

# 森田療法が効果をあげ得る主な疾患\*1

— 森田神経症と一般に医療機関等で使用される診断名との比較相関表 —

森田神経症の分類*2	一般に医療機関等で使用される診断名	備考	
神経症(神経質)	不安症・強迫症・身体症状症および関連症群		
不安神経症(発作性神経症)	不安症/ 不安障害群	限局性恐怖症	高所恐怖、閉所恐怖、先端恐怖、動物恐怖、雷恐怖、注射恐怖、血液恐怖など
		パニック症/パニック障害	繰り返される予期しないパニック発作(動悸・呼吸困難・めまい・死の恐怖などを伴う)
		広場恐怖症	乗り物や劇場、美容院や歯科など閉鎖空間や逃げ出せない状況を恐れ回避するもの
		全般不安症/ 全般性不安障害	仕事・家族・経済・健康などへの過度の不安や心配、結果としての心身の不調など
強迫神経症(強迫観念症)	強迫症と 関連症群	社交不安症/ 社交不安障害*3	対人恐怖症(赤面恐怖、視線恐怖、表情恐怖など)や社交不安(人との会話、人前での発言・スピーチ、権威ある人との面談・会話などを恐れるなど)
		強迫症/強迫性障害	確認恐怖、不潔恐怖、縁起恐怖など。通常、繰り返し浮かぶ不安な考え・イメージ・衝動(強迫観念)とそれらを打ち消す行為(強迫行為)から成り立つ
		醜形恐怖症	顔や全身の些細な欠点(ない場合も多い)を苦しし人前を避け生活に支障を来すもの
		ため込み症	物を捨てたり手放すことができずため込み、生活に支障を来すもので強迫症に因るもの
		抜毛症/皮膚むしり症	頭髮など体毛を抜いてしまう抜毛症、皮膚をかきむしって止められない皮膚むしり症
普通神経症(普通神経質)	身体症状症と 関連症群	身体症状症	身体化障害(身体因が見当たらないが、慢性的な胃腸症状・性的症状・神経症状などの身体症状を示し生活に支障を来すもの) 疼痛性障害(慢性疼痛、心因性疼痛)
		病氣不安症	心気症・心気障害、あるいは疾病恐怖(エイズ・癌など、重篤な病氣にかかっているのでは?という過剰な心配にとらわれ)
		医学的疾患に心理的要因が影響しているもの	例えば、糖尿病・心疾患・偏頭痛など。ストレスによる消化性潰瘍・過敏性腸症候群・慢性胃炎などの消化器症状、心臓血管系の症状、アレルギーや更年期症状など
	抑うつ障害群	うつ病/大うつ病性障害	持続する憂うつ・気分の落ち込みなど抑うつ気分、考え・意欲・睡眠・食欲などの変調
		持続性抑うつ障害(気分変調症)	抑うつ神経症。大うつ病より軽度ながら慢性的抑うつ状態が長期に持続するもの
	双極性障害および関連障害群	(軽)躁病エピソードを伴うもの。森田療法が有効なのは軽度双極性障害のうつ病期	

\*1 作成にあたっては、中村敬著(2018)『よくわかる森田療法 心の自然治癒力を高める』主婦の友社、日本精神神経学会監修・高橋三郎ほか監訳(2014)『DSM-5 精神疾患の分類と診断の手引』医学書院、森則夫他編著(2015)『臨床家のための DSM-5虎の巻』日本評論社などを参考にしました。

\*2 森田神経症とは、森田療法が特に有効と考えられている、一定の性格特徴(「神経質性格」)を持つ人が「とらわれる」ことを通して陥る神経症のこと。従って、本表に記載されている診断名や症状を持つ疾患に限らず、「神経質性格」をベースに「とらわれる」という構造を持つものであれば、森田療法が有効である可能性がある。

\*3 「社交不安症/社交不安障害」は、医療機関が一般に依拠する診断基準では「不安症/不安障害群」に入るが、本表では、従来の森田療法の「対人恐怖症」の分類に従って強迫神経症(強迫観念症)に含めている。