

## 7 孤独感について

### On the Sense of Loneliness

#### メラニー・クライン(1963)

#### 【本論文の背景】

メラニー・クラインの生涯最後の論文であり、「孤独」という内的意識は、人間の健康状態において重要な役割を果たしていると述べている。正常な発達における妄想的不安定さが孤独感に至る原因も描いている。

#### 【本論文の概要】

##### ・孤独感の源泉：

得られるはずのない完璧な内的状態を切望する結果  
精神分裂病的、抑うつ的な質を持つ病気の要素

##### ・孤独感が生じる理由：

早期幼児期の理解が必要  
誕生直後の自我 分裂機制に支配 自我の良い部分と良い対象 攻撃性から逸らされるために保護される  
安定へ

##### ・統合への欲動：

自我の成長とともに増大(良い対象=乳房の取り入れ 自我の中核)

##### ・母親との早期の関係：

それが満足できるものであれば、子どもの無意識と母親の無意識は濃密に接触

「理解される」というもっとも「完全な」体験だが、前言語的段階

「言葉を使わずに理解したい」という願望は満たされないまま

孤独感の一因

生後3か月まで(PS ポジション)：

生の本能と死の本能との葛藤 破壊的衝動が強くなると 投影 乳房が破壊的なものへ

妄想的危険 孤独の根源

生後3か月(D ポジション)：

より全体性への意識 妄想的不安から抑うつ不安へ 新たな問題

##### ・統合とは受け入れがたいもの：

対象の良い側面と悪い側面を一緒にすることは、良い対象を危険に陥れるという不安を生む

統合を求めることと、恐れることとの葛藤

- ・完全で永久的な統合は決して起こりえない：
  - 人が自らの情緒や空想や不安を完全に理解し受け入れることも不可能 孤独の要素
- ・孤独と統合との関連性：
  - 統合が進行 自己のある部分が有益でないという感情を排除できなくなる 自己を完全には所有していないという感情 孤独感
- ・妄想的不安と抑うつ不安：
  - 病的でない人々でさえ完全に克服されることはない これも孤独の基礎
- ・投影同一化と分裂について：
  - 投影同一化 母親を所有するために自己の部分が「身体的実質の形態で」母親の中に吐き出されること  
排出物が「苦しみで」吐き出される 母親は危険に満ちたものに
  - 分裂 自我が脆弱であると 分裂排除された部分をまとめる力が減少 分裂はより強大に  
「不安に耐える能力」の重要性
- ・精神分裂病者に起きていること：
  - 自分はバラバラで無力/将来も制御できない/原対象(母親)を良い対象として内在化できない/安定性の基礎の欠如
  - 外的な良い対象にも、内的な良い対象にも、また自己にも頼ることができない
  - 孤独と関連(自分は苦しんでいるのに一人で放っておかれている)
- ・混乱について：
  - こうした自我の細片化や過剰な投影同一化の結果 自分自身だけでなく他の人々とも混同  
自己の良い部分と悪い部分  
良い対象と悪い対象  
外的現実と内的現実 の区別ができない  
精神分裂病者の苦痛を過小評価しないこと
- ・抑うつ不安に特徴的な孤独(正常範囲内)：
  - 早期情緒生活での「喪失と再獲得の繰り返し」
  - 幼児にとって母親が目の前にいない 母親が迫害者になった 母親を喪失した 死の恐怖に等しいもの  
こうした不安と恐怖はDポジションで最高潮に達する(生涯を通じて孤独に影響)
- ・統合について：
  - 統合の苦痛もまた孤独の一因
  - 統合が進む 現実感が増し全能感は減少 希望に対する可能性は減少 統合への苦痛
- ・喪失について：
  - 統合は対象と自己の「理想化」を喪失ことでもある

良い対象でも理想的対象には完全には近づけない 理想化が「脱理想化」に変化 苦痛

(例)ある患者：

統合が進んで救いは得られたが、『魔法は解けてしまった』

<その魔法は自己と対象の理想化であり、理想化の喪失が孤独感の理由だった>と分析医は説明

・躁うつ病の特徴的な心的過程：

患者はDポジションにある 対象を全体として体験 罪悪感は強く持続

躁うつ病者は分裂病者以上に、【良い対象を内側に保持し維持し保護したい】と感じている

しかしこのポジションを十分にワークスルーできないと 憎まれていると感じる

破壊的衝動で良い対象が危険にさらされていると感じる 自殺の傾向

・孤独を緩和する要因(正常な場合)：

良い乳房を安定して内在化すること 強い自我 細片化を起こしにくく、原対象と良い関係になる

良い対象の内在化に成功 良い対象への同一化

対象と自己両方の信頼の感覚が強化/破壊的衝動は緩和/超自我の過酷さは減少

愛する対象の不十分さに耐える能力

・全能感について：

統合の過程に伴い、希望の喪失ももたらす 「破壊的衝動とその効果との区別」を可能にする

攻撃性と憎悪は危険でないと感じる 現実への適応力が強化される

自分自身の欠点を受容できる/欲求不満に対する憤りも軽減する

・最初の対象との幸福な関係と内在化の成功：

幼児が欲求不満を感じる時の味方になる 「希望」と結びついているから

「理解している」「理解されている」という感覚と「喜び」との強い結びつきがある

母親への親密さと信頼は最高のものへ

・感謝について：

喜びは常に感謝と結びつく 感謝が深く感じられると 【受けた良いものを返したい】 寛大さの基礎

良い対象と「受けることができること」「与えることができること」との強い関連

【孤独の中和】【創造的であることの基礎】

・喜ぶことのできる能力：

適度なあきらめの前提条件 入手可能なものの中に快楽を認める 忍耐力

・家族の快楽への同一化：

多少の羨望や嫉妬を持っていても、後の人生で、他者の快楽に同一化できる

- ・孤独感の緩和の要因について：
  - 決して全面的に除去される訳ではない
  - 孤独は「防衛」として使われやすい
  - (例)母親への極端な依存
  
- ・孤独の否認とは：
  - しばしば防衛として使われ、良い対象を阻害する
  
- ・孤独の原因に対する影響について
  - この論文ではおもに「内的側面」を扱ってきたが、心的生活においては、対象関係を開始させるような、「投影」と「取り入れ」の過程に基づいた、「内的要因」と「外的要因」との永続的な相互作用がある
  
- ・外界の影響について：
  - 外界の像(母親とくに乳房)は、取り入れによって内界に影響を与える
  - それだけでなく、
  - 母子の関係は幼児の反応によっても微妙に影響を受けている
  - 内界外界のたえまない相互作用がある
  
- ・もっとも重要な要因とは：
  - こうした相互作用が順調であるときのみ 良い対象の内在化が成立
  - 【孤独感を減少させるもっとも重要な要因】
  
- ・最後に...：
  - 孤独は外的な影響によって減少したり増大されたりはするが、完全に取り除かれることはない。なぜなら、統合への衝動がその過程で体験される苦痛同様に、生涯を通して強く存在し続ける内的源泉から発生してくるものだから。

#### 【本論文への感想や疑問点】

私はクラインの考え方がまだ十分に理解できていないのですが、曖昧ながらもこの論文は思ったよりも素直に呑み込めたかも、という印象を受けました。

自分の勉強不足であることを棚に上げて言えば、「孤独」というどこかしみじみした情緒を

これほど丹念に描いたクラインもいたのだなあ、というちょっとした感動すら抱きました。大袈裟かもしれませんが。

解題からは、クラインが生前に本論文を公表しなかったのは、この論文が不十分なものと考えていたから、とされていますが、だとすれば、具体的にそれは、どの部分なのだろうかと思いました。

クライン最晩年の研究論文であることや、クライン自身のそれまでの成育史を振り返ってみると、やはりクライン自身が孤独感を抱え、苦しんでいたのかもしれませんが。

個人的には生々しい、強いイメージクラインがいたのですが、少し変化したように思いました。

臨床的には、ケースが始まり、進むにつれて、背景に隠れていた「孤独」がテーマになることもありましたが、ご参加の先生方の現場での印象ではいかがでしょうか。教えていただけると嬉しいです。