

臨床心理学からみた「うそ」の理解

早稲田大学大学院人間科学研究科 博士後期課程
前田駿太 (まえだ しゅんた)



Profile—前田駿太

2013年、京都大学教育学部卒業。
2015年、早稲田大学大学院人間科学研究科修士課程修了。現在は博士後期課程に在学中。専門は臨床心理学、認知行動療法。

早稲田大学人間科学学術院 教授
嶋田洋徳 (しまだ ひろのり)



Profile—嶋田洋徳

1996年、早稲田大学大学院人間科学研究科博士後期課程修了。博士（人間科学）。広島大学総合科学部助手、新潟大学人文学部、早稲田大学人間科学部助教授を経て、2003年から現職。専門は臨床心理学、認知行動療法。

臨床心理学領域における「うそ」

臨床心理学の領域において、「うそ」に関する記述に関しては、古くはクレペリン(Kraepelin)にまで遡り、病的虚言を示す者は「病的な詐欺師とペテン師(Kraepelin, 1909/西丸・遠藤訳, 1994)」というパーソナリティ異常として類型化されてきた。この場合、うそをつきやすい「パーソナリティ」という観点から「うそ」をとらえていることになる。このようなクレペリンの類型化の一端は、現代においても凶悪犯罪におよぶ者の背景に存在すると想定される複合的なパーソナリティ障害である「サイコパシー」に見受けられる。サイコパシーは、冷酷性、希薄な感情、利己性、無責任、衝動性、表面的魅力などの特徴を有するパーソナリティ障害と定義され(Cleckley, 1976)、その類型化においては、罪悪感や後悔の念も伴わず平然と他者を騙したり裏切ったりすること、すなわち平気で「うそ」をつくことがその病理の中核をなしていると考えられている。

また、「うそ」は精神障害の国際的診断基準のひとつであるDSM-5においても、具体的な症状として位置づけられている。たとえば、心理社会的に著しい機能障害を引き起こす反復的、持続的な賭博行動に特徴づけられる精神疾患である「ギャンブル障害」の診断基準のひとつとして、「賭博へののめり込みを隠すために、嘘をつく」があげられている(APA, 2013)。すなわち、ギャンブル障害は、行為すること自

体を隠そうとする努力を続けることに病理があると理解されていることになる。実際に、この種の「うそ」をついたことがあるか否かによって、健常者とギャンブル障害患者を高い感度と特異度をもって弁別できるという知見が存在する(Johnson et al., 1998)。また、「自分自身または他者に負わせる身体的または心理的な徴候と症状のねつ造」を中核的な症状とする「作為症(虚偽性障害)」も診断名として存在する(APA, 2013)。この作為症は、自分や他者の心身の症状に関する「うそ」をつくことそのものを症状とする精神障害であると理解されている。このような症状の背景としては、医師や看護師、家族をはじめとして、周囲の人間から大切にされたいという欲求の存在が想定されている。臨床心理学においては、作為症ほどの重篤な症状を呈していなくても、対象者の症状のアセスメントの際にこのような「疾病利得」という観点は重要視されている。

このように、「うそ」そのものを中核とする病理がある一方で、精神症状の反応として、結果的に「うそをついている」状態が観察される場合もある。具体的には、統合失調症や解離性障害、認知症がそれに相当する。とくに、小児統合失調症の場合には、妄想や幻覚が現実と区別が付きにくい場合、そのような妄想や幻覚(たとえば、おばけや霊が出たなど)を言語報告する(倉本, 2013)ことが、結果的に周囲の仲間から「うそ」とみなされ、排斥されるこ

とが問題となりえる。また、解離性障害においては、被災体験や事故などによる解離症状が生じ、断片的に記憶されていることの辻褄を合わせようとすることによって、客観的には理解しがたい説明をすることで、同様に結果として、それが「うそ」とみなされてしまうケースも心理臨床の現場において観察されることがある。加えて、貴重品の保管場所を忘れてしまい、窃盗被害にあったと訴えること（いわゆる「もの盗られ妄想」）は高齢者において認知症を疑うべき臨床的特徴である（朝田，2010）が、これもいわば認知症において典型的にみられる臨床像であり、結果的に「うそ」をついているとみなされてしまうことが多いと考えられる。

「うそ」を「パーソナリティ」ではなく「行動」としてとらえる試み

このように臨床心理学領域においては精神障害の症状の一環として理解できる「うそ」がしばしば観察されるが、臨床心理学領域において問題となるすべての「うそ」が、前述のような病理の中核や精神症状の反応として理解されるわけではない。その典型的な例として、学校教育場面における児童生徒の「うそ」があげられる。このような児童生徒の「うそ」は、従来から狭義の生徒指導の対象としてとらえられる傾向にあり、その改善を目的として強い指導をもって対応されることが多い。しかしながら、単に「うそをついてはいけない」といった直接的な指導を行うことによって改善に向かうケースはむしろ稀であることは容易に予想される。したがって、このような児童生徒の「うそ」は学校の教員が対応に苦慮することが多い問題であると推測される。

一般に、「この子はうそをついているな」という目で児童生徒を理解し始めると、どうしてもうそをついたエピソードばかりに目を奪われがちになる。その場合、結果として「うそつきな子」という固定的なラベルをもって当該の児童生徒をとらえてしまうことが起こりえる。このように「うそ」をある意味での固定的な「パーソナリティ」としてとらえる観点に対し

て、とくに認知行動療法の立場においては、「うそ」も状況依存的で可変的な「行動」として理解することを試みる。すなわち、「うそをつく子」がいたとすれば、その子はその生育歴や生活歴の中で「うそをつく」という行動を学習してきたとみなすことになる。

このような「うそをつく」児童生徒の臨床像の一例として、「自らの承認欲求を充足するためにうそをついている」と理解できるケースがある（嶋田，2009）。たとえば、当該の児童生徒が家庭内で十分な家族との相互作用が得られないような環境におかれている場合、家族以外の周囲の人に対する強い承認欲求を呈することがある。このような場合、周囲の人の関心を容易にひきやすい「うそをつく」という行動によって承認欲求を充足するという方略は、ある意味の「生きる術」となってしまうと理解できる。そして、実際にそのような「うそ」によって承認欲求が充足できる限り、そのうそをつき続けることになると考えられる。

なお、ここまで精神障害の一連の症状に起因する「うそ」と、そうではない「うそ」についてそれぞれ記述してきたが、これらの「うそ」を明確に分けて理解することは困難な場合もある。たとえば、過度の飲酒、薬物摂取などによる記憶機能の低下、また、発達障害の特性としての記憶機能の低さを背景として、自らが遂行した行動の一部を十分に記憶することができないことによって、本人の記憶と客観的事実との乖離が生じ、結果として「うそ」が生じているケースがあげられる。このような背景を有する者が、複数件の問題行動を起こして、その一部の問題行動への関与を認めない場合、それが言い逃れとしての「うそ」であるのか、それとも問題行動について十分に記憶がなされていないことに起因する「うそ」であるのかを弁別することは容易ではないことも多い。

「うそをつく」行動の機能に着目する

前述したように「行動」として「うそをつく」ことを理解することによって、その援助も行動的な観点から具体的にを行うことが可能にな

る。すなわち、これまで児童生徒が「うそをつく」ことで得られていたメリット（機能）を「うそをつく」以外の比較的適切な行動を遂行したときに得られるようにすることが重要な着眼点となる（分化強化）。たとえば、聞き手の側を驚かせたり、強い関心を抱かせたりするために「うそ」をついていると判断される場合には、「うそ」に関連する内容を話しているときにはそれらの話題に対して必要最低限の関わりのみで受け流し、むしろ「うそ」をついていないコミュニケーションを用いているときに当該の児童生徒が望むような反応をもって多くの接触をもつということが基本的な関わりとなる。なぜならば、承認欲求が「うそ」をついていないコミュニケーション時に満たされれば、わざわざ「うそ」をついて周囲の者の注目を集める必要性は下がると考えられるためである。

逆に、それまで「うそをつく」ことが担っていた機能を代替する行動が確保されていない場合には、単純に「うそ」をつくことを直接的に咎めるような教育的指導を行うのみでは、その改善がみられにくいということが予測される。また、「うそをつく子」と呼ばれる児童生徒と関わると、「本当のことを話してごらん」と話している内容の真偽を追求するような関わりを行いがちになるが、このような言葉かけは自分が正直ではなかったことを認めさせようとすることになることが多いため、それに抵抗を示す児童生徒の場合には、「うそ」の上塗りをさせてしまうきっかけを与えてしまう可能性が高くなると考えられる。

このように児童生徒の「うそ」に対する支援においては、その児童生徒が「うそをつく」ことによって、どのような結果を得ているのかを理解することが肝要となる。前述のケースは、いわば「注意を引くため」にうそをついていたと理解することができるが、児童生徒においてしばしば見受けられる他の機能を有する「うそ」として、「目的を達成するため」にうそをつくことなどがあげられる。たとえば、相手に対して自分が力をもっていることを誇示したい、あるいは、相手に好かれたいなどの目的を

もって「うそをつく」場合がこれに相当する。ここで、「力の誇示」のためにうそをついている場合は、学級内でリーダー的な役割を果たす機会を与えていくことなど、「好かれたい」ためにうそをついている場合は、適切な会話への参加の具体的な方法を獲得させるなど、いずれも前述の方法と同様に「うそをつく」ことで得ていたメリットを、別の適切な方法を用いて得ることによって、「うそをつく」ことの改善が期待できると考えられる。

同様に、児童生徒においてしばしば見受けられる「うそ」として、自分の不都合を避ける（言い逃れをする）ための「うそ」があげられる。具体的には、授業時間中に校内を徘徊している児童生徒が「先生の許可をとっている」という「うそをつく（あるいは、大げさに言う）」などのケースがあげられる。一般に、このようなケースの対応は困難なことが多いが、まずは当該の児童生徒との信頼関係を築いた上で、頭ごなしに発話内容を否定することではない方法を用いて話し合うことが基本になる。そして、指導にあたる側が、事実を確認することと、うそをつくことに対して指導する（叱責する）ことを分けて対応していくことが有効な場合も多い。とくに、事実を確認するような場合には、児童生徒が過敏に反応するようなキーワード（いじめ、万引き、エスケープなど）の使用を避けて具体的な行動で話を進めたり、不用意に第三者に話が聞かれないような場所を利用したりすることによって心理的圧迫をかけないような工夫ができる。すなわち、本人にとって不快（不都合）な状態を発話に伴って作らなければうそをつく必然性が薄れるため、結果的に「うそをつく」行動の減少が期待できると考えられる。

また、「うそをつく」ことの背景として、自身にとって不快な感情の存在が見受けられることもある。とくに、事実を大げさに伝えるなどの仕返しのための「うそ」の場合などには、相手への不平不満や敵意感情などを背景としている場合が多い。このような場合には、本人にとっての不快な感情を減じるために「うそをつ

く」という行動を遂行していることが推測されるため（負の強化）、不快な感情が生じた背景事情に十分に耳を傾け、共感的理解を示すことによって不快な感情を減じることができれば、やはり「うそをつく」行動の生起確率が下がることが期待される。ただし、認知行動療法的援助を考える際には、問題の背景事情に対して理解を示すことと、「うそ」をつくことを許容することは同義ではないということに十分に留意しておくべきであると考えられる。すなわち、背景の不快な感情の生起に至るまでのプロセスに対しては十分な共感を示す一方で、その後遂行した「うそをつく」という「行動」が不適切であったことに対しては、ゆっくりと改善に向けた指導を行っていくことになる。そして、可能な限り「うそをついてはいけない」と指導するだけではなく、「それではどうすればよかったのか」を具体的に伝えていくことを通じて、不適切な対応を「しなかった」ことに注目するのではなく、より適切な対応を「した」際に、それに対して社会的賞賛などを随伴させることが望ましいと考えられる。

おわりに

本稿では、臨床心理学分野において見受けられる「うそ」について概説するとともに、行動的な観点から児童生徒の「うそ」をとらえ、その支援方法について述べた。さまざまな「うそ」に対する支援において共通して重要な点は、「うそをつく」という行動の「機能」という観点から整理を行い、それに見合った支援を考えていくことである。「うそ」を中核としたケースにおいても、実際にはその人の日常生活におけるあらゆる言動が「うそ」で固められているとは考えにくい。「うそをつく状況」における当該者と環境の相互作用、すなわち「うそ」の「機能」を調べることによって、その人の内面のみに問題を帰属させることなく、「うそをつく」行動のコントロールを試みるのが可能となると考えられる。

文 献

- American Psychiatric Association (2013) *Diagnostic and statistical manual of mental disorders, 5th ed.* (DSM-5). Washington, D.C.: American Psychiatric Association.
- 朝田隆 (2010) 「認知症」野村総一郎・樋口輝彦・尾崎紀夫 (編) 『標準精神医学 第4版』医学書院
- Cleckley, H. (1976) *The mask of sanity, 5th ed.* St.Louis, MO : Mosby.
- Kraepelin, E. (1909) *Psychiatrie Ein Lehrbuch fur Studierende und Artzte.* Leipzig: Ambrosius Barth. [E・クレペリン／西丸四方・遠藤みどり (共訳) (1994) 『精神医学総論』みすず書房]
- 倉本英彦 (2013) 「統合失調症」日本子ども社会学会研究刊行委員会 (編) 『子ども問題事典』ハーベスト社 pp.218-220.
- Johnson, E. E., Hamer, R., Nora, R. M., Tan, B., Eisenstein, N. & Engelhart, C. (1997) The lie/bet questionnaire for screening pathological gamblers. *Psychological Reports, 80*, 83-88.
- 嶋田洋徳 (2009) 「ケースファイルNo.3『うそ』をつく子」阿部利彦 (編著) 『クラスで気になる子の支援 ズバツと解決ファイル：達人と学ぶ！ 特別支援教育・教育相談のコツ』金子書房 pp.32-47.