

「自分と思えないもの」との関わりについての一考察

—心理臨床的な視点を踏まえて—

高 木 綾

1. 自分であると思えるものと思えないもの

人は、様々な形で自己を捉え把握しようとする。自分がどのような人間であるのかということは、意識的に考えることもあれば、特別に意識にはのぼってこないこともあるだろう。しかし、我々が生きて行動している背後には、意識的であれ無意識的であれ、常にそうした自己に対する見方が様々な形で影響を及ぼしていると思われる。Rogers (1947) も、実際のセラピーの過程における観察から「自己知覚が変われば行動が変わる」と述べているように、自己をどのように捉えるかということは、その人の行動ひいては生き方に関わってくる問題であり、そうした意味でも心理臨床における一つの大きなテーマであると考えられる。

しかし、心理臨床場面で出会うのは、むしろ"これが私である"と思える自分を見失っている状態にある人々が多い。こうした人々は、言い換えれば"本当の自分ではない自分"に直面している状態にあると言える。しかし、そもそも"自分はこのような人間である"という自己に対する捉え方は、一通りであり一貫したものなのだろうか。Markus & Nurius (1986) は、自己認識や自己イメージには、良い自己、悪い自己、求められる自己、恐れられる自己や私ではない自己までもが含まれ、更にそれらの構造は個人の内的な状態や社会的な状況により変化することを指摘している。つまり、自己に対する認識は単一の固定したものではないこと、そして"これが私である"と思っている自分だけで成り立っているのではないことが示唆される。

このように考えた時、Jungの元型の一つである「影」という考え方は興味深い。Jung (1959) によると、「影はその主体が自分自身について認めることを拒否しているが、それでも常に、直接または間接に自分の上に押し付けられてくるすべてのこと——たとえば、性格の劣等な傾向やその他の両立しがたい傾向——を人格化したものである」とする。Jungは、人が自分自身のものと認めたくないものについても、人生を通してそれと関わっていくことの重要性を指摘し、その過程自体を重視する。河合 (1967; 1976) も、夢の中で影との間の微妙な役割の変化や関係が生じてくる事例を挙げ、このことがその人の生き方にとって重要な意義を持つことを指摘している。また、Rogers (1947) は、自己概念や自己像と一致しないために否定されていた態度や感情が意識の中に許容され、統合された体系の中に体制化されると、快適感や緊張からの解放が見られ、心理的適応に繋がることを見出した。そして、「その人間が自己をいかに見るかということ、および自分のものと考えたくないような知覚は、適応を構成する内心の平和に重要な関係をもっている」とし、自己に否定されるものどう関わっていくかがセラピーの成否に大きく関わるとしている。このように見てみると、"これが自分である"という感覚同様に、"これは自分では

ない"というものも重要であり、自分とは、こうした"自分とは思えない"或は"自分とは思いたくない"ものによっても成り立っているとも言えるのではないだろうか。そして、その人に"自分ではない"と否定される部分にも目を向けていくことの重要性が窺われる。

自分の中にある"自分ではない"と感じられるものとの関わり的重要性を示すものとして、二(多)重人格という病理があげられる。これは、自分にとって耐え難い観念や感情を自分から切り離す解離という機制によって生じるとされる。二重人格によって表れる二つの人格は異なるものであるが、あくまでも一人の人間の中に存在する人格なのであり、治療においては、第一人格であるその人が、自分のものとして受け入れがたい第二人格とどのように交流し、受け入れていくかが重要となる。Jung (1966) は、二重人格を「新しい性格形成、あるいは将来の人格への突破の試み」とし、自分が否定してきたものが一つの人格として現れてくること、そしてその人格と関わることを、その人自身の形成や発展に向けての動きと捉えた。

ところで、"これは自分ではない"と否定されるころには、表裏一体のものとして"これは自分である"と自分として認められる感覚がある。"これは自分ではない"というものも"これは自分である"と思えるものも、一方があるから他方があるのであり、これまで述べてきた問題はこうした異なる自分のせめぎ合いとして考えることもできる。Winnicott (1965) は、環境(母親)が幼児の欲求を感知できないことによって生じる、環境への服従的側面である"偽りの自己(false self)"と、人生再早期に生じた幼児の自発的な身振りや独自の気持ちを源泉とする"本当の自己(true self)"という概念によって存在の仕方を説明している。"偽りの自己"は、極端な場合では「自己の本当の姿と見誤ってしまうほどに真に分裂してしまった服従的な偽りの自己」となるとしている。また、"偽りの自己"に関連のある概念に、Laing, R.D. (1960) の"にせ自己"がある。Laing, R.D. (1960) は、他者の意図や期待への服従から生まれる、自分自身でない在り方の一つをくにせ-自己の体系>と名付けた。分裂病質者のにせ自己が<正常>人の仮面と異なる点について「それは部分的には自立性を持っていて、自己統御の外にあり、異質なものと感じられる」としている。そして、<真の自己>とくにせ自己>との間の関係を切断すればするほど「にせ自己の体系がますます侵入してくるよう感じられ、その人の存在はより深く侵蝕される」とする。

しかし、Winnicott (1965) は、"偽りの自己"が「自己の健康な礼儀正しい側面」である健康な個人については、「自己の服従的な側面を持ちながらも存在し創造的で自発的存在であることのできる健康な個人には、同時に、象徴を活用する能力がある」とする。更にこのことは、文化的生活(芸術・宗教・想像的に生きること・創造的な科学研究等)とよばれる、内なる現実と外的現実のどちらに属するかを問われない中間領域に住むことのできる能力と密接に結びついているとし、"本当の自己""偽りの自己"両者が存在することが、創造的に生きることにつながることも示唆している。

小見山(1999)も、精神病者の役割同一化について「仮面」という観点から論じ、うつ病者は役割同一性と自我同一性との間に距離がなくなり社会的役割との過剰な同一化が生じる一方、分裂病者の場合は仮面(役割)と同一化しようとし、仮面はあくまでも仮面にとどまり異化され続けるとした上で、仮面的態度をとることによりその個人は「真の自己と偽りの自己へと分裂し」、この事態は「一方では現実への適応のための、そしてまた一方では完全に病的な虚構の

世界に落陥らずにすむ、緩衝的な"あそび"の空間として治療的機能をもつ」とも指摘している。

"偽りの自己"も"仮面"も、"偽り"でありながらも自己なのであり、自己の存在にとって何らかの意味を持つものとして捉えられている。本来の自分ではないと感じられる部分と、どのように付き合っていくかによって、病理に陥ることもあれば、人生を豊かに生きることにも繋がる可言えよう。

このように、自分の中であって、自分のものとはなかなか思えないもの或は思いたくないものについて、これまで様々な視点から表現され研究されてきている。本論では、そうしたものを、「自分と思えないもの」と表現し、そうした存在が人にとってどのような意義を持つのか、心理臨床的な視点も踏まえながら考えていきたい。

2. 青年期との関連

こうした問題が最も顕在化しやすいのは、青年期ではないだろうか。荻野(1978)は、周囲の期待や価値基準によって作られた「にせの自分」と、「本当の自分」の間の分裂が(特に現代の)青年期に多く見られることを指摘する。青年期には、「自分とは何か」という問いが活性化し、「自分」ということをめぐって多大なエネルギーが費やされる。

自己を定義し、自己同定する心のはたらきは、自己アイデンティティ(Self-Identity) 或はエゴ・アイデンティティ(Ego-Identity)と言われるが、Erikson(1950)は「人間生涯の八つの段階」を論じ、青年期の心理社会的危機として「アイデンティティ対アイデンティティ拡散の危機」を指摘した。アイデンティティは、時間的・歴史的に一貫した自分らしさの感覚と他者との関係の中で自分が独自の存在であることを認める感覚という二つの軸から成り立っているとされる(鑑, 1985)。「アイデンティティ」は自我状態を客観化し記述する用語として確立していったが、「アイデンティティ」という概念において重要なのは「自分が自分である」という主観的、意識的体験であるとされる(鑑, 1984)。一方、アイデンティティ拡散とは、「自分が何かわからない」「自分がない」などの感じや経験を指すが、他者の強い影響により自分の感覚の中に自分のものでない借りものが混ざっていることはよくあり、アイデンティティが確立している状態でも、必ずこうした負の性質が混合しているとされる。つまり、こうした対のせめぎ合いの中で、いかにアイデンティティを確立していけるかが青年期の重要な課題と言える。

Erikson(1959)は、青年期には"自分が自分であると感じる自分に比べて、他人の目にどう映るかとか、それ以前に育成された役割や技術を、その時代の理想的な標準型にどう結びつけるかといった問題に…とらわれてしまう"としているが、それに気付いて再びありのままの自己を回復しようとするのも青年期心性の特徴であると土沼(1986)は述べている。巖(1997)は、思春期・青年期においては自我同一性形成の要請やより大きな社会集団に触れることにより、同一化や取り入れを活性化させるが、その意識の高まりは同時に、自分が独自のものであるという独自性を揺るがせ葛藤を生じるとしている。更に、新たな同一化を行った後に新たな独自化を行わねばならないが、これは不安定な同一化や帰属感を揺さぶるため独自であることを避けたいとする欲求が生じ、再び葛藤を生じるとする。Winnicott(1965)は、個人の中核には非自己の世界といかなるかたちの交流もしない部分("本当の自己")があり、こうした"分立"は青年期の若者

にとって「同一性や自己の中心部を破壊しないで済むような独自の交流技術の追求」と関わっているとすると、こうしてみると、環境に適応するための自己と独自の自己との間で揺れ動き、その中で自身のあり方を模索していこうとする青年期の姿が浮かび上がってくる。

こうした同一性の問題は、青年期においては時には病理とも関わってくる。Sullivan (1953) は、人生の初期に作られた解離されたシステムが自動的に修復される最大の機会あるいは逆に人格に最大の危険をもたらす時は、前思春期および青春期として、この時期の統合失調症発症の危険性を指摘している。人生初期に自分のものではないと解離されたものとの関係が大きな課題になり、病理に陥る危険性も示唆される。成田 (1989) も、青年期には「自己に関心が集中し、内省的となり、そこでの自己評価はしばしば両極化する。青年はときに傲慢なほどに自信をもつかと思うと、ときには著しく自信を喪失し、自己を劣った存在と見なす」と、何が自分であって自分でないのかの感覚自体が不安定となる青年期のあり方について述べた上で、こうした青年期心性と境界例の特性との共通性について指摘する。

溝上 (2002) はアイデンティティの問題について同一と差異との「あいだ」で揺らぐそのプロセスをこそ明らかにする必要性を指摘しているが、「自分と思えないもの」との出会いは、まさにこの揺らぎを引き起こすものであろう。青年期においては、こうした揺らぎの中で、“自分と思えない”自分とどのように関わり、自分の中に位置づけているのだろうか。先の萩野 (1978) は、これまで素朴に周囲の価値基準や期待を取り入れることで生きてきた「にせの自己」を積極的に嫌悪し否定して、「本当の自己」を確立していくことが必要であるという明確な方向性を示しているが、もう少し上記のような“揺れ”の過程にとどまって青年期のあり方を見ていく必要があるのではないだろうか。

3. これまでの調査研究から

ここでは、「自分と思えないもの」を「借り物の自分」「本当の自分ではないような自分」という形で表し、青年期におけるそれらと「本当の自分」との関係性イメージを探った二つの調査研究を呈示し、以下これらの研究を踏まえて考察を深めていきたい。

(1) 調査研究Ⅰ——高木 (2002) より

高木 (2002) では、大学生を対象に「本当の自分」「借り物の自分」という異なる側面とその関係性イメージを探った。“このように振舞っているのは本当の自分ではない”と感じる側面を「借り物の自分」、これが自分であるといえる側面を「本当の自分」として、それぞれのイメージと両者の関係性イメージを探った。自由記述から、「本当の自分」は自分の気持ちや思いに従ったあり方、自分の気持ちや存在の確認といったイメージであるのに対し、「借り物の自分」は対人場面において他人に合わせたり他人の意志で動く状態のイメージであることがわかった。また、岩井ら (1978) の「マルと家族」描画法 (円を媒介にすることで、ある人間が自他の関係構造をどのように認識しているかを捉える方法) をヒントに、「本当の自分」を表す円を呈示し、そこに「借り物の自分」を描き加えることで、「本当の自分」に対する「借り物の自分」の関係構造をどうイメージしているかを表現してもらった¹⁾ (図1)。その結果、現在のイメージから理想

的なイメージへ、全体として「借り物の自分」が「本当の自分」の外側から内側へと移行的に変化していることが窺えた。この変化は、「借り物の自分」はそれとして存在しながらも自分の一部として受け入れていこうとする姿勢とも、それを受け入れる側の主体や「本当の自分」の側の変容とも推測された。また、それについての言語レベルの表現においても、二つの自己の側面が共存できる道を探ったり、「借り物の自分」に社会的な役割を認めたり、「借り物の自分」という側面があることで更に大きな自分になろうとするものが大半であった。

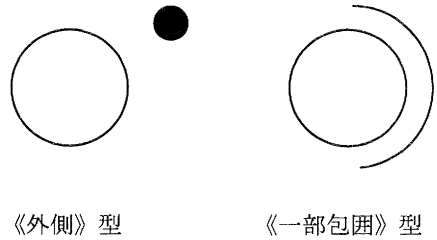


図1 円を用いた描画法の描画例

(2) 調査研究II——高木（2003；2006）より

高木（2002）における、本来の自己から発したものではない自己の側面に対する「借り物の自分」という表現はネガティブなイメージや限定されたイメージを与えやすいと判断し、「本当の自分ではないような自分」とした。それぞれのイメージを聞くと、対人関係等外界との関係だけでなく、自分の中でだけそう感じるというものが多数見られ（ex. 無理している自分、後押ししてくれる自分、自分の中の統率できない部分）、「借り物の自分」よりも広いイメージであった。

そして「本当の自分」と「本当の自分ではないような自分」という異なる側面の関係性を表現してもらう方法として、円を用いた描画法に加えて箱庭による表現を用いることでより多面的なイメージを捉えることを試みた²⁾。両者の関係性については、前研究と同様に、現在と理想の二つのイメージを聞いた³⁾。（以上、面接調査による。）

それらを検討した結果、全体を大きく変える等して二つの自分の領域の区別をなくそうとする動きと、どちらかを取り払うことはしないが領域の区別はそのままにしておこうとする動きという、一見逆の方向性が青年期のなかに見出され、異なる自己像の関係性については様々なあり方が方向性として模索されていることが示唆された。

4. 多面的な自己を捉える手法について

(1) ダイナミックな主観的イメージを重視する観点から

上で述べたような、これが自分であると思えるものとそうでないものという点に限らず、自己の中の様々な異なる側面について、調査研究などを通して実際に捉えようとする時、これまでどのような手法が用いられているだろうか。

これまでのこうしたテーマに関する研究においては、異なる自己（ex. 現実自己、理想自己、見られていると思う自己、見られたいと思う自己）それぞれについて別個に質問紙等の評定尺度で評定してもらい、その差を“ズレ”として測定する（その上で他の指標と比較する）ものが中心であった（伊藤，1992；中川，1991；山本，1986，1988，2003など）。こうした手法或いは自己の捉え方と、上記の調査研究I IIにおける円を用いた描画法や箱庭によって表現してもらうという方法の違いは、次の二点にあると思われる。

ひとつは、これまでの研究では異なる自己像が客観的にどのくらい"ズレ"ているのかを調査者の側が測定するのに対して、上記の調査研究ⅠⅡではその"ズレ"のあり方そのものを被調査者自身に表現してもらおうという点である。被調査者自身が、異なる自己の関係性を表現するということは、被調査者自身がその関係性をどうイメージしているかということであり、被調査者のその関係性に対する主観的なイメージを捉えることになる。

もうひとつは、従来のような評定による比較では、"ズレ"という直線的な関係でしか見えてこないのに対して、円を用いた描画法や箱庭というより象徴的・非言語的表現では、より多様な力動的な関係性が表現される点である。岩井（1978）によると、円は「無限の凝集と無限の拡大の間に幅をもち、内在と外在の境界を有し、しかもそれが全く自由な可変性を持つ」ため、様々な関係を象徴的に描き出すことができるとされる。更に箱庭では、何かの刺激に対する反応ではなく、自分で自分の世界を構成していくことができる。守られた枠の中でより自由に自己を表現でき（河合，1969）、また円を用いた描画法以上にストーリーといったものも表される。

このような二つの点によって、被調査者が異なる自己の関係性を主観的にどのように感じているのかについて、主体の側に立った視点で、よりダイナミックに捉えられると言える。

(2) 主体のプロセスを重視する観点から

また、上記の調査研究においては、関係性の現在のイメージと理想のイメージを聞いたのであるが、従来現実（の自分）と理想（の自分）とを比較する研究においては、それぞれを別個に聞くものが多い（磯崎ら，1999など）。しかし、特に調査研究Ⅱの箱庭表現においては、現在のイメージと理想のイメージを独立して聞くのではなく、現在のイメージを表現してもらった後に『これが現在の状態だとしたら理想的にはどうなりたいかというイメージをここ（箱庭）に表現して下さい。これ（現在のイメージ）を元にしてもいいし、全く違うものを一から作っても構いません』というように、現在を踏まえて理想を聞く教示を行った⁴⁾。

理想のイメージと現在のイメージを独立に聞く場合では、過去、現在、未来がばらばらに切れて捉えられるのに対して、現在を踏まえた上で理想のイメージを聞く場合では、過去を含んだ現在、現在を含んだ未来といったように時間が重なり合って繋がっていく。我々が生きている現在は過去の上に成り立ち、将来について思い描き予測を立てるのは、現在の自分であり現在の実感に基づいてである。そう考えると、現在を踏まえた上で理想のイメージを問う聞き方によって、被調査者のよりリアルな感覚を捉えられると言えるのではないだろうか。

木村（1997）によれば、時間は普通「流れるもの」と理解されているが、あくまで私的な感覚として時間が「流れている」と感じられる（『『現在』という固定した一点でそこを通過する動きそのものが感じられている』）ために重要なのは、「時と時のあいだ、今と今のあいだ」をつなぐ「現在の自分」「自分の現在」というものであり、それはその人の世界に対する私的・主体的行動と深い関わりを持っているとしている。このように考えると、現在から未来のイメージを描けるのは、その人自身が持続的にそこに関わるという意志や見通しがあるからであり、その人の内側に現実に対して主体的に関わろうとする姿勢があるからであると考えられる。つまり、現在の実感を踏まえて未来を描くという動きの中には、そこに一貫して関わろうとする自分という存在の意義があり、その動きを作り出す主体性が密接に関わっているのではないだろうか。そうした意

味で、主体の内側に立った見方であり、主体機能の活性化・円滑化を促進することを目指す心理臨床（藤原，2004）において重要な視点であると言える。これは、溝上（2002）がアイデンティティ研究においてその重要性を指摘した「内在的視点」や、Rogers（1947，1959）による個人の主観的な知覚の場としての「内的照合枠」という概念に沿った視点であると思われる。

また、調査研究Ⅱで行った面接は、動機付けが面接者（調査者）にある「資料収集のための調査的面接法」（河合，1975）に当たるもので、動機付けが被面接者にある「治療のための臨床的面接法」とは心理学の技法としても区別される。しかし、上記のようなことを考えると、個々の被面接者が自身の現在を基に描いた理想像は、面接者が一方的に対象化して捉えたものではなく、個人の主観的な事実から出発して表現された過程であると言える。従って、こうした方法は、「調査的面接法」でありながら、被面接者の主観的な事実から出発してその経過・過程を見る「臨床的面接法」の一端を含んだ方法であると言える。

このように、(1) (2) どちらの点においても、円を用いた描画法や箱庭により異なる自己像の関係性を表現してもらう方法は、相手の主観的な体験をその人の生きている現実により沿った形で捉えようとするものであり、その意味で心理臨床に繋がる視点を含んだ方法であると言える。

溝上（2002）は、これまでのアイデンティティの実証的研究においては、“identify”という同一性を確認しようとする主体の自発的行為が見出せないという問題点を指摘する。主体的な同定確認（identify）の行為は、「同一」と「差異」の間に起こる揺らぎから生じるが、こうした研究ではアイデンティティの揺らぎを問題としているのが必ずしも被験者自身でないために、揺らぐ主体の存在が見えなくなってしまうと言う。こうした指摘を考えた時、(1) のように被面接者のイメージを主観的かつダイナミックに捉えられる手法を用いて、(2) のように現在のイメージという被面接者の主観的なイメージを出発点として未来を描くという質問プロセスにより、自己との関わりを主体の内側から見ようとする方法は重要な意義を持つと思われる。

5. 「自分と思えないもの」の意義

(1) 中間的であることの意義

「借り物の自分」（高木，2002）も「本当の自分ではないような自分」（高木，2006）も、排除したり消し去ったりすることは目指されておらず、かと言って「本当の自分」として取り入れることだけが目指されているのではなく、自分の世界にとどめ、様々な形でそれと関係を取っていかうとする姿勢が窺えた。青年期においては、これらの本当の自分とは思えない側面も、何らかの形で自分にとって必要なものと感じられているのではないだろうか。

石福（1979）は、統合失調症患者の二重身体験について、もうひとりの自分を生み出すという能動性に着目する。石福は、二重身を面接の中で積極的に取り上げていくことにより「二重身と自己との距離を埋め、これまでとは違った新しい自己を実現して、分裂病の諸症状をのりこえ」られる可能性を指摘し、「二重身を生み出す患者の存在構造が、この二重身の現象の中で自らを癒していくように作用し、展開している」としている。「借り物の自分」や「本当の自分ではないような自分」と二重身は同一のものではないにしても、自分の世界の中に本来の自分とは異なる

るもう一人の自分を生み出すことは、時に癒しに繋がるなど、その存在自体に重要な意義がありそうである。

更に、「借り物の自分」(高木, 2002)も「本当の自分ではないような自分」(高木, 2006)も、前述のように、排除したり消し去ったりすることは目指されておらず、かといって「本当の自分」として取り入れることだけが目指されているわけでもなかった点を考えると、これらは、“これは自分ではない”と退けられることはないが「本当の自分」でもないという、中間的な存在と言える。石福も、「自分であってなお自分ではないという奇妙なパラドックスを生む」存在であるという、二重身の中間的な存在としての性質を指摘するが、こうした中間的であるという性質が何らかの意味を持っている可能性も推測できる。

しかし、こうした中間的な存在を自分の世界の中に抱えておくには、それだけの自我の強さが必要とされると思われる。Sullivan (1953) が、幼児期においては周囲から悪い評価を得たものを「自分でないもの」として解離させるとしているように、幼い子どもは自分と認め難いものは全て自分から切り離そうとする傾向にある。そこでは、自分でありながら自分でないという中間的な存在を持つ能力はまだないと言える。このように解離されたシステムが再び自己に再統合される最大の機会が「前青春期および青春期」であるとされるが (Sullivan, 1953)、このように「自分でない」と全く切り離されていた状態から、それらが自己に統合される過程においては、自分でありながら自分でないといった中間的な領域が生じてくると考えられる。Sullivan (1953) も、その過程には「覚醒していると信じ切って夢を演じ」る等の中間的な状態が深く関係しており、逆に人格に最大の危険をもたらす時期でもあると指摘する。このように、自分でありながら自分でないという中間的な存在は、ある種危険なものでもあり、それを抱えておけるだけの力が必要とされる一方、その存在を抱えておくこと自体が重要な意義を持つことが推測される。

自分と自分でないものの区別しきれない状態では、自分は一面的な存在でしかないのに対して、自分でありながら自分ではないという存在を抱えておけるようになると、自分というものの間に様々な関係性が生じてくる。そして、それは力動性を生む (桑原, 1994)。自分の中にありながら自分とはなかなか思えないものは、“自分でありながら”という前提が崩れると、二重人格のように、意識にとっては全く自分ではないものが自分の中に存在するという事態になりかねないだけに、常にそれと適度に繋がっておくことは重要である。そして、そうした存在との関係性において自分というものを把握していくという面もある。

桑原 (1994) は、二重身などの「もう一人の私」というものについて考察する中で、ギリシャ神話の中のアンフィトリオンの話を引用し、ゼウスが化けた自分自身と同じ姿に遭遇し自分が誰か分からなくなるアンフィトリオンの様子から、『もう一人の私』に出会う人は、否応なく自分自身と出会わされてしまう人である」と述べている。こうした二重身や演劇のように、実際に目の前にもう一人の自分の姿が現れなくても、自分の中の本当の自分ではない自分と接することは、それと表裏一体の感覚である“自分である”という感覚に触れることでもあり、「自分とは何か」という問いを常に喚起させるように思われる。我々は自分の中のこうした存在との関係で、常に自己を確認しているのかもしれない。

(2) 主体的に自己に関わること

「自分と思えないもの」との関わりは、固定されたものではなく、これまで見てきたようにダイナミックなものである。「借り物の自分」(高木, 2002)も「本当の自分ではないような自分」(高木, 2006)も、自分の世界にとどめ、様々な形でそれと関係を取っていきこうとされていたことを考えると、こうした存在は人が意識的に作り出したものではないとはいえ、それとの関わりにおいて人は圧倒され翻弄されるだけではないと思われる。

水間(2005)は、我々人間は何らかの意図をもって自らの自己形成過程に参入しているとして、自己形成過程を維持、或は促進する主体としての力と、自己形成過程を発展、展開していく主体としての力を指摘する。自己形成は自動的に進むものではなく、潜在的レベルから実際のレベルまで、主体が何らかの形で関与していつているのだと言える。アイデンティティという側面からみても、Erikson(1968)は「児童期の同一化を選択的に拒否し、相互に同化し、新しく配置し直すところから生まれてくる」とし、鑑(2002)も、それまでは周囲の人たちの影響の基に実現しようとしていた「自分」に対し、青年期には初めて自分が自分に対する問いとして「自分とは何か」ということを発するとし、アイデンティティとは「自分を主体として、すべてこれまでの同一化が、単に寄せ集められて総合されるのではなく、新しい自分のものとしてのユニークなゲシュタルトをもつものとして、統合されること(傍点著者)」としており(鑑, 1974)、自分に向かい合う主体的な動きとそれによる自分なりの新たなゲシュタルトの獲得の重要性を指摘する。このように人は、自己形成や青年期のアイデンティティの問題において、起こってくる自分の揺らぎに受動的に身を任せるだけでなく、様々なレベルで主体的に関わっていくのである。こうしたことは「自分と思えないもの」との関わりにおいても同様であろう。

そのように考えると、上記の調査研究ⅠⅡのように、その時点で被調査者が「借り物の自分」或は「本当の自分ではないような自分」をどのように捉えているのかを明らかにするだけでなく、それとどのように関わっていくのかということも重要になってくると思われる。ただ、この調査研究における、異なる自己像の関係性の(現在のイメージに対する)理想的なイメージは、「借り物の自分」や「本当の自分ではないような自分」とどのように関わっていきこうとしているかという主体の態度の一端は示していると思われる。

心理臨床の場での体験を振り返ってみても、自分の中の「自分ではないような自分」といったものとの出会いはある種受動的なものであっても、それに圧倒されているだけではなく、その意味を考え、そこに主体的に関わっていくということが起こる。そして、自分の中の「自分ではないような自分」は、その人の生きてきた歴史が生み出したものであり、それとどのように関わっていくかということは、その人の生き方そのものであるとさえ感じられる。自己の研究については、プロセスをみていくことの重要性が指摘されているが(溝上, 2002; 水間, 2001)、このように考えると、「自分と思えないもの」との関わりは、その人の生きるプロセスを追ってみていくこと、つまり事例研究という方法によってみていくことも必要になってくると思われる。

6. おわりに

人には自己概念に一致する経験としない経験とがある(Rogers, 1947, 1959)。Rogersによ

る、自己と経験が一致しているような"十分に機能する人間"という概念も、"完全にその状態に到達した"という静的なものではなく、常に変化しつつ漸近線的にその状態に接近していくものであり (Rogers, 1959)、セラピーによっても完全な一致が達成されるものではないという (Rogers, 1951)。また、Eriksonのアイデンティティ概念においても、アイデンティティ確立の状態でもアイデンティティ拡散状態が必ず含まれ、完全にアイデンティティ確立状態のみになることはあり得ないとされる (Erikson, 1950)。このように考えると、自分の中にも"これが自分である"と認められる状態とそうでない状態があり、人とはそれらが常に混在した存在と言えるのではないだろうか。その力動性をどう生きていくかというテーマは特に青年期に焦点化されるものの、青年期に限らず心理臨床において重要なテーマではないだろうか。そして、その際、相手の生きている現実になんか少しでも沿った形で相手を捉えようとする姿勢が、調査研究においても心理臨床においても重要になるだろう。

<注>

- 1) 現在のイメージは、1)「借り物の自分」が「本当の自分」の内側にある《内側》型、2)「本当の自分」の外側にあり「本当の自分」から分離している《外側分離》型、3)「本当の自分」の外側にあるが「本当の自分」とつながりをもっている《外側接触》型、4)「本当の自分」の周りを完全に囲む《完全包囲》型、5)「本当の自分」の周りを部分的に囲む《一部包囲》型、6)「本当の自分」と重複する《重複》型に分類され、理想のイメージでは、この6パターンに加え7)「本当の自分」と「借り物の自分」が一致、または「借り物の自分」がない《一致》型が見られた。
- 2) 箱庭表現は、①「本当の自分」と「本当の自分ではないような自分」の領域の区別があるかどうか、②両者の間に境界があるかどうか、③両者の間に何らかの繋がりがどうか、④全体としてまとまったストーリーや風景になっているかどうか、という四指標により分類され、円を用いた描画法との関連等が検討された。
- 3) 教示は、現在のイメージについては「今表現してもらった『本当の自分』と『本当の自分ではないような自分』がどんな関係にあるかというイメージ（前の課題で言語的に表現してもらったもの）を、この箱庭の中に表現してください。どのような形でも構いません。」とし、理想のイメージについては現在のイメージの表現を踏まえた上で、それを基に表現してもらった。
- 4) 被調査者のうち、現在のイメージと全く違うものを一から作った人はほんの僅かで、ほとんどの被調査者 (93.5%) が現在のイメージを用いて（修正するなど手を加えることで）理想のイメージを表現した。

<文献>

- 土沼雅子 (1986) 自己イメージの種々相 イメージ心理学3 イメージの人格心理学 誠信書房
- Erikson, E. H. (1950) *Childhood and Society*. W. W. Norton. (仁科弥生訳 1977 幼児期と社会 みすず書房)
- Erikson, E. H. (1959) *Identity and the life cycle*. Psychological issues. Vol.1, No.1, Monograph 1. New York: International Universities Press, Inc. (小此木啓吾訳編 1973 自我同一性 誠信書房)
- Erikson (1968) *Identity: Youth and Crisis*. W. W. Norton. (岩瀬庸理訳 1969 主体性・青年と危機 北望社)
- 藤原勝紀 (2004) 事例研究法 丹野義彦編 臨床心理学全書第5巻 臨床心理学研究法 誠信書房
- 斐岩秀章 (1997) 思春期・青年期における同一化と・独自化 日本女子大学紀要・家政学部 44 129-133

- 岩井寛・田久保栄治・金盛浦子・藤田雅子・五島しづ・森田孝子 (1978) : マルと家族—全体精神療法の1技法— 芸術療法 9 7-15
- 石福恒雄 (1979) 二重身の臨床精神病理学的研究 精神神経学雑誌 第81巻第1号 33-61
- 磯崎三喜年・黒石憲洋・丸山歌織・土居香央里・鈴木結花 (1999) 現実自己と理想自己およびそのズレと適応に関する研究 国際基督教大学『教育研究』41 23-40
- 伊藤美奈子 (1992) 自己受容を規定する理想?現実の差異と自意識についての研究 教育心理学研究 第40巻 第2号 164-169
- Jung, C. G. (1966) Zur Psychology und Pathologie sogenannter okkultur phänomene, Gesammelte Werke 1 (宇野昌人・岩瀬武司・山本淳訳 1982 心靈現象の心理と病理 法政大学出版局)
- Jung, C.G. (1959) The Archetypes and the Collective Unconscious C.W. 9, I
- 河合隼雄 (1967) ユング心理学入門 培風館
- 河合隼雄 (1969) 箱庭療法入門 誠信書房
- 河合隼雄 (1975) 面接法の意義 続有恒・村上英治編 心理学研究法11 面接 東京大学出版会
- 河合隼雄 (1976) 影の現象学 思索社 (河合隼雄 1994 河合隼雄著作集2 ユング心理学の展開 岩崎書店)
- 木村敏 (1997) リアリティとアクチュアリティ 臨床哲学論文集 木村敏著作集第七巻 弘文堂
- 小見山実 (1999) 仮面の人間学 日本評論社
- 桑原知子 (1994) もう一人の私 創元社
- Laing, R.D. (1960) THE DIVIDED SELF Tavistock Publications (阪本健二 志貴春彦 笠原嘉 共訳 1971 ひき裂かれた自己 みすず書房)
- Markus & Nurius (1986) Possible Selves American Psychologist Vol41, No.9, 954-969
- 溝上慎一 (2002) アイデンティティ概念に必要な同定確認 (identify) の主体的行為 梶田毅一編 自己意識研究の現在 ナカニシヤ出版
- 水間玲子 (2001) 自己形成意識の構造について-否定的感情と理想自己の役割から 京都大学大学院教育学研究科博士論文
- 水間玲子 (2005) 自己形成過程に関する理論的考察-理想自己の問題を中心に 梶田毅一編 自己意識研究の現在2 ナカニシヤ出版
- 中川薫 (1991) 自己開示およびそれに伴う現実自己と理想自己のズレの変動に影響を与える要因に関する研究 実験社会心理学研究 第31巻 第1号 13-22
- 成田善弘 (1989) 青年期境界例 金剛出版
- 荻野恒一 (1978) 自己嫌悪のすすめ 青年心理 9 418-426
- Rogers, C. R. (1947) Some observations on the organization of personality. American Psychologist, 2, 358-368 (伊藤博編訳 1967 パースナリティの体制についての観察 ロージャズ全集8 パーソナリティ理論 岩崎学術出版社)
- Rogers, C. R. (1951) A Theory of personality and behavior. In "Client-centered Therapy", Part III, Chap. 11, pp.481-533, Houghton-Mifflin Co. (伊藤博編訳 1967 パースナリティと行動についての一理論 ロージャズ全集8 パーソナリティ理論 岩崎学術出版社)
- Rogers, C. R. (1959) A Theory of Therapy, and Interpersonal Relationships, as developed in the Client-Centered Framework. In S. Koch(ed.) Psychology; A Study of a Science, Vol. III. Formulation of the Person and the Social Context. New York: McGraw-Hill, pp.184-256. (伊藤博編訳 1967 クライアント中心療法の立場から発展したセラピィ, パースナリティおよび対人関係の理論 ロージャズ全集8 パーソナリティ理論 岩崎学術出版社)
- Sullivan, H. S. (1953) The Interpersonal theory of psychiatry. New York: W. W. Norton. (中井久夫・宮崎隆吉・高木敬三・鏑幹一郎 1990 精神医学は対人関係論である みすず書房)
- 高木綾 (2002) 青年期における異なる自己像とその関係性イメージについて—いわゆる「本当の自分」と「借り物の自分」の観点から 心理臨床学研究 第20巻第5号 488-500

高木：「自分と思えないもの」との関わりについての一考察

- 高木綾（2003）青年期における異なる自己像とその関係性イメージについて—箱庭と円を用いた描画法を通して— 京都大学大学院教育学研究科修士論文
- 高木綾（2006）青年期における異なる自己像の関係性イメージについて—箱庭と円を用いた描画法を通して— 心理臨床学研究, 第24巻, 第4号, 408-418
- 鑪幹八郎（1974）アイデンティティ危機の様態 広島大学教育学部紀要 第23巻1号 329-341
- 鑪幹八郎（1984）アイデンティティ概念の広がりとは基本構造 鑪幹八郎・宮下一博・岡本祐子編 アイデンティティ研究の展望Ⅰ ナカニシヤ出版
- 鑪幹八郎（1985）アイデンティティについて 藤永保編 心理学を学ぶ 筑摩書房
- 鑪幹八郎（2002）青年期とアイデンティティ 鑪幹八郎著作集Ⅰ アイデンティティとライフサイクル論 ナカニシヤ出版
- Winnicott,D.W. (1965) : The Maturation Processes and the Facilitating Environment; Studies in the Theory of Emotional Development, Hogarth Press, London 牛島定信訳 (1977) : 情緒発達の精神分析理論 岩崎学術出版社
- 山本都久（1986）多面的な自己の多変量解析 富山大学教育学部紀要（A文科系）vol34 39-47
- 山本都久（1988）いろいろな自己像の間のズレとINVテストの関係—RSを主にした組み合わせの観点から— 富山大学教育学部紀要vol36 43-52
- 山本都久（2003）不適応の測度としての現実自己と他の自己イメージのズレについて 富山大学教育学部紀要 vol57 121-128

（臨床心理実践学講座 博士後期課程3回生）

（受稿2007年9月7日、改稿2007年11月30日、受理2007年12月12日）

A Reflection on Concerning Oneself in "Self Which One Cannot Feel One's Own": From a Viewpoint of Psychological Clinic

TAKAGI Aya

This study has assumed something which is in one's inside, but one cannot readily feel it as one's own or does not want to feel one's own to be "self, which one cannot feel as one's own", and questions what kind of significance that existence has for a person while looking from a viewpoint of the psychological clinic. Studies show that such a problem is actualized, especially at adolescence. On the basis of two investigations, the method to capture the subjective and dynamic process of the relationship between the different sides of self is examined. It is significant that "self which one cannot feel as one's own" is the middle existence in that it is not readily felt real self, but is not removed as it is not self, and it is possible that a person concerns himself in the problems around the relationship with such existence subjectively. As a future problem, it will be necessary to observe the process of a person concerning himself in it through a case study.