

社交不安障害からの〈回復〉とはどのようなことか

——「生活の発見会」会員へのインタビュー調査から——

浜松学院大学 櫻井龍彦

1 目的

社交不安障害 (social anxiety disorder) は、日本で古くから対人恐怖と呼ばれてきた病理に相当するが、近年、世界中で大きな注目を集めている。こうした流れを受け、海外では社交不安障害に関する社会学的な研究の蓄積も見られるようになってきた。そしてそうした研究では、近年になって社交不安障害が急に注目されるようになったのは、内気や引っ込み思案など、社交不安障害に親和的な性格傾向が医療化されたためであるとし、性格の医療化を批判する研究が主流となっている。こうした研究の意義はもちろん小さくないが、こうした研究では、苦しみを抱えた当事者にとってはきわめて重要であるはずの、社交不安障害からの回復はいかにしてなされるのかという臨床的な課題が等閑視されている。そこで本報告では、回復を果たした人々に対するインタビュー調査をもとに、社交不安障害からの回復はどのような経験であるのかを明らかにするとともに、回復に対して社会学はどのような貢献が可能であるのかを検討することを目的とする。

2 方法

上記の通り、社交不安障害は日本で対人恐怖と呼ばれてきた病理に相当するが、日本ではすでに大正期に、森田正馬が考案した森田療法による対人恐怖の治療が始まっており、森田療法は現在でも、社交不安障害の有効な治療法の一つであり続けている。そして、森田療法を基盤とする自助グループである「生活の発見会」は、数多くの人々の回復に寄与してきた。それをふまえ、同会に研究の目的を伝え、インタビュー調査に協力していただける方を何人か推薦していただき、社交不安障害の発症から回復に至るまでのプロセスについてインタビューを行った。

3 結果

森田療法は「あるがまま」と「目的本位」をスローガンとするが、生活の発見会も、そうした森田療法の考え方に則って回復を実現する。つまり、回復した人々は、〈回復〉したとはいえ、人前で赤面したり人の視線が気になったりといった症状それ自体がなくなるわけではない。〈回復〉とは、症状それ自体は抱えたままでもやるべきことができるようになり、それによって症状はあってももはやそれにとらわれなくなることにほかならない。いいかえれば、症状とうまく折り合って生活できるようになることで、症状に起因する生きづらさが解決されることが〈回復〉なのである。

4 結論

以上のような〈回復〉のありようは、症状それ自体がなくなった状態のみを回復とみなし、それ以外の形での回復がありうるのだという点を見失いがちな現代の治療文化のあり方を考えたとき、きわめて示唆に富むものだと言える。また、調査協力者たちが語る〈回復〉の状態は、A. フランクが言う「探求の語り」とも興味深い相同性を示しており、そうした語りが生み出されるようになるプロセスを分析することで、社会学は社交不安障害に対して大きな臨床的貢献をなしうるように思われる。

文献

Frank, Arthur, 1995, *The Wounded Storyteller*, University of Chicago Press. (=2002, 鈴木智之訳『傷ついた物語の語り手』ゆみる出版.)

中井久夫, [1983→1990] 2001, 『治療文化論』岩波書店.