

幻覚への認知行動アプローチ

丹野義彦

東京大学総合文化研究科



Evidence Based

推薦文献

『幻覚と妄想の認知臨床心理学』

石垣琢磨 東京大学出版会

『脳のなかの幽霊』 ラマチャンドランら

角川書店

『幻覚脳の世界』 シーゲル青土社

●幻覚の分類

人格的巻き込まれ
幻覚から心的距離

小
取れる

大
取れない

健全体験

③知覚遮断性幻覚
入出眠時幻覚

夢

②幻覚惹起物質
による幻覚

異常体験

器質的幻覚症

①統合失調症
の幻覚

感覚モダリティからみた幻覚の分類

幻聴

要素性幻聴

(言語でない音。例:ベル音)

複雑幻聴(音楽など)

言語幻聴

非対話性幻聴

対話性幻聴

幻視

幻臭

幻味

体感幻覚

自分の噂話をする声
自分に話しかける声

④ 統合失調症の幻覚の特徴

- ①言語性の幻聴が多い
- ②対話性幻聴がある
(自分に話しかけ命令し口出しする声)
- ③幻聴に人格的に巻き込まれる
- ④幻聴には能動的な側面もある。
- ⑥subvocal speech
- ⑦発声阻害行動で幻聴が消失
→幻聴の行動療法

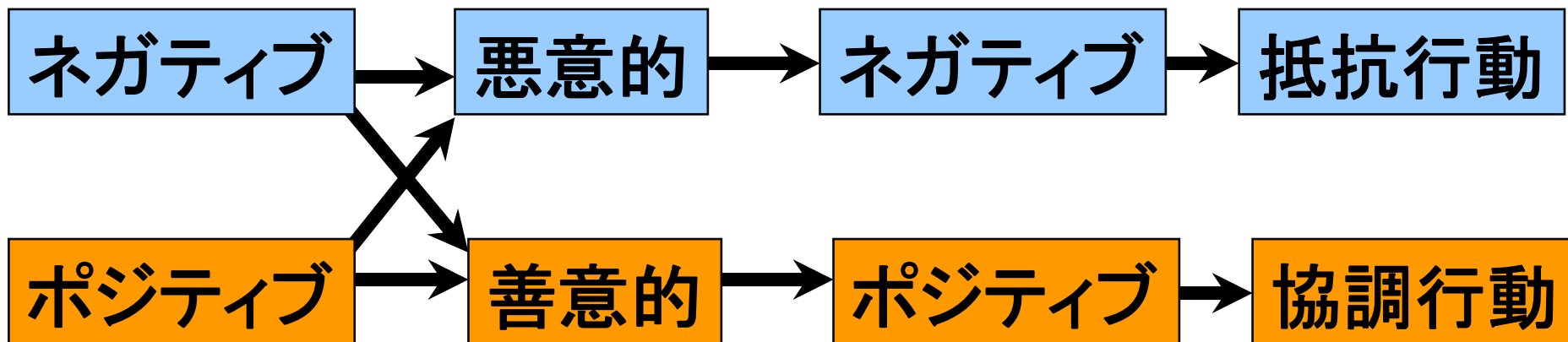
幻聴の認知行動モデル (チャドウィックとバーチウッド)

A: 幻聴の
内容

B: 幻聴への
認知

C: 幻聴による
感情

D: 幻聴への
行動





認知によって感情は変わる(バーチウッドら)

A:幻聴

B:認知

C:感情

D:行動

ネガティブ
「彼を殴れ」
という幻聴
が聞こえた

悪意的
神が私を
陥れようと
している

ネガティブ
不安

抵抗行動
部屋を出ない

ネガティブ
「彼を殴れ」
という幻聴
が聞こえた

善意的
神が私の
信仰を試そう
としている

ポジティブ
喜び

協調行動
声を聞き流す

ポジティブ
「用心しろ」
という幻聴
が聞こえた

悪意的
悪魔が私を
陥れようと
監視している

ネガティブ
恐怖

抵抗行動
店の中に入らない

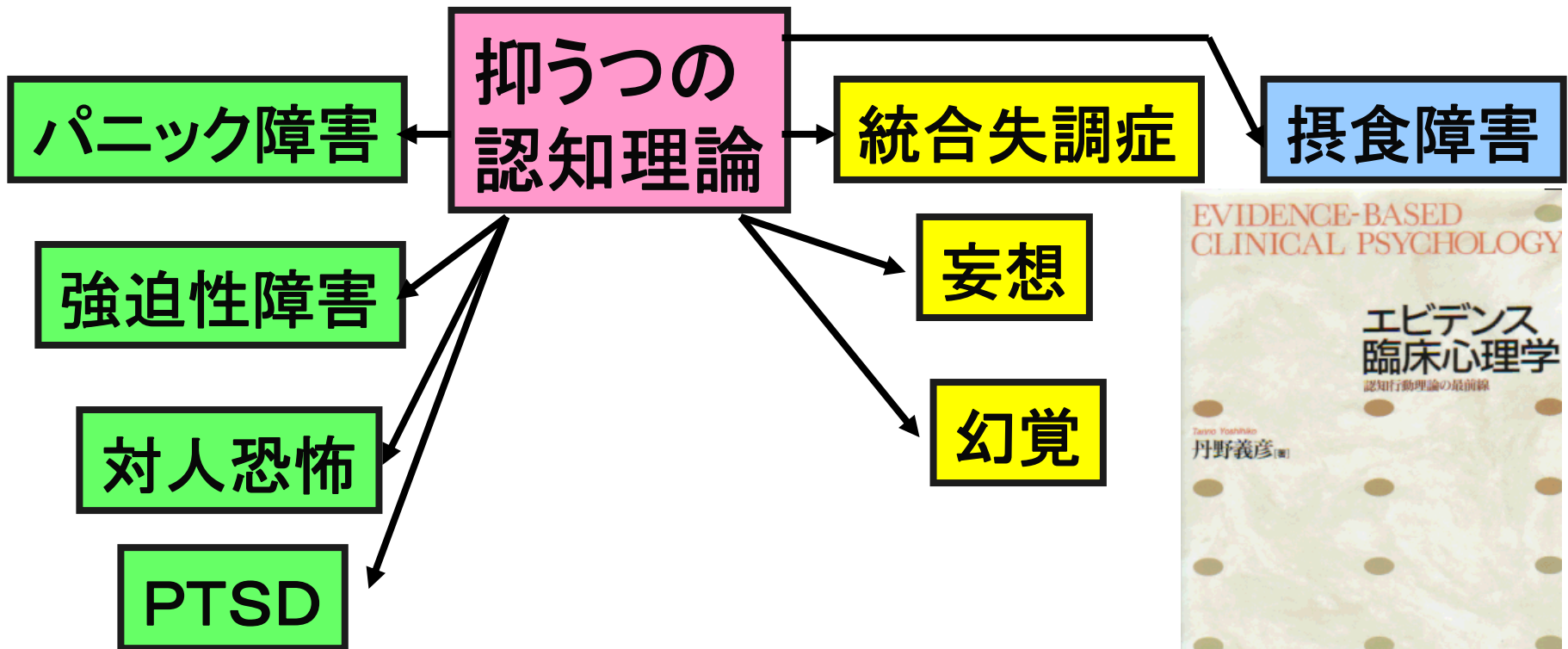
認知行動療法は一般理論へ

不安障害

抑うつ

統合失調症

その他



統合失調症の症状別アプローチ

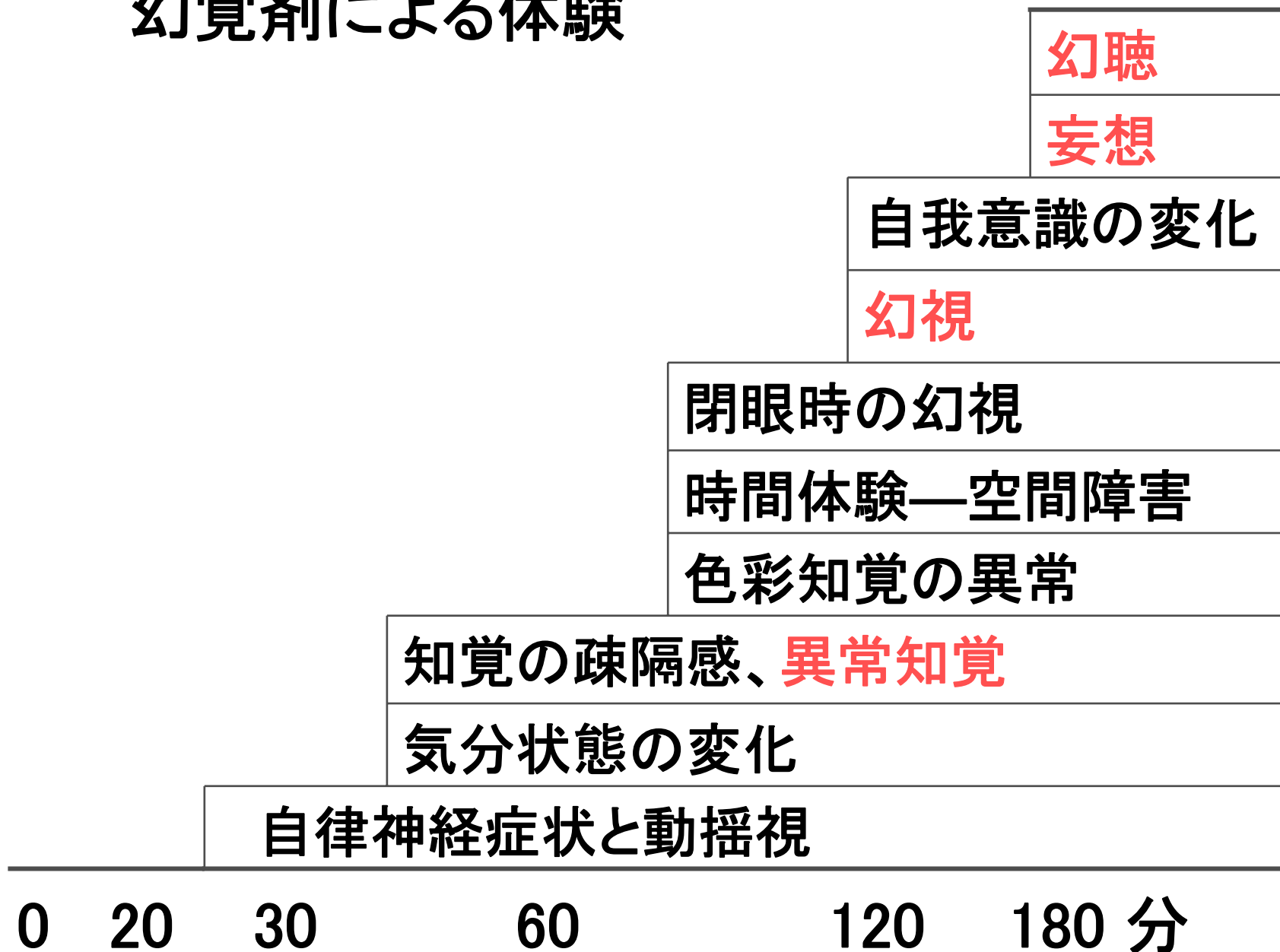
症状

アナログ研究

陽性 症状	{	妄想	— — —	妄想的観念
		幻覚	— — —	幻覚様体験
		自我障害	—	自我漏洩感

陰性 症状	{	自閉	— — —	引きこもり 対人不安
		感情鈍麻	—	アパシー
		連合弛緩		

幻覚剤による体験



知覚遮断状況の幻覚発生メカニズム

1 身体生理レベル

体動制限、疲労、睡眠剥奪、飢餓

⇒意識水準の低下

2 知覚レベル

知覚遮断、感覚遮断

⇒表象抑制の解除、知覚的補完

3 心理的レベル

心理的ショック、喪失による抑うつ

⇒自我退行による願望表現

4 社会レベル

日常生活遮断、社会的孤立

⇒社会的補完

3日間の感覚遮断における心的過程の変化 (杉本, 1986)

経過日数 観測項目 時間	1日目	2日目		3日目		4日目
	0-12	12-24	24-36	36-48	48-60	60-72
思考	抽象的思考 哲学的思考	現実的的空想 退行的思い出	現実的的空想 退行的思い出 空想の途絶	白昼夢 空想の途絶 被害妄想	被害妄想 断片的空想	断片的空想
知覚	客観的	客観的 主観的	客観的 主観的 錯覚 幻覚	錯覚 幻覚	幻覚	幻覚
感情	中性的 不安	中性的 不安 単調感	やや否定的 単調感	やや否定的 衝動的 攻撃的	否定的 衝動的 抑うつ的	否定的 抑うつ的
行動	椅子腰掛位 探索行動 歌唱	椅子腰掛位 運動 歌唱 描画	椅子腰掛位 単純な遊び	椅子腰掛位又 は立位や歩行 書字の拡大化	椅子腰掛位又 は床横臥位 書字行動急減	椅子倒立位
脳波 (α 波周波数Hz)	10.6	10.2	10.0	9.7	9.6	9.1

杉本助男 (1986) が12名の男女大学生を被験者として、72時間 (午後1時開始) の間、防音遮光の閉鎖環境中に孤独状態にして行なった実験結果を要約

感覚遮断環境下の人々の心的過程 『社会心理学研究 第1巻第2号 (昭和61年3月)』 杉本助男



知覚遮断実験の心理的効果

①被暗示性の亢進 → 洗脳の技法

②自己意識の統一性の減少

外界の処理能力は低下。

内界の記憶・表象は活発化

③空間見当識の障害

便所の位置がわからず，廊下をうろろうろ。

④幻覚

④ 表象抑制解除による幻覚発生

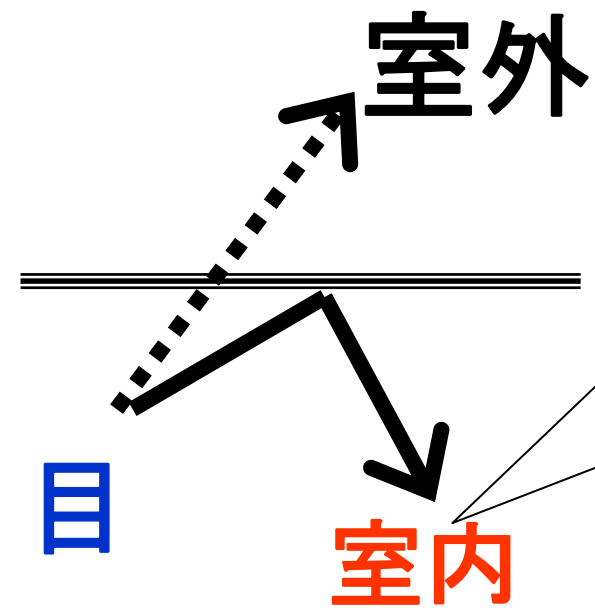
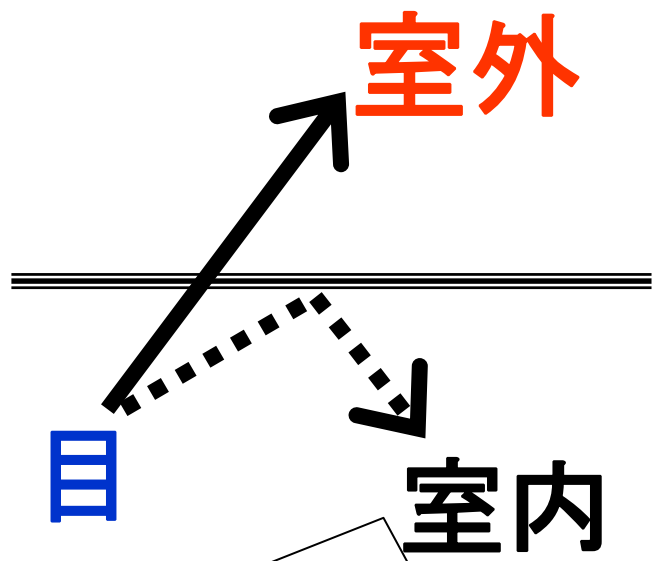
窓ガラスの比喻

昼間は、室外が明るいので、室内は見えない
夜は、外が暗くなり、室内が反射して見える

昼間

夜

窓ガラス



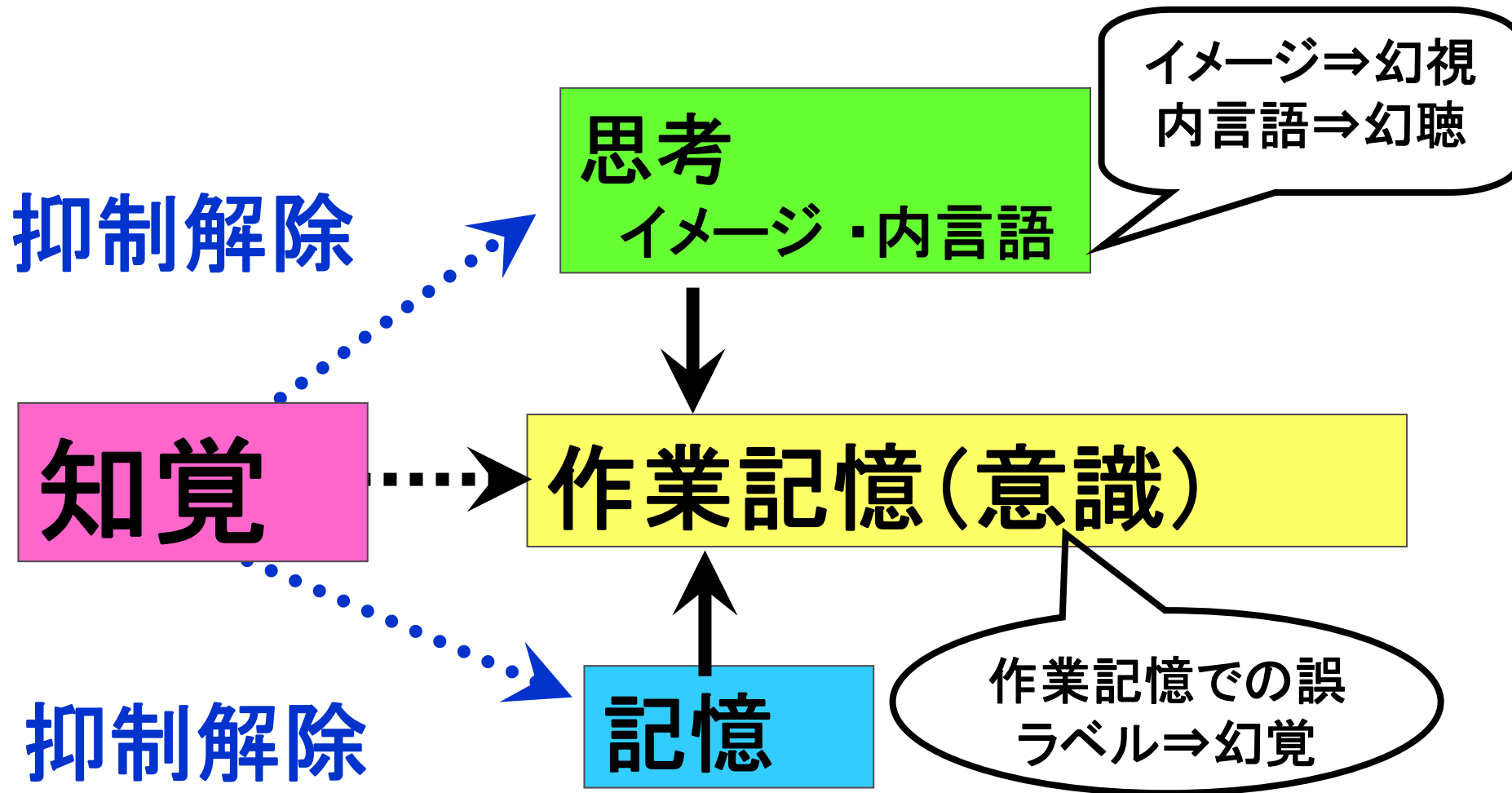
室内の視覚の抑制が取れる

室内の視覚は抑制される

表象抑制解除による幻覚発生

知覚遮断時は抑制が解除される

⇒作業記憶(意識)に思考・記憶が侵入



幻影肢

この患者は、右脚の膝から下を切断しているのに、固いマットレスをつらぬいて脚が床にとどいているという、奇妙な感覚に困惑している。



健常者の幻覚の解明 丹野研

1 体験率の調査

2 発生メカニズムの研究

①作業記憶論から

②内言とのかかわり

③素因ストレスモデル

3 幻覚研究のモデル

4 発生予防の研究

5 統合失調症と健常者の比較

健常者の幻覚の体験率

Sidgewick(1894) 17000名面接

幻覚10% 聴声4%

Tien(1991) 15000名診断面接

幻覚13% うち3割日常生活をかき乱す声

Stevenson(1983)の総説

幻覚体験 10~27%

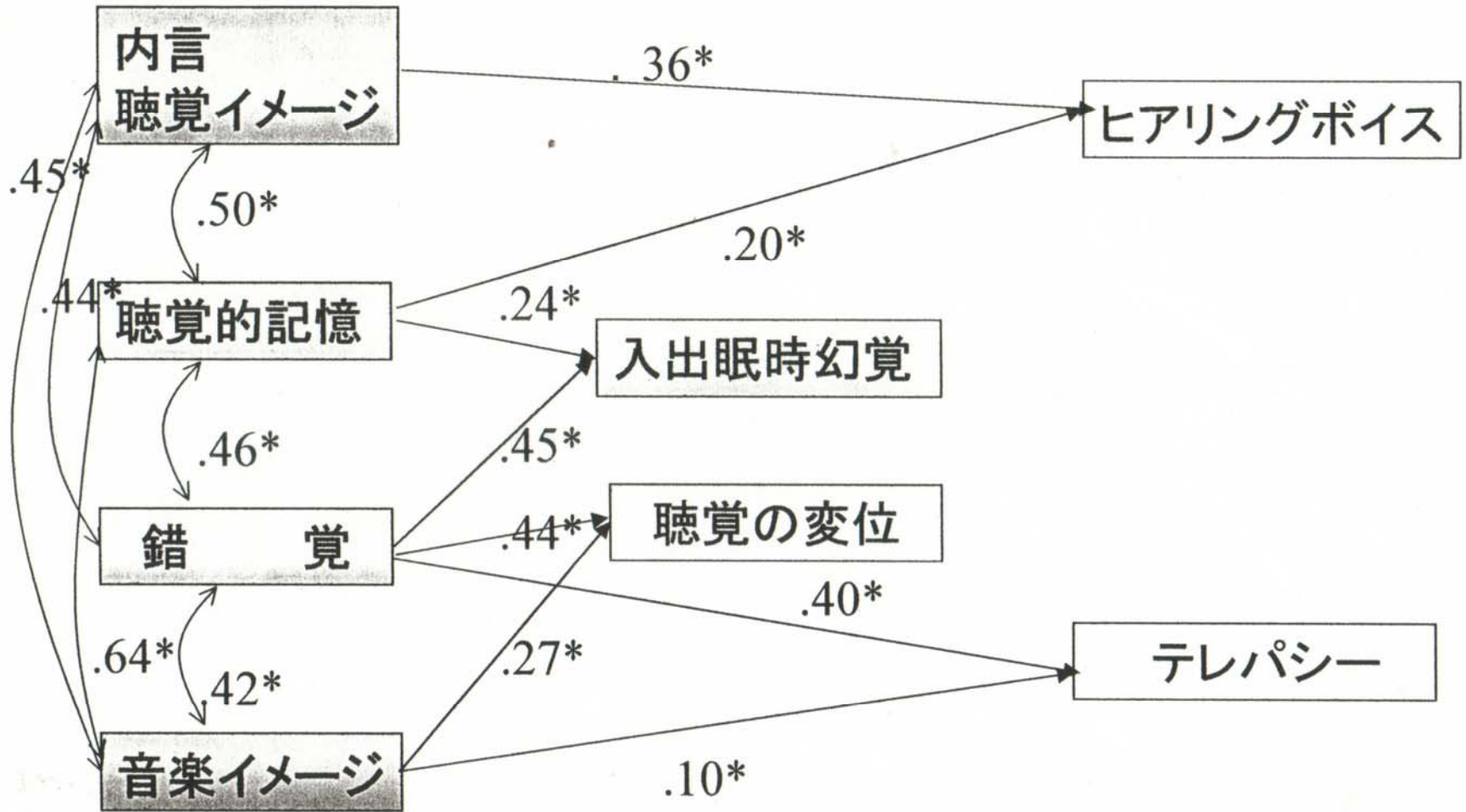
渡辺・小栗(1994) 大学生535名

金縛り体験 36.7%

入眠期幻像 37.1%

幻覚素因質問紙（ローニーら1981）

- ・他人の声が聞こえたのに、そこには誰もいなかったという経験をしたことがある
- ・白日夢の中では、非常に明瞭に音楽が聞こえる
- ・私自身の考えが声になって聞こえることがある
- ・実際には誰もいないのに、目の前に誰かの顔を見たという体験をしたことがある
- ・悪魔の声を聞いたことがある
- ・神が私に話しかける声を聞いたことがある



GFI=0.92
AGFI=0.80

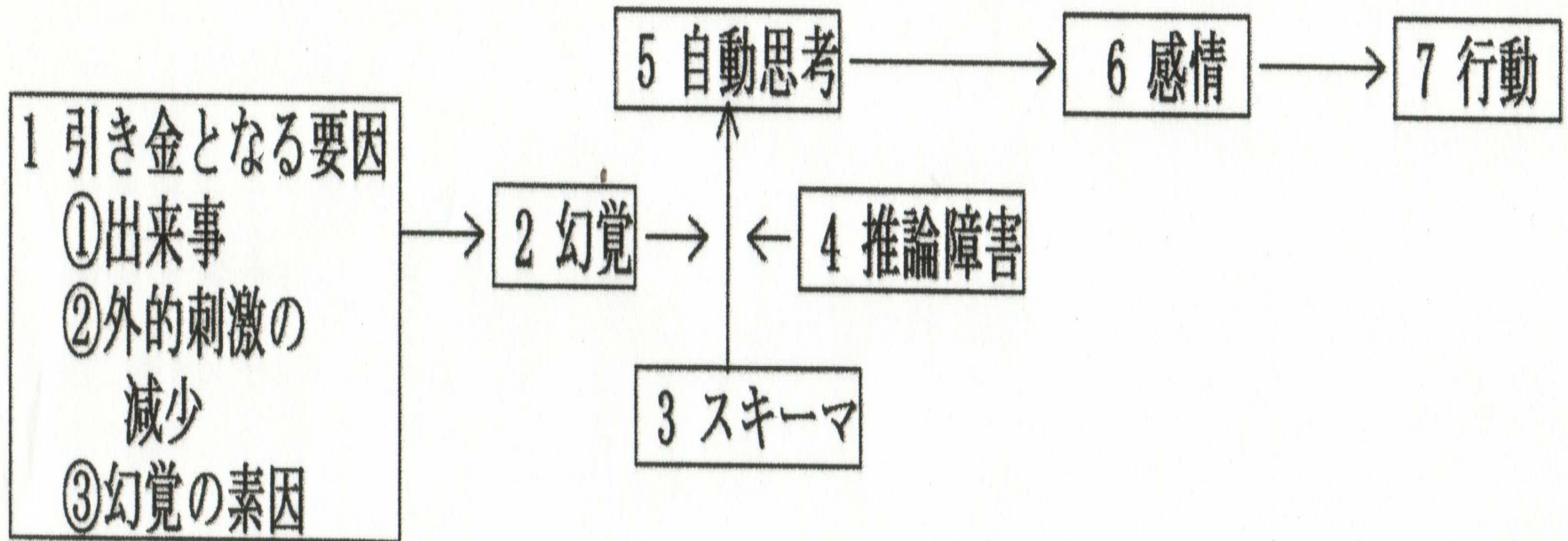
●健常者の幻覚を研究していく枠組み

<A: 出来事>

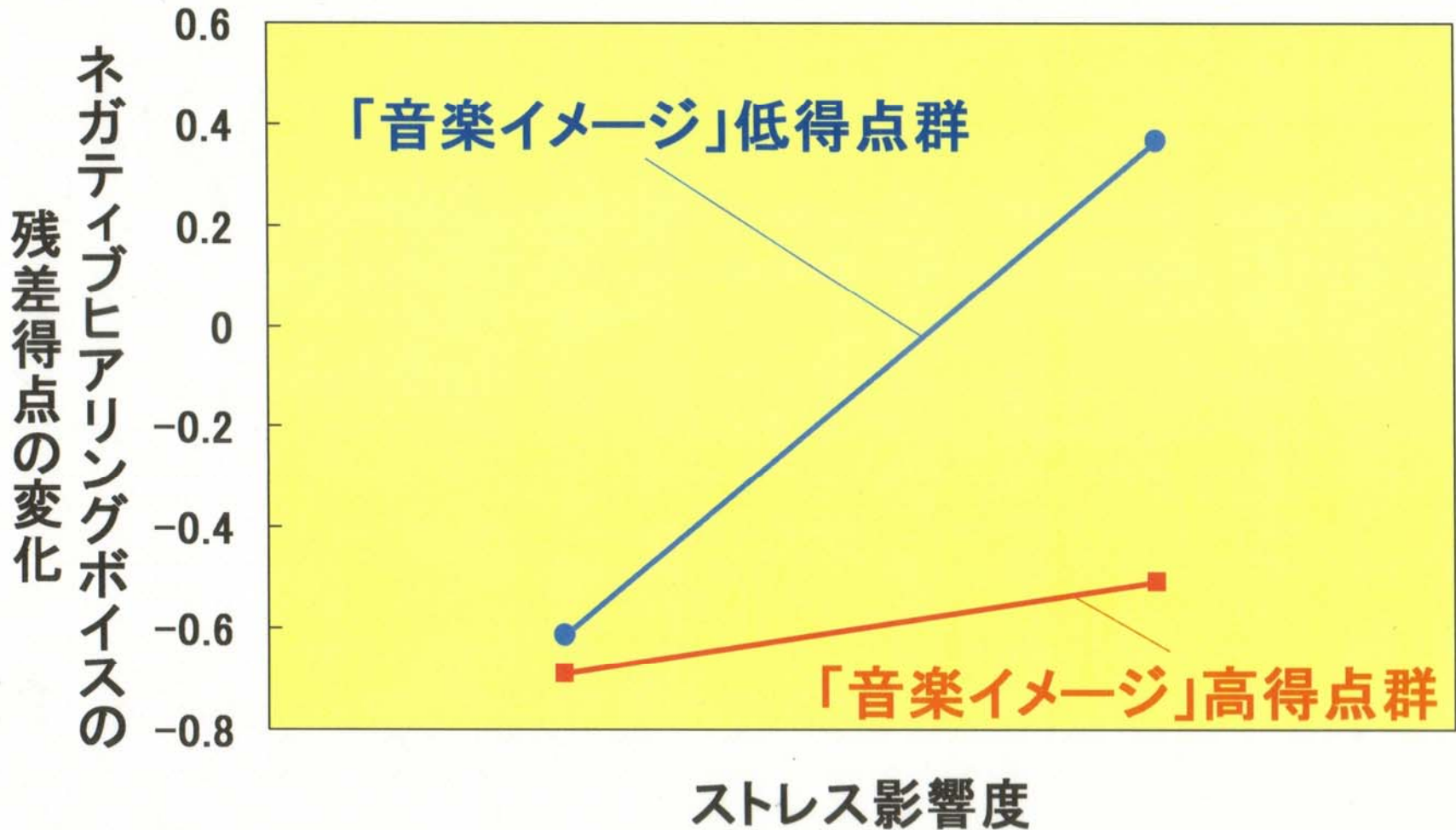
<B: 認知>

<C: 感情>

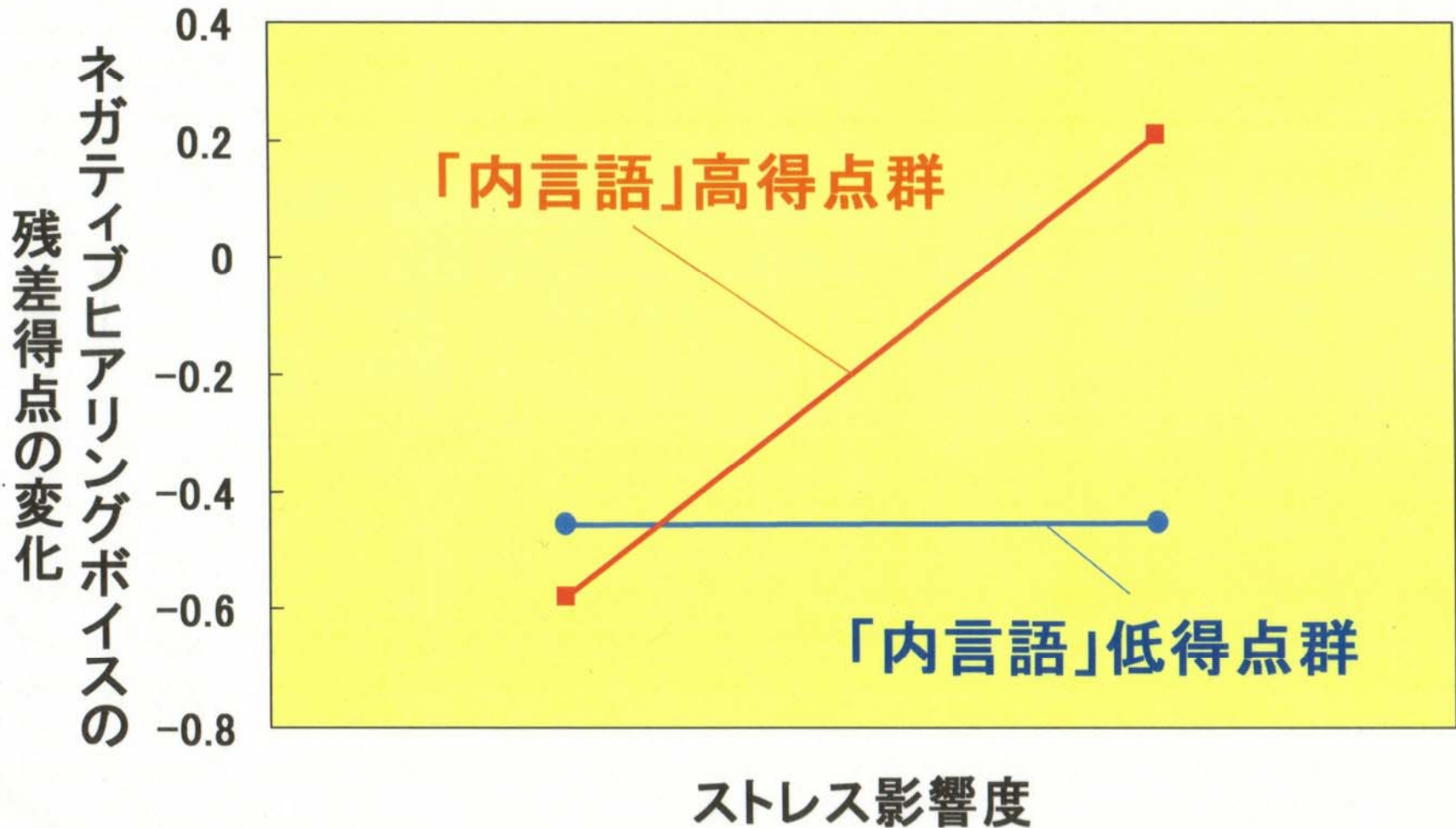
<D: 行動>



素因(音楽イメージ)と ストレス(対人関係)の交互作用の図



素因(内言語聴覚イメージ)と ストレス(対人関係)の交互作用の図



妄想・幻覚の解釈

ある場面では、適応的
このメカニズムが暴走して、コントロールできなくなる ⇒ 精神病理

妄想・幻覚の治療へのヒント

1. 妄想・幻覚の認知を変える
コントロールできるようにする
⇒ 認知行動療法
2. 妄想・幻覚の予防 ⇒ 予防教育



●心の病を予防するためのパンフレット

1. 心の病とはー統合失調症のアウトライン
2. 統合失調症の「**空耳**」について
3. 統合失調症の「**勘ぐり**」について
4. 統合失調症のきっかけと
なりやすい生活環境
不安・孤立・過労・不眠
……幻覚のおこりやすい状況
5. ピンチに陥った時の対処法
6. **利用できる社会的資源**
精神科・カウンセリング