

アドラー派の夢解釈

伊東 毅（東京）

要旨

キーワード：

1. はじめに

筆者は精神科クリニックでカウンセリングをしています。そんな中、患者さん達のもってくる夢を分析する機会にしばしば出会います。しかしながら、邦文でアドラー派の夢分析の方法についてまとめられた書物がないので困ることがありました。そこで、今回、筆者自身の勉強の意味でも、夢解釈法をまとめてみようと思いました。以下にそのまとめたものを掲載し、さらに、夢解釈に対する筆者の考察を加えて論じていきたいと思えます。

2. アドラー派の夢の理論

アドラー心理学では、人は、その人なりの目標に向かって、様々な人生の課題（ライフタスク）を処理しながら生きていくと考えます。このように生きる中で、人は夢を見ます。ですから、アドラー心理学では、夢もまた、その人なりの目標に向かって人生の課題を処理することに役立っていると考えます。

では、夢はどのように役立つ働きをしているのでしょうか。

夢の働きは、大きく分けて二つあります。一つは、未来の出来事に対する予行演習の場としての役割です。目の前に迫っている人生の課題を処理する練習を夢の中で行うのです。そして、課題処理のためのその人なりの手段や目標設定（ライフスタイル）を正当化し、強化するのです。

もう一つは、夢は感情を作り出す工場の役割をします。アドラーが、「われわれ人間は、心のなかに、人生のスタイルを仕上げ、固め、強化するためのあらゆる手段を用意して持っているものであり、もっとも重要な手段のひとつは、感情をふるい立たせるという能力である。」⁽¹⁾と書いているように、夢の中で感情を作り出すことによって、その人なりの課題処理の方法を行うように、自分自身に強いるのです。

アドラー心理学の夢解釈はこのような考えを基礎にして展開されます。

3. 夢の臨床的役割について

上記の理論に基づいて夢の臨床的役割を考えてみますと、夢は未来の予行演習の場ですから、そこには、クライアントの問題解決に対する気構えが映し出されています。そこから、臨床的には、治療の進み具合や治療に対するクライアントの姿勢を見ることができます。

また、夢は感情を作る工場でもあるので、夢を治療に使って、現実生活の中で感情的な側面を抑制し過ぎている人の感情的な面を扱うこともできます。

その他には、繰り返し見る夢は、決まりきったライフタスクの処理を繰り返し行っていることになり、そこにはライフスタイルを見ることができますし、クライアントが自発的にもってくる夢は、治療者への期待が反映されていると考えます。

以上が夢の臨床的役割です。⁽²⁾

4. 夢解釈の方法

夢解釈の方法は、基本的にライフスタイル診断のやり方と同じです。

良い感情を伴った夢の場合には、その人の向かっていきたい方向やその条件とそこへ至る手段が示されている、と考えます。

悪い感情を伴った夢の場合には、向かいたくない方向やその条件が示されている、と考えます。従って悪い感情を伴った夢の中には、クライアントの向かっていきたい方向が語られていないことがあります。ですから、クライアントは本当はどうしたいのか、ということ質問してクライアントの向かっていきたい方向を導き出していかなければなりません。

夢には象徴が含まれているので、夢の中の象徴が実生活の中の何を示しているのかも確認していかなければなりません。アドラーが言うように、「ある個人の象徴が他人のものと同じだということは決してない」⁽³⁾ のですから、その夢を見た人自身に、象徴が何を示しているのかを尋ねてみないとわからないと考えます。

さらに、夢は、現在抱えているライフタスクと関係があるので、どのライフタスクと関係があるのかも探さなければなりません。これもまた、クライアントとの確認作業から導き出されます。

ポイントをまとめてみますと、

- 1) 夢を報告してもらう
- 2) いつ、どんなときに見たのか時期を聞く
- 3) 夢のテーマが実生活中の何と関係があるのか聞く
- 4) 感情を確認する
- 5) 象徴がどのように見えどんなものだったのか、何を感じるか（感想）を聞く
- 6) 象徴を明確化するため、連想を聞いてみるというようになります。

5. 夢解釈の実際

以下に、上記の方法に基づいて行った夢解釈の実際を示しておきます。これは、ある若い女性Tさんの短い夢の分析例です。

【事例】

クライアント（以下C1）「職場の上司の人や友達と一緒に掃除をしています。そこで、上司の女性にここを綺麗にしたらと言われそのようにします。その後、そこに現在の恋人からの手紙

が来ます。その手紙は透明な封筒に入っていて、私はそれを見てこれはまずいと思いました。」

カウンセラー（以下C o）「掃除しているの？」

C 1 「そうそう。」

C o 「で、上司の人にここ掃除したら、と指示されるの？」

C 1 「指示って言うかアドバイスって感じ。」

C o 「このようなことについて連想ある？」

C 1 「きっと前の恋人とのことを整理するときとか、今でもその人にいろいろとアドバイス受けることかな。」

C o 「じゃ、そのことだね。で、そのアドバイス受けることについてはどう思うの。」

C 1 「うん、いいアドバイスがもらえてるって感じ。」

C o 「じゃ、アドバイスもらうのはOKなんだね。」

C 1 「うん。」

C o 「それから、前の恋人とは整理ついたの？」

C 1 「うん。つきつつある。」

C o 「で、手紙の方だけど、どうしてまずいと思ったの。」

C 1 「友達にばれちゃうから。」

C o 「現在の彼は、ばれちゃまずいの？」

C 1 「うん、ちょっと。(笑い)」

C o 「じゃ、ばれちゃまずいぞって言う夢だね。」

C 1 「そうみたい、ははははは。」

C o 「夢は現在の恋人のことを隠しておきなさいって言っているみたいだから、友達に言わないほうがいいみたいだね。」

C 1 「うん、そうする。」

というような展開だった。実際にこの女性は現在の恋人のことを友達に隠していたし、この後も隠し続けた。

6. パールズの夢分析

アドラー派と他派の治療と比較するために、ゲシュタルト療法のパールズが行った夢分析をあげておきます。

リンダ：「湖が…ひからびているのを…みています。湖の中に小さな島があります。そしてイルカがいて…。立っているイルカのように。人のようでもあります。環になって丁度宗教儀式のようです。たいへん悲しい…。呼吸できるから悲しいのです。環になって踊っています。けれども水がひからびつつあるのです。死ぬみたいに…。人が競争をしているみたいに、死に向かっている競争を…。雌ばかりです。

だのに、その中の幾つかは、雄の性器がついています。だから、雄も何匹かいるのです。けれども子を生むほど長生きできません。水がひからびているのですから。私のそばに、一匹が坐っていて、それと私は話をしています。お腹にトゲが見えます。だから仰向けになっているのでしょう。水がひからびていいことが一つあると思っています。何か宝が湖底にあるからです。

湖の底だから落ちてきたコインなどがあるはずですが。私は注意深く捜しましたが、見つけたのは自動車につける古いナンバープレートでした。」

パールズ：「自動車のナンバープレートをやってみて下さい。」

リンダ：「私はナンバープレートです。湖の中に投げこまれました。私は役に立ちません。価値がないからです。私は古くなって錆びついてはいないけど、時代遅れなのです。だから塵の山に捨てられました。」

パールズ：「どう思いますかそのことを。」

リンダ：「《静かに》嫌です。ナンバープレートであるのは嫌です。役立たず…。」

パールズ：「そのことを話して下さいませんか。ナンバープレートを発見するまで、夢の中で長いことかかりましたね。そのことはきっと重要なことにちがいないでしょう。」

リンダ：「《吐息》役立たず、時代遅れ…。ナンバープレートの役は…。車を動かすことができるということ…。だけど私は時代遅れだから、誰にも、何もしてあげられない…。人は紙を車に貼ります。古いナンバープレートの上に《少し冗談気味に》。だから誰か私を、誰かの車に貼るかもしれません。…わからないけど。」

パールズ：「それじゃ今度は湖をやってごらん下さい。」

リンダ：「私は湖です。…私はひからびはじめています。土地に吸収されて、消えています。…《ちょっとびっくりした表情》死にかけて…。けれど私が土地に吸収されると私は土地の一部になります。…たぶん、私は周囲に水分を与えています。…そうだと、湖の中だって、私のベッドの中でも、花は開くことができます。《吐息》…新しい生命が成長できます…私から《泣く》」

パールズ：「実存的なメッセージを受け取りましたね。」

リンダ：「はい。《悲しそうに。しかししっかりした態度で》私は描けます…。私は創れます。美を。…私はもう生めません。私はいるかのようだけど…だけど…、私は…私…。栄養だと言いたい気持ちだったのです。私は…水として、…私は土地に水分を与えられるし、生命を与えられるし、ものを育てられるし、水…、水と土地は両方なくってはならないものなのです。…そして、空気も太陽も。けれども、湖からの水分として、私はどこかの部分を演じることができます。生む…、育てる…。」

パールズ：「対象関係がわかりますね。表面では何かをみつける。何か役に立たないもの…ナンバープレート。人工的なあなた。…けれども、もう少し深く進むと、湖の死は明らかに、実際は豊饒なものであることを見ておられる…。」

リンダ：「そして私には、ナンバープレートは要らないのです。何かをするための許可証や免許証は…。」

パールズ：「《やさしく》自然が成長するのに免許証はいりません。無益であることはないのです。もし、からだ全体として創造的なら。つまり、創造的なものに身をまかせているなら…。」

リンダ：「私が創造的であるのに免許証はいらないのですね…。」⁽⁴⁾

7. パールズの夢理論

パールズの夢分析では、夢は自分自身について気づくための道具として活用されています。ですから、夢の報告者に夢の中に出てきたものになってもらい、そのときの考えや気分を聞くのです。こうすることにより、自分自身の気づいていなかったことに、気づくようになるのです。そのため、パールズの夢分析の中では、治療者の解釈というものは提示されません。

ですから、パールズの夢理論を一言でいうならば、「すべては気づきの過程である」⁽⁵⁾ のです。

8. 考察

上記の二つの例を見ていただいておりますように、夢解釈の方法は、夢の理論が様々であるように、たくさんの方があります。そして、それぞれの夢解釈の方法に沿って夢を分析すれば、それぞれの夢解釈が成り立ちます。

ということは、どのような解釈もそれなりに正しい、といえるのかもしれませんが。

しかし、夢解釈はカウンセラーが一人でクライアントの夢を理論にのせて解釈し教えていくのではなく、カウンセラーとクライアントの両者で了解しあいながら創りだしていくものなのです。

このような作業が成り立つために必要なことは、夢の報告者と聴衆者間に、この夢には意味があり、その意味を探りたそうとしている、という合意がなければならないこと。その上で、両者がそうだなと思えるような意味を創り出すことが必要なのだと筆者は考えます。

また、両者がお互いに納得できる解釈を創り上げるためには、ある一貫した理論の上に立っていただく方が容易なので、夢の理論は必要なものなのだとは筆者は考えます。そして、上記にまとめたものを見ていただければおわかりのように、納得できる夢解釈を創りだすうえにおいて、アドラー心理学の夢理論はとても使いやすいものであると筆者は考えています。

9. 謝辞

いつもながら貴重な示唆を与え、ご教示して下さる野田俊作先生に深く感謝いたします。また、今回、事例提供を快く引き受けてくれたTさんにも心から感謝いたします。

10. 参考文献

- (1) アドラー, A. 著, 高尾利数訳: (1932)『人生の意味の心理学』, 春秋社, pp.121
- (2) 野田俊作:『夢解釈』(講演テープより筆者抜粋), ヒューマンギルド
- (3) アドラー, A. 著, 高尾利数訳: (1932)『人生の意味の心理学』, 春秋社, pp.125
- (4) 鑪 幹八郎著: (1974)『夢分析入門』, 創元社, pp.265-267
- (5) パールズ, F. S. 著, 倉戸ヨシヤ監訳, 日高正弘他訳: (1990)『ゲシュタルト療法』, ナカニシヤ出版, pp.230

11. 英文参考文献

Adler, A.: (1956) Individual Psychology of Alfred Adler, H. L. & R. R. Ansbacher Ed., Harper Torchbooks, New York, pp.357-365

更新履歴

2012年6月1日 アドレリアン掲載号より転載