

# 妊娠と出産に関する夢研究の展望

山根 望\*・河合可南子\*・八田 有加\*・佐藤 直弘\*・渡邊ふくみ\*・名島 潤慈

Studies on Dreams Related to Pregnancy and Delivery

YAMANE Nozomi, KAWAI Kanako, HATTA Yuka,  
SATO Naohiro, WATANABE Fukumi and NAJIMA Junji  
(Received July 20, 2006)

キーワード：妊娠と出産 母性 夢

## I 本稿のねらい

厚生労働省によると、2005年の出生率は1.25と過去最低であった（平成18年7月1日の読売新聞）。つまり、一生のうちに日本人女性は1人か、せいぜい2人の子どもしか産まないということになる。それゆえ、子どもに対する母親の期待は大きくなり、母親がわが子を「よい子」に育てなければならぬと強迫的に考える傾向が強くなっているのではなからうか。過熱する就学前の「お受験」などはそのよい例であると言えよう。一方、2005年に全国の児童相談所が対応した虐待件数は3万4451件と過去最多であった（平成18年6月29日の毎日新聞）。母性（maternity）や母親同一性（maternal identity）がいまだ未発達の母親によるものや、子育てに対する周囲の過度の期待や子育ての悩みなどによる心理的ストレスから虐待に至るケースが多いと考えられる。このような社会状況を考慮すると、母性や母親同一性に関する研究がよりいっそう必要となろう。

これまでも、医療、看護、福祉、心理学の分野で母子に関する研究は行われてきた。しかしながら、これまでの研究は子どもの発達を中心とした母子関係の研究がほとんどで、母性や母親同一性に関する心理学的研究は非常に少ないのが現状である。花沢（1992）は、母親と子どもの出会いは胎内においてであり、「妊娠中における胎児への態度、出産後の新生児への養育態度は、受胎時からの母性の形成がいかになされてきたかにかかっている」と述べている。また、妊娠期において、女性が母親役割にどれほど適応できているのかは出産後の子育ての様態を予測する上で非常に重要であることは言うまでもない。したがって、妊娠期における女性の心理に関する研究がよりいっそう求められる。

妊娠期における女性の心理を明らかにするために、先に述べた花沢（1992）は妊産婦用のSCTや妊産婦用のTATを作成した。花沢の研究は大変興味深いものなのであるが、刺激文や刺激絵が妊娠や赤ちゃんを容易に想起させるので、意識的にしろ無意識的にしろ妊産婦が模範的な答えを述べた可能性があるかもしれない。また、花沢が取り上げた質問項目以外にも妊娠に関わる重要な心理的側面や心理的ストレスがあるかもしれない。

\*山口大学大学院教育学研究科学校臨床心理学専修

ところで、臨床場面において夢は、①夢主が現在直面している心理・社会的危機の様態、②夢主の心理・性的・社会的発達水準、③パーソナリティ構造、対人関係の様態、④自我同一性の様態、⑤心理療法の進み具合や効果などについての情報を豊かに含み持っている(名島, 2003)。ということは、妊娠・出産期にある女性の夢には、妊娠・出産によって生じる心理・社会的危機の様態や、妊娠・出産・子育て期における母性や母親同一性の様態が現れてくるものと思われる。

女性特有の夢としては、受胎した前後に見る受胎夢 (conception dream)、妊娠期に見る妊娠夢 (pregnancy dream)、月経期に見る月経夢 (menstrual dream) や、流産・中絶にまつわるさまざまな夢 (dreams about miscarriages and abortions) がある。受胎・妊娠・月経・流産・中絶といったことがらは女性に対してさまざまな身体的・精神的影響を及ぼし、夢内容も変化する。

本稿ではもっぱら妊産婦が見た夢に関する従来の研究を展望し、それを踏まえた上で今後必要と思われる母性・母親同一性に関する研究について述べてみたい。ちなみに、本稿で言う母性とは、「女性の妊娠・出産・育児に関わる生理機能という身体的側面と、それらにまつわる心理的な側面との心身両面の性質」(名島ら, 1997) である。また母親同一性の意味は、「自分はこの子の母親であるという母親としての明確な自己意識」「子どもに対する母親としての主体的な育成的行動様式」といったものである。

## Ⅱ 妊産婦の夢と妊娠していない女性の夢との相違点

Maybruck (1990) によると、妊産婦の夢と妊娠していない女性の夢の違いとしては、①妊産婦は妊娠していない女性よりも頻繁に夢を思い出す、②妊産婦の見る夢の特徴としては、夢内容が非常に鮮明で、豊かな情報を含み持ち、奇妙でしばしば悪夢のような内容であることが多い。

Maybruckは妊娠期の夢の特徴を説明する次のような3つの仮説を紹介している。①妊娠という過度のホルモン変化によって、夢を見ている間の体に生化学的レベルでの変化が起こる。②ほとんどの妊産婦の睡眠パターンは不規則であるため、妊娠していない女性と比較するとよく眠り、より頻繁に起きるため、おそらくより多くの夢を思い出す。③妊娠と出産は重大な移行期であり、妊産婦の夢は人生の危機的変化における典型的な感情的混乱を反映する。

ちなみに、①についてホルモン変化が妊娠期の夢に影響を与えることはいまだ確かめられておらず、②についてもこの理論は妊娠期の夢の異様な内容を説明していないとMaybruckは主張している。ただし、ほとんどの妊産婦が見る夢の構成要素には現実との驚くべき対応性があるとも彼女は指摘している。また、人生の危機ともいえるべき転換期が夢に反映されるということを考えてみると、③の仮説が妊産婦の夢の独特な特徴を説明できそうであるとMaybruckは述べている。

## Ⅲ 妊娠に関する夢研究

卵子と精子が受精してから約280日間、女性の体は妊娠を維持し、胎児を成長させるために大量のホルモンを分泌し、また胎児が大きくなるにつれ身体的にも変化する。多くの

妊婦が今まで体験したことのないつわりに苦しみ、母親にならざるを得ないことを身体的にも認識していく。ほとんどの女性が妊娠2か月、あるいは3か月で妊娠していることに気づくということを考慮すると、女性が母親へと移行する期間は実質的には7か月から8か月ということになる。そのような短い期間のなかで、妊産婦は著しい身体的・心理的・社会的変化を経験する。このような変化はいったいどのように妊産婦の夢のなかに反映されるのであろうか。

## 1. 受胎夢

花沢 (1992) は母親と子どもの出会いは胎内においてであると述べているが、母親と子どもとの関係が始まるのは受胎の瞬間からであろう。女性はどのようにして受胎を確認し、受胎を受け入れるのであろうか。通常、ほとんどの女性が妊娠検査薬の反応によって妊娠2か月、あるいは3か月目で妊娠していることを認識する。しかし、なかには妊娠検査薬で反応が出る前に夢によって妊娠の可能性を知る妊産婦がいる。性行為をして受胎した前後に見る夢のことを受胎夢と言う。

どのような生理的メカニズムが受胎夢を引き起こすのかということについての研究はまったくなされていないが、Van de Castle (1994) は彼自身が集めた受胎夢や他の研究者が集めた受胎夢を紹介している。彼が調査した受胎夢のなかには、「窓もドアもない部屋にいて台所に行ってレタスを洗うと半分死にかけたムカデがシンクの水のなかに浮いていたという夢」や（望まない妊娠であったため夢主はこの夢を見た直後中絶した）、「デパートに赤ちゃん用の体温計を買いに行き、イルカと女性が泳いでいるプールのなかに自分も入るとい夢」があった。

同じく Van de Castle によると、いくつかの受胎夢には新しい植物が成長するという内容のものが見られた。たとえば、夢主が「ボートを漕いでいる最中に魔法の種を見つけ、それをオレンジ色の貝殻のなかに置くと種が見る見るうちに成長するという夢」や、「(夢主の) 腹部からたわわに実った葡萄の房が育つという夢」である。また、「星のない暗い夜空を巨大な満月が上がる様子を (夢主が) この上ない慈しみの心で見ていると、その大きな月の内側を小さな月が上がって行くという夢」もあった。Van de Castle によると、受胎夢には大きな月に象徴されるような女性性や豊饒性が現れる。また、丈夫な赤ちゃんそのものが現れた受胎夢も報告されている。

Van de Castle が報告した受胎夢はどれも興味深いものであるが、文化的・社会的違いを考慮すると、日本人女性が見る受胎夢は欧米人女性が見る受胎夢と若干異なっているのではなかろうか。そうだとすれば、今後は日本人女性が見る受胎夢の研究が必要である。また、成長とか女性性とか豊饒性とか赤ちゃんといったもの以外の受胎の象徴があるかもしれない。また、妊娠を望んでいたかどうかによっても受胎夢の内容が異なるかもしれない。

## 2. 流産に関する夢

流産とは妊娠が確認されてから妊娠22週未満で妊娠が終わってしまうことである。妊娠の15～20%ぐらい、35歳以上の高齢出産では20%以上の割合で起こる。つまり、流産は決して珍しいことではなく、多くの妊産婦が経験していることになる。しかし、赤ちゃんを待ち望んでいた妊産婦にとっては、流産は最も避けたい危機的事態であろう。したがって、

多くの妊産婦が流産に関する夢を見ているのではないかとと思われる。

Van de Castle (1994) によると、妊産婦は時に夢によって将来起こる流産を予見するという。Van de Castleが紹介したもののなかには、妊娠に関係する夢をまったく見なかったことで流産の危険性を予知した夢主がいた。また、彼によると、流産に関する夢には血に関係したイメージが現れる。たとえば、「入浴していると突然浴槽の湯が血で真っ赤に染まり、そのなかに胎児を見つけるという夢」が報告されている。また、「骨盤検査中に医師が誤って胎児を死なせてしまったという夢」を見た夢主は、実際にその3日後骨盤検査のさいに医師の過失によって流産したという。さらには、「胎児が非常に冷たくなっているという夢」を見た後で、実際に流産した妊産婦も数人いた。Van de Castleは、妊産婦は無意識的に子宮内の生化学的不均衡やこれまでと違った異常な組織を感知し、夢を通して夢主の意識にその情報を伝えることができるのではなかろうかと述べている。

Ablon (1994) は、職業上の昇進と妊娠との間で葛藤を抱えていた妊産婦の夢分析を通して、妊娠期における夢の有用性について述べている。彼の論文では、その妊産婦の夢を3期に分けて考察している。妊娠9週までの夢には、流産することに対する恐怖、自分が昇進したいがために流産になってほしいという願望、奇形児が生まれてしまうのではないかとという心配といったものが反映されていた。

流産が出血を伴うことを考えると、流産に関する夢のなかに血のイメージが多く見られることは納得がいく。Van de Castleが報告した夢はすべて実際に流産に至ったケースであったが、Ablonが報告しているように、流産に関する妊産婦の不安をも考慮すると、実際に流産することがなかったとしても流産を想起させるようなイメージが夢に現れているはずである。妊産婦のメンタルヘルスを考える上で、今後流産に対する不安が現れた夢を調査する必要があるであろう。

### 3. 妊娠期に見る夢のなかの感情

妊産婦が見る夢のなかの感情のありかたは、妊娠していない女性が見る夢のなかのそれとはかなり異なっているかもしれない。

鑪 (1979) は20歳代の3人の初産の妊婦の夢を調査して、「若い3人の母親の283個の夢の中の出産に関係した夢には、一つとして楽しい夢、希望に満ちた明るい夢はなかった。それぞれ個性的ではあるが、妊娠や出産の『不安』や恐れを示しているものばかりであった。(中略) 子供を持つということには大きな喜びと期待があるだろう。しかし、子供を身ごもり、胎児が成長し、出産に到る過程は、不安に満ち、ある時には恐怖に満ちたものではないだろうか」と述べている。

武内 (1984) は妊産婦の夢を用いて、怒りや不安、喜びや混乱といった心理状態を分析している。また、夢内容や夢に表された心理状態が初産婦と経産婦とで異なるかどうか、時間的推移に伴う特徴があるかどうかについても吟味している。具体的には被調査者を初産婦と経産婦に分け、妊娠時期(初期～16週、中期17～28週、後期29週～)の3回と出産後(1～4か月)の1回、合計4回の郵送による調査を行った。夢が報告された有効な被験者数は、妊娠初期17名、妊娠中期33名、妊娠後期14名、出産後16名であった。夢に現れた感情・情動はHall & Van de Castle (1966)の感情・情動の分類のやり方にしたがって、(1)怒り、(2)不安・恐れ・心配、(3)喜び、(4)悲しみ、(5)混乱の5つと、(6)不確定という計6つに分類された。その結果、次のことが分かった。①妊産婦の夢には不安や恐

怖の夢が多い。②初産婦は経産婦よりも子どもが生まれてとまどうというような混乱の夢が多い。③夢のなかには喜びの夢も出現しているが、その場合、初産婦では昔の友人や家族との楽しい会話といった、退行的な時間のなかでの楽しさが、一方経産婦では子どもの性が期待通りでうれしいといった感情がみられる。④夢内容にみられる特徴として、子どもが生まれる(た)夢には不安・喜び・混乱の情動の3型がある。

武内によれば、妊娠中に多い不安夢は、子どもを持つということの大きな喜びと期待の裏側に潜む不安や心配を拡大して明らかにしてくれる。そして、そのような不安夢は来るべき事態への準備を促す働きをしているものもあるため、警告夢としての役目を果たしており、今後の妊娠生活、出産、および育児を考える上で積極的に活用することができる。初産婦の場合、子どものイメージがまだ現実的でないこともあって混乱や驚きを引き起こすが、経産婦の場合には「上の子と遊んでいる子ども」といったように、子どものイメージがより具体的・現実的なイメージとして夢のなかに現れることが多い。なお、初産婦・経産婦ともに夢のなかで実際の子どもの出会いを心理的に準備しているとのことである。

Blake & Reimann (1993) は、88人の妊産婦(妊娠週数7週から42週)に質問紙を配布し、妊娠に関する夢を見た頻度、恐ろしい夢を見た頻度、夢内容、夢についての考察について記入してもらった。Blake & Reimannによると、67%の妊産婦が少なくとも1週間に1回は妊娠に関する夢を見ており、そのうち53%の妊産婦が妊娠を喜ぶ夢を見ていた。その一方で、妊娠に関する夢を見た妊産婦のうち37%の人が妊娠や赤ちゃんに関する恐ろしい夢を見た。全体として、25%の妊産婦が妊娠や赤ちゃんに関する恐ろしい夢を見ており、そのうち15%の妊産婦が同じ恐ろしい夢を2回以上見ていた。17人の妊産婦が妊娠や赤ちゃんの夢を見て憤りを感じていた。また、7%の妊産婦が赤ちゃんが死ぬ夢を見ていた。妊娠に関係した夢を見た妊産婦と見なかった妊産婦との比較をした結果、妊娠に関する夢を見た妊産婦は妊娠後期で、期待しているほど夫からの情緒的支援を受けていない女性であった。また、初産婦で睡眠障害がある場合、妊娠に関する夢をよく見るという結果が出た。これらのことからすれば、妊産婦の夢は妊産婦が意識下ではぼんやりとしか認識していない恐怖やその他の感情を明らかにし、また心理学的に重要な情報を含み持っている。

武内(1984)と同様に的場(1998)もHall & Van de Castle(1966)の分類を用いて、妊産婦の夢のなかの感情について分析している。ただし、的場は妊娠・出産・育児という一連のプロセス全体を可能な限り明らかにするため、1人の健康な初産婦の夢を縦断的に研究した。具体的に言えば、夢のなかの情動は、①怒り、②不安・恐れ、③喜び、④悲しみ、⑤混乱・驚き、⑥不確定に分類し、時間の次元は過去・現在・未来で分類した。妊娠7か月から出産までの間に報告された23個の夢のうち約半分が「妊娠・出産・赤ちゃん」に関する夢で、出産後0か月から5か月までに報告された19個の夢のうち90%以上が「妊娠・出産・育児に関する夢」であった。妊娠7か月から出産までの夢を5つの情動で分類した結果、不安・恐怖(30%)、喜び(35%)、混乱・驚き(48%)の3つが夢の中心部分を占める情動であった。不安・恐怖といった夢は、単にそのときどきの夢主の不安を反映しているだけでなく、来るべき事態に備えるといった側面を有しているであろうとの的場は推測している。混乱・驚きの情動が多かった理由として、この時期が特に心理的・身体的に急激に変化する時期であることが挙げられる。ちなみに、喜びの情動を表した夢もかなり多く見られたが、的場によるとこれは夢主が強く妊娠を望んでいたからである。

原田 (2006) は、妊娠・出産・育児期における女性の心理的プロセスを明らかにするために、ある1人の初産婦を対象にして、妊娠5か月ころから出産後3か月までの計8か月にわたって縦断的な夢の調査を行った。調査方法は被調査者に夢を記録してもらい、それと平行して、記録された夢についてのインタビューを1か月に2度ほど行った。その結果、55個の夢を聴取することができた。そのうち、妊娠期の夢は44個であった。原田は55個の夢を第1期 (5か月から6か月)、第2期 (7か月から8か月)、第3期 (9か月から出産)、第4期 (産後3か月) の4期に分けて考察している。また、原田は、妊娠期に見る夢のなかの感情を、①怒り、②恐怖、③不安・心配、④悲しみ、⑤喜び、⑥不快・嫌悪、⑦驚きという7つに分類して分析している。その結果、被調査者の夢のなかには、不安・心配の感情が最も多く表れていた。

以上のような研究を通して見ると、妊産婦が見る夢のなかの感情では最初に鑪 (1979) が指摘したように、不安・心配・恐怖といった感情が多く見られる。その理由として、妊娠中に多い不安夢は子どもを持つということの大きな喜びと期待の裏側に潜む不安や心配を拡大して明らかにしてくれるということ (武内, 1984) と、不安夢はただ単にそのときどきの夢主の不安を反映するだけでなく、来るべき事態に備えるといった側面を有していること (的場, 1998) などが挙げられる。また、妊娠期の夢に不安や恐怖が最も多く反映されている理由として、Maybruck (1990) は、一般的に言って昔よりも現在の女性は出産をより不安なものとして認識しており、それに女性の社会進出や高齢出産化といった現代的な心配事が加わるためであると述べている。

今後は、妊娠初期・中期・後期で妊産婦が抱える可能性が高い心理的危機や身体的・心理的变化を明らかにするために、原田が試みたように、それぞれの時期における不安・恐怖の夢の頻度と内容をより大規模かつ詳細に調査する必要があるであろう。また、鑪が強調した不安・恐怖夢だけでなく、楽しかったり心地よかったりする夢、喜びの夢といったものもこれまでの諸研究で報告されている。それらの夢も何らかの機能を果しているはずである。妊娠期における夢の機能についての研究がよりいっそう求められよう。

#### 4. 身体的変化に関する夢

通常、妊産婦は妊娠する前に比べてバストが10cm以上、腹部にいたっては23cm以上も大きくなる。また、妊産婦はつわりによって体調が悪化したり、体毛が濃くなったりするなどさまざまな身体的変化を経験する。そして、身体的変化に伴って、行動・生活の面でも制限を受けることになる。このような身体的変化と、それに伴う心理的变化はどのように夢のなかに現れてくるのであろうか。

Garfield (1990) によると、妊娠初期の夢には小さな建築物が現れ、妊娠後期になるとより大きな建築物が夢のなかに現れる。また、体重の増加に伴って、妊娠中にはスーツケースなどの重いものを持つ夢が見られる。それは、妊婦にとってまさしく「余分な荷物」である体重そのものを表している。さらに、しばしば妊産婦の夢のなかに急速に成長する草花や庭が見られるが、これらのイメージは妊産婦の繁殖力を象徴している。さらに、子宮のなかの羊水が増えてくるにつれて水の夢が増加してくる。なお、胎動が起こってくると胎児そのものが現れる夢が増加するであろうと Garfield は述べている。ちなみに Garfield によると、Maybruck (1989) は、妊産婦の夢に出てくる建築物は妊娠によって大きくなっていく女性の身体を現していると述べているとのことである。

的場 (1998) が調査した夢のなかには、具体的な身体的変化のイメージが現れている。例えば、「(夢主が) 寝ていると胎児の足の動きのせいで夢主の腹部が伸びてびっくりしたという夢」や、「お相撲さんがたくさんいて自分もお相撲さんのようだと思うという夢」があった。妊娠10か月目に入ると、出産前の兆候である「おしるし」が現れたという夢が報告された。また、出産して2週間後には「歯が抜けるという夢」が報告されている。歯が抜けるというこの夢は出産したことによる体力の消耗がそのまま現れているのではないかと的場は考察している。

原田 (2006) は夢内容およびインタビューで得られた情報から被調査者の心理的テーマを抽出している。その結果、妊娠期の重要なテーマの一つとして、受胎後の瀕尿や胎動、体重の増加といった身体的変化への思いがあった。身体的変化に関する夢は、「太って醜い自分を鏡で見て嫌になるという夢」に代表されるように、主に夢主の身体の外見に対する嫌悪感であった。この嫌悪感は妊娠5か月ごろから見られ、妊娠の経過とともに出産までの間徐々に大きくなっていった。また、身体的変化に伴う行動制限・食事制限に対する不満が頻繁に報告された。

妊娠したことによる行動面の制限については、武内 (1984) も報告している。武内によると、怒りの夢には母親になることへの否定的な感情、例えば妊娠したことによって自分がやりたかったことが制限されるということに対する妊産婦のいらだちといったものが反映されていた。

以上のような研究から、妊娠・出産に伴う身体的変化はかなり顕著に夢に現れることが分かった。また、原田と武内が調査した妊産婦は、妊娠したことによる生活面・行動面の制限に対し、かなりの心理的ストレスを抱えていることが分かった。したがって、今後は夢分析を通して妊産婦の心理的ストレスをさらに明らかにする研究が必要であろう。また、それらの心理的ストレスを軽減・解消するための心理的ケアや心理的、社会的、あるいは物理的な支援に関する研究も求められよう。

## 5. 胎児や赤ちゃんに関する夢

胎児や赤ちゃんそのものの姿が夢に現れる場合も多い。武内 (1984) によると、妊娠していることに気づかずに風邪薬を飲んでしまったある妊産婦は、妊娠16週目のときに、「子どもが生まれてみると手足の短い奇形児であったという夢」を見た。これは、妊娠初期に風邪薬を摂取したことが胎児に悪い影響を及ぼすのではないかと夢主が懸念していることの現れである。また、その他の妊産婦のなかには、「生まれた赤ちゃんが話し出すという夢」や、「赤ちゃんがへその緒をつけたまま走り出すという夢」を見た人がいた。胎児や赤ちゃんが現れる夢は、赤ちゃんがどのような姿かを夢主が空想したときに現れるのではないかと武内は考察している。

的場 (1998) が調査した妊産婦は、妊娠後期の9か月目に「赤ちゃんが生まれて授乳するという夢」を見た。的場によると、授乳するとかおむつを取り替えるといった内容の夢は、妊産婦に対して予め母親役割を練習させる働きがあるという。この視点は大変興味深い。

ところで、妊産婦の夢について Garfield (1990) と Maybruck (1990) は、動物の夢が増え、動物の種類も妊娠経過とともに変化すると述べている。例えば、妊娠初期の女性の夢には、オタマジャクシやサンショウウオなどの水生動物が現れる。また、妊娠中期には、

子猫や子犬などの非常に可愛らしい動物が夢に現れ、妊娠後期になると、猿のような動物もしくは他の大きな動物が夢に現れる。彼らによると、妊娠の経過とともに夢に現れる動物が大きくなっているため、これらの動物の夢は胎児を象徴しているという。しかしながらVan de Castle (1994) は、動物ではなくて胎児や赤ちゃんそのものの姿が受胎後すぐに夢のなかに現れてきた妊産婦がいると報告している。

赤ちゃんの姿について言えば、Van de Castle (1994) では受胎後すぐであったが、原田 (2006) や山根 (2006) が調査した妊産婦では、出産後に赤ちゃんの姿が夢のなかに現れたのである。

以上をまとめると、胎児や赤ちゃんは夢のなかではどのような姿で現れるのか、また妊娠のどの時期に現れるのかといった疑問が出てくる。さらには、胎児や赤ちゃんに関する夢は夢主である母親に対していったいどのような機能を果たしているのかという疑問も出てくる。これからの研究が待たれるところである。

## 6. 母性や母親同一性に関する夢

妊娠・出産期は母親になるための準備期間であり、母性や母親同一性が発達しはじめる時期でもある。見方を変えると、女性が心理・社会的危機を経験する時期であるとも言える。武内 (1984) によると、試験の夢・課題の夢・宿題の夢・大洪水の夢が妊娠期の典型夢として報告されており、それらの夢は妊娠という課題の大きさを物語っており、これから母親へと移行するさいの問題が現れているという。

母性や母親同一性はいつごろ芽生えるものであろうか。的場 (1998) の調査によると、夢主は妊娠7か月のときに「赤ちゃんを土のなかから掘り出すという夢」を見た。これは、出産より前に母親になる決意を現した貴重な夢であると的場は述べている。また、出産してから2週間後には、「赤ちゃんが双葉になっているという夢」が報告されている。的場によると、それは母親同一性を確立する夢であると同時に、赤ちゃんに対する認識が極めて混乱していることの現われだという。

仕事についていた（あるいはつこうとしている）女性にとって、妊娠によって一時的であっても社会的立場を喪失することはかなり大きな心理的危機になるものと考えられる。Ablon (1994) が調査した妊産婦の夢には、妊娠以前に戻れないという葛藤や、母親になることが仕事にどのような影響を与えるかについての夢主の心配が顕著に現れていた。Ablon はその妊産婦と夢や夢の連想について話し合うなかで、それぞれの時期の夢に幼少期の経験や母親としての同一性にまつわる問題が顕在化していることが分かった。妊娠期における夢は、重要な葛藤や感情に即座に接近できることから、広範囲にわたる分析を可能としてくれる。また、妊娠期における分析のなかで提出される夢には、夢主にとって核となるような未解決の葛藤や発達初期の問題だけでなく、妊娠したことによって生じた発達の課題を理解したり、統合することを促したりするような、価値ある視点を提供してくれるともAblonは述べている。

妊娠・出産・育児の期間内にある女性は社会人としての同一性と、確立しなければならない母親としての同一性との間で大きな葛藤を抱えるであろう。山根 (2006) は、修士号を取得した後に専門職についていたある初産婦の夢の「能動的夢分析」(名島, 2003) を通して、彼女が母親としての同一性を確立するさいの夢の機能について吟味している。面接は出産以前に3回、出産後1回の計4回行われ、計6つの夢が聴取された。そのさい山



根は能動的夢分析の手法のなかでも「伝達—警告質問」の有効性に着目し、夢に関する夢主の答えをもとに、妊娠・子育て期における夢の果たしている機能を分類した。その結果、報告された6つの夢の分析から、①母親としての自覚を促す機能（母親としての同一性の発達を促す機能）、②母親としての同一性の様態を示す機能、③母親としての同一性と社会人としての同一性とのバランスを調整する機能、④子育てに関するアドバイスを与える機能があることが分かった。山根によると、夢主は夢のなかで社会人としての同一性と母親としての同一性との間の葛藤を統合しようと試みていたのである。専門職についたり、高い教育を受けたりする女性が今後ますます増加することを考慮すると、社会人としての同一性と母親としての同一性との葛藤や統合に関する研究が今後必要であり、そのさいには能動的夢分析が非常に有効な手段となろう。

母性や母親としての同一性という観点から夢を研究したものが非常に少ないうえに、母性が芽生えたと考えられる時期は調査によって異なっている。今後は、母性や母親同一性に関する大規模かつ詳細な研究が必要であろう。また、山根（2006）が指摘しているように、妊娠・出産・育児における夢の機能はもっとあるはずである。したがって、そういった夢の機能についての研究が今後求められよう。

#### IV 出産に関する夢研究

初産婦にとって出産は初めて経験する出来事であり、身体的苦痛を長時間経験しなくてはならない危機的事態である。したがって、妊産婦が見る夢には出産に関係する内容が多く現れるであろうし、また妊産婦独特の特徴があるはずである。

Winget & Kapp (1972) は、妊娠期に見た夢の内容と初産婦の分娩時間とを比較するという、大変興味深い調査を行っている。彼らはまず、妊娠後期にある健康な初産婦100人から最近見た夢を聴取し、その内、自然分娩で出産し、母子ともに異常のなかった70人の夢を分析している。分娩時間（陣痛の始まりから胎児が摘出されるまでの時間）によって被調査者を、(1)分娩時間10時間未満（31名）、(2)10時間以上20時間未満（31名）、(3)20時間以上（8名）という3つのグループに分け、ついで聴取された夢の内容を、①不安、②恐怖、③敵意、④運動性、⑤妊娠のテーマという5つに分けた。その結果、不安は、短い出産のグループ（10時間以内）の夢の80パーセントに現れていたが、出産所要時間が長かったグループ（20時間以上）では25パーセントに過ぎなかった。不安と敵意は短い出産所要時間のグループ（10時間以内）の夢で最も頻繁に表れ、出産所要時間が長かったグループ（20時間以上）よりも有意に頻度が高かった。妊娠のテーマは夢のすべての主題のうちの1/3で見られ、分娩時間での有意な差は見られなかった。Winget & Kappによると、妊産婦に夢を報告してもらうことは、不安や恐怖に直面しないための否認や抑圧といった防衛を防ぐという点で臨床的にも研究的にも有効な手段であり、妊娠中の夢は、どのように女性が出産という危機的状态に対処するかということについてさらなる理解をもたらすものである。さらに言えば、夢は女性の人生のなかでも重大なストレスの一つである出産に対処するという重要な機能を果たしている。

夢が出産に対処する機能を持つということは原田（2006）の研究でも明らかとなった。ただし、原田が調査した妊産婦はより具体的な出産の場面を夢に見ていた。分娩台に上がる夢を数回見たその数日後、夢主は予定日より早く陣痛が起こり、初産であったにも関わ

らず安産で元気な男児を出産した。

的場 (1998) は出産後の夢に関して縦断的な調査を行っている。彼女によると、出産後 0 か月から 5 か月までの夢において中心部分を占めていた情動は、混乱・驚き (60%) であった。これは初めての分娩が夢主にとっていかに大きな変化の体験であったか、そしてそのために夢主が身体的・心理的にいかに混乱したかを示すものであろう。また、的場が調査した夢主は、出産後にもう一度「出産するという夢」や、「種のようなものが赤ちゃんになっていくのをビデオで見るという夢」を報告した。このように、出産後の夢には妊娠全体を振り返るものが多く、それは出産というトラウマに近い体験を夢が少しずつ癒しているのではないかと的場は考察している。

以上のような研究から、妊産婦が夢のなかで出産という危機に対処している姿が明らかとなった。現在では、無痛分娩やソフロロジー式出産など出産に伴う痛みを軽減したり、出産に対する妊産婦の不安を軽減したりする方法を取り入れる妊産婦も多い。現実生活でも出産に備えている妊産婦とそうでない妊産婦とでは恐怖や不安の夢の頻度や内容は異なるかもしれない。また、出産後のいわゆる「マタニティブルー」(maternity blue) (出産後の軽い一過性のうつ状態) や「産後うつ病」(PPD: postpartum depression) といったものが夢にどのように現れてくるのかについての研究も必要であろう。

## V おわりに

本論文では、女性の妊娠と出産に関するこれまでの夢研究の展望を行った。文献欄を見ても分かるように、妊娠・出産についての夢の研究はきわめて少ないのが現状である。しかしながら、夢というものが夢主の心理・身体・社会的状況を如実に反映させることを考えると、夢を媒介とした妊娠・出産期の女性心理の研究が望まれよう。

ところで、妊娠・出産に関する夢の研究を今後深めていくうえで、この分野における夢の研究が少ないことの原因を考えるのは有益であろう。研究が少ない理由として、まず男性の調査者が妊産婦に調査を依頼しづらいことが挙げられる。次に、多くの妊産婦が流産の心配がほとんどなくなる安定期に入るまで妊娠した事実を周囲に話したくない。したがって、調査を依頼した時点で妊娠中期、あるいは妊娠後期となっており、妊娠初期の貴重な夢が調査できないという理由も考えられる。また、妊娠・出産は女性にとってごく当たり前のできごととしてこれまで軽視されてきたのではなかろうか。

しかしながら、数少ない妊娠・出産に関する夢の研究についてまとめただけでも、妊娠・出産が女性にとって重大な危機であること、また女性が母親になるということは多大な心理的ストレスを伴うことが明らかとなった。したがって、今まで妊娠・出産に関する夢の研究が少なかった理由を十分考慮して今後の研究に取り組む必要がある。

妊娠・出産は確かに女性特有のできごとなのであるが、しかし妊娠・出産を女性だけに限ったできごとだととらえるのは片手落ちではないだろうか。的場 (1998) や原田 (2006) が報告した夢のなかには、「夫が他の女性と遊びに行くという夢」があった。つまり、妊娠期においては夫婦関係が新たな危機を迎えると言える。したがって、夫婦関係という観点から、妊娠・出産における妻の心理、および夫の心理を明らかにする研究が必要であろう。また、妊娠の経過に伴って大きく変化していく妻の身体や、心理的にも妻が母親になろうとしていく姿、あるいは立会い出産で苦しむ妻を見るということは夫にとって

一種の心理的危機であるかもしれない。あるいは、夫は妻の変化を通して自分自身が父親になることを自覚していくかもしれない。そのような夫の側の心理的变化は夢のなかに現れるはずである。したがって、妻の妊娠・出産における夫の心理や夫の夢についての研究が今後必要となろう。

出生率の低下や虐待件数の増加を考慮すると、今後ますます親性の発達に関する研究が必要であろう。親性の発達を考えるうえで、妊娠・出産期における女性（母親）の心理、男性（父親）の心理、さらに夫婦関係は当然考慮しなければならない事柄である。したがって、妊娠・出産に関する心理学的研究が今後よりいっそう必要であるし、また妊娠・出産に伴う心理的危機や統合が現れている夢に関する研究も今後よりいっそう求められよう。

## 文献

- Ablon, S. L. (1994) : The usefulness of dreams during pregnancy. *Institute of Psycho-Analysis*, 75, 291-299.
- Blake, R. L. & Reimann, J. (1993) : The pregnancy-related dreams of pregnant women. *Journal of the American Board of Family Practice*, 6(2), 117-122.
- Garfield, P. (1990) : Woman's body images revealed in dreams. In S. Krippner (Ed.), *Dreamtime and Dreamwork*. Los Angeles: Jeremy P. Tarcher, 152-160.
- 花沢成一 (1992) : 母性心理学. 医学書院.
- 原田梨沙 (2006) : 妊娠・出産・育児期における女性の心理的プロセス—ある初産婦の夢分析から. 山口大学大学院教育学研究科修士論文抄, 4, 21-22.
- 毎日新聞 <http://www.mainichi-msn.co.jp/today/news/20060629k0000e040070000c.html>
- 的場みぎわ (1998) : 妊娠・出産・育児過程における女性の夢の研究. 箱庭療法学研究, 11 (2), 85-92.
- Maybruck, P. (1990) : Pregnancy and dreams. In S. Krippner (Ed.), *Dreamtime and Dreamwork*. Los Angeles: Jeremy P. Tarcher, 143-151.
- 名島潤慈 (2003) : 臨床場面における夢の利用—能動的夢分析. 誠信書房.
- 名島潤慈・高岸幸弘・岡崎恵美子 (1997) : 夢分析に関する近年の動向. 熊本大学教育学部紀要, 人文科学, 46, 329-341.
- 武内珠美 (1984) : 妊産婦に関する夢の研究—夢に表わされた情動と夢内容について. 広島大学大学院教育学研究科博士課程論文集, 10, 139-145.
- 鑓幹八郎 (1979) : 夢分析の実際—心の世界の探求. 創元社.
- Van de Castle, R. L. (1994) : *Our dreaming mind*. New York: Ballantine Books.
- Winget, C. & Kapp, F. T. (1972) : The relationship of the manifest content of dreams to duration of childbirth in primiparae. *Psychosomatic Medicine*, 34(4), 313-319.
- 山根 望 (2006) : 妊娠・子育て期における夢の機能—ある初産婦の能動的夢分析から. 山口大学心理臨床研究, 6, 30-41.
- 読売新聞 <http://www.yomiuri.co.jp/politics/news/20060630it14.htm?from=top>

---

**ABSTRACT**

Many pregnant women experience psychological crises or psychological stresses during pregnancy. Taking into account the fact that dreams show dreamers' psychological states and identities, these crises and stresses may be reflected in dreams of pregnant women. However, there have been few studies on dreams related to pregnancy and delivery. We organized previous studies on dreams related to pregnancy and delivery. Most of the studies investigated feelings in dreams and dream contents during pregnancy and they found that many pregnant women had frightening dreams. In addition, these studies indicate that dreams related to pregnancy and delivery should function (1) to facilitate maternity or motherhood of pregnant women, (2) to help them to cope with psychological and physical crises of delivery, and (3) to make them practice mother roles such as nurse. In consideration of these studies, researchers have to study more pregnant women's dreams in order to reveal their psychological states and stresses more in detail. In addition, it is necessary to investigate dreams of fathers-to-be because many couples should have crises during pregnancy and because many fathers-to-be also may experience psychological crises and stresses.

*Key Words* : pregnancy and delivery, motherhood and maternity, dream

---