

総論論文

こころの研究の新しい芽

——「こころときずな」領域の研究

吉川左紀子 (こころの未来研究センター教授)
Sakiko Yoshikawa

3つの研究領域という枠組み

こころの未来研究センターでは現在、こころとからだ、こころときずな、こころと生き方、という3つの研究領域を設定して、多彩な連携研究プロジェクトを進めている。こころの働きについてさまざまな方法論を取り入れて研究し、その成果が社会の多様なフィールドのなかで活用されるまでを視野に入れながら情報発信する、新しい形の学際研究組織である。2006年半ばに、こころの未来研究センターの設立が正式に決まったとき、センターの組織や、研究活動の幹になる枠組みをどのように作ったらいいのか、センターに所属する予定のスタッフが集まって話し合った。

なるべく細分化せずに、等身大の「こころ」の解明を目標として、「異分野の研究者が相互に連携しながら

こころの研究を行う場」「外に開かれ、国内外の研究者との交流が促進される場」「研究成果を社会に向け積極的に発信する場」としての研究センターにすることが、大事なコンセプトになった。

そのとき私の頭に浮かんでいたイメージは、「里山」である。里山では、人が親しく自然と向き合い、土地を耕し田畑を作り、日々手入れをしながら種や苗を植え育て、収穫をする。それと同じように、多様な研究の苗を植え、育て、研究成果という収穫を多くの人と分かち合うような研究センターをめざすのはどうだろう。こころとからだ、こころときずな、こころと生き方の3つの領域を表す図も、3つを横に並べるのではなく、重なり合っただけの大きな領域になる形に配置した(図1)。

本誌に掲載されている、教員の座談会のページに、2007年から2009

年までおこなってきた連携研究プロジェクトの一覧が掲載されている(p19)。これを眺めると、ずいぶんたくさんの、多様なプロジェクトがあることがわかる。いずれも、「この研究にぜひ取り組んでみたい」と提案された、「研究の芽」である。提案のなかから少数のプロジェクトを選ぶのではなく、すべてのプロジェクトに取り組む方針で進めることにした。どの種が芽を出してどれくらい大きな木に成長するか、やってみながら考える、というボトムアップ方式である。

それぞれのプロジェクトと3つの領域との関係も「だいたいこのあたり」という分け方で、はっきり決めているわけではない。おおよその区分でいえば、脳科学のアプローチを用いるプロジェクトはこころとからだ・こころときずな領域に、認知・行動科学のアプローチを用いるプロジェクトはこころとからだ・こころときずな領域と分けられる。しかし、図1を見て分かるように、2つの領域の重なる部分に入るプロジェクトもかなりの数である。

このことは、センターで行っている研究プロジェクトの多くが、専門分野の異なる研究者グループによる、学際融合タイプのものであることと関連している。たとえば、「共感的対話の相互作用性」プロジェクトは臨床心理学、認知心理学、社会心理学の融合プロジェクトである。「京都における癒しの伝統とリソー

ス」は宗教学と臨床心理学の融合プロジェクトといえるし、「発達障害の認知・感情特性と療育的関わり」は認知科学と特別支援教育、児童精神医学の融合プロジェクトをめざしている。そう考えると、センターの研究活動の主要な部分が、研究者間で「きずな」を形成し、それを活用しながら実施していることに大きな特徴があると言える。

ところで、図1の3つの領域の中央には、何も書かれていないスペースがある。ここはどんな領域にしたらいだろうか。からだ、きずな、生き方という3方向からのこころの研究の蓄積から見えてくるもの。この中央の領域に入れたいキーワードは、もしかすると研究者ひとりひとりによって、違うかもしれない。私が入れるとしたら、「こころの成長」そして、「豊かなこころ」というキーワードだ。これからのセンターでの研究を通じて、「こころの成長を促す何か」を発見し、「豊かなこころのあり方」を具体的に示すことを長期的な目標としたいと思っている。

専門家の「聴く力」——共感的対話の相互作用性

私たちは毎日、人に出会い、人の心について考え、人とやりとりをし、理解や誤解を繰り返しながら生活している。「こころときずな」領域に関係する研究プロジェクトでは、そうした人と人の出会いとつながりのあり方、共感やコミュニケーションなどの問題に焦点をあてて、認知科学、行動科学、脳科学、社会科学など多様な手法を用いて、研究を進めている。

「共感的対話の相互作用性」プロジェクトは、「対話のプロ」を対象にしたコミュニケーションの研究である。熟練の心理カウンセラーは、クライアントの相談を「聴く」ことでクライアントが抱えていたこころの悩みが軽減されたり、対人関係が

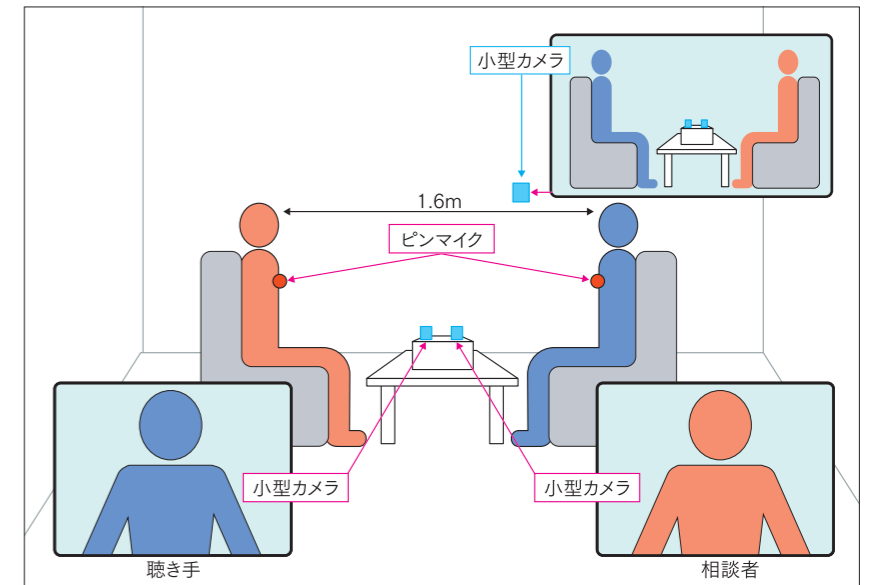


図2 聴き手(専門家・非専門家)と相談者の対話の状況

良い方向に変化したり、新しい自己認識が生まれるといったような、すぐれた「聴く力」をもっている。そうした「聴く力」に着目し、対話のなかで起こっていることをできるだけ詳細に、具体的に明らかにすることをめざして研究を進めてきた。

このプロジェクトは、こころの未来研究センターが設置される前から実質的にスタートしていたので、かなり息長く続けているプロジェクトである。短期間で集中的に行う研究もいいが、固定したメンバーで細く長く、あれやこれやと議論しながら続けていくプロジェクトもいい。研究が少しずつ深まっていくプロセスが実感できるからだ。

このプロジェクトでは、熟練のカウンセラーの聴き方の特徴を、専門家でない人の聴き方と比べながら明らかにしてゆく、というのが基本的な方針である。そして、「聴くこと」の専門家としてのカウンセラーの方法は、日常対話とどのように異なっているのか、そうした優れた聴き手がいることで、クライアント(相談者)のなかの何がどのように変わっていくのかを実証的に示してゆくことが、長期的な目標である。

私たちが分析しているのは、50分間の心理相談の様子を撮影したビ

表1 相談者と聴き手の発話

●聴き手が非専門家のとき
相談者 1回生のときは、いろんなサークルをまわってみたりとかしてみたんですけど、やっぱりなんかこうでき上がってるノリの中に入るのすごいめらめらわることがあったり。
聴き手 うーん。でも自分では、お友達がいっぱいって思ってたのよ？
相談者 そう、ですね。
聴き手 うん。ほなやっぱり殻をやぶっていかないとあかんやん。今からでも、作れる。だって今2回生やろ？ あと2年はあるわけやん。
相談者 はい(笑い)。
聴き手 で、やっぱり、4回生で充実した4年間やったと思うには、友達って大事やんか？
相談者 そう、ですね(小声)。

●聴き手が専門家のとき
相談者 なんか、輪の中に入ろうとしたこともあるんですけど。なんかやっぱりそこは違うなあって思ってた。ついていけへんし。うーん。もう、やっぱり緊張するし、楽しくないし。
聴き手 お母さんには、そういうこと、一応ちょっと言ったりはするわけ？ しんどいとか。
相談者 なんか、勝手に、大学の案内とか見たりとかして。で、なんか、こんなやってるから行って、とか。行きたくないから家にいるのに、言われるし。…(沈黙4秒)…で、やっぱり自分でも、こんな、こんなんててもあかんのかなと思って。頑張る(小声)、行くんですけど。やっぱり、なんか、…(沈黙4秒)…自分の気持ちがそうじゃないって感じですか(小声)。
聴き手 うーん。あと、ついていけへんって言うのは、あの、なんというかな、気後れというのか、自信がないような感じ？

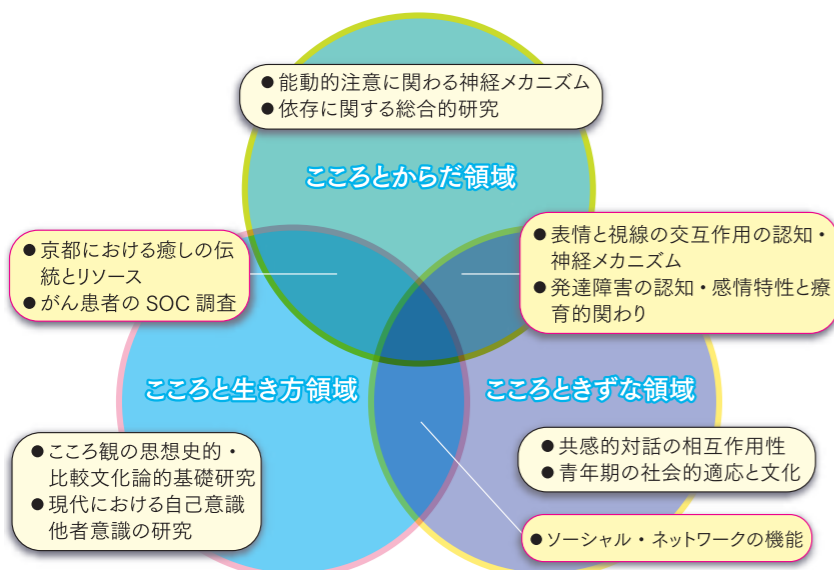


図1 3年間で進めた連携プロジェクト(一部) 複数の領域にまたがる連携プロジェクトも多い。

デオ映像である（図2）。相談者や聴き手であるカウンセラーの発話時間の長さや、発話の間に入る間の長さの時系列的な変化を調べるところから始めた。さらに、相談者とカウンセラーの身体の動きにみられる同調の時間的変動や、カウンセラーのまばたきの頻度を計測して、非専門家のそれとを比較している（なお、分析する対話映像はすべて、ロールプレイで行ったものである）。

表1は、相談者が熟練カウンセラーと対話を始めるときの発話と、専門家ではない聴き手と対話を始めるときの発話を示したものである。相談者の話しはじめのトーンはどちらもよく似ているが、その後のやりとりの様子には熟練カウンセラーとそうでない聴き手ではかなりの違いがあることに気づくだろう。

映像から2者間の身体同調を分析してみると、50分間のやりとりのなかで、20分から30分のあたりに熟練カウンセラーと相談者の同調傾向が強まる時間帯があることや、同じ時間帯に、相談者の発話量や発話の間（沈黙の時間）が増えることなどが明らかになってきた。今後さらに、カウンセリングに対する理論的背景の異なるカウンセラーの映像資料の分析を加え、熟練したカウンセラーの「聞き手」としての技能の特性や、「深い対話」の成立要件を明らかにしてゆく計画である。

こうした専門家の「聴く力」の特性を調べることによって、家族間の対話、教育現場での対話、ビジネス場面での対話など、さまざまな人間関係におけるコミュニケーションの改善についても有益な示唆が得られるのではないかと考えている。

表情を見ている人の表情——表情と視線の認知神経メカニズム

この数年、関心をもって進めている研究テーマの1つが、「他者の表情を見ている人の表情」である。こ

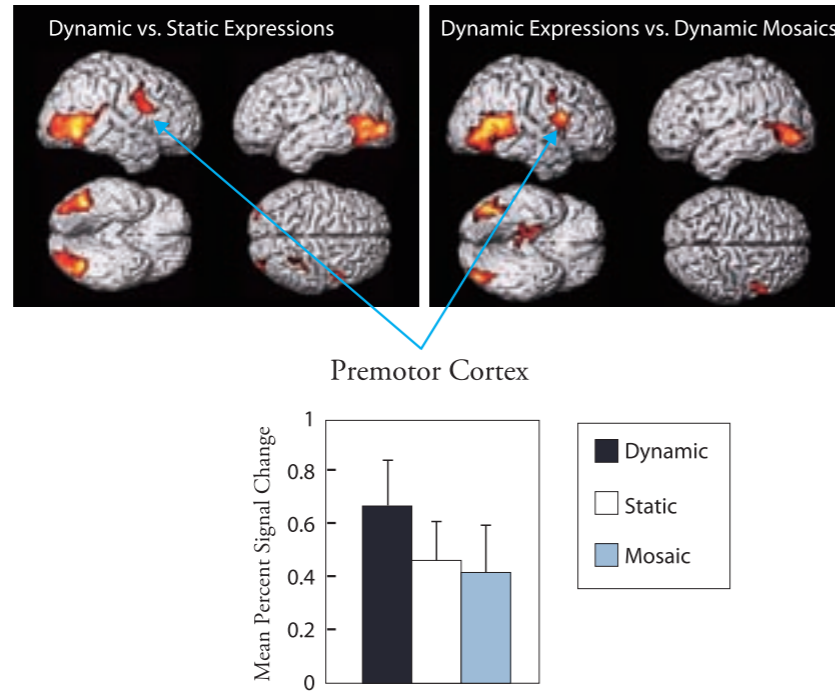


図3 変化する表情(恐怖)を見ているときに活性化される脳領域
変化する表情では、右運動前野(Premotor Cortex)に強い活動がみられた(Sato et al. 2004)。

ころの未来研究センターのプロジェクト「表情と視線の交互作用の認知神経メカニズム」(代表者：佐藤弥京大霊長類研究所准教授)のなかでこれを取り上げ、心理学の行動実験と脳機能画像法を用いた手法を組み合わせながら、共同で研究を進めている。目の前の人がかっこよく笑うと、思わずにっこりしてしまう、といったように、「思わずでしてしまう表情」が、きずなを作るころの基層を探る手がかりになる。

この研究の発端は、脳機能画像法で表情認知の神経機構を調べる研究を行っていたことである。変化する表情を知覚しているときの脳活動を記録すると、後頭葉視覚野や、感情の活性に関連する辺縁系の脳領域とともに、前頭葉運動前野という、運動の準備に関連する脳領域が活性化することが分かってきた(図3)。つまり、相手の表情を見ているときに、見ている側もどこかが「動く準備をしている」のである。何の動きの準備かといえば、おそらく、相手の表情に同調する動きではない

だろうか。新生児が大人の表情を模倣する例は、まさにこうした同調的な表情変化を示している。成人でも同様のことが生じるのかどうかは最近まで知られていなかったが、成人でも他者の表情を受動的に見ているときに、見ている表情と類似した表情の変化が生じることが分かった(Sato & Yoshikawa, 2007, Cognition, 104, 1-18.)。

現在は、自然な表情の映像記録の方法や分析方法を工夫しながら、さらに研究を進めている。ふつう、AさんがBさんの顔の表情を正面から見ているとき、Aさんの表情を正面から撮影することはできない。そこで、プロンプタという装置を使って、Bさんの表情を見ているAさんの正面の位置にビデオカメラを設置して表情を撮影するという方法を考えた(図4)。プロンプタはテレビ局で使われている装置で、アナウンサーが(ミラーに映った)原稿を読み、かつカメラ視線で視聴者のほうを見るとき、2つの必要条件を同時に満たすことのできる便利な

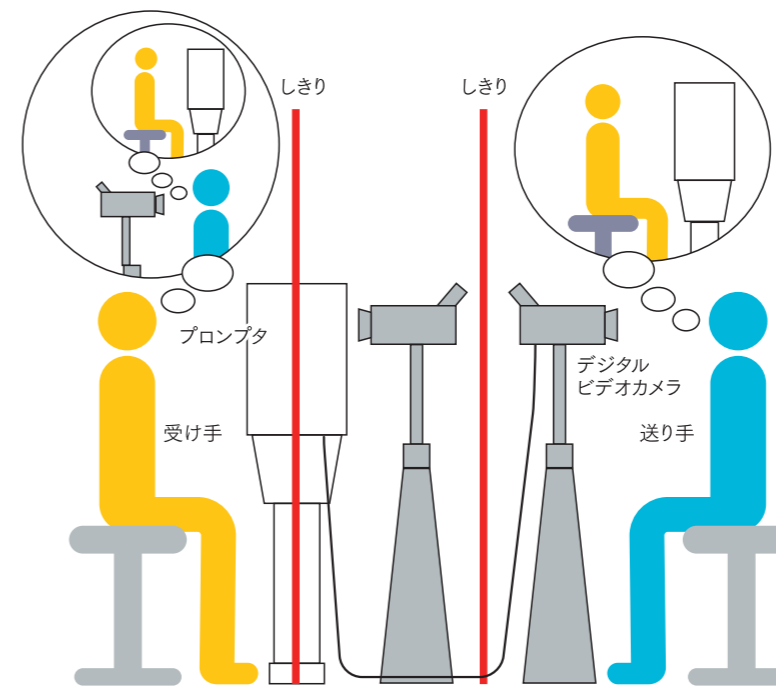


図4 表情コミュニケーション実験
送り手は受け手に対して表情を作り、受け手はプロンプタ内のモニターを見て送り手の表情を読み取る。そのときの受け手の表情がビデオカメラで記録される。

装置である。

この研究では、友人同士のペアと、初対面のペアが実験に参加した。表情で感情メッセージを伝えるというコミュニケーション状況で、ペアのうちの1人が表情を表す「送り手」になり、喜び、怒り、悲しみ、困惑など7種の感情を表す表情を作る。そして受け手はその表情を見て、何の表情かを判断するのである。

この課題を行っている間の「他者の表情を見ている受け手の表情」を調べてみると、先の研究と同様に、送り手の表情と類似した表情変化が見られることが分かった。さらに、友人同士のペアのほうが、初対面のペアよりも同調表情が生じやすいことや、同調が生じやすい表情があることも分かった(共同研究者：森崎礼子助教)。こうした「意図しない表情の同調」が、他者感情の理解やコミュニケーションにどのような役割を果たしているのかをより具体的に明らかにすることが今後の課題である。そして、表情の同調や姿勢・動作の同調と、共感や信頼感と

いった「きずな感情」との関係性を明らかにしたいと考えている。

社会のなかのきずな——農政局との共同研究

センターができてから3年間の研究活動のなかでうれしかったことの1つは、大学や研究所以外の外部機関やNPO組織からの依頼によって、ところに関する新しい共同研究が開始され、順調に進行していることである。

『ところの未来』第2号と第3号にも、その簡単な経緯や研究成果を掲載したが、内田由紀子助教と竹村幸祐連携研究員が近畿農政局と協力して行っている、農業者支援の仕事に携わる普及指導員の調査研究は、きずな領域の「新しい研究の芽」である(第2号「ところの学問は『務本の学』」、第3号「ソーシャルネットワークの機能：グループ内の『思いやり』の性質」)。

普及指導員は、新しい農業技術の指導をしたり、農家の相談役になったり、農家と農家の組織化を促進す

るといった種々の仕事を担う都道府県の職員である。農業の活性化を支援するコーディネータといえるだろう。

私自身も含めて、この研究プロジェクトのメンバーは、農業や普及指導員についての知識がなかったため、農政局の人たちのはからいで滋賀県の農村にある牛の放牧地に実地見学にでかけるところから始めた。そこで、経験豊かな普及指導員と農家の人たちとのやりとりを聞きながら、普及指導員のもつ「つなぐ力」に強い関心をもつことになった。

このプロジェクトは、農耕社会の相互協調的な価値規範に関する文化心理学の知見と結びつけられ、興味深い研究に発展する可能性を秘めている。そこでまず、農村のなかで普及指導員が果たしている役割を明らかにするために、近畿農政局と共同でウェブ調査を実施した。この調査の結果は、農林水産省や各都道府県の農業関係者の方々の強い関心を引くこととなり、2010年度には、調査対象を拡大し全国調査を実施する方向で準備を進めている。

「ところの研究」とは一見無関係に思える、近畿農政局のような外部機関との共同研究が実施され、その成果が関係者の注目を集めてさらに発展してゆくといったことは、センターの設立時には予想していなかったことである。社会に開かれた研究組織としての、ところの未来研究センターの役割を示す、1つの証といえるだろう。

このほか、本誌に研究が紹介されている、ひきこもりNPOの方たちとの連携研究プロジェクトや、糖尿病患者の生活支援に関する連携研究プロジェクトも、これまでにないタイプの新しい連携研究である。学際的な開かれた研究組織としての、ところの未来研究センターの特長を生かし、新しい「研究の芽」として成長することを期待している。