

ユングに触れる

1. フロイトとアドラー、そして、ユングの「無意識」

(1) メスメリズム

・メスメリズムの「動物磁気」～人間（動物も植物も）の心の背後には普段は表に出ない根源的な磁気のようなものが存在する。（メスメリズム）

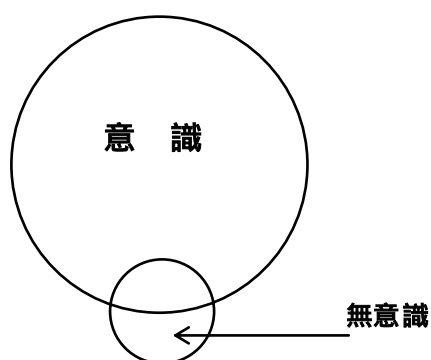
・メスメリズムは18～19世紀の催眠術に発展し、シャルコー、ベルネームらの頃に全盛。動物磁気を催眠によって自由にするという考え方。

(2) 無意識の発見

・ピエール・ジャネが無意識を発見したと言われる。もっともジャネは、無意識という語を使わず、「下意識」という語を使用している。エレン・ベルガー著「無意識の発見」に詳しい。

(3) フロイトの「無意識」

・無意識の概念をわかりやすく結晶化したのがフロイトである。



・無意識を「都合の悪い虫」と捉える。ゆえに、抑圧して意識化に上らないようにする。抑圧されたものが膨れ上がり、意識を脅かすと神経症の状態を示す。
・治療するには、無意識下に抑圧されたものを、一度意識に上らせればいい。すると精神の安定が保てるという考え方である。

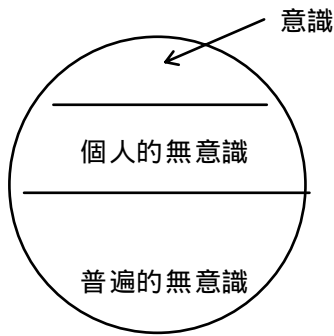
・フロイトの診た患者の大半は神経症、しかも多くはヒステリー（過去の抑圧体験が身体的症状に転換されて起こる症状）フロイトは、抑圧されたもののほとんどは性の問題であると指摘し、その抑圧された性エネルギーのことを「リビドー」と呼んだ。

(4) アドラーの「無意識」

・フロイトとの共通点は、無意識をネガティブなものと捉えている点。

・アドラーは「人間を動かすものは力への意志である」と唱えた。力を持つものは優越感を持ち、持たないものは劣等感を持つと指摘した。無意識の中には、この「力への意志」（劣等感）が存在するというのがアドラーの主張であり、この力の問題だけで神経症を説明した。

(5)ユングの「無意識」



・性にしても，力にしても無意識に抑圧される人もいれば，そうでない人もいる。個人によって異なる。(個人的無意識)

・根源的な宗教性，創造性(ひらめき，第六感等)はポジティブで，しかも抑圧されたものではない。全ての人の心の奥に共通したものとして存在するものである。(普遍的無意識)

・ユングの診た患者の大半は統合失調症(以前は，分裂病)であり，無意識の捉え方も当然違って来るだろう。無意識をネガティブなものだけに限定しない点が，フロイト，アドラーと大きく違う。また，無意識領域を広く捉えている点も違う。

2. ユング心理学の基礎

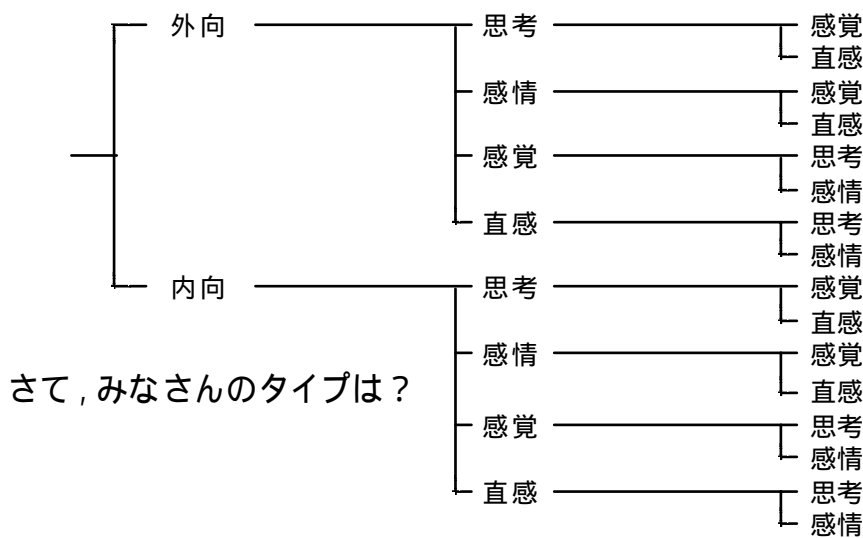
(1)心の基本機能～「タイプ論」

・人は，心的エネルギーの方向が外側に向くか，内側に向くかで大きく二つのタイプに分れる。「外向型」，「内向型」である。患者の大半は自分で葛藤し，心のエネルギーを内側に使いすぎる「内向型」といえる。

・また，思考が優位か，感情が優位ということで，「思考型」，「感情型」の2タイプに分れる。

・さらに，「感覚型」，「直感型」の2タイプにも別れる。一つの茶碗を見て，「これは肌触りがよさそうだ，模様が美しい」と見るのは「感覚型」，「これは高そうだ。 の作だ」と見るのは「直感型」といえる。

・それぞれのタイプを組み合わせると以下のように16のタイプになる。



・人間は、外向、内向、思考、感情、感覚、直感の基本機能を誰もが持っている。どの機能が優位になるかは、人様々である。劣等の部分が心のトラブルに現れる。劣等とは、その人がうまく光を当てていない部分のことである。ゆえに、タイプ論は、人が抱える問題解決のために、どこに光を当てたらいいかという指標を得るために活用されるべきである。優位な部分を大切にしながらも、劣等な部分にも光を当て、バランスをとるようにしたい。

(2)コンプレックス

・ツィーエンによる概念。

・感情に色づけられた心的複合体を意味する。例えば、「好き - 嫌い」といったある一つの感情の価値によって吸い寄せられてつながっている観念の複合体。ある女性が好きになると、髪型、服装など付随する全てのものが好きになり、「女性」というコンプレックスが形成される。また、数学の教科書が難しい、数学教師が嫌い、となると、観念の複合体として「数学」というコンプレックスが形成される。

・ユングが一番大きなコンプレックスは「自我」であるという。「私」に関係づけられ、名前、年齢、行動などが、「自我」というコンプレックスを形成する。

・ユングのコンプレックス概念には、プラス、マイナスの価値付与はされていない。日本語では、通常、コンプレックスは「劣等感」と捉えられる。これは、アドラーの劣等感コンプレックスに由来する。劣等感コンプレックスは、「権力に対するマイナスの力」である。劣等感コンプレックスは、自分より優れたものとの関係で生じ、自分は劣っているという感情体験の積み重ねによってふくらんでいく。その結果が神経症を生む。神経症は治すよりも、劣等感コンプレックスを形成しないことに力を入れる方が大切である。この考え方により、アドラーは教育に力を注ぐことになる。

(3)元型

・普遍的無意識の内容を表す概念。「影、太母、老賢人、アニマ・アニムス」を想定している。

・人は、心の奥底に共通のイメージの元を持っている。祖先から受け継いだ、時代や文化を超えた普遍的なイメージのことを「元型」と呼んだ。

・アニマとは、男性の普遍的無意識に存在する女性の心である。アニムスとは、女性の普遍的無意識に存在する男性の心である。異性への一目惚れはアニマ、アニムスの投影であると言われる。また、ユング心理学の特徴である心理的両性具有（個人が男性性も女性性も共に高く兼ね備えた状態）を支える根拠にもなっている。

* イメージの「元」は普段は、普遍的無意識に深く包まれていて自我と隔てられている。しかし、統合失調症患者は、自我の外的守りだけでなく、内的守りも薄くなり、神話的イメージが意識の世界に容易に出没する。それが、幻覚や妄想である。

* 「元型」を普遍的無意識と区別しているところが、理解の難しい点である。

(4)夢

・「夢は無意識の王道だ」という言葉があるように、人は眠ることで意識の防衛が低下し、夢によって普遍的無意識が意識の世界に出没することがある。

<フロイトの考え>

- ・夢は自我に意識されても無害のように修飾され、「顕在内容」として現れる。この内容から「潜在内容」を類推するのが夢分析である。
- ・全て性的な意味合いにおいて夢を解釈する。
- ・夢分析から、次に自由連想法を行うようになった。この方法では、リビドーに関係することしか析出されない。

<ユングの考え>

- ・夢は、無意識と意識をつなぐものであり、無意識と直接コミュニケーションするための手段であると捉えた。夢の中に隠された情動や欲望を意識の世界に取り戻すことによって、その人のコンプレックスは解消され、精神の安定を保てると考えた。
- ・「ベンゼン環」を考えたケクレは、夢の中でヘビが自分の尾を飲み込む情景を見た。そのことにヒントを得て、ベンゼン環が考案された。ユングは、この例から、「夢とは、人間の創造性や宗教性、そして古代から人間が無意識の奥底に蓄えてきた知恵の源泉に通じるパイプである」とした。
- ・ユングの夢分析は、「拡充法」と呼ばれる。心の中の無意識の層を徐々に掘り下げていく方法である。個人的無意識に触れ、次に、生活史の中での諸々の対象との関係性の領域へ、さらに神話の領域へと掘り下げていく。

<夢分析の落とし穴>

- ・素人が夢を分析して、解釈する危険は、スキューバダイビングで技術が伴わないうちに一人で海に潜り、中の様子に見とれているうちに方向や深さがわからなくなり、溺れることに似ている。
- ・自我状態が適当なバランス、強さを持っていれば人はそれほど夢を見ないものである。次々に夢を見るということは、自我が危ないという無意識からのメッセージである。自我の弱いところに穴が空き、そこから夢が吹き出してくる。治療として最初に何をするかというと、まずは穴を塞ぎ、自我状態のバランスを保つことである。

先日の宿泊学習会で体験したコラージュは、「箱庭のミニチュア版」とも呼ばれています。箱庭療法の背後にあるのがユングの理論です。無意識についてのユングの考え方によれば、みなさんの作品にも、チラチラと無意識からの信号が送られていた???

現在、心身共に健康なみなさんなら、自分の作品をじっくりとながめ、自己を見つめる機会になるかもしれませんね。

<参考・引用文献>

- ・臨床ユング心理学入門，山中康裕，PHP新書，1996
- ・心理学辞典，有斐閣，1999