ぱれっとスタッフによる 福祉用語解説

ぱれっとの職員による「福祉用語解説」。第９回は、仕事の中で、視点を多面的な見方で応用的に活用できる心理学における「投影」について取り上げます。

●投影

いつもは福祉用語ですが、今回は趣向を変えまして心理学用語を解説します。

心理学における「投影」とは、自己の中にある衝動や資質を認めたくないとき（否認）、自分自身を守るため（防衛機制）それを認める代わりに、他の人間にその悪い面を押し付けてしまう（帰属させる）ような心の働きを言います。

たとえば「私は彼を憎んでいる」は「彼は私を憎んでいる」に置き換わる事もあります。そのひとつに責任転嫁があり、たとえば習慣的に失礼な振る舞いをしている人は、いつも他者を失礼な人だと言って回っているケースがあります。

一般的には悪い面を強調することが多いのですが、良い投影も存在する事もあると言われています。

投影はその性質上、他者を鏡のように使い、自分のこころの一部を映し出すものなので、裏を返せば、投影された相手から受け取る印象によって自己理解を深めるきっかけにもなるといえます。相手に抱く印象が投影によるものか現実によるものかを判断するためには、俯瞰的な視点が欠かせません。

投影は日常生活においてよく起こっています。例えば、なんとなく嫌いだった人物が、実は自分の否定的な、認めたくない面を体現していた･･･などです。

また、この概念はパーソナリティ障害の治療において、医者に向けられる怒りとして専門的に語られることもあります。（精神分析における対象関係論の投影性同一視）。統合失調症における迫害妄想との関連も語られています。

ユング心理学では、※元型の一つ影（Schatten）とも関連し、否定するのではなくそれを自分の一面として認識し受容することで、もっと大きな「大いなる自己」・自己実現へと成長するきっかけとして活かすことができると言われています。

※原型…元型（げんけい、ドイツ語：Archetyp または Archetypus、英語：archetype、アーキタイプ）は、カール・グスタフ・ユングが提唱した分析心理学（ユング心理学）における概念で、夜見る夢のイメージや象徴を生み出す源となる存在とされています。集合的無意識のなかで仮定される、無意識における力動の作用点であり、意識と自我に対し心的エネルギーを介して作用します。元型としては、通常、その「作用像（イメージ等）」が説明のため使用されます。

普段の生活でも良く起きる他者とのすれ違いや感じ方の相違なども「投影」という概念を知っておくことで他者への理解や自分自身への理解、他者や自分自身の心（感情など）を想像したり、イメージをしてみたりしやすくなるようになるのではないかと考えています。

（ぱれっとホーム　萩原徹）