# 自我境界と対人不安

大　山　俊　男

# Ego-boundary and social anxiety

Toshio Ohyama

## 1.「境界」に対する一般的な捉え方

境界とは互いに異質な物質や状態が接している位置を示すとき用いられる語句である。例えば，同じ容器に水と油を入れると両者は混じり合うことなく二層に分離するが，二層が互いに接する界面が境界であり，ここに境界の一般的な特徴を捉えることができる。境界ではこの位置を境にして領域間の異なることを視認できることが多いが水と油の例はその典型である。また構成要素が同じでも各々の状態が異なるために境界ができることも知られている。海洋の用語で〝潮目〟と呼ばれるものは同じ潮流でも水温が異なるため混じり難く，上空から見るとはっきりと両者の境を指呼できると云われる。

このように自然界では境界とは人が見て明瞭な差異を認められることが多いが，一方ではこれに該當しない場合もある。火山から発生する亜硫酸ガス（硫化水素）は無色であり，多量に吸えば人体に有害である。しかし濃度の差も視認できず，唯一五感で手がかりとなる悪臭もそれを認めたときは既に人体に危険な濃度である場合が多い。古来から人はこうした地域の危険を警告し保安のため，発生源から一定の距離に柵を巡らせて立ち入りを禁じた。那須の〝殺生石〟は目に見えない異物を知らせるための人為的な境界といえよう。

これに対し人文の世界では境界の概念はさらに包摂する内容が増える。例えば，国境は人為的に作られた境界であり，これを境に人種，言語，行政上の差異があることを意味するが，これを越えても罰せられることはあっても硫化水素のような生命維持上の機能的変化は現れない。国境には山脈や川のように地形を利用して視認しやすいものもあるが，緯度や経度という計測上の約束事に重ねてあって見えないものも少なくない。この種の境界は相接する二領域が互いの権益を守るために設けられるものであり，越境しても当事者には直接の影響は及び難いという点で機能的意味は低いといえよう。ところが人文の世界では目に見えない領域に人為的境界を設け，一方の領域に出入りする際の行為に対して特定の制限を要請することがある。一方の領域の異質性を際立たせるため境界に於いて特定の行為を自らに課して越境の意味を自他に明示することが日本

では神道や茶道において見られる。これらの意図的に作られた境界は「結界」と呼ばれ，神道にあっては禊という行為によってこちら側での汚れを落して鳥居をくぐってあちら側（神域）に入るための儀式を行なうし，茶道でもつくばいで手水を使い，枝折戸をくぐって非日常の空間へ入る。この境界にあっては越境それ自体は危害を与えるものではないという点で機能的ではないが，境界周辺での特別な行為によって目に見えない領域の特異性を強調することが目的であり，「茅の輪」や関守石などはこの視認できない境界を象徴する道具と考えることができる。

上述の境界は隣接する二領域の違いに着目し両者を〝区切る〟働きが強調されるものである。これに対し境界には隣接領域間の融合が志向されている場合があり，ここでは境界の「浸透性」が重要となる。例えば，ドリップ式のコーヒーは粉がフィルターによって液体に混入しない前提のもとにコーヒーのエキスは濾紙を最大限に通過して下の容器へ落ちるように設計されている。日本家屋のぬれ縁は内部空間と外部空間の境に設えてあるが，外から人が玄関を通さずに訪れたり，内の人が外の景色を愛でたりする目的に用いられており，外と内を積極的に結ぶことを意図した浸透性を優先する境界と云うことができる。

## 2．「境界」によって心理学が意図するもの

境界の概念が多岐に及ぶなかで，心理学ではこの概念のうち特に強調しようとする特性があるだろうか。学術用語の中には境界を含むものが散見されるが，直接，境界という字句が無くとも内容として前述の特性を反映するものも含めると主要なものは以下のようになる。

「境界例」「境界人」「身体像（ボディーイメージ）」「認知地図」「パーソナルスペース」「分離不安」。

「境界例」(ボーダーライン)は人格障害の１つで過度の密着と突然の予期できない分離の繰り返しを特徴とする。境界例という名称は当初，その症状が神経症とも分裂病（統合失調症）とも云い難いために付けられたが，それが神経症から分裂病への移行途上の形態なのか，分類上の位置付けなのか論議があった。さらに境界例が境界についての注意を喚起する点に病理の特徴がある。それは内界と外界の区別が不鮮明になり，精神内界が幻想として外界に滲み出してあたかも現実のことのように作用する点である。このとき患者は自分の内と外の区別が明確ではなく両者の境界が脆弱化していると考えられる。

「境界人」は発達途上の青年がもはや子どもとして扱われないがさりとて大人のカテゴリーにも入れてもらえない状態を示す用語である。別名周辺人という呼称は位置付けるべき範中を特定できないという意味であるが，社会学的には所属集団のない不安定さも内包する概念である。ここで境界は，加齢に伴なう発達が節目をむかえ次の段階へ移行する途上という側面が強調され，背景に可逆的ではない発達の連続性を読み取ることができる。

「身体像」「パーソナルスペース」には境界の字句は認められないが，両者は自己と自己以外のものの有様を記述している点で境界が問題になっているのは明らかである。「身体像」とは個人が抱く自分の身体に関するイメージであり，皮膚や骨格が描く形態とはズレがあることが知られて

いる。つまり自己の物理的な境界が心理的な境界とは一致しない点が問われている。一方「パーソナルスペース」は身体の外にありながら自分に属していると考える心理的なわばりを指し,「身体像」よりもズレをさらに積極的に肯定しながら対人関係にはたす機能を追求する。

「認知地図」とは個人が頭の中に描く特定地域の地図であり，その個人と空間の関わり方が反映されて実際の地理的空間よりも引きのばされたり縮小されたりのバイアスが見られる。ここでの境界は実際の地理的空間と歪んで認知されている空間との境であり，心理量を測定する基準の役割をもつ。

「分離不安」は発達心理学や児童精神医学の用語で子どもが親から独立する過程に見られる現象である。体験的には心理学的緊張や自立行動の遅延を引き起こすが，現象的には親と共有していた表皮を引きはがされ分離することであり境界がその性質の変更を余儀なくされることになる。

以上の境界に関連ある学術用語の中で心理学の独自性を考える上で重要なのは,「境界例」の病理と「分離不安」であろう。「境界例」にあっては内界と外界，あるいは現実と非現実が不分明となり，精神内界が外界へ滲み出す特徴をもつ。このことは正常の状態では内と外は区別されていて外へ滲み出ることが無いような機能を境界が備えていることを意味している。つまり精神内界をしっかり囲んだ境界が通常は準備されており，これによって外部との区別は明確に付けられ，かつ滲み出ることの無い安定した状態＝統合が保たれている。云い替えれば境界は内部を〝包みこむ〟機能を果している。このとき，内部とは自己，外部とは非自己とほぼ同義として規定していると考えられる。

また「分離不安」はそれまで共生関係にあった母子がその接近あるいは融合した状態を脱し，分離して個別の関係を構築しようとする様相である。ここでは今までの寄生的生存ではなく一個体として生存に必要なものを取り入れ，不要なものを排出する行為が境界を通して行なわれる。つまり，象徴的な意味でも取り込みと投射が可能とされるためには，心理的境界は内と外を区別するだけでなく内外相方からの透過が可能となる浸透性が不可欠となってくる。

「境界」の一般的性質やそれに込められる期待と心理学での用法とは特に大きな差異は存在しない。隣接するものをはっきりと峻別できること，両者が混じり合わないためには防御性が優れていることが要求される。一方，隣接するものの間に相互交渉が成立するためには浸透性が必要である。とりわけ，自分を取り巻く環境との交渉を前提とする人間のモデルとしては，その境界は防御性，浸透性という矛盾する特質が不可欠であり，片方に偏することなく両機能を使い分ける柔軟性が環境への適応条件ですらある。

ところで人間を表現するモデル，さらには精神活動を象徴する自我のモデルは一般に境界が閉じられた円を用いることが多いがこれは偶然ではあるまい。閉じた境界によって包み込まねばならないものがあると仮定されているためである。漏洩すると危害が及ぶ心配があるため囲い込む必要を感じているのである。その対象が我々の本能的衝動，フロイトたちの定義によればイド

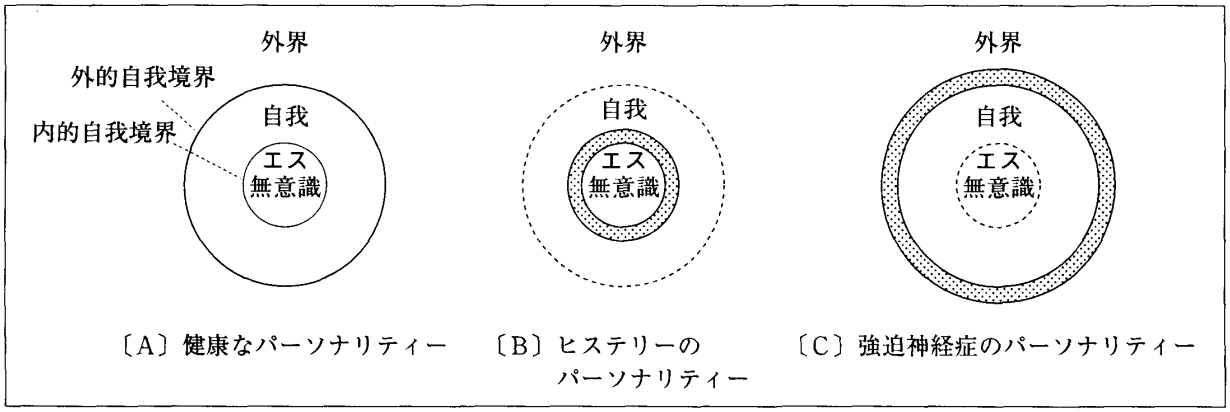
(エス)であることは云うまでもない。イドは社会規範に照らした時に見過ごすことのできない行動を発現することがある。しかし同時にイドは我々にエネルギーを供給する源泉ともされている。したがってこの内的世界を上手に溜め込み，かつ利用するには境界は閉じられていなければならないのであろう。

## 3．境界としての皮膚

イドの相対的な強さに関しては精神分析の各学派によって解釈が異なっている。しかし何らかの意味で内部に囲い込んでおけばエネルギーは備給されて行く。カセクシス (cathexis) が外界の対象へ向かうのが対象充当，自己へ向かうのが自我充当として別個の機能が想定されるならば，境界を内外を隔てる単層構造とするのでは説明が難しい。フェダーン (1952) は自我と外界との間に外的自我境界，自我とエスとの間に内的自我境界を想定し，西園 (1967) はこれをモデル化しているが，境界の説明としては理解しやすい。(図１) この境界に十分なカセクシス (充当) が与えられていると，自分の外界と内界とを正しく区別して知覚し感じることができるが，境界が弱くなると現実と無意識，現在と過去などの混同が生じるとされている。

フェダーンは自我境界を定義するとき，主観的に自己と感じられるものを自我，主観的に自己と感じられないものを外界及びエスとしてそれらの境界を外的自我境界，内的自我境界と名付けており，知覚される主観的体験を基礎にしている点が構成概念としても特徴がある。我々が日常体験する現象的な世界とほぼ平行してこのモデルは解釈することができるため，現象を整理するためには大変に有効なのである。実際，我々は〝相手は射すような眼差しをむけた〟とか，〝人々の無言の圧力がひしひしと感じられた〟と表現するとき，これらを実体験として受け止めているのは外的自我境界であり，我々の身体の一番外側の表皮である皮膚ということになる。だから外部からのプレッシャーが外的自我境界を犯すほどに境界面が脆弱化したとき，我々は思わず体をさすったり衣服を撫でるなどの身体接触を試みているが，これは外的自我境界にカセクシスが行われていると考えれば理解しやすい。

**図１**




**神経症の自我境界**（西園昌久，1967）

人間にとっての皮膚が如何なる意味を持つか研究を続けるアンジュー（1985）は，皮膚の主要な機能を3つ述べている。①哺乳や世話，話しかけなどのもたらすすばらしい充足感を内部に収めておくための袋。②外部と内部の境界を設定し，外部を外側に保っておくための境界面。③口と同程度に，他人とのコミュニケーションや意味ある関係を樹立するための基本的な手段，あるいは場所。

①については，精神分裂症（統合失調症）の症状の1つに，頭に穴があいて考えが流れ出していくという幻想をみられることがある事実を思い起こさせるものである。また③については，愛撫やスキンシップに加えて〝身の毛のよだつ思い〟をした時の粟粒の立った膚が言葉以上の雄弁さを帯びることが想起されるであろう。

皮膚の損傷や出血，湿疹，かゆみなど身体表面の疾患は外的自我境界の異常でもある。これらの疾患によって留めておくべきものが流出したり，取り入れたいものの通過が阻まれたりして内部の統合が維持できずに空虚感が支配してしまう事態が起こり得るからである。

身体表面と内的世界の関係をロールシャッハ反応に着目して研究したのはフィッシャーとクリーブランド（1958）である。彼等はリューマチ関節炎の患者が自分の身体が防護壁で囲まれていると感じていることを発見し，ロールシャッハ反応から独自に障壁得点（B得点）と侵入得点（P得点）を抽出して広範囲な研究をすすめた。フィッシャーらが主張する2つの得点は，今まで見てきた境界の特性と内容的に一致し，またフェダーンの描く自我構造にも類似している。ただロールシャッハ反応は一般に無意識の世界を投影するものであるのに，彼等の関心がエスと自我の障壁とされる内的自我境界ではなく皮膚などの外的自我境界に集中しているのは片手落ちの印象をまぬがれない。

## 4．『心の壁』の機能について

近代における人間のあり方は，集団に対する個の生き方を巡って展開されてきた。人々は社会や集団の拘束性を強大でのがれ難いものと捉え，いかに上手にその輪の中へ適応するかを優先したし，その技を知恵として伝承し公のために個を折り我慢することを美徳として刷り込んできた。現代にあって，これまでの傾向は変容し，個は集団以上に尊重されるべきであり，個の存在や要求を時に公の秩序維持よりも先行させることを是とする風潮はこれに抗する声をかき消すかに思われる。

このような意識の変化はさまざまな領域で影響を及ぼしているが，対人行動のあり方にも当然少なからぬ修正をつき付けているように思われる。従来の人間関係は個は互いに主張し合うことがあっても最後は穏やかにホコを収めて終息すべきという暗黙の規範が作用し，関係が継続されて来た。しかし，今は自分の要求をよじ曲げ，嫌な思いをしてまで集団に埋没することは正しくないし，迷惑をかけないなら関係を拒否しても構わないという認識が支配的になって来ている。

したがって人々が新たな人間関係を結ぶ状況では関係成立を当り前のこととは設定できず，そ

もそも相手には関係を結ぶ意思があるのか，あるならばその深浅の程度は如何ほどなのかを押し測ることに相当なエネルギーが注がれる。また相手の消極的な対応をこちら側の不備に結びつけようとする憶測は自分の価値を低減させ消耗を強いる。

この問題は青年の友人関係にも顕著に反映しており，青年期の諸特徴と輻輳しながら対人不安，自己開示の問題として進行している。著者が関係したこの4年間の卒論，ゼミ論のテーマを拾ってみても次のような関連論文が見られる。

「どうして弱みをみせないの」(1998)

「ひきこもりにおける対人心理」(1998)

「人あたりの良さと自己主張」(1999)

「本当の自分を知ること」(2001)

「自己主張と自己モニタリング」(2002)

こうした関心の多くは関係を深めようとして相手の壁に阻まれたり，逆に自分が許容しなかったりという「心の壁」を実感として表現している。

岡本（1999）は自我が対人行動に及ぼす影響についていくつかの次元に分類しながら検討している。他人の言葉や視線に過剰に反応したり傷つくことを心の壁の性質に関連させて考察することが研究のねらいである。岡本はフェダーンらの自我構造を参考にして現実行動レベル，心理的体験レベル，無意識レベルの各次元を反映する下位検査を35名に対して試行した。現実行動レベルの下位検査は対人場面の4シーンで構成する質問項目でオリジナルのものである。心理的体験レベルの下位検査は中西（1981）による自我機能調査票（EFI−2）よりRC（衝動統制），OR（対象関係），SB（刺激障壁）の一部を選択して簡略化した。無意識レベルの下位検査はフィッシャーらの侵入得点（P）と障壁得点（B），及び枠づけ検査の2種を用いた。P得点B得点の基礎となるロールシャッハは，集団検査用をカラーコピーして使用し，選択肢からP，B両得点を算出した。枠づけ検査は枠無しの写真に枠づけをさせ，その堅固度を算出した。

結果は下位検査間の内部相関表（図2）に見ることができる。ここでは自我境界の透過性，防御性の特徴が現実行動レベル，心理的体験レベルのどちらと関係を持つのか，あるいはどちらを規定するのかが問題であるため，P得点，B得点を基準に各レベルの下位検査との相関係数を検討している。まず現実行動レベルとの関係であるが，P得点，B得点共に無相関であった。次の心理的体験レベルとはPが0.35で低い相関関係がみられ，とりわけSB（刺激障壁）とRC（衝動統制）がこの相関を支えていることが分かる。さらに同じ無意識レベルの枠づけ検査とはP得点，B得点先に相関は見られなかった。岡本は現実行動レベルを未知の人に道を尋ねられる場面，面接に臨む場面，公衆にスピーチをする場面，会話の雰囲気が気まずくなった場面を設定し，その場の表情，口調，視線など体の表面に現れる対人行動と定義している。この4場面で構成される現実行動レベル得点は，無意識レベルのP得点，B得点とは関連せず，心理的体験レベルと低い

**図2　下位検査間の内部相関表**

| | P得点 | B得点 | 現実行動得点 | EFI-2総合得点 | EFI-2(RC) | EFI-2(OR) | EFI-2(SB) | 枠づけA得点 | 枠づけB得点 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| P得点 | | −0.06 | 0 | *0.35 | *0.26 | 0.18 | *0.36 | 0.10 | −0.14 |
| B得点 | | | 0.16 | 0.17 | 0 | *0.22 | 0.20 | 0.01 | −0.07 |
| 現実行動得点 | | | | *0.31 | 0.17 | *0.39 | 0.19 | −0.17 | *−0.23 |
| EFI-2総合得点 | | | | | — | — | — | −0.13 | −0.03 |
| EFI-2(RC) | | | | | | — | — | −0.13 | −0.03 |
| EFI-2(OR) | | | | | | | — | *−0.35 | *−0.28 |
| EFI-2(SB) | | | | | | | | 0.12 | 0.11 |
| 枠づけA得点 | | | | | | | | | *0.64 |
| 枠づけB得点 | | | | | | | | | |

相関があり，とりわけOR（対象関係）と明確な相関（r＝0.39）が認められている。B得点がP得点と無相関であるのは両者が異なる機能であり既知の内容である。一方，この研究ではB得点はP得点に比べ，他の検査と関連が見い出されず，わずかにORと低い相関があるのみである。さらに枠づけ検査は内部相関は高いが（r＝0.64），他の検査との関連は薄い。しかし，ORのみは低い相関を認められた。

以上の結果を整理すると検討すべきポイントが2つ考えられるであろう。1つはP得点が現実行動レベル，すなわち外的自我境界を直接規定しておらず，心理的体験レベルのSB，RCとのみリンクしている点である。SBはベラックら（1973）のEFAから中西が自我機能調査票として選んだ8機能の1つでありベラックの原版にも「妨害刺激条件下での反応潜時」として定義された（刺激障壁）である。ただし，ベラックはホワイトノイズ下での作業遂行という実験的手法も用いているのに対し，中西は回答者による評価法だけを用いている。EFI-2の（刺激障壁）は，物音が気になり寝つけない，満員電車で他人と接触するのがイヤ，衣服の肌ざわりが気になる，騒音・悪臭にイラつく，などを項目とし，外部の刺激への過敏さを検出すると考えられる。一方，RC（衝動統制）は，腹が立つと顔に出てしまう，失敗すると長い間落ちこむ，辛いときでも人前ではこらえられる，などを項目とし，刺激による自分の感情を外へ表出させずに抑えることができる

かを検出すると考えられる。これに対してP得点は，フィッシャーらの定義では，（a）身体表面の穿孔，破壊　（b）内部への侵入，または外部への排出　（c）通過性，透明性のある物質表面への言及がある反応とされ，ロールシャッハ反応としては〝つぶれたカエル〟〝出血している〟などを典型反応とする。

したがって，SBとRCがP得点と相関をもつのは，外部刺激への繊細さと感情表出の抑えの利かなさが身体境界の脆弱さと重ねて解釈できる点では妥当な結果である。しかし，それならば現実行動レベルにおける対人刺激はなぜP得点と独立なのか。我々が直感的に心の壁のもろさと云うとき，P得点との関連を頭に描くのではないか。この疑問は侵入を考えるとき，現実と幻覚，夢との区別がこの概念に暗々裏に含まれていないのかという疑問とも重なる。前述したように西園の自我モデルを仮定するとP得点が内的自我境界にどのように拘わるのが不透明と云わざるを得ない。P得点がロールシャッハに依拠しているからといって無意識界の様相を描くとする仮説も再考の余地がありそうである。

2番目の検討課題はEFI-2のOR，すなわち（対象関係）が現実行動得点との間にかなりの相関（r＝0.39）が認められ，かつ，枠づけ検査とは負の相関が認められた点である。

前者のORと現実行動得点については，ORが（対象関係）というより対人関係と規定した方が内容を反映しやすいと思われる項目で構成されていることと関係があるだろう。すなわち，信頼し助けあえる友人がいる，他人とつき合うと傷つけられやすい，ひとりでいる方が好き，のけものにされる気がする，などの項目で構成されている。岡本はORを積極的な関係維持を回避する傾向を高得点と配点している。一方，現実行動得点は前述のように面接場面，公衆へのスピーチ，固まった雰囲気の修復など，助けが得られない可能性がある場所への不安を示す広場恐怖（DSM-Ⅳ）にかなり近い内容である。したがって現実行動レベルの特性が心理的体験レベルを規定するというのは逆のような気もするが，不安が高いから対人関係を回避すると考える方が自然な気がする。この場合，EFI-2の8機能がどんな水準で発現されるのかという発現レベルの整合性は詳細な分析を必要とするであろう。

後者のORと枠づけ検査間のマイナス相関は興味深い結果である。枠づけ検査はフレームのない風景（A），人物（B）の写真に任意に額に描かせ，所定の基準に照らしその堅固度を算出するもので，ランディス（1970）が考案した。枠づけ検査は枠の堅固度が高いものが高得点となるよう採点される。したがって，積極的な人間関係の維持を回避する傾向が高い者は，写真にはっきりとした堅い額縁を付けないという結果である。これは我々の予想とは一見逆の結果にみえる。対人関係を忌避するならば堅いバリアを巡らせて自分を守るのでは　と思われるからである。何故額縁がぼけたり，粗雑で断片的に描かれたりするのか。それは自我の明晰さが投影されるからであろう。つまり，自分を他者とは別個のアイデンティティを持つ者として認識できる人は対人関係を避けず対応することができるが，認識できない人は自他の混乱を嫌って接触の場を回避してしまう。この人は自分の定位と同じように背景や人物を背景からはっきりと区別し難いためと

考えられる。だから他者との交渉で乱されることを恐れ，自分の周囲にバリアを築こうとするとき，それは既に適応行動が開始されている健全な状態とも云えよう。それならば障害得点であるB得点がORとのみ弱い相関をみとめられるのも，積極的な対人関係を回避する人の防衛機制として解釈できるかもしれない。

## 5．おわりに

心理学は現象を的確に説明するために構成概念を駆使して平易なモデルを構築しようとして来た。自我機能や自我構造などはその典型といえよう。しかし近年の脳科学の進歩はめざましく心理現象を脳の特定部位にまさにピンポイントで局在化して説明し得るようになった。この動きは心理学が独自のモデルを積み上げる営為をすでに凌駕するかに見える。例えば，キレやすい青年をつかまえて前頭葉が未発達であるという診断を下せば，ではどうしたら脳を育てられるのかという発言が横行するようになる。自我機能として衝動統制は論じる意味が薄れ，じっと耐えようとする当人の意識体験も切り捨てられる危険性をはらむ。現象を脳科学の言語で語ることは人間が実感できる言語への翻訳と平行して行われるべきであろう。今回の岡本の研究は，自我境界の特徴が直接現実行動を規定するのではなく，自我の諸機能を介して間接的に影響を及ぼすことを示し，自我（エゴ）の相対的な優位性や機能を考える上で興味深い。

**〈引用文献〉**


Didier Anzieu,（1985） Le Moi-peau, © Bordas, Paris. 邦訳『皮膚—自我』1993. 福田素子訳 言叢社

Federn, P (1952) The Ego as Subject and Object in Narcissism, Ego Psychology and the Psychoses. New York：Basic Books.

Fisher, S. & Cleveland, S.E（1958） Body Image and Personality. Princeton, N.J：Van Northrand.

中西信男・古市裕一（1981）自我機能に関する心理学的研究．大阪大学人間科学部紀要，7，189—220.

西園昌久（1967）薬物精神療法，194—198

岡本絵梨子（1999）心の壁 外的自我境界の性質 大山ゼミ ゼミ論文（未公刊）

Landis, B（1970） Ego Boundaries. in Psychological Issues, 22. International Universities Press.