

心理療法において異質な自分と出会うことの意義

—理論研究と調査研究を踏まえて—

不破 早央里

1. 心理療法過程の中での「自分」

人は生きるにあたって、その主体である「自分」を知覚しながら生きることになる。Erikson (1959/1973) は「自分は自分であることを確信するという心的過程」として「自我同一性」(アイデンティティ)を提唱した。この自我同一性と言う言葉は、青年期の発達課題として心理学のみならず教育学などの幅広い分野で用いられ、着目すべき重要な課題であることが知られている。しかし、実際に相談機関等に相談に訪れ、カウンセリングを受ける人は、その人の主訴やその人の持つ症状によって自分自身を“見失って”いることが多い。川寄(2004)は心理的な症状や悩み自体を“異物”として捉えた上で論を始めている。Storr (1972/1976) は「自分自身の心の内面に不調和を発見すると、それに対して不快を感じるのが人間精神の強い傾向であり、その結果、この不快を除去しさまざまな形である種の統一を回復あるいは達成しようとする」と述べた。その中で、Lund (1984) はアイデンティティという概念に重要なこととして「自分が自分である」という主観的、意識的体験であるとした。これらのことから考えると、主訴・症状などの異物に出会わされ、自分自身を見失った状態のクライアントが、心理療法の中で「自分が自分である」とアイデンティティの確立に向かう主観的な体験をすることはとても重要であろう。土居(1960)は、「神経症およびそれに準ずる疾患の患者」の心理療法過程において「今まで自分がなかった」という意識が現れて治療の重要な転機になった事例を取り上げている。もともとの自分の確立の度合いや、生じた症状・主訴による容態は様々であっても、自分について問うこと、そして自分を感じることが心理療法の中で重要な要素であると考えられる。

実際に、心理療法の理論の中で自分を巡る体験はどのように扱われているだろうか。心理療法の草分けである精神分析を提唱した Freud (1914/2014) は、症状を抑圧によって引き起こされるものとし、まず、「自分の病気に対する意識的態度の変化」によって人格の一部として引き受け、治療的仕事の素材として活用することで、症状を治癒可能な「転移神経症」に置き換え、そして、そこで起きる治療抵抗を Freud (1923/2007) は無意識的罪責感とし、それに対して「直接的な方策はなく、ただ間接的な対処法としてなしうるのは、この罪責感が無意識のまま抑圧された理由を一步一步突き止め、無意識的罪責感を徐々に意識的罪責感に変えてゆくしかない」とした。Freud は無意識的領域を構造で捉え、症状を抑圧によるものと仮定したため、精神分析の治療方針に通底するのは無意識的部分の意識化である。それに対して、Jung (1948/1989) は、全体性を志向する象徴が正しい扱いを受けることをきわめて大切とし、神経症的な分離を

克服する薬となるとした。知性によって克服しようとするとは本能の領域の反乱によって難しく、単なる実践によって克服しようとするとは理性と道徳の抵抗によって難しくなるため、意識と無意識の結合は象徴によってしか一つにならないとした。Jung も無意識領域を仮定し、意識を超えた症状を象徴表現、イメージを用いて意識と無意識の相補性を回復しようとした。

Rogers (1947/1967) は、自己概念と一致しないために否定されていた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、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、自己に否定されるものと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た。この三者は、無意識領域を想定するか、どのように想定するかに違いはあるものの、自分を揺るがすような症状や出来事を自我と結び付けていこうとする動きは共通している。しかし、Freud, Rogers は最終的な目標を“意識化”や“体制化”のように、自分を揺るがす症状や出来事を統合して異質さをなくしたり、淘汰したりする方向に動いたのに対し、Jung (1931/1989) は、イメージのもたらす中心化過程において、「自我は周縁に移る」と述べたように、自我に重きを置かない心全体の変容を仮定している。Jung は象徴表現が治療過程の中で扱われることを重要視したが、ユング心理学におけるイメージは自律性をもつとされている(河合, 1991; 浅田, 2008 他)。自律性を持ち一見と自分とは独立した部分を持つイメージによって心の変容を目指す、それはクライアントにとってどのような体験であるだろうか。心理療法の詳細なプロセスは十分に明らかにされていない現状がある。

こうした中で、自分の体験という視点から心理療法のプロセスを最新の研究も含めて論じたものは見当たらない。よって、本論では、心理療法に來談するきっかけとなる主訴や症状に始まり、心理療法の中で体験される異質な自分が生じて、出会うことによって揺るがされる体験、そしてその後を含めて総じて“自分¹の揺らぎ”と定義し、多角的に検討する。このことで心理療法のプロセスの側面が明らかになり、治癒の機序に大きな示唆を与えられるだろう。本論では、理論研究における“自分の揺らぎ”の意義を明らかにした上で、より実際の心の動きを見る調査研究と事例検討から詳細にプロセスを論じる。調査研究で扱える揺らぎは、事例よりも被験者が意識できる、違和感に近い“揺らぎ”であることが予想される。しかし、限界を吟味する必要はあるが、調査研究における“揺らぎ”は事例における“揺らぎ”に繋がりのあるものであり、実際の心の動きを明らかにするのに調査研究は欠かせないと考えられる。なお、“自分の揺らぎ”には、“揺らいでいる”その時にクライアントの自我に“揺らぎ”が感じられるものから、多重人格のようにその時は感じられず、事後的に感じられるもの、など“揺らぎ”を感じるタイミングや、違和感を覚えるといった程度のものから自身の存在自体が揺るがされるような深い揺らぎまで水準も様々あることが考えられる。異質さが意識できる時でも、それが違和感で終わる場合もあれば深く揺るがされる場合もあるだろう。また、時間とともに捉え方が変化する場合や、一見違和感程度のように見えるが奥に深い揺らぎが隠れている場合など単純に分類することが難しく、多様なあり方が考えられる。そのため、今回はそれらを総じて“自分の揺らぎ”として扱い、その意義やプロセスを扱う。このように、ユング派のイメージを含む心理療法を中心に、クライアントの自分にまつわる体験を検討することを本論の目的とする。

¹ 時岡 (2015) は、自分と言う単語はおのれより大きな存在から「分有する」という意味があるとしている。本論での自分は、経験を体系に組み入れる自我 (河合, 1971) が自らとして認識できる部分と定義する。

2. 理論的に捉える“自分の揺らぎ”

“自分の揺らぎ”が一番顕著な形で現れるのは二重もしくは多重人格の現象であろう。精神医学領域では解離性同一性障害という診断名で、人格の同一性が破綻し、2 人もしくはそれ以上の人格が一人の人の中に生じる状態である。イヴ・ホワイトの事例が有名で、精神分析の経過中に穏やかな主人格とは異なる奔放なイヴ・ブラックが出現し、さらに第三、第四の人格が出現したことが知られている。他人格の出現時に主人格は全てを把握できない状況が多いが、明らかに異なる人格が一個人の中に生じ、その痕跡を感じる時点には明確な“自分の揺らぎ”が生じると言えるだろう。Jung (1966/1982) は夢遊症で二重人格を呈した症例について症状を「新しい性格形成、あるいは将来の人格への突破の試みにほかならず、それらが特殊な困難（外部事情の不利、神経系の精神病質的素因など）の結果、意識の独特の障害と結びついて生じたものだということは考えられないことではない」とし、「目的論的な意味をもつ」とした。目的論的とは何らかの目的を達成するために機能を持っているとする考え方である。つまり、Jung は二重人格を自我の分裂といった悲観的に捉えるのみではなく、「新しい人格形成」「将来の人格への突破」という肯定的な意味を目指した動きとして捉えていたことがわかる。さらに Jung (1939/1991) では、夢などの例を示しながら、自我と比較しうる人格のようなものを発見することはできないが、「無意識の現われは少なくとも人格の痕跡を示している」とし、無意識の自律性は精神病になる素因を持った人々のみではなく正常人においても同じであると述べている。そして、激情のなかでその人自身でさえ知らなかった性格が現れることや、隠れていた内容が思いがけず噴出してくるなど分裂した断片が人格的な様相を持つ例について触れている。人間は誰しも、程度や統合の様相に差はあれども、自我の他に異質な人格的な部分をもつことになる。Jung は実際に多重人格に至ることは稀として、神経症や精神病のそれぞれの症状を、自律性をもった無意識の現われと自我との関係によって説明しようと試みた。この意味で Jung が異質な自分の体験にかなり重点を置いていたことがわかる。では、Jung はどのようにしてこのような現象を心理療法の中で扱おうとしたのだろうか。Jung (1946/1994) は「避けることのできない心的な感染によって、二人は第三のものの変容に襲われ、それによって変容されることになる」と述べている。これは、心理療法の関係性を二者関係に帰するものではなく、第三のものの三項関係として捉えたものである。河合 (2013) はこの Jung の理論を引用しながら、「第三のものとはイメージであり、症状であり、クライアントの語りなのである」とし、イメージを特に第三のものの典型とし、イメージはクライアントから独立した魂をもったもので、だからこそクライアントを変容させるとした。また、Winnicott (1971/1979) の提唱する中間領域と Jung のイメージが類似するものであることを述べ、自己意識や自己関係の問題をイメージによって解決に導けることを示唆した。そして、Jung は無意識部分も含めた中心である全体性を含んだ“自己”を獲得し、自己自身になる個性化過程を重視し、次のように述べた。「意識と無意識は、一方が他方を抑圧したり傷つけたりすると、全体とはならない。両者がたとえ戦わざるをえないとしても、その戦いは正々堂々たる対等の戦いとなるのが望ましい」。意識と無意識が混交するのではなく、双方が共存し、調和することを重視したのである。

日本初のユング派分析家である河合 (1991) は、イメージを詳細に論じ、1「イメージ体験そのもの」2「イメージ体験の表現」3「外在化されたイメージ」に分け、3「外在化された

イメージ」には「思いがけない表現」や「思いがけぬ発展や変更」が生じるが、「後から考えてみると、内界の表現として思い当たるところがある」とした。これは、イメージ体験の中で、異質的な自分が立ち上がり、それが自らの内界に寄与される心理療法過程の中での“自分の揺らぎ”体験と言えるだろう。また、河合は心理療法家の役割として、クライアントの自己治癒力を高めること、コンステレーションを読み解くことを重要視したが、特に自己治癒力において「宙に浮いた自我を深い層と結びつけるために、イメージが重要な役割をもつ」とした。

このように、イメージが初期からユング派心理療法の要として用いられていき、イメージの役割や治癒の機序についてより詳細に論じられるようになっていった。

大山（2001）は、イメージを「個人」の内部に還元しようと言う考えを突き詰めれば、結局は個人のこころの最奥部に何らかの究極の「原因」を仮定せざるをえない。そうではなく、イメージがそれ自体で相当の自律性を持つことを積極的に認めるならば、箱庭を制作することは個人の心的な内容を表現するというよりも、むしろ表現すること自体が心的内容を変容させていくことであり、表現することは内的な何かの再現現象ではなく私にとって違和をはらむ「他者」であり、自律的な営みであるとしている。橋本（2004）は、イメージの自律性が目立たず同一性が絶対的な原理であり「分離」を基調とする“日常世界”と、同一性が曖昧で融合を基調とする“イメージ世界”を提唱し、「日常世界は、常に底流でうごめいているイメージ世界を加工することで成立している」と言え、日常世界の同一性の原理を維持するために、その原理から逸脱する現象を排除し自らの経験を構造化するとした。その中で、クライアントは「イメージの自律性が目立たない世界（日常世界）を生きていたのが、急にイメージの自律性が強力に作用する世界（イメージ世界）を経験し、対応不能に陥って苦しんでいる」とした。そして、日常生活から漏れ出た多様なイメージの経験による自我の同一性を破壊される危機は、融合と分離の往復を柔軟に生きることによって安定するようになり、イメージ世界が日常世界に移行するとした。そして、Jung（1916/1985）“超越機能”に触れ、融合と分離の往復運動のなかでイメージと弁証法的に関わるのが必要であり、心理療法はそれを援助するとした。大山はイメージを表現すること自体が心の変容を引き起こすという立場を取ったのに対して、橋本はイメージ世界によって自我の同一性が解体される危険を孕むため、弁証法的な動きとその支えが必要になるとしたところは特徴的と言えよう。Jung は“第三のもの”としてイメージを置き、三項関係を仮定したが、橋本の言う“融合”機能が強く働いている時、イメージと自我は境界を失い、イメージとクライアントの自我とセラピストは三項関係を保てないこととなる。このことを踏まえると、三項関係ひいては Jung の言うイメージが“第三のもの”として機能するかどうかは非常に危ういバランスの上にあると言えるだろう。

また、桑原（1994）は、二重人格について Jung の目的論的な見方を引用しながら、両人格の深部をつなぐ「底」が必要になる、とし、治療的な関わりはそこに視点を向けておくことが大事と述べた。前述のイヴ・ホワイトの事例等の二重人格や二重身の事例や、演劇などのファンタジーを追っていく中で、「私」と同じ（同一性）であってかつ異なる（差異性）をもつ「もう一人の私」について、「A 自己疎外をひきおこし、むしろ自己を分裂させ、時には「私」を「もう一人の私」の方にひきこんでしまっ、自己の存在基盤を失わせてしまう面。一悲劇・病理

— B 自己を形成する助けとなり、その一貫性を保ち、それが崩壊しようとする時には再統合

させるために働くような側面。「喜劇・癒やし」の2つの側面をもつとした。そして、「どちらが本物か」の二元論に留まるような一面的なあり方では悲劇が引き起こされる。捨ててしまいたいような異分子を抱えておけるようになると、様々な関係性が生じ、力動性を生むとした。

臨床事例においても、渡辺（2008）は虐待を受けた女性との心理療法において、次第に外相体験の想起によって混乱状態に陥ってから《自分》を再構成していくに当たって、セラピストが「寸断された《自分》を奇妙に思わず、ありのままに受け止める他者」であることによって、寸断された《自分》が統合されて一つの均質なものに変容したのではなく、「いろんな私が繋がる感覚」という言葉に表されるように、複数の《自分》が対立することなく同時に成立し、互いにコミュニケーションをとれる関係性に再構成されたことを述べている。また、田中（1995）は対人恐怖症の事例から「内なる異界との交通」というテーマを提示した。この事例では、夢の報告や箱庭を「枠」としてクライアントの内なる異界への交通が深められていった。

これらの知見は、“自分の揺らぎ”に際して、安易な統合、そして安易な今の自我の統制を強めることがむしろ治癒的な方向に働かず、むしろ破壊的な方向に動いていくのに対して、自我の統制を緩めていき、異質なものを自我の中に抱えておけることこそが治癒的な働きをもつとした。これは、イメージとの関係で特になされやすいことのように思えるが、イメージの表現は常に心の変容が起き、自我の同一性が解体されるような危機を孕むため、そこにはセラピストの支えや守りが必要である。これらの知見は心理療法の治癒的な変容に重要な示唆と言える。ここまでの理論研究で得られた知見が、実際に調査研究ではどのように捉えられているかについても概観することで別の角度から“自分の揺らぎ”を捉えていく。

3. 調査研究から捉える“自分の揺らぎ”

（1）自分の捉え方や異質性に関する研究の概観

最初に、基礎となる自分の捉え方に関する研究の中で異質さを含むものを取り上げる。桑原（1986）は人格特性を、質問紙を用いて測定する場合でも一面的に捉えるのではなく、二面を持ちうる存在として捉えるために、“人格の二面性”を測定する尺度（TSPPS; Two-Sided Personality Scale）を提唱した。これは“自分の揺らぎ”と言うよりも日常的な違和感を捉えようとした研究であるが、単一的な質問紙測定とは異なり“自分の揺らぎ”へと繋がり得る可能性がある。田中（2010）は図式投影法を用いて、パーソナリティの揺らぎを計測した。高木（2002）は、大学生の「本当の自分」「借り物の自分」という自分の側面を2側面仮定し、両者の関係性を描画法を用いて検討した。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変化しようとしている傾向が推測された。これらの方法は被験者の報告のみによっていること、自分を2側面に分けるなど制約はあるものの、単純な構造ではなく力動面から自分の関係性を含めて捉えようとしたことに大きな特徴があると言えるだろう。この意味ではさらに臨床群も含めた幅広い範囲での力動面から自分の様相を捉えることで、病的な自分の様相とポジティブに捉えられる自分の様相の間に差があるのか、あるならばどこに特に差異があるのかといった、より実践的な知見が得られるだろう。

佐々木（2011）は自分と関連し内的に体験される異質性を「内的な異質性」と呼び、どのように対処していくかを検討するために、自由に箱庭を制作してもらい、その後に気になったけ

ど使わなかったアイテムAを自己像または居場所の隣に置く調査を行った。インタビューでは、アイテムAは90%以上の人が異質だと感じ、アイテムAに関する思いは「強い違和感・拒否反応」「現状受容」「世界観の変化・展開の予感」の3傾向が抽出された。その後アイテムを自由に動かす過程では「(箱庭の中で)移動」「棚に移動」が多く、2名のみが「移動なし」であった。これらの結果と事例検討も併せながら、内的な異質性に遭遇した時に「排除と排除されたものの再浮上という揺り戻しを体験しながら、人は徐々に葛藤のもととなる異質性を受け入れる素地を整えていくのではないだろうか」と、内面に定着するための“熟成期間”の必要性を述べた。地井(2015)は、「安らぎの場」というテーマで制作した箱庭に「受け入れがたいと感じるアイテム」を加えて箱庭を作り直す過程をM-GTAで分析した。抽出されたストーリーラインでは、異物に出遭い否定的心情を抱いたところから、内的世界を俯瞰するメタ的視点を獲得し、共通点などの新たな存在意義が異物に与えられるか、否定的心情から防衛行動をとった場合もリフレクションとしての感情の体験が異物に対する認知に変化を生じさせるという流れが示された。これらの研究は、調査者という他者によって作られた異質なものに対し否定的感情を抱いて排除しようとするが、葛藤が生じ、そこからメタ的視点を獲得したり、そもそもの世界観を変化させたりといった新たに展開を生むような心の動きを示したと言えよう。

一方で、“自分の揺らぎ”を他者から与えられたものではなく、内的に立ち現れるものとして扱う研究には箱庭などのイメージを用いたものが多い。久米(2015)の研究では、事例の中でイメージとのびったり感を論じる中で「びったりでない」場合を含めて分析した。イメージと箱庭の完全な「びったり」が存在しないからこそ、希求されて自分との対話が促進され、イメージの変容が起き、心の全体性回復への動きが賦活されるとした。千葉(2016)では、「身体感覚」「イメージと現実」「イメージを内在化すること」といったイメージの様々な側面から主体とイメージの関係性を述べた。他にも、イメージと意識の関係から箱庭制作体験を論じた伊藤(2005)の研究のように、イメージと自我の関係からイメージが異質的な要素を孕み自分が揺らぐ体験に触れているものはあるが、これらの研究は主体感覚を調べる上で副産物としての“揺らぎ”が結果として表れているものである。不破(2018a)は箱庭療法の理論研究をレビューして箱庭の「自我違和性」を重要なテーマとして述べたが、内的な“自分の揺らぎ”を主に取り上げた研究は多く見られないのが現状である。また、連続して箱庭制作が行われた時にイメージは変化していくことが考えられる。中島・岡本(2006)はコラージュ継続制作の体験過程の類型を論じ、イメージ内容が一度拡散されたのちに統合されていくプロセスを見出したが、実際の心理療法が連続して行われることが多いことを考えると、このように連続性を論じる知見が増えていくことが心理療法のプロセスを明らかにしていくうえで欠かせないだろう。

(2) 箱庭の自我違和性に関する研究から

不破(2018b)では、「自我と箱庭イメージの関係性尺度」を作成し、自由な箱庭制作直後に実施した。因子分析の結果、自我と箱庭イメージの関係性尺度から「親和性」と「異質性」の2因子が抽出された。各因子を独立に扱い、各因子の語りの傾向を分析した。「異質性」は箱庭が「制作者の中にはどこかありながらも普段の自分とは異質なものの、自分の意図を超えた存在として捉えられる関係性」であること、「親和性」が「しっくり感や満足感などの、前意識的なものも含みながら、意識で捉えられる親和感を持ったものとして箱庭が捉えられる関係性」で

あった。これまでのイメージとは関係が薄いアイテムを置く＜アイテム主導の展開＞が異質性高群に多く、異質性低親和性高群に少なく、アイテムを主とした展開がある時に特に異質だと捉えられやすいことがわかった。この研究の特色として、「異質性」と「親和性」を独立に扱い、両方が共存する、また、どちらも存在しないという関係性を仮定したところにある。異質性低親和性低群では、アイテムからのイメージを得ることが少なく、イメージが得られないと自分との結びつけが難しく、自分とは次元の違う存在になること、異質性高親和性高群は異質性高親和性低群よりもSD法の「のびのびとした」の評定値が有意に低く、のびのびとしたイメージの流れを止めて、親和的なものとしてイメージを受け入れている可能性が示唆された。

不破（2017）では、前述の「自我と箱庭イメージの関係性尺度」を用いて3回の箱庭制作の類型を抽出することを試みた。その結果、1・2回目で異質性得点が高く親和性得点が高いが、3回目に異質性得点が低く親和性得点が高くなる「自分変化群」、1・2・3回目を通じて異質性得点が高く親和性が低い「異質維持群」、1・2回目で親和性得点が高く異質性得点が高いが3回目は両得点が平均程度で、2回目から3回目にかけて73.3%が箱庭との距離が「離れた」と述べた「離れ変化群」の3群が抽出された。分析や事例検討からは、自分変化群では2回目で暗い・不愉快なイメージの箱庭に圧倒され、3回目では守りを固めた親和的な箱庭を作った事例、異質維持群では1回目で箱庭の存在感の大きさに相対し、イメージの次元で処理しようとした結果満足感が下がる事例、離れ変化群では1・2回目ではびったりしたイメージを表現するが3回目で、イメージが動き出し予想外な展開になる箱庭にコミットできず、離れたところから遠い視点で見る事例が抽出された。異質性が立ち現れる時、そしてそれが閉じられることが約束された関係性の中である時に、親和的なイメージの中で「守る」ことや、結びつきを拒否するような「離れ」ることを必要とすることが調査研究の中で明らかになった。

上記の研究は、制作者の報告にのみ拠っている点、質問紙法を使っていることなど検討すべき課題は多いが、連続する箱庭制作の中での動きを抽出したことで心理療法のプロセスに近いと考えられる「守る」「離れる」といった動きを詳しく検討できたのは一定の成果と言えよう。

4. 調査事例の中での“自分の揺らぎ”

前章までの理論研究や調査研究から知見を得てきたが、個別性の高い事例の中で実際にどのような心の動きが生じているか、その詳細なプロセスについて検討するために、ここで調査事例ではあるが、Aさんの連続して作られた箱庭制作の事例を交えて論じることとする。本事例は不破（2017）に伴って別構造で行われたものであり、本調査では箱庭制作回数は3回であるが、本事例は箱庭制作を4回行っている。その他は概ね不破（2017）の調査に従っており、自由な箱庭制作後、「自我と箱庭の関係性尺度」（図1）と岡田（1984）の形容詞対によるSD法評定を施行し、その後、半構造化面接を行っている。本事例は“自分の揺らぎ”と思われる心の動きがあり、その後のプロセスが詳細に語られているため、プロセスについて多角的に検討できると考え本事例を選出した。本事例は京都大学臨床心理学研究倫理審査会の承認を受けている。

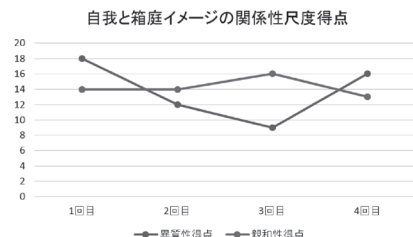


図1 自我と箱庭イメージの関係性尺度得点

事例：Aさん（20代女性）

1回目の箱庭（図2）では遠慮がちに花や家などが置かれ、インタビューでは「最初は可愛いイメージにしようと思った」と語られた。しかし、じっくりくるとアイテムが少なく、煮詰まった後に川を制作したところストーリーが広がり、心中しようとしているカップル、それを助けようとしている女性、男性に裏切られて新幹線に飛び込もうとした花嫁、花嫁を守ろうとしているマリア・チーターが置かれた。最後に「死後の世界と今の世界を繋ぐ」扉が置かれた。「自分の中心と箱庭の中心は同じ」「嫌ではないが見守り手に覗かれている感じがする」「自殺の世界を考えるのは自分らしくないが、それを止めようとするのは自分らしい」と語った。

最初は意識的なイメージから始まったが、煮詰まり、より深いテーマへと至っている。今回は異質性得点が高いが、「川を作る」という行為からイメージが広がり異質な世界が広がったが、自殺を止めるのは自分らしいと語っているように、危機状況を自分のコントロール下に置こうとし成功した結果、中心が同じというバランスのとれた箱庭になったことが考えられる。

2回目の箱庭（図3）では、最初に長時間悩み、気に入ったアイテムを使うことを挫折し、砂で島を作ったところ、原住民の島になり、飛行機が墜落して文明人が島に乗り込むイメージになった。これから武器を持った原住民と文明人の争いが起きる。「どうなるかわからない場面を作ってみたかった」実際は文明人側だが、どちらかという原住民目線で味方。自分のイメージは「箱庭の中の島を支配して、見張っている」。原住民は意外な感じ、嫌な感じがするが、味方である。

最初から煮詰まって砂を触り、前回よりもストーリー性の強い箱庭が展開された。同じ危機的状況を示してはいるが今度は嫌なアイテムであり、攻撃性をもった原住民の方に目線がシフトしている。「原住民」というのは攻撃性が少し加工された印象を持つ。しかし、攻撃的な側面が人格を持って表れたとも言える。前回より異質性得点が少し下がっているが、目線の近さイメージへのコミットメントの深まり、そして嫌なアイテムへの同化という現象からであろう。前回よりも危機的現象に焦点が当たっているところに異質的なイメージへの取り組みが窺える。

3回目の箱庭（図4）では、カバが口を開けているのを見て、抵抗している感じを受ける。他の動物を見ても怯えながら立ち向かっているような表情に見えて、色々な動物が同じものに立ち向かうイメージがわいた。水もフルーツもある動物の楽園を守ろうとする動物を表現した。立ち向かうのはもっと強い動物なのか、人間なのかかわからない。「こっちに来るな」と言っている感じ。見守り手の存在が入ってきて気になった。「私は動物と一緒に戦っている」と語られた。

見守り手から見てインパクトがあった箱庭であった。前回、脅威に対して攻撃して立ち向か



図2 1回目の箱庭



図3 2回目の箱庭



図4 3回目の箱庭

う方に視線が移行したが、イメージへのコミットメントはさらに増して、主役の一員として「抵抗」に参加することとなる。前回よりもさらに異質性得点が下がるが、イメージの中に A さんの主体がある以上イメージに対して親和的にならざるを得ないだろう。中道（2010）がどの心の層にぴったりくるかが重要であると述べたように、このイメージもどの心の

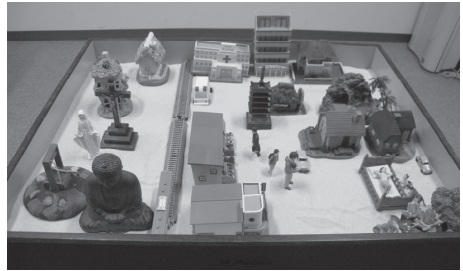


図5 4回目の箱庭

の層からきているか考える必要がある。「抵抗」「こっちに来るな」というイメージは見守り手に対するようにも考えられる。実際に、2 回目で気にならなかった見守り手の存在を侵襲的に感じたことが語られている。一方で、水の湧き出る動物の楽園はどこか無意識的な力の源をイメージさせる。心の深い層に侵襲的になったのは箱庭、そしてこの調査の場とも言えるのではないか。脅威のイメージに2 回目に視線が移り、3 回目で入り込むという展開を考えてみても、徐々に近づいた無意識的な領域に近い「抵抗」のイメージに“融合”するような動きであり、抵抗する位置に自らを定位したと言えよう。

4 回目の箱庭（図5）は、今まで使わなかったアイテムを使おうと思い、理想の住みたいところを作ろうとしたが、結局住みたい所（右手前）と住みたくない所（線路より左側）に分かれた。怖いイメージのある井戸、教会、お墓、大仏を住みたくない所に入れた。右奥はネガティブなイメージもあるがどちらでもいい。右手前には A さんと成長する家族がいる。見守り手の気配を大きく感じた。意図せずして最初の箱庭と同じアイテムを使った。

最後の箱庭では、「住みたいところ」という安定して箱庭の中で住めるところを探す、やはりイメージの中に「怖いもの」「脅威」が侵入する。しかし、箱庭を見ると今回は線路でしっかりと区切られている。最終回に、脅威に脅かされ抵抗するものとの融合が解かれ、境界が完成し、箱庭の中に A さんはいるが、むしろ箱庭世界は外的世界として存在し、「私」と語られるアイテムとの部分的な融合はあるにせよ、イメージ世界との“分離”が進んだと言えるだろう。

1 回目の箱庭と 4 回目の箱庭を比べると線路と電車があり、家があるという構造は似ているが印象はかなり異なる。1 回目の箱庭では「自分らしくない」危機的状況は隅に配置され、それを止めようとし、あわよくば排除しようとした印象を受けるが、4 回目では線路がやや中央より配置されて怖いイメージの領域が充実し、広がっている。しかし、線路によって区切られることで境界がはっきりして安定感が感じられる。怖いものは宗教的次元まで表現され、深みを増しているように思えるが、境界の安定感によって置かれた A さん“自身”は安心して眠りにつこうとしている。このむしろ深いところまで表現したうえで境界を作ること、A さんの4 回目時の心のあり方を表しており、それは1 回目と比べて変化したように考えられる。前述のようにイメージへの融合と分離を経験した A さんは箱庭を制作前に戻るのはなく、箱庭制作によって変化が生じたと言え、それは弁証法的な動きと言えるのではないだろうか。

5. “自分の揺らぎ”の意義—2つの側面から—

Jung に始まり、桑原が詳細に論じ、本論全体に通底するのは“自分の揺らぎ”の創造的とも言えるような肯定的な側面である。症状に始まる“自分の揺らぎ”は目的論的に捉えられ、新

たなる人格成長へと繋がるものである。しかし、桑原が「もう一人の私」の悲劇性を指摘するように、負の方向へ転がり落ちる可能性は常にあることを考慮しなければならない。4章の事例では、最初思いがけない異質なイメージであった「脅威」「死の危機」といったイメージにコミットし、一緒になって抵抗するイメージに融合されたAさんの在り方が検討されたが、無意識的な領域の表れにイメージ世界だからこそ自然に融合していくような動きが生じたと思われる。しかし、主体がイメージ世界に深くコミットすることは自我がコントロールを失うと言う意味では前述の“悲劇性”のように危険の伴う行為であることは間違いない。今回は箱庭事例であったために箱庭枠が「守り」として働くと考えられる上に、イメージ自身も「守り」をテーマにしたものであった。実際の心理療法の中ではセラピスト・クライアント関係が守りとして働き、その中で異質なものを受け止めて内面に定着させられるような安定した構造が重要であろう。そして、守りがしっかりとした構造の中で無意識的な側面の強いイメージと融合していくことは、無意識が意識の補償をしている側面があると仮定するならば、クライアントの自我にとって重要な意味を孕むだろう。つまり、異質なイメージが立ち現れ、そこに融合することは自我がこれまで生きてこれなかった側面を生きる治癒的な行為であり、無意識的領域との乖離を繋ぐ行為でもあり、一種の心理療法の展開を凝縮したような行為とも言えるのではないか。もう少し論を進めると、イメージに限らず自分の揺らぎに際して心理療法の枠の守りの中で異質な自分に身を委ねることは、治療的に働くと言えるのではないだろうか。しかし、いつまでも融合した状態にいることはできない。そこから融合が解け、分離したときに元の状態に戻るのでは、治癒的な変容は望めない。そこで橋本の指摘する「弁証法的」な動きが必要になるのだが、本論では弁証法的な動きがどのような動きであるのか十分に論じてはいない。しかし、調査事例において線路による境界が置かれ、安定したようにイメージ世界との「融合と分離の往復運動」が行われると弁証法的なアイディアが生じてくる可能性がある。今回は、異質な自分が生じて“自分の揺らぎ”が立ち上がってくることで、それに対して自我がむしろ統制を緩めていくこと、そこで守りが働きながら治癒的な展開を示すことが事例も交えながら示された。「融合と分離の往復運動」が指摘されていたが、イメージに親和的になることと異質なイメージを表現することも双方を往復することでより深い次元に入っていくことができる「往復運動」であり、共存してアンビバレントな様相も示すこともでき、複雑な様相を示しながらイメージの心理療法に展開をもたらすものと言えるのではないだろうか。セラピスト視点の展開とはまた異なるクライアント自身の体験として重要なものであると考えられる。

本論は、主に理論研究、調査研究、調査事例の3章から“自分の揺らぎ”を論じ、その意義やプロセスを明らかにすることができた。その一方で、“自分の揺らぎ”の様相への踏み込みには不十分な部分があることは本研究の限界と言えよう。“自分の揺らぎ”が大きくパニックのようになる時や違和感のように意識できる時等を本論では総じて扱ったが、そのため前述の悲劇性に関する記述が若干不明瞭になった点はある。様相の異同等を、臨床事例を参考に細かに見ていくことは必要であろう。また、調査研究もさらに実際の臨床に近い状況の心の動きに関する研究を行っていく必要がある。さらに前述の弁証法的な動きや、何がクライアントの守りとなっていくか等、治癒的な動き・プロセスを明らかにしていくことも課題として挙げられる。本論では“自分の揺らぎ”体験が心理療法の重要な体験であることが示された。更なる検討を

重ねることは、心理療法の治癒的な変容の機序への更なる示唆を与えるものとなるだろう。

6. 引用文献・参考文献

- 浅田剛正 (2008). 描画法におけるアセスメントと臨床イメージ体験. 藤原勝紀・皆藤章・田中康裕 (編). 心理臨床における臨床イメージ体験. 創元社, pp.373-380.
- 千葉友里香 (2016). 心理臨床におけるイメージとそれを体験する主体との関係性について. 心理臨床学研究, **34(5)**, 532-542.
- 地井和也 (2015). 異物との遭遇時に生じる心的プロセスの研究. 箱庭療法学研究, **28(1)**, 3-17.
- 土居健郎 (1960). 「自分」と「甘え」の精神病理. 精神神経学雑誌, **62(1)**, 149-162.
- Erikson (1959). *Identity and the life cycle*. Psychological Issues, 1.1, Monograph 1, International Universities Press, 1959. 小此木啓吾 (訳編) (1973). 自我同一性 誠信書房.
- Freud (1914). *Weitere Ratschläge zur Technik der Psychoanalyse: II. Erinnern, Wiederholen und Durcharbeiten*. G.W., 10, 126. 鈴木菜実子 (訳) (2014). 想起すること, 反復すること, ワークスルーすること (精神分析技法に関するさらなる勧めⅡ). フロイト技法論集, 岩崎学術出版社. pp.63-74.
- Freud (1923). *Das Ich und das Es*. Internationaler Psychoanalytischer Verlag. 道旗泰三 (訳) (2007). 自我とエス. フロイト全集 18. 岩波書店. pp.3-62.
- 不破早央里 (2017). 連続する箱庭制作における制作者の自我と箱庭の関係性と主観的体験の様相 平成 28 年度 修士論文 (未公開)
- 不破早央里 (2018a). 制作者の自我と箱庭の関係性と箱庭制作体験, 箱庭療法学研究, **31(1)**.
- 不破早央里 (2018b). 箱庭療法の治癒的要因の概観と展望—「力動」と「プロセス」の観点から—. 京都大学教育学研究科紀要, **64**, 331-343.
- 橋本朋広 (2004). 自我とイメージの弁証法 心理療法における治癒の機序. 心理臨床学研究, **22(2)**, 140-151.
- 伊藤真理子 (2005). イメージと意識の関係性からみた箱庭制作過程 箱庭療法学研究, **17(2)**, 51-64.
- Jung, C.G. (1916). *Die transzendente Function*. Die Gesammelte Werke von C.G. Jung, Band.8. 松代洋一 (訳) (1985). 超越機能. 創造する無意識 朝日出版社, pp.75-136.
- Jung, C.G. (1931). *Ziele der Psychotherapie?*. 林道義 (訳) (1989). 心理療法の目標. 心理療法論, みすず書房, pp.33-62.
- Jung, C.G. (1939). *Zentralblatt für Psychotherapie und ihre Grenzgebiete XI-5*. Leipzig. 林道義 (訳) (1991). 意識、無意識、および個性化. 個性化とマンダラ みすず書房. pp.257-270.
- Jung, C.G. (1946). *Die Psychologie der Übertragung*. In GW Bd.16. Walter Verlag, 4. Auflage. 林道義・磯上恵子 (訳) (2000). 転移の心理学. みすず書房.
- Jung, C.G. (1948). *Versuch einer psychologischen Deutung des Trinitätsdogma*. GW11. 村本詔司 (訳) (1989). 三位一体の教義にたいする心理学的解釈の試み. 心理学と宗教 ユングコレクション 3 人文書院, pp.94-182.
- 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 (1982). 心霊現象の心理と病理. 法政大学出版局.
- 川寄克哲 (2004). イメージを布置する技法—箱庭療法において“箱”の中に“ミニチュア”を“置く”ことの意味. 皆藤章 (編). 臨床心理査定技法 2. 誠信書房, pp.207-253.
- 河合隼雄 (1971). コンプレックス. 岩波書店.
- 河合隼雄 (1991). イメージの心理学. 青土社.
- 河合俊雄 (2013). 中間対象としてのイメージ. 河合俊雄 (編著). ユング派心理療法. ミネルヴァ書房. pp.32-45.
- 桑原知子 (1986). 人格の二面性測定の試み—NEGATIVE 語を加えて. 教育心理学研究, **34**, 31-38.
- 桑原知子 (1994). もう一人の私. 創元社.
- 中道泰子 (2010). 箱庭療法的心層—内的交流に迫る—. 創元社.
- 大山泰宏 (2001). 因果性の虚構とこころの現実 河合隼雄 (編) 講座心理療法 7 心理療法と因果的思考. 岩波書店.
- Rogers, C.R. (1947). *Some observations on the organization of personality*. American Psychologist, 2, 358-368. 伊藤博 (編訳) (1967). パーソナリティ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.
- 久米禎子 (2015). 箱庭の「ぴったり感」について—「ズレ」と「揺らぎ」の視点を加えて. 箱庭療法学研究, **28(1)**, 19-32.
- 中島美穂・岡本祐子 (2006). コラージュ継続制作における内的体験過程の検討. 心理臨床学研究, **24(5)**, 548-558.
- 佐々木麻子 (2011). 「内的な異質性」の検討—箱庭に置かれなかったアイテムを通して. 心理臨床学研究, **29(1)**, 49-61.
- Storr A (1972). *The dynamics of creation*. Martin Secker & Warburg Limited. 岡崎康一 (訳) (1976). 創造のダイナミックス. 晶文社.
- 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, **20(5)**, 488-500.
- 田中崇恵 (2010). パーソナリティにおける揺らぎの様相. 心理臨床学研究, **28(3)**, 324-335.
- 田中康裕 (1995). 心理療法過程における「内なる異界との交通」—極度の対人緊張を訴えて来談した青年期男性の一事例から. 心理臨床学研究, **13(1)**, 85-96.
- 鏑幹八郎 (1984). アイデンティティ概念の広がりとは基本構造 鏑幹八郎・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.
- 時岡良太 (2015). 「自分」という日常臨床語について. 京都大学大学院教育学研究科紀要, 61, 39-51.
- 渡辺亘 (2008). トラウマの心理療法に関する一考察. 心理臨床学研究, **25(5)**, 513-524.
- Winnicott, D.W. (1971). *Playing and Reality*. Tavistock Publications Ltd, London. 橋本雅雄 (訳) (1979). 遊ぶことと現実. 岩崎学術出版社.

(心理臨床学講座 博士後期課程 2 回生)

(受稿 2018 年 8 月 31 日, 改稿 2018 年 11 月 23 日, 受理 2018 年 12 月 21 日)

心理療法において異質な自分と出会うことの意義

—理論研究と調査研究から—

不破 早央里

心理療法において、クライアントは主訴や症状に始まり心理療法過程中に異質な自分が表れる体験等の、自分にまつわる体験をすることがある。本論では“自分の揺らぎ”と定義し、その意義を論じることで、心理療法のプロセスを検討することを目的とした。今回の研究では理論研究と調査研究の双方を検討したところ、異質な自分が表れてくることは、程度に差はあれども多くの人で見られることであり、特にユング派心理療法ではイメージを表現する中で体験されやすい。その体験の中で出会う異質な自分を淘汰するのではなく、認めて、次の展開へと“弁証法的”な動きがなされることが重要であることが示唆された。事例検討からは、最初異質な印象のあるイメージにクライアントが深くコミットし、最終的に安定した様子の箱庭が作られた事例を取り上げた。異質なイメージと親和的なイメージを揺れ動くことで“弁証法的”な動きが生じ、心の変容に繋がると考えられる。

Facing the Other Self in Psychotherapy: Examination of Theoretical and Survey Research

FUWA Saori

In psychotherapy, clients often experience themselves in various ways, such as when suffering from the symptoms of an illness, disorder, or complaints, or when experiencing themselves differently in expressing images. In this paper, the experiences are defined as “fluctuations of oneself”; in addition to discussing their significance, their role in the process of psychotherapy will also be examined. In this study, we performed both theoretical and survey research, and found that the other self is experienced by many people, although there are differences in degree, particularly appear by expressing images in Jungian psychotherapy. It is important not to eliminate the other self encountered, but to acknowledge the self and move “dialectical” to the next development. In one case study, the client came to identify deeply with an image with a heterogeneous impression at first, finally made a sandplay, which had the impression that it was stable. It is considered to lead to “dialectical movement” and psychological changes to waver between affinity images to heterogeneous images.

キーワード： 異質な自分、イメージ、心理療法

Keywords: the Other Self, Image, Psychotherapy