

女子大学生にみられる夢の意義と内容についての実態調査研究

蘭 香代子

The Research of Dream : It's Meaning and Content Shown in the Students in Women's University

Kayoko ARARAGI

要約：本研究は、心理臨床に貢献できる知見として夢を位置づけ、女子大学生にみられる夢内容と意義についてアンケート調査を行った。調査Ⅰは、夢内容の頻度と意義について、対象は女子大学生2年生120名であった。調査Ⅱでは、学年による違いの夢内容や意義への影響について、3年生22名、4年生21名、大学院修士1年生19名によるアンケート調査を行った。結果は次の四つに分けられる。①夢は多くは現実の不安や焦り、充実感などを意味していた。②夢の意義は、年齢の増加に伴い怖いもの、不安なものから不思議なもの、楽しいものへと変化していた(22.00<.01)。③怖かった夢のほうが繰り返しみる夢よりも詳しく図化された。④夢の予兆やお告げという啓示はみられなかった。これらの知見から、現代女性にとって夢は焦りや不安、怯えなどの心理を表しているものの、多くは「夢だから」という非現実として扱われている、と考察できる。

1 はじめに

夢をみることは、昔からのひとの現象である。夢は時や距離を超えたり、年齢や形を変えたりして、それでいて意図的に自由にみれるものでもなく、死んだはずのひとやみたことのないものまで現れてくる。

ひとがもつ営みとして、夢は太古の昔からあり続け、その意味について問われてきた。歴史的にみれば夢は肉体から分離した魂や精霊の声であるとみなされ、精霊は夢の中に現れ忠告し警告するものとみなされていた。それゆえ初期の東洋の夢解釈も、「神のお告げ」、「天のお告げ」として、解釈されてきた。しかし近世にいたって、宗教的な現象として解釈されるべき夢とは異なって心理的に理解されなければならない夢を区別しようとする動きが起こってきた。

この夢の現象に着目した心理臨床的な立場に、

ユングやフロイド、フロムらがいる。フロイドは夢の解釈において「人間の非合理的な非社会的なものの表現」、ユングは「個人を超越している無意識的な知恵の啓示」、フロムは「精神的な働きのすべてが現れ、理性や道徳と同じく非合理的な欲求も現れる」と、趣を異にしているものの、すべて夢をみるひとの心の表現として理解している。

またバッハオーウェンやフロイドは、夢の解釈から象徴された言葉の解釈を分析し、古代神話の理解に貢献してきた。そこにはひととして古代から近世へと共通にみる象徴があり続け、それでいて時代や年齢とともに変化する部分もあり、普遍的な夢をみるという現象は眠りのなかにあっても、その夢内容や夢の与える心的影響は感情の共通部分を意味しつつ、時代や国や個人のもつ文化の違いで異なる部分を擁してい

た。

ここでは代表として彼らの夢概念について簡潔にまとめる。

①ユング派による夢は、氏原寛、片岡康らの訳である「ユング派の夢解釈 (1985)」にそっている。

夢とは、ユング心理学では、「自然な調整的な心的過程であり、身体的機能のもつ補償メカニズムと相似するもの」と考えられている。ジェームズ (1985) によれば、夢には三つの補償機能があり、a 自我構造のさしあたっての歪みを補正し、自分の態度や行動をより広い視野から理解するように導いてくれるもの。b 心の自己表現として、個性化の過程に合わせていかなければならない必然性に自我構造を直面させるもの、c 元型的な自我がより意識的なレベルでその同一性の拠り所としているコンプレックスの構造を直接変えようとする試み、とされている。これらは、自我のメッセージ、心の自己表現、覚醒時の自我構造を変える機能として位置づけられる。

ユング派の夢へのアプローチは、a 夢の詳細を正確にはっきりと理解する。b 個人、文化、元型の三つのレベルで、順を追って連想をとり拡充する。c 拡充された夢を、生活状況と個性化の過程の文脈で考える、という手順をおっている。

夢のなかの人物や風景、物のイメージは、個人的な無意識のコンプレックス構造の反映であるが、それらはすべて客観的な元型的な核に拠っていて、セルフや個性化を促す力となると特徴づけ、夢を扱うことはコンプレックスを変化させるのに直接的で自然な方法であるとしている。そしてユングは、能動的な想像を主張している。つまり無意識の内容が「浮かび上がってくる」ように促進され、同時に自我が覚醒時の役割を保ちながら、心のなかに布置された対立物のせめぎあう力を調停するのである。そこで

は夢は理解されることによって、自我イメージを無意識がどこで健康と個性化の方向に変えようとしているかを知る手段となる。このようにユング派は夢を、覚醒時の自我の現実に対する見方を絶えず補償し補足するものと考えている。

②さらにフロイドの「夢判断上下」(1969)によると、夢は生活のなかで抑圧された不合理な欲求の満足であると位置づけ、夢内容は夢思考であるとしている。夢の作業は、a 圧縮の作業 (潜在的な夢材料が顕現的な夢内容に変わっていく際にはたらく)、b 移動の作業 (心的力が夢選択を行い重要なもの、中心的なものが変化)、c 表現手段の規定 (類似や一致するものは夢材料にあるものと同一化され、新たに形成されるものは混合化され統一へと集結)、d 表現可能性への顧慮 (矛盾や対立の関係は置き換え、あることができないものは反射され、意志の抑制がおこる) e 象徴的表現 (潜在思考の偽装的表現のために活用) と特徴づけている。夢にとって具象的なものはすべて表現可能であるが、夢の作業は潜在内容の一部をある顕現的な形式に変化させ、数多くの夢解釈を神話の象徴に照準させて、心理臨床の事例分析に応用している。このように1900年に夢判断を出版し、フロイドは夢の現象学に多大に貢献し、無意識の解釈を促進してきた。

③フロムは、夢は眠りの状態におけるあらゆる種類の精神活動であると意義づけている。「夢の精神分析」(1969)によると、フロイドが力説してきた象徴について、象徴の方言性を指摘し、地域や文化差によって異なっていることに注目している (太陽は例えば北国では温かい生命力を与え守り慈しむ力だが、南国では自らを守るために避けなければならない危険なもので水は生命の源泉)。つまり一定の場所において象徴がもつ特別の意味は、象徴が現れる前後の関係からのみ、またその象徴を用いる人間の主な経験

からのみ決定されるとしている。フロムはフロイドやユングの夢判断や夢の意義について対比しながら、より現代に近い夢の理論づけとしての無意識を次のように位置づけている。

無意識とはユングのいう人種的に受け継がれた経験の神話的な元型的な世界でもなく、フロイドのいう不合理なりビドーの座でもない。ひとが行動している際に心のうちに起こっていることはまったく関係のない経験があるからである。夢はまったく不合理な産物であると同時に合理的な産物でもある。

これらの近世における心理臨床家による夢解釈や夢の活用は、フロイドとユングの二大潮流をなしてきたが、夢は無意識の心象を表現したものとしては一致しているものの、解釈や象徴理解については両者は大きく異なっていた。どちらも夢の象徴を理解するために民話や童話、神話を活用しているが、フロイドは多くは身体や家族が多く死や出産も含めた性的な象徴としての解釈をしており、ユングは自然な本能がもっている共同的無意識（霊的な意味）としての文化的な解釈をしている。日本ではユング派による象徴理解が進んだものの、心理臨床において必ずしも夢ばかりを重要視しているわけではない。

山根 (1999) によれば、「現代では夢のなかに表れた内容は無意識の象徴的表現で潜在的なものとする考え方は必ずしも必要ではないという認識」である。また夢の日欧比較の研究もみられず、夢は個人に付随した象徴であるとみなしている。さらに神経症や人格障害者にとっては夢の力はかなり強い危険性をもつので、解釈することで混乱が生ずることを防ごうとするようになったからである。また夢の再現は難しく、目覚めてからの連想に焦点をあてているのも実情である。

アメリカでのある報告から山根が夢内容を引

用しているが、それは④食べ物や飲み物の夢が一番多く、⑤次に動物（猫、犬、ライオンやゾウ、蛇）、そして③動作をしている夢（車の運転、話しながら部屋を歩き回る）、①攻撃的な場面で自分が犠牲、②性的な場面、などと記されている。

本研究では、夢の心理臨床に基礎的に貢献できる知見としての夢の位置づけを行い、現代の若者（女子大学生）にみられる夢内容と夢の心理的位置づけについて調査し、日本における夢内容と心理的意味について明らかにしていくことにする。

2 夢の実態把握の調査研究

目的：夢は一過性のものであるが消えていかず、強く心に残るものがある。また繰り返しみる夢もあり個人の心理現象を表している。これらの夢を記述してもらい、現代の青年期後期にいる女性の夢の意義や夢の心理を調査することを目的とする。方向性としては①夢の一般的な傾向、②学年の違いによる夢内容の変化（大学生活における安定期の3年、変動期の4年、専門期の修士）について調査を行うことを目的とする。

調査対象：調査1；駒沢女子大学生二年生
120名

調査2；同上3年生22名、4年生
21名、大学院修士1年生19名

調査日：2005年12月

調査項目：①夢の意義、②これまでにみた夢で一番印象に残っている夢、③繰り返しみる夢などであり、以下の項目については結果参照。

結果：

〈調査1の結果〉

夢はどんなものですかについては、①不思議なもの、②怖いもの、③楽しいもの、④その他

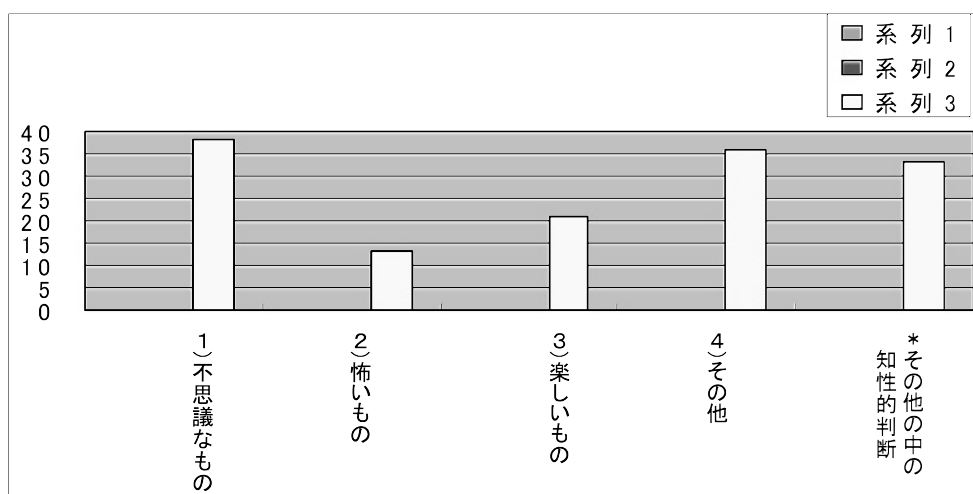


図1 夢はどんなものですか

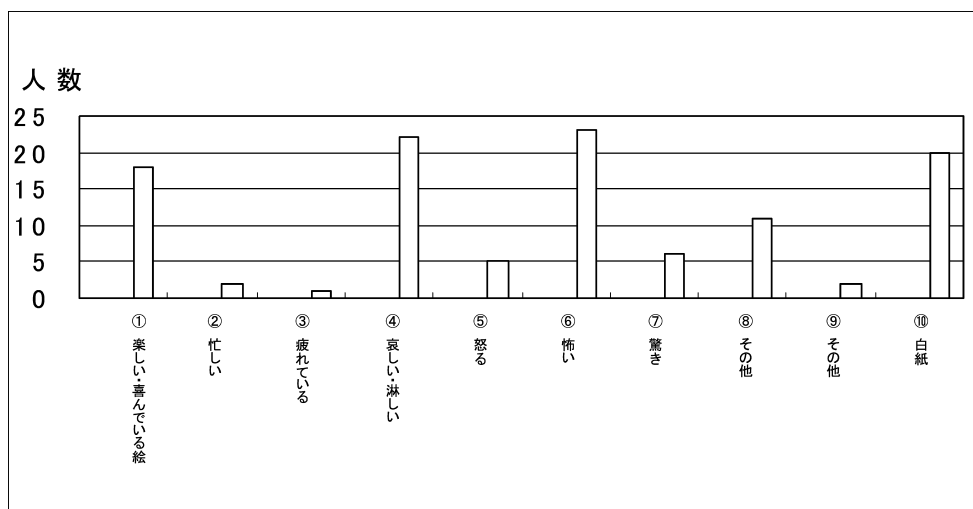


図2 夢の絵に見られる分類

と類別でき、ライアンの名義水準を用いた多重比較において、カイ自乗検定を行った結果、 $16, 21 \text{ } p < .01$ で、1%水準で有意であった。これを図示すると図1のようになる。

さらに怖かった夢では、同じ多重比較において、 $115.67, p < .01$ であり、1%水準で有意差がみられた。自分が死んだり誰かが死んだりという死に関する夢が圧倒的に多く、全体の4割を占めていた。さらに追いかけられる夢が多く、

やはり4割弱を占めている。

次に繰り返しみる夢にいたっては、個人差が大きく、16項目に分類されたが、 $47.17, p < .01$ で、これも有意な差がみられた。

また夜みる夢と未来にみる夢は関連しているか否かについては、全く関連していないが、65名で過半数を示し、ついで関連しているが32名と二割五分、どちらともいえないが5名、無回答が18名となっている。

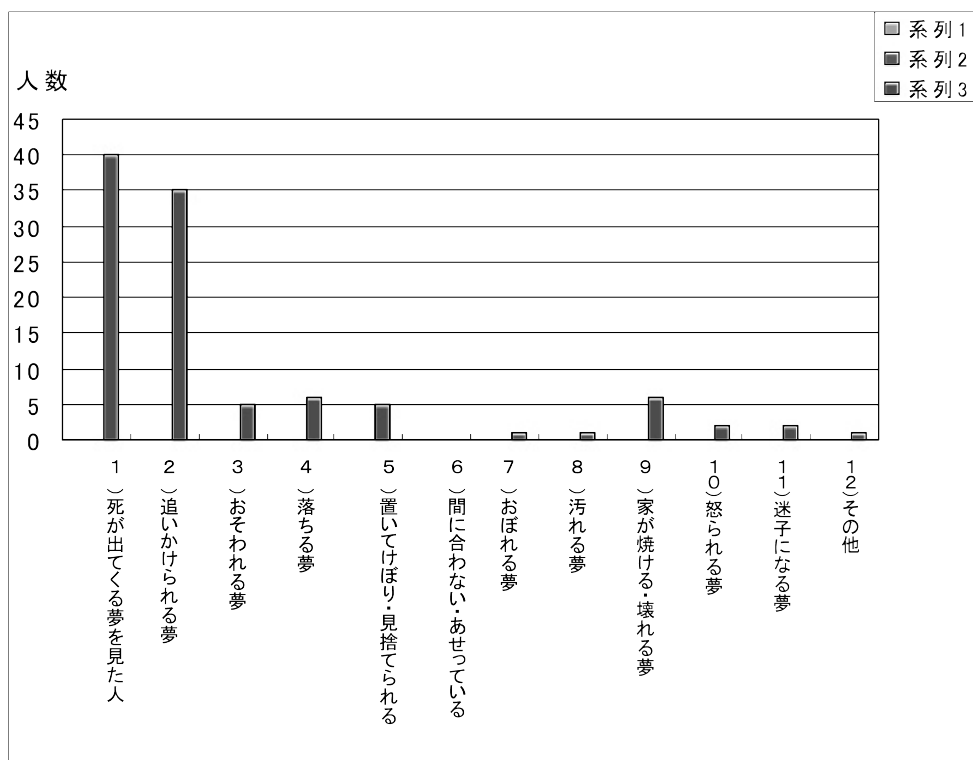


図3 怖かった夢

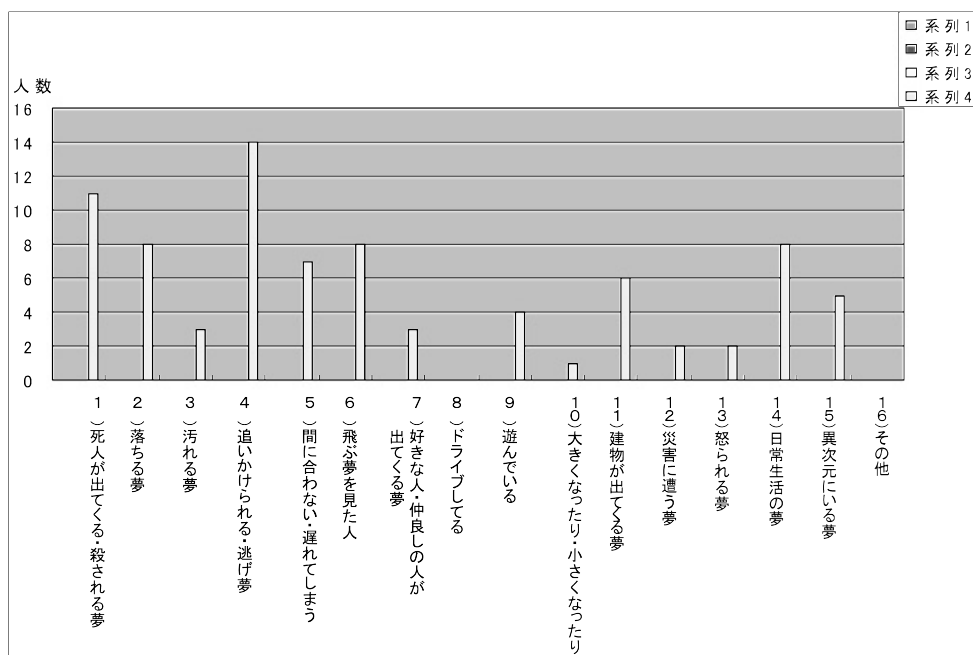


図4 繰り返し見る夢

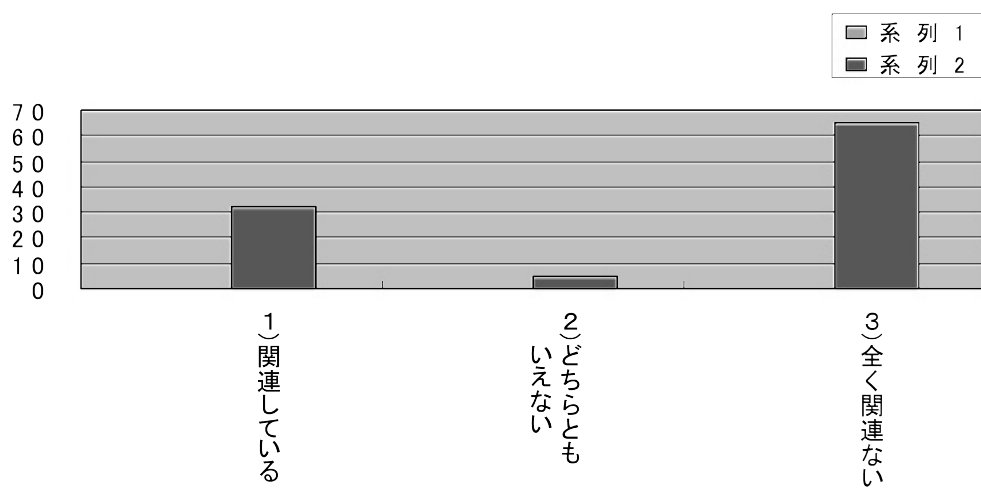


図5 夜見る夢は関連していると思うか

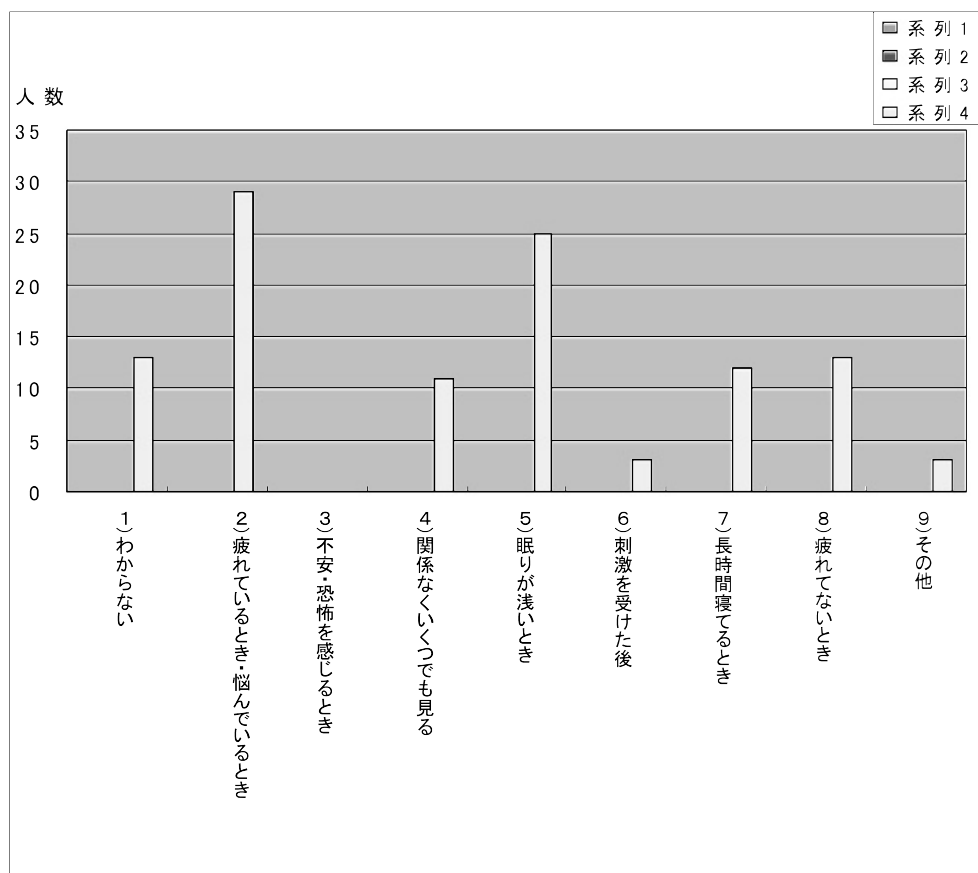


図6 夢を見るときはどんなときですか

夢をよくみるときについては、①疲れているとき、悩んでいるときが29名、眠りが浅いときが25名、と多く、ついで長時間寝ているとき12名、疲れてないとき13名、わからない13名、関係なくいつでもみる11名の順になっている。これはカイ自乗検定においては、44.17、 $p < .01$ である。

〈調査2の結果〉

学年の違いによる夢の調査において、まず夢の意義については、修士1年では不思議なもの、心地よいものの意義づけが高い。4年生では不思議なものが多く、心地よいものはその半数弱である。しかし3年生にいたっては判断できないという回答も多く、心地よいもの、怖いもの、不思議なもの順になっている。これはカイ自

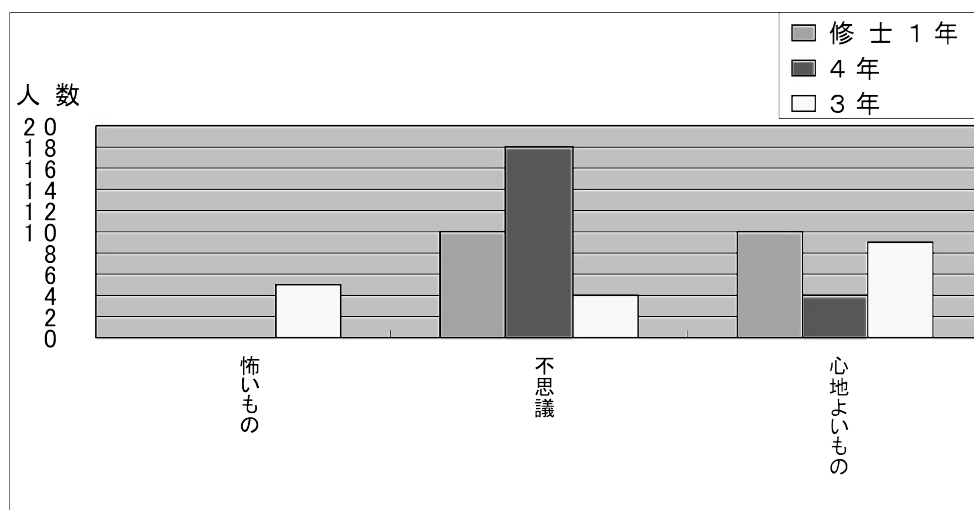


図7 夢の意義

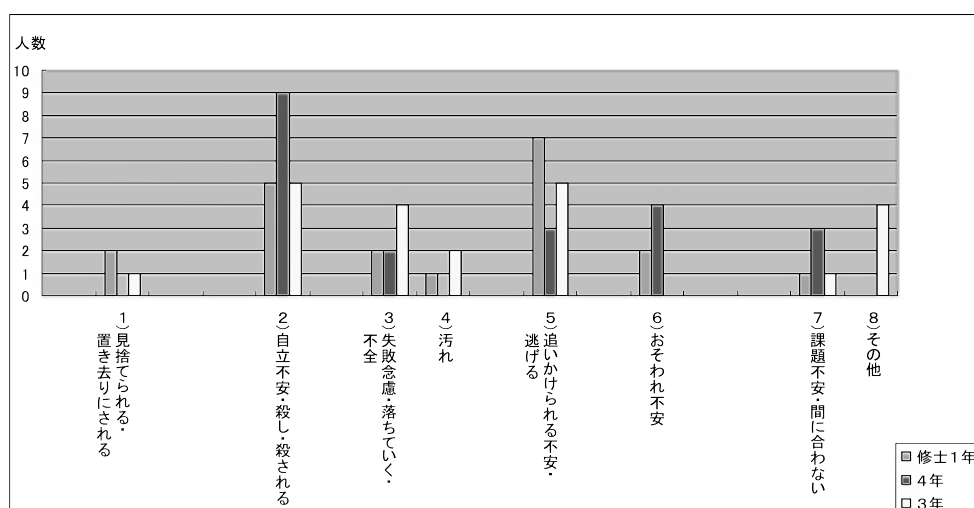


図8 怖かった夢

乗検定 3×3 の分析において、 22.00 、 $P < .01$ で 1% 水準で有意差がみられた。さらに項目間を詳しくみるために下位検定を行い、残差分析にかけると、心地よいものの項目に多く $p < .01$ 、不思議なものでは $p < .05$ 、怖いものでは $p < .10$ であった。学年による差は不思議なものにおいて傾向がみられ、心地よいものにおいて顕著な変化がおこっていることを、統計的に明

らかにしている。

怖かった夢においては、カイ自乗検定において、 18.82 、 $.05 < p < .10$ で有意差はみられなかったが、下位検定による残差分析では、学年による有意差がみられ、修士1年 $p < .10$ 、4年生 $p < .05$ 、3年生 $p < .01$ となっていて、学年が下がるほど、怖かった夢内容の項目間に顕著な違いがみられている。

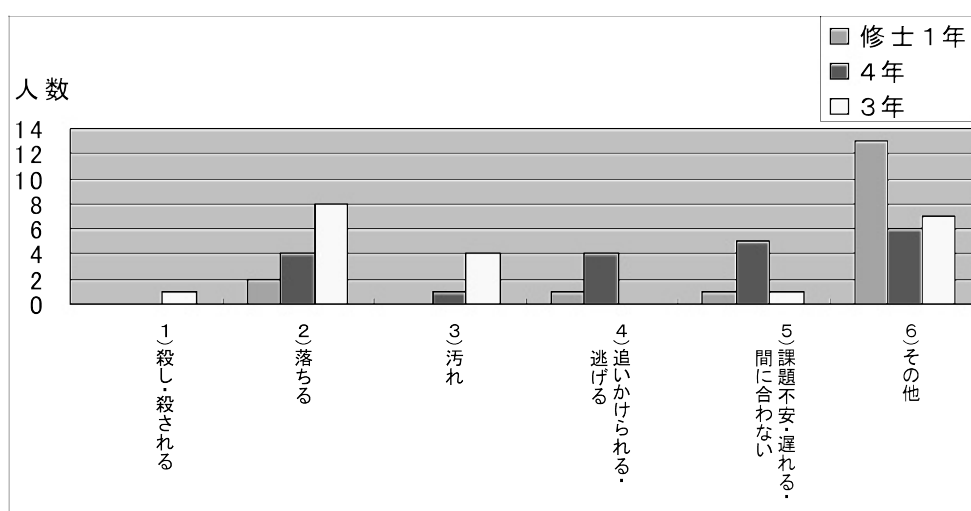


図9 繰り返し見る夢

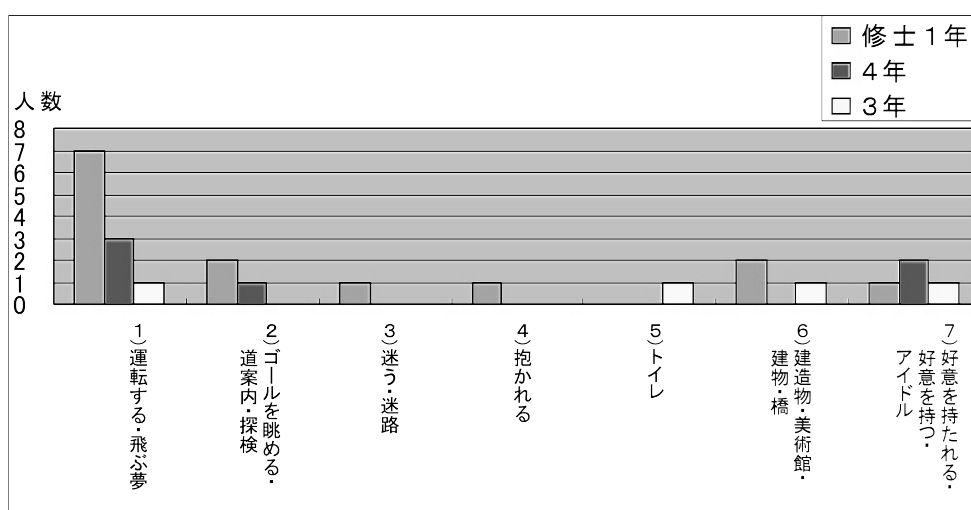


図10 繰り返し見る夢のその他

しかし繰り返しみる夢にいたっては、ばらつきが大きくて、その他が多かったで、その他の項目をカイ自乗検定したが、学年による有意差はみられなかった。16.02でnsとなっている。しかし繰り返しみる夢は修士1年では、運転する夢が7名と多く、半数近い。ついでゴールを眺める、好意をもたれるなどが2名ずつである。3年生では落ちる夢や追いかけられる夢が多く、

4年生では落ちる夢と運転する夢が半々近くに多く、ついで道案内などの夢が多かった。

夢を絵として図にすることについては、図11、12のようになる。

ここで、夢の図の例を示す。詳しく描いてあった怖い夢と繰り返しみる夢の例。

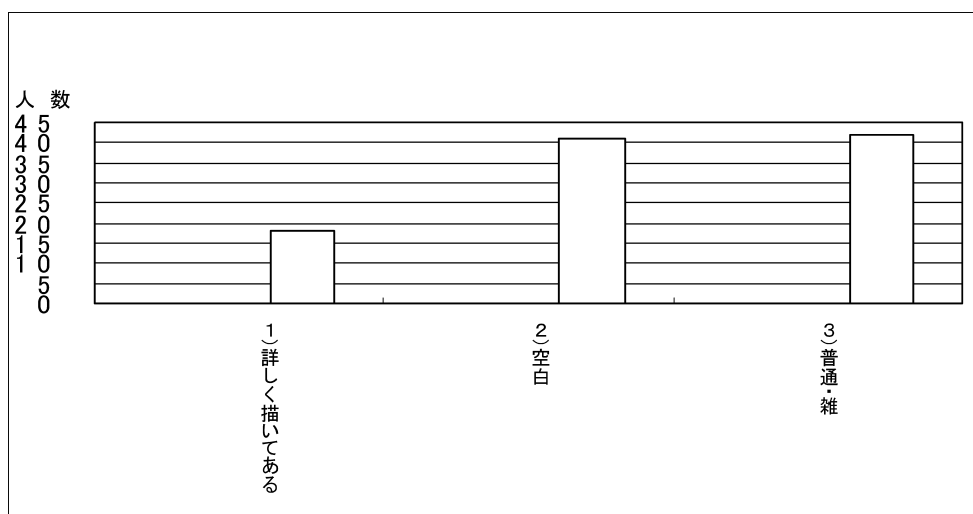


図11 繰り返し見た夢で詳しく描いてある場合

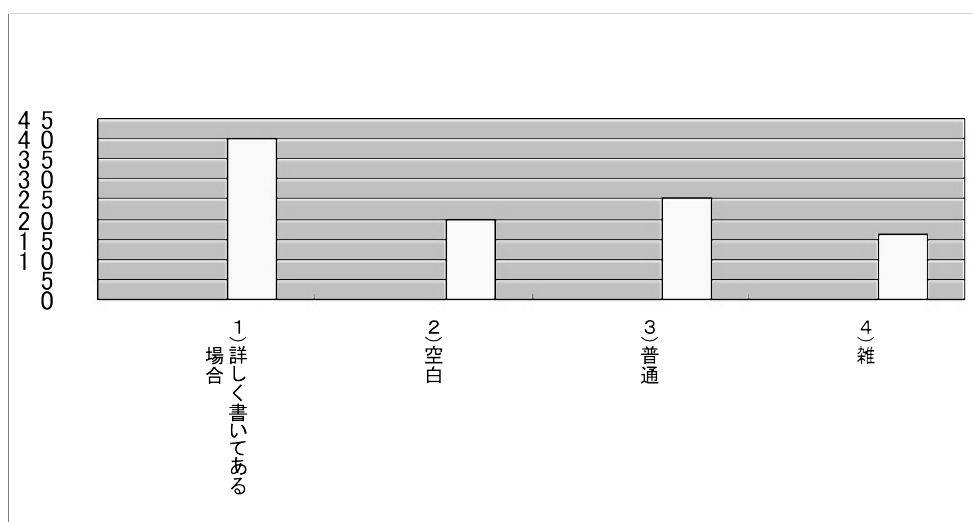


図12 夢の絵が詳しく描いてある・描いてない場合



うぐいすの夢
ベストポジションとか
少人数の場で
見られるため

図13

考察：

〈調査1の考察〉

①大学2年生の女子にとっては大学生活に慣れ、友だちもでき、これから専門科目の充実と

いう有意義な時代である。夢は感情的には不思議であり、怖くもあり、楽しいものであるが、その他でみられるように無意識、この世ではみえない、みるものなどの客観的表現ができるも



図14

のである。心理学を学んだ知識がうかがえる。不思議なものが3割を占めるが、また無意識などの反映もまた近い数を占めている。学識としての夢と感情としての反応がみられる。

②夢をみるときについては、心因としては疲れや悩みのときが多く、状況因としては浅い眠りのときが多い。不安や恐怖を感じたときは皆無であったことから、夢を心理臨床的に自分に取り込んでいるという認知は少なく、防衛メカニズムが考えられる。

③夢の中で怖かったもの、心に引きずっているものは、死であり、殺したり殺されたりする場面で、次に追いかける夢であった。このふたつが顕著に多く64%を占めている。これは繰り返す夢においても11名、14名と多く、まだ自立していない不安の裏付けや変化への不安として考察できる。しかしながら夢は、多くのひとにとっては未来とは全く関係ないものとして認知されており、夢の現象は怖いけれど、

自分とは関係のないものとして切り捨てられている状況がうかがえる。

④しかし怖い夢を繰り返すことは少なく、追いかける夢で半数以下、死の夢で四分の一となり、繰り返す夢は多岐にわたった個人的なものと考えられる。

⑤さらに夢を図示することにおいては、怖い夢のほうが詳しく描かれている数が多く、強いこだわりをもって思い起こされている。しかも繰り返す夢は楽しさや寂しさ、驚きなどと多岐にわたっている絵を描いているにもかかわらず、詳しく描かれていない方が多い。

〈調査2の考察〉

調査2は学年の違い、つまり夢に現れる内容や意味づけにおける発達の変化をみようとしたものである。

①夢の意義は、学年と同時にかなり変化している。1%水準で有意差を示し、なおかつ下位

検定における残差分析においても意義づけに有意差を示している。つまり3年生にはまだ怖いものという意識があるが、4年や修士となると無くなっている。4年では不思議なものの認知が高く、修士では不思議と心地よいが半々になっている。2年の51名の不思議や怖いに対する楽しい26名と比べると、夢は確かに年齢を増し学年を増すごとに不思議で怖いものから、不思議で心地よいもので楽しいものへとゆるやかに変化していることがわかる。これは怖い夢の内容が死や追いかけられることから裏付けられる。

②怖かった夢は、現在ではなくこれまでにという条件なので、いずれの年齢においても、死に関する殺し殺される夢が多く、ついで追いかけられる、逃げる夢が多い。4年では特に死の夢が多く、また間に合わないなどの課題不安やおそろい不安の夢も多く、就職が決まり方向が決まったひととまだ決まっていない一部のひとという二派の心理が考察できる。また卒業と同時に新しい社会で変化しなければならない不安や職場に呑み込まれる不安も考察できる。

③繰り返してみる夢においては、有意な差はみられなかったものの、繰り返してみる夢のその他における運転する夢、飛ぶ夢が学年があがるごとに大きく数が増えていることは興味深いものがある。ゴールを眺める夢と合わせると修士では半数がみている。大学院での専門を学ぶ充実感、専門職を得る達成感が大きくうかがえるものである。これは4年生にも四分の一にみられ、職業へのアイデンティティの獲得が達成できたことを意味している。これに比べて3年生では、落ちる夢や死の夢、置き去りにされる夢や汚れる夢など多岐にわたっている。これは2年生においてもかなり多岐にわたっていることから漠然とした不安の状況がうかがえる。

3 終わりに

以上夢についての実態調査を行って分析、考察してきたが、総合的に次のように考察できる。

①夢は、多くは自分の未来に関連づけたくない無意識の反映であるが、多くは現実の今の焦りや不安、軌道にのっている充実感などの状況を反映している。

②夢については、年齢を増やすごとに不思議で不安なものから、不思議で楽しい心地よい癒しのものへと役割がゆるやかに変化している。これはひとの発達や成熟と関連していると考えられる。育つことによって怖さや不安を乗り越えて自分の自由感を得ていく過程が、夢内容から明らかにされる。

③夢が強く印象に残っているものの方が、ひとには詳しく描ける傾向がある。怖かった夢の方が繰り返してみる楽しさや喜び、哀しさや寂しさ、驚きよりも詳しく描く傾向がある。しかし夢を図にすることは、内容を文で書く事よりも難しく、図の記憶の方が忘れられるというか検閲されて抑圧される傾向がある。

④夢の意義についての予兆やお告げといった啓示的な要素はみられない。現代では夢は夢でしかないという自我関与の薄いものになっている。テレビの映像からの影響と考えることも多く、ひとの心象がメディアの像のように描かれているという認知も少なくはない。現代っ子は夢において多くはドライであり、夢と現実が明確に違うと区別していることが多い。

古代において夢は神のお告げであり、精霊の啓示でさえあった。近世においては夢は神話や童話と照準され、心理療法における夢治療として一世を風靡してきた。しかし今日、若者にとって夢は自分から切り離された心象でしかなかった。夢の意味を問う事さえ忘れている。現在夢は心理臨床においてもさりげなく語られ、取り上げて解釈しないほうがいいものとして添

え木的効果を示している。それは夢の心的力が強く制御できない危険性があるからでもある。夢は夢だからと外観しながら、葛藤やコンプレックスとおれあいをつけていく……そういう療法が進められている。

現代のメディア社会で生きるひとにとって、夢は放映される映像の残像なのか、自分の無意識が表したフィクションでしかないのか、通り過ぎていく一過性の心の一風景でしかないのか、その意味を深く問う者は少ない。ゆっくりと夢を語っている時間がもてないとも言えよう。夢はむしろ定年退職して過ごす高齢期において、大きな夢として意義をもってくるのかもしれない。つまり夢は多くは非常に怖かったとか、繰り返してみたとかの理由によって記憶に残されているが、そうでないものは通りすがりのガラスに写るワンシーンでしかないからである。ゆっくりとゆとりをもてないときは、めまぐるしく変化する現況に追われてしまうからである。

それでもこの実態調査からは、現代に生きる大学生において、夢は確かに不安や恐れ、適応状況を表現している心的現象として表れていることが結論づけられる。彼女らが夢を考えずとも誰かに語らずとも、夢の内容は現在を生きている焦りや不安、怯えや現実生活場面を顕現化させているものである。たとえそれがテレビで放映されたものから影響を受けた心象であったとしても、いつまでも心に残っていることにおいて、象徴としてユングやフロイドの知見と照らし合わせることができ、夢は深層の心理の一端を担っていると特徴づけられるものである。しかもアメリカの報告とは異なって、食べ物や飲み物、動物は少なく、日本文化特有の人間関係や社会からの目に対する不安や葛藤を表現している。夢は国や文化、地方や男女、年齢によっても異なっていると知見できたと言えよう。

引用文献

- ①ジェームズ・A. ホール著 氏原寛・片岡康訳 「ユング派の夢解釈」 創元社 1985年
- ②エーリッヒフロム著 外林大作訳「夢の精神分析」東京創元社 1969年 改訂版
- ③ジグムントフロイド著 高橋義孝・菊盛英夫訳 「夢判断上」日本教文社 1969年
- ④ジグムントフロイド著 高橋義孝・菊盛英夫訳 「夢判断下」日本教文社 1969年
- ⑤山根はるみ著 「夢の意味論」南博編著『深層心理がわかる事典』日本実業出版社 1999年