

## 対人恐怖症の精神力動

柴原直樹

Psychodynamics in Anthropophobia (Taijin-kyoufusho)

Naoki SHIBAHARA

Since the clinical report of erythrophobia by Morita, a great number of psychiatrists as well as psychologists have focused their attention on anthropophobia named taijin-kyoufusho in Japan. This syndrome is a culturally distinct phobia in Japan and included in the official Japanese diagnostic system for mental disorders. Its symptom is characterized as an individual's intense fear or shame that his or her appearance, facial expression, eyeshot, or odor should displease, embarrass, or be offensive to other people. In this paper, I first presented the definition of taijin-kyoufusho and then its classification proposed by several researchers. Next, I overviewed various interpretations of the mechanisms of this phobia from psychodynamic viewpoints. Finally, I referred to the current problems of the phobia.

Key Words : Psychodynamics, Anthropophobia, Taijin-kyoufusho, Neurosis, Anxiety  
精神力動、対人恐怖、神経症、不安

## 1. はじめに

かつてキルケゴールは、不安を経験したときに人は己の自由を最大限に感じると言った。我々は、断崖絶壁を前にして恐怖のあまり眩暈を感じ咄嗟にその場から離れようとする一方で、逆に深遠の奥底へ引きつけられるような衝動に駆られる。このような、相反する2つの衝動が奇妙な形で混ざり合っている感覚は、人間の自由の意識から来るとキルケゴールは考えた。つまり、崖から身を投げるのも自由のなせる業であり、そうできる自由への恐れがこの奇妙な感覚を生み出すというのである。サルトルも指摘したように、まさに不安は自由の前提条件となる存在の本質なのである。

こう考えると、一方で好意を寄せている異性に接近したいという衝動があり、他方でその異性を前にして自分の好意が悟られるのではないかと、そのことで相手

を不快な気持ちにさせてしまうのではないかと悩み、思わずその異性を避けてしまうのも、まさに人間の自由性に起因すると考えられよう。そして、自由であるが故に経験する恐怖や不安に対して、人は苦悩し、あるがままの自分を受け入れることで自分自身を変化させ「理想の自分」になろうとする。内沼(1990)<sup>1)</sup>がまさに指摘したように、悩みのないところに豊かな人格的成長はありえず、悩むことが真の精神的健康を保証するといっても過言ではないだろう。

森田(1960)<sup>2)</sup>は「赤面を人に見られることを苦にするような、みずから人前を気にすることをもって恐怖する」、いわゆる対人恐怖症患者の臨床例を発表した。前述したように、「あるがまま」の自己の受容は、自分自身を知り、自分の選択により自らを変えようとする志向性を持っている。森田はこの点に着目し、「あるがまま」の人間の自然性を肯定し、「純な心」の習得

を対人恐怖症の治療目標として掲げた。以後、対人恐怖に関する多くの心理学的、精神病理学的研究が報告されてきたが、最近では対人恐怖症の病像が苦悩の内容・質において変化していることが指摘されている(鍋田, 2004<sup>3)</sup>, 2005<sup>4)</sup>)。

そこで、本論文において、まず対人恐怖とは何かを述べ、その症状や分類について記述する。次に、森田に始まる対人恐怖に関する理論的枠組みのアンチテーゼとジンテーゼを精神力動的観点から考察していく。最後に、最近の傾向と問題点について分析する。

## 2. 対人恐怖とは？

対人恐怖症に対して幾つかの定義づけがなされているが、より標準的なものとして、笠原(1973<sup>5)</sup>, 1975<sup>6)</sup>)による「他人と同居する場面で、不当に強い不安と精神的緊張が生じ、そのために他人に軽蔑されるのではないかと、他人に不快な感じを与えるのではないかと案じ、対人関係からできるだけ身を退こうとする神経症の一型」という定義がある。人前で失態を演じるのではないかとといった、不安や緊張、圧迫感是对人恐怖症の主訴として最も多いものであるが、恐怖という点からすると、「異性との会話が途切れるのを恐れ無理して話題を作り疲れてしまう」とか「人前で発表したりすると不必要に緊張し赤面するのではないかと恐れる」など、対人場面において他者が恐ろしいのではなく、自分自身が他者に対してどのように接していいかが分からず、緊張し戸惑う自分を恐れるという特徴が見られる(永井, 2001<sup>7)</sup>)。

このような視点に立つと、「ひと」恐怖を意味する対人恐怖の英語表記である anthropophobia は必ずしも正しい訳語とは言い切れない<sup>注1)</sup>。何故なら、この患者の恐怖するものは「ひと」ではなく、むしろ「ひとに対

するおのれ」であると考えの方がより妥当と思われるからである(新福, 1970<sup>8)</sup>)。換言すれば、対人恐怖では自分自身の行動あるいは存在そのものが他者に不快感を与え、他者に忌避されると感じる不合理な恐怖をその基本的特徴とするため、自分が他人に対して不適切な言動や行為をするのではないかとといった「自分に主体をおいた恐怖」というよりも、人から自分の行動が奇異に見られるのではないかとといった「他人に主体をおいた恐怖」が中心的なものとなっている(大野, 2002<sup>9)</sup>)。そこには、人から良く思われたいという願望と悪く思われはせぬかという恐怖の混在が見て取れる。

一般に、恐怖症<sup>注2)</sup>の心理的特徴として、(1)持続性の強い非合理的な恐怖、(2)抗しがたい恐怖対象の回避欲求、(3)恐怖心の過剰性や非合理性の自覚の3点が挙げられているが(松浪, 2002参照<sup>10)</sup>)、鬼澤・宮本(1982<sup>11)</sup>)は特に対人恐怖に共通するものとして以下の点を掲げている。自己の身体部分における欠点の存在を認識し、その欠点が他者を困惑あるいは不快にさせるため他者から憐れまれたり、さげすまされたり、忌避されたりすると思ひ込み、その欠点を除去あるいは隠蔽したいと願望する。そのため、自己の欠点を強く意識させるような対人場面を恐れるようになる。また、山下(1982<sup>12)</sup>)は(1)対人性をもつ欠点の存在、(2)確信性、(3)関係妄想性、(4)妄想体験の局限性、(5)了解性の5つを対人恐怖に共通する特徴として列挙している(表1参照)。いずれにせよ、自己の身体部分の感覚や機能が病的に異常であると妄想的に確信するが故に、自己の無能さが人前に曝け出されることに恐怖や不安を覚え、たとえ不合理であるという自覚があっても対人関係を回避する点が両者に共通していると言えよう。しかし、これは対人恐怖症としての必要条件に過ぎない。内沼(1977<sup>13)</sup>)の指摘した「矛盾した二面的性格構造」、あ

表1 対人恐怖の典型例の特徴(山下, 1982参照)

特 徴	内 容
1. 対人性をもつ欠点の存在	相手に不快・緊張感を与える欠点の自己認識
2. 確信性	その欠点の存在を強固に確信
3. 関係妄想性	その欠点を相手の所作や行動から直感的に感じ取る
4. 妄想体験の局限性	この妄想体験は一定の状況内に止まり、それ以上発展しない
5. 了解性	生育歴や性格、状況要因から症状形成が了解的に把握可能

注1: DSM-IV (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition, 1994)の付録 では、対人恐怖症を日本における文化特異的な恐怖症と述べ、その英語表記を“taijin kyoufushou”としている。

注2: 一般に、恐怖はその対象が明確であるのに対し、不安は対象が漠然としているという点で両者は区別されている。しかし、DSM-IVによると、漠然とした脅えとしての不安が対象を得ると恐怖として体験されるという観点から、恐怖症は不安性障害の下位に分類され、その精神症状から(1)個別的恐怖、(2)社会恐怖、(3)広場恐怖として整理されている(松浪, 2002参照<sup>10)</sup>)。対人恐怖はその中で社会恐怖の一亜型として定義づけられている。

るいは永井(1994)<sup>14)</sup>による「相矛盾する性格傾向の併存」といった、優越意識や向上心の強さといった自己の「強気」の部分(強力性)と挫折感から必要以上に自己卑下する「弱気」な部分(無力性)との対立緊張(あるいは併存)が対人恐怖症の条件として更に加わるのである。

対人恐怖は歴史的に見て日本人に特有の症状群であり、対人恐怖に悩む患者の多くが青年期の若者、特に10代前半から20代にかけて集中している。そのため、思春期における精神的変化、つまり自我が芽生え、自己に関心が向かい、他者の目に映る自己を意識し緊張し悩むことがきっかけとなり発症するといった、青年期特有の心理状況との関わりが示唆されている(永井, 2001)<sup>7)</sup>。また、患者の性差に関しては、男性の方が女性よりも多く見られるという報告があるが、近年ではしだいに男女差がなくなる傾向にあることも指摘されている(高橋, 1969 参照)<sup>15)</sup>。

### 3. 症状からみた対人恐怖の分類

当初、森田(1960)<sup>2)</sup>は対人恐怖症の中でも赤面恐怖の症例が多かったことから、これをあらゆる対人恐怖の原型とみなした。森田・高良(1963)<sup>16)</sup>は、その特徴を恥の意識と捉え「恥ずかしがる事を以て、自らふがないことと考え、恥ずかしがらないようにと苦心する『負け惜しみ』の意地張り根性」と看破した。つまり、対人恐怖はいわば羞恥恐怖というべきものであって、単に恥ずかしさから逃避するのではなく、恥ずかしがらないようにと自ら努力することでかえって強く恥ずかしがるようになることで生ずる病態と言える。近年、この赤面恐怖は減少傾向にあるが、これは患者の意識が「周囲に対する恥」から「周囲に対する怯え」へと変化していることによるものと思われる(永井, 2001)<sup>7)</sup>。いずれにせよ、対人恐怖症者の意識には、自己の緊張感が相手に伝播し相手を不快にさせ

ることに対して「すまない」と感ずることで、他者中心的な体験に行為の意味をすりかえて自己の無傷性を保証する防衛が働いているとの指摘もある(塚本, 1973<sup>17)</sup>, 1976<sup>18)</sup>)。

ところで、山本(1981)<sup>19)</sup>は自身の臨床経験から27にも及ぶ対人恐怖の症状を挙げているが、対人恐怖の分類については研究者の間で必ずしも一致した見解があるわけではない。例えば、永井(2001)<sup>7)</sup>は対人恐怖の症例を比較的訴えの多い、(1)赤面恐怖、(2)表情恐怖、(3)視線恐怖、(4)醜貌(醜形)恐怖、(5)自己臭恐怖の5つに類別している(表2参照)。そして、これらの症状に共通するものとして、自己の重大な欠点を認識し、その欠点が相手に不快感を与えるために除去あるいは矯正すべきであると思ひ込む。また、その低い自己評価は周囲によって決定されていると考えている。これに対し、内沼(1990)<sup>1)</sup>は赤面恐怖、表情恐怖、視線恐怖を対人恐怖の中核群とみなし、それぞれは互いに関連し合い、時の経過とともにこの順に症状が変化するとした。また、異性に対する好意から赤面を経験し、その克服に努めているうちに表情が強張るようになり、やがて他人の視線をひどく意識するようになった症例を挙げ、赤面恐怖段階 表情恐怖段階 視線恐怖段階と症状変遷が進むにつれ恐怖の度合いが深まることを指摘した。

他方、笠原・藤縄・関口ら(1972)<sup>20)</sup>は治癒経過や妄想的な確信度から対人恐怖を重篤度別に分類した(表3参照)。この中で、B段階にあたるものが強迫性を主とする軽症対人恐怖であり、C段階に相当する妄想性を帯びた重症対人恐怖と区別される。特に、自己視線恐怖と自己臭恐怖はC段階の重症対人恐怖に分類され、前者は思春期後期に発病し30歳前後で軽症化するケースが多く精神病段階へ移行しにくい、後者は早発性が主であるものの40歳・50歳代で発病するケースも見られ精神病段階へ移行するものも多い(福井,

表2 対人恐怖の症例

類 型	特 徴
赤面恐怖	緊張場面で赤面することを他人に見られることが恥ずかしくて苦悩。実際に赤面しているとは限らない。
表情恐怖	表情が強ばり、ぎこちなくなって自然に振舞えない
視線恐怖	他人の視線によって自己の内面が見透かされているのではないかと恐れる他者視線恐怖と、自分の目つきが他人を不快にしているのではないかと悩む自己視線恐怖(正視恐怖)とがある
醜貌恐怖	自分の容姿が醜いため他人を不快にさせているのではないかと悩む
自己臭恐怖	自分の身体から気づかぬうちに悪臭が漏れていると信じ、その臭いが他人を不快にさせているのではないかと悩む

表3 対人恐怖の重篤度別による4つの区分

重篤度	特 徴
A	平均者の思春期という発達段階に一時的にみられるもの
B	純粹に恐怖症段階にとどまるもの
C	関係妄想性をはじめから帯びるもの
D	前統合失調症症状として、ないしは統合失調症の回復期における後症状としてみられるもの

1992)<sup>21)</sup>。また、山下(1997<sup>22)</sup>、2000<sup>23)</sup>)は対人恐怖を軽度と重度に2分し、軽度のを緊張型対人恐怖、重度のを確信(妄想)型対人恐怖とすることを提案している。鍋田(1989)<sup>24)</sup>も同様に対人恐怖を思春期にみられる一時的な症状神経性のものから、神経症水準、境界水準、精神病水準といった4つのレベルにまとめている。これらの考え方を参考に、鍋田(2004)は表4に示すような対人恐怖症の分類を行った。

#### 4. 対人恐怖の発生機序に関する諸理論

対人恐怖の発生メカニズムについて、中村(2000)<sup>25)</sup>は生物心理学的 人間学的 社会・文化的なパースペクティブから考察しているが、本論文では精神力動的観点から諸説を検討する。

##### (1) 森田説

森田(1960)<sup>2)</sup>は、対人恐怖の発生機序の説明に、神経症になりやすい性格傾向としての「ヒポコンドリー性基調」と「精神交互作用」という概念を導入した。ヒポコンドリーとは心気症つまり疾病を恐怖することを意味し、したがってこの傾向の強い人は生存欲、つまり「生の欲望」が強い。その性格特徴には、内向的で執着性があり、身体的精神的不安や異常、あるいは病的感覚に対する過敏性が強く、二者択一的完全癖を有するなどが挙げられる。また、「精神交互作用」とは、ある感覚に対し注意を集中すると、その感覚が鋭敏となり、この感覚の鋭敏さが益々注意をその方向へ固着させる精神過程をいう。この感覚と注意の相乗効果による自己暗示的な悪循環の結果、自己の感覚が病的に異常なものであるという意識が増幅し固着して症状となって現れる。つまり、対人恐怖はヒポコンドリー性基調と呼ばれる性格特徴を持つ人が精神交互作用により症状を固着させることで発症するというのである。そして、この固着した状態を「とらわれ」と表現した。

また、森田・高良(1963)<sup>16)</sup>によって表現された、対人恐怖の「恥ずかしがる事を以って、自らふがないことと考え、恥ずかしがらないようにと苦心する『負け惜しみ』の意地張り根性」には、恥ずかしがる不甲

斐ない「弱気な自己」と恥ずかしがらないようにと意地を張る「強気な自己」との共存がある。その結果、対人場面で悪く思われはしないかという恐怖と、負け惜しみの意地張り根性が葛藤して、その場に居たたまれなくなる。つまり、「かくあるべし」という自我理想と「かくある」という現実の自己とが相反する、いわゆる「思想の矛盾」に陥ることで、強い劣等感と内向的な自己への執着が、激しい向上欲と倫理的な完全主義とによって、自己の性格の中に無力性と強力性の大きな葛藤を引き起こし、結果として対人恐怖が形成されるのである(福井, 1992 参照)<sup>21)</sup>。

##### 森田説の拡張あるいは修正案

1. 近藤(1964<sup>26)</sup>、1970<sup>27)</sup>)によると、「負け惜しみの意地張り根性」という強気の自己は、現代の競争社会にあって「他者に優越していなければならない」という自己主張的要請から生ずるもので、伝統的な日本の家庭環境(親子関係)に由来する、周囲に気を使い「人によく思われなければならない」という配慮的要請と対立する。この2つの要請間の内的葛藤が対人関係の不安定性や恥の感情を生み出し、「本来の自分を見失った自分のない状態」にしてしまうと考える。
2. 土居(1971)<sup>28)</sup>は、森田の言う対人恐怖の「とらわれ」の心理には「甘えたくても甘えられない」関係に対する戸惑いがあると指摘する。対人恐怖の多くは「個人がこれまで馴れ親しんだ共同体から離れて、新しい見知らぬ社会で生活せねばならなくなった時」に発症することから、人見知り卒業できない人間が「甘え」の欲求不満をつのらせ、それが高じることで対人恐怖となると考えた。
3. 森田のいう「とらわれ」は、社会規範としての「かくあるべし」という理想的自我と「かくある」という現実自我との葛藤によるものであった。河合(1975)<sup>29)</sup>は、日本人の自我の確立という点に着目して対人恐怖の心理機序の説明を試みた。日本の社会は「人どうしの間柄」や「世間体」を価値基準とする共同体で、暗黙の了解を前提とし、全体としての

表4 広義の対人恐怖症の分類

思春期に一過性に見出されるもの	心理社会的発達に伴う公的自己意識の増大 自己評価の自己による調整の拙劣性
反応性のもの a : 外傷体験ののち発症するもの  b : 状況の変化で発症するもの	よかれと思ってしたことを非難される 突然、処理しきれない攻撃に出会う  PTAなどに出るようになって
神経症性のもの a : simple type (discrete な social phobia)  b : 平均的対人恐怖症 (generalized type の social phobia)	いわゆる恥ずかしがりやや、はにかみや、体に症状が出やすい(赤面、書痙、表情のこわばり、会食恐怖など) audience fear, stage flight など 多くが学童期から、そのような傾向を示す 関係念慮などはほとんどない。近年、きわめて減少してきている  恐怖強迫的、妄想様関係づけ 中間的対人状況で生じやすいとされてきたが、その傾向が崩れてきている
重症対人恐怖症(古典的な境界例) 妄想様固定観念型  思春期妄想症 自我漏洩症状 汎神経症状態 不安定状態	「自分は嫌われている」「自分は醜い」「自分は皆からいじめられるような人間だ」との思い込み・醜形恐怖など  広汎な関係念慮・関係妄想 自己臭症、自己視線恐怖症  人格障害との合併
対人恐怖症を伴いやすい他の病態 a : 非精神病圏のもの (発症のメカニズムに関連性がある)  b : 精神病に伴うもの 統合失調症に伴うもの うつ状態に伴うもの c : 広汎性発達障害に伴うもの d : PTSD に伴うもの	不登校・ひきこもり、思春期やせ症、ヒステリー、自己愛人格障害、境界人格障害、回避性人格障害、依存性人格障害、敏感関係妄想  大きくは崩れにくい。準適応レベルが多い 自己評価の低下と、他者配慮性が伴うため様々な機能の低さから生ずる戸惑い 本当に他者を恐れる「人・恐怖」の状態

場の平衡状態を維持することに重きがおかれる。このような場において、西洋人のように個人としての自我の確立に価値をおき、自我を屹立させると、この平衡状態を乱し周囲との摩擦を引き起こすことに

なる。河合は、前者のような場の平衡状態の維持に高い価値をおく倫理観を「場の倫理」と呼び、後者の個としての自我の確立に重きをおく西洋的な「個の倫理」と区別した。そして、対人場面において、他

者に優越したいという無意識内に存在する個の倫理観が、日本人の生き方である場の倫理観と衝突することで場の平衡状態を破り窮地に追い込まれる。つまり、対人恐怖は「個の倫理」と「場の倫理」の深刻な葛藤による対人関係の回避と捉えることができる(福井, 2007 参照)<sup>30)</sup>。

4. 内沼(1977<sup>13)</sup>, 1983<sup>31)</sup>)は、森田と同様に対人恐怖の原点には羞恥の問題があると考えた。そして、羞恥を我執と没我のあいだを漂う間の意識と表現した。我執とは自他を分離し自己に執着する主客断裂を意味し、人より優れたという向上心、あるいは優れているという自尊心を表す。他方、没我とは他人との心の融合を通して自他を合体させる主客合一を意味し、他人を愛しその期待する存在になろうとする志向性を指す。親しい関係に基づく対人場面では、自他合体的志向が望まれ、無関係な集団における対人関係では自他分離的志向が望まれる。しかし、どちらでもない中間状況にあっては相反する志向が同時に働き、両者の狭間で揺れ動き、その中で対人関係における間の悪さに困惑しそれを回避しようとする。対人恐怖の患者が家族などの親しい関係の人や全く無縁な他人を回避することはなく、第三者的な中間状況にある人を苦手として回避するのはこのためである。また、森田と異なる点として、症状が赤面恐怖から表情恐怖、視線恐怖へと変遷するにつれて患者の意識も恥から罪へと変化することを挙げ、その原動力になるものを、強力性と無力性という対極傾向の相互循環作用に求めた。その根底には他者と距離を置き自尊心を失うまいとする我執性と、自分はどうであれ他者に尽くさずにはいられない没我性との対立緊張があるとした。

5. 鍋田(1989)<sup>24)</sup>は、森田の指摘した対人恐怖における羞恥感は自意識過剰な緊張感からくる不安によるものと考えた。自己意識には、他者から直接観察されない自己の側面(感情・気分など)に注意を向ける私的自己意識と、他者に観察される自己の側面(服装・容姿・言動など)に注意を向ける公的自己意識がある(菅原, 1984<sup>32)</sup>)が、対人恐怖はこの公的自己意識の高まりに原因があるとした。公的自己意識の高まりによって、理想的自己像に近づこうという気持ちが増す一方で、自我理想に到達できない不安や駄目な自分を露呈してしまうのではないかという恐れが生じ、両者の交錯した緊張感の中で対人関係を避けるようになる。特に、神経症的傾向のある者は、「かくあるべき」自我理想の実現に固執する一方で、自ら抱いている自己像が醜く悪いという特徴が

ある。これは、公的自己意識の高まりにより理想的自己像に近づこうとするが、到達できない自己の発見により自己嫌悪感が生まれ、その悪しき自己像を隠したいと強く願う人目を気にするようになることで、公的自己意識がさらに高まるといった悪循環によるものである。

6. 田代(2005)<sup>33)</sup>は、森田の「思想の矛盾」における問題点を指摘した。「思想の矛盾」とは、「かくありたい」という理想と「かくある」という現実が相反するような、ある観念や意思に対して、反対の観念や抑制する意思が同時に起こるという矛盾した状態をいう。森田は、この観念や意思は「欲望」により生じ、反対の観念や意思は「抑制の心」により起こると説明しているが、田代によると、「相反する機能」としての「欲望」と「抑制の心」は伸筋と屈筋のように同質のものではないために説明概念として適切とはいえない。それに代わるものとして、「生の欲望」と「死の恐怖」を対置させ、「生の欲望」によって理想的自己を求める願望が生じ、「死の恐怖」によって予想される現実の自己を自覚させるという精神の拮抗関係を「思想の矛盾」とする案を提示している。

## (2) 精神分析的アプローチ

フロイトは、開放されないリビドーは蓄積され、それが不安(あるいは恐怖)に変性すると考えていたが、後に本能的な衝動と超自我の葛藤により神経症的な不安や恐怖症状が形成されると主張するに至った。このような精神分析的観点から対人恐怖の心理機制について諸説が生まれたが、これらは、症状発症に関して精神の深層を問題にしている点で森田説と異なっている。以下、エディプス・コンプレックス、幼児ナルシズム、人見知り不安、メドゥサ・コンプレックスに焦点を当て対人恐怖を論ずる。

1. 山村(1933<sup>34)</sup>, 1934<sup>35)</sup>)は、赤面恐怖症の精神病理をエディプス葛藤に求めた。赤面が生ずるのは、去勢不安により抑圧されたりビドーが「下方から上方へ」移動して顔面が性器化することによるためとし、性的衝動とこれに対する抑圧(露出欲と制止)との軋轢の結果、露出欲は変装した形でその満足を許され、上位自我がこれに対して羞恥心あるいは罪悪感をもって反応し苦悩するためと考えた(永井, 2002 参照)<sup>36)</sup>。

2. 西園(1970)<sup>37)</sup>の精神分析的解釈によると、幼児期に周囲からの過度の期待を一身に背負い、良い子として親の過保護の元に大切に育てられた子どもは、

強い自己愛（幼児ナルシズム）を発達させる。その結果、周囲の期待する自己像をいわば神経症的に過補償された形で作り上げ精神的安定と自己意識の安全をはかろうとし、厳しすぎる自我理想を構築してしまう。親からの特別な愛と庇護のもとに形成されたこの幼児ナルシズムは、理想的な自己の再現に躍起になる一方で、他者の期待に添うような素晴らしい自己の演出に不安を感じると、突然、他者の眼差しに過敏に反応し、戸惑いを覚え無力感に襲われる。これが、自我理想の容認する自己像との間に葛藤を生み、他人に対してマゾヒスティックな行動を起こさせることで、対人恐怖として現れる。

3. 小此木（1980）<sup>38)</sup>は、「信頼する母親を見出せない失望と憧憬によって起こる見知らぬ人に対する幼児の不安が、神経症的不安に近い」というフロイトの考えに基づき、対人恐怖の心理機制的説明を人見知りの精神力動の中に見出した。「乳児の人見知り不安は、母親（good mother）の不在を見知らぬ人物に見出した乳児が、不在の母（bad mother）に抱く怒りを投影して経験する恐怖である」というクラインの説明にあるように、見知らぬ人物に good mother を期待して、それが good mother でないと分かった時、ただ単に期待を裏切られたための不安だけでなく、同時に good mother の不在から迫害者としての bad mother をそこに見出した結果起こる恐怖が、乳児の人見知りの恐怖なのである。そこには、見知らぬ人を見知る不安、隠されたものが顕わになる不安がある。しかし、幼児期になり自我が発達すると、第三者を認識するだけでなく、自己が第三者から認識される存在であることを知るようになり、見知らぬ人を見知る不安だけでなく、見知らぬ人に見知られる不安が生ずる。この幼児にみられる人見知り不安の持つ二面性の中に対人恐怖の原型があると思われる。

4. 福井（2007）<sup>39)</sup>は、他者の眼差しの前で緊張し身体が硬直してしまう様子を、ギリシア神話のメドゥサ伝説（見つめられると人間が石と化す）にならって、メドゥサ・コンプレックスと呼んだ。肛門期における親への依存と、親から拒否される「見捨てられ不安」から親の期待に沿うように自己を監視し身動きできなくする「眼差し」への恐怖（石化の恐怖）が対人恐怖の元凶となる。この点で、対人恐怖は、身近な他者に依存したいという欲求と、他者に接近することによる「メドゥサ」恐怖といった、肛門期に形成される接近・回避葛藤が青年期に再来したものと見える。

## 5. 最近の傾向と問題点

対人恐怖は日本人にとってなじみ深い神経症の類型で、その典型とされる愁訴は赤面恐怖であり、1960年代に全対人恐怖症患者のほぼ3分の1を占めていた。しかし、その後減少の一途を辿り、他の症状にその座を譲り渡した。齋藤（2002）<sup>39)</sup>は、こうした対人恐怖における症状変遷の特徴について以下のようにまとめた。まず、社会的場面での対人緊張と表現されている曖昧な違和感（漠然とした緊張、不安、圧迫感）が増加傾向にあること。次いで、対人恐怖症の代表とでもいえる赤面恐怖が全対人恐怖症患者の10%を切り、代わって視線恐怖が代表的な症状になってきたこと。更に、表情恐怖、自己視線恐怖、自己臭恐怖、醜形恐怖などは一貫して一定の比率を保っているが、最近では自己視線恐怖を中心に増加傾向にあることなどを挙げている。

このような状況にあって、対人恐怖症の病像が苦悩の内容・質において近年変化していることも指摘されている（鍋田，2004<sup>3)</sup>，2005<sup>4)</sup>）。従来の古典的対人恐怖症と異なり、対人関係の中で漠然とした緊張感や圧迫感を訴えるケースや、「ひきこもり」や不登校に伴う軽度の対人恐怖を示すケースの増加が目立つようになってきたが、鍋田はこれを不全型の対人恐怖と呼んでいる。古典型と不全型の両者には、対人関係においてどのように振舞えばよいか途方にくれる、相手を傷つけることを恐れる、相手に忌避されることを恐れるなどの共通点はあるものの、不全型においては強迫性が薄れ、「これが辛い」「このために忌避される」「このことが相手を不快にする」といった具体的な訴えがなく、漠然とした対人関係における苦手意識や回避傾向が見られる。この点について、最近の若者にみられる対人関係の形成能力やコミュニケーション能力の低下が大きな要因の一つではないかと、鍋田は考えている。更に、はっきりとした自我理想を持たないため、自我理想と現実の自己像との乖離に伴う葛藤ゆえに、理想的自己像を求めては失墜するという構造が存在しない。したがって、理想とする自己像を求めたりすることもない。また、経験する苦悩も、他者に対する子どもが抱くような怯えや戸惑いが主となるなど、古典的対人恐怖との明らかな相違が見られる。このような、症状の軽症化に伴う症状変遷は、言い換えるなら古典的な葛藤モデルから欠損モデル（明確な欲求の欠損・自己像の欠損・対人関係形成能力の欠損）への移行と捉えることができよう（鍋田，2004<sup>3)</sup>，2005<sup>4)</sup>）。

こうした事態を踏まえ、笠原（1997）<sup>40)</sup>は対人恐

怖の定説の再検討の必要性を示唆しているが、同時に、従来型の対人恐怖を訴える患者の数が減少する一方、東南アジアのみならず欧米にも対人場面で過度に相手の評価に過敏に反応する患者の存在が明らかとなるにつれ、必ずしも対人恐怖が日本文化独自のものではないことが判明したことも見逃せない。

## 6. おわりに

以上、対人恐怖というものを症状により分類し、その心理機制について精神力動的立場から考察を進め、この症候群の今日的問題に言及してきた。

集団内における不安は、人間に限らず社会生活を営む他の哺乳動物にもみられる普遍的な認知 反応システムの表れである(中村, 2000)<sup>25)</sup>。この不安が対人場面における恐怖という形態をとるためには、人間に特有の恥や罪の意識に伴う複合的な感情体験と社会文化的な圧力の影響が関係してくるものと思われる。この意味において、日本に多くみられる対人恐怖は、日本人のパーソナリティと日本特有の文化や風土といったものと深い係わり合いがあると言えるだろう。

森田に始まり、その後急速に発展した対人恐怖の精神病理的研究は、やがて転換期を迎えることになる。時代の変遷とともに対人恐怖を訴える患者の症状が軽症化し、それに伴う女性患者の増加傾向もその一因と考えられるが、神経症レベルでの軽度の対人恐怖がDSM-IVによる社会恐怖(social phobia)における病態とかなりの共通点があるため、対人恐怖が独立した疾患概念として注目されなくなってきたことが大きな要因と思われる。しかし、対人恐怖は青年期発達臨床の中核像(福井, 2007)<sup>30)</sup>をなすものであり、その概念は青年期の心性を理解する1つの観点を与えてくれる(齋藤, 2002)<sup>39)</sup>ことを忘れてはならないだろう。

最後に、本論文では対人恐怖の治療法については言及しなかったが、森田に由来する治療法、精神分析的立場から無意識の心性に焦点を当てる治療法、学習理論に基づく行動療法や認知論的要素を加味した認知行動療法といったものが存在することを指摘しておく。

## 参考文献

1. 内沼幸雄: 対人恐怖. 講談社現代新書, 講談社, 1990
2. 森田正馬: 神経質の本態と療法. 精神生活の開眼. 白揚社, 1960
3. 鍋田恭孝: 対人恐怖症の今日的問題. 精神医学 33 (4), 363-370, 2004
4. 鍋田恭孝: 対人恐怖症. Social anxiety disorder (SADS) をめぐる新たな展開. 精神医学 47 (2), 133-138, 2005
5. 笠原嘉: 現代の神経症. 精神臨床医学, 2, 153-162, 1973
6. 笠原嘉: 対人恐怖. 加藤正明・保崎秀夫・笠原嘉・宮本忠雄・小此木啓吾編, 精神医学事典, 弘文堂, 1975
7. 永井徹: 対人恐怖. 詫摩武俊・鈴木乙史・清水弘司・松井豊編, シリーズ・人間と性格第8巻: 性格の病理, プレーン出版, 2001
8. 新福尚武: 特集 対人恐怖: 序文. 精神医学 12 (5), 346, 1970
9. 大野裕: 対人恐怖と社会不安障害の類似点と相違点. 社会不安障害 不安・抑うつ臨床研究会編, 日本評論社, 2002
10. 松浪克文: 神経症 - B. 恐怖, 強迫, 離人神経症. 吉松和哉・松下正明編, 精神医学: その基盤と進歩, 朝倉書店, 2002
11. 鬼澤千秋・宮本忠雄: 分裂病と対人恐怖. 臨床精神医学, 11 (7), 29-35, 1982
12. 山下格: 対人恐怖の診断的位置づけ. 臨床精神医学, 11 (7), 5-12, 1982
13. 内沼幸雄: 対人恐怖の人間学. 弘文堂, 1977
14. 永井徹: 対人恐怖の心理 対人関係の悩みの分析. サイエンス社, 1994
15. 高橋徹: 対人恐怖の集団療法. 水島・岡堂編, 集団心理療法, 金子書房, 1969
16. 森田正馬・高良武久: 赤面恐怖の治し方. 白揚社, 1963
17. 塚本嘉寿・高垣忠一郎・山上雅子: 対人恐怖について. 精神医学, 15 (3), 1973
18. 塚本嘉寿: 自我漏洩症状と影響症状について. 笠原嘉編, 分裂病の精神病理 5, 東京大学出版会, 1976
19. 山本巖夫: 対人恐怖と逆説的志向および自己観察 離脱. 飯田真・岩井寛・吉松和哉編, 対人恐怖, 有斐閣, 1981
20. 笠原嘉・藤縄昭・関口英雄・松本雅彦: 正視恐怖・体臭恐怖 主として精神分裂病との境界例について. 医学書院, 1972
21. 福井康之: 対人恐怖. 安香宏・小川捷之・空井健三編, 臨床心理学大系第10巻: 適応障害の心理臨床, 金子書房, 1992
22. 山下格: 対人恐怖の病理と治療. 精神科治療学, 12 (1), 9-13, 1997
23. 山下格: 社会恐怖は日本人に特有か. 坂野雄二編, 人はなぜ人を恐れるのか 対人恐怖と社会恐怖, 日本評論社, 2000
24. 鍋田恭孝: 対人恐怖症. 福島章編, 性格心理学新

- 講座第3巻：適応と不適応、金子書房、1989
25. 中村敬：対人恐怖症・社会恐怖の精神病理．臨床精神医学，29 (9), 1093-1098, 2000
26. 近藤章久：日本文化の配慮的性格と神経質．精神医学，6 (2), 1964
27. 近藤章久：対人恐怖について 森田を起点として．精神医学，12 (5), 382-388, 1970
28. 土居健郎：甘えの構造．弘文堂、1971
29. 河合隼雄：自我・羞恥・恐怖 対人恐怖症の世界から．思想，611, 76-91, 1975
30. 福井康之：青年期の対人恐怖 自己試練の苦悩から人格成熟へ．金剛出版、2007
31. 内沼幸雄：羞恥の構造．紀伊国屋書店、1983
32. 菅原健介：自意識尺度・日本語版作成の試み．心理学研究，55, 184-186, 1984
33. 田代信維：新版森田療法入門 「生きる」ということ．創元社、2005
34. 山村道雄：赤面恐怖に就いて(第一報)．東北帝大医学部精神病学教室業報，2, 69-102, 1933
35. 山村道雄：赤面恐怖に就いて(第二報)．東北帝大医学部精神病学教室業報，3, 13-38, 1934
36. 永井撤：対人恐怖．下山晴彦・丹野義彦編、講座臨床心理学3：異常心理学、東京大学出版会、2002
37. 西園昌久：対人恐怖の精神分析．精神分析研究，12, 375-381, 1970
38. 小此木啓吾：笑い・人みしり・秘密．創元社、1980
39. 齋藤万比古：対人恐怖症・視線恐怖．山崎晃雄編、現代児童青年精神医学、永井書店、2002
40. 笠原嘉：新・精神科医のノート．みすず書房、1997