

# 日本保育学会において倉橋賞受賞

## 幼児の恐怖

—その原因と除去—

黒田実郎



### 問題の意義

乳幼児の恐怖のある種のものは生まれつきのものだと考えられます。たとえばアメリカのソンターグという心理学者は、臨月の妊婦の腹部にスピーカーを取りつけて大きな音を流し、胎児の心音を増幅してテープの上に心搏を記録しました。すると胎児は音の刺激に対して鋭い体の動きと心搏加速の反応とを示したということです。よく知られているように成人のおどろき反応や恐怖反応は、瞬間的に心搏の減速がともない、引き続いて心搏加速の現象が起こるといわれていますが、同じような現象は胎児においても観察されたのです。

出生後三か月ごろまでの乳児は大きな物音に対して腕を伸ばします。いわゆるモロー反射と呼ばれている反射ですが、このよう

な反射は先天的なものです。つまり大きな物音に対するおどろきや恐怖の反応は、胎児や新生児が成熟するにつれて自然発生的に現されます。従って生まれつきめぐらの子どもでも、このような刺激が与えられるとき普通の子どもと同じような情緒的反応を示します。

この他にも、乳幼児は苦痛をともなう刺激が与えられたり、刺激が突然変化したり、また予期しない刺激が与えられたりすると恐怖反応を示します。

このような生来的に恐怖をひき起こす刺激が、本来は中性的な性質の刺激とともに乳幼児に与えられますが、後には中性的な刺激に対しても乳幼児は恐怖反応を示すようになります。もっと簡単にいって、乳幼児の恐怖の中には、条件反応や模倣などによって後天的に形成されたものがかなり含まれているのです。

一般的にいって、乳幼児には先天的な恐怖反応が多く、年齢が増大するにつれて後天的に形成された恐怖が多くなる傾向があるといえるでしょう。先ほど例にあげましたモロー反射は、乳児期の後半になると自然に消滅しますし、またジェット機などの騒音に対する恐怖も五、六歳頃になるとかなり軽減されます。このように直接的で具体的な刺激に対する恐怖は年齢とともに自然に減少する可能性がありますが、反面において、おばけや暗やみなどのように間接的で想像的なものに対する恐怖は五、六歳頃になるととかえって増大します。そして成人になると将来に対する不安などのように予測的で非実体的な恐怖感が強くなるので、成人は子どもに比べて必ずしも不安や恐怖が少ないとはいきれないのです。

特にわたしたちが暮している現代の生活環境には、あまりにも多くの有害刺激があり、また潜在的な危険性がひそんでいますので、高度に発達した文明社会に住んでいる人間ほど、不安神経症や強迫神経症にかかりやすい傾向があります。

結局、正常者とは一般の人たちと同種類で同程度の恐怖を持ち他の人に対しても不必要的恐怖刺激を与えない人のことだと定義できるでしょう。

不幸にして人並み以上に恐怖心が強かったり、あるいは特殊なものに恐怖心を抱いたりする人がある場合、そのような症状を早

期に見つけて治療することができれば、本人にとつても社会にとつても大きなプラスになるにちがいありません。

このような意味で、幼児の恐怖の形成とその除去の過程を研究することは、健全な適応性をもつた人間を形成するために非常に重要な課題であると思われます。

約五十年前にアメリカの心理学者ワトソンは、条件反射の方法を用いて幼児に恐怖感を形成する実験を行ないましたが、私は同じ原理を応用して幼児の恐怖の除去の実験を行ないました。

次に、幼児の恐怖の原因とその除去について保育学会で発表しました論文に、その後わたしが行ないました研究を加えて、要点をまとめてみました。

### 母子の恐怖の相関

今からに、ある子どもがイスに対して恐怖を示したとします。もしもこの子どもが、かつてイスに噛まれたり、ひつかれたりした経験があるとすれば、イスを恐れるのは当然のことでしょう。ところが実際に調べてみると、そのような外傷的な経験が全くないのにイスを恐れる子どもがかなりいるのです。このような子どもはなぜイスを恐れるようになったのでしょうか。その理由はいろいろあると思われますが、有力な原因の一つは、他の人たち、特に自分と最も親しい人や尊敬する人がイスを恐れるのをな

ん度も目撃しているうちに、遂には自分もイヌを恐れるようになつてしまつたのではないかと考えられます。これを心理学の用語で簡単に説明しますと、準外傷的な出来事が反復して経験されることによって遂には恐怖反応が形成されたと見なされるのです。通常、子どもが一番親密に接触する人物は母親ですから、母親がイヌを恐れると、その子どももイヌを恐れる可能性が大きくなるわけです。

そこまでイヌだけに限らず、十五項目の恐怖対象について親子間の恐怖の一致度を質問紙によつて調査してみました。

まず、母親の恐怖項目数の平均値は六・四〇、父親は二・〇で母親は父親に比べて恐怖項目の数が統計的に有意なほどに多いことがわかりました。(P < .001)また女児の恐怖項目数の平均値は七・四、男児は六・二七で、女児は男児に比べて恐怖項目の数が少し多かつたが統計的には有意な差ではありません。(.20 > P < .10)さて母親は父親に比べて恐怖項目数が多いのですから、母親と子ども及び父親と子どもの恐怖項目の一致数だけを比較すれば、当然母子の一致数は父子の一致数よりも多くなり無意味な比較になります。そこで母親と子どもの恐怖項目の総合計のうちで両者が一致する項目は何ペーセントか、また父親と子どもの恐怖項目の総合計のうちで両者が一致する項目は何ペーセントかを計算して比較しました。その結果、男児と母親との一致度は六四

%、男児と父親との一致度は三一%、女児と母親との一致度は六六%、女児と父親との一致度は三四%、男女児の合計と母親との一致度は六五%，父親との一致度は三三%でした。

以上のように、子どもと母親との恐怖項目の一致度は、子どもと父親との一致度に比べて約二倍も多いことがわかりました。

アメリカの心理学者ハグマンは子どもとその母親が示す恐怖数には〇・六六七の相関係数があると報告していますが、母と子どもの間には恐怖数においても恐怖項目の一致度においても、かなり密接な関係のあることがわかるでしょう。

恐怖だけではなく知能においても母子間の相関は父子間の相関に比べて高いことがアメリカの心理学者たちによつて証明されています。すなわち、二歳頃までは子どもの大脳が十分に発達していない間に、精神検査にも欠陥があるので親子間の知能の相関は〇に近いのですが、その後、五歳くらいまでの間に母子間の相関は急速に高くなります。父子間の相関が母子間の相関と同じ程度に高くなるのは大体七、八歳頃だといわれています。

要するに低年齢児においては、父親との接触よりも母親との接触の方が親密であるので、知能テストで測定されるような知的能力は父親よりも母親に類似する傾向が強くなるのでしょう。知能と同様に性格においても、低年齢児は接触の多い母親と一致する傾向があるのではないかと考えられますが、私は情緒の一つであ

る恐怖において、このような仮説を証明したわけです。

しかし私の恐怖の研究には一つの欠陥があります。すなわち親子間の恐怖の一致度を調べるのに調査用紙を用いたことです。実際に恐怖テストを両親と子どもに実施して得られた結果であれば決定的なことがいえるのですが、調査用紙の場合には記入者の主観的な評価が入りますから、純粹に実証的な資料とはいえません。それでこの欠陥を少しでも補足するために、子どもたちに実際に恐怖テストを行なって、親が記入した恐怖反応の評価が正しいかどうかをある程度検証してみました。その結果、実際の恐怖テストと親による調査用紙の評価は約七一%が一致することが明らかになりました。この程度の一一致度が偶然に起つる確率は千回に一回以下ですから、調査用紙の資料はある程度客觀性があると判断して差支えないでしょう。

母 親 の 養 育 態 度 と 子ども の 恐怖

母子間の恐怖の内容がかなり一致することが明らかになりましたので、次に母親の養育態度の型と子どもの恐怖との関連について研究しました。

母親の養育態度の型は田研両親態度診断検査によつて分類しました。また子どもの恐怖の程度は八項目についての実際の恐怖テストの結果によつて評定しました。世間では一般的に過保護の子

どもは恐怖心が強いのではないかと考えられていますが、私の研究でも同様の事実が見出されました。すなわち診断テストで保護型（干渉及び不安過剰）と評定された母親の子どもは恐怖得点が一番高く、これに反し支配型（厳格及び期待過剰）と評定された母親の子どもは恐怖得点が一番低いものでした。

このように大変興味深い結果が得られたのですが、対象の数が少なかつたために統計的には有意な結果を導き出すことができませんでした。しかし、この問題については将来更に追及してみたいと考えています。

#### 子どものパーソナリティと恐怖との関係

世間では知能の高い子どもは神経がデリケートであるかもしれないのに、恐怖心も強いのではないかと考えている人があります。アメリカのある心理学者は二と五歳児では知能と恐怖得点との間にハ・ミーの相関があると報告しています。

そこで私は坂本D式知能テストを用いて幼児を高知能群（平均IQ=110）と普通知能群（平均IQ=102）に分け、両群の恐怖得点の平均を比較してみましたが、アメリカでの研究とは逆に低知能群の恐怖得点の方が、やや高いという結果になりました。しかし、その差は統計的には有意ではありません（ $.30 > P > .20$ ）ので、結局知能と恐怖との間には関係がないと見るのが正しい判

断でしよう。

いろいろが子どもたちに性格テストを行ない、性格類型と恐怖との関連性を調べてみましたといろ興味ある事実が見出されました。性格類型の診断には私が考案しました「アイゼンク・黒田性格検査」を用いましたが、内向型の幼児は外向型の幼児に比べて、はつきりと恐怖得点が高いという結果が得られました。 $(.02 < P < .01)$ のような差が偶然に起る確率は百回に二回以下ですから、内向型の幼児は外向型の幼児よりも恐怖心が強いといつて差支えありません。

次に同じテストを用いて情緒の安定度と恐怖得点との関係について調べてみました。その結果、情緒不安定型の幼児は、情緒安定型の幼児に比べて恐怖心が強いことがわかりました $(.05 < P < .025)$ 。このような差が偶然に起る確率は百回に五回以下ですから、一応信頼できる結論だといえます。

### 恐怖の原因

以上的研究によって恐怖児の一般的な特色のいくつかが明らかになりました。しかし個々の子どもたちの恐怖の原因についてはなに一つ明らかにならなかったわけではありません。常識的に考えますと子どもの恐怖心を除去するには、まずそれぞれの子どもの恐怖の原因を知らねばなりません。

私は二年ほど前に、聖和女子大学実習幼稚園及び保育所の協力を得て、約一五〇〇名ほどの父兄にアンケートを配布して、子どもたちの恐怖の内容や、その原因について記入してもらつたことがあります。その結果、子どもの恐怖には実際にいろいろな原因があることがわかりました。それらの資料を大別しますと、①外傷的経験、②社会的模倣、③おとながらのおどかしや暗示、④外観のグロテスクさ（特に女児は外観に対する神経質である）⑤大きい刺激や強烈な刺激、⑥見なれない刺激や聞きなれない刺激（ビエロや救急車のサイレン）、⑦テレビの影響（戦争場面や怪獣）などがあります。従つて、イスを恐れるといつても子どもによってその原因是かなり異なるわけです。そのため、子どもの恐怖心を除去しようと思えば、それぞれの子どもの事情に応じた方法を考えなければならないかもしれません。

いろいろが幸いなことに、最近イギリスのアイゼンクとラックマンなどの心理学者が、人間の神経症の治療や恐怖症の除去には必ずしも原因を調べる必要がないという学説を提唱しました。このような学説は、症状の治療にはまず原因を追及しなければならないと主張する精神分析学派の理論とは全く相反するわけです。

私は英国に留学中、ジグメント・フロイトの娘さんでアンナ・フロイトという人が開いている児童精神分析の研究会と、前述のアイゼンク、ラックマン教授らのいるロンドン大学精神医学研究室

所の両方に所属して研究していました。私の個人的な判断では、どちらの学派も一長一短ですが、精神分析的方法は比較的日本でよく知られていますので、今回はアイゼンク教授の唱える行動療法によって幼児の恐怖の除去を試みてみました。

### 幼児の恐怖の除去

行動療法にはいろいろな技法がありますが今回の実験では、おもに脱感度法 (desensitization) という技法を用いました。これは簡単にいいますと、恐怖対象や恐怖場面に被験児を徐々に慣れさせるというやり方です。

例えばカエルを恐れる子どもがあるとします。そうすると、なぜカエルを恐れるのか原因を追及しないで、カエルとよく似たもので子どもが恐怖を示さない対象を子どもに与え、徐々に感度を弱めていくと遂には最初のカエルに接しても恐れないようになります。そこで私はまず標準刺激として六センチのツチガエルを幼稚園児につかませ、恐怖の程度で対応する実験群と統制群を設けました。実験群の子どもには第一日目に三センチのオタマジャクシ、第二日目には三センチのアマガエル、第三日目には三センチのツチガエルをつかませ、そして第四日目には最初子どもが恐怖を示した六センチのツチガエルをもう一度つかませ恐怖反応がどれほど軽減されたかを評定したのです。一方、統制群の子ど

もにはこのような脱感度訓練を全く行なわず、四日目に最初のツ

チガエルをもう一度つかませて恐怖の程度を評定しました。

その結果、実験群では二三名のうち一八名が六センチのツチガエルをつかめるようになりました。他の五名も恐怖反応が多少とも軽減されました。これに反し、統制群でカエルをつかめるようになつた者は一四名のうち二名にすぎませんでした。両群の成功度の差は統計的にも十分有意でした。(P < .001)。

同様な実験をミミズを恐れる子どもについても行ないました。体長約一二センチのミミズをつかめない一三名の子どもに対して、体長約三センチ、六センチ、九センチのミミズを三日間にわたり一度ずつ、つかませたところ、四日目に一一名の子どもがたつて一度ずつ、つかませたところ、四日目に一一名の子どもがミミズ (約一二センチ) をつかめるようになりました。

ネコを恐れる子どもの場合には毎日ネコとの距離を接近させる訓練をしました。まずネコを恐れる子どもたちのいる保育室の中央に約一時間ネコをくさりでつないでおきました。次の日には一人ずつネコの絵本を見せ、約一メートル離れたところにネコをつないでおきました。次の日には五〇センチ離れたところに、そして次の日には子どもがすわっているいすにネコをつないでおきました。更に次の日には少しネコをさわらせました。このようにして五日間の脱感度訓練で、最初ネコを抱くことができなかつた九名の子どもたちのうち八名がネコを抱くことができました。

ないました。

三歳児の訓練は箱積木四個（六〇センチ）の上にのせた板を渡ることから始めて、五個、六個と積み重ねました。各高さの練習を二日間繰り返しましたので、テスト日（七個の箱積木の上にのせた板を渡る）までに実験群の各幼児は六日間の脱感度訓練を受けました（一日の練習は各幼児二回ずつ）。



以上のように、脱感度法は幼児の動物恐怖の除去に効果のあることがわかりましたので、次に高所恐怖を脱感度法によって除去する実験を行ないました。説明を簡単にするために写真を添付しました。

材料として高さ一五センチの箱積木と、厚さ二センチ、幅三〇センチ、長さ二五〇センチの厚板を用いました。これらの箱積木を七個積み重ねますと約半数の三歳児は板の上を渡ることができなくなりました。また八個積み重ねますと約半数の四歳児は板の上を渡ることができなくなりました。板の上を渡ることができないこれらの一、二歳児を年齢と恐怖反応の程度で対応する一〇対の実験群と統制群に分け、実験群には次のような脱感度訓練を行

ました。

その結果、三歳児の実験群は四名とも七個の箱積木の上にのせた板を渡ることができました。三歳児の統制群は四名のうち二名が激しい恐怖感を示しながらではありましたが渡ることができました。四歳児の実験群は二名とも八個の箱積木の上にのせた板を渡ることができました。統制群は六名のうち三名が激しい恐怖感を示しながらではありましたが、渡ることができました。

結局、三歳児と四歳児の統制群は脱感度訓練を全く受けなかつたにもかかわらず一〇名のうち五名が渡ることができましたが実験群の幼児に比べるといちじるしい恐怖感が示されていました。

しかし、これらの恐怖感の差異を度外視して、単に統計的に両群の差を比較しても有意性が認められました。(.05 < p < .01)

このように高所恐怖の除去においても脱感度法の効果が認められましたので、引き続いて高所（太鼓橋遊具を渡る）恐怖の除去や、遊動性（いすぶらんこに乗る）恐怖の除去を行ない、いずれもかなりの効果をあげることができました。

かつてアメリカのジャーシルドという心理学者は子どもの恐怖を除去するのに、単なる説得は最も効果がなく、幼児を恐怖対象や恐怖場面に徐々に接近させる経験獲得法が最も効果的だと述べましたが、今回の私の実験によってジャーシルドの主張の正しさが証明されたわけです。

これらの実験によって見出された原理や技術を幼稚園や家庭での生活場面に応用することによって、子どもたちの恐怖や不安の多くは知らず知らずのうちに、効果的に除去されるのではないかと思います。

私はこの他にもいくつかの実験を行なつておりますが、脱感度訓練の効果が比較的あらわれにくかった被験児のうちには、幼稚園での集団生活や適応性においていろいろな問題を持つている者が多いという事実を見出しています。これは非常に興味深い問題ですでの、将来はこれについても科学的な検討を加えたいと考えています。

（聖和女子大学）

## 倉橋賞を受賞して

黒田実郎  
宮井淳子  
小寺沢静代

保育の現場で働く者と、大学の研究室で働くものが過去一年間協力して一つの課題に取り組んできました。現代人の共通の悩みである不安や恐怖の形成過程を追及し、更にその解決策を見出そうと努力してきましたが、まだまだ研究は緒についたばかりで受賞したことを心苦しく思っています。ただ、従来保育学会ではあまり問題にされなかった情緒面の研究を取り上げ、また恐怖の除去の実験ではなく全く独自な方法を用いたことだけが、わたくしどものようこびとするところです。人類の進歩と調和に貢献できる立派な研究を行なうには、保育経験者と学術研究者が密接に協力しなければならないことが今回の共同研究を通して痛切に感じられました。

わたくしどものこのささやかな研究が、少しでも子どもとの理解に役立つことを心から願つております。