

## 青年期における心身症傾向に関する研究

堀内 ちはる

### I. 問題と目的

現代は様々な心理・社会的ストレスによって健康を害する人が増え、心身症の時代とも言われており、臨床各科の疾患・患者一般について、心身両面から統合的、総合的に理解する全人的医療が行われるようになってきている。

Ammon (1974) は、心身症者の体験と行動の特徴は、「否」という機能（自我境界のつくられるしるし）の障害であると考えたが、成田 (1986) もその考えになり、心身症者について次のように説明している。心身症者は、自己の一部に「否」ということによって身体の一部を異物（外部対象）化し、それを病める身体（部位）として自己から締め出し、症状を作り出す。そして、彼らは現実の母親、家族あるいは社会に対して「否」といえないかわりに、自己の身体に対して「否」といい、心身症症状でもって自我の疵を多少とも埋めることによって、なんとか自我の境界を形成しようと努力するというのである。

また、Ammon はこうした心身症の素因形成について早期の母子関係における障害の意義を強調しているが、Speriling (小此木, 1960) も心身症者に特有な母子関係について次のように説明している。心身症児の母親は子どもを無力で依存的な状態にとどめておこうとする無意識的な要求をもっていて、しかも子どもをあたかも自分自身の身体の一部であるかのようにみなし、子どもに対する過剰な支配を続けようとする。そして子どもが健康に自立しようとする、母親はこれに対して激しい敵意や羨望を向け、これを悪いことや反抗であるかのように叱るが、子どもが身体的に病気になると、優しく愛情深くなって世話をする。それゆえ、子どもは母親から見捨てられたり怒られたりしないために身体的な病気の状態に身を置くようになるというのである。こうしてみると、人生早期において安定した母子関係が得られなかったであろう心身症者は、自己を主張したり、自分が健康であったりすると受け容れられないという気持ちが（無意識にしろ）強くあり、自己を受容していくことが難しくなっていることが予想される。

ところで、中川 (1991) によると、心身症者は身体的に苦痛になる場合を除いて、表面的には明らかな適応上

の問題がみられないのが普通であるという。しかし、社会的にうまく適応し、何ら問題がないかのように動いている人でも、嫌なことも嫌といえないとか、人に気遣いばかりして疲れてしまったりとか、その人の内部では苦痛を感じながらも、我慢し続けるうちに身体のほうに支障が生じてくるということもあるのではないかと思われる。また、諏訪 (1984) によると、心身症者によくみられるといわれている失感情症 (Alexithimia) というものも、感情の欠損ではなく、感情の言語化の欠損を意味するものであるとされている。そのことから考えても、日常生活の中で不満などを抱きながらも、そうした自分の感情を他人に明らかにすることを抑え、表面的には適応していこうと努力している人が心身症に陥りやすいのではないかと思われる。そこで、本研究では、表面的には適応の状態にありながらも、本当は自分の気持ちを素直に言葉や態度で表せずに苦しんでいる人々、つまり社会的に対しては偽りであっても適応状態にある人々（学校や職場にきちんと通っている）が、自分の心身に対しては不適応を起こしている人（精神的身体的に不調を感じている人、身体的不調のみを感じている人）を心身症傾向ととらえ、その他、精神的な不調のみを感じている人にも注意を払ってみたい。

また、思春期における心身症が近年増加傾向にあること、身体症状を主訴とする神経症圏の青年期患者が増えていることなど、先行研究の流れを汲んで、本研究では対象を青年に絞り、青年期における心身症傾向についてみていくことにしたい。

### II. 研究1

**目的：**青年期における精神的身体的自覚症状の一般的様相を調査し、彼らの自我状態、自己受容性、親子関係の状態の一般的特徴をつかみながら、両者の関係を検討していくが、そこに年齢差と性差による比較検討も加えて行っていく。

**方法：**質問紙法による。中学生を対象にした予備調査（男子122、女子126名、平成5年5月実施）の結果を元に本調査の質問項目の選定を行った。本調査の質問紙は、精神的自覚症状24項目、身体的自覚症状24項目（KMIの精神的自覚症状と身体的自覚症状を参考にして作成）、自我状態尺度50項目（岩井らのエゴグラム、杉

田らのECL, TEGなどを参考にして作成), 自己受容性尺度20項目(宮沢のSAIを参考にして作成), 親子関係調査項目40項目(田研式親子関係診断テストを参考にして作成)から成っている。本調査の被調査者は中学3年生248(男子122, 女子126)名, 高校2年生198(男子104, 女子94)名, 大学1・2年生262(男子149, 女子113)名, それ以上の青年(22~30歳)177(男子83, 女子94)名である。本調査は平成5年5月から10月にかけて実施した。

**結果と考察:** 結果的に極度に精神的身体的不調を感じている人はみられなかったが, 半数近くの人に体のだるさなどの訴えがみられた。こうした青年の「疲れ」については正常な現象という見方もあるが, それだけ青年たちが心身症に陥りやすい要素をもっているとも考えられるように思われた。

以前から心身症と強い関係があるとされてきた「自分の思いをことばで伝えられない(意見の主張をしない)」ということ, 精神的不調を感じることに強い結び付きがみられた。また, 同時にわがままで自己中心的であるということも精神的身体的両方の不調との間に強い結び付きがみられた。これらは一見すると矛盾する結果のようにも思われたが, いろいろな不満を感じても, それをうまく他の人に伝えていけない場合には, 一人で抱え込むこととなり, 様々な欲求不満がつのっていくのもっともなことのよう思われた。また, 心身症には少なからず, 病気への逃避という側面があることも見逃せないとわれ, そうした観点からの考察も簡単に行った。

また, 男子では加齢と共に身体的不調の強さと自己受容性の低さとの結び付きが強まっていくのに比し, 女子では低年齢のみにこれらの結び付きがみられ, 身体的愁訴は男子では否定的な自己像と関連があるという先行研究に通じる結果が得られたように思われた。一方, 精神的不調については, 男女共, いずれの年齢群においても低い自己受容性との間にまずまずの結び付きがみられた。

精神的不調・身体的不調と親子関係を望ましいものにとらえていないこととの間については, 低年齢であるほど関係があるという結果が得られた。しかし, 今回親子関係についてとりあげることにしたのは, Ammonらの理論に基づいて心身症を考えていくというのがねらいであったにもかかわらず, 実際に調査した親子関係は, Ammonらが重視している早期の母子関係ではなく, かなり焦点がずれたものとなってしまった。現実の問題として, 早期の母子関係を考慮にいれていくことは非常

に難しいことであると思われるが, 母子の情緒的応答性など, もっと発達の視点を取り入れ, さらに親の態度の背後に見られる無意識的な感情なども考慮にいれ, 母子関係をみていくことが重要であると思われた。

### Ⅲ. 研究2(補足的事例研究)

**目的:** 研究1で得られた知見と絡めながら, 質問紙調査ではつかめなかった, 幼少期の母子関係の障害という点に中心を置きながら考察を進めていく。

**事例の概要:** 19歳の女性Kさんは, 両親と父方祖母, 妹の5人家族で, 母親と祖母との激しい嫁姑争いにより, 恐怖に怯えながらの幼少期を過ごしてきた。5歳にしてすでに希死念慮を抱いていたということであるが, Kさんが病気になると母親と祖母との争いがやみ, 母親から優しく世話をされるという体験もしてきている。普段から母や祖母に上手に甘える妹をうらやましく思いながらも, 自分は姉だからと, 弱音を吐かずに頑張ってきたという。過呼吸発作は小学5年の日射病をきっかけに, 過食嘔吐は中学2年の風邪をきっかけに始まっているが, 最近では, 「(過呼吸)発作を起こした時, 自分を情けないと思いながらも, 友達が心配して優しくしてくれるのをあたたかい母親に世話されているようで快く思うこともあった」「痩せて弱々しくみえる自分が好きで, 自分を好きであるためにはどうしてもやらざるをえなかった」などと語り, 悩みの種であると思ひ込んできたこれらのことが, 実は自分を支える手段でもあったのだということに気付いてきている。

**考察:** 小学校の頃は積極的で活動的に振舞っていたというKさんではあるが, その頃でも友達との些細な喧嘩をひどく気にしたりする面がみられ, 幼い頃から相手の顔色をうかがい, 自分の気持ちを抑える傾向があったことが推測された。また, 過呼吸発作や過食嘔吐のどちらも自分のことをみてほしい, 受け容れてほしいという欲求が満たされないことによって起こっていた可能性が高く, そのあたりからはKさんの自己中心的な様子, 自己受容性の低さなどがうかがわれた。また, 5歳にしてすでに希死念慮を抱いていたことを考えても, 順調な発達が成されたとはいいがたいものがあると思われるが, 小さい頃から病気になった弱い無力な自分のみ母親から優しく接せられるという体験を繰り返してきたKさんは, 病気で無力な自分にしか価値を見いだせないまま生きてきてしまったのかもしれない。また, 「自分を好きであるために」痩せて弱々しい自分を保つことに一生懸命になるということは, 成熟した女性となることへの抵抗があったようにも思われた。