

“メンタルヘルス・スラング”を定義する

—都内女子大生を対象とした横断研究より—

松崎 良美

第1章 背景

1-1. 精神疾患や精神障害に対する人々の認識のあり方を捉える方法

2000年前後から、精神疾患の病態が広まっており、さまざまな病名が増えていること、精神疾患を自称する患者が増加傾向にあることなどについて、いくつかの指摘がみられるようになった^{1,2,3}。「患者調査」によれば、実際に、1999年以降、精神疾患患者は急速に増加していることが分かる。特に、躁うつ病を含む気分[感情]障害の患者数は1999年の合計64万人から2014年の112万2000人へと激増している。

こうした精神疾患患者の増加を受けて、精神科の医師たちの一部では、本当に治療が必要なのか、疑わしい事例も増加していることを指摘する者もあり^{4,5,6}、議論が繰り返されてきた。また、事前に障害についてネットや本などで調べ、障害に対する知識を豊富に備えてやってくる一群に対して、「何とかして診断を受けるために、特定の障害の特徴を訴えようとしている」とみなすことができってしまうことを問題視し、そのことについて特集を組んだ雑誌⁷も発行されている。また、気分障害などといった精神疾患の症状が軽

1 「特集 自称〇〇障害とほんものをどう見分けるか」『精神科』18(3), 2011.

2 中嶋聡『心の傷』は言ったもん勝ち』新潮社, 2011, pp27.

3 香山リカ『私はうつ』と言いたがる人たち』PHP出版, 2008.

4 香山リカ『私はうつ』と言いたがる人たち』PHP出版, 2008.

5 中嶋聡『新型うつ病』のデタラメ』新潮新書, 2012.

6 吉野聡『間違いだらけの企業の「職場うつ」対策 それってホントに「うつ」?』講談社α新書, 2014.

7 「特集 自称〇〇障害とほんものをどう見分けるか」『精神科』18(3), 2011.

症化しているという声も挙げられてきた⁸⁹。

精神疾患患者数の増加や精神疾患を自称する人々の出現、精神疾患の軽症化傾向など一連の傾向は、精神疾患や精神障害に対する人々の認識のあり方によって影響を受けるものとはいえないか。実際に、精神疾患や精神障害に由来するさまざまな用語は、日常の会話の中や、自分自身がどのような人間であるか捉える過程の中で用いられる現状にあり、そうした実態は、精神疾患や精神障害に対する人々の認識のあり方を反映したもののようにかがえる。例えば、吉野¹⁰は、街中で若者が自分のなんとなくブルーな気分を『ブチうつ』『マジうつ』という言葉で表現するなど、『うつ』という言葉があまりにも軽く使われることがある、と指摘している。他にも「コミュ障」や「アスペ」などの精神疾患や精神障害に由来するさまざまな用語や表現は、漫画や小説などのサブカルチャーやインターネット上の掲示板、ソーシャル・ネットワーキング・サービス；SNS、情報サイトなどにおいても頻繁に目にされるようになっていく。

本稿では、自身が「メンタルヘルスを損なった状態」と認識していることを端的に示す方法の一つとして、精神疾患や精神障害に由来するさまざまな用語を用いることがあることから、個別にひとつひとつの用語や表現の扱われ方をみるのではなく、複数の用語、表現が扱われる状況を包括的に捉える概念として“メンタルヘルス・スラング”を想定し、その定義を試みる。

1-2. “メンタルヘルス・スラング”という概念の設定

“メンタルヘルス・スラング”とは、あくまで言葉として扱われる、精神疾患や精神障害、メンタルヘルスの領域に関する「用語」を指す。しかし“メンタルヘルス用語”ではなく、ここでは敢えて“メンタルヘルス・スラング”という表現によって対象の設定を試みる。そもそもスラングとは、改まった場や公式の場では用いられないことがない(用いられにくい)もので、「語形・語源・意味・用法・使用者などの点が、俗っぽい・くだけた・下品・卑猥・荒っぽ

8 鍋田恭孝「思春期・青年期の病像の変容の意味するもの「やみ切れなさ」「症状の出せなさ」—現代型うつ病・不完全神経症(軽症対人恐怖症など)ひきこもりから考える—」『精神療法』38(2), pp12-19, 2012.

9 田中伸一郎「統合失調症のノーマライゼーションとポストモダン—いわゆる輪郭不鮮明型の精神病理についての一試論—」『精神科治療学』27(4) pp489-498, 2012.

10 吉野聡『間違いだらけの企業の「職場うつ」対策 それってホントに「うつ」?』講談社 a 新書, 2014

い・誤っているなどと意識される語や言い回しのこと」(米川：1998¹¹)である。さらに米川は、“ホンネ”が話される場というのは親しい者同士が集まっている時であり、それは“スラング”が用いられる場とも近いシチュエーションであることも指摘している¹²。以上より“スラング”は、非公式の場で用いられる、率直な表現方法として理解することができる。

“メンタルヘルス・スラング”として説明したいものは、主に、精神医学、心理学、境界領域にある精神医学や精神疾患に関連する用語が、専門的な領域の内外を問わず用いられるようになったもの、とする。つまり、公式に表明することを目的として取捨選択されるのではなく、厳格で正確な表現が求められるような場、すなわち日常会話など、“ホンネ”で率直な会話を楽しむような場において、気軽に用いられる精神疾患や精神障害に関連する表現、精神疾患や精神障害に関連するテーマから派生して生じたような用語を、“メンタルヘルス・スラング”として定義する。また、ここでの「専門的な領域」とは医学雑誌や医学の専門書などが対象とする領域を示すものとする。つまり“メンタルヘルス・スラング”として示されるものの中には、「専門的な領域」で扱われる用語との差が一見ないようなものも含まれ得ることを示す。

本稿では“メンタルヘルス・スラング”がどのような表現を含めるものとして理解されるのか、この定義を探索的に行うことを目的としている。これまでに、類似した概念を用いた検討は管見の限り行われておらず、“メンタルヘルス・スラング”として見なしうるような具体的な内容について検討を進める必要があった。そこで、2016年時点において、精神疾患や精神障害に由来する用語でどのようなものが若者において頻繁に用いられることがあるのか、いくつかの表現を複数挙げてその検討を行った。表現を抽出していく上では、雑誌や一般書などの文献、ソーシャル・ネットワーキング・サービス：SNSを含めたインターネット上での利用状況、20歳前後の若者とのディスカッションなどを受け、近年散見されることのある用語として“メンタルヘルス・スラング”とみなす表現を設定した。そして以下に挙げる10の表現が、女子大学生においてどの程度知られていて、また実際に用いられることがあるのか、どのような文脈で用いることがあるのかを尋ねた横断調査を実施し、その結果から“メンタルヘルス・スラング”の定義の検討を行う。

11 米川明彦『若者語を科学する』明治書院、1998、pp8.

12 米川明彦『若者語を科学する』明治書院、1998、pp11.

1-3. “メンタルヘルス・スラング”と思われるもの —文献資料整理を通じて—

新聞紙や雑誌、一般書、インターネットサイトなどの概観と女子大学生とのディスカッションを通じて、主に20歳前後の若者が扱う用語として、「プチうつ」、「アスペ」、「コミュ障」、「かまってちゃん」、「アダルト・チルドレン」、「多動」、「メンヘラ／メンヘル」、「依存症」、「PTSD」、「対人恐怖症」の10の用語が抽出された。それぞれの用語は、近年一定の注目を浴びた用語として捉えることが可能で、実際に、SNSやインターネット上の掲示板等で用いられることが多い。以上の用語に関して、簡単にその概要を示す。

(1) プチうつ

気分の落ち込みや悩んでいるときの感情を示す表現として用いられてきた。そもそも「鬱鬱とした気持ち」などといった慣用的な表現も存在するが、「プチうつ」という言葉では、『うつ病』とまではいかないが、それに近い精神状況にあること¹³を示す場合も多い。「プチうつ」の原因として、持って生まれた性格によっても左右することがインターネットサイトなどでは紹介される。例えば、「プチうつ」にかかりやすい人として、「もともと真面目な几帳面なタイプ¹⁴」などが挙げられている。就転職後や結婚・妊娠後など、「しっかりやらなくては」「もっと頑張らなくては」というプレッシャーが原因となることや、引っ越し後など、疲れや環境の変化によって起こりやすいと説明される。1990年以降、過労うつ病、過労自殺裁判などを経て、「うつ病」に対する社会的な関心が高まり¹⁵、以降、うつ病は「こころの風邪」として啓発され、自殺対策の主眼とされて現在に至る¹⁶。

(2) アスペ

もともと「アスペルガー障害 (Asperger disorder, AD)」という呼称で知られ、知的障害を伴わないものの、興味・コミュニケーションについて特異性が

13 その不調の理由はここにあるかも…心も健康にして、脱・プチうつ！ <http://www.fuanclinic.com/byouki/fytte-1.htm> last accessed 2016/08/03.

14 あなたの健康を支えます ヘルスケア POCKET <http://xn--o9j592picar41ae8dgv.com/%E3%83%97%E3%83%81%E9%AC%B1%E7%97%87%E7%8A%B6%E3%83%81%E3%82%A7%E3%83%83%E3%82%AF%EF%BC%81%E3%81%93%E3%81%AE%E8%A8%BA%E6%96%AD%E3%82%92%E8%A9%A6%E3%81%97%E3%81%A6%E3%81%BF%E3%81%A6%EF%BC%81-3654> last accessed 2016/08/03.

15 北中淳子「『意志的な死』と病理の狭間で -- 自殺の医療人類学 (特集: 身体と医療の社会学)」『三田社会学』8, 2003, pp4-11.

16 『自殺総合対策大綱』平成19年6月8日

認められる自閉スペクトラム症／自閉症スペクトラム障害 (Autism Spectrum Disorder, ASD) の一種として理解される¹⁷⁾。現時点では米国精神医学会の診断統計マニュアル (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) の診断項目から除外されているが、SNS などでも広く散見される表現である。特に、自称ばかりでなく、他称する／される機会も多い表現である。例えば、ツイッターなどの SNS で検索すると、第三者を「アスペ」とみなし、否定的な発言を行っているものも大変多くみられる。否定的に「アスペ」という表現を用いる背景には、本人がコミュニケーションを苦手とする傾向が多いという問題だけではなく、言外の意味を理解することが苦手であったり、暗黙の了解を把握・認識することの困難さ¹⁸⁾があることなどが考えられる。こうした事情から、人間関係での不和を招いてしまうことがあり、物事の認知の仕方に特徴のあることが、他人からの非難や揶揄につながりやすく、「生きづらさ」につながっているとみられる。

一方で、自称される際の用いられ方については、「私はアスペルガーだと思うのですが…」と訴える自称アスペルガー障害が急増している、と金井ら¹⁹⁾は指摘している。そこでは、「私は空気が読めないので、アスペルガーだと思うのですが…」、「他人とうまくかかわることができません」、「私は他人とコミュニケーションをとることが苦手ですので、仕事が長続きしません」というように対人関係やコミュニケーション能力の問題に関するものが多いとされるようであり、こうした訴えをする人たちは、マスコミの情報を利用して自己判断で来院する患者も多く含まれると指摘されている。

(3) コミュ障

「コミュ障」もまた、「コミュニケーション障害／コミュニケーションの障害」の略称として理解される。「コミュ障」は「コミュ症」とも示される表現であるが、特に自閉症スペクトラム (ASD) で指摘される社会的コミュニケーション機能の欠陥に関連して用いられるようになった表現であると考えられる。ASD とは、もともと小児期早期や学童期早期に最も顕著であることが多いとされる障害で、加齢とともに症状が改善されていくものと理解されて

17 本田秀夫『自閉症スペクトラム 10 人に 1 人が抱える「生きづらさ」の正体』SB 新書, 2013.

18 特定非営利活動法人 (NPO 法人) 東京都自閉症協会 <http://www.autism.jp/knowledge/whatisas/web-j.html> last accessed 2016/9/27.

19 金井智恵子、湯川慶典、加藤進昌、岩波明「特集 自称〇〇障害とほんものをどう見分けるか 自称アスペルガー障害と本物をどう見分けるか」『精神科』18(3) pp314-320, 2011.

20 本田秀夫『自閉症スペクトラム 10 人に 1 人が抱える「生きづらさ」の正体』SB 新書, 2013.

いる。しかし今日に至って成人期でも発達障害に苦しむ人達の存在が指摘されるようになった²⁰。そうした影響もあってか、インターネット上の掲示板やSNS等でしばしば散見される表現の一つである。

DSMの第五版目においては、「障害の軽い人であっても、社会的に初心(うぶ)で脆弱であり、実務的な要求を援助なしで行うことは困難であり、不安や抑うつを呈しやすい。人前でその困難さを隠すために代償的な戦略や対処法を用いていることを多くの成人が報告しているが、社会的に受け入れられるように表面を取り繕うことのストレスや尽力に苦しんでいる」²¹と説明されており、実際にそのような理解が広くネットなどでも紹介されている²²。

(4) かまってちゃん

恋人や友人など親しい人に対して、過度に依存する、病的に執着するような人や状況に対して用いられることが多い。「他者に対する執着や依存の度が過ぎると、社会に上手く適合できなくなってしまう²³」などといった点でメンタルヘルスの問題と絡めて理解されることがある。似た表現に「かまちょ」があるが、「かまってちょうだい」の略語であり、双方ともにネットスラングとしての認知もされている²⁴。「かまってちゃん」も「かまちょ」も若年層を中心に、さみしい気分を表現するものとして気軽に扱われている。インターネット上で広く使用され認知が広まった経緯からも、サブカルチャーとの親和性が高いことが伺える。例えば、「かまってちゃん」という表現をバンド名に含む「神聖かまってちゃん」という名前のロックグループは、ネット上の活動から有名になり、メジャーレーベルへの移籍、テレビ出演など活動の幅を広げた。同バンドのボーカルは精神障害の当事者であることをカミングアウトしているが、自分自身の気分の変調や落ち込みなどを歌詞で表現したり、過激なパフォーマンスを行うことで人気を集めてきた。このバンドのボーカルが示す精神の危うさや儂さ、脆さなどのイメージが、ある種クールなもの、価値のあるものとして認識され、用いられる機会が広がっていった可能性も考えられるであろう。

21 Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders 第五版 pp49-57.

22 コミュ障とは <http://comyusyo.nerim.info/condition.html> last accessed 2016/08/03

23 「健康 ココロ・カラダ・元気 “かまってちゃん度チェック”」<http://eonet.jp/health/check/check01.html> last accessed 2016/06/18.

24 「日本語俗語辞書」<http://zokugo-dict.com/06ka/kamacho.htm> last accessed 2016/06/18.

(5) アダルト・チルドレン

「アダルト・チルドレン」とは、1970年代のアメリカでソーシャルワーカーやサイコロジストが、大人になったアルコール依存症者の子どもたちに関心を寄せて、用いられるようになった概念である²⁵。心理学や精神医学的な知識や解釈をベースとし、当初はアルコール依存症の親を持つ子どものことを指す言葉として用いられてきた。しかし、やがて、「親の不幸を自分のせいと思い、家庭の緊張を感じ取り、親の期待に添うような生き方を選んでしまう人々。そのために自分の欲求や感情を忘れてしまった人々。誰かのために生きることが生きがいになってしまっている人々²⁶」のことを指すものとして、意味が拡大されて用いられるようになった。日本においては、1981年にクラウディア・ブラック (Claudia Black) の著書 “It will never happen to me” が1989年に齊藤学によって『私は親のようにならない』という邦題で翻訳・紹介され²⁷、90年代に広まっていった。またこの言葉は、他者から診断されたり名づけられるものではなく、本人が自覚し、自分自身の成長を促すために、自らが用いるものであるとされた²⁸点でも特徴的である。

この言葉はテレビ・雑誌とマスコミにこぞって用いられ²⁹、大変広く知られるようになった。遠藤は盛んにこの用語が用いられるに至った現象をAC (アダルト・チルドレンの略称でありエーシー) ブームと呼び、「自分がACではないか」と考えて相談に来室する人たちの存在について指摘している³⁰。

(6) 多動

注意欠陥・多動性障害 (attention-deficit / hyperactivity disorder, ADHD) が持つ症状の特徴のうち、多動性 (過活動) について略されて用いられる言葉である。ADHDは、多動性以外にも、注意欠陥や衝動性の症状によって説明され、小児期に発症し、青年期早期を通して比較的安定するものの、「青年

25 特定非営利活動法人アスク (アルコール薬物問題全国市民協会) : ついに「現代用語」になった「AC」っていったい何? , 『アルコール・シンドローム』43号, アスク・ヒューマン・ケア : 東京, 1996, pp13-16.

26 三橋順子 : ACoAP—虐待する親のもとで育てられた人々. (齊藤学 編) 『現代のエスプリ—トラウマとアダルト・チルドレン』, 至文堂 : 東京, 1997, pp151-158.

27 クラウディア・ブラック著, 齊藤学翻訳 『私は親のようにならない—嗜癮問題とその子どもたちへの影響』誠信書房, 2004 (改訂).

28 三橋順子 : ACoAP—虐待する親のもとで育てられた人々. (齊藤学 編) 『現代のエスプリ—トラウマとアダルト・チルドレン』, 至文堂 : 東京, 1997, pp151-158.

29 遠藤優子 『自分のルーツを探るということ』 『アディクションと家族』第14巻4号 pp402-404, 1997.

30 遠藤優子 『自分のルーツを探るということ』 『アディクションと家族』第14巻4号 pp402-404, 1997.

期および成人期には運動性多動の症状は明らかでなくなるが、落ち着きのなさ、不注意、計画性のなさ、衝動性に伴う困難は持続する」ものとされる³¹。注意欠陥・多動症は、学校での機能および学業成績の低下、社会的拒絶、成人では、職場での機能、成績、出勤状況の不良さ、さらに失職の可能性が高い対人的葛藤の高さと関連すると言われ、しばしば他の人たちからは怠惰、無責任、または非協力的と解釈されやすい³²。同年代の仲間関係においては、注意欠陥・多動症をもつ人への拒絶、無視、またはいじめがみられやすいことも指摘されている³³。

(7) メンヘラ

インターネットのメンタルヘルスに関する掲示板上で、当事者として発言をしているような人のことを指して用いられるようになったネットスラングである。この言葉が転じて「心に病気を患った人」を指すこともある³⁴。「誰かに愛情を向けてもらいたい」という傾向を持ち、先述の「かまってちゃん」との関連もみられるという。「自分という存在がそっぽを向かれるのは何より恐れるが、自分以外の他人がどうなっても知ったことではない、一言で言えば『愛してくれないならここで死んでやる!』³⁵」という感情を持ち合わせているとされる点で特徴的である。もともと医学用語ではないが、「メンヘラ」という言葉を自称して精神科医療の場に訪れる人達も多いとされている。

(8) 依存症

精神に作用する化学物質の摂取や、ある種の快感や高揚感を伴う特定の行為を繰り返し行った結果、それらの刺激を求める抑えがたい欲求である渴望が生じ、その刺激を追い求める行動が優位となり、その刺激がないと不快な精神的、身体的症状を生じる精神的、身体的、行動的な状態³⁶のことを指す用語である。「依存症」は、精神に作用する物質を摂取することによって生じる「物質系」の依存と、特定の行為や関係にのめりこむ「非物質系」の依存に大別することができ、依存の対象は多岐にわたっている³⁷。「物質系」の依存

31 Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders 第五版 pp58-64.

32 Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders 第五版 pp58-64.

33 Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders 第五版 pp58-64.

34 ニコニコ大百科 <http://dic.nicovideo.jp/a/%e3%83%a1%e3%83%b3%e3%83%98%e3%83%a9> last accessed 2016/6/18.

35 ニコニコ大百科 <http://dic.nicovideo.jp/a/%e3%83%a1%e3%83%b3%e3%83%98%e3%83%a9> last accessed 2016/6/18.

36 Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders 第五版 pp473-582.

37 NHK福祉ポータルハートネット <http://www.nhk.or.jp/heart-net/izonsho/about/index.html> last accessed 2016/6/18.

症については、その対象の持つ依存性の有無を科学的な実験によって検証することが可能なため、その種類についてある程度限定されるが、「非物質系」の依存は、単純に対象に対して熱狂的な情熱を注ぐ、“マニャック”な状況を指すものも含めて用いられることがある。インターネットや若年層の会話の中では、後者に挙げたような特定の行為や関係にのめりこむ「非物質系」の依存について用いられるケースが多い。特に对人的な依存を示すものである場合、「メンヘラ」や「かまってちゃん」とごく似た問題やトラブルを表現するものといえる。

(9) PTSD

心的外傷後ストレス障害 (Post-traumatic Stress Disorder) と呼ばれる 1980 年の DSM Ⅲにおいてはじめて精神疾患として取り扱われたものの略称である。「PTSD」の本質的特徴は、一つまたはそれ以上の心的外傷的出来事に曝露された後に生じる特徴的な症状の発現³⁸である。具体的には、実際にまたは危うく死ぬ、重症を負う、性的暴力を受けるといった出来事に曝露する心的外傷的出来事がきっかけとして生じるものであって、その後も反復的に、無意識に、かつ侵襲的にその出来事が想起されるという症状を持つことが特徴的だ。通常、心的外傷的出来事についての思考、記憶、感情、または会話を避けるため、それを想起させる活動、対象、状況、または人を避けるための意図的な努力をすることになるという³⁹。

もともと、「PTSD」は戦争体験者が被る障害として用いられてきた用語であったが、災害・事故、犯罪、労働問題、教育問題における被害者の障害として、さまざまな領域で取り上げられるようになった⁴⁰とされる。また、さまざまな領域で取り上げられるようになる過程で、「PTSD」は、心的外傷的出来事を直接体験しなくても、目撃したり、間接的に耳にすることによっても引き起こされるものといわれるようになった。また、扱われる領域の場が広がっただけではなく、その症状を持つ対象が、当事者や被害者だけでなく、目撃者や周囲の関係者、事件の加害者などにまで広がったことも指摘されている⁴¹。

38 Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders 第五版 pp269-278.

39 Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders 第五版 pp269-278.

40 木村祐子, 小針誠『PTSD』はいかに語られたか: 新聞記事における心理主義化現象の分析』『人間文化創成科学論叢』12, 2009, pp191-199.

41 木村祐子, 小針誠『PTSD』はいかに語られたか: 新聞記事における心理主義化現象の分析』『人間文化創成科学論叢』12, 2009, pp191-199.

(10) 対人恐怖症

もともとアジアに特有のものともみなされた症候群と理解され、「社会的評価への懸念によって特徴づけられ、社交不安症の基準を満たしており、その人が他の人達を不快にさせているという恐怖と関連しており、この恐れは時には妄想的な強さで経験される」ものである⁴²。DSM Vにおいては、社交不安障害 (Social Anxiety Disorder (Social Phobia)) の亜型として記載されている⁴³。対人場面で不当な不安や緊張が生じて、嫌がられるとか、不快感を与えるのではと考え、対人関係から身を引こうとする神経症の一種であるとされている。あるインターネットサイト⁴⁴では、「神経質で感受性が高く、くよくよしやすい、自意識が強い、気を遣いやすい、慎重で内気で怖がり、真面目(生真面目)で完璧主義で頑固、子どもの頃から人見知りがあった」等の特徴を持つ人が「対人恐怖症」になりやすいと説明されている。TwitterなどのSNSにおいても散見されることの多い言葉であり、自らの対人能力について否定的な思考をする文脈において用いられることが多い傾向を持つ。

第2章 目的

本研究では、1. 背景で挙げた10通りの表現について、20歳前後の若年女性を対象に以下の3点について検討を行うことを目的とした。第一に、前項で挙げた10の表現は、それぞれどの程度知られた表現であるのか。第二に、実際にいずれかの表現について用いた経験があるか。最後に、実際にいずれかの表現を用いる際は、どのような文脈において使用するのか。以上の3点について、実態把握を行い、その結果を受けて“メンタルヘルス・スラング”の定義を進めることを目指した。

第3章 方法

本調査は、都内に所在する一女子大学の2年生以上の学部生を対象とした。調査対象者は1139名で、回収数は480名(回収率42.1%)であった。調査は、

42 Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders 第五版 pp200-206.

43 Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders 第五版 pp200-206.

44 Spotlight ハマるニュース&エンタメサイト <http://spotlight-media.jp/article/108863981713419645> last accessed 2016//6/18.

大学で行われる健康診断の機会を利用して行った。健康診断は、大学に在籍する学生の全員が原則として受診することが求められるものであり、大学にあまり通学できていないような不登校気味の学生や、留年を繰り返しているような学生に対しても調査協力を依頼することが可能となる機会と思われた。この健康診断が実施されるのは4月であり、大学に入学したばかりの新入生は、女子大学生を代表するものとはみなしえないと考え、学部1年生と30歳以上の回答者を除外し、結果、455名が分析対象者となった。調査は無記名自記式質問票による横断調査として実施し、インフォームドコンセントに基づき行った。

質問は、ネット上などでのスラングを含める「精神疾患／精神障害」に由来する用語について尋ねる旨を前置きした上で、前項で挙げた10語に、「その他」の項目を加えて、それぞれについて目や耳にしたことがあるか経験を尋ねた。その後、①自分以外の誰かについて説明するとき、②自分自身について当てはめて考えるとき、③自分自身のことについて説明するときの、3つの場面別に実際の使用経験について尋ねた。さらに、「精神疾患／精神障害」に由来する用語を②、③のいずれかの場面で使用したことがあるとした人へのみ、具体的な用語を挙げてもらったうえで、どのような文脈で使用することがあったかを「全くあてはまらない」から「とても当てはまる」までの5段階に分けて尋ねた。文脈は6通り設定し、①誰かの反応や関心を惹きたくて使う、②ジョークとして使う、③深刻に聞こえすぎないようにするために使う、④やりたくないことについてやらない理由として使う、⑤その言葉で自分を表現しやすいから使う、⑥失敗したときの理由として使う、によって構成した。これらの具体的な文脈は、調査対象者に該当する属性を持つ20歳前後の女子大学生に事前にインタビューを行って得られた内容をもとに設定した。

第4章 結果

まず、“メンタルヘルス・スラング”として選択肢に挙げた表現は、それぞれその認知の程度に差がみられた。(図1)各用語について「目や耳にした」経験を問う質問に対して、「プチャうつ」や、「多動」は、それぞれ24.2%、36.8%と認知度は比較的低かった。調査対象者の約70%以上が「目や耳にしたことがある」と回答していたのは、「アスペ」、「コミュ障」、「かまってちゃん」、「メンヘラ」、「依存症」、「対人恐怖症」であった。なかでも「コミュ障」や「かまっ

てちゃん」、「メンヘラ」はそれぞれ98.0%、92.4%、90.8%が「目や耳にしたことがある」と回答しており、調査実施時点においてとても広く定着した言葉であることがうかがえた。

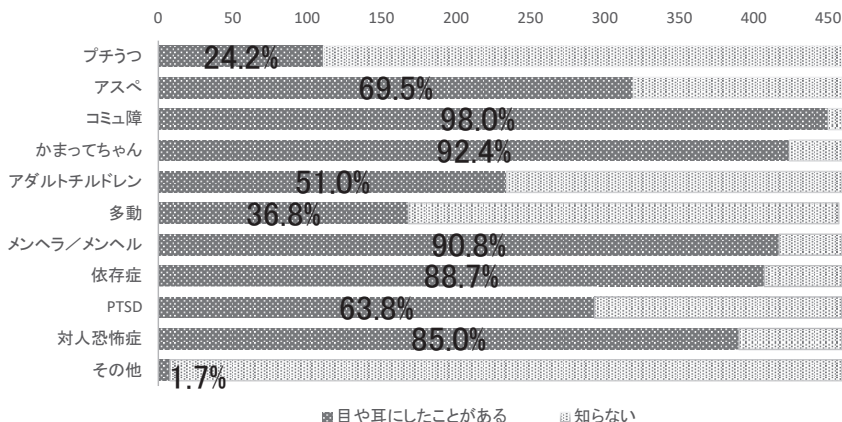


図1 “メンタルヘルス・スラング”の認知について

“メンタルヘルス・スラング”として挙げた表現のいずれかを使用したことがあるかを尋ね、「ある」と答えたものを“メンタルヘルス・スラング”の使用経験がある者とみなした。“メンタルヘルス・スラング”の使用経験がある者は334名(全体の73.4%)で、「自分以外の誰かを説明するときの使用経験のある者」が233名(使用者の69.8%)、「自分自身にあてはめて考えた経験のある者」が273名(使用者の82.0%)、「自分自身のことについて説明するときに使った経験のある者」は、205名(使用者の75.4%)であった。

自分自身に対して“メンタルヘルス・スラング”を使用した経験がある、と答えた者を対象として、具体的にどのような“メンタルヘルス・スラング”を用いたことがあるのか、自由記述回答欄を設けて尋ねた。回答欄には一語のみを記入してもらうことを念頭に入れていたが、複数の“メンタルヘルス・スラング”を記入した対象者もあり、分析時には記入されていた“メンタルヘルス・スラング”すべてを採用し、割合などは延べ数で算出している。特に多くみられた“メンタルヘルス・スラング”は「コミュ障」(使用されるスラング全体の56%)で「メンヘラ」(使用されるスラング全体の全体の13%)、「かまってちゃん」(使用されるスラング全体の全体の9%)、「依存症」(使用されるスラング全体の全体の5%)とつづいた。その他の用語については、各用

語においても全体の1～3%程度の人にしか用いられていなかった。(図2)しかし、選択肢に挙げた用語以外にも、使ったことがある用語としていくつかの用語が挙げられていた。「アスペルガー」や「回避型愛着障害」、「統合失調症」、「ASD」、「病み期」、「情緒不安定」、「内気」、「被害者意識」などが挙げられ、「メンタルヘルス・スラング」に該当するのだろうか、と思われるような曖昧な表現もみられた一方で、かなり専門的な表現を記入した者もいた。

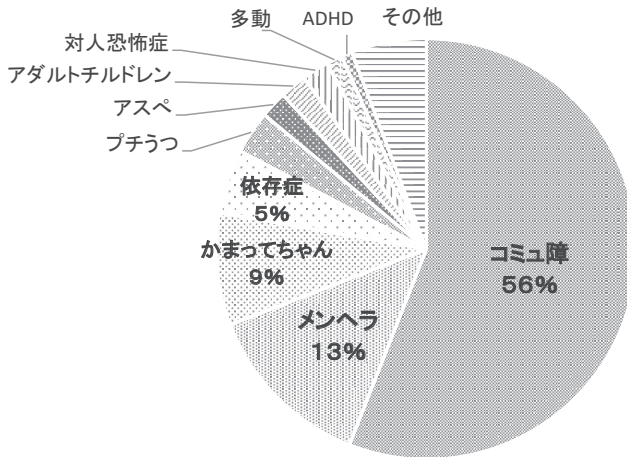


図2 女子大学生において用いられていた“メンタルヘルス・スラング”の割合

どのような文脈で“メンタルヘルス・スラング”を使うことがあるのか把握することを目的に、6通りの文脈について、それぞれ、自身の使い方に当てはまる度合いを尋ねた質問では、以下のような回答が得られた。(図3)特に「当てはまる」と捉えた人が多かった文脈は、「深刻に聞こえ過ぎないようにするために使う」、「ジョークとして使う」、「その言葉で自分を表現しやすいから使う」だった。一方、「失敗したときの理由として使う」、「誰かの反応や関心を惹きたくて使う」、「やりたくないことについてやらない理由として使う」は少ないながらも一定数の人が“メンタルヘルス・スラング”を使う文脈として「当てはまる」と回答をしていた。

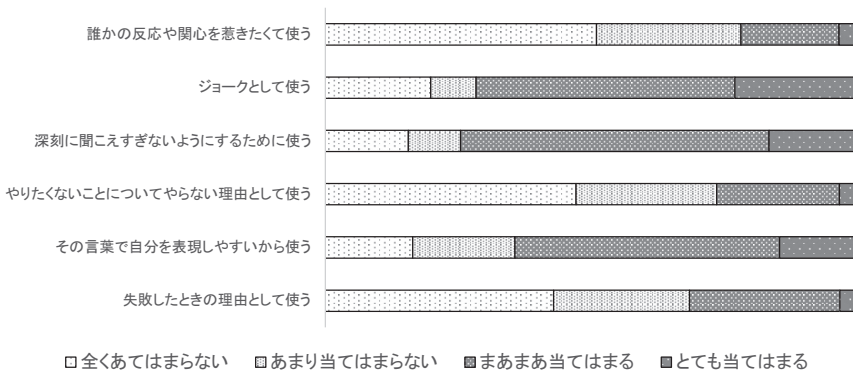


図3 女子大学生が“メンタルヘルス・スラング”を用いる際の文脈別適合度

“メンタルヘルス・スラング”として設定した表現によっては、「目や耳にしたことがある」割合が際立って低いものもみられた。特に、本調査では「ブチうつ」や「多動」は、対象者のうち6割以上が「目や耳にしたことがない」と答えていた。

一方、“メンタルヘルス・スラング”を使用した経験のある者は全対象者の7割を超えた。特に“メンタルヘルス・スラング”を使用する場面として多かったのは、「自分自身にあてはめて考えた経験」であって、「自分以外の誰かを説明するときの利用経験」があると答えた割合は最も低かった。とはいえ、他称の経験があると答えた者も“メンタルヘルス・スラング”を使用する者のうち7割弱を占めていた点から、“メンタルヘルス・スラング”は自称・他称双方において用いられていることが伺えた。

実際に使用したことのある“メンタルヘルス・スラング”の中で特に多かったのは、「コミュ障」であり、“メンタルヘルス・スラング”を扱う者の半数以上がこの表現を用いていた。続いて頻繁に扱われていたのが「メンヘラ」そして「かまってちゃん」であり、くだけた形で用いられる表現の方がより広く対象者に用いられているようであった。

“メンタルヘルス・スラング”として今回挙げた各表現に対して、対象者がどのような思い入れや認識を持っていたのかは様々であろうが、対象者の7割以上が“メンタルヘルス・スラング”を使用していたことを鑑みれば、ここで挙げた“メンタルヘルス・スラング”は部分的にはあれ、広く若者の間で用いられていると解釈できるだろう。“メンタルヘルス・スラング”を使

用する者に、とりわけ主体的健康観が悪かったり、主体的ストレス度が多い、という特徴はみられず、全対象者との比較においても有意な差は認められなかったことから、本稿で挙げた項目に関しては、“メンタルヘルス・スラング”を用いる集団が特殊な傾向を持つとも言い難かった。

第5章 考察

5-1. 表現のもつイメージが使用のあり方に与える影響

本稿で“メンタルヘルス・スラング”として掲げた表現は、対象となった女子大学生の7割近くが、特別な事情なく自然に扱っていたことが推察された。特に広く使用されていた表現は、「コミュ障」や「メンヘラ」、「かまってちゃん」など、正式に扱われる用語というよりも、くだけた形で扱われているものが多くみられた。それぞれの表現に関して、実際にその表現を扱う当人たち自身が、精神疾患や精神障害に由来するものとはっきりと認識した上で用いていたものであったかは定かではない。しかし、ここで挙げた三つの表現は、他称される際、場合によってはネガティブな意味が含まれ得るような表現でもある。敢えてネガティブな意味も併せ持った表現を、「その言葉で自分を表現しやすい」と捉えて使うことの意味を検討する余地は大きいといえよう。少なくない女子大学生が「精神疾患／精神障害」に由来する“メンタルヘルス・スラング”を用いていた結果が得られたことは大変興味深く、今回の検討によって、女子大学生における精神疾患や精神障害に由来する用語の取扱いの一側面を伺うことができたと考えられた。

精神疾患や精神障害、それに関連するテーマが、人々の間に浸透し、広まっていく過程は、社会の側がそれらをどのように受容するかによっても影響を受けており、単純に啓発活動が一方的に作用してきたわけではないということを、歴史社会学の立場から、佐藤(2013)⁴⁵が指摘を行っている。いわゆる、精神疾患や精神障害に対する認知や印象について、佐藤は「精神疾患言説」と表現し、これを「精神疾患について語られた言表の集合であるとともにそれを支える諸実践を包含するもの、非言語的な要素の存在をも含意したもの⁴⁶」とした上で、具体的に新聞記事などマスメディアにおける扱われ方を分析し、「精神疾患言説」の大衆化過程を捉えることを試みている。佐藤は「精神疾患

45 佐藤雅浩「精神疾患言説の歴史社会学「心の病」はなぜ流行するのか」新曜社、2013。

46 佐藤雅浩「精神疾患言説の歴史社会学「心の病」はなぜ流行するのか」新曜社、2013, pp452。

言説」が、必ずしもアカデミズムやそれに準ずる場で認められてきた理論や実践の中で構成されてきたわけではないものとし、この言説が、専門家間での議論を超えて広く一般社会に広まる経緯の中で構築されていったことを指摘する。「精神疾患言説」が生み出されていく具体的なプロセスについて通史的に検討を行い、そこで見られる通時的な普遍性を次のように見出している。

ある精神疾患に関する知識や分類が社会に導入されると、そこではまず、当該の基準にあてはまる一群の人々が「発見」される。彼らはほとんど漠然とした心身の不調に悩んでいた人々かも知れないし、新しい診断法によって、はじめて症状を自覚するようになった人々かも知れない。いずれにせよ、この初期の段階で重要なのは、ある人間の心身状態に医学的な名前が与えられ、それに対して、一定の医学的処置が必要であるという理解が社会内に成立することである。次に、マスメディアからの情報、もしくは現実の医師からの診断によって、そのカテゴリーに当てはまるとされた人々は、自らがそのように分類されていることを意識した上で、多様な医療行動をとり始める。ある人々は、同じ苦しみを抱えた人々と自助集団を形成し、またある人々は、読者投稿に自分の苦しみを訴え始める。どのような行動をとる場合にも、その社会的な帰結は同様であり、当該の疾患を病む人間が「实在」していることを、社会と関係者に向けて「証明」することになる⁴⁷。

ここでは、医師たちによる疾病概念の問題提起・提唱と、その「精神疾患言説」のマスメディアによる社会への流通、流通した医学的知識によって主体化・内面化を行う「病める主体」、という循環が行われることで、一定の「精神疾患言説」が定着すると述べられている。

佐藤が行った指摘は、単純に精神疾患や精神障害に関する専門的な知識が、社会・一般の人々に対して専門家の側から一方向的に広まっていくものではなく、「病める主体」を含めた一般の人々自体が、「精神疾患や精神障害に対する認知や印象」のありようを方向づけていく主体として機能していた可能性について指摘した点で新しい。啓発活動の対象となっている側の存在が、社会における精神疾患や精神障害の印象や影響力それ自体に作用し得てきたとする発想は、精神疾患の病態の広まりや精神疾患を自称する患者の増加の背景を検討していくうえで、一つの手がかりになるといえよう。

では、我が国の精神保健医療福祉政策が、実際にはどのようになされてき

47 佐藤雅浩『精神疾患言説の歴史社会学「心の病」はなぜ流行するのか』新曜社、2013、pp435.

たのか。簡単に概略を示すと、2004年9月に厚生労働省精神保健福祉対策本部によって発足された「精神保健医療福祉の改革ビジョン」の下で啓発活動等を含めた行政的な取り組みが実施されてきた。これは、「入院治療中心から地域生活中心へ」を基本方針とし、「当事者・当事者家族も含めた国民各層が精神疾患や精神障害者について正しい理解を深めるような意識の変革に取り組むとともに、地域間格差の解消を図りつつ、立ち後れた精神保健医療福祉体系の再編と基盤強化を今後10年間で進める」ことが主眼としたものであった。特に目標として、「精神疾患は生活習慣病と同じく誰もがかかりうる病気であることについての認知度を90%以上とする」、「精神疾患を正しく理解し、態度を変え行動するという変化が起きるよう、精神疾患を自分自身の問題として考える者の増加を促す」ことが掲げられていた。こうした行政的な取り組みは、佐藤が指摘するとおり、一般の人々における精神疾患や精神障害の認識のあり方に影響を与えていた可能性があったとも考えうるかもしれない。

また、本調査の結果から、単純にネガティブなものとして、“メンタルヘルス・スラング”が利用されているのではなく、敢えてその表現を用いて自称してやることによって何らかの意味を見出そうとしている可能性も示唆された。例えば、サブカルチャーや社会的認識の変化などが作用し、女子大学生やその周辺のコミュニケーション環境の中で、独自の意味を持つ表現として“メンタルヘルス・スラング”が確立し、言葉として浸透していったとも考えられる。つまり“メンタルヘルス・スラング”が用いられる過程で、その表現の指す意味が、肯定的な意味を含めながら変化していった可能性があるともいえる。

5-2. “メンタルヘルス・スラング”の概念に含まれる表現

一方で、本研究では、“メンタルヘルス・スラング”として10の表現を挙げていたが、その表現に対する認知や利用の実態は用語によって様々であった。佐藤によれば、用いられる言説はその時代の社会的状況などによって変化し、ある程度言説が使い古されるとその都度、新たな疾病概念の問題提起・提唱が繰り返され、同様のプロセスで「精神疾患言説」が生み出されてきた可能性を指摘することができるという⁴⁸。

“メンタルヘルス・スラング”として位置づける用語は、それぞれ異なる特

48 佐藤雅浩「精神疾患言説の歴史社会学「心の病」はなぜ流行するのか」新曜社、2013、pp435.

徴を持つものと見なせそうだが、その特徴は、時代や社会的な状況に依存するものといえよう。その意味で、本調査において認知の度合いが低いことが示された表現について、それを単純に“メンタルヘルス・スラング”にあたらないと見なすことは不適切であるかもしれない。一括りに“メンタルヘルス・スラング”に該当する用語を限定するのではなく、幅広く“メンタルヘルス・スラング”を据えて、その扱われ方に注目することで、ある表現の背景にある社会的状況について検討を深めていくことも可能となるだろう。また、その表現が含む意味や社会的・文化的位置づけについて考慮することも、自分自身の精神状態をどのように評価し、精神医学的知を運用しているといえるのか等を検討することができるものと考えられた。つまり特定の表現の使用や流行が人々に与える影響にばかり注目するのではなく、どのような認識の下で特定の表現を用いているのか、ということに注目することによって人々の精神、メンタルヘルスに対する捉え方や印象を測ることに貢献するものと考えられる。

“メンタルヘルス・スラング”の定義は未だ曖昧な部分が多く、何が“メンタルヘルス・スラング”たる条件といえるのかについての検討も不足している。例えば、ある程度の使用頻度を以て“メンタルヘルス・スラング”とみなすべきなのか、という問題がある。また、“スラング”を「“ホンネ”を示す率直な表現」として理解する場合、その判断はどのようにされるのか、という疑問も残っている。今回は女子大学生における“メンタルヘルス・スラング”の使用実態に限られたが、今後は女子大学生以外の対象においても検討を行っていきたい。

参考文献

書籍

- * 香山リカ『「私はうつ」と言いたがる人たち』PHP 出版, 2008.
- * クラウディア・ブラック著, 斎藤学翻訳『私は親のようにならない—嗜癡問題とその子どもたちへの影響』誠信書房, 2004 (改訂).
- * 佐藤雅浩『精神疾患言説の歴史社会学「心の病」はなぜ流行するのか』新曜社, 2013.
- * 中嶋聡『「心の傷」は言ったもん勝ち』新潮社, 2011.
- * _____『「新型うつ病」のデタラメ』新潮新書, 2012.
- * 本田秀夫『自閉症スペクトラム 10 人に 1 人が抱える「生きづらさ」の正体』SB 新書, 2013.

- * 吉野聡『間違いだらけの企業の「職場うつ」対策 それってホントに「うつ」?』講談社 a 新書, 2014.
- * 米川明彦『若者語を科学する』明治書院, 1998

論文

- * 阿部隆明「大うつ病概念によるうつ病概念の拡大はなぜ起きたのか」『精神科治療学』27 (4): 427-435, 2012.
- * 市橋秀夫ら「特集 自称〇〇障害とほんものをどう見分けるか」『精神科』18 (3), 2011.
- * 井原裕「病気喧伝—精神医学のうそ」『こころの科学』No.156 (3), pp21-27, 2011.
- * _____, 市野川容孝, 太田順一郎ら「座談会 現代型うつ病を捉える視線」『PSYCHIATRY』no.68, pp9-34, 2012.
- * 加藤篤志「アダルト・チルドレンの語られ方—雑誌記事の分析より—」『茨城大学人文学部紀要 コミュニケーション学科論集』No.4, pp165-180, 1998.
- * 北中淳子「『神経衰弱』盛衰史」『ユリイカ』36 (5), 2004.
- * 木村祐子, 小針誠「『PTSD』はいかに語られたか—新聞記事における心理主義化現象の分析—」『人間文化創成科学論叢』12 巻, pp191-199, 2009.
- * 斉藤環, 春日武彦, 日高隆ら「シンポジウム メディアと精神科医」『こころの科学』No.106 (11), pp2-13, 2002.
- * 神庭重信, 狩野力八郎, 江口重幸ら「うつ病のプロトタイプは変わったのか」『臨床精神医学』37 (9), pp1091-1109, 2008.
- * 田中伸一郎「統合失調症のノーマライゼーションとポストモダン—いわゆる輪郭不鮮明型の精神病理についての一試論—」『精神科治療学』27 (4) pp489-498, 2012.
- * 特定非営利法人アスク(アルコール薬物問題全国市民協会)「ついに『現代用語』になった「AC」っていったい何?」『アルコール・シンドローム』43, pp13-16, 1996.
- * 鍋田恭孝「思春期・青年期の病像の変容の意味するもの「やみ切れなさ」「症状の出せなさ」—現代型うつ病・不完全神経症(軽症対人恐怖症など)ひきこもりから考える—」『精神療法』38 (2), pp12-19, 2012.
- * 三橋順子: AC/AP—虐待する親のもとで育てられた人々.(斉藤学 編)「現代のエスプリ トラウマとアダルト・チルドレン」, 至文堂: 東京, 1997, pp151-158.

公文書

- * 平成 18 年度厚生労働科学研究「精神保健医療福祉の改革ビジョンの成果に関する研究」
- * 「患者調査」厚生労働省
- * 「心の健康問題の正しい理解のための普及啓発検討会報告書～精神疾患を正しく理解し、新しい

一歩を踏み出すために〜」今後の精神保健福祉医療福祉のあり方等に関する検討会，平成 20 年 4 月 11 日。

- * 「自殺総合対策大綱」2007 (平成 19) 年 6 月 8 日。
- * 「精神医学研究連絡会報告 こころのバリアフリーを目指して—精神疾患・精神障害の正しい知識の普及のために—」日本学術会議 精神医学研究連絡委員会，2005。
- * 「精神保健医療福祉の改革ビジョン」精神保健福祉対策本部，平成 16 年 9 月。
- * 「平成 27 年版 厚生白書」。
- * Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders 第五版

インターネット

- * ニコニコ大百科「メンヘラ」
<http://dic.nicovideo.jp/a/%e3%83%a1%e3%83%b3%e3%83%98%e3%83%a9>
 last accessed 2016/6/18.
- * コミュ障とは <http://comysyo.nerim.info/condition.html> last accessed 2016/08/03
- * Spotlight ハマるニュース&エンタメサイト
<http://spotlight-media.jp/article/108863981713419645> last accessed 2016//6/18.
- * その不調の理由はここにあるかも…心も健康にして、脱・プチうつ！
<http://www.fuanclinic.com/byouki/fytte-1.htm> last accessed 2016/08/03.
- * あなたの健康を支えます ヘルスケア POCKET
<http://xn--o9j592picar41ae8dgv.com/%E3%83%97%E3%83%81%E9%AC%B1%E7%97%87%E7%8A%B6%E3%83%81%E3%82%A7%E3%83%83%E3%82%AF%EF%BC%81%E3%81%93%E3%81%AE%E8%A8%BA%E6%96%AD%E3%82%92%E8%A9%A6%E3%81%97%E3%81%A6%E3%81%BF%E3%81%A6%EF%BC%81-3654> last accessed 2016/08/03.
- * NHK 福祉ポータル ハートネット
<http://www.nhk.or.jp/heart-net/izonsho/about/index.html> last accessed 2016/6/18.
- * 健康 ココロ・カラダ・元気 “かまっちゃんでちゃん度チェック”
<http://eonet.jp/health/check/check01.html> last accessed 2016/06/18.
- * 日本語俗語辞書
<http://zokugo-dict.com/06ka/kamacho.htm> last accessed 2016/06/18.
- * 特定非営利活動法人 (NPO 法人) 東京都自閉症協会
<http://www.autism.jp/knowledge/whatisas/web-j.html> last accessed 2016/9/27.