

# 力 動 的

## 心理力動の起源

心理学における「力動的 (dynamics)」という用語は、精神分析理論の流れをくむ心のメカニズムについての一つの考え方を指します。精神分析は19世紀末に Sigmund Freud によって創始された心理療法であり、無意識を含めた心の成り立ちを基本仮説としてもっています。フロイトは心の理論を考える際に、実体験からある程度離れた概念的なモデルを構築しました。それをメタ心理学 (メタサイコロジー) といいます (ラプランシュ・ポンタリス, 1976)。物体のように目に見えない心というものを、目に見えるものにするための一つ的手段と考えていいでしょう。フロイトの考えたメタ心理学には3つの観点があります。「力動的」とは、このメタ心理学のうちの一つを指します。フロイトはこれらの概念的モデルを道具として用い、治療の場での臨床的観察に基づく一つの理論体系「精神分析理論」を築きました。物理学において「作用と反作用」のようにモノが動く際の力の影響を扱う分野に「力学/動力学 (dynamics)」がありますが、精神分析の理論構築に当たっては当時の物理学、生理学といった自然科学の考え方が取り入れられています。

## キーワード

- 精神分析
- メタ心理学
- 無意識的過程
- 欲動エネルギー

## メタ心理学の観点

メタ心理学には「力動的」、「局所論的」、「経済論的」観点があります (ラプランシュ・ポンタリス, 1976)。「力動的」な観点とは、私たちの心は静的なものではなく、欲動というエネルギー源をもつ生き生きとしたものであり、私たちの思考、認知、感情などの心理的な現象や行動は、無意識にあるさまざまな力の組み合わせや葛藤によって影響を受けているという考え方です。「局所論的」観点は、心には異なる性質や機能があり、ある秩序に従って各々が関係し合っているため、それらを心の中に空間的に位置づける場所 (topos) として仮定することができると考えます。具体的には、「意識」と、少し注意すればいつでも意識できる「前意識」、通常は意識化されない深層にある「無意識」の間で区別され、さらに心のはたらきの中核となる「自我」、良心や理想、罪悪感の源であり、自我を支え時に監督する「超自我」、無秩序であり生物的、本能的なエネ

ルギーから生じる「イド（エス）」という異なる審級（心的力域）によって区別されます。自我とイドの関係は騎手と馬に例えられます（フロイト, 1933）。騎手は目的地を定め、馬という強い動物の動きを御し、馬は動くためのエネルギーを供給します。イドは無意識にあり、自我と超自我は意識・前意識・無意識にまたがってはたります。最後に「経済論的」観点とは、人の心のさまざまな動きは欲動エネルギーの量的な循環と配分によって起こるといえる考え方です。

図1はFreudが考えた心のメカニズムを図示したものです。「抑圧」とは意識に上がってきてはまずいものを自我が無意識に押しとどめようとするはたらきを示しています。「自我」、「超自我」、「イド（エス）」は相互に関係し合い、私たちの心を動かしています。

## 現象を「力動的にみる」ということ

意識的過程は、自覚的に心を理解していく際にもとても大事になります。しかし、「仲間と遊園地に行きたいのに、当日に熱が出てしまって行けなくなる」という例のように意識的過程とちぐはぐな現象が起こり、本人にもどうしてだか分からないことがあります。力動的観点ではこのような現象を、無意識的過程に生じた何らかの力関係の結果であると考えます。「遊園地に行きたい」という意識の背景にある、無意識的な「楽しみたい」という気持ち（力）が、同様に無意識的な「楽しんではいけない」という禁止の気持ち（力）とぶつかり、発熱という身体の症状によって両方の力のぶつかりを妥協的に収めているのかもしれませんが、無意識の中で処理され意識に上がってこない力動があまりにも肥大したり、無意識から意識に上がってくる妥協案が現実的な適切性を欠いている場合、その人自身や周りの人の辛さにつながる問題が生じるといえます。

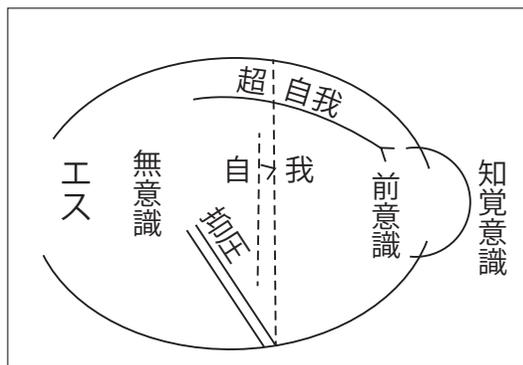


図1 心のメカニズム（フロイト, 1933）

す（丸田，1986）。精神分析の流れを汲む力動的心理療法では、こうした無意識の過程を含め、自分の心をクライアントがセラピストとともに理解していくことを通して、現実的な場に現れる本人にとって問題となる力動的パターンが変化することまでを目指します。

## まとめ

- 心理学における力動的な考え方は、精神分析に起源をもつ。
- メタ心理学の一つである。
- 意識的過程を無意識的過程に生じた何らかの力関係の結果であると考ええる。

### <引用文献>

フロイト（1933）精神分析入門（続），懸田克躬・高橋義孝（訳）（1971）フロイト著作集第1巻（p. 397-536），人文書院．

Laplanche, J. & Pontalis, J. (1967) Vocabulaire de la psychanalyse. (村上仁 (監訳), 1977, 精神分析用語辞典, みすず書房.)

丸田俊彦（1986）サイコセラピー練習帳，岩崎学術出版