも早くおむつをはずせるように競争しているんです」と述べている。彼女たちにとっては1日も早くおむ

つをはずすことが「よい母親」、「完璧な母親」の証明を意味するものであり、その証明を求めてひとり格闘する中で、わが子に「完璧なよい母親にはなれない自分」を突きつけられ、自分を責めさいなむことになる。

こうした完璧さを求める背景には、親自身の自己肯定感や自己評価の低さが存在していることもある。虐待傾向のある親たちは、自己評価が低いことがしばしばある。そして、このような親たちはある意味では「最後のチャンス」として「完璧な親」になろうとしているのではないかと思える。しかし、完璧な親などにはけっしてなれるものではない。そこで新たな失敗感や挫折感が生まれ、自己評価をさらに下げることになる。このような母親にとっては、子どもが自分の言うことをきかないことは、「自分が完璧な親でない」ことを意味する。すなわち、子どもが言うことをきかないことが親の自己評価を脅かすことになる。脅威を感じた親は自己評価を回復しようとして、さらに子どもの行動をコントロールしようとする。その悪循環の行き着くところに暴力が生まれる。

(3) 核家族化・世代間の交流のなさ

要するに、虐待をする親は「子どもはコントロールできるもの」という間違った信念・考えをもっているといえる。「小さな子どもはコントロールできないもの」「親の言うことをきかないもの」という考えをもっていたら、子どもが言うことをきかなくても、ベストセラー『生協の白石さん』にもあるように「完璧な母親になれない」と自分を責めることはないし、それほど子どもに対して攻撃的な感情が生起しないはずである。

生協への質問・意見、要望

蛋白レポが終わりません。しかもまったくわかりません。もう疲れしました。どうかしてください、白石さん!!!

[所属] …… [お名前] ……

生協からのお答え

試験・レポートの準備、お疲れ様です。残された時間もあとわずかと思われるので、仮に結果が思わしくなくとも、それは前日に食べたサバのせいにでもしておいて、お気持ちを切り替えましょう。

この後（期間終了後）にも学ばれる時間があるようでしたら、そこで壁を打ち破るきっかけを掴めるかもしれません。そう信じ、心の中から疲れを解放してあげて下さい。

[担当] 白石

『生協の白石さん』より

もし、親が自分の親と同居していて親の親（子どもからいうと祖母）から、子どもとはこういうものだ、お前だってこうだったと助言があったり、ご近所で世代間の井戸端会議的な交流が盛んだったりすると、このような間違った信念・考え方はもたないだろうし、修正されると思われるのだが。

3. 身体的虐待がもたらすもの

(1) 「悪い子」メッセージと見捨てられ不安

・ → pp.39-40

- ・ 「悪い子」メッセージとは、要するに親の身勝手な言い分
- ・ しかし、子どもの方は（自尊）感情の低下や（見捨てられ）不安をもたらす。

(2) 境界性人格障害

・ → pp.41-43

・ 境界性人格障害の心理的特徴

① 最高と最低を往復する

境界性人格障害の特徴は両極端の間をめまぐるしく変動するということである。それは気分と（対人関係）において顕著にみられる。

② 不安定で激しい（対人関係）

他者に対する評価の落差は非常に大きく、同一人物を理想化しかしたと思えば、すぐにこき下ろすという、両極端を揺れ動く不安定で激しい対人関係をもつ。

③ （見捨てられ不安）

その時々で自分にとって最も重要だと考える人から（見捨てられる）のではないかという不安が常に存在する。そのため、見捨てられないように気も狂わんばかりの努力をする。その努力についてはp.42参照。ただ、その努力のきっかけとなる出来事はごく些細なことである。

④ （自己破壊）的行動

他者から（見捨てられる）のではないかという不安に取り憑かれて、必死にしがみつこうとしたり、関心を引こうとしたりといった行動をとろうとする。そこで見られるのが自己破壊的行動である。

⑤ 自己否定感

境界性人格障害の人は衝動的で、その衝動性の多くは自己破壊的な行動として表れる。それは、見捨てられ不安のほか、自分に対する自己否定感にもよる。それが自殺企図、薬物乱用、アルコール依存などとなって表れる。

⑥ (アイデンティティ) 障害

他者に対する評価が変転するのと同じように、自分に対するイメージも不安定で矛盾している。たとえば、ボランティアで老人ホームを訪問している一方で、暴走族に入り他人の迷惑を顧みず暴走行為をする。これを矛盾していると自分で思えない。

⑦ 慢性的な (不全) 感

日常のほとんどをいつも憂うつで、不快な気分で過ごしている。何をしても満足感が得られないという空虚な気分をいつも抱いている。

● アダルトチルドレン

虐待を受けていた子どもの中には、子どもに対する大人の思いや要求を常に先取りして行動したり、大人の顔色をうかがいながら自分の行動を決定したりするといった、いわゆる「小さな大人」的な存在になる子どもがいる。これを (アダルトチルドレン) という。これは偽成熟と呼ばれる状態で、親の望む「よい子」になろうとして、大人の要求を常に敏感にとらえて行動する結果である。

アダルトチルドレンとは、もともとアルコール依存症の問題を抱えた親のいる不幸な家庭で育ち、大人になった人のことをさすことばである。その人たちは静かで控え目、そして自己破壊的ともいえる他人への献身をする。アルコール依存症の夫をもつ妻にこのタイプが多くみられ、その妻たちの親も多くの場合、アルコール依存症であったことから注目された。アルコール依存症という養育能力に欠ける親のもとで育ったために、幼いころから大人の役割を担わされ、大人の世話をせざるをえず、子ども時代に子どもらしい生活ができなかった人たちというのが語源である。

ところが、近年、アルコール依存症に限らず、子ども時代に虐待を受けていた人たちにも広くあてはまることが知られてきた。そこで現在は、親との関係でなんらかの心的外傷体験 (トラウマ) を負って成人した人たちをさすことばになっている。

アダルトチルドレンはそのトラウマのために、人間関係において多くの障害をもっている。常に他人から孤立しているような感覚をもち、生き生きとした愛情を実感することができず、自分の人性や将来に期待をもつことができず、不安や攻撃的感情を調節する能力が低下している。自己評価は低く、常に他人から必要とされていないと不安になるため、必死に他人に尽くそうとする。

● 役割逆転

アダルトチルドレンの形成過程は、(役割逆転) という観点から説明できる。親子関係の本質を「欲求を満たす 役割」と「欲求を満たされる 役割」という観点からとらえた場合、通常の親子関係においては、親が子どもの「欲求を満たす役割」を果たし、子どもは「満たされる役割」を担っている。ところが虐待が生じる親子関係では、その役割

関係が逆転してしまっている。つまり、子どもが親の「欲求を満たす 役割」を担い、親は子どもの存在や行動によって「欲求を満たされる 役割」という関係が存在する。

このような逆転した役割関係の中で成長した子どもは、親元を離れてからも、自分自身の欲求は犠牲にして常に他者の欲求を満たすことにやっきになり、他者の欲求を満たせない自分には存在価値を感じることができないなど、さまざまな心理的不適応をきたすことも珍しくない。

身体的虐待が生じる親子関係も役割逆転を特徴としやすく、そうした関係は子どもに対して、大人の欲求や感情に対する敏感さを要求することになる。その結果として子どもは小さな大人として成長し、自分の「子どもらしさ」を犠牲にしてしまう。子どもが本来もっているはずの健康的な依存性や創造性は、小さな大人の状態とは相容れないため、抑圧されてしまう。こうした子どもが本来もっている心理的特徴の抑圧が、後々さまざまな問題を生むことになる。また、小さな大人になってしまった子どもに対して、親は「いちいち親の顔色をうかがう可愛くない子ども」と否定的、拒否的にとらえてしまうことが多く、その結果、虐待がますますひどくなるという悪循環に陥ってしまうことも珍しくない。

4. 虐待と PTSD

- ・虐待の体験は子どもにとって（心的外傷）体験になる。
- ・心的外傷体験の記憶は断片的で文脈がなく、過去のことではなく常に現在のことであるように感じ、生々しい（身体）的感觉をとまなう（p.11）。
- ・このような（外傷）性の記憶が、何らかの刺激によって活性化されると、その場にふさわしくない激しい感情反応が引き起こされる。これが（心的外傷後ストレス障害）、略して PTSD。詳細は p.5 および pp.7-9。
- ・PTSD の症状の主な症状としては次のようなものがあげられる。

①（再体験）

外傷体験の記憶が、意志と関わりなく「侵入的に」（勝手に）よみがえる。通常の回想と異なって苦痛の情動（感情の強いのが情動）をとまなっており、自分でコントロールできず、繰り返し生じる。夢やフラッシュバック、幻想などの形で再体験することもある。「思い出す」という表現はあまりふさわしくない。再体験される記憶の生々しさは、通常の「思い出」にはないものである。

何か出来事を象徴するものが侵入的思考（勝手によみがえってくる再体験）の引き金になることもあるが、何もなくても映像が思い浮かぶことがある。たとえば、性的暴行の被害者の女性の中には、電車に乗っているときに、男性乗客が近くにいるというだけで、事件の記憶が想起され、身体的な反応が生じることがある。また、映像だけでなく、音や匂いや感覚がよみがえることもある。

プリント p.7 症例 1 の A 子はかつて「のろま」「汚い」と嘲笑されたことが頭の中に浮か

んでくる、あるいは「死ね」と言われたり、「お願い死んでください」と落書されたりしたときのときのことを思い出すという症状がみられる。これらはこの再体験といってよい。

② 回避

再体験（思い出すこと）の苦痛を避けるために、トラウマ体験に関連した刺激を持続的に避け、現実から逃避しようとする傾向である。感情や記憶を再体験することを避けようとして、トラウマ体験に関連した感情や記憶を呼び起こすような行動をしないようにする。とにかく思い出さないように、触れないようにしようとするので、感情がわからないといったことも起こる。関連する場所や刺激を避け、家でボーっとしている、何もやる気になれない、家から外に出ない、家族とも何も話さないといったように、全般的な反応性の麻痺が起こる。

プリント p.7 症例1のA子は不安でいたたまれなくなり、手当たり次第に手元にある食べ物を詰め込むように食べ、寝てしまうという生活を送っていたり、学校に行ってもやる気がなくなり、さらに行く気さえなくなってしまうたりしている。これらはいじめや虐待の再体験を避けようとして起こるものといえる。

③（覚醒）の持続的な亢進

リラックスすることができず、常に緊張したりビクビクしたりしている。このため不眠が生じる。外出しているときも、家にいる時も、いつも再体験するのではないかという不安がつきまとい落ち着かない。つまり興奮状態が持続する。要するに、一方では感情が鈍麻しているのに（回避）、一方では刺激に対して異常に敏感になっているというアンバランスな心理状態になる。

プリント p.7 症例1のA子はいじめられないようにいつもビクビクしているという状態はこれにあたる。

5. ネグレクトがもたらすもの

(1) 愛情遮断症候群 p.44

- ・（アタッチメント）理論ではアタッチメントの形成不全と説明できる。かつての施設児に見られた（ホスピタリズム）はその典型例である。

(2) ホスピタリズム pp.45-46

- ・かつての乳児院などの施設に入所していた子どもにみられた（発達障害）のこと。今はみられない。
- ・成人になっても、集中力がない、自己統制に欠ける、衝動的、寡黙、対人的無関心などの情緒的・対人的な歪みがみられることがあった。

- ・虐待の世代間連鎖を示唆する。



兄弟金づちで「しつけ」

父親、虐待日常化か

2人はおなかがすいた時に、自宅にあったドッグフードを食べたなどと話しているという。

功容疑者は以前、トラック運転手などをしていたが、現在は定職に就いておらず、借金などもあったという。児童相談所職員には「パソコンがうまくいから生活は大丈夫。ホームページの管理業務などで収入を得ている」と話していたという。

低栄養状態だった。姉は身長108・3センチ、体重20・5キロ（同年齢の全国平均は04年度127・5センチ、26・7キロ）、兄は身長が87・4センチで体重10キロ（同116・8センチ、21・6キロ）。捜査員に対し、

VI 摂食障害

【症例8】 H子 高校3年生・女子 体重減少、食欲不振

高校2年生の6月、体育の授業を前に更衣室で着替えをしていた時のこと。友人から「Hちゃん、少し太ったね」と言われた。家に帰ってから入浴時に鏡を見て「そういえば少し太っているかな」と思い、ダイエットを始めることとした。ちなみにその時の身長・体重は160cm、52kgだったという。最初は、ご飯の量を少なくする、肉の脂身は食べない、ドレッシングオイルは使わないなどから始めた。高校2年生の秋には45kgまで体重が減少し、周囲から「スリムになったね」「やせたね」という評価の声が返ってきて嬉しくなった。

そこで、高校2年生の11月からは食品成分表の本をもとに、厳密にカロリー計算してダイエットに励み、朝食はスープだけ、昼食は食べない、それなのに1日3時間のランニングを自ら課し、1日に体重計に何度も乗り、体重が減っていると大きな喜びを感じるといった毎を送るようになった。

高校3年生になったときの体重は37kgで自分としては非常に満足していたが、母親や保健室の先生からはもっと食べるように言われるようになった。そこで、少し食べる量を増やしてみると、「食べるのをやめられなくなって、ものすごく太るのではないか」「食べるということは、ものすごく罪深いことをしているような気がする」と思い悩んだり、食べたものを吐いてしまったりするようになった。

- ・摂食障害とは — いわゆる「拒食」症と「過食」症をあわせたもの。
- ・かつては症例が少なく、少ない症例の中には母娘関係が悪いケースが多かったことから、精神分析理論によってその心理が説明されていた。どう説明されていたかという点、
 - ① 乳児期（＝口唇期）に母親の愛情に恵まれなかったからではないか → 過食唇でリビドーが満足されなかったため、成長した後に唇での満足感を求めて食物をつめこむ。
 - ② 幼児期（＝エディプス期）に母親と葛藤があったからではないか → 母親を憎むエディプス期には、同性の親である母親と自分を同一視する。成長して母親を憎み攻撃したい時、同一視によって自分（＝母親）に対して、食物をとりすぎやせほろろことによって攻撃する。

1. カレンの症例 — 典型的な病態

- ① もともと少し太り気味の体型で、17歳のときダイエットを開始。
→ 発症のきっかけは（ダイエット）。発症は圧倒的に（10代）が多く、（20）歳以降に発症するのはめずらしい。

- ② 自分の歌う声に自信がなかった。自分が女らしいかどうかはどうでもよかった。
 → (自己評価) が低い (要するに、自分 に自信がもてない) という場合が多い
 (女性) 性の否定が特徴 (要するに、成熟した成人女性の体型を嫌う)。
- ③ 体重は 36 kg まで落ちていたが、異常な活動量を減らそうとはしなかった。
 → (完全) 主義の性格の人が多い。(過活動) を示す = カロリーを消費する
 のが目的らしい。
- ④ 食べたものを嘔吐したり、下剤や浣腸を大量に用いて食べたものを体外に出していた。
 → (やせ) 願望と裏表の関係にある極度の(肥満)恐怖のため、食べたものの
 (嘔吐)、(下剤) や(浣腸) の乱用がみられる場合が多い。
- ⑤ 32 歳のときの死亡。嘔吐剤の使用の使用にともなう心不全が死因らしい。

↳ 死亡率 5% : 衰弱死、自殺、(薬物)事故死

2. 一般的な臨床像

(1) 神経性 (食欲不振) 症

- ・ 一般的によく「拒食性」といわれる。
 - A. (標準体重) より著しくやせている。それにもかかわらず、まだ (やせたい) と思っている (= やせ 願望)。
 - B. (太る) のがとても怖い (= 肥満 恐怖)。
 - C. やせているのに、自分で自分をやせていると思えない (= ボディイメージ の歪み)。
 非常にやせているのに、本人はまったく平気である (= 過活動 がみられる)。
 - D. 無月経 (月経停止)
- ・ 「制限 型」と「むちゃ食い排出 型」の 2 タイプがある。
- ・ 発症の時期は圧倒的に (10代) であり、成人になってからの発症は少ない。
- ・ 患者は圧倒的に (女性) に多い。わずかであるが (男性) にもみられる。
- ・ (病識) はない (自分を病気であると思わない)。

(2) 神経性 (過食) 症

- ・ 一般的には「過食症」といわれる。
 - A. (むちゃ食い) と呼ばれる過食のエピソードが繰り返し続いている。
 - B. 食べた後は体重が増えるのを恐れ、食べたものを (嘔吐) したり、(下剤) や浣腸を使って出そうとしたりすることを試みる (排出) 行動がみられる。
 - C. このようなむちゃ食い、排出行動は毎週 2 回以上、3 ヶ月以上続いている。
 - D. 太ったり体重が増えたりすると、自分が (ダメな) 人間に思える。
 - E. 神経性食欲不振症にともなうばかりでなく、単独で生じることもある。

- ・一般に感情のコントロールが困難。特に衝動性のコントロールができない。
- ・過食・嘔吐の後は（罪悪）感を感じて落ち込む。
- ・神経性（食欲不振）症と同じ（やせ）願望や（肥満）恐怖をもっており、過食時以外は自ら（ダイエット）を行っている。

3. 摂食障害の精神症状・行動的問題点

- ① 強い（やせ）願望と（肥満）恐怖
- ② 過剰なダイエット
- ③ （ボディイメージ）の歪み
- ④ 過食
- ⑤ 嘔吐（自己誘発嘔吐）
- ⑥ 下剤・利尿剤の乱用
- ⑦ （活動性）の亢進（過活動）
- ⑧ 盗み（過食の場合）
- ⑨ （女性）性の否定・（幼児）性への憧れ

● 教科書に書いてあることのほかにもこんなことがみられる

⑩ 飲食の強要

料理を作って、自分は食べないで人に食べさせたがることである。母親や祖母、弟や妹など、自分の言うことを聞く相手を対象として、食べることを強要する。これは、料理を作ることで食べ物に対する異常な関心だけを充足させ、あとは誰かに自分の代理人として食べさせると考えられる。したがって、本人はやせて病院に通っているのに、弟や妹は肥満気味というケースもままある。相手が食べることを聞き入れないときには、攻撃的になることもある。

⑪ アルコール依存

神経性過食症の患者の中にはアルコール依存を合併するケースがみられる。過食行動はストレスなどの誘因により最初は時折なされるものであるが、徐々にそれが常習化してくる。また、過食している時間中は食べることを自分でコントロールすることができない。このように、過食行動はアルコール依存症の飲酒行動と酷似しているところがある。

● キースの飢餓実験

第二次世界大戦中に、人間が長期間にわたって飢餓状態におかれるとどうなるかの戦争関連の実験がミネソタ大学で実施された。実験に参加したのは健康な成人男性 36 名。実験の手続きは以下のとおり。第 1 段階の 3 ヶ月間は観察期間で、標準量の食事をとりながら

生活させる。次の第2段階は6ヵ月間あり、食事をそれまでの半分の量にあたる1日1,570キロカロリーに減らして、体重が当初の26%減になったところで、その体重を維持できるように食事量を調節した。そして最後の3ヵ月は回復期間で、段階的に食事量を増やし、栄養状態を回復させ、実験終了。

食事制限をした第2段階の6ヵ月間に観察された被験者の行動は、興味深いことに神経性食欲不振症の精神状態と共通するところが非常に多い。食べ物のこと、食べることに對してこだわりが強まり、神経質になってイライラと怒りっぽくなる。食欲が減退し、抑うつ気分がみられるようになる。集中力や判断力が低下するなどの症状であった。どうも人間は長い間、低栄養状態におかれると、精神的な影響がみられるようになるようである。

4. なぜやせようとするのか

(1) はっきり意識されている（意識されやすい）心理

① 「やせている方が 美しい 」という価値観

- ・ヨーロッパ、アメリカの文化の影響。
- ・そのような価値観のないところでは摂食障害はあまりない。たとえば、下のような地域。
 - 太っていることが美德とされる社会

アフリカ・チュニジアのジェルバ島には、結婚を控えた少女が結婚式前の数か月行う「ハシャバ」という習慣が今もなお伝わっている。その数か月間、結婚する少女は男性とは父親や兄も含めて一切接触できず、ひたすら食べ続けることだけが要求される。平均で5~8kg体重が増加するらしいが、まるまると太った少女が社会的に「望ましい」花嫁とされるのである（したがって、断食月をできるだけ避けて婚礼の日程を組むという話である）。

② 大人になることへの（抵抗）感

- ・（第二性徴）の発現にともなう身体の急激な変化に直面したとき、（男子）に比べて（女性）は否定的・拒否的な感情をもちやすい。それは、

i) 女性は身体の変化が大きいの、自分のボディイメージを大きく修正しなければならないから。

ii) 発達加速現象により女性の方が知的発達が併走しないうちに変化が始まるから。

という理由がある。

- ・これが摂食障害の特徴である

i) 「子どものままでいたい」「子どものころはよかった」「大人になりたくない」という精神症状

ii) 発症するのはほとんどが（女性）で男性はめずらしい。

iii) 発症の時期はほとんどが (10代) = 十代で (ダイエット) を始めることが発症のきっかけとなる。

iv) 成人になって (ダイエット) を始めても発症するのはめずらしい。
ということとなって表われている。

(2) はっきり意識されない隠された心理

① 「やせている方が有能である」という価値観

- ・ 摂食障害が多いのは (資本) 主義が高度に発達した国、つまり (競争) 原理がはたらいっている国である。
- ・ ヨーロッパ文化の影響下にあっても、かつての東ヨーロッパの (共産) 主義の国には摂食障害がなかった。それが、競争原理がはたらく市場経済に移行したら見られるようになった。
- ・ 摂食障害の歴史的・社会的背景を考えるとよくわかる。

② 大人になることへの抵抗感

- ・ きっかけは (第二性徴) の発現にともなう急激な (身体) の変化であるが、「子どもの体型のままでいたい」という成熟拒否・幼児性への憧れの裏には、子どものままでいる = 社会に 出たくない という意識されにくい心理が隠されている。
- ・ では、なぜ社会に出たくないのかというと、それは
→ 社会的に自分が有能である自信がないから。

③ 自己評価を高めることができる

- ・ 摂食障害の始まりは (ダイエット) からであるが、社会一般にはダイエットという言葉とともに (リバウンド) という言葉が用いられている。
- ・ つまり、「ダイエットによる減量を 維持することは困難である」という暗黙の了解が社会には存在している。
- ・ 「低体重 を維持する」ことは、この社会的に「困難なことである」とされていることができるということであるから、達成感、コントロール感、充実感、満足感を感じ、自分に自信をもつことができる。つまり、(自己評価) を向上させることができる。
- ・ これによって自分を肯定的に見ることができ、自尊感情 (一般的にいう 自尊心) を上げることに繋がる。
- ・ したがって、ダイエットの目標もスリムな (体型) ではなく、(数値 = 体重) になっている。利尿剤や下剤を乱用することで水分を減らそうとするのはこの現れ。
→ 頻繁に体重計にのることで、(低体重) を維持していることを数値的、客観的に確認し、満足感、自信を獲得し、(自己評価) を高めている。

- ・なぜ、学業やスポーツなどほかのことで自己評価を高めるのではダメなのか？
→ 社会に出ることに自信がないから（社会的に有能である自信がないから）
社会的に有能であるとされるやり方を用いて自己評価を高める。
- ・以上の①、②、③の心理は、本人にもはっきり意識されない心理である。また、①、②、③のすべてが、後述する摂食障害の歴史的・社会的背景と関係がある。女性の自立、女性の社会進出とともに摂食障害が増加したといわれるのも理解できる。

● スポーツと摂食障害

女性競技者を中心に、体重制限があったり、やせていることを求められるスポーツ選手は、日常から不適切な減量をしたり、摂食障害患者特有の思考パターンがみられたりするなど、一般の人よりも摂食障害を発症しやすい状況にある。したがって、無理な食事コントロールのため、摂食障害に陥るスポーツ選手も多い。たとえば、成績を上げるために、けがをしたときに体重が増えないように、あるいは体重を階級にあわせるためになどの理由により、食事の制限をしたのがきっかけで神経性食欲不振症に陥ったり、その反動で過食に転じたりという例が一般的である。

競技者の摂食障害、とくに過食の実態を正確に把握するのは困難であるが、ある研究によると、アメリカの陸上の中・長距離選手の約2分の1、器械体操、新体操選手の約3分の2が絶食、嘔吐、やせ薬・下剤・利尿剤の使用など何らかの病的な形で体重をコントロールしているとされている。

摂食障害を引き起こしやすい競技種目としては次のようなものがある。

① 中・長距離走：やせてスリムであるほど早く走れると信じられており、体型のためなく、競技能力を上げるためにダイエットが行われる。長距離走の場合、成績の向上と関連する身体機能の1つに最大酸素摂取量がある。最大酸素摂取量は体重をもとに算出されるのであり、脂肪分を除いた体重で計算すると男女差が少なくなる。そこで減量によって脂肪を少なくすれば男性の最大酸素摂取量に近づけることができ、その結果、成績も向上することになる。このような知識が指導者や選手の間には広がっていき、長距離はやせていた方が、脂肪が少ない方が早く走れると信じられるようになった。

② 器械体操、新体操、フィギュアスケート：やせて身軽な体型の方が、技術を習得する上で重要であることに加えて、採点の上で見た目が重視されることから、ほとんどすべての女性選手がダイエットを行っている。

③ 柔道、レスリング、ボクシング：これらの競技は体重により階級が分かれており、普段から体重の増加に注意を払ったり、試合前に減量しなければならなかったりする。

④ 水泳：とくに細い体型を要求される競技ではないが、太っているよりも細い方が早く泳げるのではないかと考えたり、いつもボディラインがでる水着を着用するので、スリムになろうとして摂食制限をすることがある。

5. 摂食障害の歴史的・社会的背景

(1) スリムな体型は（富裕）階級であることの象徴

- ・ 飢えとの戦っていたころは、太っていることが権力、（富裕）階級の象徴だった。
- ・ ヨーロッパの上流階級の食事は1600年代は、（量）に重点が置かれていた。
→ たくさん食べられることが（下層）階級との差別化の手段。
- ・ ところが、1700年代ころから食物の供給がよくなる。
→ それは（ジャガイモ）が栽培され始めたことによる。
- ・ 1500年代中ごろ、大航海時代の探検家たちが南米アンデス山地の高地植物だった（ジャガイモ）をヨーロッパにもたらす。やせた土地でも比較的よく育つため、1700年代ころから徐々にヨーロッパで栽培されるようになり、人々の栄養状態はかなり改善されるようになった。
- ・ すると、上流階級の食事は、（量）より（質）に重点が置かれるようになる。美食と（デールマナー）という概念がこのころ生まれる。そしてやせた体型が理想とされるようになる。
→ 美食を少し食べ、やせた体型でいることが、（下層）階級との差別化の手段、自分たちが（富裕）階級であることを確認することの手段となった。

(2) スリムな体型は社会で成功するために必要

- ① 1800年代（資本）主義社会になると、新たに社会で成功した富裕階級（資本家階級）もそれまでの富裕階級（貴族階級）を真似て、要するに貴族趣味によって、美食と（スリム）な体型になった。
→ 庶民は（スリム）な体型に憧れるようになる。現在でも社会で成功した富裕階級が、セレブと称して外車に乗ったり海外ブランドで身を飾ったりすると、庶民がそれに憧れるのと同じ。
 - ② 同時に、このころになると医学的知識が普及し、（過食）は肥満になりやすく、肥満は糖尿病、痛風などの病気を引き起こしやすいという考え方が世の中に広まった。現在でいうと「メタボ」という言葉が庶民にまで行き渡っているのによく似ている。
→ （肥満）は敵であり、むやみに食べて太るのはよくないという考え方が現れた。
- ①と②から、社会で成功した人はスリムな体型であるが、それは自己管理、自己コントロールができる（有能）な人間である、だから社会で成功したとされるようになる。
→ 社会で成功するには、「有能＝スリムな体型」でなくてはならないという考え方が世の中に広まった。

(3) 男女平等社会による女性の本格的な社会進出

- ・第二次大戦後、本格的な男女平等社会になり、女性の自立・社会進出が始まる。
- ・女性にも社会で（有能）であることが求められる。有能で社会で成功するためにはスリムな体型であることが求められる。
- ・自分の有能さに自信がない（要するに、自分に自信がもてない、自己評価が低い）女性は、ダイエットに励みスリムな体型を維持することで有能感を獲得し、自己評価を高めようとするようになった。
- ・摂食障害患者がもつ「大人になりたくない」「子どものままでいたい」という、成熟拒否・幼児性への憧れという症状もどのような心理が隠されているか理解できる。



「太め」の顔 就職に不利



【パリ】富永格 フランスの社会研究者が、肥満が就職活動に影響するかを調べるため、コンピューターで求職者の顔写真を「太め」に画像処理したもの、本物の顔写真を使い分けて応募してみた。肥満に見せかけた求職者に企業が接触してくる割合は、本物の半分。姿を見せない電話利用の職種でさえ、太めを嫌う傾向があった。

この「実験」は、外見による差別を

仏の研究者 ニセ履歴書で実証

研究しているパリ第1大学のジャン・ランソワ・アマデュー教授（差別研究所長）が企画した。

白人学生の本物の顔写真（右）を添えた履歴書と、写真だけニセ肥満（左）に加工したものを50通ずつ用意、今年7月、接客セールの系を求めている計100社に送った。電話勧誘係を探している他の100社にも、別の白人学生による同様の履歴書を50通ずつ送った。

本物の写真を送った100社では、57社が面接日を相談してくるなど前向きな反応を示した。肥満体に見せかけた写真を受け取った別の100社では、前向きな反応は29社だけ。業種別にみても、前向き反応の割合は接客係で本物64%、肥満20%と大差がついた。見た目は関係ないはずの電話勧誘でも本物50%、肥満38%だった。

同じ会社に本物と肥満の顔写真を送ったわけではないので厳密には比較できないが、「肥満顔」が不利な傾向は確認できたという。

フランスでは、肌の色など身体的特徴で採用の可否を決めるのは違法行為。ただ、企業が「総合判断の結果だ」と言い張れば法律違反の証明は難しい。アマデュー教授は「たとえ無意識だとしても、見かけによる差別があるのは明白。履歴書から早急に写真を外すべきだ」と総括している。

ヨーロッパでは細い顔は就職に有利らしい（2005年10月1日付 朝日新聞）

● 女性の社会進出でヒステリーは減った

フロイトの時代、男性のヒステリー患者は無学な下層階級に多かった。その頃は大陸に鉄道がはりめぐらされていく時期であり、鉄道敷設工事での事故に遭ったり列車にはねとばされたりして脳や脊髄を損傷した患者とよく似た症状を示すことから（痙攣や記憶障害など）、ヒステリーは「鉄道脳症」「鉄道脊髄症」などと呼ばれていた。これに対して、女性のヒステリー患者は高い教育を受けたものが多かった。フロイトはそれを疑問に思ったが、それがわかるのは自分たちの治療したヒステリー患者がどうなるかがわかってからである。

たとえば、教科書 p.17 に登場するブロイアーの症例「アンナ、O」はその後どうなったか。彼女はカタルシスでよくなったかに見えたが、本当はよくなっていなかった。その後何度かヒステリー性の痙攣発作を起こし、そのたびにカタルシスによる治療がなされた。しかし、その後も症状はよくなり、治療は失敗だったと考えたブロイアーは治療を打ち切り、彼女は精神病院の入退院を繰り返す。それを見てブロイアーは、彼女は精神病院で一生を終えるのだらうと暗い未来を予想する。

しかし、ブロイアーが治療を打ち切った5年後にフロイトの妻が町で偶然、アンナ、Oに出会う。フロイトの妻はアンナ、Oと娘時代の友人だったのである。そして、アンナ、Oは今では精神病院に入院することなく、元気で仕事に打ち込んでいることを知る。では、何に打ち込むことでブロイアーが治せなかった病気を克服したのか？

それは女性解放運動や社会福祉活動だった。彼女はその仕事に打ち込むと不思議とヒステリーの症状はなくなっていった。彼女はその後ヒステリーの症状に悩むことなく一生を終える。現在、アンナ、Oはベルタ・バッペンハイムという女性であることはよく知られている。彼女は「人類の慈善家に捧げられた」図案シリーズとしてドイツでは切手にもなっている。

女性解放運動は時代の流れであり、その後も女性解放運動が広まるにつれて女性のヒステリーはなくなっていった。そして、それにかかわって増加するのが摂食障害である。



ドイツの切手（右がフロイト、左がベルタ・バッペンハイム）

6. 摂食障害の臨床像の変遷 — 過食症の成立

- ・もともとは「拒食」がほとんど。それが 1970 年代に過食・嘔吐が増加。
- ・なぜ過食・嘔吐が増加してきたか。
 - ① 「修業」だったダイエットが「ブーム」に変わってきた。
 - ② 「我慢強い」者だけでなく、「我慢弱い」者もダイエットをする。
＝ 当然、（自己コントロール）が悪い者もダイエットするようになる。
→ （衝動）に負けて過食してしまう。
 - ③ しかし、（やせ）願望と（肥満）恐怖はもっているから、（嘔吐）や下剤の乱用など（排出）行動がみられる＝ 神経性過食症の分離独立
 - ④ これが、神経性食欲不振症が「聖」的だとしたら、神経性過食症は「俗」的といわれる所以である。たとえば、神経性食欲不振症患者に比較すると過食症患者は p.60 のような特徴がある。

7. 摂食障害の認知行動療法

今日、摂食障害の心理治療として効果を上げているのが認知行動療法という治療法である。認知行動療法はエリスの（論理情動行動療法）、ベックの（認知療法）という2つの心理療法を基礎としている。

(1) エリスの論理情動行動療法

論理情動行動療法はアメリカの心理学者エリスが提唱した心理療法で、次のような考え方をする。精神分析理論を学んだエリスは、不適応行動、問題行動の背景には、その人特有の誤った認知（ものの考え方、思い込み、信念などのこと）があり、その誤った認知が問題行動を引き起こしていると考えた。したがって、その誤った非合理的な認知が変われば、問題行動も改善されるといえる。これをエリスは以下のような（ABC）図式と呼ばれる $A \rightarrow B \rightarrow C$ の枠組みで説明する。

① A — 活性化事象 (Activating events)

まず、失敗した、うまくいかなかったという問題を起こしやすい状況が発生する。その場面、状況がその人特有の誤った信念、ものの考え方が活性化する。これを活性化事象という。
(賦活する)

② B — 信念体系 (Belief system)

この状況において、（合理）的な信念をもっているときには問題ないが、非合理的な信念をもっているときには次のCにおいて問題行動を起こす。

③ C - 結果 (Consequence)

Aという問題を起こしやすい状況において現れた行動のことである。

つまり、不適応行動 (C) の本当の原因はおかれた場面・状況 (A) にあるのではなく、本人がもっている信念 (B) にある。言い換えれば、その人の行動の基礎にはその人それぞれの信念がさまざまな形で関与する。そして、不適応的な (問題のある) 現在の行動 (C) を引き起こした真の原因は、その個人のもっている非合理的な認知にある。

そこで、このような考え方は非合理的で誤りであることを理解させるのが次のDである。

④ D - 論争 (Dispute)

その非合理的な認知に対して論理的に考えさせ、それが非合理的であることを理解させ、考え方を改める過程である。上の例でいうと、Dでは、今の自分が意気消沈し、抑うつ的で自滅的・自己破壊的な感情に支配されているのは、まさに非合理的な認知のためである。したがって、論理的に検討、吟味させ、合理的な考え方に変容させる必要がある。

そして、最終段階であるEへと至る。以上が認知行動療法というABC図式である。

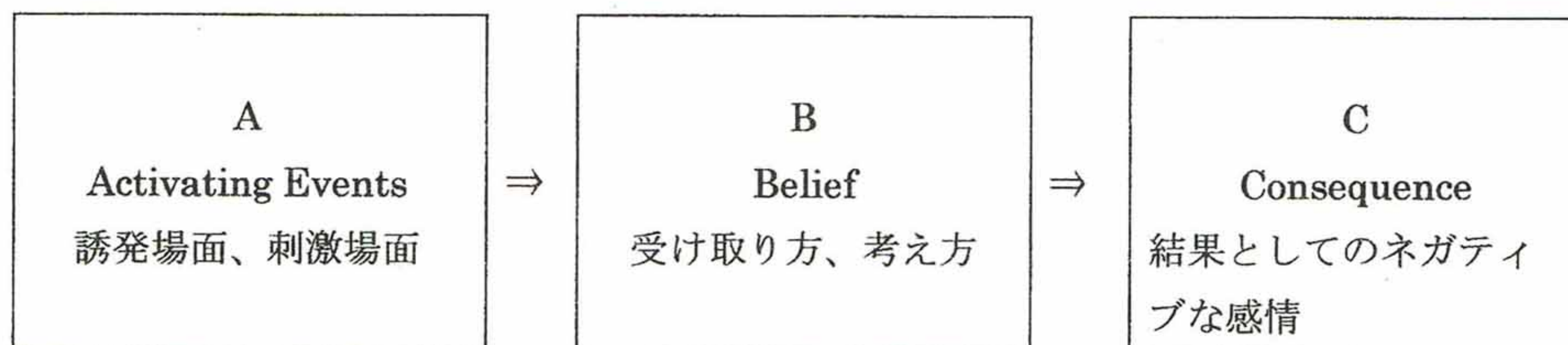
⑤ E - 効果 (Effect)

将来同じような事態に遭遇しても、自らの非合理的な考え方をみつけだし、それに対して自分の中で反論して、正しい合理的な考え方を導き出せるようになる自己コントロール力が習得される。これが最終的な目的である。

このABC図式で摂食障害を考えるとこうなる。

摂食障害患者の多くは、自分の問題 (C) をもたらすのはネガティブな刺激場面 (A) であると考えている。たとえば摂食障害患者の場合、テーブルに用意されている食事を見たとき (A)、「食べたくない」といったネガティブな感情が起こる (C)。

しかし実際は、問題となるネガティブな感情 (C) を生むものは刺激場面 (A) そのものではなく、その刺激場面に対する受け取り方 (B) である。摂食障害患者の場合は、用意されている食事を見たとき (A)、「これを食べるとものすごく太ってしまう」という考えが喚起され (B)、それによって「食べたくない」と感じる (C)。つまり、問題となる症状は誤った受け取り方、考え方によって生み出される。したがって、こうした誤った非合理的な受け取り方、考え方を変えれば、悩みやネガティブな感情を軽減することができる。



美人ステレオタイプ：かわいい人か、こい人は悪い人ではない

(2) 摂食障害患者の認知の歪み

それでは摂食障害患者にみられる歪んだ認知（誤った考え、非合理的な思い込み）とはどのようなものか。一般に神経性食欲不振症患者が体重、体型、食物、食行動などに対して示す特徴的な認知の歪みとしては、以下のようなものがある。

① 独断的推論（迷信的論理）

結論を支持する証拠がないのに、自分勝手な推論を行うことである。たとえば「このお菓子を少しでも食べたなら、太股の脂肪に変わるに違いない」「大人になるということは売春婦になるのと同じことだ」といった断定的で誤った、非合理的思考がこれにあたる。

② 選択的抽出

自分の思い込みを支持するような根拠を1つ、2つ、選択的に選び出し、それ以外の情報は無視することによって、自分の信念を正当化することである。たとえば、ダイエットしているとき、たまに食べたくなくて、食べてみる。毎日、節食をしているのだから、当然身体はより多く食べることを要求する。そのようなとき、普段よりたくさん食べたいと思ったという体験だけが選択的に抽出されると、「一度食べ始めたらやめられない」という信念を形成することになる。

③ 過度の一般化

ある一つの結果や事実を過度に一般化し、あらゆる事象にあてはめて考える傾向をいう。「吐いたらやせた。吐かなければ、どんどん太っていくだろう」「炭水化物を食べていたとき、自分は太っていた。だから、少しでも食べたら必ず太り、下腹は出て、醜い体型になるだろう」などの非合理的な考えがこれにあたる。

④ 誇大視と矮小化

ものごとを極端に誇大に考えたり（誇大視）、逆に矮小化して考えたりすることである（矮小化）。たとえば「体重が500g増えた。自分はもうおしまいだ」「先月より太ってしまった。自分は人間としても最低だ」と誇張したり、「自分はよいところなんか1つもないダメな人間だ」という否定的自己概念もったりする（矮小化）。

⑤ 自己関係化

自分とは直接的に関係のない出来事や体験を、自分と関係づけて考えることである。たとえば「休み時間に教室で、2、3人の男子が笑いながら話していた。きっと彼らは私が太って、醜くなったと話していたのだろう」などと考えることである。

⑥ 「全か無か」の考え方

ある行動や個人的な資質について、善か・悪か、正しいか・間違いかといった、中間のない、連続性のない、二者択一的な考え方をすることである。たとえば「食べて極端に太るか、食べないで太らないか」「完全にできないのなら、最初から何もしない方がましだ」などのような考え方がこれにあたる。このような誤った認知によって、ダイエットも徹底したものになりやすい。

⑦ 「……ねばならない」「……すべきである」という考え方

たとえば「他人には頼るべきではない」「楽しむのは罪悪だ」「他人に助けを求めるなんて自分の敗北を認めるようなものだ」「一度始めたことは、どんなことがあっても最後までやり遂げなければならない」「自分はすべての人からよく思われていなければならない」といった誤った教条的考え方をするものである。

摂食障害患者の理解しがたい食行動の背景にこのような特有の認知の歪みが存在するということは、このような歪んだ認知がなくなれば、誤った食行動が修正されることが期待される。これが摂食障害に対する認知行動療法の基本的な考え方である。

(3) ベックの認知療法

うつ病の心理治療を手がけていたアメリカのベックは、うつ病患者とうつ病以外の患者の思考プロセスを比較検討したところ、うつ病患者には

i) 低い自尊心、強い自責感、過度の責任感、強い逃避願望、強い不安といった特有の思考内容

ii) 特有の非論理的で非現実的な思考パターン（非論理的な認知、認知の歪み）

の2つが存在することに気がついた。

そして、うつ病の感情障害はこのような思考障害のために生じるのではないかと考えたベックは、うつ病患者に自らの思考パターンの妥当性を検討させ、それをより妥当なものへと改めさせることによって、うつ病の症状が改善されるということを見出した。これが認知療法のはじまりである。うつ病から出発した認知療法は今日、摂食障害、不安障害、強迫性障害などさまざまな精神的疾患に応用されている。

精神分析を学んだベックは、認知療法を行うにあたって自動思考とスキーマというものを考えた。

① 自動思考

人はだれでも日常生活の中でさまざまな出来事に出会い、その出来事についてさまざまな考えやイメージをもつ。それらは何らかの契機があると、勝手に、自動的に、自然に、意図せずに、ふっと脳裏によぎる考えやイメージであって、しかもその人にとっては習慣化しているものである。これを自動思考という。自動思考には次のような特徴がある。

i) 理性とか論理の産物ではなく、何の前触れもなく思いつく。

ii) 非合理的で、役に立たない。

iii) 非合理的ではあるものの、本人には当然のこととして受け入れられてしまう。

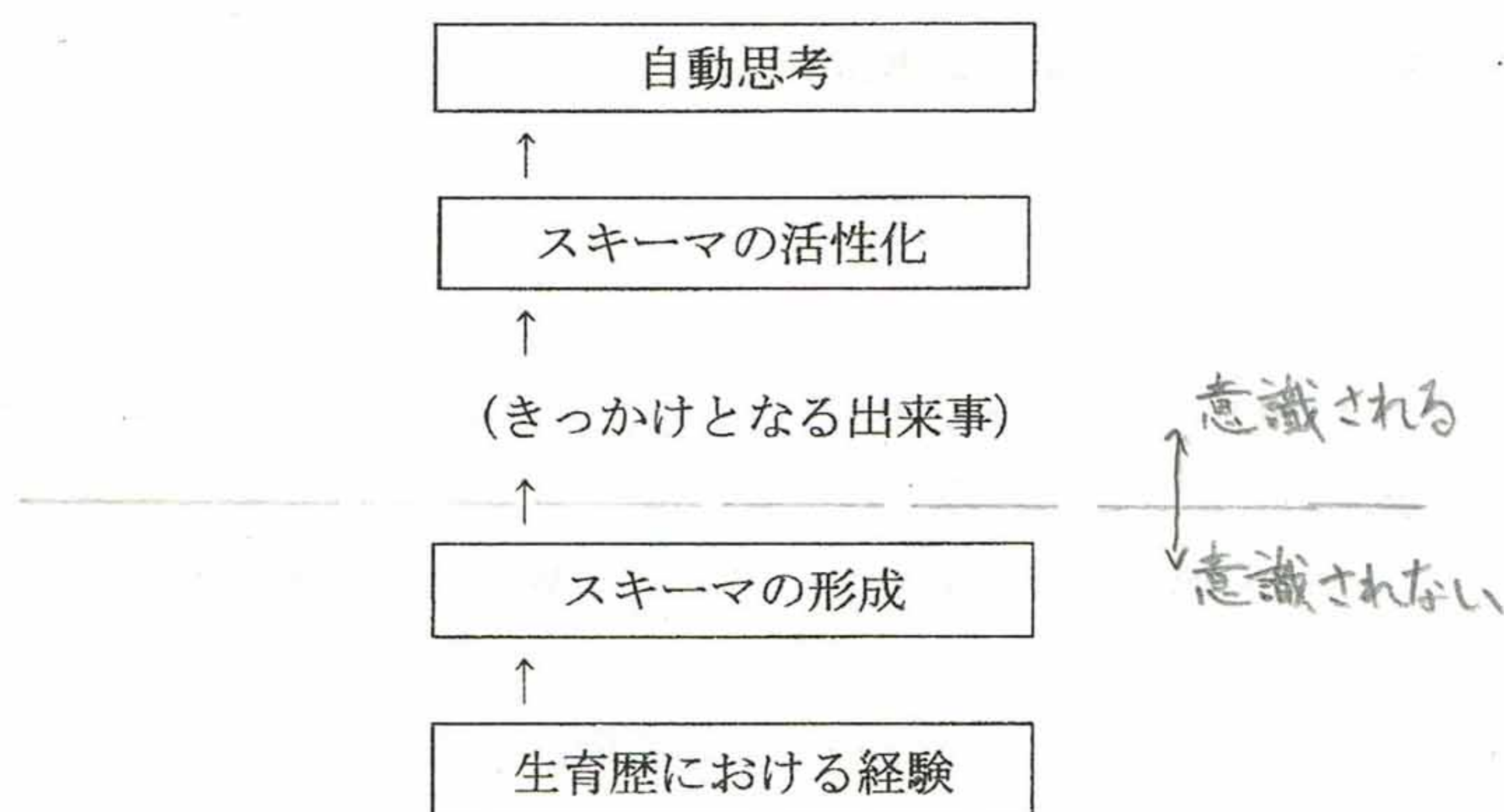
iv) 無批判的に信じ込むと、感情や行動の制御ができなくなる。

② スキーマ

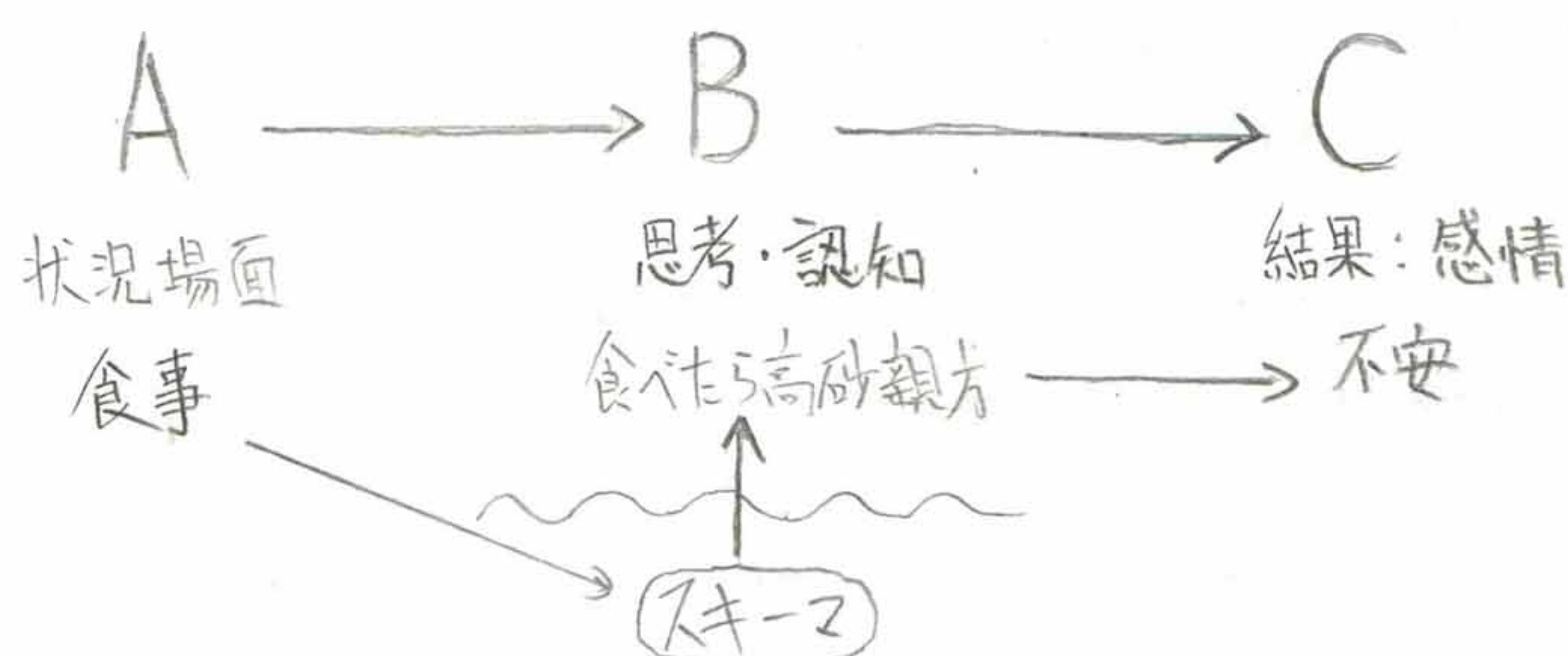
自動思考はある状況、場面において、その都度出現する、一過性の、いわば表層部にある認知（思ったり考えたりすること）である。これに対して、その個人の基底部にあって、

普通は意識されることなく、より恒常的で、その人に特徴的な認知の枠組みをスキーマという。言い換えれば絶対論的な信念である。たとえば摂食障害患者のスキーマには「自分には価値がない」「自分は無能だ」などがある。スキーマはふだんは心の中であって意識されることはない。しかし、下の図のように何らかのストレス体験などの出来事を経験することで賦活され（活発化し）、自動思考を生じさせる基礎となる。

スキーマはその人の生育歴におけるさまざまな体験によって形づけられると想定されている。



プリント 13 ページの症例 3 のC子のように、クレプトマニー（→ p.21）と呼ばれる、盗む動機がはっきりしておらず、ときには自分でもなぜ盗むのかわからず、とにかく盗んでしまう常習的窃盗をこの自動思考、スキーマという考え方で説明するところなる。乳幼児期に母親の愛情に恵まれず、親からの愛情をはじめとして、乳幼児期にはだれもが与えられるものが与えられていないという共通点がみられた。このような乳幼児期の体験が「自分には何も与えてもらっていない」というスキーマを形成する。そのスキーマが店でその品物を見たという状況、場面で活性化され、「それは自分のものじゃないかな」という自動思考を生み、その自動思考に従って「返してもらおう」となり盗んでしまう。無意識にあるスキーマが歪んだ形で意識された例である。



VII 自己の心理と精神的健康

【症例9】 K太 中学校3年生 男子 友人とけんか

K太は中学校3年生でサッカー部のキャプテンである。K太には小学校のときから少年サッカーで一緒だったH男という大の仲よしがいる。K太がサッカーにしか興味がなく、勉強をまったくしないのに対して、同じサッカー部には入っているもののH男は学業にもまじめで成績もよかった。K太は学校でも同じクラスのH男に英語の単語の下調べを見せてもらったり、数学のわからないところを教えてもらったりしていた。学校以外でも、いつも帰るのも一緒、休日に遊ぶのも一緒と、だれが見ても親友同士だった。

そこへ1人の男子生徒が転校して来た。その転校生もサッカーが得意で、前の学校でもサッカー部にいて、県代表に選ばれた経験もあった。その転校生がサッカー部に入ってきたため、今までのレギュラーからだれか1人が外れざるを得なくなり、顧問の先生はK太をはずすことにした。レギュラーから外されたK太はだんだん元気がなくなり、H男とも一緒にいることが少なくなった。ある日、H男が「元気出せよ」と慰めたところ、K太は突然、H男に殴りかかり、大ゲンカとなった。その後、2人は口をきくことさえまったくなくなってしまった。

1. 自己概念

・自我と自己

(自我) — 主体としての自分、主体的行為者としての自分

(自己) — 客体としての自分、自分で認知されている自分

・自己概念……自分自身に関する(知識)の体系。要するに、「自分とはこのような人間である」という(自己イメージ)のこと。

・自己概念の規定因

① (他者からの評価)

② (他者との比較)

③ (自分の行動の観察)

2. 自尊感情

・(自己概念)に含まれる側面を(自己評価)したときに生じる感情。

・一般的には肯定的な(自己評価)によって得られる(肯定)的な感情のこと。

普通いう自尊心と同じ意味。

・(社会的適応)、(精神的健康)と関係が深い。つまり、(自己評価)を一定

レベルに保つことによって社会的に適応し、精神的に健康であることができる。

- ・ ということは、自尊感情が低下すると（社会的不適応）、（精神的不健康）の状態に陥る可能性が高くなる。摂食障害患者もそうだった。
- ・ 人がどのようにして自尊感情を一定レベルに保つことができるかに関して、以下のような理論がある。

3. 自己評価維持理論

- ・ 自尊感情とは自分で自分を（評価）したときに生じる感情。ということは、自尊感情に大きな影響を与えるものとして考えられるのが（自己評価）。
- ・ つまり、自分に対する（自己評価）が高ければ自分に対する肯定的な感情（＝自尊感情）が得られることになる。そこで、自分の（肯定）的な側面に目を向けやすくしようとして、「半ば無自覚的に」あの手この手を使うことになる。その1つとして考えられるのが、いつもそばにいる他者（＝友人）の選択の仕方。
- ・ いつも側にいる友人との関係において（反映）と（比較）という2つの方法を用いて自己評価を高めようと（低下するのを防ごうと）する。
- ・ （反映）－（栄光浴）と同じで、友人にすぐれた業績や価値を積極的に認め、その価値のある友人と仲よしの自分も価値があるという自己評価をしようとする。
- ・ （比較）－ 友人と自分を比較すること。その友人がすぐれていると（反映）によって自己評価を高めることができるが、（比較）によって素直に自分と比べると、自己評価を下げることにともなる。これでは困る。自分よりも「できの悪い人」の場合だと（比較）によって自己評価は上げることができない。これも困る。そこで、いろいろ工夫をして、（反映）も（比較）もうまくできるような相手を友人とする。
- ・ すなわち、自分が今、最も関心があつて（自尊感情）のより所となっていることがらや活動については、「自分の方が優れている」と自己評価でき、まったく関心のない、どうでもよい、（自尊感情）を脅かされることのないことがらや活動については「相手の方が優れている」と思えるような相手を友人として選択しやすくなる。
- ・ こうすれば、（反映）によっても、（比較）によっても（自己評価）を高めることができる。
- ・ これをプリント p.32⁴⁹ の K 太の場合でいうとこうなる。
 - ① 自分の（自尊感情）のより所となっているサッカーについては H 男よりも自分の方が上であると自己評価している。これは（比較）によって（自己評価）を高めようとしている。
 - ② （自尊感情）のより所となっていない、どうでもよい学業については、H 男の方が上と思っている。これは（反映）によって（自己評価）を高めようとしているといえる。「学業が優秀な H 男の友人である自分もまた価値がある」と思えるから

返報性の原理

譲歩には譲歩で返す

である。また、そう思いたいから、H男は学業で優秀であってもらわなくては困るし、自分は学業に関してはまったくどうでもよいので、H男に英語や数学を教えてもらってもまったく気にならない。H男はこのまったく逆であり、これにより2人は仲よしだった。仲よしということは一緒にいる機会が多いから、(反映)と(比較)を行う機会が多い。つまり、(自己評価)の高揚・維持をする機会が多いといえる。

③ しかし、自尊感情のよりどころであったサッカーについて、教師からH男の方が上であるという評価がなされたため、(比較)すると、(自己評価)を下げることになってしまうため、H男と疎遠になったといえる。

- ・ 自己評価維持理論は「鶏口となるとも寧ろ牛後となる勿れ」「両雄並び立たず」の諺にぴたりであるし、心理的距離が近い友だち、すなわち「親友」選びにもいかに人は自尊感情を低くしないようにしようとしているかがわかる。

4. 自己高揚理論

- ・ 人には自分のことを正しく知りたいという(自己評価欲求)がある。そして、できるだけ(客観)的に自己評価しようとして(社会的比較)をする。
→ ただ正しく評価した結果、(自尊感情)が低下してしまう事態も起こりうる。
- ・ それでは困るので、人は(社会的評価)をうまく用いながら、かつ自尊感情が高くなるように(低くならないように)する。つまり、上の「キャプテン翼くん」のように、人は自尊感情に関わることはかなり自分に都合のよいように考えたいから、そう考えられるような工夫をする。これが(自己高揚)理論である。

(1) 利己的な帰属のバイアス

- ・ (原因帰属)とは「こうなったのはどうしてか？」を推測、判断すること。
- ・ 内的な原因に帰属するか、外的な原因に帰属するかは(自尊感情)と関連。
 - うまくいったとき内的な帰属をすると → 自尊感情が上がる
 - うまくいったとき外的な帰属をすると → 自尊感情が上がりにくい
 - うまくいかなかったとき内的な帰属をすると → 自尊感情が下がる
 - うまくいかなかったとき外的な帰属をすると → 自尊感情が下がりにくい
- ・ 上の●印のような、自己防衛的な(自尊感情を上げ、低下させない)、換言すれば自分にとってかなり都合のよい原因帰属を(利己的な帰属のバイアス)という。詳しくはpp.66-67 参照。
- ・ これとまったく反対の原因帰属のやり方を(抑うつ的原因帰属スタイル)といい、うつ病になりやすい人の特徴的な原因帰属スタイルである。

(2) セルフハンディキャップ方略

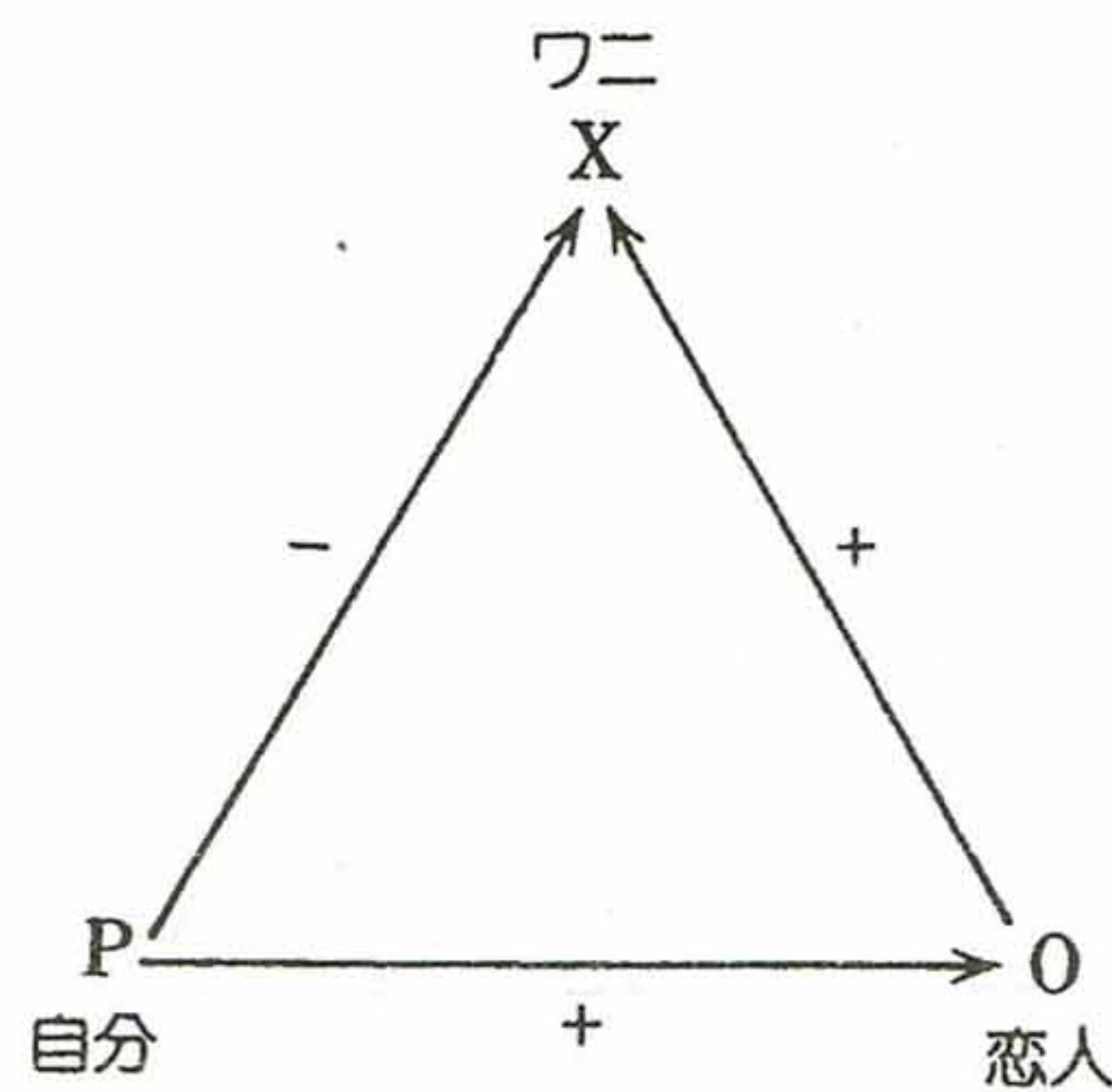
● ロードウォルトの実験

- ・プリンストン大学水泳部の学生にセルフハンディキャップ方略をとる傾向を測定する心理検査を実施したうえで、競技大会前にどれくらい練習するかを調べた。
- ・その結果、あまり重要でない大会の前には、セルフハンディキャップ方略をとる傾向が強い群も弱い群も練習量に差はなかった。それに対して、重要な大会の前には、セルフハンディキャップ方略をとる傾向が弱い群は練習量を増加させたのに、強い群は練習量を増やさないことが明らかにされた。
- ・もし十分に練習をして、悪い結果におわった場合は、自分の能力の低さに原因が帰せられてしまうが、努力しなかったという不利な条件を作り出せば、自分の能力に関する評価が明確になるのを避けられることになるからと考えられる。
- ・アルコール依存も上の実験や pp.67-68 の実験と同じように考えられるかもしれない。
- ・「酒を飲んでいるときはこの世で起こるすべての悪事はお酒のせいにするが、飲んでいないときには全部が全部、自分のせいにしなければならない」(エイミス)

No. 25



セルフハンディキャップ



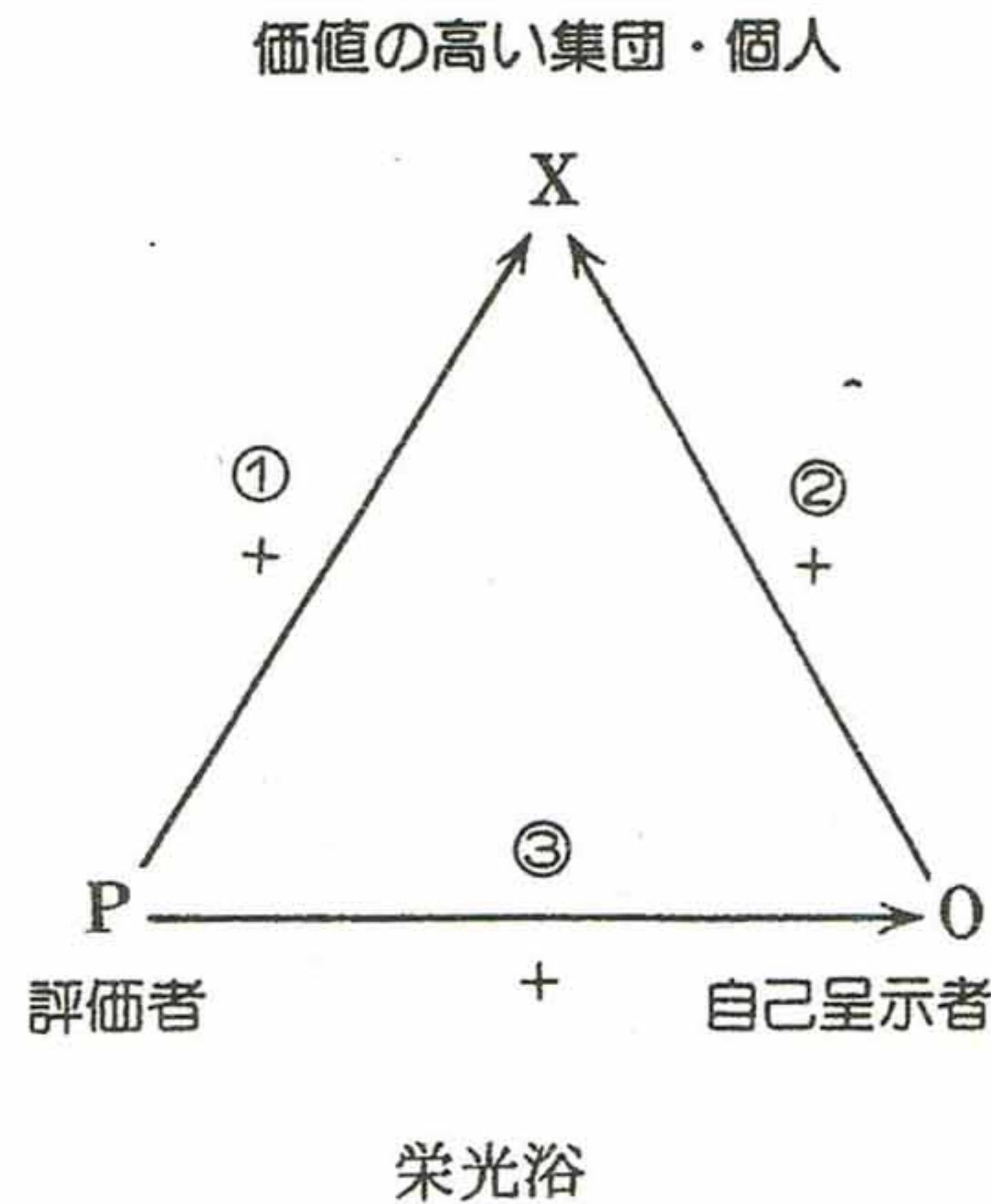
POX がインバランスである状態

(3) 栄光浴

- ・自己評価維持理論でいう（反映）と同じ（→pp.64・65）。
- ・（セルフハンディキャップ方略）において、自分には不利な条件があることを他者にふれ回ることが直接的な自己呈示だとしたら、栄光浴は間接的な自己呈示だといえる。つまり、自分の言動を通じて（直接）的に自分の印象を操作するのではなく、有名人と自分の結びつきを強調することによって自分の印象を（間接）的に好意的なものにしようとする操作である。
- ・このことは、ハイダーが提唱する（バランス）理論で説明できる。

● バランス理論

- ・人は自分の認知体系を一貫性のある形に体制化しようとする欲求をもっており、その一貫性を高めるように行動することを仮定するいくつかの理論がある。これらを総称して（認知的整合性）理論という。その代表的なものがプリント pp.5・6 であげたフェスティンガーの（認知的不協和）の理論。ハイダーの（バランス）理論もその1つである。
- ・バランス理論では「ある人（P）と他者（O）」などの二者関係、「ある人（P）と他者（O）と事物（X）」といった三者関係を人がどのように認知するかが扱われる。ハイダーは、このような対人関係の認知が、その中に含まれている要素間の不均衡を避け均衡に向かおうとする傾向があると考え、さまざまな分析を行った。
- ・ハイダーは、人と他者や事物との関係を（センチメント）関係と（ユニット）関係に分ける。センチメント関係とは、他者や事物に対する心情的な側面のことで、好意的あるいは非好意的な態度に基づくものである。一方、^{ユニット}関係とは、他者や事物に対する関係を「所有している」「類似している」「接近している」などの点から1つのまとまりとして認知できるか否かという側面をさしている。
- ・たとえば、上の図は自分（P）、恋人（O）、ワニ（X）の間のセンチメント関係を表したもので、態度が好意的な場合は+（プラス）、非好意的な場合は-（マイナス）で表して



いる。そして、3つの符号の積がプラスになる場合には、自分(P)の認知はバランス(均衡)がとれた状態にあるといい。また、符号の積がマイナスになる場合には、インバランス(不均衡)の状態にあるという。インバランスの状態は認知者(P)にとって心理的に不快であるので(認知的に 不整合 な状態)、少しでもその不快さを低減しようとして、バランスのとれた状態(認知的に整合した状態)へ向かおうとする。

- ・図の場合は、「自分(P)は爬虫類が大嫌いであるが、恋人(O)は自分とは反対に爬虫類が大好きで、家でワニ(X)の子どもを飼っている」ということを表しており、3つの符号の積はマイナスであるから、認知者(P)にとっては不快なインバランスの状態である。そこで対象(恋人とワニ)に対する認知や態度を変化させようとする。すなわち、

- ① 自分もワニを好きになる($P \rightarrow X$ を+に変える)
- ② 恋人に対する気持ちがさめていく($P \rightarrow O$ を-に変える)
- ③ 恋人にワニを嫌いになるようにはたらきかける($O \rightarrow X$ を-に変える)

などの方略が考えられる。

- ・この考え方で栄光浴を説明するとこうなる。ある人(O)が他者(Pとする)から好意的に見られることを望んだとする。そのためにOがとることのできる方略はいろいろ考えられるが、その1つが間接的な自己呈示である。Pがあるオリンピック選手(X)を好意的に評価していると仮定すると、PがOに好意的な評価をもつように仕向けるには、Oは自分がXと知り合いである、親戚である、すぐ近くに住んでいる、出身高校が同じであるなどプラスのユニット関係があることをPに主張すればよいことになる。

(4) 内集团的態度

- ・「お国 自慢」「人種 差別」もなんとなくわかる。

● 社会的アイデンティティ理論

内集团的態度の心理は社会的アイデンティティ理論を用いて説明できる。社会的アイデンティティとは、自分がある集団に所属しているという知識から生じる自己概念(自分は

このような人間であるという自己イメージ)をいう。「自分は日本人である」「自分は〇〇大学の一員である」「自分は××組の一員である」「自分は若者世代の一員である」といったように、自分はどの集団に所属しているかという認知によって、自分とはこのような人間であるという自己イメージが形成される。これが社会的アイデンティティである。

自分がある集団の一員として位置づけることを(自己カテゴリー化)というが、自己カテゴリー化が行われると、自分と同じ集団(内集団)のメンバーとは非常によく似ていると認知するようになる。そして、内集団の他のメンバーの行動と同じような行動をとろうとして、その集団の規範、価値観、行動様式に同調するようになる。つまり、その集団のメンバーであることを積極的に確認しようとするわけである。

ただ、これはその集団に肯定的な評価や感情をもつときにしか起こらない。たとえば、テレビで関西弁を全面に押し出すタレントは「関西人であること」「吉本興業の一員」であることによって肯定的な社会的アイデンティティを感じているといえる。つまり「関西人」という集団に高い価値を置いているのである。そして、「関西人」のメンバーであるということを際立たせようとして、東京にいても関西の言葉を使ったり、東京と関西を比較して関西のよい面を主張したりする。これが内集団的態度である。

(5) 下向きの比較

- ・日常、「上を見ればきりが無い」ということばを使う状況を考えるとよくわかる。
- ・徳川幕府の身分政策もこれを利用している。

5. 自己確証理論

- ・スワンの実験(→pp.70-71)では、自分に対して好感をもっていないとわかっている相手(自分はまだ会ったことがない)と応対するとき、
自己評価が(高い)人→その相手をほめまくる
自己評価が(低い)人→その相手をほめない
という結果だった。
- ・これは、自分が認知している自己イメージつまり(自己概念)を他者の言動で確認したい、(自己)評価と(他者)評価をいっち、調和させたいという(自己確証)欲求に基づくものといえる。
一致
- ・すなわち、スワンの実験の結果は
自己評価が高い→相手からも高い評価を得たい→だからほめる
自己評価が低い→相手からの評価は低いことは知っている→だからほめる必要なしと、解釈できる。

- ・ということは、高い自己評価をもっている人はそれを他者の言動から引きだそうとする。
これは自己愛傾向が高い人が用いる pp.91-92 の（自尊心）方略と同じ。
- ・こう考えると、pp.90-96 の自己愛の心理や（挫折愛）型のストーカーの心理もわかりやすい。

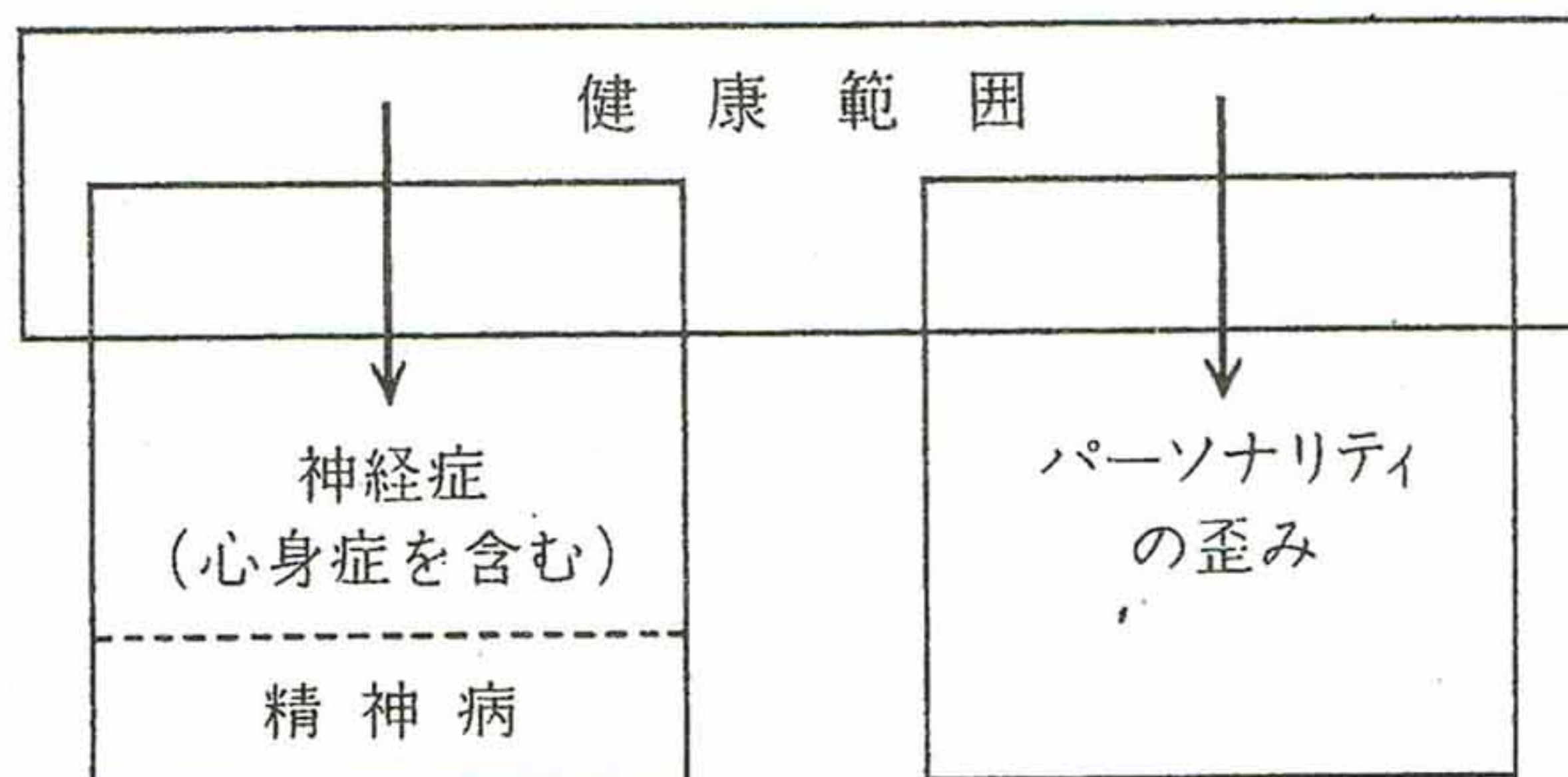
期末試験について

- ① 授業で扱った内容を試験範囲とし、記述式問題を出題する。
- ② 教科書、資料の持ち込みは一切不可である。
- ③ 試験時間は90分である。
- ④ 問題数は4～5題である。
- ⑤ 配点は1題あたり20点、100点満点で採点する。

VIII 神経症とうつ病

1. 神経症

- ・神経症とは → pp.73-74
- ・「心の不調」には下図のような2つの系列がある。1つは「病氣」の系列であり、1つは「パーソナリティの歪み」の系列である。「病氣」の系列は図の左側の柱である。病氣とは健康範囲にあった人が「ある時点から」、「症状として」知られる一定の変化を示す場合で、軽重はあっても、今までになかった心身の症状が現れ、社会生活の営みがそれまでに比べて多少なりともうまくいかなくなる。このうち、上の健康範囲に近い、軽いところを神経症といい、下の重い部分を精神病という。
- ・次は図の右側の柱で、「パーソナリティの歪み」の系列である。性格の偏りのことであり、要するに、人格障害のことである。
- ・精神分析理論では、神経症が形成される際に防衛機制が関与していると考ええる。
- ・すなわち、人は何らかの不安、緊張など、心理的に不快な不安定状態におかれた場合、それを解消して心理的な安定を回復しようと何らかの行動をとる。その1つに pp.2-4 の（防衛機制）がある。
- ・防衛機制を行った結果、心理的な不安や緊張を神経症に置き換えてしまうことがある。たとえばシェークスピアの『マクベス』で、マクベス夫人が「自分の手に血がついている」といって頻りに手を洗うという場面がある。これは、自分が人を殺したという罪の意識に耐えられなくなり（＝心理的な緊張状態）、その心理的な葛藤を（強迫）行動、すなわち自分でも愚かだと思いながらやらずにはいられない状態に置き換えている。これが（強迫）神経症、現在の言い方をすると強迫性障害である。別の言い方をすれば、抑圧している「自分が人を殺した」という葛藤が形を変えて現れている（→pp.18-19）。つまり、神経症とは「心で起こる心の病氣」といえる。



心の不調の2系列

- ・ pp.13-14 のヒステリーも、この意味では神経症の一種といえる。
- ・ このように、神経症とは不安が強くなったり、こだわりが生じたりすることによって、日常生活に支障をきたしている状態といえる。
- ・ また「心の不調」を次のように原因によって分類するやり方もある。「心の不調」のことを精神障害というが、精神医学の父と呼ばれるクレペリンは 1909 年の著作で精神障害を

心因性精神障害

器質性精神障害

内因性精神障害

の 3 つに分類し、この分類の仕方はその後長く現代まで踏襲されてきた。

i) 心因性精神障害

人の性格には個人差があるが、小心、心配症、神経質、恐がり、こだわりが強いなどの性格の人は、そうでない性格の人よりも些細なことに強い不安を感じたり、思い悩んだりすることが多い。こうした特徴的な性格を基礎に、強い不安、恐怖、こだわりが生じる場合、それを神経症という。この神経症や思春期の女性に多くみられる（摂食障害）などを心因性精神障害という。「心因性」という言葉には「器質的な異常は全くない」という意味が含まれている。

ii) 器質性精神障害

（心因）性精神障害とまったく対極にあり、「器質的な異常によって起こる」とされる。すなわち、精神活動の基盤である脳と、脳を構成している（神経）細胞にはっきりとした形態学的な変化が生じ、それによって起こる精神障害である。たとえば pp.130-131 の「ゲージの事故」の例はこれにあたる。第二次大戦前の代表的な器質性精神障害は（進行性麻痺）だった。これは性病である（梅毒）に長期間感染していると、病原体の（スピロヘータ）が脳内に侵入し、脳に慢性の炎症を起こすことで発症する。かつては進行麻痺の数は多く、いったん発症すれば急速に痴呆へと発展し、必ず死亡する恐い病気だった。進行麻痺の原因が梅毒であることを突き止めたのは千円札の（野口英世）で、これは彼のもっともすぐれた業績である。また、アメリカのレーガン元大統領やイギリスのサッチャー元首相もなった（アルツハイマー病）も器質性精神障害の 1 つである。

iii) 内因性精神障害

心因性精神障害と器質性精神障害の中間にあるのが内因性精神障害である。統合失調症やうつ病、躁うつ病などがこれに入る。「内因」という言葉には、そのような病気になるのはもともと（生物学）的な（素因）を持っており、持っているだけでは発症しないのであるが、そこへ何らかのストレスとなるような出来事を経験すると発症する（これを素因ストレスモデルと呼ぶ）という意味が含まれている。これが「心因性精神障害と器質性精神障害の中間」の意味である。

2. 対人恐怖

- ・(対人不安)の強いもの。神経症の1つ。現在の言い方でいうと社会不安障害。
- ・中学生・高校生にあたる(青年)期に多くみられる。
- ・なぜ青年期がもっとも多いのかというと、それは(第二次性徴)の発現による急激な(身体)の変化を契機として、自分に対して注意、関心が向くようになるからである。

3. 対人不安

- ・バスの対人不安理論によると、対人不安が起こるのは、人から見られる(自己)を過剰に意識するために、その場を逃れたい、人目を避けたいと思うようになる。これが対人不安。それでは、対人不安の人はなぜ人から見られていると過剰に意識するのか。これを説明すると次のようになる。
- ・人は「自分の着ている服が変じゃないか」「お化粧がちゃんとできているかどうか」など、ときおり自分に注意が向く。この(注意)が自分に向いている状態、自分を意識した状態のことを(自己意識)状態という。(自覚)状態ともいう。
- ・(自己意識)状態は(公的自己意識)状態と(私的自己意識)状態の2つに分けられる。
- ・公的自己意識状態とは、容姿や体型、振舞いなど、他者が観察できる自己の側面である(公的自己)に自分の注意が向いた状態で、(公的自覚状態)ともいう。私的自己意識状態とは、感情、動機、思考など、他者が観察できない、自分だけが知ることのできる自己の側面である(私的自己)に自分の注意が向いた状態、(私的自覚状態)ともいう。
- ・公的自己意識、私的自己意識については、このように公的自己、私的自己のどちらかの側面に注意が向いた「状態 = state」としてとらえるほかに、公的自己、私的自己のどちらかの側面に注意が向きやすいかという「特性 = trait」、つまり性格的な特徴、個人差としてとらえることもできる。
- ・これを(自己意識)特性といい、(公的自己意識)特性と(私的自己意識)特性の2つに分けられる。公的自己に注意が向きやすい性格特徴が公的自己意識特性、私的自己に注意が向きやすい性格特徴が私的自己意識特性である。
- ・このうち、(公的自己意識特性)が強い人は、人からどう見られているかがいつも気になる。換言すれば、公的自己意識特性が強い人は弱い人に比べ、対人的な場面で公的自己意識状態になりやすいといえる。一般的に言われている「自意識過剰」の人とはこのことである。当然、他者が存在するだけでも、対人的なストレスが高くなる。これが対人不安。それは、対人場面でいつも他者から注目されているのではないかとい

う（自己標的）バイアスが起こりやすいことからわかる。

- ・以上のことは次のようにまとめられる。公的自己意識特性という心理学的な（素因）をもった人が、対人場面という（ストレス）状況を体験したときに、対人不安、それが強くなると（対人恐怖）という精神病理的な症状が起こる。このような考え方を（素因ストレスモデル）という。
- ・ちなみに私的自己意識が強いとどうなるか。→ pp.79-80

4. 素因ストレスモデル pp.116-117

- ・このように考えると、不適応行動や精神病理的な行動の発生には、一定の素因（素質）をもった人が、何らかのストレス状況を体験したときに精神病理的な行動が起こるといえる。これを素因ストレスモデルという。この場合の素因とは、生物学的な素因に限らず、パーソナリティの一部ともいえる（心理学）的な素因も含まれる。
- ・たとえば、（公的自己意識特性）が強い人に何らかのストレス状況が加わると、対人恐怖になりやすくなる。あるいは、（抑うつ的原因帰属スタイル）をもっている人に何らかのストレス状況が加わると、抑うつ状態になりやすくなる。

5. うつ病

- ・感情、意欲、行動、認知、身体それぞれの側面に多彩な症状が現れる。

① 感情面の症状

気分が沈む、悲しくなる、憂うつになる、わけもないのに涙ぐむ、罪悪感（自分が悪い）、イライラ、不安、感情が平坦など。

② 意欲面の症状

それまで興味を持っていたことに関心が持てなくなる。エネルギーがなくなった感じがして、何をするにも気力を振り絞らないとできなくなる。何をする元気もなく、仕事や学業に取り組む意欲がなくなるなど。

③ 行動面の症状

自分の世界に閉じこもり、くよくよと思い悩む。行動が突然、止まってしまう（行動抑制）。気持ちばかりが焦って考えがまとまらず落ち着きがなくなるなど。

④ 認知面の症状

広い視野でものごとを判断できなくなる、決断できなくなる。集中力がなくなってくる。突然、考えが止まる（思考停止）。記憶力が落ちる、すぐ忘れてしまうなど。

⑤ 身体面の症状

寝つきが悪い、夜中に何度も起きる、明け方早い時間に目が覚めてしまう。食欲がない、体重減少、目まい、吐き気、胃痛、下痢、胸部圧迫感、頭痛、身体が重い・だるい。

(1) うつ病の生物学的なメカニズム

① 脳と神経細胞

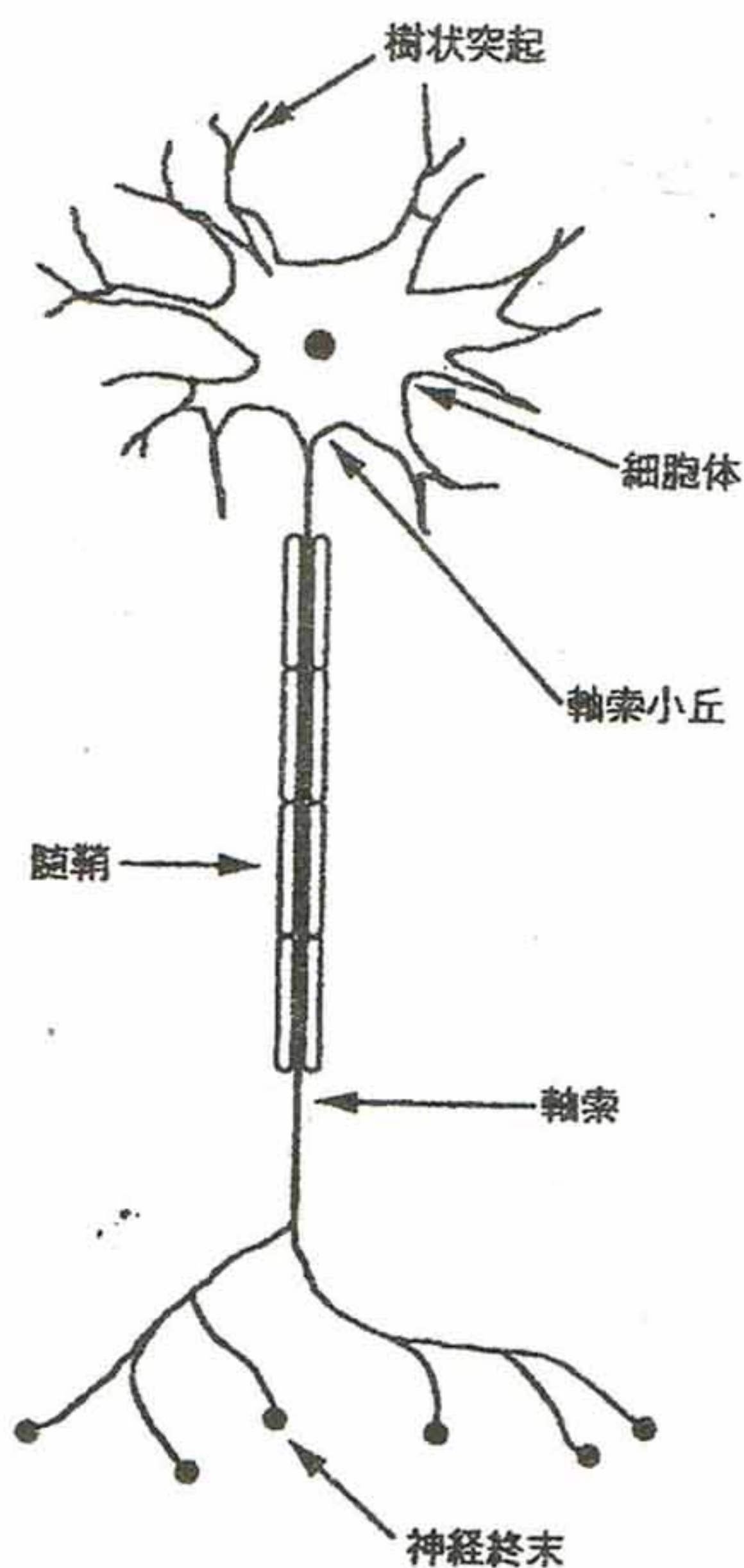
脳は大腦皮質だけでも 140 億個の神経細胞から成り立っている。神経細胞の形は特殊であり、細胞体は樹状突起という文字どおり樹木の枝状の突起を数多く出している（下図左）。さらに神経細胞の一端は軸索という部分が長く伸びていき、さらにその軸索の末端がまた細かく枝分かれをしている。その部分を神経終末という。神経終末は隣接する別の神経細胞に接続しており、1つの神経細胞は約千本に枝分かれしている。他方、1つの神経細胞には数千に及ぶ神経終末が接続している（下図右）。このようにして、脳は多くの神経細胞がネットワークを形成したものから成立している。

② 神経細胞の興奮

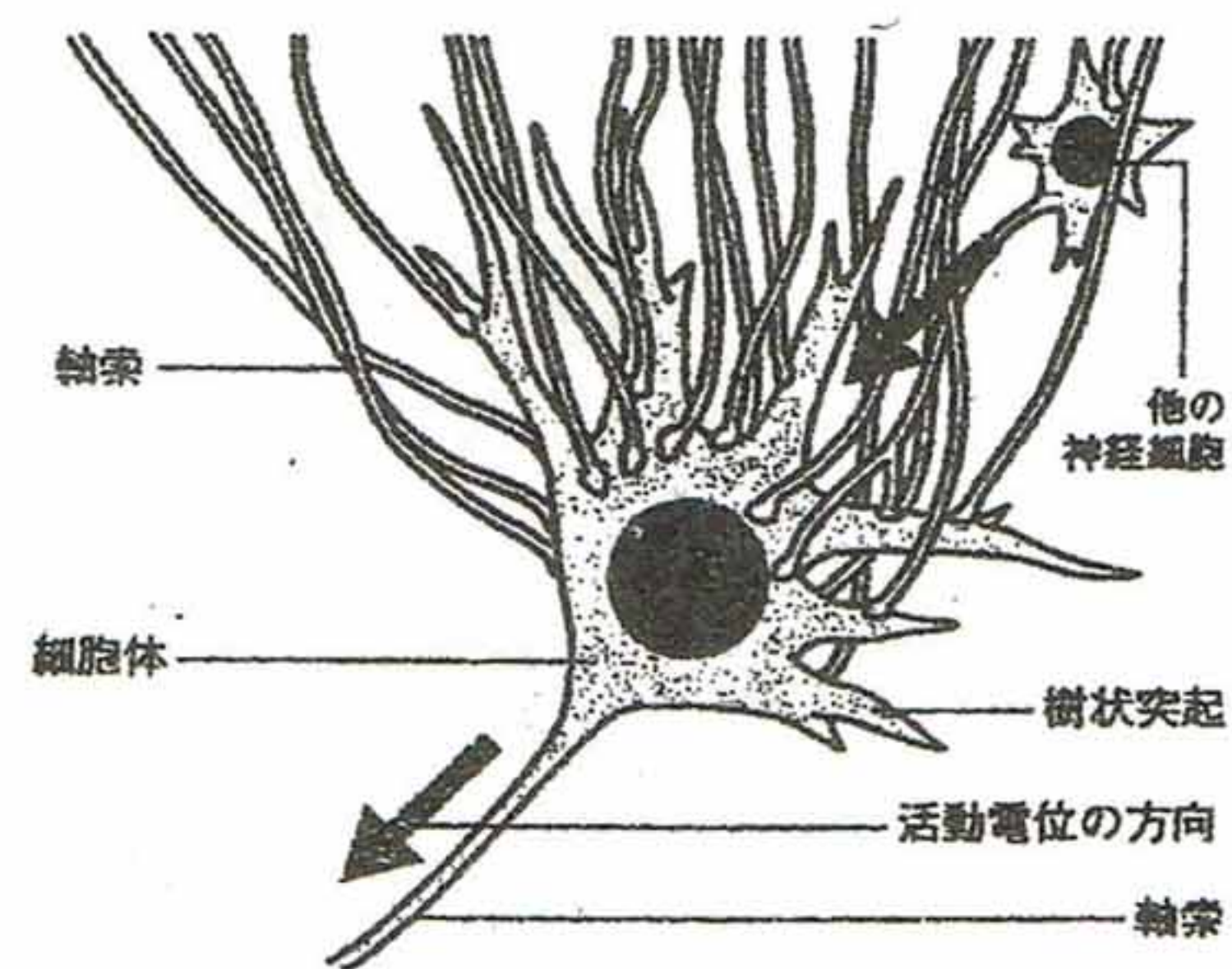
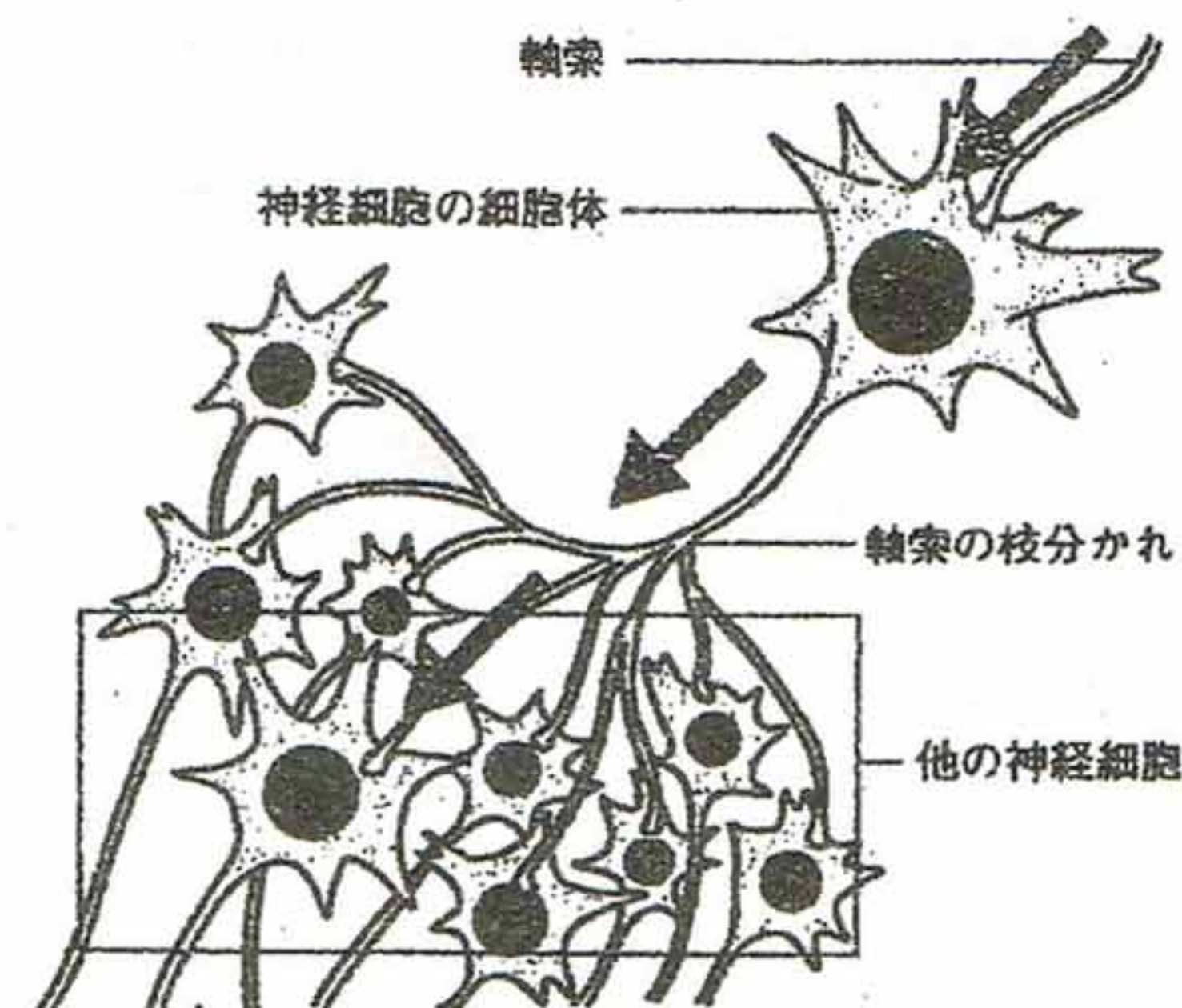
神経細胞にあって他の細胞にない性質はというと、それは「興奮すること」と「化学物質を分泌する」ということの2つである。

まず「興奮すること」であるが、神経細胞は活動電位（インパルス）という微細な電気信号を発生している。神経細胞のネットワークを活動電位が行き交うことにより、人間の複雑な感情や思考という現象まで営まれていると考えられている。

下の図左の神経細胞の構造でいうと、樹状突起が別の神経細胞から刺激を受け取り、軸索が刺激を伝える。また、軸索の周りは髄鞘という絶縁物質で覆われており、活動電位が効率よく伝わるのを助けている。



神経細胞の構造



神経回路の模式図

③ (神経伝達) 物質

軸索と隣接する神経細胞の樹状突起との間にはシナプス間隙という隙間があり、電気信号はこの隙間を乗り越えることができず、直接的に隣接する神経細胞には伝わらない。このシナプス間隙の情報を行うのが(神経伝達物質)である。

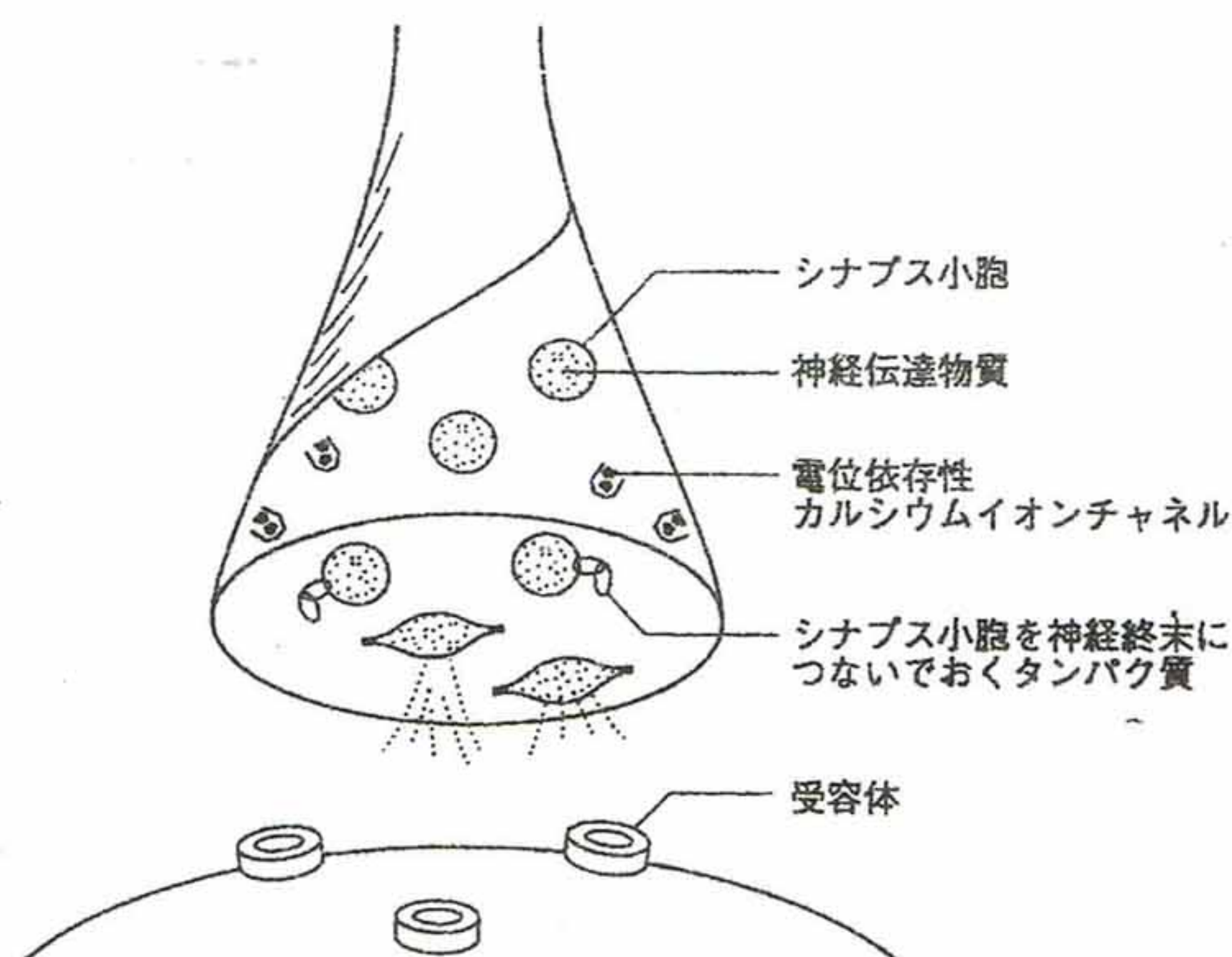
神経伝達物質を合成することは、電気的な興奮の伝導と並ぶ、神経細胞のもう1つの重要な仕事である。その原材料は食物から取り込んだ栄養素で、血流によって運ばれてくる。神経細胞はそれを取り込み、自前の酵素で神経伝達物質を合成する。神経伝達物質の原材料や、合成された神経伝達物質は軸索のなかをゆっくりと運ばれていく。これは神経の興奮伝導とは全く別の流れである。軸索は決して空っぽのパイプではなく、たくさんのレールや、化学物質を運ぶ運搬役のタンパク質で充満している。

④ 神経伝達物質の放出

軸索を運ばれた神経伝達物質は、シナプス間隙近くの小さな袋状のシナプス小胞の中に蓄えられる。電気的興奮伝導が神経終末まで到達すると終末部にあるカルシウムチャンネルが開く。すると、シナプス小胞がシナプス間隙の方に移動していき、そこで神経伝達物質をシナプス間隙に放出する。

一方、情報を受け取る樹状突起には、放出された神経伝達物質を受け止める受容体というタンパク質が存在している。この受容体に放出された神経伝達物質が結合することにより、神経細胞同士の間の情報伝達が行われる。

1つの神経細胞は基本的に1種類の神経伝達物質しか使われない。したがって、どんな神経伝達物質を放出するかで、その神経細胞に名前をつけることができる。たとえば、セロトニンという神経伝達物質を放出する神経細胞は「セロトニン 作動性神経」、あるいはもっと短くして「セロトニン神経」という。



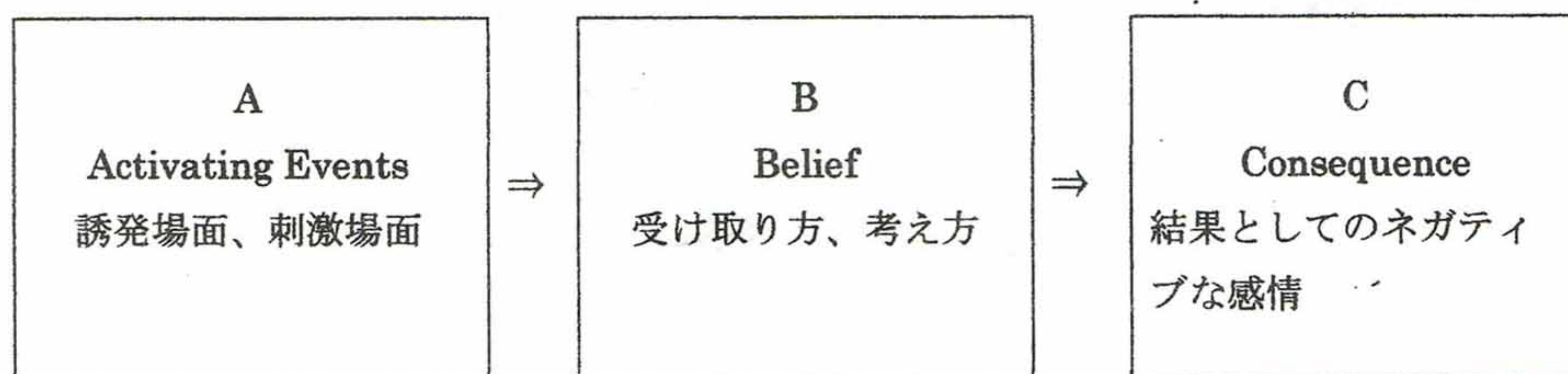
神経伝達物質の放出

神経伝達物質の放出

うつ病は、やる気、意欲などの感情を伝達する神経伝達物質であるノルアドレナリン、幸福感や癒しなどの感情を伝達する神経伝達物質であるセロトニンの放出が少ないため起こるらしいということがわかっている。→ p.115

(2) うつ病の心理学的素因

- ・うつ病の人の病前性格としては、几帳面、仕事熱心、まじめ、義務感・責任感が強いなどがあげられるが、これを逆にいうと、ずぼらでチャランポランな人はうつ病にはなりにくいといえる。
- ・このような性格傾向は、普通の人とは異なる独特のものの考え方や見方をする。つまり、うつ病に特徴的な（思考）パターンがあるわけで、これを（抑うつ的認知）という。その典型的な例が（抑うつ的原因帰属スタイル^{p83}）といわれる、特徴的な原因帰属の仕方であり、具体的にいうと次のようなものである。
- ・普通の人では自尊感情を高め、維持しようとする（自己高揚理論）から、成功場面（自尊感情を上げるチャンス、先の見通しを明るくするチャンス）では（内）的で（安定）した原因帰属をする。つまり、（自尊）感情を上げ、先の（見通し）を明るくする。
- ・また、失敗場面（自尊感情が下がりかねない、先の見通しが暗くなりかねない）では、（外）的で（不安定）な原因帰属をする。つまり、（自尊）感情を下げず、先の（見通し）を暗くしない。
- ・これに対して、うつ病になりやすい人はまったく正反対の原因帰属スタイルをとる。すなわち、成功場面では（外）的で（不安定）な原因帰属をする。つまり、（自尊）感情を上げず、先の（見通し）を明るくしない。
- ・また、失敗場面では（内）的で（安定）した原因帰属をする。つまり、（自尊）感情を下げ、先の（見通し）を暗くする。
- ・こうした原因帰属スタイルをもった人が、大きなストレスを頻繁に経験するとどうなるか。プリント pp.45-46 のABC図式で考えてみるとよくわかる。

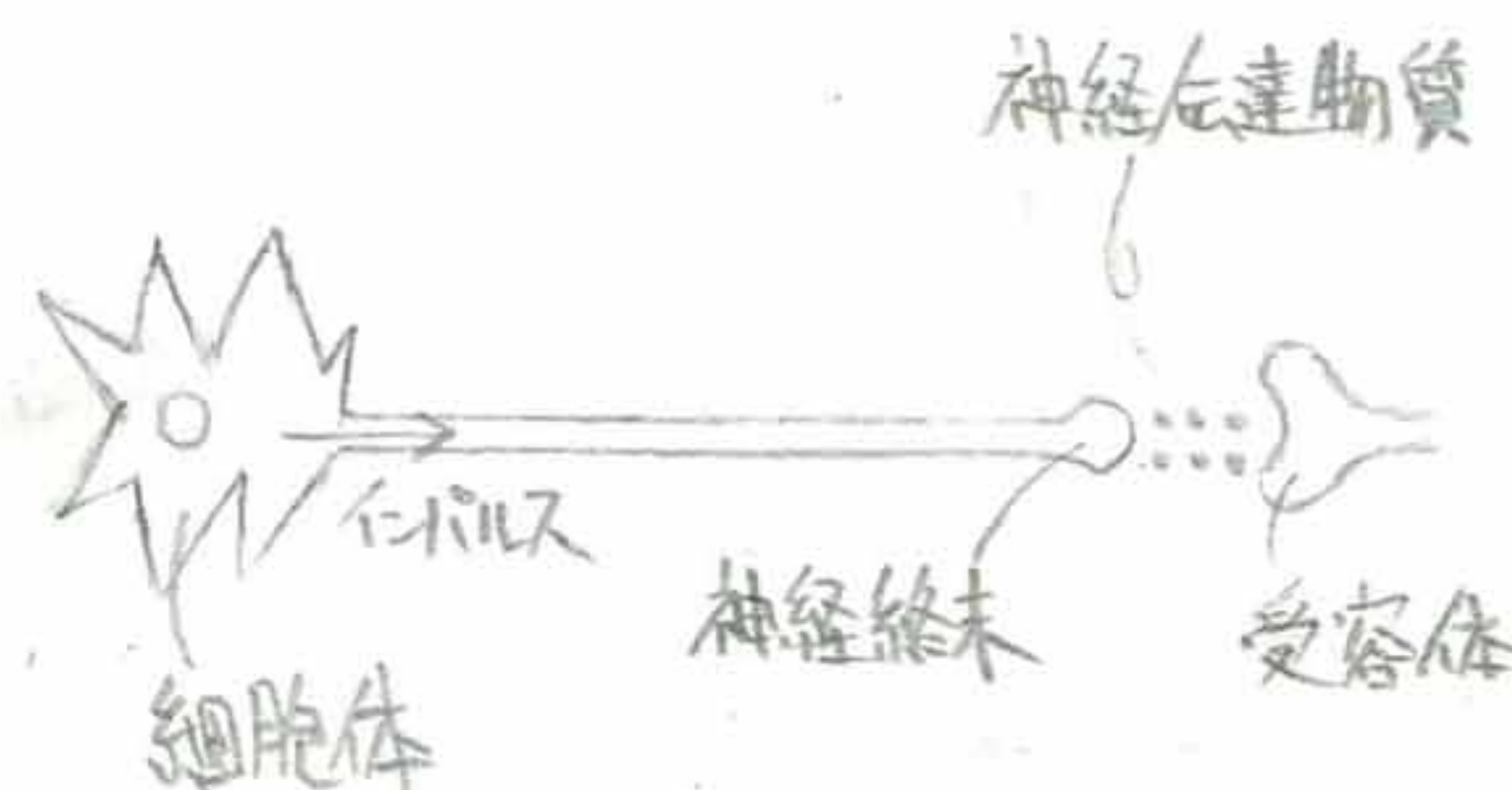


IX 異常性欲

- ・異常性欲も「心」だけの問題でなく、「からだ」も関係しているらしいということがわかっている。つまり、異常性欲を示すいわゆる「変態」には身体的な（素因）があるらしい。
- ・異常性欲は（性的倒錯）とも呼ばれ、具体的には
 - （窺視）症 他人の裸や性行為を覗く
 - （露出）症 他人に自分の性器を見せつける
 - （小児性愛） 幼児に性的ないたずらをする
 - （服装倒錯） 異性の下着を身につける
 - （フェティシズム） 靴や靴下など通常は性欲を喚起しないものに、強い性欲を感じるなどがある。
- ・これらの行動に共通しているのは、次の2点である。
 - ①（やめようと思ってもやめられない）
 - ②変わったことに快感を感じる
- ・これは脳の中の（神経伝達）物質と関連がある。神経伝達物質についてはプリント pp.64 参照のこと。

1. やめようと思ってもやめられない

- ・パチンコ好きの実験（→ pp.113-115）の結果からいえること。
パチンコに（ハマって）いる人は、ハマっていない人に比べて、パチンコで出玉最高状態ときに脳の中で大きな（快感）を感じている。それは（エンドルフィン）という神経伝達物質でわかる。
- ・プリント pp.63-64 にもあるように、脳内で情報を伝える神経細胞同士の間にはシナプス間隙という隙間があり、神経細胞の電気的な興奮はここでいったん途切れる。そして、一方の神経細胞から（神経伝達物質）と呼ばれる化学物質が放出されて、他方の細胞にある受容体というたんぱく質に取り付いて信号を伝える（下図）。



神経伝達の仕組み

- このような間接的な伝達の構造があるので、ここで一種の増幅や減衰が起こったりして神経伝達の微妙な調整が行われる。われわれの気分や感情もこの微妙な調節の具合によって変化する。
- 大脳辺縁系の腹側被蓋野に細胞体があり、神経伝達物質として（ドーパミン）を用いるのがドーパミン神経である。ドーパミン神経は腹側被蓋野から側坐核に向かって走る神経細胞の束であるが、ハマる現象の主役を演じているといわれている。側坐核は「好き・嫌い」を判断し、「好き」なものだったら「行動を開始せよ」という命令を出すところである。ドーパミン神経が興奮するとドーパミンは側坐核に放出されるから、このドーパミン神経の興奮がハマる現象と深くかかわっているといえる。
- 代表的な脳内の神経伝達物質
 - （エンドルフィン）－ ストレスによる苦痛をやわらげ、気分的に立直らせてくれる。
 - （ドーパミン）－ 興奮してやる気や快感を感じさせる。
 - （ノルアドレナリン^{p115}）－ 恐怖や怒りを感じさせる。意識の水準（覚醒水準）を高める。
 - （セロトニン）－ ホットする、幸福感、癒される感覚を感じさせる。
- ジェットコースターの実験（pp.115-116）の結果からいえること。やめようと思ってもやめられない（＝衝動性）のは、それをした後に（ドーパミン）やセロトニンが分泌される人といえる。言葉を換えれば、そのことをすると大きな快感が得られるということ、脳が勝手に判断して学習してしまう人といえる。
- あることにハマる人というのは、そのことをしたときに（ドーパミン）や（セロトニン）といった神経伝達物質が分泌しやすい「体質」の人といえる。
- つまり、そのような「体質」の人が、もちろん自分にはそのような「体質」があると気づかず、ある刺激（パチンコ、ジェットコースター、児童ポルノなど）に接触すると、（ドーパミン）や（セロトニン）などの神経伝達物質によって脳が勝手に興奮状態になってしまい、ハマる、病みつきになる、やめられないということになる。

2. 普通では考えられない変なことに快感を感じる

- 人の脳は膨大な長い進化の歴史とともに（脳幹）、（大脳辺縁系）、（大脳新皮質）の3つに分けることができる。
- その中で、性的な本能に関係するのは（脳幹）の中の視床下部という部分。そのはたらきによって、性的な欲求を感じる。
- 脳の中で快感を感じるのに関与しているのは（大脳辺縁系）と呼ばれる部分。この部分は古い脳で、古い（下等）哺乳類は快・不快によって適応（＝生きのこる）ことを学習したといえる。
- 大脳辺縁系の中で、快・不快を判断するのは（扁桃核）という部分、それを記憶するのは（海馬）という部分。これらのはたらきによって、たとえば危険なところ

- へは近づかないなどのことが学習され、適応に(= 生きることに)役立ってきた。
- ・最近の社会では、死体や幼児の裸=快感と判断されるような材料があちこちにあり(インターネットなど)、それによって(扁桃核)や(海馬)がそのように判断・記憶してしまっていることが、変なことに快感を感じることに関係あるらしい。
 - ・つまり、ある事象や刺激に対して、(ドーパミン)や(セロトニン)という神経伝達物質が過剰に分泌しやすいという生物学的な(素因)をもった人が遭遇すると、そのものに対して、興味を感じる、おもしろいと思う、ハマる、病みつきになる、やめられないといったことになる。
 - ・たとえば、
 - 高校の社会で倫理を学習する → 「おもしろい」と感じ、大学は哲学に進む
 - 大学に入って麻雀を知る → 「おもしろい」と感じ、麻雀にのめり込む
 - 難民救済活動の講演を聴く → 「おもしろい」と感じ、NGO活動に参加する
 などのことは、人によってはまったく興味をもたないこともある。のめり込む人とまったく関心がない人の差は「おもしろい」と感じるかどうかであるが、それは脳生理学では、その刺激や事象に対して、(ドーパミン)や(セロトニン)という神経伝達物質がどれくらい分泌するかの個人差によるといえる。
 - ・同じように、幼児の裸や死体などに対する異常性欲についても、そのような生物学的な(素因)と、その素因を開花させるような現代社会の(環境)との相互作用によって説明できる。
 - ・これを説明する概念が(素因ストレス)モデル。