

日常生活における投影

岡田 暁宜

愛知教育大学保健管理センター助教授

投影 (projection) とは、自我の防衛規制の一つであり、自分の心の中に置いておけないもの (例えば、衝動、願望、感情などの不快なもの) を自分の中にあるのではなく、他人の中にあると認識することである。これは無意識の中で起きていることである。これは人間の通常の早期の発達段階にも見られるが、自我境界の曖昧になるような病態では特に顕著である。ところが健全な大人であっても日常的にこの投影は普通に起きている。次に日常的にみられる投影の例を挙げたい。

I. 車の中で

車の車間距離は自動車のスピードや道路の交通事情によって伸びたり縮んだりするだろう。日頃車を運転していて、時々後ろの車が自分の車との車間距離を積極的に縮めてくることがある。その時、後ろの車が“早く走れ!”とか“道を譲れ!”と自分に圧力をかけていると感じることがある。ましてや後ろの車がメルセデスベンツやセルシオのような大型輸入車や大型高級車であれば、さらにその気持ちは強くなるのではないだろうか。また後ろの車の運転手が真っ黒なサングラスをかけていたり、あるいは後ろの車の窓ガラスが真っ黒なスモークが入っていたりすると、後ろの車の運転手が“ヤクザ”や“ヤンキー”のような怖い人だと感じることもあるのではないだろうか。運転中に恐怖感が増して、即座に後ろの車に道を譲るかも知れない。また逆に故意に遅く走って意地悪をするかもしれない。そこには人それぞれの心理的反応があるだろう。

これは後ろの車との車間距離、その車の車種や風貌、運転手の様子から、車の中で運転手が勝手に空想したことである。よって実際に後ろの車の運転手と実際の気持を話し合っ、気持を確認したわけではない。冷静に考えれば、後ろの車が自分を挑発的に攻撃しているという客観的根拠は乏しいのである。乏しいというのは、

そういう事実が絶対にはないといっているのではない。そうかも知れないし、そうでないかも知れないということである。例えば、道路の交通渋滞によって、偶々、前の車との車間距離が少し縮まったのかも知れない。また後ろの車で運転手が音楽などに夢中になり過ぎて、集中力が落ちた結果、前の車との車間距離が縮まったのかも知れない。あるいは後ろの車の運転手が急いでいて、悪意はないのだが、前の車を追い越したくてイライラしていたのかも知れない。

これらの一連の内的過程は、後ろの車が自分の車に接近してきたという外的現実を元にして、後ろの車が自分の車を攻撃しているという内的空想を抱く過程である。この過程で中心的役割を果たしているのが、投影である。自分は後ろの車に攻撃されているという恐怖心を抱くのは、被害的思考である。後ろの車が自分に接近することは、追突されるという空想を抱かせるかも知れない。すると後ろの車に対する自らの攻撃性が発動し始める。後ろの車の運転手に対する自らの攻撃性は、一部後ろの車へ投影される。そして再び取り入れられて、自分を攻撃する車へとさらに変貌を遂げるのである。

車の運転は、同乗者がいるにしろ、運転手が一人で行っている。車と車との間には、一定の車間距離があり、スピードが速いほど車間距離をとる必要がある。それだけ車の運転は命の危険にさらされているので、車間距離を適切に保つ必要がある。もし同乗者がいれば、他人の命を預かっていることからくる運転手の責任と心理的負担は更に大きいものがある。車を「自我」に喩えれば、車間距離は「自我境界」になる。運転手が車を運転中にこのような投影を頻繁に行っている要因の一つは、運転中の車間距離が縮まることで、運転手の自我に侵入しやすくなるからだろう。

II. 夜道で

終電の時間が近い夜遅くに、時間に電車にの

ることがある。電車を下りて、深夜の駅を出ると、そこには真っ暗な道が広がる。夜も遅いと誰もが急いで各々の自宅への帰路につく。そんな中、自分の前を一人の若い女性が歩いていた。しばらくすると自分と同じ方向に向かってるのが分かった。やがて周りには誰もいなくなり、自分とその女性二人だけが薄暗い街灯のともる暗い夜道を歩いているという状況になった。

その時、自分の前を歩く女性が、自分の足音に気づいて、ふと後ろを振り返った。自分が後ろにいることに気づくと、その女性は肩にかけていた鞆をぎゅっと強く握って、心なしか歩くのが速くなった。その様子を見て、自分はなんだかその女性を追いかけしているような気持ちになった。その女性に自分が追いかけられていると思われるのはなんだか納得できない気持ちになった。そして、その女性を追い越すか、それともゆっくりと歩かしかない気持ちになった。ふと気がつく自分はその女性との距離を広げて歩いていたのである。

この一連の過程は、夜道に自分の前を歩いていた若い女性が後ろを振り返り、歩く速度が少し速くなったという外的現実に対して、後ろを歩いていた自分の中で起きた内的過程である。ここでも投影が中心的役割を果たしているだろう。その女性の気持ちになれば、深夜に男性が後ろから歩いているれば、後をつけられているような気持ちになるかも知れない。若い女性であれば、痴漢にでも襲われる恐怖を抱くかも知れない。そういう不快な感情は偶々後ろを歩いてい

た自分に投影されたと考えることもできる。そこで投影された“追跡者”という内的対象に自分が同一化していたのかも知れない。これはその女性の病理から、自分の内的過程を説明したものである。

しかしさらによく分析すると、それは自分の方の病理としても説明できるのである。暗い夜道を歩いている、若い女性と二人だけになったある種の空間において、自分の中にある性愛空想が前の女性に投影されて、前の女性がそれを受けて追跡される不安を抱いたのかも知れないのである。

この例のように、その内的過程において投影が中心的役割を果たしているのは間違いない。だがその投影の発信者が一体どちらであるのかは分からない。それは治療ではないからである。日常生活では、このようなことは頻繁に起きているだろう。それは“発信源の分からない投影”であり、相互的投影 (mutual projection) と呼べるだろう。これはこの例のような夜道のように孤独と不安を抱きやすい状況で起きやすいだろう。さらに心身の疲労のある状況、外国にいった時のように馴染みのない状況、そして自我境界が侵されるようなストレスの多い状況で特に起きやすいと思われる。

ここで挙げた例は、日常生活に見られる投影のほんの一例かも知れない。内的空想や投影は、日常的に行われており、人間関係における無意識的コミュニケーションの中心的な役割を果たしているのである。