

心理療法における夢の感情に関する理論の検討

— 学派による比較を通して —

京都大学大学院教育学研究科

博士後期課程 2 回生 吉 岡 佑 衣

Examining Theories of Dream Emotions in Psychotherapy

— A Comparative Analysis Across Different Schools —

YOSHIOKA, Yui

キーワード：夢分析、夢の感情、心理療法

Key Words : dream analysis, dream emotion, psychotherapy

I 問題と目的

夢は、夢分析として心理療法の中で広く利用されている。最初に夢を心理療法の中で用いたのは Freud (1900/2019) である。その後も精神分析学派のみならず、他の学派でも夢分析が現在に至るまで用いられてきた。例えば、Jung をはじめとする分析心理学派では夢は無意識まで含めた心の諸相が描き出されるツールであるとされ、夢に表れる象徴や元型の理解を重視する。他にも Perls を代表とするゲシュタルト療法では、夢はワークの 1 つとして用いられてきた。個人心理学派と呼ばれる Adler も夢を治療の中で用いている。このように夢が学派を問わず心理療法の中で広く用いられているのは、心理療法におけるツールとして有用であるからだろう。

夢には様々な着目点があり、例えばその内容や構造、象徴などが挙げられる。その中でも夢の中の感情、つまり夢見手が夢で体験する感情は学派を問わず着目点として重視されてきたようだ。鏝 (1979) は夢に情動性が加わることによって、夢見手のおかれている状況や夢見手自身の精神的な特性やその強弱、程度をはっきりさせ、夢ではよりドラマティックな形で夢見手のパーソナリティや状態を描き出すと述べている。また、セラピストに対する気持ちを表現するという夢の役割 (東山, 1993) があることも指摘されている。諸学派の夢理論を比較検討した粉川 (2017, p.50) は「どの学派でも夢の残す情動はそのままに受け取っていることは注目すべき」と述べている。これらから、夢の中の感情は夢を解釈するときや、クライアントを理解するための手がかりとして重視されてきたことがうかがえる。

では、なぜ夢の中の感情は心理療法における着目点として諸学派で重視されてきたのだろうか。先に述べたような夢見手のパーソナリティや状態を描き出す機能があることや、セラピストに対する気持ちを表現する機能など様々な可能性は考えられる。しかし学派ごとの夢の感情の理解についてまとめた論

文は見当たらず、なぜ夢の感情が重視されているか、心理療法の中でどのように用いられてきたかについては明らかになっていない。そこで本論文では、夢を治療の技法として用いている心理療法の学派ごとの夢の感情に関する理論や着目点について概観する。次に、学派による夢の感情の用いられ方の共通点や、その差異について検討することを通して、心理療法における夢の感情の機能や役割について明らかにすることを目的とする。代表的な学派として本論では精神分析学派、分析心理学派、個人心理学派、ゲシュタルト療法を取り上げる。

II 心理療法の学派ごとの夢の感情の理論

1. 精神分析学派 — Freud と Bonime —

精神分析学の創始者であり夢を初めて心理療法に用いたと考えられる Freud (1900/2019) の夢理論について概観する。Freud (1900/2019) は夢について「無意識への王道」であるとして、無意識に抑圧された願望を充足するものであると考えた。これが Freud の夢理論の中心である、願望充足説である。実際に見られた夢は顕在的内容と呼ばれ、その背後には無意識の潜在的思考があると考えた。潜在的思考は無意識の欲望や願望であり、潜在的思考は夢作業によって歪曲されることで、実際に見られた夢である顕在的内容に改変される。そのような夢作業が行われる要因としては、夢が潜在的思考のままであると不道德なものであったり不愉快なものであったりするため、夢見手の意識に取って耐えられないものとなってしまう、睡眠を打ち破ってしまうためである。よって、夢作業によって潜在的思考に対する検閲が行われ、歪曲されて顕在的内容へと改変される。よって、Freud の夢分析の目的は、夢見手の自由連想によって顕在的内容の背後に隠された潜在的思考を明らかにすることであった。

しかし、Freud は夢の感情は歪曲されないと考えた。具体的には、夢で表出される内容と感情がちぐはぐであることに注目した。「潜在的思考の方は置き換えによって歪曲され変化するが、感情の方は、潜在的な思考に伴っていたときのままに夢に出現し、変っていないのである。だから、分析で潜在的思考の内容を還元すれば、それは感情と一致し、驚くことがなくなる」(Freud, 1900/2019, p.310)ことから、「感情は潜在的思考に戻るときの道しるべになる」(p.311)として、夢の解釈の際に重視した。また、夢の中での感情の現れ方の例として、観念的な内容からすると表出されていて当然な感情が夢に現れていないケースや、感情が抑制されている夢のケース、反対の感情が出現している夢のケースなどが挙げられている。観念的な内容からすると表出されていて当然な感情が夢に現れていないケースでは、砂漠で三頭のライオンを見るが、「自分は怖い気がしなかった」という夢の例が挙げられている(Freud, 1900/2019, p.311-313)。これは夢の内容と感情がちぐはぐであるケースであり、三頭のライオンを見るという内容からすると恐怖の感情が体験されることが予想されるものの、実際は「怖い気はしなかった」と恐怖の感情の存在は否定されている。この夢を Freud が分析したところ、夢の引き金になったのは英語の宿題の一文である「たてがみはライオンの飾りです」であり、さらに父親の髭がたてがみのように顔を縁取っていたこと、英語教師の名がライオンズ先生だったこと、友人がカール・レーヴェ (レーヴェ Loewe は Löwe、すなわちライオンの別綴) のバラードを送って来たことが思い出された。この3人に関する出来事により、ライオンが三頭になったため「どうして怖がる必要があるだろう」とされている。また、夢を見た日に訪問を受けた上司の振る舞いが礼儀正しく、彼が大物で「社交界のライオン」

とみなされていたことを知っていたが、怖い気がしなかったという。ライオンが夢に登場するきっかけとなる出来事が、このように怖くないものであるから、夢でも恐れる必要が無かったという。また、感情が抑圧されている夢のケースと関連して「顕在的な夢は概して、元々の心的素材よりも感情に乏しい」(Freud, 1900/2019, p.318) と、夢の仕事は感情を抑圧するケースがあることを指摘している。大多数の夢では、夢そのものは平板であるにも関わらず、潜在的な夢思考を調べていくほど豊かな感情に出会うという。最後に反対の感情が出現している夢のケースでは、それは検閲の結果であると述べている。それは、人が社会生活において真意を隠すために怒っているときに微笑んだりすることと同様の現象である。このように、基本的には夢の感情は歪曲されないが、感情が抑圧されたり検閲によって反対のものになったりするケースもある、すなわち歪曲されることもあると考えられていた。また、夢の感情の発生機序については、幾つもの感情の流れが合流したものであって、潜在的な思考の材料との関連も多岐にわたっていると述べられており、夢の中でひとつの感情が生み出されるにあたってその源は幾つもありそれらは協働して複雑な経緯を経て生み出されると述べている。

Bonime は精神分析から発展した対人関係学派の分析家であり、夢を利用しては、中でも感情に着目していた。Bonime (1962/1987) は「パーソナリティが最もよく現れるのは、その人の感情においてである。そのために、いろいろな感情を見出し、それを理解することが治療過程全体を通して中心的なこととなるのである。夢を考察する際にも、暗に示されていたり、はっきりと示されていたりする情動を見きわめることが中心的なこととなる」(p.73)「夢に現われた感情は、夢主の目覚めている時の生活において、こうした活動性と結びついている価値観や考え方を明らかにする手助けとなるのである」(p.74) というように、夢の感情は夢見手のパーソナリティを明らかにする上で重要なものだと考えていた。また、夢の感情には象徴化された感情と体験された感情という、2つの異なったカテゴリーがあるとされている。体験された感情は、夢の中で体験された感情であり「直接的で、否定することのできない資料」(p.75)である。象徴化された感情とは、抑うつ感が夢の中でひどくだるい足として表現されていたり、怒りが機械の先端部からふたがパンとはじけ飛ぶという場面で表現されていたりと、ある特定の感情が象徴化されるものである。また、Bonime (1962/1987) によると「怒りや、愛情や、不安、あるいはその他の情緒を体験していることを否認するような人たち」(p.75)であっても、象徴化された感情ではなく「体験された感情の場合、これは主観的にそうだとわかるものであり、自分の感情を認めるような強い内的な促しをひき起こす」(p.75)ということや、感情を否認する人々は「しばしば自分たちの感情の本当の性質や強さについて、夢に示されたものを通してなんらかの手がかりを得ることができはじめる」(p.80)ように普段自らの感情を体験しにくい人でも、夢の感情はその存在を認めざるを得ず、否認や抑圧することが難しいと考えている。また、分析の過程で得られる新しい理解の結果として生じる新しい感情に最初に気づいたり、確認したりするのは夢を通して起こるとされていて、夢は夢見手自身の変化や感情への気づきに先んじて、感情を伝える存在であると考えていた。

2. 分析心理学派 — Jung と Hillman, Giegerich —

Jung の夢理論と感情との関連性については吉岡 (2023) で詳細な検討を行ったが、本節でも概観を行う。まず Jung は心の構造として、意識と無意識、そして集合的無意識があると考えた。無意識には、

抑圧された素材のほかに、意識の手に届かなくなってしまういくつかの心的なものがある (Jung, 1928/1982)。集合的無意識は個人的なもののみならず非個人的なものであり、人類としての集合的な心の領域である。集合的無意識の内容は神話や夢などにあらわれやすく、集合的無意識の中に存在するのが元型である。元型はそれ自体が存在するのではなく、イメージの源泉となるものであり、種類としてはアニマやアニムス、ペルソナ、シャドウなどが存在する。また、無意識にはコンプレックスが存在する。コンプレックスは河合 (1967, p.68) によると「多くの心的内容が同一の感情によって一つのまとまりをかたちづくり、これに関係する外的な刺激が与えられると、その心的内容の一群が意識の制御をこえて活動する現象を認め、無意識内に存在して、何らかの感情によって結ばれている心的内容の集まり」である。

夢については、無意識まで含めた内的な心の様相が描き出されるものであると考えていた (Jung, 1931/2016)。また、夢の機能については補償機能 (Jung, 1931/2016) を挙げている。補償には3つの在り方があり、「生の状況に対する意識の態度が相当な程度で一面的な場合、夢はそれとは反対の側に立つ。意識が『中道』に比較的近い立場をとる時、夢はバリエーションで満足する。意識の立場が『正しい』(適切な) 時には、夢は意識の傾向と一致し、同時にそれを強調するが、それでもその際に夢特有の自律性を失うことはない」(Jung, 1945/2016, p.104) とされている。夢の感情については「人々の目を覚まし、自らの行為に目を向けるために、これと同じような情動的経験のショックが必要になることは少なくない」(Jung, 1961/2016, p.214) と述べるように、夢見手に対して補償的な夢のメッセージをインパクトを持って伝えるという役割が想定されていた。これは「無意識の内容に極めて大きな重要性を与えているのは、まさにそれらの情動性」(Jung, 1961/2016, p.243) と述べるように、イメージは感情によってインパクトが与えられ、夢見手にとって印象深いものになるからであると考えられる。ただし、ショッキングな出来事に対する「特定の客観的な過程が心的トラウマをもたらしたときの夢」(Jung, 1916/2016, p.66) である反応夢も存在し、例えば戦争ではこのような真正の反応夢が予想されるというように、心的に処理しきれない情動的体験を夢の中で反復している場合もある。夢の感情が生起する要因としては、コンプレックス (Jung, 1913/1993) との関連が考えられる。Jung (1909/2016, p.119) は、「夢の中で、私たちは情動的な構成要素と出会っている」理由を次のように説明している。強い情緒的反応を引き起こす出来事やそれぞれの情動は、程度の差こそあれ広大な連想のコンプレックスを生み出す。生み出されたコンプレックスは、心的産物における心理的傾向の主要な構成要素を形づくるため、心的活動のあらゆる産物は、コンプレックスの影響に左右される。そのため、夢の中で、情動的な構成要素が出現しやすいと説明している。

Hillman はユング心理学から発展した元型的心理学派の分析家である。元型的心理学派は元型や、メタファーとしての魂、イメージを重視し「このイメージする活動が最も本来的かつ範例的に現れてくるのが夢である」(Hillman, 1988/1993, p.21) とされる。その理由として、夢では夢を見ている人の中にイメージがあるというよりは、当人がイメージの中にあることが挙げられる。このような夢の感情は「夢の感情的色合いや、目覚めたときの気分や夢の中での夢を見た人の情緒的反応、例えば、喜びとか恐怖とか驚きとかに、特に注意する。友人として扱うことは、夢に対する感情的アプローチである。だから、私たちが交わりをもって生きている人と同じように、夢の感情を受け止めるように注意する。そ

うすると、友達はまさに、何を言っているか、誰のことを話しているのか、そのすべてはどこで起きているのかが分かるはずである」(Hillman, 1967/1990, p.74) というように、夢に対して友人としてふるまうようにアプローチし、その中で感情的なものも受け止め、感情的なものも含めてイメージをビビットに受け止めることを勧める。また、「治療の課題は、個人的な感情(不安、欲望、混乱、倦怠、悲嘆)を、それらを支えている特定のイメージに戻すことである。治療は、それぞれの情動の持つ表情を、欲望の身体、恐れ、絶望の状況などのように、個性化するように試みる。感情はその細部に至るまでイメージされる」(Hillman, 1988/1993, p.87) と述べている。これは、「特定のイメージによって分化されていない情動はどれも、未発達で、陳腐で、おしも同然のものであり、感情的に個人的で、集会的にも個性化していないままにとどまっている」(p.87) からであるという。Hillman は夢の中の自分である夢自我のみならず、夢の中に出てくるそれぞれのイメージを非常に重視することから、感情についても夢見手が体験する感情ではなくイメージに属する感情を重視していると考えられる。「イメージが感情を表わすのではなくて、感情はイメージに本質的に属しているのである」(p.86-87) というように、イメージを理解する上でも感情は重要なものであり、心理療法の中で夢を扱うにあたって感情への着目は必要不可欠であったのだろう。

Giegerich も元型的心理学派であり、夢については「私たちは、夢という私たちの理念を夢経験の意識的な記憶に限定しなければならない。唯一、思い出された夢だけが、私たちにとって夢だと考えられるものであり、つまり夢を構成する物語やお話やイメージや感覚や感情だけが、結局は(もちろん経験の情動的な側面を伴う) 夢の『テキスト』を意味するのである。」(Giegerich, 2021/2023, p.10) と述べている。ここでいう「私たち」とは心理療法家のことであり、心理療法家にとっては夢に関する生理学的なことや睡眠中に生じたものは全く関係ないという立場を取っている。Giegerich は、夢に対しては内在的アプローチを重視している。内在的アプローチとは、夢の中に入って内側から見るアプローチであり、夢を外から見ないこと、と否定的に定義される(河合, 2013)。それは「私が夢と共に作業しているあいだは、夢によって夢の中に呼び起された世界しかない。夢の外には何も存在しない。存在するものはいずれも、夢の内側で、夢によって存在している。そうして初めて、私は本当に夢の中にいる。」(Giegerich, 2021, p.164) という言葉で表されるように、夢の内側のみが存在し、夢以外のことについては存在しないというように扱われる。例えば、夢を過去の出来事やパーソナリティから解釈するのを避け、個々のイメージに丁寧に添っていく。夢が理解できない場合でも、理解できないこと自体に深く入っていくことを重視する。内在的であるために夢の「テキストに非常に添って行って正確で、イメージがどのようなものか、どのような言い回しが使われているかなどを厳密に見る。そしてあらゆることに注意を向ける」Giegerich (1999/2001, p.37) ことが基本的な姿勢として求められ、「夢と夢イメージについての私の知覚は、物がどのような感じがするか(感覚や情動という意味で)、夢における雰囲気、気分、イメージにおける明るさ、表面さ、深さ、重さ、曖昧である可能性、多層性などどのような、非一合理的な局面にも開かれているし、それらを含むのである。……(中略)……夢へはユングが記述した四つの機能すべてを用いて入っていくべきで、思考だけではなくて感情、感覚、直感も用いねばならない。夢において存在するものを尊重していくと、一次元的な知覚だけでは十分でない。イメージに対する感情的な反応や直感にも留意せねばならない」(Giegerich, 1999/2001, p.38) というように、夢の

イメージに内在的にコミットするためには感覚的な部分も含めた、夢の感情に目を向ける必要があると述べている。

夢の感情においても、Giegerich は独自のアプローチを重視している。夢のイメージの正確さについて、その一部は「客観的な感情の質」(Giegerich, 2021, p.182) であるという。一般的に夢の中で体験される、恐怖やパニック、楽しみ、喜びという感情は主観的な感情であり、それに対して客観的な感情というものは特定の夢のイメージが携えている感情の質、またはそれに関して「魂」が感じているものを指すという。例に挙げられているものとしては、しとしとと降り続く雨は、「心穏やかな、もの悲し気な、そして少しメランコリックな客観的感情を表わしている」とされる。すなわち、客観的感情とは夢の中に登場するイメージ自体に伴う感情のことであると考えられる。逆に主観的で、自我的な感情というのは、例えば夢の中で何者かに追いかけられたりしたときに感じる恐怖などの感情であろう。実際に心理療法の中で夢に取り組む際には、この客観的な感情と主観的な感情を区別する必要があり、それが心理療法の機能の一つである患者の心理学的なトレーニングになるという。また、客観的感情を識別することは、夢の意味を解明することに相当し、夢を理解するという知的な目的にもかなうという。

3. 個人心理学派 — Adler —

Adler が提唱した個人心理学の理論について概観する。Adler は劣等感を重視し、劣等感を補償しようとして生じるものが力への意志であると考え、目的論を志向していた。また、「子供は、ほぼ五歳の終わり頃には、いろいろな問題や課題と取り組むために、ひとつのまとまった行動規範、ひとつの独自のスタイルを形成し終わる」(Adler, 1932/1984, p.13) という「人生のスタイル」が幼少時に形成され、それが各個人の一生を貫いて作用し続けるという概念を提唱した。人生のスタイルとは、多義的なものであるが、「個々人が世界や自分自身に与える意味、彼らの目標、彼らの努力の方向、そして彼らが人生の諸問題と取り組む仕方」(Adler, 1932/1984, p.53) と、ある個人の性格や物事への取り組み方、人生の方向といった意味をもつものであると考えられる。

夢に関しては特別なものや歪曲されたものとは捉えず、「夢が目覚めているときの生と矛盾するものではないということ、つまり夢が人生の他の運動や表現と常に同じ線上にあるはず」(Adler, 1932/1984, p.113) と考えていた。例えば、人生の中で優越に向かって努力する人は、同様に夢のなかでも優越に向かって努力しなければならないことが例として挙げられている。また、夢も人生のスタイルの産物であって、人生のスタイルを作り上げ強化するのに役立っているとした。夢の感情について「夢の目的は、夢が呼び起こす感情のなかにあるに違いない。夢は、感情をかき立てる手段、道具にすぎない。夢の目的は、それがあとに残す感情である。」(Adler, 1932/1984, p.114) と、夢の目的は感情であると述べている。この理由として、夢の内容や映像が不明瞭であることや、記憶に残らずとも、夢が呼び起こした感情だけはあとに残るからだとされている。このような感情は、「常に、その人の人生のスタイルと一致するものであるに違いない」ものであり、「夢の目的は、人生のスタイルを支持し、それに適した感情を呼び起こすことであろう」(Adler, 1932/1984, p.115) と述べている。よって、Adler は夢は人生のスタイルを強化するという点で、夢がもたらす感情の役割を重視していたと考えられる。

4. ゲシュタルト療法 — Perls —

Perls はゲシュタルト療法の創始者であり、夢のワークを用いた。まず、ゲシュタルト療法の基本となる理論について概観する。ゲシュタルト療法では「図」と「地」というものを重視した。図とは意識の前面にあるもので、地は背景ともいわれる。例としてガールフレンドに合うためにパーティにやってきた青年の場合は、ガールフレンドが彼の意識にある図であり、他はすべて背景、すなわち地になるとされている。また、不統合の状態では欲求が二つ以上に分割される。そうになると、欲求が「図」にならず、気づくことができない状態になる。その状態が、神経症につながると考えられており、それらを統合することが治療では重要である。また、心理療法においては過去の問題の解決よりも「今—ここ」を重視し、徹底して「今—ここ」で自分が何をしているかに注意を向けてもらうというスタンスを取る。

Perls (1973/1990) は夢について「二つの相容れない対立するものが、相互に突き合わされる芸術的な創造過程である」(p.74) と述べており、ゲシュタルト療法では「夢のワーク」が治療技法として存在する。夢のワークの第一のステップは、物語を話すように夢を語ることであり、第二のステップは、劇を演じるように話すことで夢を再現し、第三のステップは、夢の舞台を設定（例えばここに山があり、こちらに私がいるという具合に設定）し、第四のステップでは、夢の中に登場する全てのものになってみることである。このようなステップを踏むことで、夢の生々しさを再現するという。このようなワークの中で夢を扱う際に、夢を解釈することよりも夢をより広く、はっきりと再体験することをクライアントに勧めていた。「夢の意味を分かろうとするならば、夢の解釈はしない方が良いものである」述べ、ワークの際には「自らの感覚や情動、しぐさのちょっとした変化などにも注意を払う必要がある」(Perls, 1973/1990, p.74) とし、丹念に夢を再体験する必要性を述べている。そのことによつてのみ、クライアントは夢を統合し、逆説の解決に至るといふ。葛藤を統合し、疎外していた部分を再び自分のものにするのである。なお、Freud の夢解釈に対しては願望充足や置き換えや象徴としての夢の説明は夢の一番大切な生々しさを失わせてしまうと、批判している。Perls (1973/1990, p.75) で示されている夢のワークの例では「ある男がトイレの便器にゴミが詰まっているのにまだ押し込んでいる」といふ夢で、セラピストはクライアントに「もし、あなたがこの夢の中の、この男だったらどうでしょうか」と尋ねる。彼は自分なら引っかき棒で便器に詰まっているものを引っ張り出せると言ったが、それを思い浮かべることにより、便器の首から連想して喉が締め付けられるような感じがした。その感覚により、彼は喉を締めつけることによつて、汚いものが上がってきて吐くことを防いでいたといふ気づきを得た。彼の根本にある逆説は、「彼にとって不快なもの、彼が検閲して捨てるべきものを飲み込んでしまい、取り込んでしまう」といふものだったといふ。この例においては、汚いものに対する不快感や、喉が締め付けられるような感覚が、気づきに至るための重要な手掛かりであったと考えられる。

Ⅲ 心理療法における夢の感情の機能

次に、前章における学派ごとの夢の感情についての理解や心理療法における扱い方についての概論を通して、心理療法における夢の感情の機能について4つの点に分けて論じる。

1 点目に、夢の感情は夢を解釈する際の手がかりとして機能する。Freud が精神分析において夢を扱う目的としては、顕在的内容から潜在的思考に至ることによつて、無意識の願望や葛藤を明らかにする

ことであった。よって、夢を解釈する目的も顕在的内容の背後にある潜在的思考を明らかにすることであったが、夢の感情のみは歪曲を受けづらいため、潜在的内容を明らかにする際の手がかりとして重視していた。見られた夢は基本的に夢作業によって歪曲されたものであるという考えを持っていた Freud が、感情のみは歪曲されず無意識の願望や葛藤を直接的に反映されたものであると考えていたことは重要であるだろう。しかし、全ての夢で感情は歪曲されずに表出されるということではなく、抑圧されていたり、感情が反転していたりするケースもあった。感情が抑圧されているケースでは、顕在的内容である夢に現れている些細な感情や、直接的ではない感情の表現にも着目する必要があるだろう。感情が反転しているケースでは、夢の感情をそのまま解釈の手がかりとして用いることは難しいことから、全ての夢で感情は潜在的思考と一致していると考えのではなく、様々なケースがあることに留意すべきである。

2 点目に、夢の感情は夢見手のパーソナリティを理解するための助けとなる機能がある。Bonime と Adler は、感情には夢見手のパーソナリティや人生のスタイルがそのまま表れるため、それらを理解するために重要な着目点として感情を捉えていたと考えられる。Bonime はパーソナリティがよく表れるのは感情であるために、夢見手のパーソナリティを知る上でも感情を見極めることが重要であると考えていた。そのみならず、普段は感情を体験していることを否認するような人であっても、夢では感情の存在を認めざるを得ず、夢を手掛かりに自らの感情の性質や強さについて知ることができると考えていた。これは、覚醒時では感情を十分に体験することが難しかったり、感情が生起しても否認・抑圧したりする傾向がある人も、夢の中では意識の統制が働かないために、感情がそのままの形で表現されるということだろう。よって、そのような感情を否認・抑圧する傾向にある人に対する心理療法の場合は、セラピストが夢を感情面に着目して扱うことで、自らの感情について気づくように促すことができると考えられる。例えば、外界への適応のために自らの感情を過度に抑圧し、結果的に不適応状態に陥っているような人に対しては特に有用であると考えられる。Adler は、夢の目的はそれがあとに残す感情であり、感情は人生のスタイルと一致しそれを支持するものであると考えた。Adler の考えに基づくと、セラピストがクライアントの夢の感情に着目することはクライアントの「人生のスタイル」と呼ばれる傾向を把握することにつながるのではないだろうか。Adler は精神分析学派や分析心理学派が想定する「無意識」というものを想定しておらず、夢を見ているときと覚醒時において絶対的な違いは無いと考えた点も特徴的である。夢の感情に関しても夢見手の人生のスタイルと一致しているという点で、覚醒時に体験する感情との大きな違いはなく、連続したものとして捉えていたのだろう。

3 点目に、夢の感情は夢の内容に重要性を与える機能がある。Jung は、補償的な夢のメッセージをインパクトを持って伝えるという役割が想定されていると考えていた。Jung の夢理論において特に重要な要素である補償機能は、無意識が何らかの補償的メッセージを意識に伝えるという点で、夢見手に夢がどのように受け取られるかという点が重要である。夢の調査研究において、覚醒時に想起されやすい夢は、強烈な感情的インパクトがあるような顕著な夢であるということが夢想起の顕著性仮説 (Cohen & MacNeilage, 1974) において指摘されている。睡眠中に夢を見ていたとしても、覚醒時にどのような夢だったのかについて思い出すことができない場合、その夢は夢見手の意識に何らかの影響を及ぼすことは少ないだろう。逆に、感情が強く体験され、容易に想起できる夢は、夢見手にとっても印象深く、

夢を記録して心理療法場面でセラピストに話したり、夢について考えたりしやすい。その点で、感情は夢の補償的メッセージを夢見手が受け止めるために必要不可欠であると考えられる。

4点目に、夢の感情は治療の中で夢を扱う際の重要な要素として機能する。夢を治療の中で扱う際に着目すべき要素として感情を重視していたのは、Hillman と Giegerich、そして Perls であった。しかし、Hillman と Giegerich の二者と、Perls との間ではその扱い方や理論的背景に違いがある。Hillman と Giegerich は基本的な夢に関する考えは Jung 心理学に基づいていると考えられるが、実際の心理療法における扱い方や、夢に対する態度という点で感情面への着目を重視していた。しかし、単純に感情を重視するのみならず、Hillman は「イメージの個性化」という言葉で、Giegerich は「客観的感情」という言葉を用いて、自我が夢で体験する感情と、夢の中に登場するそれぞれのイメージ自体が持っている感情を区別していた。夢の中で何者かに追いかけて恐怖の感情を伴って飛び起きるといったような、一般的な「怖い」などの感情よりも、夢の中のイメージそれぞれが持つ感情を重視するという点は、他の学派とは異なる独自の視点であろう。Perls は夢をワークとして用い、夢を再体験することを重視していた。夢の中で体験される感情も再体験することで、夢から気づきを得ることができ、統合にいたると考えられていた。例の中では、不快感や喉に詰まるという身体感覚も含めて、気づきに至るための重要な要素であった。この点は、夢の感情はあくまでも潜在的 content に戻るための解釈の手がかりとして捉えていた Freud と大きく異なるだろう。その要因としては、Perls は「今—ここ」を重視し、解釈や推論をするよりもその場で再体験をすることが夢を扱う目的であったことが挙げられる。夢の中の物など全ての要素となり、それを演じることを重視した点で、夢の中のそれぞれイメージを重要視する元型的心理学派と共通点も見られる。しかし、Perls はワークとして実際にクライアントに演じることを求め、夢を再び体験させるという点が他の学派と異なる特徴的な部分であろう。

IV 結論

本論では精神分析学派、分析心理学派、個人心理学派、ゲシュタルト療法といった心理療法の学派が、夢の感情に対してどのようにアプローチしているのかについて概観し、それぞれの学派ごとの特徴や心理療法場面で想定される感情の機能について明らかにした。心理療法における夢の感情の重要性については学派ごとに様々な理論が提唱されていたが、Freud は夢の感情は潜在夢を明らかにするための手がかりであるとして重視し、Bonime は夢見手のパーソナリティや抑圧、否認された感情を明らかにする上で重要なものであると考えていた。Jung は夢のイメージに重要性を与えるための感情の機能に着目し、Hillman や Giegerich は夢のイメージに取り組む際に不可欠の要素であると考えた。Adler は夢の目的は人生のスタイルに適した感情を呼び起こすことであると、夢の感情こそが夢を見る最重要の目的だと考えた。Perls は夢のワークの際に、気づきに至るための夢を再体験するための必要な要素であると考えた。心理療法における夢の感情の機能としては、夢の解釈の手がかりとしての機能、パーソナリティの理解を助ける機能、夢の内容に重要性を与えるものとしての機能、夢を治療の中で扱う際の重要な要素としての機能があった。これらは、夢の感情に関する理解や用いられ方、着目点に違いはあるものの、いずれも夢の感情への着目が心理療法において有用であることの表れであると考えられる。

最後に本論の限界と今後の展望について述べる。まず、それぞれの学派が心理療法の中で実際にどの

ように夢の感情を取り扱っているかについては十分には明らかにできていない。実際の臨床事例を検討することを通して、感情をどう扱うのかについてさらに検討することが必要だろう。また、今回取り上げた理論はいずれも古典的なものである。最近の夢の感情に関する理論との比較検討を行うことも望まれる。

引用文献

- Adler, A. (1932). *What life should mean to you*. 高尾利教 (訳) (1984). 人生の意味の心理学. 春秋社.
- Bonime, W. (1962). *The clinical use of dreams*. 鐘幹八郎・一丸藤太郎・山本力 (訳) (1987). 夢の臨床的利用. 誠信書房.
- Cohen, D. B., & MacNeilage, P. F. (1974). A test of the salience hypothesis of dream recall. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, **42** (5), 699-703.
- Freud, S. (1900). *Die Traumdeutung*. Gesammelte Werke. Main: Fisher. 大平健 (訳) (2019). 新訳 夢判断. 新潮社.
- Giegerich, W. (1999). *Working with Dreams: Introductory Comments*. 河合俊雄・田中康裕 (訳) (2001). 夢との取り組み 入門的なコメント. ギーゲリッヒ論集 3 神話と意識. 日本評論社. 31-61.
- Giegerich, W. (2021). *Working with Dreams: Initiation into the Soul's Speaking About Itself*. 猪股剛 (監訳) (2023). 夢と共に作業する—ユングの夢解釈の実際. 日本評論社.
- 東山紘久 (1993). 夢分析初歩. ミネルヴァ書房.
- Hillman, J. (1967). *INSEARCH: Psychology and Religion*. 樋口和彦・武田憲道 (訳) (1990). 内的世界への探求—心理学と宗教—. 創元社.
- Hillman, J. (1988). *Archetypal Psychology*. 河合俊雄 (訳) (1993). 元型の心理学. 青土社.
- Jung, C. G. (1909). *L'analyse des rêves*. *L'annee psychologique*. 横山博 (監訳) 大塚紳一郎 (訳) (2016). 夢の分析 夢分析論. みすず書房. 117-129.
- Jung, C. G. (1913). *Ein kurzer überblick über die Komplexlehre*. 林道義 (訳) (1993). コンプレックス概論 連想実験. 205-216.
- Jung, C. G. (1916). *Allgemeine Gesichtspunkte zur Psychologie des Traumes*. *Collected Papers on Analytical Psychology*. 横山博 (監訳) 大塚紳一郎 (訳) (2016). 夢心理学概論 夢分析論. みすず書房. 35-93.
- Jung, C. G. (1928). "Die Beziehungen zwischen dem Ich und dem Unbewußten", *Gesammelte Werke*, Bd.7, Olten: Walter-Verlag 1981. 野田倬 (訳) (1982). 自我と無意識の関係. 人文書院.
- Jung, C. G. (1931). *Die praktische Verwendbarkeit der Traumanalyse*. 横山博 (監訳) 大塚紳一郎 (訳) (2016). 夢分析の臨床的使用の可能性 夢分析論. みすず書房. 3-33.
- Jung, C. G. (1945). *Vom Wesen der Träume*. 横山博 (監訳) 大塚紳一郎 (訳) (2016). 夢の本質について 夢分析論. みすず書房. 95-116.
- Jung, C. G. (1961). *Symbols and the interpretation of dreams*. 横山博 (監訳) 大塚紳一郎 (訳) (2016). 象徴と夢解釈 夢分析論. みすず書房. 143-251.
- 河合隼雄 (1967). ユング心理学入門. 培風館.
- 河合俊雄 (2013). ユング派心理療法. ミネルヴァ書房.
- 粉川尚枝 (2017). 心理臨床場面における夢の用いられ方—諸学派の理論の比較から. 京都大学大学院教育学研究科紀要, **63**, 41-53.
- Perls, F. (1973). *The Gestalt Therapy and Eye Witness to Therapy*. Science and Behavior Books, Inc. 倉戸ヨシヤ (訳) (1990). ゲシュタルト療法—その理論と実際. ナカニシヤ出版.
- 鐘幹八郎 (1979). 夢分析の実際—心の世界の探求. 創元社.
- 吉岡佑衣 (2023). 分析心理学による夢の感情についての理論的検討. 京都大学大学院教育学研究科附属臨床教育実践研究センター紀要, **26**, 39-49.