

CT4 分析心理療法(ユング) 2024-8

© 2024.08.29 ↻ 2025.03.22

分析心理療法

概要

カール・グスタフ・ユングが考案した精神力動システムと人格理論である分析心理学は、フロイトとアドラーの視点に基づいており、人類の個人的および集団的現実に対する幅広い視点を提供しています。分析心理療法は、無意識の超越的（原型的）層と個人的層の両方を含む、意識的および無意識的要素を網羅した人間の精神の地図を提供します。心理療法の目標は、人間の状態、個人の責任、および傷ついた一方的で合理主義的で限定的な自己意識に代わる超越的なものとのつながりに対する心からの認識を伴う、再統合、自己認識、および個性化です。療法は、患者とセラピストの相互作用する人格間の深い出会いによって、精神の治癒力と自己調整力を活用します。

基本概念

ユングの心理学体系の礎となっているのは、物質的対象という外部現実とバランスをとる人格の内なる領域である「精神」という概念です。ユングは精神を、霊魂、観念の組み合わせと定義し、精神的現実を意識的プロセスと無意識的プロセスの総体とみなしました。ユングによれば、この内なる世界は体内の生化学的プロセスに影響を及ぼし、本能に影響を及ぼし、外部現実の認識を決定します。ユングは、物質は外部現実の精神的イメージを通してのみ知ることができると提唱しました。つまり、人が知覚するものは、その人が誰であるかによって大きく左右されるのです。

精神の現実にはユングの仮説であり、空想、神話、イメージ、個々の人々の行動から集めた資料によって確認されました。ユングは、バランスを取り代償する対立物から構成される全体という観点から精神を描きました。

ユングの精神地図の主要な側面は、個人的無意識と集合的無意識、および個人的意識と集合的意識である。ユングの個人的無意識の記述はフロイトの説明に似ているが、より広範囲である。ユング理論では、個人の個人的無意識には、自我や超自我に受け入れられず抑圧されている内容だけでなく、一時的または永久的に意識から脱落した、精神にとって重要でない内容も含まれる。また、まだ意識する準備ができていない、または意識に認められていない、人格の未発達の部分や、集合的無意識から生じる要素も含まれる。

集合的無意識とは、すべての人類が共有する広大で隠された精神的資源を指すユングの用語である。ユングは、患者の告白、自身の自己分析、異文化研究を通じて集合的無意識を発見した。彼は、ファンタジー、夢、シンボル、神話の中に同じ基本モチーフが表現されていることを発見した。集合的無意識から浮かび上がるイメージはすべての人に共有されますが、個人の経験によって修正されます。ユングはこれらのモチーフを元型イメージと呼び、集合的無意識は根底にあるパターンに組織化されていると描写しました。

元型は、組織化原理、準備システム、そしてエネルギーのダイナミックな核です。組織化原理としての元型は、現実を秩序立てて構造化する脳内の回路パターンに類似しています。準備システムとしては動物の本能に類似しています。エネルギーのダイナミックな核としては、人の行動と反応をパターン化された方法で推進します。ユングは、人間には普遍的な内部パターンに従って性格を形成し、現実を見るという遺伝的素質があると信じていました。

元型は、エネルギーが集合的無意識から意識と行動に流れ込む経路と見ることができます。ユングは、集合的無意識の中には人生の典型的な状況と同じくらい多くの元型的イメージがあり、それらは太古の昔から個人の経験の中に現れており、将来も同様の状況が生じるたびに再び現れるだろうと書いています。ユングの研究の主要な焦点となり、大衆心理学の豊かな源泉となった元型パターンには、英雄の探求、夜の海の旅、内なる子供（自分の性格の子供のような部分として見られることが多い）と神の子、乙女、母、女神、賢い老人、そして野人などがあります。

集合的無意識がそのような元型的イメージによって人に明らかになるのに対し、個人的無意識はコンプレックスによって知られるようになります。元型的イメージは、コンプレックス（父親や父親に似た人に対する態度など、敏感でエネルギーに満ちた感情の集まり）によって集合的無意識から個人的無意識に流れ込みます。ユングのコンプレックスという概念は、彼の語連想検査に関する研究から生まれた。ユングは被験者に言葉のリストを声に出して読み上げ、頭に浮かんだ最初の言葉を答えるように求め、次にリストを繰り返し、被験者は最初の反応を思い出そうとした。ユングは、間、反応や記憶の失敗、身体的な反応に気づき、そのような変化が敏感で隠れた部分を露呈させると信じた。ユングはこれらの反応をコンプレックスと名付けた。これは、イメージ、記憶、アイデアの網を軌道上に引き寄せる磁石のような働きをする、感情的に充満した考えや感情の連想である。

ユングはコンプレックスが非常に重要であると信じていたため、フロイトと袂を分かち、彼の精神分析の形式に名前を探したとき、最初に選んだのはコンプレックス心理学だった。フロイトとアドラーはユングのコンプレックスという用語を採用したが、ユングの定式化は同僚のものよりはるかに豊かだった。ユングは、コンプレックスは場合によっては制限的、動揺的、またはその他の不安な結果をもたらす可能性があるが、重要な事柄を意識にもたらすなど、肯定的な結果をもたらすこともあると信じていました。コンプレックスは、個人の成長と発達を促すような個人的な対決と対応を要求する。コンプレックスの要求に応えることで、コンプレックスに前向きに関係することができるが、これには大変な心理的作業が必要である。多くの人は、その内容を投影することでコンプレックスを管理しようとする。たとえば、ネガティブな母親コンプレックスを持つ男性は、すべての女性を大げさにネガティブに見るかもしれない。(投影とは、実際には自分の性格に属する何かを他人に帰属させることである。) 人がコンプレックスを避けようとするもう1つの方法は、抑圧である。したがって、ネガティブな母親コンプレックスを持つ女性は、母親にまったく似ないように、女性的であると考え、すべてのものから自分を切り離すかもしれない。母親コンプレックスを持つ別の女性は、自分を万能の「地球の母」タイプの女性と認識するかもしれない。より極端な場合、コンプレックスが個人を圧倒し、その人が現実とのつながりを失い、精神異常になることもある。母親コンプレックスを持つ精神異常の女性は、自分が母なる自然であり、地球上のすべてのもの、すべての人の母であると信じてしまうかもしれない。

ユングは、無意識を、浄化して意識化する必要があるものとみなすのではなく、意識と無意識の両方の部分が調和して機能するときに、個人は完全性に向かって成長すると感じました。バランスと自己治癒に向かうこの自然な動きのため、ユングは、神経症にはそれ自体で治癒の種が含まれており、成長と治癒をもたらすエネルギーがあると結論付けました。ユング派の分析家は、バランス、成長、統合を促進する触媒として機能します。

その他のシステム

ユングの理論は、現代の宗教、文化、社会学の思想、さらには芸術、文学、演劇に影響を与えています。しかし、心理学全般、特に現代の心理療法システムは、ユングの影響をしばしば見落とししたり無視したりしています。これには、ユングの文体の難しさや、初期の精神分析医の一部のひどい偏狭さなど、多くの理由があります。この状況は、心理学者がユングの著作を読むのではなく、ユングについて聞いたことを信じる傾向によってさらに悪化しています。今日の心理学者は、厳密な科学的教育を受けており、その結果、しばしば「ソフト」な科学を恐れ、神秘的だと教えられたシステムを避けるようになっています。実際には、ユングの実践的で包括的な心理療法へのアプローチの実用主義は、心理学の分野全体に大きく貢献しています。20世紀の初期の3人の偉大な精神力動理論家の1人を無視することは、人間の精神の不完全な地図を持って旅をするようなものです。

ユングは、フロイトに出会う前から、独自の精神分析法を開発し、患者の治療を始めました。しかし、フロイトに負っている恩義は大きいです。おそらく、ユングにとって最も重要なのは、フロイトの自由連想による無意識の探究、夢の重要性への焦点、そして人格形成における幼少期の経験の役割への重点でした (Davis、2008年、Ellenberger、1981年)。ユングは、フロイトよりも広範で包括的なこれらの領域を構築しました。

ユングは無意識への王道としてコンプレックスに焦点を当てたが、フロイトは夢の重要性を強調した。しかし、ユングの体系では夢がフロイトの体系よりも重要な役割を果たしている。なぜなら、ユングは夢を単なる願望実現よりも意味のあるものと見なし、より徹底した包括的な夢分析の手法を必要としたからである。ユングにとって、フロイトのエディプスコンプレックスは、多くのコンプレックスのうちの1つにすぎず、必ずしも最も重要なものではなかった。性欲と攻撃性は、性欲の表現の唯一の経路ではなく、その多くの可能な経路の2つにすぎなかった。神経症には、性的な問題を含むが、それだけに限定されない多くの原因があった。おそらく、フロイトとユングの最も顕著な違いは、意味の探求は性欲と同じくらい強い欲求であるというユングの信念から生じた。

ユングは、特定の人々はフロイト派の分析から最も利益を得るが、他の人々はアドラー派の分析から利益を得ると信じていた。そして、ユングの分析から得たものもある。彼は、アドラーの夢の理論が自分の理論に似ていると考えていた。どちらの理論も、夢は個人が自分自身の中に認めたくないもの（ユングが人格の影の側面と呼んだもの）を明らかにする可能性があるとしていた。ユングとアドラーはどちらも、夢は個人が世界と関わる方法の根本的なパターンを明らかにすると信じていた。アドラーとユングはまた、最初の記憶の重要性、人生の課題と社会に対する義務を果たすことの重要性を強調した。ユングは、これらの課題が達成されなければ

ば神経症が生じると教えた。彼らはどちらも、フロイトよりも平等な立場で個々の患者と向き合った。フロイトは患者をソファに横たわらせて自由連想させたが、ユングとアドラーは患者と向かい合って座った。最後に、アドラーとユングはどちらも、心理療法は過去だけでなく未来にも目を向けるべきだと信じていた。ユングの人生の目標と前向きな（目的論的な）エネルギーに関する考えは、アドラーの見解に似ている。

生涯心理学者はユングに多くを負っている。エリク・エリクソンのライフステージ、ローレンス・コールバーグの道徳的発達段階、キャロル・ギリガンによるコールバーグの研究の再評価と再定義は、いずれもユングの生涯にわたる個性化の考えを表現している。ユングの理論はヘンリー・A・マレーの欲求理論に影響を与え、ユングの空想の奨励は主題統覚テストに影響を与えた（ユングはテストの初代著者であるクリスティアナ・モーガンとマレーを分析した）。ゲシュタルト療法はユングの夢解釈法の延長とみなすことができる。EC・ホイットモントやシルビア・ペレラ（1992）などのユング派は、ゲシュタルト演出と能動的想像力（自分の空想を意識的に探求すること）の組み合わせを中核的な分析ツールとして用いている。JL モレノの心理劇は、患者が夢や空想を演じることを奨励するユングの考えを反映している。モレノの役割と余剰現実の考えは、多くの原型的なイメージと可能な役割から構成される多元的な精神に対するユングの信念を反映している。

ハリー・スタック・サリバンの「良い私」と「悪い私」は、ユングの肯定的な影と否定的な影（人格の拒絶された、または認識されていない部分）の概念を反映している。アレクサンダー・ローウェンの生体エネルギー理論はユングの類型論に従っており、ユングの思考、感情、感覚、直観の4つの機能は、ローウェンの人格機能の階層と大まかに一致している。アドラー派から最新のものまで、あらゆる種類のホリスティック療法は、人間は全体に奉仕する多くの部分から成り、個人は成長と治癒に向かう正常な衝動を持っているというユングの考えを共有している。アブラハム・マズローの研究から派生した自己実現理論は、ユング心理学の将来志向と楽観主義的な部分を強調している。カール・ロジャースの人間中心の心理学は、ユングの人間への関心と患者に対する個人的な献身を反映しています。ユング（1935a）は、分析における人間的性質を主張し、患者の完全性を強調した。「患者は個人である限り、あるがままの姿、そして常にそうであった姿にしかたない。医師ができる最善のことは、方法論や理論の装置をすべて脇に置いて、患者を同じ人間として扱うことである」（p. 10）。

メラニー・クラインやエーリッヒ・フロムの理論など、新フロイト派の自我心理学から生まれた理論は、ユングの思想と非常に多くの共通点があり、互いに影響し合い、活発なハイブリッドを生み出している。ユング派は、幼児期の描写とその課題、他者の人格の一部の内面化、投影、死の本能などの領域で、自分たちの構成がユングのオリジナルの定式化と類似していることを指摘している（例：Maduro & Wheelwright, 1977; Solomon, 2009）。バーバラ・スティーブンス(1999) は、以下のユングのテーマがポストフロイト思想に影響を与えたと見ている：自己と主観的経験の中心性、有用な分析データとしての逆転移、シンボルとシンボル形成の役割、原始的（および幼児的）感情状態の重要性、そして統合と治癒の重要な導管としての欲望に対するフロイト派フェミニストの焦点。

ユングが行為だけでなく存在の価値を重視したこと、そして宗教的または神秘的な感情を深く信頼していたことは、多くのアジアの心理療法と類似している（Young-Eisendrath, 2008; Higuchi, 2009）。ユングが能動

的な想像力の中で空想を孵化させる方法は、指示された瞑想である。ユングはアジアの思想体系について自身の理論と比較しながら広く講義した。おそらく彼の最も説得力のある講義は、彼の患者の一人の分析に関連したヨガに関するものだった (Douglas, 1997b)。ユングは、アジアの精神療法の多くに類似した理論を提唱している。自己と主観的経験の中心性、有用な分析データとしての逆転移、シンボルとシンボル形成の役割、原始的（および幼時的）感情状態の重要性、そして統合と治癒の重要な導管としての欲望に対するフロイト派フェミニストの焦点などである。ユングが行為だけでなく存在の価値を重視したこと、そして宗教的または神秘的な感情を深く信頼していたことは、多くのアジアの精神療法と類似している (Young-Eisendrath, 2008; Higuchi, 2009)。ユングが能動的な想像力で空想を育む方法は、指示された瞑想である。ユングはアジアの思想体系について自身の理論と比較しながら広く講義したが、おそらく最も説得力のある講義は、患者の一人の分析に関連したヨガに関するものであった (Douglas, 1997b)。ユングは、アジアの精神療法の多くに類似した理論を提唱している。自己と主観的経験の中心性、有用な分析データとしての逆転移、シンボルとシンボル形成の役割、原始的（および幼時的）感情状態の重要性、そして統合と治癒の重要な導管としての欲望に対するフロイト派フェミニストの焦点などである。ユングが行為だけでなく存在の価値を重視したこと、そして宗教的または神秘的な感情を深く信頼していたことは、多くのアジアの精神療法と類似している (Young-Eisendrath, 2008; Higuchi, 2009)。ユングが能動的な想像力で空想を育む方法は、指示された瞑想である。ユングはアジアの思想体系について自身の理論と比較しながら広く講義したが、おそらく最も説得力のある講義は、患者の一人の分析に関連したヨガに関するものであった (Douglas, 1997b)。

歴史

先駆者

カール・グスタフ・ユング (1875-1961) は、牧師の長男として、19世紀最後の四半世紀にスイスのドイツ語圏で育ちました。母親は神学者の家系の出身で、医師であった父方の祖父も著名な詩人、哲学者、古典学者でした。ユングは、プロテスタントの神学の伝統だけでなく、古代ギリシャとラテン文学にも根ざした徹底した教育を受けました。彼は特に、ソクラテス以前の哲学者ヘラクレイトス、神秘主義者ヤコブ・ベーメ、ロマン主義の哲学と精神医学、そしてアジア哲学の影響を受けています。科学的実証主義が台頭した時代に、ユングの教師たちは、人間の本性について合理的、楽観的、進歩的な見方を強調しました。それにもかかわらず、ユングは非合理性、オカルト、神秘、無意識を重視するロマン主義に惹かれました。ロマン主義は実証主義よりも人間の本质について悲観的な見方をしていました。ロマン主義の哲学によれば、人間は分裂し、二極化しており、失われた統一性と完全性を切望していました。この切望は、自然界と個人の魂の深淵を探りたいという願望として現れました (Douglas, 2008)。

ロマン主義の哲学は、19世紀の人類学、言語学、考古学、およびセクシュアリティと精神障害者の内面世界に関する研究の基盤となっており、これらはすべてユングの興味の対象でした。ロマン主義は、超心理学的現象とオカルトの探求にも現れました。ユングの思想の具体的な源泉を辿るには、多くの章が必要になるだろう (特に、Bair, 2003、Bishop, 2009、およびShamdasani, 2003を参照)。おそらく最も簡潔にまとめられているのは、ユングがロマン主義哲学と精神医学に負っている負債を強調しているHenri Ellenberger

(1981) だろう。ゲーテ、カント、シラー、ニーチェの理論は、対立物に関するユングの思考スタイルを形成する上で影響力があった。

ユングの同郷人であるヨハン・バッハオーフェンは、神話の宗教的、哲学的重要性と象徴の意味に関心を持っていた。ニーチェはバッハオーフェンのディオニソス的・アポロニアン的二重性という概念を借用し、ユングもそれを採用した。(ディオニシウスは人生の官能的な側面を、アポロンは理性を象徴していた。) ニーチェは、人生の悲劇的な両義性と、あらゆる人間の交流における善と悪の存在という感覚をユングと共有していた。文明の起源、人間の道徳的良心、夢の重要性に関するニーチェの考えは、悪に対する懸念とともに、ユングに影響を与えた。ニーチェの影、ペルソナ、超人、そして賢老人の描写は、ユングによって具体的な原型的なイメージとして取り上げられた。

カール・グスタフ・カルスとアーサー・ショーペンハウアーもユングに影響を与えた。カルスは、フロイトやユングより 50 年も前に、無意識の創造的機能と治癒機能について書いていた。カラス氏は、ユングの原型的、集会的、個人的無意識の概念を予見する無意識の三部モデルを概説した。ショーペンハウアーは、ユングを魅了する人生観を持っていた。両者とも、人間の心理における非合理性、人間の意志、抑圧、本能の力の役割について書いた。ショーペンハウアーとニーチェは、ユングの原型理論に影響を与えた。また、ショーペンハウアーが想像力、無意識の役割、悪の現実、夢の重要性を強調したことも、大きな影響を与えた。ショーペンハウアーとユングは、道徳的問題と東洋哲学に興味を持ち、個人の完全性の可能性を信じていた。

エレンバーガー (1981) は、ユングの精神療法における転移と逆転移 (転移は患者が分析医に投影する感情を指し、逆転移は分析医が患者の投影によって影響を受ける方法を指す) の強調を、悪魔祓いに端を発し、アントン・メスメル動物磁気理論を経て、19 世紀初頭に精神疾患の治療にピエール・ジャネが催眠術を使用するようになった一連の思想にまでさかのぼっている。ジャネットは精神疾患の分類や多重人格や固定観念への関心を通じてユングにも影響を与えた。ジャネットにとってもユングにとっても、医師の献身と医師と患者の個人的な調和が治療の重要な要素であった。

始まり

ユングは「我々の物事の見方は、我々が何者であるかによって条件付けられる」と書いている (1929/1933/1961、335 ページ)。彼は、すべての心理学理論は主観的であり、その創始者の個人的な経歴を反映していると信じていた。ユングの両親は裕福な都市の家庭で育ち、十分な教育を受けていた。ユングの父が田舎の牧師を務めていた貧しい田舎のケスヴィル教区での生活に対する両親の不満が、ユングの子供時代に影響を与えた。ユングは、自分の青春時代を孤独だったと述べている。高校に上がるまで、彼の仲間ほとんど教育を受けていない農家の子供たちだった。農民との幼少期の経験は、ユングの実際的で現実的な側面を引き出し、内省的な傾向とバランスをとった (Jung, 1965)。

ユングは母親と親密だった。ユングは、母親が 2 つの側面を持っていると感じていた。1 つは直感的で、超心理学に興味があり、それを恐れていた。ユングのもう一方の側面は、温かく母性的なものであり、彼を慰めていた。ユングは心の中で、母親を昼と夜、善人と悪人に分けた。ユングが後に母親のこれらの対照的な側面

を統合しようとした努力は、恐ろしい母親から自分を解放しようとする英雄の探求の重要性を強調することや、力強い女性の原型的なイメージの描写に形を成した。ユングの父親との不満足な関係は、後に男性、特に男性の指導者や他の権威者との問題を引き起こしたのかもしれない。

ユングは生涯を通じて女性に興味を持ち、女性に惹かれていた。彼は母親に似た現実的な側面を持つ女性と結婚したが、直感的な女性に魅了され続け、彼女らを自分の失われた女性的半分と表現した。自伝の中で、ユングは母親が数か月入院していたときに世話をしてくれた乳母のことを思い出している。この乳母は、彼を魅了し、刺激を与えることになる一連の女性の原型となった。ユングの従妹ヘレーネ・プライスヴェルクの超心理学実験は、彼の医学部の学位論文のテーマとなった。彼女の影響は、ユングの理論の発展に大きく影響した。

ユングが大学および医学部時代に読んだ本の多くは、多重人格、トランス状態、ヒステリー、催眠術に関するものだった。彼はこの興味を、学位論文だけでなく、授業や同級生への講義にも持ち込んだ。これらの主題に対する彼の強い関心と、リヒャルト・フォン・クラフト=エービングの性精神病理学の研究を読んだことが、ユングを精神医学へと駆り立てた (Jung, 1965)。ユングは学位論文を書き終わるとすぐに、当時精神疾患の研究で有名なセンターであったブルクホルツリ精神病院でオイゲン・ブローラーのもとで働き始めた。ユングは1902年から1909年までブルクホルツリ病院に住み、精神障害を持つ患者の日常生活に深く関わるようになった。ユングは患者の内面世界に興味をそそられ、統合失調症患者の一人であるバベットの象徴的宇宙の探究は、ユングの統合失調症研究の大きな源泉となった。早発性痴呆の心理学 (1907/1960)。ブルクホルツリで、ユングは数多くの心理テストを開発し、実施しました。彼の言語連想テスト研究 (1904-1907) は、彼に名声をもたらしました。これらの研究は、無意識の現実性を初めて実証したものでした。この研究により、ユングはジークムント フロイトとの文通を始めました。

フロイトは精神分析に対するユングの貢献を高く評価し、ユングを彼の後継者として認めた。彼はユングを国際精神分析協会の会長および最初の精神分析雑誌であるヤールブーフ(年報)の編集長に任命した。二人は1909年に一緒に米国へ旅行し、クラーク大学で精神分析についてのそれぞれの見解を講義しました。ユングは自分をフロイトの弟子ではなく協力者だと考えていました。認識の相違と性格の対立により、彼らは同盟を断絶することになりました。ユングは、『無意識の心理学』(1911年、1956年に『変容の象徴』として改訂)の執筆を通じて、フロイトとの避けられない決別をもたらしました。

ユングはこの本の中で、神話、文化史、個人心理学を織り交ぜた独自の精神分析の形式を説明しました。彼はまた、フロイトよりも包括的に性欲を再定義した。この時期にユングは結婚し、その後ブルクホルツリを離れて個人開業した。彼は独自の方法で信奉者を訓練し始め、妻のエマ・ユングは最初の分析的心理療法士の一人となった。

フロイトとの決別後、ユングは極度の内向性に陥り、エレンバーガー (1981) はこれを創造的病と呼んだ。このとき、ユングにインスピレーションを与えた女性の3人目、元患者で後に分析医となるトニ・ウォルフが、ユングが無意識の世界へと降りていく際のガイドとして機能した。ユングは、彼女だけでなく、彼の最初の3冊の本の主題となった女性たち、そして女性患者たちに対しても恩義を認め、「この心理学が女性の直接的な影響に負っているのは… 「それは大きな本になるだろう。私はここで分析心理学だけでなく、精神病理

学の始まり全般について語っている」(ユング、1927/1970、p.124)。彼はさらに「私は主に女性の患者を診てきたが、彼らはしばしば並外れた誠実さ、理解力、知性を持って仕事に取り組みました。彼らのおかげで私はセラピーの新しい道を切り開くことができました」(ユング、1965年、145ページ)。

ユングが精神分裂の時代から抜け出すと、創造的な内向性は、1921年に出版された『心理学類型論』によって示されました。その着想は、フロイト、アドラー、そしてユング自身の間の破壊的な敵対関係についての考察から生まれました。ユングは、それぞれが世界を経験し、世界に対して反応するさまざまな方法を考慮し、説明する類型論のシステムを作成することで、彼らと個人的に和解しました。

現状

実証科学の不完全性が明らかになり、世界がますます複雑になるにつれ、ユング心理学への関心が高まっている。一部の実用心理学者が分析心理学を退けているにもかかわらず、分析心理学が多くの人々の強いニーズに答えているという事実は、ユング派の専門トレーニング機関や分析家の数の増加に表れている。2009年の時点で、国際分析心理学協会には45か国に2929人の認定分析家会員、51の専門団体(米国に19)、19の開発グループがある。専門団体がある都市でも、研究所を持つほど大きくない多くの場所でも、ユング派の研究グループや分析心理学クラブが盛んであり、ユング派セラピストを自称しながらも研究所の厳格なトレーニングを受けていない人々の数も増えている。専門誌は特定の研究所と提携している。より重要な雑誌としては、British Journal of Analytical Psychology、サンフランシスコのJung Journal: Culture and Psyche、ロサンゼルス研究所のPsychological Perspectives、ニューヨーク研究所のJungian Theory and Practice Journal、シカゴの臨床実践に関するカイロンのモノグラフシリーズ、およびポストユング派の原型研究ジャーナルであるSpringなどがあります。重要な非英語ジャーナルには、パリのCahiers de Psychologie Jungienne、ベルリンのZeitschrift für Analytische Psychologie、ローマのLa Rivista di Psicologia Analiticaなどがあります。

トレーニングは研究所ごとに、また国ごとに異なります。ユングは素人の分析家を受け入れましたが、専門性を高める傾向が高まっています。米国では、研究所は研修のために医師、臨床心理士、ソーシャルワーカーを受け入れることが最も多いです。ユングは、分析家が個人的に分析されることを主張した最初の精神分析家でした。ユング派のトレーニングの要は、長年にわたる徹底的な分析であり、多くの場合、2人の分析者によるものです。次に重要なのは、6年以上のケース スーパービジョンです(Crowther、2009年、Mathers、2009年、Sherwood、2009年)。米国でのコースワークは一般的に4年間で、臨床理論と実践(ユング派と新フロイト派の両方の視点から)、夢分析、および原型心理学の徹底的な基礎を提供するセミナーが含まれます。ユング派の分析家としての専門資格を得るには、通常、広範囲にわたる聴覚レビュー、口頭および筆記試験、および臨床論文が必要です。トレーニングの平均期間は6年から8年ですが、一部の新しいグループでは、ユング派の心理療法のトレーニングを約4年に短縮しています。

現在、ユング派の研究には刺激的な盛り上がりがあります。児童分析、グループワーク、ボディワーク、およびアートセラピーへの関心が高まっています。ユング心理学とポストフロイトの対象関係理論のハイブリッドに対する関心も同様に高まっており、これは幼児期の発達と幼児期の傷の分析に焦点を当てています

(Cambray & Carter, 2004)。対象関係は、人々が他の人と関わる方法を表す不幸な用語です。このハイブリッドは、特に米国と英国でますます人気が高まっています。他の人は、ユングの理論のより時間や文化に縛られた側面を修正または破棄しています。2つの例は、現代の女性の現実に適合するユングの女性心理学と、ユングのアニマ-アニムス概念の再定式化です。アニマは、男性の女性的な部分を通して最も頻繁に表される女性の原型的なイメージであり、アニムスは、女性の男性的な部分を通して最も頻繁に表される男性の原型的なイメージです。ユング派は現在、かつて伝統的に「男性的」および「女性的」とされていた特徴を再評価し、ユングの類型論を再評価している。また、学術的著作と、広く受容的な聴衆に届く一般向け著作の両方において、現代生活に関連したイメージにまで類型論が拡張されている。フロイト、アドラー、ユングが袂を分かちようになって以来、深層心理学のさまざまな学派を分断していた悪感情や嫉妬は徐々に緩和されてきた。そのため、たとえば、全米精神分析認定協会には、かつては対立していたさまざまな学派の深層心理学者や研究所が参加しており、英国分析心理学ジャーナルは、アメリカ精神分析財団とシカゴとニューヨークのユング研究所が後援する年次会議を開催している。ユングと精神分析は袂を分かった。例えば、全米精神分析認定協会には、以前は対立していた多くの異なる学派の深層心理学者や研究所が参加しており、英国分析心理学ジャーナルは、アメリカ精神分析財団とシカゴとニューヨークのユング研究所が後援する年次会議を開催している。ユングと精神分析は袂を分かった。例えば、全米精神分析認定協会には、以前は対立していた多くの異なる学派の深層心理学者や研究所が参加しており、英国分析心理学ジャーナルは、アメリカ精神分析財団とシカゴとニューヨークのユング研究所が後援する年次会議を開催している。

人格

人格理論

ユングの人格理論は、人間のすべての部分が動的に一体となっているという概念に基づいています。精神は、集合的無意識（イメージ、思考、行動、経験の根底にあるパターン）とつながりを持つ意識的および無意識的な要素から構成されています。ユング理論によると、私たちが自分自身について意識的に理解する内容は、2つの源から来ています。1つ目は、人々が私たち自身について語ることなど、社会的現実との遭遇から得られ、2つ目は、私たちが他者を観察した結果から推測することです。他者が私たちの自己評価に同意するようであれば、私たちは自分が正常であると考えer傾向があります。同意しない場合は、自分自身を異常と見なすか、他者から異常と見られる傾向があります。

さらに、各個人には個人的無意識があります。これは、直接理解することはできず、夢や分析を通じて間接的にしかアプローチできない人格の領域です。個人的無意識は、ユングが集合的無意識と呼んだものの影響を受けます。集合的無意識は、元型的イメージや複合体を通して個人的無意識に表れる遺伝的人間的要素です。

したがって、事実上、人間の精神には2つの側面があります。1つは意識と呼ばれるアクセス可能な側面で、感覚、知性、感情、欲求から成ります。もう1つはアクセス不可能な側面で、個人的無意識には、忘れてしまったり否定したりした個人的経験の要素や、元型的イメージや複合体を通して識別できる集合的無意識の要素が含まれます。

ユングは、自己を人格を秩序立てて統合する元型的エネルギー、つまり人格が進化する包括的な全体性と定義しました。自己は個人の発達目標です。幼児は、すぐにサブシステムに分裂する単一の自己として、最初の全体性の状態からスタートします。この分裂を通じて、心と意識が発達し、生涯を通じて、健全な人格はより高い発達レベルで再統合されます。

自己の最も重要な断片である自我は、幼い子供が独立した存在としてのアイデンティティーを獲得したときに初めて現れます。幼少期の自我は、個人的および無意識的な素材の海に浮かぶ意識の島のようなものです。島は周囲の海から堆積物を集めて消化するにつれて、大きさと定義が増していきます。この自我は「私」、つまり思考、感情、欲求、身体感覚など、人が自分自身であると信じているすべてのものを含む実体になります。自我は意識の中心として、無意識の領域と外界の間を仲介します。人間の心理的発達の一部は、これらの各領域からの刺激をフィルタリングし、どちら側にも同一視したり、どちら側にも打ち負かされたりすることなく、強く回復力のある自我を作り出すことです。

個人的な影は、個人的な無意識の中で自我のバランスをとります。影には、自我の一部となり得る、またはそうあるべきであるが、自我がそれを否定したり、発展させようとしなかったりするすべてのものが含まれています。個人の影には、肯定的な側面と否定的な側面の両方が含まれます。影の要素は、夢の中で、夢を見る人と同じ性別の攻撃的または恐ろしい形で現れることがよくあります。また、憎まれている、または羨ましがっている個人やグループへの投影を通じて意識に噴出します。個人の影は、たとえば暴徒が愚かな暴力行為に夢中になっているときなど、集合的無意識から悪の原型的なイメージが現れる媒体となる傾向があります。影の素材と対峙し、それを意識化し、それに対する自分の反応を意識化することで、人格の重要な部分を意識に戻すことができます。これらは、成熟した人格にとって不可欠な作業です。

ユングは悪の現実を信じ、それが世界で増大する問題であると見なしました。ユングは、人間が悪を意識し、絶対的な悪の原型的で受け継がれたイメージに気づくことで、悪に立ち向かうことができると感じていました。ユングは、人間の悪に責任を持って立ち向かうということは、自分の影に潜むものを自覚し、悪の典型的なイメージに圧倒されるのではなく、それに立ち向かうこと、そして影の素材やコンプレックスを他の人、グループ、または国家に投影するのではなく、自分の邪悪な性向や行動に個人的に責任を取ることを意味すると考えました。

ペルソナは、社会における個人の公的な「顔」です。ユングは、俳優の顔を隠し、演じる役柄を示すギリシャの演劇の仮面にちなんでペルソナと名付けました。ペルソナは自我を覆い、自我の適切な側面を明らかにし、個人と社会との関わりを円滑にします。適切なペルソナを開発することで、思考、感情、アイデア、認識のプライバシーが確保されるだけでなく、それらが明らかにされる方法を調整することもできます。人々は自我と同一視できるのと同じように、ペルソナと同一視し、自分が演じることを選んだ役割そのものであると信じていることができます。

ユングは、人生の前半の課題は自我を強化し、他者との関係において世界で自分の立場を確立し、社会に対する義務を果たすことだと信じていました。人生の後半の課題は、自分の未発達な部分を取り戻し、これらの性格の側面をより完全に実現することです。彼はこのプロセスを個性化と呼び、この人生の課題が多くの高齢の

患者を分析に引き付けたと信じていました。ユングが言う個性化とは完璧さを意味したのではなく、完成と全体性を意味し、自分の性格のより否定的な部分を受け入れ、それに対して倫理的ではあるが個人的である対応をとることも含まれます。フォードム (1996) や現代のユング派の多くは、個性化は中年まで待つ必要はないと考えています。ユングは、人生の後半の課題として個性化を重視したため、生涯を通じて成長と変容が可能となり、彼の人格理論はフロイトのそれとさらに異なるものとなった。このように考えると、中年の危機はさらなる発展のための挑戦的な機会となる。

個性化のプロセスの一部は、個人の影の素材の同化だけでなく、精神における性同一性障害の要素、つまりユングがアニマ（女性の原型的イメージ）とアニムス（男性の原型的イメージ）と呼んだものの認識と統合にも関係しており、これらは無意識への架け橋として働く。アニマとアニムスの原型的イメージの形態と特徴は、異性の経験、文化的仮定、女性または男性の原型に基づいて、非常に個人的なものである。ジェンダーやジェンダーの役割については今日多くのことが流動的であるため、現在のイメージはもはやユングの時代のものとは一致せず、文化や経験の変化とともに変化している (Douglas, 2006)。この概念の現代的な再評価は、同性愛を自然な出来事として再評価する上で大きな期待を抱かせるものである。

類型論は、ユングが性格理論にもたらした最も重要かつ最もよく知られた貢献の 1 つである。『心理学的類型』（1921/1971）で、ユングは個人が世界に対して習慣的に反応するさまざまな方法について説明している。2 つの基本的な反応は、内向性と外向性である。ユングは内向性を自然で基本的なものとみなした。内向的な人のエネルギーは主に内側に流れ、現実には出来事、物、人に対する内向的な人の反応である。内向的な人は、豊かな内面世界を発達させ維持するために孤独を必要とする。彼らは友情を大切に、他者と数は少ないが深い関係を築く。一方、外向的な人の現実には、客観的な事実や出来事から構成される。外向的な人は、主に外部の物体を通じて現実とつながります。内向的な人は外部の現実を内面の心理に適応させますが、外向的な人は環境や人々に自分自身を適応させます。外向的な人は通常、コミュニケーションがうまく、友達を作りやすく、他の人との交流に非常に意欲的です。ユングは、国も人々も、主に内向的か外向的かのどちらかであると説明しました。たとえば、彼はスイスを基本的に内向的と見なし、米国は主に外向的であるだけでなく、内向性を不健康と見なす傾向があると見なしました。

類型論では、ユングは、人々が主に思考、感情、感覚、直観の 4 つの精神機能のいずれかを通じて現実を認識する傾向に基づいて、性格を機能タイプに分類しました。これらの 4 つの機能はそれぞれ、外向的または内向的な方法で経験できます。

ユングによると、完全な方向性を得るには、4 つの機能すべてが同等に貢献する必要があります。思考は認知と判断を促進し、感情は、物事が自分にとってどの程度、あるいはどの程度重要か、重要でないかを伝え、感覚は、見る、聞く、味わう、感じるなどを通じて具体的な現実を伝え、直観は、背景に隠れた可能性を予見することを可能にするはずですが、なぜなら、それらも与えられた状況の全体像の一部だからです。

(1921/1971, p. 518)

ユングによると、考える人は規則を見つけ、名前を割り当て、分類し、理論を展開します。感情型の人には、多くの場合、何かを好きか嫌いかに基づいて現実に価値を置きます。感覚型は、内的または外的現実を把握するた

めに五感を使用します。直観型の方は、過去と未来の現実に入り込むような勘と、他人の無意識から正確な情報を拾う能力を持っています。

ほとんどの人は、これらの4つの主要な機能の1つが優勢になって生まれてくるようです。優勢な機能は他の機能よりもよく使用され、より完全に発達します。多くの場合、人が成熟するにつれて二次的な機能が発達しますが、3番目だがより弱い機能、たとえば思考型の方の感情や直観型の方の感覚などは、影のように未発達のままです。ユングは最も発達していない機能の重要性を強調しました。大部分は無意識であり、シャドウやアニムス/アニマのサブパーソナリティで最初に見られることがよくあります。この未発達の機能は、意識に侵入すると問題を引き起こしますが、成熟した人格が気がなく消耗していると感じるときに現れ、創造性と新鮮さをもたらすこともできます。

人は1つの主要な態度と機能を発達させ、それからそれらに頼る傾向がありますが、時には不適切です。たとえば、主に思考するタイプは、何かが正しいか間違っているか、良いか悪いか、受け入れる価値があるか拒否する価値があるかを理解する方がよい場合でも、常に事実を考慮する傾向があります。

誰もが4つの機能すべてと内向性と外向性にアクセスできます。ユング派によれば、人格の発達には、まず優勢なタイプを洗練させ、次にあまり発達していない機能を培うことが含まれる。生涯にわたる発達では、第1の機能が成熟した後に第2の機能が成熟し、第3の機能がそれに続く。最も発達していない機能が最後に開花し、人生の後半に大きな創造性の源となる可能性がある。類型論は、個人差に満ちた人格そのものの地形よりもはるかに明確な青写真または地図であることを強調しておくことが重要である。

さまざまな概念

対立

ユング (1976) は、「対立は、すべての精神的な生活にとって、信じ難く不可欠な前提条件である」と書いています (p. 169)。当時の二元論に沿って、ユングは世界を善と悪、光と闇、肯定と否定などの一組の対立物として捉えました。彼は、意識と無意識、男性と女性、元型イメージの善い側面と悪い側面 (たとえば、養う側と貪る側)、自我と影などと対立する性格理論を考案しました。これらの対立物は活発に闘争し、この葛藤が精神に生み出す緊張を通じて性格が発達します。たとえば、女性の意識的なセクシュアリティは、夢の中で否定的で批判的な男性聖職者として現れるアニムス像と戦うことがあります。葛藤に巻き込まれた女性は、一方の極からもう一方の極へと行き、その分裂から神経症の症状を発症するかもしれない。自分のエロティシズムと精神性との闘いを意識の中にもたらし、それに注意深く従い、空想やセラピーの中で双方に声をあげることによって、女性は意識を高め、こうして自分のセクシュアリティと宗教的感情の対立する側面をより高い意識レベルで統合することができるかもしれない。

エナンティオドロミア

この言葉は、すべてのものは遅かれ早かれその反対に変わるといふヘラクレイトスの法則を指す。エナンティオドロミアを説明するために、ユングは険しい山道を登っている途中で笑い、楽な下り道で泣いた男の話をよくした。登っている間、彼は楽な下りを期待していたが、のんびりと下りている間に、自分が成し遂げた困難な上り坂を思い出した。ユングは、エナンティオドロミアが人類の歴史のサイクルだけでなく個人の発達も支配していると信じていた。彼は、意識を通してのみそのようなサイクルから逃れることができると考えた。ユングのヘラクレイトスの法則に対する信念は、彼の補償理論の根底にある。

補償

ユングは世界を一对の対立物に分けただけでなく、対立物が動的バランスを保っているのと同じように、人格におけるすべてのものが自己調節的にその対立物のバランスをとったり補完したりするという考えに基づいた理論を形成した。ユングはこの傾向を補償と呼んだ。したがって、個人的無意識は個人の意識のバランスを取り、その反対物の夢、空想、または身体症状を引き起こす。意識的な立場を固く保つほど、その反対物がイメージやシンボルの形で強く現れ、意識に突き抜けてくる。したがって、厳しく批判的な精神性を意識的に同一視する人は、無意識の中で活動的な売春婦像を持っている可能性があり、それがさらに抑圧されると、外の世界でスキャンダラスな同盟を引き起こす可能性がある。

超越機能

ユングは、和解のシンボル、つまり対立物の間に橋をかけるイメージを、補償機能または超越機能と呼んだ。これらのシンボルは、両者とは異なるが両者を結びつける第三の力によって、精神における相反する二つの態度や状態を統合する。ユングが「超越的」という言葉を使ったのは、そのイメージやシンボルが二つの相反するものを超え、またその間を仲介し、両者の間に新しい態度や関係性を可能にするからである。意識的な自我と個人的な無意識の相反するものを一緒にすると、人格の中に非常に緊張したエネルギーに満ちた葛藤が生じる。二つの相反するもの間の解決不可能と思われる葛藤の頂点に現れる特定のイメージは、予想外であると同時に避けられないものであり、対立する側を統合し和解させる力のあるエネルギーに満ちた電荷を持っている。アニメスである男性聖職者が彼女の女性的なセクシュアリティと争った女性は、ブドウの葉で冠をかぶせられ、蛇を祭壇の足元まで連れて行くという幻想を抱いていた。蛇は十字架を這い上がり、それに巻き付いた (Douglas, 2006)。

マンダラ

ユングはマンダラを全体性と人格の中心の象徴と定義した。マンダラという言葉は、円と四角形が互いに重なり合い、それぞれがさらに細分化された幾何学図形を意味するサンスクリット語に由来する。マンダラには通常、宗教的な意味があった。マンダラは、全体性の象徴として、またストレスのときの補償イメージとして、夢の中によく現れる。マンダラの例を図 4.1 に示します。

前エディプス期の発達

フロイトが人格発達のエディプス期を重視したのとは対照的に、ユングは前エディプス期の経験に焦点を当てた。彼は、早期の母子間相互作用の重要性を強調した最初の精神分析医の一人でした。母親と子の最初の関係は、人格の発達に最も基本的かつ深遠なレベルで影響を及ぼします。ユングは、父と息子のエディプスコンプレックスの複雑さよりも、この段階とその問題にはるかに多くの注意を払いました。彼は、良い母親/悪い母親の典型的なイメージを幼児の経験の中心に置きました。

意識の発達

ユングの理論では、幼児は一般的な意識の発達のパターンに従い、最初は原始的な融合の状態ですべて母親と完全に融合し、次に母親を時にはまったく良いものとして、時にはまったく悪いものとして認識することで部分的に母親から分離するとされています。子供は人類の一般的な歴史的発達に従い、父親と男性の価値観が最も重要である家父長制の段階で自己認識に現れます。この段階は男の子だけでなく女の子にも影響を及ぼし、女性の発達の障害と見なされています。しかし、自我がしっかりと確立されている場合、人は統合することができます。図 4. 1 マンダラ Werner Forman/Art Resource, NY 母なる世界と父なる世界を分かち合い、両方のエネルギーを統合してより完全な人格になる (Jung, 1934a/1970; Ulanov, 2007; Whitmont, 1997)。

精神病理学

精神病理学は、主に母子関係の早期に生じる問題や葛藤に由来しますが、他のストレスによって悪化します。精神はそのような不調和に注意を向け、対応を求めます。精神は自己調節システムであるため、病的な症状は完全性を求める欲求不満から生じ、しばしばその症状の中に治癒の手がかりを含んでいます (Hollis, 2008)。したがって、たとえば、同じ人に対する愛と憎しみの極端な切り替えは、境界性人格障害の個人の特徴であり、幼児期の発達の欠陥に注意を喚起します。

防衛機制

防衛機制は、コンプレックスの猛攻撃を生き延びようとする精神の試みと見なされています。防衛機制は、正常な防御モードと破壊的な防御モードの両方を表すことができます。ユングは、頑固に保持された防衛は不均衡を引き起こし、その注意喚起が無視されるとますます病的になると感じていました。例えば、退行は人がその状態にとどまったときにのみ病的となる防衛手段です。ユングは、退行は多くの場合、個人のその後の個人的な成長の前兆となる統合と再生の自然に必要な期間であると感じていました。

心理療法

心理療法の理論

ジークムント・フロイトの主に分析的で還元主義的なシステムに、カール・ユングは精神の合目的性を含む統合を加えました。ユングによると、人格は自己治癒能力を持っているだけでなく、経験を通じて拡大します。ユング (1934b / 1966) は、次の4つの信条に基づいて心理療法システムを構築しました。(1)精神は自己調

整システムである、(2)無意識には創造的で補償的な要素がある、(3)医師と患者の関係は自己認識と治癒を促進する上で重要な役割を果たす、(4)人格の成長は生涯を通じて多くの段階で起こる。

ユングは、神経症は人が重要な現世的または発達の課題を軽視したり、尻込みしたりするときに現れる傾向があることを発見しました。神経症は人格の均衡が乱れた症状です。したがって、苦痛の症状だけでなく、人格全体を考慮する必要があります。精神療法士は、個別の症状に集中するのではなく、根底にあるコンプレックスを探します。症状とコンプレックスは、「患者の秘密、患者が打ち砕かれる岩」を隠したり明らかにしたりする重要な手がかりです (ユング、1965、p. 117)。ユングは、セラピストが患者の秘密を発見すると、治療の鍵が手に入ると述べました。

明白な症状、夢、空想は、患者の意識に隠されたコンプレックスを分析者に明らかにすることができます。分析的な心理療法士は、過去の出来事やトラウマに根ざした秘密、コンプレックス、神経症を、特に医師と患者との関係において、現在の機能にどのように影響するかを見極めながら対処します。また、コンプレックスの作用を通じて意識に現れる典型的なパターンを認識することによっても、分析心理療法は機能します。

分析心理療法は、「正常な人々の精神のおよび道徳的葛藤」も扱います (Jung, 1948/1980、p. 606)。ユングは、葛藤に対する人の意識の程度と、根底にあるコンプレックスによって発揮される力の量に応じて、正常な葛藤と病的な葛藤を区別しました。意識的内容と無意識的内容の分離のレベルは、障害の強さと病理の程度を反映しています。ユングは心理療法の理論について頻りに講義しましたが、心理療法の実践は「知的要素だけでなく、感情的価値、そして何よりも人間関係という重要な問題も伴う」とも宣言しました (Jung, 1948/1980、p. 609)。患者と分析家との対話とパートナーシップは、おそらく治療において最も重要な役割を果たします。ユング自身は、自身の理論の信条に従い、それを各症例のニーズに合わせて適応させた、非常に有能なセラピストでした。この理論と個人の方程式の相互作用は、分析心理学全体、特に心理療法の実践に創造的なエネルギーを与えます。

分析心理療法は、本質的には、患者の人格の成長、治癒、およびより高い機能レベルでの新しい統合を促進するために行われる2人の対話です。分析関係によって、人は個人的な問題に取り組み、自分の内面と外面の世界をより深く理解します。この関係の重要性のため、セラピストの性格、トレーニング、発達、および個性化は、治癒プロセスにとって非常に重要です。ユングは、分析家のトレーニング分析だけでなく、分析家による絶え間ない自己検討も重視しました。次に、同じくらい重要なこととして、彼はセラピストの患者への敬意、患者の価値観への配慮、および「最高の機転と…」を高く評価しました。ユングは、心理療法士が心霊的素材に対して「芸術的感受性」を持つべきだと主張した (ユング、1934b/1966、169 ページ)。ユングは、セラピストが患者を社会文化的側面を含む多くの角度から考慮する必要があると書いている。「心霊的行動様式は、確かに、極めて歴史的な性質を持っている。心理療法士は、患者の個人的経歴だけでなく、現在と過去の両方の環境で広く見られる精神的、霊的な仮定にも精通していなければならない。そこでは、伝統的、文化的影響が役割を果たし、しばしば決定的な役割を果たす」 (ユング、1957、vii-viii ページ)。

セラピーにおける2人の相互影響を強調することにより、ユングは転移と逆転移の両方の現象に焦点を当てた最初の精神分析医の1人となった。セラピーを1人の人が別の人に対して行うものとみなすのではなく、

患者に変化が起こるにはセラピストが影響を受ける必要があるとユングは認めた。ユングは、患者の無意識が分析医に及ぼす影響と、分析医がこの力を受け入れる必要があることを強調しました。治療者が有益な役割を維持しようとするなら、治療者自身の分析と継続的な自己検討が不可欠です。

心理療法のプロセスは、特定の目標が達成されるか、特定の問題が克服された時点で停止することができます(多くの場合、停止する必要があります)。しかし、最も完全な形の分析的な心理療法は、自己実現、つまり患者が自分の潜在能力を最大限に発見し、それに応じて生きるのを助けるといった目標を持っています。したがって、ユング派の心理療法は、コンプレックスの解決、意識の強化、自我の発達を超えて、精神をより深く理解することを含んでいます。このプロセスを通じて、患者はより深い個人的な自己認識と、自分自身、他者、そして世界全体との関係を改善する能力を獲得します。

マイケル・フォードム(1996)とその追従者たちは、幼い子どもの行動を注意深く観察し、子どもと子ども時代を分析して、コンプレックスの背後にある主な幼児期の傷に焦点を当てることで、ユングの心理療法の基本理論を豊かにした。空想の題材の分析を含む、幼少期の経験の分析を重視するユング主義者はますます増えている。彼らはまた、現在の行動についての言葉による解釈と説明の価値も強調している。このアプローチの結果、ユング心理療法と新フロイト派、多くの場合クライネ派の精神分析が統合された。

ユング心理療法のもう一つの大きな動きは、主な分析方法としての言葉による解釈の価値に疑問を投げかけるものである。代わりに、患者の情動、感情、身体意識が強調され、セラピストは主観的かつ共有された経験という伝統的に女性的な領域を使用する傾向が強い(Douglas, 2006; Ulanov, 2007)。ウィルマー(1986)は、患者とセラピストが対等に接する治療環境において、感情が中心的な主題であるとしている。サリバン(1989)、シーゲルマン(1990、2002、2003)、チョドロウ(1997、2006)は、主観的感情の重要性に焦点を当てている。彼らは、分析家の共感、自由に浮遊するまたはホバリングする注意、および共有された比喩的イメージを強調している。また、分析心理療法において無視されてきたが重要な側面の理論的基礎を提供している。

ジョン・ビーブ(1992)は、分析家が患者から与えられるさまざまな刺激に対して自らを開く「能動的受動性」を強調している。ビーブは、心理療法の主題は、しばしば恥ずかしいと感じられる繊細な秘密に関するものであるため、心理療法では個人のプライバシーの侵害が避けられないと指摘している。これらの秘密を注意深く調べると、身体的または心理的空間の初期の侵害を思い出し、癒すことができる可能性があります。デリケートな主題であるため、セラピストは患者の境界の完全性を尊重し尊重する倫理規定を遵守する必要があります(Zoja, 2007も参照)。ベックベは、心理療法における倫理的原則は、患者の自尊心を保護する必要性から派生するが、同時に治療環境の完全性と分析的な心理療法の進歩に不可欠な信念も保護する必要があると示唆している。

これらの見解は、患者優先というユングの考えに忠実であり、心理療法の主な目的は究極的には患者の不幸を治癒したり軽減したりすることではなく、患者の自尊心と自己認識を高めることであるというユングの信念も維持している。この拡大した自己意識には平和感と、苦しみと喜びの両方に対するより大きな能力が伴い、患者は自分の行動に対して個人的責任を取る可能性が高くなる。

心理療法のプロセス

心理療法は誤りを犯す同等の者の間で行われるが、患者と分析家の役割と責任が異なることを認めている点で、アンドリュー・サミュエルズ (2001) の「非対称な相互性」という用語の方が同等の者というよりも好ましいかもしれない。ユング (1933/1966) は、心理療法の過程を告白、解明、教育、変容の4つの段階に分類しました。

告白

最初の段階である告白は、カタルシス的な個人史の語り直しである。この段階では、患者は意識的および無意識的な秘密をセラピストと共有する。セラピストは非批判的で共感的な聞き手となる。ユングは、告白によって心理療法の基本的材料が表面化することを発見した。告白によって人々は追放されたという気持ちが薄れ、人間社会における自分の居場所を取り戻す。分析医は、罪悪感という毒を排出する受容的態度でこのプロセスを促進し、同時に長い間人質にされていた感情を解放する。しかし、告白のプロセスは、転移を通じて患者をセラピストに結び付ける傾向がある。

解明

解明の間、セラピストは転移関係だけでなく夢や空想にも注意を向け、転移をその幼少期の起源に結び付ける。この段階の目標は、情緒的レベルと知的レベルの両方での洞察である。ユングは、この手順の成功の結果は、人が「自分の欠点に対して正常に適応し、我慢できるようになること、これが感傷や幻想からの解放とともに、その人の道徳的指針となる」ことであると述べている (ユング、1933/1966、p. 65)。

教育

3番目の段階である教育では、患者を適応した社会的存在としての個人の領域に移行させる。告白と解明は主に個人の無意識の探究を伴うのに対し、教育はペルソナと自我の課題に関係する。この段階で、セラピストは患者が日常生活の中で積極的かつ健康を促進する役割を果たすよう促す。以前は主に知的なものであった洞察が、責任ある行動に変換される。

変容

多くの人は最初の3つの段階が完了するとセラピーをやめるが、ユングは、特に人生の後半にある人の中には、さらに進むよう駆り立てられる人もいるようだと言及した。これらの患者の場合、転移の幼少期の起源が徹底的に探究されたとしても、転移は消えない。これらの人々は、最終段階である変容へと導く、より深い知識と洞察力への欲求を感じています。ユングはこれを自己実現の期間と表現しました。この段階の人は、意識的な経験だけでなく無意識的な経験も重視します。自己の原型的なイメージは、転移だけでなく夢や空想にも現れます。この全体性の原型的なイメージは、患者が、責任ある誠実さの感覚を失うことなく、自分になり得るすべてのものを包含する、独自の個人的自己になるよう促します。

この最もユング的な段階では、転移-逆転移はさらに深刻になり、患者に起こることは「今度は医師にも起こらなければなりません。そうしないと、医師の性格が患者に不利に作用することになります。医師は、他人の困難を治療することで、自分の困難を回避することはできなくなります」(ユング、1933/1966、p. 74)。患者に何か変化が起こる前に、分析医は自分の人生で困難に直面しなければならないことがよくある。ユングは、自分がかかなり有名になりつつあり、自分を崇拜する女性患者を治療していたときのことを例に挙げた。自分が患者たちから遠ざかりすぎていて、特にこの女性に対して優越感を抱き始めていることに気づくまで、何も変わらなかった。そして、ユングは、彼女がまるで女性の神であるかのように、その女性の前でひざまずいている夢を見た。これで現実に戻り、分析は再び進み始めた。

ユングは、キャリアの後半で、この段階を錬金術との一連の類似性を通して説明した。中世の錬金術のシンボルとプロセスは、錬金術師がほとんどの場合2人1組で作業し、一連の段階を経て何らかの基本的な材料を金に変えようとしながら自分の精神を調べていたことを示す記録を残していたという点で、心理療法のプロセスのものと似ていることを彼は発見した。ユングが自己実現をプロセスの一部として取り入れたことで、心理学の範囲は計り知れないほど広がり、分析的な心理療法が人間の潜在能力、意識研究、場の理論の領域にまで及んだ。

ユングは変容段階にますます興味を持つようになり、ケーススタディの材料の多くをそこから集めた。彼は、この段階で転移と夢の象徴が個人的なものから典型的なものへと変化することを発見した。ユングは、治療の最初の3段階で個人的な父親のイメージをユングに投影した患者のケーススタディでこのプロセスを説明した。しかし、彼女が変容段階に達すると、父親を良き父親として見る彼女の夢は変化した。今や彼女は、熟した小麦畑の上にそびえ立つ巨大な父親像を夢見ており、彼女がこの巨人の手のひらに寄り添うと、彼は吹く風のリズムに合わせて彼女を揺り動かした。ユングはこれを植物の神の形をした偉大なる父の典型的なイメージと解釈し、小麦の熟れとともに、患者が分析の最終段階に入っている合図であると主張した (Jung, 1935b/1966)。

ユングは、分析プロセスの各段階は、あたかもそれ自体が目標であるかのように、最終感覚を伴っているように見えると指摘した。各段階は一時的な目標、または部分的な分析の終点になり得るが、4つすべてが完全な分析に属する。各段階は重なり合ったり同時進行したりすることができ、順序も期間も固定されていないため、どの段階も他の段階を排除することはない。

心理療法のメカニズム

転移の分析

ユング派の心理療法士は、深層心理学のすべての実践者と同様に、転移が治療全体を通じて重要な役割を果たしていることに同意しているが、この考えはユング理論では異なる響きと複雑さを帯びている。ユングはタヴィストック講義 (ユング、1935c/1980) で転移そのものの分析の4段階を説明した。第一段階では、転移は、セラピストに投影され、患者の個人史を映し出す。患者は、以前の関係を一つ一つ解決していく中で、分析医が問題のある人物であるかのように、分析医と関わる。これはセラピーにとって非常に役立つ。なぜな

ら、退行を可能にし、過去を診察室に持ち込むからである。この段階での3つの目標は、投影が他人のものではなく自分自身のものであると患者に理解させること、分析医から投影を引き出すこと、そして投影を患者自身の人格の意識的な一部として統合することである。ユングはこの最初の段階について次のように書いている。「真に成熟した態度を確立するためには、患者は、自分にとって問題を引き起こすように見えるこれらのイメージすべての主観的価値を理解しなければならない。患者はそれらを自分の心理に同化させなければならない。患者は、それらがどのような形で自分自身の一部であるかを見つけなければならない」(ユング、1933/1966、p. 160)。

ユングは、転移の社会文化的要素と原型的要素を考慮することによって、転移の範囲を拡大した。これらの非個人的な側面は、セラピストにも投影される。転移分析の第二段階では、患者はセラピストに投影する個人的な内容と非個人的な内容を区別することを学ぶ。つまり、自分の精神に属するものと、文化や元型の集合的領域に属するものとを判断するのである。非個人的なものは同化することはできないが、それを投影する行為は止めることができる。巨木神を夢に見た女性の場合、ユングは、このイメージが超個人的なものであり、そのイメージとの個人的なつながりの必要性を反映していることを彼女が理解できるように手助けした。彼女は、自分のもの、ユングのもの、そして偉大なる父の非個人的な元型イメージのものとの違いを理解したとき、イメージの力とより癒しの関係を築くことができた。

転移分析の第三段階では、分析者の個人的な現実が、患者が彼または彼女に割り当てたイメージと区別されるようになる。この段階では、患者はセラピストを普通の人間として関わり始めることができ、セラピストの性格が極めて重要な役割を果たします。最終段階では、転移が解決され、より深い自己認識と自己実現が起こるにつれて、セラピストに対するより真実の評価が生まれ、患者とセラピストの間のより率直で共感的なつながりも生まれます。

能動的な想像力

患者が無意識の素材と触れ合うのを助けるために、ユングは彼自身の自己分析に基づいた瞑想的なイメージの一形態を教えました。これは能動的な想像力として知られるようになりました。

このプロセスでは、心をクリアにして激しく集中することが求められ、そうすることで内なるイメージが活性化されます。患者はこれらのイメージを観察し、動きが観察されるまで常に心をそれらに戻します。動きが観察されると、患者はシーンに入り込み、画像またはアクションの一部になります。患者は、起こっていることにリラックスした瞑想的な注意を払うように指示されます。イメージが止んだ後、患者は物語を書く、描く、ペイントする、または踊ることさえします(Chodorow、2006年、Douglas、2008年、Salman、2009年)。能動的な想像力を働かせるための出発点は、気分、コンプレックス、強迫観念や感情、または夢のイメージです(Chodorow、1997、2006年)。能動的な想像力により、無意識のイメージはほとんど意識的な介入なしに現れますが、目撃意識が存在するため、夢よりも集中しています。

今日のセラピストは、無意識のイメージをこのように扱うには、患者が強い自我を持っている必要があることを強調します。より強い自我が現れない限り、患者の個人的な日常の現実が治療の主な焦点となります。典型

的なイメージや空想が現れる場合、それは能動的な想像力を通してではなく、より客観的で現実的で個人的な方法で根拠づけられる必要があります。

心理療法のメカニズム

転移の分析

ユング派の心理療法士は、転移が治療全体を通じて重要な役割を果たしているという点で深層心理学のすべての実践者と同意しているが、この考えはユング理論では異なる響きと複雑さを帯びる。ユングはタヴィストック講義 (Jung, 1935c/ 1980) で、転移自体の分析の 4 つの段階について説明している。第 1 段階では、セラピストへの転移投影が患者の個人的履歴を反映する。患者は、以前の関係をそれぞれ処理する際に、分析医に対して、まるで問題のある人物であるかのように接する。これはセラピーにとって非常に貴重な助けとなる。なぜなら、退行を可能にし、過去を診察室に持ち込むからである。この段階での 3 つの目標は、投影が他人のものではなく自分自身のものであると患者に理解させること、投影を分析医から引き離すこと、投影を患者自身の人格の意識的な一部として統合することである。ユングは、この第一段階について次のように書いている。「真に成熟した態度を確立するためには、患者は、自分にとって問題を引き起こすように見えるこれらのイメージすべての主観的価値を理解しなければならない。患者は、それらを自分の心理に同化しなければならない。そして、それらがどのような点で自分自身の一部であるかを見つけなければならない」(ユング、1933/1966、p. 160)。ユングは、転移の社会文化的要素と原型的要素を考慮することによって、転移の範囲を拡大した。これらの非個人的な側面も、セラピストに投影される。転移分析の第二段階では、患者はセラピストに投影する個人的な内容と非個人的な内容の区別を学び、自分の精神に属するものと文化と原型の集合的領域に属するものとを判断する。非個人的なものは同化できないが、それを投影する行為は止めることができる。巨木神を夢に見た女性の場合、ユングは、このイメージが超個人的なものであり、そのイメージとの個人的なつながりの必要性を反映していることを理解できるように助けました。彼女は、自分のもの、ユングのもの、そして偉大なる父の非個人的な原型的イメージのものとの違いを理解したとき、イメージの力とより癒しの関係を築くことができました。転移を分析する第 3 段階では、分析者の個人的な現実が、患者が割り当てたイメージと区別されます。この段階で、患者はセラピストを普通の人間として関係づけ始めることができ、セラピストの性格が重要な役割を果たします。最終段階では、転移が解決され、自己認識と自己実現が進むにつれて、セラピストに対するより真実の評価が生まれ、患者とセラピストの間にはより率直で共感的なつながりが生まれます。能動的な想像力 患者が無意識の素材に触れられるようにするために、ユングは、患者が無意識の素材に触れられるように助けるために、セラピストの性格を分析することにしました。ユングは、自身の自己分析に基づいた瞑想的イメージの一形態を教えました。これは能動的な想像力として知られるようになりました。このプロセスでは、内なるイメージを活性化できるように、心をクリアにして集中する必要があります。患者はこれらのイメージを観察し、動きが観察されるまで常に心をそれらに戻します。動きが観察されると、患者はその場面に入り込み、絵や動作の一部になります。患者は、起こっていることにリラックスした瞑想的な注意を払うように指示されます。イメージが止まった後、患者は物語を書く、描く、ペイントする、または踊ることさえします (Chodorow、2006 年、Douglas、2008 年、Salman、2009 年)。能動的な想像力を行使するための出発点は、気分、コンプレックス、強迫観念や感情、または夢のイメージである可能性が

あります (Chodorow、1997 年、2006 年)。能動的な想像力により、無意識のイメージはほとんど意識的な介入なしに明らかになるが、目撃意識が存在するため、夢よりも焦点が絞られている。

今日のセラピストは、無意識のイメージをこのように扱うには、患者が強い自我を持っていないと強調する。より強い自我が現れるまで、患者の個人的な日常の現実がセラピーの主な焦点となる。元型的なイメージや空想が現れる場合は、能動的な想像力を介するよりも、より客観的で現実的で個人的な方法で根拠づけられる必要がある。

夢分析

すべての人が夢を覚えているわけではないし、ユング療法を受けるすべての人が夢について話すわけでもない。しかし、夢が提供する視点は、目覚めている自我の一方的な性質を補うことが多い。ユングによれば、夢は、伝統的なフロイトの見解のように必ずしも隠蔽するものではなく、常に満たされない願望を意味するわけでもなく、標準的な象徴学に従って解釈できるものでもない。夢は、意識的な出来事と同じくらい真剣に注意を払い、受け止める必要がある何かを正確に表現したものです。夢は、願望や恐怖を表すことがあります。夢は、夢を見る人が抑圧したり、声に出すことができない衝動を表現したりすることも多く、外部の問題と内部の問題の両方に対する解決策を示すこともあります。夢は、患者の隠れた内面生活を明らかにする上で非常に価値があり、進化する象徴的なイメージを通じて、患者の精神に起こっている変化を明らかにします。たとえば、治療の開始時に、女性は敵対的な男性が家に押し入る夢を見ることがあります。彼女が過去のトラウマに対処し、自分の男性的なエネルギーを探求して統合し始めると、これらの悪意のある男性像はゆっくりと変化します。長い一連の夢の後半では、その人物は友人、助け手、ガイドに変わることがよくあります。彼らの前向きで役立つ行動は、以前の脅迫的な態度とは著しく対照的です。夢を通して無意識の典型的なイメージを観察することで、人格は自分自身を制御することができます。

分析的な心理療法士は、患者の意識的な態度との関係において夢が果たす役割を探します。セラピストは、多くの場合、まず客観的なレベルで夢を探り、それが実際の人物や状況をどのように正確に描写しているかを考慮します。次に、夢は、患者自身の行動や性格について何を明らかにするかを探ります (Mattoon, 2006)。ユングは、強情な父親が車を壊す夢を見た若者の例を挙げました。ユングは、まず客観的な現実を調査しましたが、患者の心に響くものはほとんど見つかりませんでした。しかし、主観的なレベルでは、夢は、父親や権威ある立場にある他の男性を過度に理想化し、自分自身の無頓着な部分を無視する少年の傾向を補いました (Jung, 1934c/1966)。この患者を治療する際、ユング派セラピストは、イメージに似た何かが治療を妨げていないか、たとえば、セラピストまたは患者のどちらかが、態度や行動によって分析を無謀に危険にさらしていないかを確認します。夢分析では、無意識と夢の方が、セラピストの解釈よりはるかに頼りにされます (Bosnak, 1996)。ユングは、解釈が正確でない場合は、別の夢が必ず誤った理解を修正すると信じていました。

夢の種類

最初の夢、繰り返し見る夢、影の要素を含む夢、セラピストやセラピーに関する夢は、セラピストにとって特に有用です。セラピーの開始時または開始間近の最初の夢は、特定のセラピーがたどる道筋や、発生する可能性のある転移の種類を示すことがあります。たとえば、女性患者がセラピストが自分を見ることも聞くこともせず、代わりに美しい翡翠の置物を称賛する夢を見た最初の夢によって、セラピーが短くて失敗に終わることが予測されました。患者は別の分析者に切り替え、次に自分が母ヒョウに乱暴に毛づくろいされている子ヒョウの夢を見ました。この最初の夢は、新しいセラピーの経過にとって良い前兆でした。患者はセラピストの激しい母親的態度から多少の苦痛を感じたものの、セラピーの過程で本能的な性質とのつながりを取り戻し、自分自身の女性的な力を発見した。

繰り返し見る夢、特に幼少期の夢は、問題のあるコンプレックスや抑圧されたトラウマ的な出来事を示唆している。トラウマでは、夢は写真のようなリプレイのままである。セラピーの過程で、夢はフラッシュバックの正確さから、より現実的でなく中立的なイメージに変わり、最終的には患者が何らかの制御を及ぼすシナリオが含まれるようになる (Kalsched, 2009; Wilmer, 1986)。怒り、暴力、または不道徳な行為を含む夢は、セラピストが認識するよりも患者の影をより明確に示している (Kalsched, 1996)。これは、材料が患者から来ており、人格の無意識の部分が別の部分にコメントしているためである。セラピスト、設定、あるいは、療法そのものが、患者が気づいていないか恐れている転移感情を明るみに出すこともあります。夢は、患者と分析医の双方にシンボルと言語を提供します (Douglas, 2006; Whitmont & Perera, 1992)。

夢は療法を進めるだけでなく、妨げることもあります。これは、患者が夢の内容を大量に持ち込んで療法の時間を埋めるために使用する場合、現実と向き合うよりも夢の世界にとどまることを好む場合、または感情や気持ちと関わることを拒否して夢から距離を置く場合に起こります (Whitmont & Perera, 1992; Mattoon, 2006)。セラピストは、この行動をしばらく観察し、適切なタイミングで患者の注意を引いて、これらの防衛策の理由を探ることができます。

応用

誰を助けることができますか？

ユング派が診る患者のタイプや採用する療法の形態には幅広い自由度があります。ユング派のセラピストは、あらゆる年齢、文化、機能レベルの人々を治療します。分析療法は、人生でよくある問題や、それに伴うストレス、不安、抑うつ、自尊心の低下などの症状に直面している人々に適しています。また、重度の人格障害や精神病を患っている人々の治療にも有効です。分析心理療法士が治療対象として選択する問題は、その分析者の性格、能力、訓練によって異なります。特定のタイプのセラピストは特定の患者を引き付けるようですが、患者ごとに状況は異なります。セラピストの技法は、特定の患者や状況に適応できるほど柔軟でなければならず、また、セラピストが専門知識の限界内で働けるほど堅固でなければなりません。

分析心理療法の最も興味深い応用には、重度の人格障害のある人々、精神病患者の入院治療およびフォローアップ治療などがあります。ユング派のセラピストの中には、短期の精神力動的な心理療法を専門とする者もあり、薬物乱用者、虐待を受けた女性、性的虐待を受けた人々を治療している。分析家の中には、ユング理論に

フェミニズムを統合し、伝統的な性別役割を再評価したり、性的トラウマに対処している患者を引き付ける者もいる。創造的、宗教的、人間関係、性的問題を抱える人々を対象にした革新的な取り組みも行われている。

他の深層分析を受けた人々が、以前の分析では自分の精神の次元に触れられなかったと感じて、ユング派の分析を受けることが増えている。また、特により典型的に分析されたユング派の人々は、自分自身の自己認識のギャップを埋めるために、何らかの形の対象関係療法を求める。

対話療法によく適応する患者は、内省が可能で、退行しながらもセラピストと協力関係を維持できる人々である。境界性人格障害のような自我があまり健全でない人々を扱う分析心理療法士は、支援的な自我構築に焦点を合わせるようにその技法を適応させる。他の患者は、人間社会でより容易に生きること、他者とよりよい関係を築くこと、有意義な仕事を通じて自分自身を確立し維持することを学ぶために、治療の最初の3つの段階(告白、解明、教育)のいずれかに留まる必要があるかもしれない。

分析心理療法は、中年の危機を経験し、人生の後半、老年期や病気、あるいは死と向き合うことの問題に関心を持つ人々に特に有益である (Godsil, 2000)。Dieckmann (1991) は、中年期に個性化のプロセスに引き寄せられる3つのタイプの人々について言及している。分析的な心理療法は、自分自身の中に深い意味を見出し、内面世界をさらに探求したいと願う人々、若い頃の目標を達成できなかったことに気づいた人、またはその目標が不十分であったり、もはや魅力的ではないと感じている人々、そして目標を達成したものの、世俗的な成功に伴う問題に直面している人々を対象としています。ユングの理論の範囲は非常に広く、最終原因と現状維持に関係しているため、人生にもっと深い意味を求め、人々がお互いに与える影響や世界の存続に関心を持つ多くの人々も、分析的な心理療法に惹かれます。

治療

ユングは、患者を治療する際に、さまざまな様式、設定、スタイルを受け入れました。今日、分析的な心理療法は、ほとんどの場合、決まった時間と場所で、定額の料金で行われます。多くの場合、対面で行われ、セラピストと患者は両方とも着席しますが、多くの分析家は時々、または当然のこととしてソファを使用します。

ユング派の分析家は、身体の動き、劇化、アート、サンドトレイ、またはこれらの方法を折衷的に組み合わせて使用します。分析家によって主な療法のモードが異なるのと同様に、タイミングも異なります。米国でのセッションは、ほとんどの場合、週1回または2回、45分から50分ですが、3回も珍しくありません。よりクライン派のセラピストは、週4回から5回を好みます。タイミングはさまざまで、入院中のクライアント、問題のある子供、病人または重度の障害を持つ人のために、より頻繁で短い訪問が含まれることがよくあります。

マネージド ケアが治療の様式と期間に与えた影響により、短期療法の実験がいくつか行われました。また、マネージド ケア システムの外で完全に診療を行う分析家が大幅に増加しました。これらの変更が診察する患者のタイプに与える影響はまだ研究されていません。

グループ療法

個人療法の補助および増幅として、個人が約 6 人から 10 人のグループに会うことがあります。メンバーは通常、グループを運営する分析家の患者ですが、一部の分析家は紹介を受け付けます。ミーティングは、通常、週 1 回、約 90 分間行われます。グループは通常、性別、類型、年齢、問題の種類バランスが取れるように慎重に選ばれます。単一の問題または単一の性別のグループを運営するセラピストもいますが、さまざまな患者が混在する方が一般的です。グループセラピーを受けることは、トレーニング中の分析医に提案または要求されています。状況は対立的であると同時に支持的である傾向があるため、患者は十分な自我の強さを必要とします。グループセラピーは、ユング派の心理療法に惹かれる内向的な人に特に適していることがわかっています。また、分析を理性化または美化したり、そうでなければ自分の感情から身を守ろうとする患者や、個人セラピーで学んだことを実際の生活に応用できなかった患者にも推奨されます。

グループワークは、ディスカッション、夢分析、能動的な想像力、心理劇、ゲシュタルト、生体エネルギー療法などを通じて治療上の問題に焦点を当てます。しかし、グループが最も効果的になるのは、コンプレックスが活発になり、グループのメンバー間のさまざまな衝突、同盟、対立を通じて特定の問題が現実になったときです。グループセラピーに参加することで、個人は他者との交流を体験し、現実を検証し、自己を明らかにし、明確なフィードバックを与える際に、共通の人間性を体験することができます。グループ内では、患者は守秘義務に同意しなければなりません。患者がミーティングの合間に交流するかどうかは、グループと特定のセラピスト次第です。

ミーティングの過程で、個人は自分の影（自分自身では認めることができない性格の部分）をグループに投影する傾向があり、グループは必然的に個人が隠している性格の部分を持ち上げます。抵抗は、個人セラピーよりもグループの方が目立ちやすく、より簡単に対処できます。グループでは家族が再構成されるため、兄弟間の対立や家族内での個人の立場の問題の再創造など、家族の力学に関する問題が生じます。したがって、グループの各メンバーは、個人療法では不可能な方法で家族の問題に取り組むことができます。分析医との転移の問題をグループに移し、この領域でも取り組むことができます。グループでは、分析医の影もより明確に見られます。個人療法で分析医が強力すぎると感じていた患者は、グループワークではセラピストに対する感情を表現できる場合があります。グループ療法を受けた患者は、そのプロセスの難しさだけでなく、最も弱い面や傷ついた面をグループが受け入れることで生まれた感情の深さについても述べています。彼らは、グループワークの後、回復力が増し、社交の場での気楽さが増し、自分自身をより受け入れられるようになったと報告しています。一方、グループは必然的に、個人が隠している性格の部分を持ち上げます。抵抗は、個人療法よりもグループの方が目に見えることが多く、より簡単に対処できます。グループは家族を再構成するため、兄弟間の対立の再創造や家族内での個人の立場の問題など、家族の力学の問題が生じます。したがって、グループの各メンバーは、個人療法では不可能な方法で家族の問題に取り組むことができます。分析家との転移の問題はグループに移行し、この領域でも取り組むことができます。分析家の影もグループでより明確に見ることができます。個人療法で分析家の力が強すぎると感じた患者は、グループワークではセラピストに対する感情を表現することができるかもしれません。グループ療法を受けた患者は、プロセスの難しさだけでなく、グループが自分の最も弱い面や傷ついた面を受け入れることで生じる感情の深さについても述べています。グループワークの後、参加者は回復力が増し、社交の場での気楽さが増し、自分自身が受け入れられるようになったと

報告しています。一方、グループは必然的に、個人が隠している性格の部分を持ち上げます。抵抗は、個人療法よりもグループの方が目に見えることが多く、より簡単に対処できます。グループは家族を再構成するため、兄弟間の対立の再創造や家族内での個人の立場の問題など、家族の力学の問題が生じます。したがって、グループの各メンバーは、個人療法では不可能な方法で家族の問題に取り組むことができます。分析家との転移の問題はグループに移行し、この領域でも取り組むことができます。分析家の影もグループでより明確に見ることができます。個人療法で分析家の力が強すぎると感じた患者は、グループワークではセラピストに対する感情を表現することができるかもしれません。グループ療法を受けた患者は、プロセスの難しさだけでなく、グループが自分の最も弱い面や傷ついた面を受け入れることで生じる感情の深さについても述べています。グループワークの後、参加者は回復力が増し、社交の場での気楽さが増し、自分自身が受け入れられるようになったと報告しています。

家族療法と夫婦療法

ユング派の分析家は、何らかの分析家族療法を用いたり、患者をそのような療法に紹介したりすることが多い。分析家は、カップルや家族を時にはひとつの単位として、時には別々に見たり、共同家族療法を行ったりする。ユング派の用語、特に類型論、アニマとアニムス、影、投影の概念を使用することで、家族やカップルが自分たちの力学を識別し、振り返ることができる言語が形成される。

セラピストは、カップルや家族のメンバーに類型論テストを実施することが多い。その解釈を通じて、家族のメンバーは、自分たちの違いの原因の1つは類型論の問題かもしれないと気づく。相違点は類型の衝突として解釈すると、より簡単に受け入れて対処することができ、また、各家族メンバーの態度と機能のタイプ(内向性と外向性、思考、感情、感覚、直観)の特定の組み合わせを知ることによって、家族間のコミュニケーションが改善される。家族のメンバーはそれぞれ現実を異なる類型で捉えることが多いため、人々は自分とは正反対の類型のパートナーを選ぶことが多い。

家族やカップルを相手にしている分析家は、メンバーのシャドウやアニマ/アニムスが他の家族メンバーに投影されることで生じる家族の力学を強調する。家族のメンバーがこれらを投影し、相手の行動が実際には告発者自身のシャドウやアニマ/アニムスに属するものだと信じたときに争いが起こる。したがって、主に思考型の男性は劣等感の餌食になり、自分の不機嫌さを妻のせいにして気分のむらを理由に妻と争うかもしれないし、妻が主に感情型であれば、理論的な議論で自分を守り、自分の批判的な姿勢を夫のせいにするかもしれない。この種の議論は失敗する運命にある。特定の個人をスケープゴートにすることは、スケープゴートの対象となる人物が家族の残りの人物と典型的に異なる場合、またはスケープゴートの対象となる人物が配偶者や親に嫌いな親や兄弟を思い出させる場合によく起こります。

身体/動作療法

ユングは、身体動作やダンスを通じて患者に能動的な想像力を働かせるよう奨励しました (Monte, 2009)。ユングは、バグホルツリ精神病患者や引きこもり患者の身振りを自分の身体で真似ることで、彼らが伝えようとしている感情をよりよく理解できることを発見しました。彼は、身体が言葉と同等かそれ以上に心理的

および感情的な経験を蓄え、保持し、経験し、伝えることを発見しました。ジョーン・チョドロウ (1997、2006) は、動作を能動的な想像力的一种であり、セラピーでは議論を伴い、議論に続くものであると説明しています。彼女は、転移だけでなく、トラウマ、幼少期または危機的体験、悲しみ、夢、空想、感情、気分も動きの中に具体化され、表現されることを発見しました。患者が動くと、セラピストは患者と一緒に動く鏡として観察したり機能したりします。

芸術療法

ユングは患者に、夢や活発な想像からイメージを描くようによく勧めました。ユングは自分自身の自己分析中に、夢や空想のイメージを描きました。ユングは、これを行うこと、子供のように石で遊ぶこと、そして（後に）ボリンゲンのリトリートで石に彫刻や彫刻を施すことに治療的価値を感じていました。ユングは、無意識の内容が表現できる感情とイメージを提供する絵画、彫刻、その他の形を与える方法を通じて、患者にも自分の分析で同じことを行うように勧めました。ユングは、自分の感情と無縁の人や、論理だけで経験を処理しようとする人にとって、これが特に価値があると感じました。

分析心理療法では、無意識の要素を表現する意識的な方法として、治療において芸術を奨励しています。芸術療法は、孤立したイメージや感情状態が意識に爆発的に湧き上がる傾向がある場合に、トラウマ的な素材に取り組み、統合するのに特に役立ちます。これらのイメージや感情状態を芸術で表現すると、その原型の力が解放され、生存者にコントロール感を与えるような方法でそれらを「飼いならす」ことができます。アートセラピーは、精神的な障害を克服したり、過度に偏った意識を回避するのに役立ちます。セラピーのポイントは、完成した、または見た目に美しいオブジェクトを作成することではなく、無意識との積極的な対話を可能にすることです。

サンドトレイセラピー

この方法は、ユングが自己分析中に石の「村」を構築したことに触発され、その後、ユングのアイデアとマーガレット・ローウェンフェルドの世界テクニクを組み合わせたドラ・カルフによってさらに発展しました。カルフの適応では、約30 x 20 x 3インチの長方形の箱に砂が詰められ、子供や大人が形を整えたり形成したりできるミニチュアの世界になり、その間に分析者が提供する何百ものフィギュアのいずれかを配置します。セラピーでは、サンドトレイは、コンプレックス、痛み、トラウマ、気分、感情、気持ちが表現される世界になります。サンドトレイの使用は、他の形式のアクティブイマジネーションと同様に、無意識への架け橋となります。その過程で、子供や大人は、自分の性格の未発達要素を取り戻すこともできます (Bradway、Chambers、Chiaia、2005)。サンドプレイの研究では、この手順の有効性が実証されています (Bradway と McCoard、1997)。セラピーの過程で、トレイは、原始的で無秩序な状態から、植物、動物、影、人間を表すイメージを経て、より秩序、平和、統合へと徐々に変化します。セラピーの終わりに現れるシンボルは、多くの場合、マンダラの形をしており、神聖な感覚を呼び起こす傾向があります。

子供に対するサンドトレイセラピーは、子供の自我の発達を促進し、隠れた感情を解放する、構造化された癒しの自由遊びとして役立ちます。大人の場合、それは患者を子供時代の遊びの世界に戻します。そこでは、人

格の失われた部分が再び生き返り、自己治癒に貢献することができます。

児童分析

子供は周囲で何が起きているかを拾い上げて反映します。これは非常に頻繁に起こるため、ユングはかつて、息子の夢や悪夢を通して親を分析しました。児童分析のトレーニングは、ますます多くのユング研究所で必須となっており、ユング派の分析家であるフランシス・ウィックス、エーリッヒ・ノイマン、ドラ・カルフ、エディス・サルウォルドによる中核的な研究に基づいています。治療は、子供は成長と自己治癒の自然なプロセスが起こるために必要なものを自分自身の中に持っているという理論に基づいています。このプロセスは、セラピストが証人、参加者、味方として機能する安全な環境を提供することで機能します。セラピストは子供を治療するだけでなく、子供の家族や生活状況が改善されるように適切に介入します。治療中、子供はゆっくりと、圧倒的になり得る元型イメージを統合し、人間化することを学びます。子どもの心理療法は、成人の分析的な心理療法に似ていますが、より多様な触覚的および非言語的様式を使用します。子どもは、砂場療法、美術工芸、粘土細工、楽器、身体運動、および物語や神話を通して、夢、空想、および恐怖を表現します。セラピストは、子どもが問題を解決し、自我と回復力を強化し、より自己受容、独立、およびよりよく機能できるように、境界と安全な空間を提供します。

心的外傷後ストレス

1934年、バーニー博士に宛てた手紙の中で、ユングは、圧倒的な心的外傷の経験の後に起こり得る重大な生物学的（および心理的）変化について書いています。彼は続けて、反復的な夢と、無意識が、繰り返しによる治癒を探しているかのようにトラウマを持ち出し続けている様子について書いています。心的外傷後ストレス障害（PTSD）に関する現代の研究はユングの観察を裏付けており、戦争、虐待、拷問、その他の圧倒的な状況の生存者における同様の身体的および心理的变化を記録しています。ヴェルナー・エンゲル（1986）は、ナチス強制収容所の生存者との仕事と彼らの長く続く罪悪感について説明しています。彼は、ユングの心理療法の力は、患者とセラピストと一緒に患者の恐怖に耳を傾けることによる治療価値と、自己治癒の信念と元型理論の適用にあると述べています。

ヘンリー・ウィルマー（1986）は、ベトナム戦争後にPTSDを患った103人の患者を、彼らの反復する悪夢に焦点を当てて研究しました。彼は、そのような写真のような反復には心理的および/または生物学的な目的があるに違いないと考えました。彼は、夢と経験を通して表現された1人のPTSD患者の苦痛を共有しました。ウィルマーは、患者に受容的、非解釈的な態度で付き添い、患者の悪夢がようやく変化し始めるのを見守った。患者は目を覚まし始め、フラッシュバックの凍り付いた繰り返しに囚われているのではなく、涙に囚われている。患者が起こったことを嘆き、自分の経験に意味を見出し、そしてついに夢の中での自分の役割が、結果を積極的に変えることができるものへと変化したことに気づいたとき、治癒が起こった。

ドナルド・カルシェッド（1996、2009）は、幼少期の重度のトラウマによってトラウマの原因が内面化され、それが大人になった精神に残り続けることを発見した。彼は、患者の自己攻撃的な内なる人物が当初は精

神を守る役割を果たすが、治療の過程で徐々に変化し、ついには孤立させる防衛が不要になると観察している。

世界中でトラウマを抱えた人々を援助するユング派の分析家が増えている（マレー・スタイン、私信）。例えば、中国の分析家ヘヨン・シェンは、2008年に中国で起きた地震の後、学生や他国からのボランティア分析家を連れて、学校や孤児院にサンドトレイ・センターを設置する手伝いをさせた。エヴァ・パティスらはアフリカやエチオピアの居住区で同様のことを行っており、チューリッヒのアナリストの中にはアフガニスタンやバルカン半島の難民やトラウマを負った人々にユング派のセラピー・サービスを提供している者もいる。これは、ますます問題が深刻化する世界に対してユング派の対応を広げようという新たな高まりつつある欲求を示している。

精神病の治療

精神科医としてのユングは、あらゆる深刻な精神疾患を治療した。彼は、治療した患者の精神病的な発言や空想の中にパターンと内部論理を見出し、精神病患者の人格は現実からの複雑な分裂によって支配されており、および/または集会的無意識に属する元型的イメージに圧倒され（そしてそれと同一視され）ていると結論付けた。ユングは、精神病患者の激変が脳内の化学的変化だけでなく、明確な心身の変化をもたらすと信じた。彼はまた、何らかの体内毒素が精神病を引き起こすのではないかと推測した。今日、精神病の分析的治療には、症状の背後にある意味や隠喩を聞き取り、精神病患者の心の世界や心象を治療に役立てることも含まれています。グループワーク、安全な生活環境、アートセラピーは、薬物療法と同様、精神療法の貴重な補助手段です。これらはすべて、患者が混沌とした神話の世界から抜け出し、より規則正しい生活に備える環境を整えるのに役立ちます。少数の分析療法士は、薬物療法は精神病患者の退行を鈍らせ、精神病を乗り越えるのを妨げると考えています。一部の療法士は、患者と療法士が一日中家庭のような環境で交流する、一種の在宅療法を行っています。彼らは、薬物を使用せず再発も起こさずに統合失調症エピソードを治療できたと報告していますが、この形式の療法に関する長期研究は行われていません。

患者が起こったことを嘆き、自分の経験に意味を見出し、そしてついに夢の中での自分の役割が、結果を積極的に変えることができるものへと変化したことに気づいたとき、治癒が起こった。ドナルド・カルシェッド（1996、2009）は、幼少期の重度のトラウマによってトラウマの原因となった人物が内面化され、それが大人になった今でも精神に残っていることを発見した。彼は、患者の自己攻撃的な内なる人物像が当初は精神を守る役割を果たすが、セラピーの過程で徐々に変化し、ついには孤立させる防衛が不要になると観察している。世界中でトラウマを抱えた人々を援助するユング派の分析家が増えている（マレー・スタイン、私信）。例えば、中国の分析家ヘヨン・シェンは、2008年に中国で起きた地震の後、学生や他国からのボランティア分析家を連れて、学校や孤児院にサンドトレイ・センターを設置する手伝いをした。エヴァ・パティスらはアフリカやエチオピアの居住区で同様のことを行っており、チューリッヒのアナリストの中にはアフガニスタンやバルカン半島の難民やトラウマを負った人々にユング派のセラピー・サービスを提供している者もいる。これは、ますます問題が深刻化する世界に対してユング派の対応を広げようという新たな高まりつつある欲求を示している。精神病の治療 精神科医としてのユングは、あらゆる深刻な精神疾患を治療した。彼は、治療した患者の精神病的な発言や空想の中にパターンと内部論理を見出し、精神病患者の人格は現実からの複雑な分

裂によって支配されており、および/または集合的無意識に属する元型的イメージに圧倒され（そしてそれと同一視され）ていると結論付けた。ユングは、精神病患者の激変が脳内の化学的変化だけでなく、明確な心身の変化をもたらすと信じた。彼はまた、何らかの体内毒素が精神病を引き起こすのではないかと推測した。今日、精神病的分析的治療には、症状の背後にある意味や隠喩を聞き取り、精神病患者の心の世界や心象を治療に役立てることも含まれています。グループワーク、安全な生活環境、アートセラピーは、薬物療法と同様、精神療法の貴重な補助手段です。これらはすべて、患者が混沌とした神話の世界から抜け出し、より規則正しい生活に備える環境を整えるのに役立ちます。少数の分析療法士は、薬物療法は精神病患者の退行を鈍らせ、精神病を乗り越えるのを妨げると考えています。一部の療法士は、患者と療法士が一日中家庭のような環境で交流する、一種の在宅療法を行っています。彼らは、薬物を使用せず再発も起こさずに統合失調症エピソードを治療できたと報告していますが、この形式の療法に関する長期研究は行われていません。

セラピストのエビデンス評価

トレーニングとスーパーバイザーによる評価: ユング派分析家は、クラス、ケース セミナー、個人スーパーバイザー、および候補者の患者ケアの質と自己認識を綿密に監視するさまざまな委員会への出席を通じて評価される厳しいトレーニング プログラムを受けます。臨床および理論試験と書面によるケース スタディおよび/または論文の組み合わせにより、候補者自身の分析の深さに基づいたトレーニングが完了します。同僚によるスーパーバイザー、個々の分析協会の月例会議、地域の年次会議、および国際会議への参加は、さまざまなユング派臨床雑誌の記事の読書または執筆と組み合わせられます。ユング派分析家協会にはそれぞれ、セラピストが提供するケアの質を監視およびレビューする教育委員会と倫理委員会があります。

療法の評価

特定の形態の精神力動的心理療法を評価する最も説得力があり決定的な研究は、療法は療法を全く受けないよりは有益だが、療法の種類よりも、療法を行う人の質や患者とセラピストの相性、および/または共感的な絆のほうに重要であるという結論を出している。したがって、特定の療法の信奉者は、セラピストと患者のその理論への信念が良い結果を高めるにもかかわらず、その理論の価値について控えめな主張しかできない。

分析的な心理療法の成功の評価は、主に単一の症例研究による臨床観察から得られる。それらの研究や患者の報告では、患者の生活の質は通常、療法の過程でゆっくりと改善する。夢は、分析の過程でのイメージの種類の進化と感情的内容の変化という観点から評価できる。たとえば、悪夢は通常は止み、その恐ろしいイメージや脅迫的な人物はゆっくりとより無害で友好的なものに変化する。特定の夢は、療法の終了の時期が来たことを示している可能性がある。これは、患者が前向きな行動や旅の前にセラピストに別れを告げる夢のように鮮明な場合もあれば、セラピストが所有していると夢に見た美しい布地を手に入れただけでなく、今では自分でも布を織っているという微妙な場合もあります。

主観的な評価も意味があります。改善している患者は、症状の緩和を報告し、より生き生きして見え、エネルギーが増し、しばしばブロックされていたり未活用だった創造性のチャンネルを解放して経験することができます。他の人々との関係も著しく改善します。患者がセッションの合間に自分で作業を始め、内省と自己検討

という新しくて豊かな習慣を身につけ、夢や空想に注意を払い、自分自身や他の人に対して誠実に対処し始めると、成長のプロセスはセラピストから独立します。分析的な心理療法士は、愛することと働くことを学ぶことが分析の成功の結果を測る鍵であるというフロイトの意見に同意するだろう。ユング派はまた、患者が自分の精神のあらゆる側面についてより深い知識、関係、責任を育むことを望むだろう。この発達により、患者はしばしば、自分がいる世界、そして他者に伝える世界に対する個人的責任を含め、存在の意味についての哲学的、宗教的な疑問に取り組むことになる。

理論の評価

定性的研究と定量的研究の両方でユングの理論 (Kast, 2009)、特に類型論が検討されてきた。これらのタイプ、つまり性格の次元は、内向性と外向性の 2 つの基本的態度と、思考、感情、直観、感覚の 4 つの機能から構成される。私たちは皆、程度の差はあれこれらの性質を持っているが、あるモードを他のモードよりも好むことが多い。マイヤーズ・ブリッグスとグレイ・ホイールライトの類型テストは、人の主な態度と機能、および個人の性格における各態度と機能の相対的な量を確認します (Beebe, 2006)。両方のテストはユングのオリジナルの定式化に従った質問票であり、人の内向性と外向性の程度、および現実を体験する思考、感情、感覚、直観モードの相対的な好みを決定します。これらのテストは、単一の機能または態度を見るだけの場合よりも、性格についてより包括的な見方を提供します。マイヤーズ・ブリッグスでは、人が最初に物事を知覚するか (ユングが感覚型と直観型について書いたように)、最初に物事を判断するか (感情型と思考型の両方がそうであるように) を判断する質問が追加されています。このテストにより、16 の異なる性格タイプが導き出されます。多くの分析家は、これらの類型テストがカップルと仕事をするとき特に有益であると考えています。異なるタイプの人々が環境を解釈する方法の違いを示すことにより、コミュニケーションにおける多くの問題に対する客観的な説明が提供される。この理論は現在、大規模な評価と見直しを受けている (Beebe, 2006)。

ユングは、コンプレックス理論の証拠を示すために、語連想テストで統計を使用した。一部の分析家は、自己探求が困難な患者の材料を発見するためにこれらの連想テストを使用している。ユングのコンプレックス理論と投影理論に基づく、ロールシャッハ・テストや主題統覚検査 (TAT) などの投影テストも使用されている。投影テストの妥当性に関する最新の研究はそれほど説得力がないが、テスト自体は依然として臨床的に有用であることが証明されている。Journal of Analytical Psychology には、分析心理学の研究ディレクトリに加えて研究セクションがあり、毎年会議を主催している。

分析心理学の科学に対する主要な貢献は、神経科学における最近の発見によってもたらされた。乳児研究と乳児観察により、自己認識の発達と関係性ダイナミクスの重要性が明らかになり、一方、トラウマとその治癒は脳 MRI の分析で測定されています (Wilkinson, 2006)。Daniel Shore (2006) は、Wilkinson の著書の序文で、これらのより正確な発達モデルによって、「心理療法の文脈における変化のモデルを含む、生涯の後半のすべての段階で潜在的に発生する無意識の心の変化のプロセスに対するより深い理解」が生まれたと述べています (p. vii)。

ヘスター・ソロモン（2000）は、これらの発見は、幼児とその主な養育者との間の肌と肌、脳と脳の神経生物学的相互接続性にしっかりと根ざすことができる、ガルケタイプ理論、愛着理論の行動学的基礎、精神分析の対象関係理論、ユング派の発達理論を統合したものであると結論づけています（p. 136）。セラピーは、修復を達成するための最良の方法を求めて評価されています（ウィルキンソン、2003; 2006）。

多文化世界における心理療法

多文化主義は、南米、アジア、東ヨーロッパの研究所やユング派協会の増加、米国におけるアジア系、アフリカ系アメリカ人、ヒスパニック、ゲイ、レズビアン、フェミニストの分析家の数は少ないが増加していること、そしてトレーニングやジャーナルで多文化、ジェンダー、高齢化の問題に新たに積極的に注目していることに見て取れます。たとえば、サミュエルズは、政治学誌で、ユングの『ソファの上で』（2001年）は、心理療法士に、クライアントおよびコミュニティ全体に対する社会文化的現実感と責任感を養うことを求めており、一方、シンガーとキンブルズ（2004年）は、『文化コンプレックス』の中で、ユング派の観点から集団紛争の原因と性質を検証している。重要な新著である『ユング派精神分析』（スタイン、印刷中）には、分析または心理療法の過程における文化的コンプレックス、ジェンダーとセクシュアリティが療法に与える影響、文化（この場合は日本文化）の影響、および先天性身体障害を持つ人との療法の研究に関する章がある。

この重要かつ増大する重点とともに、より保守的なユング派の間では、ユングの元の言葉は、今日の基準では社会文化的に疑わしいと見なされる場合でも、現代の基準や相互作用によって再解釈または「薄められる」べきではなく、むしろ彼が最初に提示したとおりに受け入れられ、教えられるべきだと主張する反発もある。ユング派の研究所の中には、パラダイムシフトを経験しているところもあり、それに伴って実りある刺激と議論が生まれている（これらの問題についての議論については、Casement, 2009、Douglas, 2008、Withers, 2003を参照）。他の研究所は、この意見の不一致により2つ以上のグループに分裂している。

事例

ロシエルは、30代半ばの離婚歴のある白人女性で、コミュニティカレッジで教鞭をとっていた。彼女の自意識と不安は、彼女を分析へと導いた。子供の頃から彼女を悩ませてきた悪夢もそうだった。彼女がユング派の心理療法に惹かれたのは、生涯にわたる夢への興味と、神話やおとぎ話への愛からだ。彼女は以前にも治療を受けたことがあり（最初はうまくいったが失望に終わった）、今回は女性の分析医と取り組むことで何かが変わるのではないかと考えた。

治療の初期段階では、ロシエルは週2回のセッションに落ち着いた。治療の最初の数ヶ月で、多くの場合夢の内容と関連して、以下の事実が浮かび上がった。彼女は、活発な空想と夢の生活を送っていたこと、一人でいるとき、屋外にいるとき、または空想にふけているときが一番幸せだったこと以外、子供時代のことをほとんど覚えていなかった。彼女の家庭生活は混沌としていた。小学校時代の数年間、父親の病気のせいもあって、ロシエルは母親から親戚の家に預けられた。後に女子寄宿学校に送られ、そこでも成績は良かった。彼女は生徒会で活動する優秀な生徒だった。ロシエルは18歳のときから奨学金といくつかのアルバイトで自力で生計を立て、大学に通っていた。

彼女はどちらの親とも親しくなかったが、母親に対しては否定的な感情を抱いており、母親が育児放棄をしていると責めていた。ロシエルは母親とは反対のやり方ですべてを行うという決意に表れた一種の否定的な母親コンプレックスを抱えていた。ロシエルは思考機能の発達、特に学業での優秀さによって精神的に母親から遠ざかっていた。彼女は、母親に恵まれない娘のタイプをユングがさらに描写した、ぎこちなく、身体感覚に欠け、子宮のさまざまな問題を抱える典型的な人物だった。ロシエルの場合、子宮摘出が勧められていた。

ロシエルはほとんどの場合、冷淡で合理主義者に見えたが、彼女の性格には感情的な要素もあり、それは初期のセラピーセッションに付随する涙の爆発に表れていた。セラピストはロシエルに類型学テストを行った。ロシエルは著しく内向的であることが判明し、主な機能は思考で、次に直観であり、感覚と感情は著しく低い。ロシエルはこれらのタイプについて読み、未発達で原始的な感情機能を持つ人の典型的な行動であると知って安心した。

治療の初期段階では、ロシエルは強い理想化転移を示し、1時間懸命に治療に取り組んだが、セラピストには氷に包まれているように感じられた。(セラピストは主に内向的感覚タイプであり、物事をアイデアや感情としてではなく、まず内なるイメージや感覚として経験する傾向があった。)しかし、ロシエルは誰かが自分の人生の物語に耳を傾け、自分の夢を真剣に受け止めてくれることに大きな喜びを感じていた。セラピストは解釈を最小限に抑え、ロシエルの日常生活にできるだけ注意を向けた。ロシエルは分析医からの批判と思えるものは何でも受け入れることができなかったが、分析医が彼女の気持ちを共感的に反映してくれたことで成長した。彼女は自分が評価され、育てられていると感じるにつれて、次第にリラックスして魅力的に見えるようになった。

ロシエルには女性の友人が1人か2人いたが、男性との関係を築くのに苦労した。彼女はすぐに恋に落ち、男性を理想化し、彼の男性に会い、彼のキャリアを助けるために自分の利益を否定することが多かった。しかし、過剰な理想化といつまでも幸せに暮らすというロマンチックな信念は、すぐに過度の批判と拒絶、引きこもり、逃避に変わった。彼女の私生活におけるこれらの力学の一部は、診察室に現れ始めた。従順と賞賛はロシエルとセラピストの意識的な関係の特徴づけていたが、彼女は常に警戒しているようだった。セラピストの逆転移は、強い身体的距離感であり、時には患者が部屋の向こう何マイルも離れたところにいるか、消え去っているかのようなようだった。ロシエルがセラピーに持ち込んだ資料の質と量は、誇張されたほど「ユング派」で、ほとんど必死の思いが込められていた。まるで、セラピストがロシエルの不安症状と外面的な生活に焦点を当てようとしていることに気づかず、セラピストが望むだろうと思うものを必死に作り出そうとしているかのようなようだった。セラピストは夢の資料を控えめに使い、主にロシエルの経験の現実への入り口として使った。ロシエルは、分析医が「今ここ」に重点を置き、ロシエルの身体的および心理的状态に焦点を当てていることに対する軽蔑を隠していた。このことに気づいたロシエルは、激しい怒りを爆発させて反応し、ネガティブな母親コンプレックスの痛みを表面に出した。その後、数か月にわたる転移が続き、ロシエルは分析医をネガティブな母親として攻撃し、分析医は母親の世話のもとでロシエルが経験した悲惨さを主観的に感じた。

しかし、この否定的な転移にもかかわらず、ロシエルはセッションに出席し続けました。セラピストがロシエルの感覚機能と自立の必要性を支持したことに応えて、彼女は子宮摘出に関するセカンドオピニオンを求め、それが適応ではないことを知りました。ロシエルはまた、自分の体に注意を向け始めました。手術を受けない

ことを決断してから約 9 か月後、知人から自分の分析医がダンスが好きだということを知り、ダンス クラスに入学しました。

分析医は彼女の行動を解釈せず、心の片隅に留めました。彼女は、ロシエルの行動や言葉、そしてそれらが自分の心に引き起こすイメージや感覚に、ほとんど自由に浮遊するような注意を払い続けました。セラピストは、部屋の雰囲気はだんだん暖かくなってきていたが、まだ、ロシエル自身の過去の記憶と重なるぞっとするような空虚さが残っていることに気づいた。セラピストは、ロシエルが混沌とした漠然とした暴力的な感覚を伴っているかのように、毎回の訪問で不吉な予感が募っていくのを感じた。

ロシエルは地元のユング派研究所で週末のダンス/ムーブメントセミナーに参加した。次のセッションで、彼女が悪夢について語り始めたとき、彼女の鼻から血が流れ始めた。ロシエルの顔には恐怖の表情が浮かび、繰り返される悪夢を伴う一連のフラッシュバックの最初のものを経験した。その悪夢は、彼女が子供の頃、教会の長老である親戚のもとに送られた後に耐えてきた性的暴行に関するものだった。彼は神の怒りを恐れて彼女に秘密を守らせ、子供の寝具についた血は鼻血のせいだと家政婦に説明した。

セラピーを受けていた当初、ロシエルはこの性的虐待に影響を受けていないと主張していたが、今やその完全な感情的影響が彼女を襲った。個別のイメージや記憶がゆっくりと思い出されることは、セラピーの重大な局面を告げた。ロシエルはうつ状態に陥り、欲求と恐怖に満ちた退行期に入り、その間、セラピーのセッションは週 4 回にまで増加した。このとき、ロシエルは、彼女の分析医がオフィスに置いていた粘土、画材、砂箱をかなり活用した。彼女のトラウマの感情的歴史のほとんどは、最初は彼女の手を通して現れ、後になって初めて言葉にできた。ロシエルの感情の思い出の分裂がゆっくりと埋められ、彼女の幼少期の物語が多かれ少なかれ直線的に浮かび上がるまでには、さらに何ヶ月もかかった。ロシエルは、セラピストを肯定的な母親像として見なし、セラピールームとその境界内でのみ完全に安全だと感じていたが、セラピストが記憶の現実を感じさせ、逃避していた美しい夢を奪ったとして、セラピストを激しく非難した。

退行期のロシエルは週末や休日が耐え難いものであったが、砂場から小さな人形を借りることで乗り切った。ロシエルの経験を目の当たりにし、その痛みを分かち合った分析医は、患者に対して深い優しさを感じた。彼女は、長い間抑圧されてきた秘密を思い出そうとする患者の努力に同調した。彼女は質問したり探ったりすることなく、それらが独自の順序と時間で展開するに任せた。時には、セラピストは、今や部屋中に溢れかえっている痛みの量に疲れ果て、それを遮断することもロシエルを黙らせることもできないよう自分自身と格闘した。分析医と患者の両方にとって、これは分析の困難な時期であった。なぜなら、どちらも、ロシエルが以前は感じることを許すことができなかった苦悩が表面化するのを経験したからである。セラピストは、自分が次第にロシエルを慰めたいと思うようになり、時間を延長したり、ロシエルにお茶を飲みに残らせたりすることで、自分の境界ルールを破りたくなった。彼女は、自分の反応のうちどれだけが逆転移で、どれだけが自分の中でさらに処理する必要があることを表しているかを考えた。分析医は、この緊張した状況で転移を象徴的に保持し、行動に移さないことが自分にとっていかに重要であるかを理解していた。また、ロシエルの最初のトラウマによって生成された力場の一部は、ロシエルや多くのトラウマの生存者が経験する、危険な反復への引力から来ていることも知っていた。自分の逆転移の問題を完全に理解したかどうかを確認するために、分析医は上級分析医の監督を受けた。数週間の自己対決の作業を通じて、分析医は、トラウマの生存者があまりにも

頻繁に再傷害の犠牲者になる原因となっている、強力で完全に破壊的な再現への引力について、より深い理解を得た。ロシエルとセラピストは、両者間の流れを断ち切ることなく、境界を維持することに成功した。[ユング派の観点からこの重要な主題についてさらに議論するには、Douglas (1997a、2006)、Kalsched (1996、2009)、およびRutter (1997)を参照。]

セラピストが彼女自身の自己検査を終えて間もなく、ロシエルはうつ病から抜け出し、異なるレベルでの転移に関する集中的な取り組みを開始した。これには、女神や力強い女性の原型のイメージに関するロシエルの読書が伴った。この時点で、近親相姦の原型イメージに関する取り組みが個人的な取り組みに付随し始め、ある日ロシエルは、自分を怖がらせると同時に魅了するアイルランドの神話を持ってセッションにやって来た。しばらくの間、ロシエル自身のトラウマとの類似性が彼女の関心の多くを占めるようになり、彼女とセラピストは神話を共通のメタファーとして使い始めた。これにより、ロシエルの子供時代の虐待について、より深く、かつより普遍的なレベルでの新たな取り組みが引き起こされた。

その神話は、セーヴという名の少女についての話です。セーヴの親戚であるダークという名のドルイドが彼女を追いかけました。彼の誘いから逃れられず、彼女は鹿に姿を変えて森の中に姿を消しました。3年後、英雄のフィオンが彼女を見つけ、自分の城に連れて行きました。そこで彼女は美しい若い女性に戻っていました。フィオンが戦いに出発するまで、彼らは完全にお互いに夢中になって暮らしました。フィオンが去って間もなく、セーヴは彼が戻ってくるのを見たと思いました。彼女は城から飛び出して彼に会いに行きましたが、それがフィオンに変装したドルイドだと気づいたときには遅すぎました。彼はヘーゼルの杖で彼女を叩き、彼女を鹿に戻しました。そして、彼らは姿を消しました。

ロシエルはこのおとぎ話を使って、自分の神経症的な行動パターンを思い描きました。物語を通して、彼女は恥ずかしがることなく、それらを客観的に見るできるようになりました。神話は、侵入的な他者とのあまりに強力であまりに早い経験から彼女が経験したダメージに形とイメージを与えました。ロシエルは、サエブに対する感情を通して、自分自身の恐怖を理解するようになりました。また、怖くなったときに現実から離れて（鹿になって）空想の世界に消えていくという自分の防衛方法も理解し始めました。この話は、ロシエルがなぜ自分が人間関係を維持できないのか、恋人をみんなフィオンからドルイドに変えてしまったのかを理解する助けにもなった。最終的に彼女は、教会の長老を、自分を批判的に攻撃し続ける内なる否定的な敵意として内面化していたことに気づいた。

ロシエルのセラピーが進むにつれて、彼女は誰かを全き善として理想化する必要のある自分の子供っぽい部分に反発するのをやめ、自分に起こったことを許し始めた。彼女はまた、耐え難い現実から切り離され、鹿のような変装をすることの防御価値を理解し始めた。彼女がそうするにつれて、その特定の防御は徐々に消えていった。ロシエルは救世主に対する自分の欲求も理解するようになった。彼女が経験したことはあまりに卑劣なもの（ドルイドの接触）だったので、彼女が切望していたものは信じられないほど純粋になった（フィオン）。彼女はまた、自分の自意識と人々への恐怖、そして孤独感をよりよく理解した。彼女は、人間関係を維持する代わりに、変装、逃走、幻影に隠れながら森の中の鹿として人生の大半を一人で生きてきたと感じていた。

セラピストがロシエルのこの発見の旅に同行したことで、彼女は世界を対極の分離と分割、つまり最も邪悪な悪党と最も高貴な英雄という観点から見る時間ができた。ロシエルは、自分が英雄であり、守護者であり、救世主であるフィオンを繰り返し探していたことに気づいた。彼女は、フィオンのわずかな欠点がないか必然的にスキャンしていた。そして、同じように必然的に、彼が1つか2つ欠点を見せると、彼女は彼を邪悪なドルイドと見なした。そして、彼女は鹿に変装し、分裂した少女の脆弱さで逃げ出したが、溶けるような雌鹿のような優しさの背後には、悲しい子供の魂を引き裂く自己破壊的で自己嫌悪的で虐待的で強姦的な敵意があった。その一方で、彼女の内なる英雄は冷たく理性的になったり、頭でっかちになったりする傾向があった。彼はロシエルを容赦なく英雄的な行動に駆り立て、彼女の中にある暗く官能的で乙女らしくない女性性を軽蔑した。ドルイドのアニムスは彼女の内なる乙女と鹿を残酷に扱い、高潔なアニムスは彼女が経験したまさにその残酷さに対して彼女を罰した。

この時点で、ロシエルは自分自身に優しくなった。彼女は相反するものから相反するものへと跳ね返ることをやめ、暗闇を光と取り違えたり、良いと思っていた人を間違いを犯すとすぐに悪者に変えたりしなくなった。セラピストが完全に光でも完全に闇でもなく、混ざり合う存在になることを彼女が許すにつれて、彼女の損なわれた他者との関係はゆっくりと癒され始めた。ロシエルは分析医と対峙し、戦うことで、自身の暗く強力な女性的エネルギーの一部を取り戻し始めた。今や彼女は、すべてを捧げる女性として自分を偽るのではなく、人間関係において自分のニーズを主張できるようになった。

自分の影と同一視するのではなく、それを同化することで、ロシエルは地に足をつけていた。彼女の悪夢は、用心深く自制心のある黒猫が現れた後、激しさが軽減した。ロシエルがセラピストと関連付けていた黒猫の姿が、丸い敷物に座り、夢の混乱を黙って見守っている彼女の夢に現れ始めた。ロシエルは、その雌の猫の姿が、古くて複雑な何かを象徴しており、その中心的な目撃においては賢い女性と恐ろしい母親の両方の属性を持っているように感じた。この中心から、セラピストの継続的な共感的な目撃のサポートにより、ロシエルは自分の人生の歴史と強力な元型の神話や夢の素材についてじっくり考えるうちに、彼女の内面と外面の生活は徐々に変化していった。彼女にとって、診察室でこの強烈な何かを体験するだけでは十分ではなかった。彼女は、そのイメージが自分の人生で何を意味するのかを知る必要があった。ロシエルがゆっくりと猫、アニムス像、そして最終的には自分自身の中に十分な母親分析者を取り戻し統合していくにつれ、夢の中の黒猫の姿は人間の形をとった。ロシエルは、3年半かかった分析を終えることにした。その後、彼女の仕事は新たな創造的な方向へと向かい、また、寡黙で間違いを犯しやすい男性を愛する危険を冒すことになりました。その後数年間、ロシエルは危機的状況やコンプレックスが再び現れたときに短期間セラピーに戻りましたが、自分自身を再び正しい方向へ導くために、通常は内なるセラピストに頼ることができました。

要約

ユングは、その広い視野と個人に対する深い敬意によってますます多くの人々を魅了する精神へのアプローチの先駆者となりました。ユングは、症状を病理化するのではなく、症状の背後にある意味を探し、症状自体が治癒の鍵を握っていると信じました。ユングは、人間の自己治癒力を活用する方法とテクニックを発見し、セラピストと患者の両方を深く成長を促す体験に引き込むプロセスを教えました。ユングの目的は、人格のあらゆる側面を巻き込むことによって心理的発達と治癒を支援することでした。

分析的な性格理論は、無意識を意識と同じくらい重視し、それぞれが互いを補完するものと見なす精神の地図を提供します。個人的な領域では、個人の意識（自我または私）とペルソナ（社会的仮面）が個人の無意識と一致しています。個人的無意識には、抑圧されたもの、忘れ去られたもの、あるいは意識の瀬戸際にあるもの、また個人的シャドウ（自我がそれ自体で受け入れないもの）やアニムスとアニマ（自我と異質な性向の要素）が含まれる。非個人的あるいは集合的無意識は決して知ることにはできないが、原型的なイメージ（全人類に共通する性向、モチーフ、形態）によって個人的無意識と意識に流れ込む膨大な堆積物として描くことはできる。集合的無意識と個人的無意識の境界面は、精神の最も古風で最も地図化されていない層を表しているのかもしれない。複合体はこの境界面で成長する。複合体は、原型的な核を持ち、しばしば自律的に意識に噴出する、エネルギーに満ちた精神的要素の集合体である。それらは個人的であると同時に非個人的でもある。個人的無意識は個人によって作られ、最終的にはその個人が責任を負うことになる。集合的無意識は生来の非個人的なものであるため、個人がその力を主張したり、その内容に何らかの形で同一視したりするのは誤りである。無意識自体は完全に中立であり、自我がそれに対して誤った関係を持ったり、抑圧したりする程度にのみ危険となる。非個人的な領域には、個人が生活する外界の巨大なマトリックスである集合意識も存在する。

自己の原型は、個人的な無意識と意識、および個人的な領域に影響を及ぼしたり浸透したりする他の領域を少し包含する。新生児は自己に浸っているが、すぐに自我、意識、無意識の断片に分裂（または分解）する。心理療法の課題は、自我を統合し、精神を癒し、責任を持って拡大させ、自己のすべての部分が発達し、再統合し、よりバランスのとれた、より自己中心でない関係を維持できるようにすることである。分析的な心理療法では、これらの概念とその働きを理解するだけでは十分ではありません。過去との関連で個人が経験的に感じ、転移や逆転移を通じて治療室で作用し始める必要があります。次に、個人が誠実に人生に参加できるように、新しい理解を生きる必要があります。このためには、分析心理療法の経験的方法が特に貴重であり、セラピストが受容的共感、グラウンディング、養育、発達する人格を保持する能力などの女性的側面を含めることも貴重です。この生成的アプローチにより、洞察と解釈から得られるものと並行して成長と治癒が起こります。

分析心理療法では、患者とセラピストの出会いを、共感、信頼、開放性、リスクを伴うものとして強調します。2つの人格の相互作用とこの関係の質を通じて、人格の自己調整と治癒の潜在能力が作用し、古い傷を修復しながら、個人が自己認識を深めることができます。分析的な心理療法がセラピストの質、訓練、分析、継続的な自己分析を強調するのはこのためです。

今日理解されている深層心理療法は、まだ1世紀も経っていません。ユングは心理学がまだ初期段階にあるとよく書いていましたが、心理学の領域を完全な地図で表すことはできないと考えていました。深層志向の心理療法のあらゆるタイプには、相違点よりも類似点の方が多いです。これらのシステムは、その作成者の言語とスタイルを反映しており、同じような考えを持つ人々を惹きつけます。それはあたかも、さまざまな流派の創始者全員が、同じ領域、つまり人間の精神について、わずかに異なる地図を描いたかのようです。これらの地図の特定のスタイルはさまざまですが、依然として有用な地図は、当初の対立が忘れられ、それぞれが他の地図から必要なものを借りる自由が増すにつれて、ますます共通点が多くなっています。同時に、ある人にとっては特にユング派の地図が最適かもしれませんが、他の人にはアドラー派、ロジャーズ派、新フロイト派、またはその他の地図が必要になるかもしれません。

ユング心理学は特に包括的である。その 4 つの療法段階は他の理論の重要な要素を網羅しながらも、全体性、完成、個別化に特に重点を置いているからである。分析的な心理療法は、特定の時間と場所における特定の個人にしっかりと根ざしながらも、集合的無意識の深みと人類の集合的歴史、芸術、文化の広がりを受け入れる余地がある。分析的な心理療法は、個人と社会の経験とニーズが変化することにつれて実践が絶えず変化する理論に基づく豊かで多様なシステムである。

注釈付き参考文献

一次資料 ユング、CG (1954-1991)。CG ユング全集 (全 22 巻)。プリンストン、ニュージャージー州: プリンストン大学出版局。

特に次の文献を参照。

ユング、CG (1957)。心理療法の実践。

ユングの随筆と講義を集めたこのコレクションには、ユングの心理療法の方法と技法に関する基礎的かつ詳細な議論が含まれています。第 1 部は心理療法の一般的な問題を扱っており、ユングの理論と実践をフロイトやアドラーの理論と実践と明確に区別しています。第 2 部では、解離反応、ユングの夢分析、転移などの特定のトピックを取り上げています。本書の大部分は一般的な学習に非常に適していますが、転移に関する項目はユングの錬金術的研究に深く関わっており、やや難解です。

ユング、CG (1935/1956)。分析心理学に関する 2 つの随筆。全集、第 17 巻。

分析心理学の基本概念を明快かつ簡潔に描写した本書は、深層心理学の初期の歴史についても詳しく説明しています。第 1 部では、無意識の心理学に関するユングの考えを述べ、個人的な無意識と非個人的な無意識を明確に区別しています。第 2 部では、自我と個人的および集合的無意識、および統合と個性化の課題との関係を扱っています。

二次資料

Dougherty, NJ および West, JJ (2007)。性格のマトリックスと意味: 原型のおよび発達のアプローチ。ニューヨーク: Routledge。

DSM-IV のすべてのパーソナリティ障害を調査し、ユングの観点から 9 つの性格構造について説明しています。

Douglas, C. (2006)。老女の娘。カレッジステーション、テキサス A&M 大学出版局。

ユング理論の発展と実践を反映したこの本は、男性的な方法だけでなく女性的な方法での治療の重要性と世界への存在を提示し、再主張しています。第3章では、非言語的および初期の愛着状態を重視する、身体を意識し、養育し、受容的に調整されたユング派の治療法の発展をたどります。第4章には、男性的側面と女性的側面を統合している中年男性の分析に関する長いケーススタディが含まれています。

Kalsched, D. (1998). 早期トラウマを患った患者の元型的感情、不安、防衛。A. Casement (Ed.), *Post-Jungians today: Key papers in contemporary analytical psychology* (pp. 83-102). New York: Routledge.

Kalsched は、精神がトラウマを内面化する方法について説明し、精神を守る上での自己の役割を示しています。彼は、セルフケアシステムが、トラウマの被害者をサディスティックで自己攻撃的な内なる人物や夢のなすがままにしておくことが多い方法について説明します。カルシェッドは、これらの恐ろしい「暗黒の力」に関する夢と夢のイメージ、および患者の精神の核となる肯定的な側面と治癒への道筋を示した夢について考察しています。深層心理学者による原始的な不安と防衛に関する研究の歴史的概要の後、彼は最後に、治療で起こり得る変化について論じています。

パパドポロス、RK (2006)。ユング心理学ハンドブック：理論、実践、応用。ニューヨーク：Routledge。

分析心理学の基本原則とその現在の発展を明確かつ簡潔に描写したこの本は、多くの（多くの場合は英国の）権威者によって執筆されています。第1部では、ユングの認識論、無意識、元型、影、アニマ/アニムス、心理的タイプ、自己を網羅した7つの章でユングの基本理論を説明します。第2部ではセラピーについて、第3部では他の分野への応用について取り上げます。各章では、ユングの立場、主な革新、理論の妥当性、ユングの時代以降の発展、分析心理学の現状と将来の発展の傾向について説明しています。

Rosen, D. (2002)。『うつ病の変容：創造性による魂の癒し』。ヨークビーチ、メイン州：Nicholas-Hays。

うつ病と自殺の治療に関する実用的な本で、セラピストがクライアントが自己破壊と絶望から脱却し、より有意義な人生に向かうのを助ける創造的な方法を提供します。本書は、危機のポイントと自殺傾向、および現在の診断と治療について、生物学的、社会的、心理学的、精神的な観点から概観している。本書の第3部は特に臨床医にとって有用で、4人の患者の治療を詳細に追跡し、ローゼンの理論を実践している様子を示している。

Sedgwick, D. (2001)。ユング派心理療法入門：治療関係。フィラデルフィア：Taylor and Francis。

これは、患者とセラピストの独特な関係に焦点を当てた分析的な心理療法の詳細な説明である。Sedgwickの説得力のある論文は、この関係が心理療法における主要な治癒要因を構成するというものである。彼は、伝統的なユング派理論と、ビオン、クライン、コフト、ウィニコットなどのポストフロイト派の両方を使用してこの信念を実証している。臨床上の問題に関する明快で簡潔、かつ根拠のある基本的教育テキストであり、治

療における転移と逆転移、および良好な治療関係の実際的な要素を設定および維持する方法について特に詳細に説明されている。臨床例の選択は特に優れています。

Singer, T., and Kimbles, S. (Eds.). (2004). *The cultural complex: Contemporary Jungian perspectives on psyche and society*. New York: Brunner-Routledge.

これは、多くの国と文化の学者と分析家によって書かれた重要な本です。ユング派の観点から葛藤の心理的性質を検討し、個人的コンプレックスと文化的コンプレックスの両方における葛藤の原因を明確に示しています。ユング、フロイト、およびその追従者の争いの中で演じられた文化コンプレックスを歴史的に考察しています。優れた症例史で人種差別を検討しています。最も優れた章は、集団的および個人的なトラウマが文化コンプレックスを促進する方法に焦点を当てています。

Withers, R. (2003). *Controversies in analytical psychology*. Young-Eisendrath, P., and Dawson, T. (Eds.). (2008). *The New York*: Brunner-Routledge.

現在の分析実践における 11 のアプローチの相違点 (主に臨床的なもの) について、24 人のユング派分析家または心理療法士が論じています。論じられている問題には、ユング/クライン統合の見通し、発達理論の現状、転移への取り組み、解釈の役割、セッションの頻度と分析フレームの維持、身体と心の分離の統合、政治、宗教、ジェンダーの問題などがあり、また、ほとんどの理論の異性愛的枠組みと、それが同性愛者の分析家や患者にどのような影響を与えるかについての珍しい議論もあります。

Cambridge companion to Jung. 第 2 版。ケンブリッジ、イギリスおよびニューヨーク: Cambridge University Press.

ユングの理論と研究、およびそれらが現在の心理療法に及ぼす重要性についての批判的な入門書である本書は、3 つの部分に分かれています。第 1 部では、ユングの考えとその背景について説明します。第二部では、実践におけるユング心理学を検討し、心理療法に対する原型的、発達の、および古典的なアプローチに関する章と、これら 3 つの観点から議論されたケース スタディーを取り上げます。第三部では、現代社会、文学、ジェンダー研究、政治、宗教における分析心理学を取り上げます。

ケース リーディング

Abramovich, H. (2002). *Temenos regained: Reflections on the presence of the analytical Psychology*. *Journal of Analytical Psychology*, 47(4), 583-598.

境界と封じ込めの問題を説明するために 2 つのケースが使用されています。最初のより長い議論は、セラピストが数か月間不在の間、分析のコンテナを保存する必要があった女性に関するものです。このケースは詳細に検討され、保持スペースを提供するための新しく癒しの方法が見つかりました。セラピーにおける母親の空想と母親の保持に関する Abramovich の議論は特に興味深いものです。2 番目のケースでは、患者は偶

然分析以外の場面でセラピストと遭遇しますが、セラピストはすぐにその場を去ります。患者は、アブラモビッチが自分の利益を犠牲にしたのは患者の居場所を確保するための努力だと受け止め、それを家族の誰かが何年もの間自分を利用していたことと対比します。患者は初めて、セラピーの内外で安全な場所を経験することができました。

Beebe, J., McNeely, D., and Gordon, G. (2008). The case of Joan: Classical archetypal, and developmental approach. In Young- Eisendrath and Dawson (Eds.), Cambridge companion to Jung (pp. 185-219). Cambridge, UK: Cambridge University Press.

3人の分析家が、それぞれ異なるスタイルのユング派セラピーを重視しながら、摂食障害に苦しむ40歳の女性の研究に焦点を当てています。

Douglas, C. (2006). The case of Bruce. C. ダグラス著「老女の娘」。カレッジステーション、テキサス A&M 大学出版。

このケーススタディでは、ユング派セラピストが夢と分析作業を使用して、クライアントが自身の断絶した側面、特に女性的な側面を再統合することで中年の危機を克服するのを支援する方法を示しています。この症例は転移と逆転移の問題を浮き彫りにしている。[D. Wedding および RJ Corsini (編) (2011) 『精神療法の症例研究』 カリフォルニア州ベルモント、ブルックス/コールに再録]

ユング、CG (1968) 『患者の夢の分析』 分析心理学：その理論と実践。ニューヨーク、パンテオン。

この患者の夢の分析は、ユングのスピーチの1つから取られている。夢が臨床推論をサポートするためにどのように使用されるかを示している。

Kalsched, D. (1996) 『トラウマの内なる世界、悪魔的な形、およびセルフ ケア システムのさらなる臨床例』 『トラウマの内なる世界：個人精神の典型的な防衛』、第1章と第2章 (pp. 11-67)。ロンドンおよびニューヨーク、ラウトレッジ。

トラウマと心的外傷後ストレスに関する重要な症例集で、2つの章では、幼少期のトラウマが同様の防衛、反復強迫、セルフケア システムを生み出し、各患者をさらに孤立させ攻撃している9つの症例シリーズが議論され、解釈されています。すべての症例で、治癒が同様の方法で起こっていることが示されている。

Kimbles, SL (2004)。臨床空間と文化空間の重なりの中で機能する文化的複合体。T. Singer、S. Kimbles (編)、文化的コンプレックス: 精神と社会に関する現代ユング派の視点 (pp. 199-211)。ニューヨーク: Brunner-Routledge。

人種や性別の異なる患者と分析者の分析を通じて、個人的コンプレックスと文化的コンプレックスの関係が探究されています。患者の夢や空想、分析者が経験した転移/逆転移のダイナミクスを通じて、資料が明確に描

かれています。

文化コンプレックス：現代ユング派の精神と社会観（pp. 199?211）。ニューヨーク：Brunner-Routledge。人種や性別の異なる患者と分析者の分析を通して、個人コンプレックスと文化コンプレックスの関係を探ります。患者の夢や空想、分析者が経験した転移/逆転移のダイナミクスを通して、内容が明確に描かれています。

PDF ドキュメントを印刷するには、ツールバーの [印刷] ボタンを使用してください。

[ユング](#) ダウンロード