

蔭山理事長が研究著書を
出版されましたので、ご紹介します。



平成25年7月19日発行(164頁)

価格：1,400円

購入をご希望の方は下記まで連絡ください。

連絡先：E-mail shizuso@jasces.com (事務局)

はじめに

人間の心には意識と無意識とがあつて、無意識がその人の考え方や行動に大きな影響を与えている。しかし、無意識は日常生活に顔をのぞかせることがほとんどない。したがって、人は、意識化された自分の考えや行動が自分そのものだと思つて生活している。ところが何か大きなトラブルに襲われたり苦悩に陥つたりすると、意識化された自分の心のずっと奥に、自分でもよくわからない自分が潜んでいて、自分でも思いがけない方向に自分を動かそうとしていることに気づくことがある。その自分でもよくわからない得体の知れない自分が、解決に向けて自分を突き動かすことがあるかと思えば、逆にいつそう自分を苦しめたりすることもある。

その得体の知れない無意識は、夜見る夢の中に形を変えて表れてくる。したがって、夢に表れた無意識内容を明らかにすることによつて、自分の考え方や行動

の奥に潜むものが何かを見出すことができる。だから、自分の考え方や行動そのものを変えることができるし、不適応などの症状の回復を図ることができる。

これは二十世紀になつてフロイトやユングが治療の実体験から導き出した考え方で、精神的な視点でカウンセリングを行うときの基盤になるものです。

二〇〇七年十月、三十代半ばの女性が生きること絶望し自殺を考え苦しみにぬいて相談にきました。自殺を思いとどまり、新たな一歩を踏み出すには、心の奥に潜む苦悩を真正面から取り上げその解決をめざすのが一番良いだろうと考え、夢分析によるカウンセリングを提案しました。

毎週一回の夢分析を一年近く続けましたが、夢の内容が驚くほど変化し、それに応じて現実への関わり方も変わつて、彼女は社会復帰を果たしました。

自分の意志ではコントロールできない夢がどんどん変化していき、それにつれて現実の行動まで変わつていく姿は、カウンセリングを行う私にとつても驚異でした。

彼女を仮に「恵さん」と呼ぶことにしますが、恵さんは、一年余の間に一〇七の夢を紡ぎ出し、夢分析を通して自分の考え方や現実への対処の方法を変えることができたばかりか、自分の生い立ちを深く掘り下げて自分を見つめ、新たな自分作りを行っていきました。

私は、高等学校や大学で教壇に立って授業を行いなから、カウンセラーとして四十年、およそ六千人近い方々の相談を受けてきました。精神分析をベースにカウンセリングを行っていますが、恵さんのように毎週一回一年余をかけて夢分析を行うだけで、夢の内容が劇的に変化しそれと同時に現実の生活も回復していく姿を見せてもらうことはあまりありません。しかも、すべての夢を記録させていただきました。その意味でもこの一〇七の夢はきわめて貴重な「無意識の変化の足跡」を示すものだと思います。

恵さんの変化に寄り添って歩くうちに、人間の心の奥に潜む不思議な力、これを私は「人間力」と呼んでいます。この力が人間そのものを支え動かしているのではないかと強く感じました。そして、その「人間力」はどの人にも皆、すべての人の心の奥深くに潜ん

でいるものではないかと思うようになりました。

そこで、一人の人間の心の変化をありのままに再現することで、人間の持つ力の不思議さを感じ取ることができるとは思いません、話されたすべての夢とそれぞれの夢についての私と恵さんの「話し合い」の記録を綴ってみることにしました。

無意識がどのようにその人間の意識に影響を与えて意識を動かしているか、そして、人間というものの心の奥に潜む「人間力」がどのようなものかといったことについて、考察を深める一助になれば幸いです。

また、どんなに苦しい場面に直面しても、すべての人の心の奥深くに、自分を立て直し新たに歩き出そうとする「人間力」が潜んでいることを感じ取っていただけなら幸いです。

人間のものがくありのままの姿を提供していただき、掲載を快諾してくださった恵さんに何よりも深く感謝するしだいです。

二〇一二年六月

蔭山昌弘

目次

はじめに

第一部 恵さん（30代後半 女性）の夢分析

（数字は報告された夢の数）

第一段階

		二〇〇七年	
自殺念慮・死にたい	第1回	10月21日（日）	4
死からの出発と恐怖	第2回	10月29日（月）	2
妥協に向かう声	第3回	11月7日（水）	3
不安と恐怖、でも怖くはない	第4回	11月14日（水）	3
困っているけどエネルギー	第5回	11月21日（水）	5

分析への抵抗と歩き出そうとする思い

第6回 11月29日（木） 4

ありのままの自分を認めようと

第7回 12月5日（水） 7

ナマジラスとありのままの自分

第8回 12月12日（水） 7

第二段階

道を開く戸口に 第9回 12月19日（水） 3

夢の変化と「人間力」の発見

第10回 12月26日（水） 2

二〇〇八年

夢が導く「人間力」 第11回 1月9日（水） 8

新しい自分の誕生 第12回 1月16日（水） 3

変わりはじめた心 第13回 1月23日（水） 5

夢が現実を変えた 第14回 1月30日（水） 3

昔の自分と今の自分の統一

第15回 2月6日（水） 4

変化の確認と夢分析の肯定

第16回	2月13日 (水)	5
第17回	2月22日 (金)	6
第18回	2月27日 (水)	2
第19回	3月5日 (水)	4

第二段階

会社面接、復帰への一歩

第20回	3月13日 (木)	3
------	-----------	---

社会復帰、会社勤めのスタート

第21回	3月21日 (金)	1
------	-----------	---

仕事への適応

第22回	3月27日 (木)	0
------	-----------	---

第23回	4月10日 (木)	6
------	-----------	---

夢は、仕事から内面の課題へ

第24回	4月23日 (水)	3
------	-----------	---

精神的な充実への希求

第25回	5月8日 (木)	1
------	----------	---

会社の人間関係への適応

心の充実を求める思い

第26回	5月22日 (木)	2
第27回	6月5日 (木)	2

内面思考へ

第28回	6月19日 (木)	1
------	-----------	---

心を支える存在の自覚

第29回	7月10日 (木)	1
------	-----------	---

自己実現への動き

第30回	7月30日 (水)	2
------	-----------	---

夢分析第一章終結

第31回	8月13日 (水)	2
------	-----------	---

その後…カウンセリング卒業式

第37回	12月4日 (木)	2
------	-----------	---

最終回の後で

二〇〇九年	4月2日 (木)	1
-------	----------	---

第二部 夢分析と「人間力」