

# 抑うつ者の自己—他者体系 ～精神分析的，精神医学的見解から 実証に基づいた臨床心理学研究へ

杉 山 崇<sup>1)</sup>

[キーワード：①抑うつ ②自己—他者体系 ③被受容感 ④実証研究]

## 問 題

今日の心理療法では力動論を基盤にした精神分析的アプローチや学習理論を背景として発展した認知行動療法など様々なアプローチが開発，実践されている。これらの心理療法諸派は，理論的，技法的な強調点や方法論を異にするものの，人間の適応状態の回復，維持，または促進への心理学的な対人援助を提供することを目指しているという点で，一貫した目的が横たわっていると言える。心理学的な対人援助という目的の元，治療場面への治療者個人の人間的資質の影響や「共感」に代表されるその活用に一定の価値を置き，来談者との相互交流を重視するフェレンツィの態度が，ロジャーズの積極的な活動もあって広く普及しており，認知行動療法のテキストにも人間的な相互交流への配慮が書き添えられている。フェレンツィの態度はすでに心理療法全体の共有財産であると言えよう。このような来談者との，意図的，無意図的な相互交流を重視する視点から心理学的な

問題や不適応状態へアプローチする概念を近藤(1994)は自己—他者体系(self-others system)としている。近藤によると、症状や不適応行動は個人内の要因(認知、情動などの)にのみ帰すべきでなく、その源泉は人生初期における重要な他者(生活環境の維持を司る養育者)との対人関係から形成される自己と他者との関わり方、つながり方の認識や様式(自己—他者体系)に求められ、心理的問題は自己—他者体系の問題と考えられる。心理学的な援助活動に関しては、自己—他者体系は日常場面だけでなく治療場面という特殊な状況でも他者関係に反映されるので、治療者という他者との間でかつてない関係を実現すると修正感情体験が経験され、自己—他者体系が変化し、情緒や認識、行動様式が変化して症状や不適応の改善が促される。よって自己—他者体系の視点から不適応状態を理解できれば、有効な援助の技法や方略を導く理論構成において重要な役割を果たすと考えられる。

ところで現代社会はうつ病の時代と指摘されている(笠原, 1996)。医療現場の抑うつに関する議論では、生物学的基盤が強いうつ病に加えて、症状としては比較的軽度だが長期化、慢性化する症例の増加が指摘され、身体症状や行動の異常に潜在化も指摘されている(村上・石崎・天保・福西, 2000)。このような生物学的基盤の弱いうつ病は心理学的要因の影響が強いと考えられ、心理学的な援助活動の対象として扱うことが必要と考えられる。そこで、本稿では、このようなうつ病を抑うつ(depression)と定義する。抑うつ者(depressed person)は古くから対応の困難さが指摘され(e., g., Freud, 1917: Coyne, 1976), また近年の心理臨床の現場でも抑うつ感の強い来談者への対応が困難で、臨床家が大きな精神的負荷を要すると言われており、援助的役割を持つ専門家(心理臨床家)がいかなる学派上の立場を取るにせよ、抑うつ者が治療者に向ける特殊な要求や願望につ

いての理解を持って臨むことは、治療の円滑な進展の一助と考えられる。現在、より有効な心理学的対人援助に向けて、実証に基づいた臨床心理学（Evidence Based Clinical Psychology）の構築と専門家の活用を目指した情報のデータベース化の試みが進められているが（丹野，2000），自己—他者体系の視点に基づいた実証研究と対人援助に活用できる情報の蓄積が必要であろう。

以上のことから、本稿では実証研究に向けた、自己—他者体系に基づく概念として、自分は他者から一定の暖かさや承認を持って大切に扱われているという認識および情緒を「被受容感（Perceived Being Accepted）」として提案し、精神分析的、精神医学的な抑うつ者の対人関係および自己—他者体系に関する指摘を元に、この概念を検討し、今後の抑うつの実証研究を展望する。杉山（1999）は抑うつ者の自己認知研究と他者関係研究を概観して、他者関係と抑うつ的認知過程の関連に焦点を当てた研究の必要性を主張し、今後の課題として、代表的な抑うつ者の実証的他者関係研究における概念である、軽度の抑うつ者が自ら拒絶的な他者の対応を生む特異な対人行動様式に焦点を当てた再保証の追求（Seeking-Reassurance；Joiner ら，1992，1993）と Bowlby（1988）の愛着スタイルモデルを抑うつ研究に導入した成人の愛着スタイル（Adult Attachment Style；e. g., Roberts ら，1996）の研究，および一連の自己認知研究を補完するするために、自己と他者の関係における認知や情緒を、抑うつ者に特化して促える概念が必要である，としている。本稿で提案する被受容感はこの指摘に沿うものであり、有効な心理学的対人援助の理論や技法，方略を構成する際に用いられる心理学概念であると考えられる。

抑うつ者は比較的初期から臨床的研究の関心が向けられ、多くの資料が蓄積されている。そこで、本稿では、精神分析的、精神医学的な抑うつ者

の対人関係、自己―他者体系に関する議論をもとに、その特徴を捉え、抑うつ者の自己―他者体系を検討していこう。

## 精神分析的見解

精神分析は現在で言う神経症圏の研究から端を発したが、抑うつ者への関心も比較的初期から見出せる。その創始者と位置付けられる Abraham (1911, 1916, 1924) は、抑うつの原因としては愛情欲求を満たす希望の断念を指摘し、自分が愛されること、愛すること、感情的な親密さを得ることについて絶望している抑うつ者の様相を報告している。抑うつ者にとって愛の対象は自己愛的に同一視されているという。つまり他者を自己の欲求を満たすための不可欠の存在として希求し、深い愛情を向ける一方で、対象が欲求の充足に貢献しない事態は他者への絶えがたい失望として経験、自己を失望させる源としての他者に強烈な敵意を持つ。ここには愛情と敵意という深い両価性がある。抑うつ者は愛への努力を試みるが努力は敵意に妨害されて成功に至らないために愛情は満たされず敵意も解消しない。愛情欲求と矛盾する自己の敵意は認めがたいので、やがて他者へ投影され「他者が自己に敵意を向けている」とすり換えられる。よって抑うつ者は自己の他者拒絶を、他者による拒絶として経験するという。Abraham は、また、他者の関心を取り戻す試みとして罪責感や自己憐憫の表明が利用されることも指摘している。

Abraham の抑うつ機制は Freud (1917) や Rado (1928) にも受け継がれているが、Freud はこれに、人生初期に乳幼児の耐性の範囲を超えた、重要な他者による強烈な失望の体験とそれに伴う特異な対象関係を強調している。抑うつ者は、実は自己が他者から不当に扱われたと激しく立腹し

ているが、自己像と他者像が未分化な自己愛的（自己充足的）対象関係の段階での体験であったために、望ましい他者の喪失（対象喪失）に際して、他者と同一化された自己に喪失を帰し、攻撃性が自己に向かい、極端な罪責感を持つに至る。その後、回復してもこの機制は残存する。その後の喪失体験で抑うつ者が失うものは、望ましい他者だけでなく自分自身の一部であり、欠損した自己は、価値の無いものに思われて非難されるのである。また、他者への自責感、自己憐憫の表明は他者に罪悪感を持たせるための、形を変えた攻撃性と解釈されている。一方、Rado (1928) は自己評価の維持 (self-esteem) の観点を導入している。抑うつに陥りやすい人は他者から愛され、尊敬され誉められていると感じるときにだけ安心でき、自己評価の維持を他者に頼っている幼児的な状態にあると言う。他者の愛情に際して、他者に冷淡、横暴、専制的な耐え切れないほどの不当な扱いを行って、忍耐の限界を強要する。そして、他者を喪失すると深刻な抑うつ状態に陥り、後悔し、許しを乞い、対象に哀れみと罪の意識を引き起こすことによって他者を取り戻す試みを行うのである。抑うつ者は他者に不当な仕打ちを繰り返していても、実は不断の愛情を必要としており、愛情の確認を要しているという。Rado は抑うつは幼児が母親の愛情を得るために行う適応的パターンの成人期の形であり、常に守られ保護されている安心感を希求していると指摘し、長期化する抑うつは自己が失った対象への「無意識の罪滅ばし」と捉えているが (Rado, 1951)、実際の対象喪失に関しては、あまり重要視していない。これは対象喪失とは、個人の主観的なものである点と、治療場面では治療者が愛情の供給役にされるため、治療者が実際の対象喪失を原因とする視点を強く持って臨むと、抑うつ者が治療者に配慮して（愛情を向けてもらうために）実際には関係無かった出来事を喪失体験と報告してしまうことによる。

Rado の強調した愛情による自己評価の維持の視点は Fenichel (1945) に受け継がれ、自己評価の低下が原因として強調される。また、Jacobson (1946) は幼児における欲求不満による他者の価値の減少から、その他者に絶対的に依存している自己の価値の減少を招く機制を、成人期の他者への幻滅に適用して、成人の抑うつ状態の機制に言及している。抑うつ者は、自己評価を高く維持するために、他者を過大評価して、その他者との交わりから自己評価を維持することを切望するが、過大評価の維持や交わりが失敗に終わると、そう的防衛や新しい対象の希求に向かい、抑うつ状態を繰り返すという (Jacobson, 1971)。

以上の精神分析的な見解からは、抑うつ者は、他者が過大に評価できて価値のある、望ましい存在であることを求めており、その他者との交流、またそこで得られる愛情や承認などに頼って自己評価を保っていることが示唆される。抑うつ者は他者が自己評価に貢献することを切望しており、またその営みが自己評価を保つ唯一の方法であると体験されている。この営みに失敗して抑うつ状態に至ると、その見解は「他者を取りもどす試み」「罪滅ぼし」などに分かれるが、自責感の表明や抑うつ状態の持続から他者の関心や愛情を確認するという、一種の他者を試す行為が取られる。

## 精神医学的見解

対人関係に焦点を当てた代表的な精神医学的研究として Alieti & Bemporad (1978) が挙げられる。彼らは、精神分析的見解を踏襲しつつ、支配的他者という概念を提案し抑うつ者の他者関係の機制を論じている。抑うつ者が維持してきた自己評価や対人関係的な均衡は、承認を与えられる特定の他者との関係においてのみ保持されている。このような他者は、

重要な他者ではなく、抑うつ者側が支配され服従することを望むという意味で、支配的な他者と呼ばれる。抑うつ者にとって支配的他者は、多くを要求し、見返りに自己評価の維持に貢献する多くの愛着、愛情、承認などを与える存在として体験される。支配的他者は、実際に多くを与えるが、それは抑うつ者によって、与える役割を取らされていると考えられている。そして、抑うつ者は支配的な他者が彼を受け入れれば、自己受容でき、支配的な他者が誉めなければ、自分を誉めることは決してできないのである。この結果、抑うつ者は自律的な満足はほとんど得られず、他者との関係は極めて偏って限定された形でしか築けない。こうして、支配的他者から自己愛的満足が得られない事態に陥ると、容易に深刻な抑うつ状態に陥るのである。彼らは内的な力動よりも、支配的他者の地位を、自己愛的に他者に付与し、そこから満足を得ようとする抑うつ者の特殊な対人関係に焦点を当てている。

日本において代表的なものとして扱われている抑うつ者の精神医学的見解にはメランコリー（Tellenbach, 1974）、執着気質（下田, 1955）の議論がある。どちらの見解も欧米においては、今日ほとんど関心を向けられていないと伝えられているが、日本における抑うつ者の臨床的特徴を表しているとされ、一定の価値が認められている（芝, 1999）。メランコリー、執着気質の議論では、抑うつに陥りやすい人は、常に仕事や対人関係において模範的であると評価されることを求めており、またそのような評価を得ることでしか満足できない。模範的に振舞えない事態というのは彼らにとっては、他者からの望ましい評価の維持の失敗状況として体験されるという。Alieti & Bemporad の支配的他者の概念と、メランコリー、執着気質の議論を比較すると、支配的他者が周囲に置き換わっている点、愛情や承認が模範的であるとの評価に置き換わっている点を除けば、同様の機制が働い

ていえる。さらに、メランコリー、執着気質における周囲とは、規範や規律に沿った評価を下すという役割があり、この役割は自己の満足に貢献するという意味で支配的他者に与えられているものと同義のものと言えよう。このように両者は抑うつ者の他者関係の同じ特徴を捉えているが、Alieti & Bemporad の見解は欧米においても一定の評価を得て今日もその価値が認められる一方で (e. g., Klerman ら, 1984), メランコリー、執着気質の議論が関心を向けられないことは、興味深い問題と思われる。

メランコリー、執着気質における対人関係、および外界の捉え方、関わり方の特徴は、中井 (1982) が、「立て直し」という概念を用いて人類学的、日本史的視点を交えて論じている。中井は二宮尊徳を例に挙げて、没落し荒廃した家、村の復興の営みに関して、新しいものを築く「建設の論理」ではなく失われたものを回復する「復興の論理」が働いており、「とりかえしがつかない (木村, 1981)」という抑うつ的感情に対する「とりかえしをつけよう」という執着的な感情が働いていることを指摘する。二宮尊徳の場合は失われたものを回復する代償に、自らの甘えの断念を貫き通したが、このような多くの執着の努力は、喪失という不全感から出発しているために、努力の有効性に疑念を抱くと、容易に焦慮へと向かっていく。つまり、抑うつに親和性のある人は、甘えを断念し、望ましい状態の維持、回復の重荷を一身に引き受け孤独に奮闘している。そのため、期待に沿わない出来事に直面すると自己に対して批判的になる。甘えを断念しているために他者への助力を求めることもままならず、成す術と希望を失い、深刻な抑うつ状態に至るという。

中井の二宮尊徳を例とした指摘は、直接、抑うつ者の自己-他者体系に言及したものではないが、深刻な抑うつ状態に至る以前の抑うつ者、または抑うつ状態に陥らぬように懸命に努力している段階を理解する一助とな



るものと思われる。また、他者に対して安定した保護や情緒的満足を適度に期待するという他者への信頼感に欠けるという意味では、これまでの抑うつ者に関する議論と同列のものと思われる。

## 抑うつ者の自己—他者体系と被受容感

これまでの議論から、抑うつ者の自己—他者体系の特徴を考えてみよう。

自己評価の安定が人間にとって極めて基本的で重要な課題と仮定した場合、抑うつ者が取りうる唯一に等しい有力な自己評価の維持方略は、他者からの愛情や承認、評価であり、そのため抑うつ者は人間的な暖かさを伴う他者との交流を切望する傾向が強いと考えられる。他者との交流を求める傾向自体は、人間の基本的な欲求としての親和欲求に基づくものであり適応的な傾向と思われるが、抑うつ者の場合は自己評価の維持に極端に関与しているために、他者の対応に注文が多く、また他者への配慮にも欠け、再保証の追求研究（Joiner ら、1992、1993）で指摘されるように、他者の許容範囲を超えた欲求になると考えられる。

しかし、この欲求の強さだけが抑うつの要因になるとは考えられない。この欲求が満たされていれば、そもそも抑うつにはなり得ないし、また欲求の表出が適切に行われていれば、他者から自己評価に貢献する対応が得られやすくなり満たされないという不安全感が耐性の範囲を超えることも少ないと考えられる。このような欲求が満たされることに関する社会的支援、後者の適切な欲求表出に関しては社会的スキルによる実証研究が可能であり、またすでにいくつかの試みが行われているが、抑うつを捉えるには、この欲求が満たされない不安全感に関与する概念の導入が必要である。

深刻な抑うつ状態に至る過程を見ると、他者の関心や愛情、承認の喪失

体験やそのことに関連した他者への疑念といった要因が関与していると考えられる。本稿では、「自分は他者から一定の暖かさや承認を持って大切に扱われているという認識および情緒」を心理療法およびカウンセリングにおける受容の定義に倣って、「被受容感 (Perceived-Being-Accepted)」として提案する。被受容感の低さや、この概念と逆に「大切に扱われない」「ないがしろにされている」という認識が抑うつの発生に関与していると仮定することができよう。つまり、上述の欲求を仮に被受容欲求と定義すれば、被受容欲求が高く被受容感が低いと抑うつに導かれやすいという仮説が成り立つ。この仮説を支持する実証的資料が今後必要となるが、他者の悪い対応は自己価値を低くゆがめ、他者（治療者）に大切にされることで自己を大切にできるようになる（Rogers, 1961）と指摘されており、欲求のいかに関わらず、被受容感の問題は抑うつにいたる自己評価の問題に関与していると考えられる。また、坂本（1998）は抑うつ的な自己認知過程が生じやすい状況として、一人ぼっちで何もすることが無い「一人状況」を挙げている。坂本は物理的な一人の状況を挙げているが、状況や体験は主観的なものであるのもので、心理的に一人である、または信じるに足る他者が不在である、という心理的問題が抑うつ的な自己認知過程に関与する可能性が考えられる。よって、抑うつ者の自己-他者体系にアプローチする実証研究に向けて被受容感を測定するツールを開発していく必要があるだろう。

次に被受容感の測定ツールの開発、およびその実証研究における留意点を考察しよう。精神分析の見解で指摘されたように、抑うつ者は他者に愛情を向ける一方で、自己の失望の源泉として攻撃性を向けるという両価性を持っている。つまり、「他者は自分を大切にしてくれている」という肯定的な感情を持つと同時に「他者は自分をないがしろにする」というという

否定的な感情が並存する。よって被受容感は肯定的側面（または否定的側面）の一次元の高低で捉えるべきでなく、肯定的、否定的の両面から捉えて概念化し、抑うつ過程を検討しなければならない。たとえば被受容感を高く保つ対応を受けているにも関わらず、疑念を抱かせるような体験が蓄積すると、肯定的な側面はさほど影響受けなくとも、否定的な側面が自己評価を低くゆがめるといふ現象が考えられるのである。そこで、被受容感に関しては肯定的側面、否定的側面それぞれの測定ツールが必要になるだろう。

また、関連する欲求や信念の問題も考慮しなければならない。被受容欲求の問題は上述したが、被受容感の問題は、他者への安心感や信頼の問題という点で、中井の指摘するメランコリー・執着気質的不全感と近い側面がある。そのため深刻な抑うつ状態に至る以前の抑うつ者、または抑うつ状態に陥らぬように懸命に努力している段階を理解するためには中井の指摘する、他者への甘えを断念したり、独力ですべて取り戻そうと孤独に奮闘するという側面を考慮しなければならないだろう。つまり、被受容の欲求、甘えの断念や独力で奮闘する傾向や信念を測定するツールも併せて開発する必要があるだろう。

このように抑うつ者の自己—他者体系を捉える試みは、抑うつ者への治療場面において有効な所見をもたらす可能性がある一方で、その理論的、概念的整備は十分とは言えない。今後、ツールの開発を実証的、臨床的な資料からさらに検討し、理論、概念を吟味していく必要がある。

## 脚 注

- 1) 本論文の草案構成では学習院大学故村瀬孝雄先生に示唆に富むご助言を頂きま

した。深く感謝すると主にご冥福をお祈り申し上げます。本論文の作成にあたり学習院大学相馬壽明先生には暖かいご指導を頂きました。また大妻女子大学坂本真士先生には貴重なご助言を頂きました。心から感謝いたします。

## 文 献

- Abraham, k 1911 Notes on the psychoanalytic treatment of manic-depressive insanity and allied conditions. In *Selected papers on psychoanalysis*. New York : Basic Books.
- Abraham, k 1916 The first percentile stage of the libido. In *Selected papers on psychoanalysis*. New York : Basic Books.
- Abraham, k 1924 A short study of the development of libido. In *Selected papers on psychoanalysis*. New York : Basic Books.
- Arieti, S., & Bemporad, J., 1978 *Severe And Mild Dipression*. New. York : Basic Books.
- 水上忠臣・横山和子・平田富雄訳 1989 うつ病の心理—精神療法的アプローチ。誠信書房。
- Bowlby, J., 1988 *A secure base : Clinical applications of attachment theory*. Tavistock/Routledge, London.
- Coyne, J. C., 1976 Toward an intersectional description of depression *Psychiatry*, 39, 28-40.
- Fenichel, C. 1945 *The psychoanalytic theory of neurosis*. Norton, New York.
- Freud, S., 1917 Mourning and melancholia In Stachey, J., (ed.) *Standard edition of the complete psychological works of Sigmund Fureud*, 14, 237-258.
- Jacobson 1971
- Joiner, T. E., Jr., Alfano, M. S., and Metalsy, G. I., 1992 When depression breeds contempt : Reassurance-seeking, self-esteem, and rejection of depressed college students by their roommates *Journal of Abnormal Psychology*, 101, 165-173.
- Joiner, T. E., Jr., Alfano, M. S., and Metalsy, G. I., 1993 Caught in the crossfire : Depression, self-consistency, self-enhancement, and the response of others *Journal of Social and Crinical Psychology*, 12, 113-134.
- 笠原嘉 1996 うつ病の時代 講談社。
- 近藤邦夫 1994 教師と子供の関係作り 東京大学出版。
- Klerman, G. L., Weissman, M. M., Rounsaville, B. J., & Chevron, E. S., 1984

- Interpersonal Psychotherapy of depression*. New York : Basic Books.
- 村上正人・石崎優子・天保英明・副西勇夫 2000 現代社会に特徴的なうつ病の病理 福西勇夫・天保英明(編)現代のエスプリ 397 至文堂 現代社会のうつ病 5-38.
- 中井久夫 1982 分裂病と人類, 東京大学出版.
- Rado, S., 1928 The problem of melancholia *International Journal of Psychoanalysis*, 9, 420-438.
- Rado, S., 1951 Psychodynamics of depression from the etiologic point of view. *Psychosomatic medicine*, 13.
- Roberts, J. E., Gotlib, I. H., and Kassel, J. D., 1996 Adult attachment security and symptoms of depression : The mediating role of dysfunctional attitudes and low self-esteem *Journal of Personality and Social Psychology*, 70 (2), 310-320.
- Rogers, C. R., 1961 *On becoming a person*. Boston : Houghton Mifflin.
- 坂本真士 1998 自己注目と抑うつ—抑うつの発症・維持を説明する3段階モデルの提起— 心理学評論, 41 (3), 283-302.
- 下田光造 1941 躁鬱病について, 精神神経雑誌, 45, 101-102.
- 芝伸太郎 1999 日本人という鬱病 人文書院.
- 杉山崇 1999 抑うつ者の自己認知と重要な他者との関係性の理論展開: 脆弱性の多面的理解に向けて 学習院大学人文科学論集, 8
- 丹野義彦 2000 実証にもとづいた臨床心理学は可能か 近藤邦夫(代表編)児童心理学の進歩 2000 年版, 金剛書店, 176-204.
- Tellenbach, H. 1974 *Melancolie. Zur problemgeschichte, typologie, pathogenese und klinik*. Berlin : Springer. 木村敏訳 1978 メランコリー みすず書房.

The self-others system of depressed persons ; From psychoanalysis and psychiatry's views to evidence based clinical psychology study.

Sugiyama Takashi

[keyword : depression ; self-others system ; perceived being accepted ; evidence based clinical psychology study]

In recent years, it has been pointed out that the increase of the number of depressed persons in the clinical psychological scene. Psychologists have discus-

sed that their personal relations and personal troubles, their needs and desires, which they turn to others, are unique, and treating them is very difficult for clinicians. And In psychological personal support service, it is necessary that experts should treat clients with humanistic consideration and personal interaction, and Kondo (1994) pointed out it is important understanding client's self-others system so as to make psychological person support service more efficient. So in this article, through, the discussion of depressed person's personal relation in the field of psychoanalysis and psychiatry, the author made an approach to the feature of the depressed person's self-others system. In addition, the author suggested perceived-being-accepted, as a concept that captures that feature, and prospected evidence based clinical psychology study of it.

(学習院大学人文科学研究科心理学専攻博士後期課程)