

# 死別に伴う「悲嘆夢」の内容と機能

— 切る機能と結ぶ機能の振り子過程 —

山本 力\* ・ 岡田 碧

大切な人を失った後、喪のプロセスにおいて、しばしば故人が登場する夢をみる。これを「悲嘆夢」と称する。本論文の目的は以下の3点にある。(1)遺された人はどんな内容の夢を見るのか(2)喪のプロセスに伴って変化が見出せるのか(3)悲嘆夢の系列で故人との絆は解消されるのか、継続されるのか。分析の対象となった悲嘆夢は32人分、49個である。これらの夢を質的な分析方法で検討した結果、16種の下位カテゴリーが抽出され、4種の上位カテゴリーにまとめられた。①喪失との直面、②別れのやり直し、③絆の結び直し、④共生の継続、である。前の2つは「切る機能」が優位な夢であり、後の2つは「結ぶ機能」が優位な夢である。喪のプロセスにおいて、切る機能と結ぶ機能の間を振り子のように揺れながら、「結び直すことで切る」という逆説的な過程が進展していくことが明らかになった。

Keywords：死別、悲嘆夢、モーニングワーク、絆

## I 問題の所在と目的

大切な人との死別の後、しばしば故人の夢を見る事が報告されている。例えば、死別に関する古典的な調査を見ても、Gorer (1965) は調査した遺族80人の中で31人の人(39%)が故人に関する夢を見ており、25人が“夢によって慰められた”と肯定的に評価した。Parkes (1996) も約半数の未亡人が亡き夫と交流する夢を見ていたと報告した。

死別後に故人の夢を見る傾向があること、それもモーニングワーク(グリーフワークと同義)が盛んになされている極期に見られやすいこと(Sanders, 1992; 山本, 1978)から、夢みとモーニングワークには強い関連があることが推測される。力動的視点から対象喪失の研究に取り組んだPollock (1961) は“喪の過程で生起する一連の夢は自我による喪の作業(mourning work)の指標となる”と述べている。つまり死別という事実を受け入れていく(自我による)現実検討の働きが夢の系列的な内容に反映されるとしている。

いわゆる喪失や悲嘆に関する研究は膨大な数の蓄積がなされてきたが、モーニングワークと夢内容に関する本格的な研究は欧米で始まったばかりであ

る。悲嘆と夢の関連を研究しているWray et al. (2005) は遺された人が見る夢の中で、故人が直接的に登場する夢を“悲嘆夢(grief dream)”と呼称した(図1)。本研究でも死別後に見る夢の中で「故人が直接的に登場する夢」、すなわち悲嘆夢を取り上げて検討を進めていく。

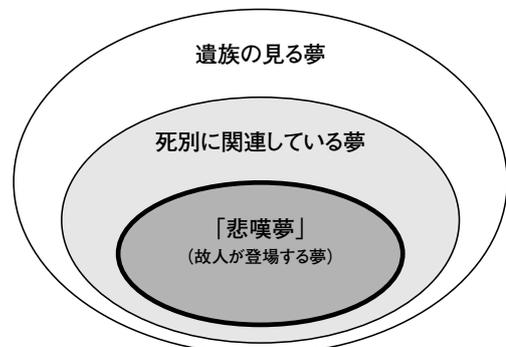


図1 遺族の見る夢と「悲嘆夢」の関係

## 1. 先行研究

すでに指摘したように悲嘆夢の基礎的な研究は緒についたばかりである。欧米での研究の多くは死別後の夢を多数収集し、その意味や要素を系統的に分類している。Kast (1988) は恋人を亡くした女性が

見た夢を検討し、探索・再会・再び別れる、という過程に着目した。他方、Barrett (1991-92) や Garfield (1996) らは色々な手段で死別後の夢を収集し、その分類をしている。Barrettは死別経験のある若者の夢を調査した結果、①生き返り、②アドバイス、③いとまごい、④亡くなった状態、の類型を見出し、①から②へ、そして③の順に進展しがちであることを明らかにした。また、悲嘆夢の概念を生成したWray et al. (2005) は、①訪問の夢、②メッセージの夢、③再保証の夢、④トラウマの夢、に区分した。他方、Garfield (1997) は、遺族の1000個近い夢の分析から9の基本要素を抽出した。すなわち、予告・来訪・故人の属性・一緒に登場する人・メッセージ・贈り物・別れの抱擁・出立・別れの余韻、である。彼女の着想は夢内容の分類作業ではなく、悲嘆夢を構成する普遍的な基本要素を識別したところに特色がある。他方、我が国では悲嘆夢に焦点を合わせた調査研究として、濱崎・山本 (2010) が「手記分析」を通じて悲嘆夢が覚醒後のモーニングワークに及ぼす影響について質的研究を行った。

さて、死別と夢について言及した初期の研究として、恋人と死別した女性の事例報告 (山本, 1978) がある。心理面接が開始されて喪失体験と向き合うようになると一連の夢が次々と報告された。法事や墓参りの夢を見る局面を経て回復していったことから、夢の中で改めて“死者を殺す”作業をしていると解釈した。またPollock (1961) は“対象喪失に関する夢の変化はカセクシスを対象から徐々に撤収していく”ことを示している。Raphael (1986) も“夢の中で… (中略) …故人との絆の解消の過程を示唆している”と述べた。これらの仮説は、故人との絆が崩壊し、新たな対象との絆の形成へと向かうというFreud以来の見解を間接的に支持するものであった。絆の「解消仮説」、あるいは断念仮説と呼ぶことができる。

しかし、愛着理論の視座からKlass et al. (1996) は「絆」の継続を示唆する根拠を示した。日本でも、野田 (1992) は被害者遺族の研究で、遺族の夢の問題を取り上げ、“夢の作業は死者と共に生きていく機会を与える”ことを指摘した。これらは夢の中で絆が継続し、故人の思い出と共に生きる側面を強調

している。この新たな仮説は、「継続仮説」と呼ぶことができる。近年の動向では後者が優勢になっているが、解消仮説に該当すると判断される事例も多々あり、いまだ結論は出ていない。

## 2. 研究の目的

そこで、本論文では我が国で収集した夢素材に基づいて悲嘆夢の検討を行うこととする。我われの問題意識と目的は以下の3点である。(1)遺された人はどのような内容の悲嘆夢を見るのか。(2)喪の過程に伴って夢内容には一定の変化が見いだせるか。(3)悲嘆夢の内容分析からは「解消仮説」と「継続仮説」のどちらが妥当と推察されるか。

## II 方法

### 1. 資料の収集と属性

悲嘆夢の収集はきわめて困難であった。そこで、約2年の期間をかけて、公刊されている手記、私家版の追悼記、Web上の手記やブログを徹底的に探索し、記録されている夢を抽出して収集した。加えて4人の死別経験者の調査面接も行った。なお、収集された夢のデータは、濱崎・山本 (2010) とほぼ重なるが、それ以外に調査面接での夢データも追加されている。

こうして収集された悲嘆夢は32人分、計80個の夢である。心理療法の過程で面接者に報告される夢と異なり、いずれも日常生活で見られた夢である。したがって夢の連想や背景が具体的に記載されている夢は15個と少ない。また故人の死因は、事故死15名、病死8名、殺人4名、自殺2名、その他3名である。大多数が突然死であり、子どもを亡くした親が21名と66%を占めている。8名は配偶者で、親、弟、祖父が各1名ずついた。要約すれば、「突然に子どもと死別した母親」の悲嘆夢が過半数をしめる結果となった。

夢の文字数は幅があり、記述が最も少ない夢で63字、最も多い夢が1050字で、平均の文字数は316字であった。多くの夢を一人で報告している人もいたので、一人につき3個の夢までを採用することにし、最終的に分析に用いた夢は32人分 (女性26名、男性6名) で合計49個となった。夢を見た時期は死別後0.5ヶ月から45ヶ月までの間で、1周忌まで

表1 夢主と故人、悲嘆夢の属性

夢主の性別	死別対象	死因	夢を見た時期	記述の文字数
女性：26名 男性：6名 (49個の夢)	子ども：21名 配偶者：8名 親：1名 弟：1名 祖父：1名	事故死：15名 病死：8名 殺人：4名 自殺：2名 その他：3名	(特定可能36個) 最短：0.5ヶ月 最長：45ヶ月 平均：9.87ヶ月	平均値=316文字 63≦文字数≦1050

の時期に見た夢が多数を占めた（表1）。

## 2. 資料の分析方法

(1)遺稿集や手記、ブログをすべて通読して、夢の記述のあるものから悲嘆夢のテキストを抽出し、それらを基にデータ・ファイルを作成した。

(2)個々の夢の中心的なテーマを同定し、内容を端的に示す「概念」を生成する。一般的に言って夢の要素は多様であるが、本研究では夢主と故人の関係性を軸にして概念生成を行った。特に、夢主と故人との間の「対人関係的な動き (action)」、夢主の「夢の中での感情 (emotion)」などに焦点を合わせて概念化した。一人の研究者が最初の概念化を行い、その上でもう一人の研究者が再度の概念化を行い、不一致の場合は協議し修正を重ねた。そして最終的に16の下位カテゴリーに分類した。

(3)さらに16の下位カテゴリーを意味の近さから4種の上位カテゴリーに統合し、最適の概念を探した。そして、上位カテゴリーの名称を生成した。悲嘆夢の概念化の例を簡略に示してみよう。

【悲嘆夢】今日の××はショートカット。「ムーニー」と言いながら擦り寄って甘えてきた。うれしくて思わず抱く。しかし夢の中では5月16日になっており、あとひと月後は死んでしまうのだと意識していて頭をなでながら強く抱き、涙する夢だった。

【概念化】下位カテゴリーとして「身体接触」と「死

の予知」の2つのテーマが併存して見出された。上位カテゴリーでは「絆の結び直し」と「喪失との直面」として統合され、感情面では「喜び」と「切なさ・悲しさ」が入り交じった葛藤的な内容が抽出された。

(4)また喪の過程と4種の夢のカテゴリーが関係しているのかを検討するために、夢を見た時期を「49日まで」「49日から1周忌まで」「それ以降」に区分し、上位カテゴリーに分類された夢との間でクロス表を作成し、 $\chi^2$ 検定を行った。

(5)最後に、悲嘆夢に関する調査協力の承諾が取れた4人に面接を実施した。その聴取面接で得られた系列的な悲嘆夢とデータ・ファイルの系列的な悲嘆夢とを事例ごとに継起分析を行って夢内容の変化を詳細に検討した。

## III カテゴリーの抽出と類型化

上記の手続きで悲嘆夢の概念化を行ったところ「表2」に示した16種の下位カテゴリーに区分することができた。その上で16のカテゴリーを意味の近さを基準にして、グルーピングを試みて4つの上位カテゴリーに統合した。以下は4種のカテゴリーの名称、出現率、下位カテゴリーの説明である。共通の概念に位置づけられない特殊な内容は「その他」に分類した。

表2 概念生成の結果とカテゴリーの分類

No.	下位カテゴリー	概念規定	上位カテゴリー	機能
1	死の確認	故人の死を外的状況によって認識する	喪失との直面 (29.80%)	切る機能
2	死の予感	故人の死の運命を知っている		
3	彼岸への誘い	故人のいる世界へと誘う		
4	隔たり	心理的・物理的な距離があり、近づけない		
5	追い求め	故人を探し、追い求めるが、不在である		
6	別れ直し	離別を認識して、別れの挨拶をする	別れのやり直し (14.20%)	結ぶ機能
7	気がかりの解消	気になっていたことが夢で解消する		
8	旅立ち	故人が（夢主と一緒に）旅に出る		
9	死んでいない	故人が現前して「死んでいなかった」と思う	絆の結び直し (35%)	結ぶ機能
10	身体接触			
11	再会	不在から現れて再会する		
12	帰宅	故人が家に帰ってくる		
13	復活	故人が生き返る	共生の継続 (16.80%)	結ぶ機能
14	日常の交流	以前の日常と変わらない交流をする		
15	メッセージ	大切な言葉を故人の口から聞く		
16	その他	上記に分類不能	(4.2%)	

注：1つの夢に複数の主題が含まれている場合もある。その際には複数の主題でカウントしている。つまり「死の予知」と「身体接触」の2つのカテゴリーが共存することもある。

## ① 喪失との直面 (29.8%)

定義「死または喪失の事実と向き合うことを余儀なくされる」。5つの下位カテゴリー（死の確認・死の予感・彼岸への誘い・隔たり・追い求め）から構成され、出現率は約30%で2番目に多かった。いずれも夢の中で喪失の事実を示唆され、程度の差はあれ悲痛を感じている夢である。他者から亡くなっていることを告げられたり、近々死ぬ運命にあることを予感していたり、あの世（彼岸）に誘われたり、一緒にいても接近できず、よそよそしいなど接点を持てなかったり、不在の故人を探し求めたりしている。夢見においても現実の死別を直接的に、あるいは暗々裏に認識している。このような場面での基本的感情は悲しみや不安、寂しさの感情であった。

## ② 別れのやり直し (14.2%)

定義「未完了の別れをやり直して、受け入れようと試みる」。3つの下位カテゴリー（別れ直し・気がかりの解消・旅立ち）から構成される。典型的には、近づく別れを予感して挨拶やハグをする。また、生前に気になっていたことを解決して安堵したり、故人ひとりで、あるいは家族で旅（ドライブ等を含む「出立」のテーマ）に出かけたりする。これらは、生前に未完了のままになっていた「別れのやり直し」を夢の中で行っていると解釈された。夢の中の基本的感情は、いとおしさや分離不安などであった。

## ③ 絆の結び直し (35%)

定義「愛する故人に再会し、絆の確認をする」。5つの下位カテゴリー（死んでいない・身体接触・再会・帰宅・復活）から構成され、出現率が35%と最も高かった。これらは二度と会えない故人と再会し、触れ合い、リアルな感覚を体験する。だから「ただの夢」とは思えない。覚醒時の悲嘆の最中にも喜びや幸せ感が体験される。特に「身体接触」の夢では、ほどけそうな絆を「結び直し」、存在と愛を確認する。「死んでいない」夢は少し異質であるが、死別後の比較的早い時期に現れ、本当は死んでいないと否認し、つかの間の安堵を得る夢である。このカテゴリーの基本的感情は再会の喜びや安堵の情であった。

## ④ 共生の継続 (16.8%)

定義「過去も未来も変わらずに故人と一緒にいる」。やや異質な2つの下位カテゴリー（日常の交流・メッセージ）から構成されている。「日常の交流」の夢は生前のありふれた日常が再現され、故人と楽しく交流している夢である。それは過去の一場面の再現であったり、将来に起こりそうな日常場面であったりする。まるで失われた日常を取り戻しているかのようである。次に、「メッセージ」の夢とは文

字通り故人から直接の言葉で何らかのメッセージが伝えられている夢で、夢主が事後的にメッセージと意味づけているものは除外した。例えば「娘たちのことを頼む」、「しっかり生きろよ」、「僕、死んでなんかいないよ」など。

さらに、4種の上位カテゴリーを検討してみると、前半の2つ（喪失との直面・別れのやり直し）と後半の2つ（絆の結び直し・共生の継続）が意味方向において異なっている。

すなわち、前半の2つは死別の事実認識や別れ直しに重心があるので「切る機能」優位の夢と呼べる。それに対して、後半の2つは故人との絆の継続の確認や再結合 (reunion) に重心があるので「結ぶ機能」優位の夢といえる。「切る夢」は44%を占め、他方の「結ぶ夢」は51.8%で、やや「結ぶ夢」の出現頻度が高いことになる。

もっとも「切る夢」といっても、切る要素ばかりではない。例えば、死を前提とした「彼岸への誘い」の夢では切る要素に重心があるとはいえ、あの世で結ぶという要素が含まれている。同様に「結ぶ夢」にも裂かれた絆が前提としてあるからこそ再接近しようとするわけで、潜在的には切る要素も示唆されている。そして、前者は不安や悲しみの感情が優位で、後者は喜びや安堵の感情が優位な傾向にあった。

なお、本調査で収集できなかった夢のカテゴリーがある。それは悪夢である。「突然に子どもと死別した母親」の悲嘆夢が過半数を占めていることからすると、当然「悪夢」が存在していることが想定されるが、本調査では記録された悪夢がほとんど確認できなかった。

## IV モーニングと夢内容の変化

日常経験ないしは臨床経験から考えると、夢の内容は月日の経過とともに変化するが、収集されたデータには一定の方向性が見出せるのであろうか。4種の上位カテゴリーと時期とのクロス集計表を作成し、 $\chi^2$ 検定を行ったが、有意な連関は見出せなかった。

けれども先行研究では喪の過程の段階ごとの夢類型が示されていたり (Garfield, 1996)、悲嘆夢の類型ごとに見る時期が異なる傾向があることが示唆 (Barrett, 1991-92) されていたりする。山本 (2006) も作家である津島祐子の悲嘆夢を検討した結果、系列夢の推移に一定の方向性があることを確認した。そこで3個以上の悲嘆夢を見ている事例を抽出し、その内容の推移を事例ごとに分析してみた。その結果の一部を「表3」に示す。

夢の継起分析の結果、夢内容の変化が乏しく、何

表3 系列夢における内容の変化

No.	夢主	夢の中心的内容	夢の変化の特徴
1	娘が病死した母親	①手術跡が「きれいになっている」のを知る夢	気がかりの解消のテーマが通底しているが、能動的な動きが促進されていく。
		②まだあの世に持っていける（間に合う）夢	
		③（生前できなかった）娘を抱きしめる夢	
		④日常の行動を起こすように促される夢	
2	事故で息子を亡くした母親	①回復して学校に登校する夢	①～③から④へと大きく変化する。最後は魂になって共存する。
		②元気になっていて、学校に行くことを誘う夢	
		③回復と再会を喜び、ほっぺたにさわる夢	
		④白い玉になって、一緒にいるよと言ってくれる夢	
3	事故で娘を亡くした母親	①娘と一緒に車に乗って、嬉しい夢	母娘の再会夢から第三の重要な他者が登場する夢へ。現実検討も促進される。
		②娘が事故にあったことを覚えていない夢	
		③一緒に温泉に行き、見知らぬ彼もいる夢	
		④台風で家が壊れかけても、娘と私を祖父が守る夢	
4	小学生の娘を事故で亡くした母親	①娘が幼い頃の発表会の夢	回想から「死んでいない」夢へ、そして別れ直しの儀式へ。
		②お嫁に行くから、死んでいないと言う夢	
		③天国に戻る前に、「抱いて」別れ直す夢	
5	事故で夫を亡くした妻	①「ただいま」と帰宅し、再会する夢	再会するも、「切る機能」が強くなっていく。
		②「僕と一緒にいこう」と迎えにくる夢	
		③手招きしてくれるが、触れられない、見えない夢	
6	障がいを持つ弟を亡くした姉	①弟の生首と話したり、持って逃げる夢	悪夢を基調としているが、「怯え罪悪感」を感じ、許しを求める方向に推移する。
		②骨と皮の弟を抱いたら皮膚がはがれる夢	
		③お葬式で、弟の骨を拾う夢	
		④生首に向かって「ごめんね」と謝る夢	
		⑤弟を追いかけるが、捕まえられない夢	
7	祖父を亡くした孫娘	①4歳頃の自分と祖父が遊ぶ回想的な夢	思慕と回想から復活、そして「別れ直し」へと推移。
		②倒れた後、より元気になって復活する夢	
		③祖父の手を握って、お礼を言って亡くなる夢	

ら傾向が見出せない事例があることが確認できた。他方で、一定の変化が確認できる夢系列もある。それらの系列夢を分析した結果として明らかになった傾向を以下に示す。

(1) 喪の過程の初期には、「まだ死んでいない」ことを確認したり、死因となる怪我が治っていたりなど、喪失の否認を暗示する内容が現れやすい。

(2) 喪の過程の第2段階になるとリアルな「身体接触」の夢が出現しやすく、死別に随伴して愛着行動(attachment behavior)が夢の中でも解発されている。子を失った親や夫を失った若い妻がみた夢に顕著であった。

(3) その後は「切る夢」と「結ぶ夢」がランダムに、あるいは交互に出現する。ただ、全体の基調としては再結合(reunion)や「一緒にいたい」という願望を反映した「結ぶ機能」が優位な夢がやや多くみられる。

(4) 喪の過程の後期には、単純な「結ぶ」機能よりも、別れ直し、隔たり、旅立ち、など「切る」機能が優位になる夢が多くなる傾向がある。

(5) 前項の(4)とも関連して、親密な「身体接触」の夢は減少し、夢の感情も穏やかになり、比較的あっさりした関係性へと変化しがちである。

(6) ある人たちは「切る」働きを持つ夢は少なく、一緒にいる(結ぶ)場面が頻出し常態化する。別の人たちは別れ直しをし、やり残しを解消させて、別れを甘受する(切る)方向性へと収束している。

(7) 表3でも示唆されるように、夢主によって夢系列に通底する特異な主題がある。例えば、能動的に対処しようとする主題、あの世から取り戻す主題、許しを得る主題、気がかりの解消の主題など多様である。個々人に固有のニーズや対処方略、性格が夢に反映されていると推察される。

要するに、多くの故人に共通した夢内容の順序性と質的転換は見出されなかった。しかし、事例的分析を通して、個々人に特異的な夢内容の変化はある程度確認できた。また、「切る」機能と「結ぶ」機能の両極を揺れ動く、振り子現象の過程が見出された。また1つの夢に2つの機能が併存していることも少なくなかった。

## V 考察

### 1. 悲嘆夢はどのような内容・機能があるのか

一般の夢は十人十色で、それぞれに個性的な内容を有している。しかし不思議なことに、一般の夢に比べて悲嘆夢では類似した内容が多々みられた。1人の遺族が見た系列夢でも「反復夢」のように類似の夢が続くケースも少なくない。作家の津島は長男との死別後、悲嘆夢を頻繁にみたが、「息子を（あの世から）取り戻す夢ばかり」を見続けたと述懐している（山本, 2006）。死別に伴う悲嘆は人類に普遍的な経験であるが、そのような経験の下で見る夢だからこそ類似した同型的な心像を生み出すのかもしれない。

以下、概念化された上位カテゴリーごとに順に考察していこう。

〈喪失との直面〉：夢の中でも死別が覚知される。これらの夢は遺族にとって現実的な経験で、夢の中でも悲しみと直面して現実検討を強いられる。たとえば幸せな結ぶ夢であっても目覚めると不在の悲嘆に襲われる。Freud (1917) や Worden (1991) はモーニングワークの主要な課題として“現実検討 (reality testing)”という心の働きを強調している。現実検討とは内的な願望や空想と外的事実を識別し、事実と向き合う機能である。この現実検討の繰り返しの結果として、受け入れがたきを受け入れていくという喪失への適応のプロセスが進展していく。一般的に言って、夢は覚醒時の経験の素直な反映であることもあろうし、覚醒時とは相補的な反対の内容が出現することもあろう。悲嘆夢でも同様の傾向があると思われる。現実の死別の悲しみが夢でもそのままリアルに再現され、「やはりそうか」と思うこともある。逆に、あまりにも再会の衝動が強く、現実否認に偏りがちなときに、夢の世界で補償的に現実検討を強いられる場合もあると推測される。

〈別れのやり直し〉：未完了の別れをやり直して、受け入れようと試みる機能と定義した。突然の死別では別れの言葉を交わせない。人が適応的な別れをなしとげるためには自覚的に「さよなら」を言う必要がある。そこで夢で別れのやり直しが遂行される。また、死別後しばらく時を経てから見る夢に旅立ちをテーマとする夢がある。単なる家族旅行の夢である場合もある。これらは、何かからの離脱の一形態とみなせる。このカテゴリーに共通したテーマは「やり残した課題 (unfinished business)」の達成であると思われる。強いられた別れには、幾多のやり残しの課題が残される。やり残しの課題があると心は完了することを求める。たとえば夢の中であれ、やり残しの課題を片づけることができたなら、覚醒した

後の現実生活でも一つの区切りとなることが示唆された。

〈絆の結び直し〉：強いられた別れは再会 (re-union) の願望を生み出す。その意味でこのカテゴリーは喪失体験での典型的な心の動きを表している。もう一度会いたいという切々とした願いを叶えるのが、絆の結び直しの夢である。復活したり、再会したり、身体に触れたり、性的な交流をしたりする。これらの夢の機能は、切れる寸前の絆を結び直そうとする補償作用とみなせる。愛着理論の視点から理解するならば、喪失の危機に遭遇して強い愛着行動が解発され、絆の再形成がなされる。悲しみに打ちひしがれている心にとって、夢の中で幸せな再会をし、絆の確認をリアルに体感できるなら、いわゆる「分離の痛みを緩和する作用」をもたらす。だから、絆の結び直しの夢は願望充足的な意味合い以上の機能を持っていると言えよう。ただ、死別後の間もない頃は目覚めたときの幻滅の悲哀はきわめて強い。それでも喪の過程が進展すると、たとえば夢でも出会えた幸せを感じ、“その場面をいつまでも心に留めていたいと願う” (Belicki et al, 2003) ことが少なくない。

〈共生の継続〉：このカテゴリーは過去も未来も変わらずに故人と一緒にいると定義された。「(崩壊する以前の) 日常の交流」のテーマは比較的よく出現する。在りし日のそのままの情景、たわいもない会話がそこにはある。また未来の日常であることもある。喪失経験は“想定された世界 (assumed world)” (Parks, 1993) の崩壊であるが、夢では想定された世界が維持され、故人と一緒に生きている。慣性の法則のように、心は変わらない世界を求め、いつも一緒にいる (共生) ことを求めている。その意味では補償的な夢かもしれない。さらにメッセージのテーマも共生の継続に含めた。昔から「夢告」という言葉があるように、人々は夢の内容から隠されたメッセージを見出そうとした。ただ、本研究でのメッセージとは大切なことばを故人から (隠喩的にではなく) 直接的に告げられること、と規定した。したがってメッセージは一種の遺言として、生きる指針として受け止められている。メッセージの夢は喪の過程の中盤に現れ、1つの転機をもたらす傾向がある。覚醒後、このメッセージは未来へ進む道筋を照らし出し、故人と共に歩んでいくという思いを深めるようである。

### 2. 喪の過程に伴って夢内容には一定の変化が見いだせるか

先行研究のレビューで言及したように、Kast (1982) や Barrett (1991-92) は大まかな段階的な変化を見出している。例えば、Barrett (1991-92) は収

集した77個の悲嘆夢を整理した結果、我われと同様に4種のカテゴリーに分類した。そして、各々のカテゴリーの夢を見た時期を整理した。散らばりが大きい、大まかな傾向として、「生き返り (back-to-life)」が比較的早い時期に出現し、次に「アドバイス (advice)」のテーマが多くなり、やや遅れて「いとまごい (leave-taking)」のテーマが増える。「死の状態 (state-of-death)」はランダムに各時期に生起している。それに対して、Belicki et al. (2003)は妻を亡くした夫の16年にわたる夢日記を分析し、Barrett説に疑問を呈している。新たに抽出した11種のカテゴリーを検討してみると「生き返り」や「復活」の夢は死別後の早い時期に現れやすく、故人との「別離 (separation)」の夢はずっと後になって現れる傾向があった。しかし、全般的に見ると、時間経過に沿って夢の主題が順序よく変化して出現するという根拠は得られなかったと結論づけている。このように夢内容の順序的な変化について一致した知見は得られていない。

本研究では、既述したように夢内容によっては相対的な順序性が見出されたカテゴリーもある。しかし、悲嘆夢全体に共通した段階的な変化は確認できなかった。その意味ではBelicki説に近いといえる。悲嘆夢ではテーマが順序よく質的転換をしていくことはない。換言すれば、悲嘆夢には段階説は不適合で、死の受容過程や喪の過程の段階説が批判されたことと軌を一にする結果となった (Shneidman, 1980; Worden, 1991)。

明らかになったことは、関係性の視点からみると、故人を取り戻したり、再結合したり、一緒に生きた

りする動きと、逆に接近できなかつたり、会えなかつたり、亡くなったことを自覚せざるを得ないなどの動きが、時期にかかわりなくランダムに出現することである。要するに「結ぶ」方向の夢と「切る」方向の夢が「振り子」のように繰り返されるプロセスが見出された。基本的感情という視点からみても、結ぶ夢では嬉しさや幸せの情動が出現し、切る夢では悲しみや不安などの情動が出現し、行きつ戻りつする振り子過程がみられた。夢の中で、個人の心像が寄せては返す波のように接近したり、遠ざかっていたりしているのが伺える。

これら2つの焦点を揺れ動く傾向は常にみられるが、詳細に検討すると時間的な変化に伴う質的変容も確認できる。同じ「結ぶ夢」でも初期と後期とではニュアンスを異にし、死別後間もない時期は「身体接触の夢」など強い体感的な夢がやや多く、一周忌ころになると再会や帰宅、復活などのテーマが増え、故人との距離感も少し増大しがちである。またせっかく出会うも旅などで再び離れていく夢もみられる。「切る夢」も初期では現実検討の夢であるが、後半では新たな局面への移行を象徴するかのような「旅立ちの夢」が増えてくる。

要約すると、悲嘆夢は死別後1年以内の最も辛い時期に多く出現しやすく、ある時期から (命日反応を除いて) 夢を見る頻度は急速に少なくなる。内容的には、結ぶ夢 (bond-oriented dream) と切る夢 (loss-oriented dream) の間を往復しながら、夢の中や覚醒時の激しい情動は少しずつ和らいでいく (図2を参照)。

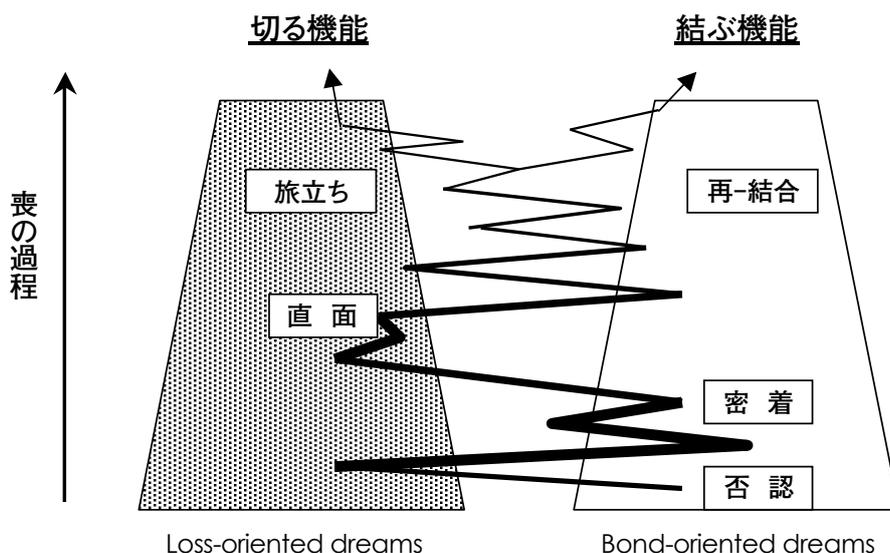


図2 遺族の見る夢と「悲嘆夢」の関係

注：台形は、底辺が死別後の始めて夢を見る時期で、上辺が最後に悲嘆夢を見た時期を表す。そして、悲嘆夢 (切る夢と結ぶ夢) の出現が喪の過程の進展とともに減少していくこと表している。また、折れ線は2つの機能を交互に往復する様子をイメージ化し、線の太さは随伴する情動の強さを表している。

### 3. 内容分析からは「解消仮説」と「継続仮説」のどちらが妥当と推察されるか

Freudはモーニングワークを遂行することで、大切な対象に向けていた心的エネルギーを撤退（脱備給）させ、新たな対象へと向け変えることが可能になると考えた。それは情愛的な絆の解消へと向かうので「解消仮説」と呼びうる。言い換えれば「絆を切る（breaking-bond）」ことを志向する心的営みである。この仮説からみると、故人に未練を残し、悲嘆が続くのは病的悲嘆であるとみなされる。この伝統的な仮説に対して、悲嘆は終息するのではなく繰り返り返し起こり、情愛の絆も一生継続していくという知見が提示され（Silverman, 1996 ; Rosenblatt, 1996）、絆の「継続仮説」が優勢になってきた。換言すれば「絆を結ぶ」ことを志向する心の営みに焦点が移動している。

今回の悲嘆夢の分析から明らかになってきたことは〈切る＝解消〉機能と〈結ぶ＝継続〉機能を振り子のように往復する過程であった。ただし、振り子のように同じ位置に留まっているのではなく、少しずつ位置が変化していく。つまり質的な展開が生じる。そこで何が起きているのか、その質的な展開のプロセスを推測してみよう。

予期しない死別に遭遇すると、離別の不安が襲い、「結ぶ」機能が活性化される。そして強い「再結合」の欲求として自覚される。その再結合の欲求は夢に反映され、ある人たちにはリアルな再結合イメージが出現する。その再結合の代理経験を繰り返し味わって、再会のニーズが叶うことで、気持ちが穏やかになり、諦めと受容が促進される。すると、夢の中も故人との「距離」が生まれ、淡々とした再会や旅立ちのテーマが現れる。結果として「切る」機能が自然な形で働くようになる。すなわち、解消か継続かの二者択一では捉えきれないパラドックスが存在している。「切れそうだから、強く結び直そうとし、結び直すことにより、切ることが可能となる」というパラドックスこそ、喪のプロセスでの絆の行方をもっともよく説明しうるのではないか。そして、切るとは忘れることではない、切るとは（結び直す機能を介して）心の深奥に保存しなおすことである。この結び直しを本質とする喪のパラドックスは、対象イメージを心の奥底に保存しなおし、故人と共に生き続けることを可能にする。

要するに、愛着の絆は解消されるのではなく基本的には継続される。ただ、絆の結び方が変化する。親子と恋人の愛の性質が異なるように、生前の絆と故人となってからの絆の性質は異なってくる。時間をかけて故人のイメージは心の深層に内在化され、

置き直される。そして心の表層には新たな対象が位置を占めるようになる。日常的な意味における故人との距離は時の経過の中で遠くなっていくが、スピリチュアルな意味において「魂との距離」はむしろ近くなる、というのが遺された人の実感であろう。

《付記》本論文の分析素材は多くの手記や追悼文、Web上のブログ、面接調査などの記録されたテキストからとられているが、その多さのゆえに文献に掲載することができなかった。利用させていただいた遺族の方々に心より感謝するものである。

#### 文献

- Barrett D (1991-1992): Through a Glass Darkly : Images of the Dead in Dreams. Omega, 24(2), 97-108.
- Belicki K, Gulko N, Rzyzcki K, Aristotle J (2003) Sixteen years of dreams following spousal bereavement. Omega, 47(2), 93-106.
- Bowlby J (1980): Attachment and Loss Vol.3, Loss: Sadness and depression. Hogarth Press.
- Freud S (1917): Mourning and Melancholia. Standard Edition, Vol. 14. 井村恒郎（訳）(1990) : 悲哀とメランコリー フロイト著作集6 人文書院
- Garfield P (1997): The Dream Messenger: How Dreams of the Departed Bring Healing Gifts. Simon & Schuster.
- Gorer G (1965): Death, grief, and mourning in contemporary Britain. Cresset Press. 宇都宮輝夫（訳）(1986) : 死と悲しみの社会学 ヨルダン社
- Kast V (1988): A Time to Mourn: Growing through the Grief Process. Daimon Verlag.
- Klass D (1996): Continuing Bonds— New Understanding of Grief. Taylor & Francis.
- 濱崎 碧・山本 力 (2010) 死別に伴う「悲嘆夢」が遺族の喪の仕事に与える影響. 心理臨床学研究. 28(1), 50-61.
- 野田正彰 (1992) : 喪の途上にて - 大事故遺族の悲哀の研究. 岩波書店
- Parkes CM (1996): Bereavement: Studies of grief in Adult Life. Taylor & Francis. 桑原治雄・三野善雄（訳）(2002) : 死別 - 遺された人たちを支えるためにメディカ出版
- Pollock GH (1989): The Mourning-liberation process. International universities press.
- Raphael B (1983): The anatomy of bereavement.

Basic Books.

- Sanders CM (1992): Surviving grief and learning to live again. John Wiley & Sons.
- Strobe M, Schut H (1999): The Dual Process Model of Coping with Bereavement. *Death studies*, 23, 197-224.
- Worden JW (2009): *Grief counseling and grief therapy*. Springer. 山本 力 (監訳) (2011) 悲嘆カウンセリング. 誠信書房.
- Wray TJ, Price AB (2005): *Grief Dreams : How They Help Heal us after the Death of a Loved One*. Jossey-Bass.
- 山本 力 (1978) : 対象喪失と喪のプロセス 広島大学大学院教育学研究科博士課程論文集, 4 . 158-164.
- 山本 力 (2006) : 死別と悲嘆夢の事例研究. 亀口憲治 (編) 現代のエスプリ別冊「臨床心理行為研究セミナー」. 至文堂 147-155.

