



対人援助学の方法論としての「二人称」の科学

武藤 崇

(同志社大学心理学部・教授／同志社大学実証に基づく心理・社会的トリートメント研究センター・センター長)

Establishing “Second-Person” Science for the Methodology of Science for Human Services

MUTO Takashi

(Professor, Department of Psychology, Doshisha University /

Director, Center for the Wing for Empirically Supported Treatments, Doshisha University)

The purpose of this article was to clarify the characteristics of “second-person” science for the methodology of human services by proposed in Muto (2013a), through compared with other “first-person” and “second-person” approaches. This article was comprised of four parts; 1) three points of “second-person” science in Muto (2013a), 2) comparison with other “second-person” approaches, Saeki’s “Donut” theory and Reddy’s “second-person” approach, 3) comparison with other “first-person” approaches, Suwa’s “first-person science” and Neuringer’s “self-experimentation”, 4) conclusion and further issues.

本稿は、武藤（2013a）で提案された「二人称」の科学を、その他の「一人称」および「二人称」的アプローチとの比較検討をすることによって、その特徴をより明確にすることを目的とした。本稿の構成は、1) 武藤（2013a）の「二人称」の科学における3つの要諦、2) その他の「二人称」アプローチ（佐伯による「ドーナツ論」とReddyによる「二人称的アプローチ」）との比較検討、3) Gendlin & Johnson（2004）以外の「一人称」アプローチ（諏訪による「一人称科学」とNeuringerによる「自己実験」）との比較検討、4) 結論と今後の課題である。

Key Words : person-ness, “second-person” science, science for human services, Behavior Analysis, Clinical Behavior Analysis

キーワード：人称性、二人称の科学、対人援助学、行動分析学、臨床行動分析

1. はじめに

Gendlin & Johnson（2004）は、従来の科学的アプローチを「三人称」(third-person)の科学と呼んだ。さらに、そのアプローチには、原子論的 (atomistic) な「自然科学」モデルと全体論的 (holistic) な「生態学」モデルがあるとした。一般的に、両モデルは、互いに対立するモデルのように捉えられている。しかし、Gendlinらは、科学者が、科学者以外の他者（たとえば、環境といった人間以上の存在も含む）を外側から観察・分析し、その他者の中に静的な内容 (static content) を記述し (other-descriptive)、さ

らに、その記述を演繹的に検証する、という点では同類であるとみなしたのである。さらに、Gendlinらは、その「三人称」の科学に代わるものとして「一人称」(first-person)の科学を提案した。その科学は、動的な過程 (dynamic process) を自己再帰的 (self-reflective) に捉えるものであるとした (表1)。

表1. Gendlin & Johnson（2004）による「人称性と科学」の関係性.

	内容 (静的)	過程 (動的)
他者言及	三人称の科学	
自己言及		一人称の科学

さらに、Gendlin & Johnson (2004) では、「科学とは、追試可能性（操作可能性を含んだ）に依拠する方法論」であることを認めつつも、その一方で、帰無仮説を立案し、それを演繹に群間比較デザインを使用して実験し、その実験のデータの差を統計的に判断する、という「三人称」の科学の代表的な方法論（これは、そのままアカデミックな科学的心理学の一般的な方法論）を否定した。その理由は、個別性（個人差や主観的な変化の実感など）を軽視している、つまり普遍性を偏重し過ぎているからである。

一方、武藤 (2013a) は、Gendlin & Johnson (2004) の言説に対して、「二人称」(second-person) の科学が確立可能で、そのような科学が対人援助学により適合する、と主張した。ただし、この「二人称」という名称は、人称性という概念から導き出された単なるレトリックではない。なぜなら、上述の Gendlin らが主張した二項対立には、少なくとも、もう一つの次元を含んでいたからである。その次元とは、記述的か再帰的か (descriptive or reflective) という次元である。換言すれば、記述の方向性が一方向か双方向か (対称性を有するか否か)、という次元である。そのため、彼らのモデルは、二次元から、三次元に修正され (図1)、動的な過程を扱いながら

も、他者を再帰的に記述していくスタンスも想定できるものとなった。そして、この「動的な過程を扱いながらも、他者を再帰的に記述していく」というスタンスは、とりまなおさず「二人称」と呼ぶことが妥当であると考えられた。なぜなら、このアプローチは、他者を動的に記述していくにもかかわらず、再帰的な特性のために、他者との「関係性 (科学者との)」が含み込まれることになるからである。

さらに、武藤 (2013a) は、「二人称」の科学の具体例として「行動分析学」(Behavior Analysis)、特に「臨床行動分析」(Clinical Behavior Analysis) が挙げられるとした。その理由は3点ある。それは、①「三項随伴性」(three-term contingency) という分析ユニットを採用している、②「一事例の実験デザイン」(single-case experimental design; Barlow, Nock, & Hersen, 2009) と呼ばれる「個体内・間の系統的な追試デザイン」(inter- or intra-subject systematic replication designs; Sidman, 1960) を採用し、「社会的妥当性」(social validity; Carter, 2010; Wolf, 1977) と呼ばれる方法論で「質的 (主観的な)」な側面を補完している、③「アクセプタンス&コミットメント・セラピー」(Acceptance and Commitment Therapy, 以下、ACT とする; Hayes, Strosahl, & Wilson, 2012) と呼ばれる体験的な (experiential) アプローチ、具体的にはメタファーやパラドクス、エクササイズを採用している、という3つである。

しかし、上述の武藤 (2013a) による、「二人称」の科学がそのまま行動分析学 (特に、臨床行動分析) である、という主張は、いささか「我田引水」な言説であり、その学術的な妥当性が十分であるとは言いがたい。そのため、本稿では、対人援助学に近接する領域における、人称性をめぐる議論との比較対照によって、その主張の妥当性の検証をすることを目的とする。

2. 「二人称」の科学として行動分析学： 武藤 (2013a) の要諦

具体的な検証を行う前に、武藤 (2013a) の要諦として、①三項随伴性という分析ユニット、②一事例の実験デザインという方法論、③「体験的」アプ

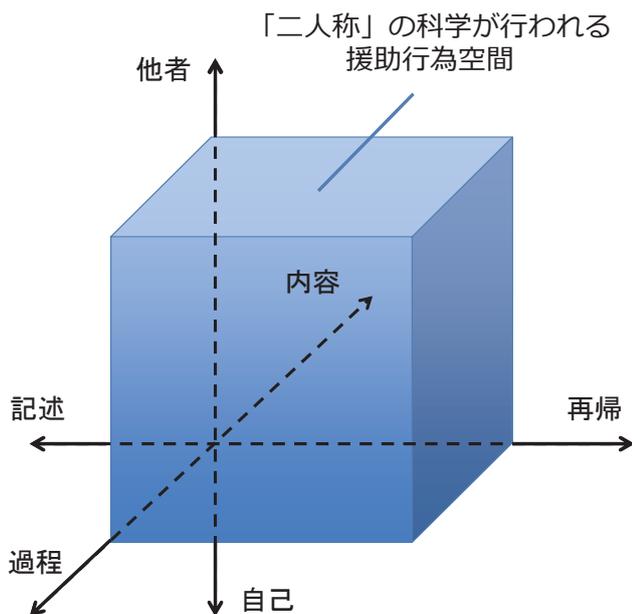


図1. 臨床における「人称性と科学」に関する3つの次元および「二人称」の科学的な援助行為空間。

ローチとしての ACT, という 3 点について述べていくこととしたい。

2-1. 三項随伴性という分析ユニット

「三項随伴性」とは、「弁別刺激 (Discriminative Stimulus) …行動 (Behavior) …結果 (Consequence)」という 3 つの用語を用いて、科学者(あるいは援助者)が現象を切り取る分析枠組みである。たとえば、動物実験においては「赤色ライトの点灯…レバー押し…えさの給餌」という例が、そして自閉症児の言語訓練においては「りんごの絵…“リンゴ”という発声…周りからの言語賞賛」という例が使用されることが多い。そのため、この枠組みが、固定化された実体を示すものであると誤解されやすい。しかし、それは大きな誤解である。逆に、この枠組みは、きわめて「恣意的な」(arbitrary) なものなのである。換言すれば、

何を「行動」, 「結果」, 「弁別刺激」と記述するかは、人(臨床場面ではセラピスト)によってさまざまである。ただし、この「さまざま」とは「好き勝手」や「いい加減」という意味ではない。それは、「その人が、どのような立場で、どのような価値観を持ち、その現象(多くの場合、何かしらの「問題性」を抱えている状況)に関与しているか、ということによって、記述される内容が必然的に異なってくる」(武藤, 2013a; p. 203)

ということなのである。たとえば、ある小学校の学級担任から「特定の子どもが授業中に立ち歩き、他の児童の邪魔をするので、困っている」という主訴があった場合を考えてみよう(相談された「あなた」は、コンサルテーション業務を担う巡回相談員とする)。一般的に考えれば、あなたは、問題の児童の「立ち歩く」や「他の児童の邪魔をする」という行動に焦点化し、どのような場面で、何かが直接のきっかけで、その行動が生じ、その結果、どのような環境的な変化が生じるかを観察するだろう。しかし、相談員の「あなた」は、次のような自問自答をするかもしれない。

果たして、問題の児童が「立ち歩く」や「他の児童の邪魔をする」ことが減少さえすれば、巡回相談員として「ミッション終了」ということでよいのだろうか。問題の児童が「おとなしく着席し、その後、机に突っ伏して、何もしないで、残りの 30 分間を過ごす」ことになっても「それでよし」としてよいのだろうか。「その授業時間内に、着席して、何をすれば、その子にとっての『手応え』を得ることができるのか」ということを考える必要はないのだろうか。

つまり、相談員の「あなた」は、誰のために、専門的業務を遂行しているのか、ということも考えることになる(つまり「再帰的」な行為をすることになる)。もし、学校における児童の「生活の質」を向上させることが、自分の本来的な業務であると考えたとしたら、「あなた」は、その学級担任の授業内容に対して、その児童になり代わって、現行の授業の進め方などに対して「異議申し立てをする」ことも生じてくるはずである。換言すれば、何らかの枠組みを使って、問題状況を分析するという(一見すると)単純な業務の中において、きわめて重要な職業倫理的な判断が含まれることになる。そして、行動と環境変化(援助者の対応を含む)との相互作用を記述する「三項随伴性」という枠組みだからこそ、そのような倫理的な判断に敏感なることが可能になるのである。

2-2. 一事例の実験デザインという方法論

一事例の実験デザインを用いることが重要であるのは、

クライアントの一人ひとりに対して、セラピストの具体的な援助がどのように影響を及ぼしているのかを「客観的」かつ系統的かつ時系列的にモニターしていく(武藤, 2013a; p. 204)

という点にある。そして、Gendlin & Johnson (2004) が指摘するように「科学とは、追試可能性(操作可能性を含んだ)に依拠する方法論」であるとするならば、援助の「再現性」が求められることになる。

しかし、ここで言う「再現性」とは、どのようなものなのか。単に、類似の事例について、特定の援助方法が、同様の効果を引き出すことができるかどうかを検討するだけなら、一事例の実験デザインではなく、無作為比較試験でもよいはずである（無作為比較試験の方が、事例数が多く、統制群が設定され、統計的分析を実施しているため、再現性という観点から言えば、より適切な方法論であるという主張もできるだろう）。一方、ある1つの事例について、類似の場面（人や課題など）でも、類似の反応でも、類似の援助者が変わっても、特定の援助方法が有効であるかを系統的に検討できるのは、一事例の実験デザインである（さまざまな多層ベースライン・デザインとなる）。また、特定の援助方法が奏功したとしても、時間の経過によって、類似の問題が再燃してしまった場合、再度、その援助方法を導入し有効性を検討する、という「再現性」も一事例の実験デザインなら可能である（偶発的な ABAB デザインとなる）。簡潔に表現すれば、援助者として「あなた」と「(あなたの)クライアント」、そして「クライアント」と「クライアントが生活している時空間」との関係をきめ細やかに記述し、かつ援助者としての「あなた」の援助の有効性を実証的に検討することが可能なのである（望月・武藤, 2016）。ただし、この場合、そのようにして得られた科学的知見は、あくまで援助者としての「あなた」と「(あなたの)クライアント」との関係における科学に過ぎない。つまり「限定的で、一般性を欠いた、きわめて普遍性から遠い」科学（通常、科学に対して、そのような修辭がつくことはないだろう）ということになる。

2-3. 「体験的」アプローチとしての ACT

ACT は、臨床行動分析の代表的なセラピー・モデルの1つである（Guinther & Dougher, 2013）。しかし、それは、一般的に「認知・行動療法」（cognitive and behavioral therapies）に分類されるため、「二人称」の科学との関連で語られることはほとんどない。もし、「二人称」の科学との関連で、ACT の重要な特徴とは何かと問われたのなら、その答えは「体験的アプローチ」であるということになるだろう（実

際のところ、ACT の最初のマニュアルの副題にも「体験的アプローチ」と明確に記載されている；Hayes, Strosahl, & Wilson, 1999）。また、ここで言う「体験的」とは「自らが、環境に直接的あるいは疑似的にさらされたときに生じる新たな変化を十分に体感する」という意味である。さらに「体験的アプローチ」である理由は、クライアントが抱える言語的なバイアスを適応的なレベルまで緩め、さらにそのバイアス自体に対する感受性を高めるためである。換言すれば「体験的」とは「脱・言語的」という意味でもある。そのため、主として言語を介して施行される成人の心理療法においては、メタファーやパラドクス（疑似的な体験を引き出すために）が使用されることになる。

実際にセラピーの中で、メタファーやパラドクスを有効に作用させるには、セラピストとクライアントの体験を共有することが重要となる。たとえば、クライアントに自分自身を俯瞰的な視点から観察することを説明する場合、援助者としての「あなた」がサッカーにおけるフィールド・プレイヤーの視点とスタンドにいる観客やベンチにいる監督の視点との対比で説明したとしよう。もし、あなたのクライアントがサッカー選手だった場合と野球選手だった場合とでは、そのメタファーが体験的な要素を引き出す程度が明らかに異なるだろう。しかも、「あなた」自身がサッカー選手であったか否かによって、そのメタファーの詳細を語る時やクライアントとの体験を共有しようするときにも、その効果が明らかに異なるだろう。そして、セラピストとしての「あなた」は、サッカーの話題ができるばかりでなく、その話題を当該の臨床的問題に連結させなければならない。つまり、有効なセラピーを実施しようとするれば、クライアントに合わせて「テーラーメイド化（つまり、「二人称」的にかかわる）」することが必要になるのである。

3. 近接領域の「二人称」的アプローチとの比較

それでは、本稿の目的である「対人援助学に近接する領域における、人称性をめぐる議論との比較対照によって、その主張の妥当性の検証をする」こと

に移りたい。具体的には、①佐伯胖による「ドーナツ論」、②Vasudevi Reddyによる「二人称的アプローチ」の2つを取り上げることとする。

3-1-1. 佐伯による「ドーナツ論」

「二人称」という視点を心理学に導入するという試みは、実のところ、今回が初めてではない。そのような試みは、1980年代終盤に、すでに佐伯胖によってなされている。それは「ドーナツ論」と呼ばれるものである（佐伯, 1989）。その理論の名称は、図2のように、それが同心円で模式化されたことに由来する。

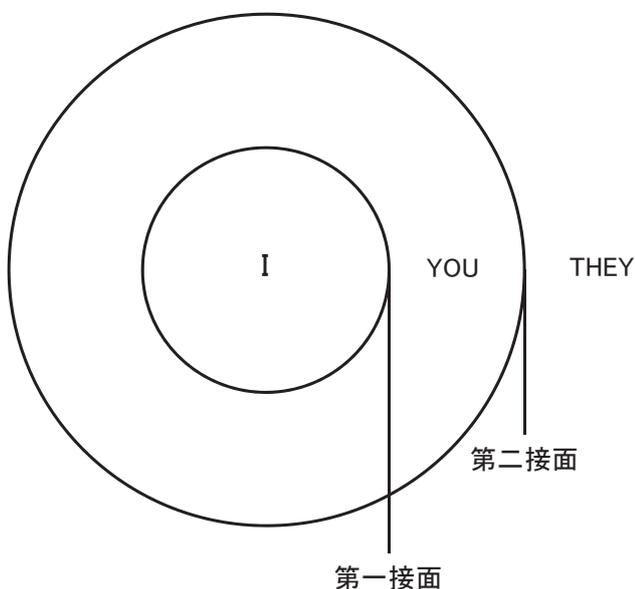


図2. 佐伯（1995）による「ドーナツ論」（p. 66）

そして、その理論は

人が世界とかかわりをつくり出すとき、まずその人の自己 (I) に共感的にかかわる他者 (YOU) とのかかわりをもつことが必要で、その I と YOU のかかわりの世界を「第一界面」と呼ぶ。さて、この YOU は I とかかわるだけでなく、文化的実践が行われている現実世界 (THEY) とかかわっているし、I は YOU とともに、その THEY とかかわるようになる、ということである。この THEY とのかかわりの世界が第二界面である（佐伯, 2014; p. 153）

というものである。佐伯（2014）によれば、この理論は、もともと、人間が複雑な機械を操作するときの「使いやすさ」を考えるために創出された。具体的には、「第一界面」とは、機械自体が人間の動作・心理特性を考慮して「人にやさしい」設計になっているかどうか（入力系統）を検討する側面のことであり、一方の「第二界面」は、人間の意図通りに、機械が現実世界に実際に作用しているかどうか（出力系統）を検討する側面のことを意味し、この2つの接面の両方において、適切なやりとり（コミュニケーション）が成立している状態が「機械が使いやすい」という状態を指すのである。

さらに、佐伯は、「ドーナツ論」を子どもの発達を促すための大人のかかわり方の問題に応用した。つまり、「使いやすい機械」に相当する部分を「YOU（二人称）的他者」（教師、保育者、親など）に、「現実世界」に相当する部分を「子どもが活動することが期待される文化的実践世界（THEY 的世界）に代入することによって、「YOU（二人称）的他者」の媒介の適切なあり方を検討しようとしたのである。また、佐伯（1995）では、この「YOU（二人称）的他者」の役割は、ワロンの自我発達論における「第二の自我」の外的投影である、とされている。この「第二の自我」とは、

現時点でとりあえず、かりに「なつてみたい、もうひとりの私」であり、それが「現実の私」をいろいろ補助し、助言し、ときにやさしく批判し、反省をせまり、変身をせまるのである。しかしそれは自我に敵対的な存在ではなく、現在の自我の最良の理解者であり同伴者でもある（佐伯, 1995; p. 62）

とされている。そして、この「第二の自我」も、もちろん、最初から完成されておらず、徐々に育成されていくものであるため、現実世界に、その役割のある程度担ってくれる他者を必要とする。そのような他者とは、

匿名性をもった三人称的他者ではなく、個人的で親密な、秘密を打ち明けられるような語り合

いをもつことのできる、二人称的他者である。その他者との実際の対話的交流を通して、自己内の心的対話がさらに広がり、豊かになる（佐伯, 1995; p. 62-63）

ような存在なのである。さらに、この二人称的他者は、

「傷つきやすさ」をさらすことのできる相手であり、それだからこそ信頼と尊敬を互いに持ちあえる相手であることを忘れてはならない。

本当の YOU 的関わりというのは、もう一つの「外の世界」(THEY) と対峙していく、つまり第二接面での交流を行き先として常に意識し、見つめていながら、互いが安心してうちとけるのが理想である。つまり、みんなが「お互い」を見つめ合うのではなく、「外」をともに見つめるという関係で、はじめて本来の YOU 的世界が作り出される（佐伯, 1995; p. 63-64）

としている。

「二人称的かかわり」の具体的な研究例として、永田・佐伯（2013）が挙げられる。その研究は、初産婦の沐浴場面を対象に参与観察をし、他者（親）が子どもに「二人称／三人称的」にかかわっている状態とはどのようなものか、そして「二人称的なかかわり」を生じさせるために、看護師がどのような援助をしたらよいのかについて検討している。その観察結果によれば、「三人称的かかわり」とは、母親が自分の子どもを沐浴させているときに、テキスト通りの「教えられたこと」を詳細に再現しようとすることに専念してしまい、目の前の子どもの微少な変化（たとえば、表情）に対応できず、その結果、子どもが沐浴中のほとんどの時間、泣かせてしまう（さらに、泣かせてしまうといった「失敗」をテキスト通りに行えなかったことに帰着させ、自らに対して否定的な感情を募らせてしまう）というものであった。一方の「二人称的かかわり」とは、教科書的な沐浴の手順や手技が多少適切ではなくとも、そのときの子どもの微少な変化を観察・即応し、子どもが泣いてしまったとしても、沐浴場面のかかわりそのものを（親が）楽しむ（結果的に、子どもが泣いてしまうこ

とは少なくなる）、というものであった。また、「二人称的かかわり」を引き出す看護師の援助方法は、①出産体験を肯定的に受け止めるように看護師はコメントをする、②沐浴の手順や手技についてもコメントせず（ただし、危険がない限りにおいて）、③親から質問を受けたときだけ肯定的にアドバイスし、④「○○ちゃん、気持ち良さそうね」といった子どもの気持ち（ただし、好意的なもの）を代弁する（親との親密な関係を形成させるために、看護師が「赤ちゃんの心のうち」を想像して、それを親に伝える）、⑤親子のやりとりの写真（情感あふれる場面の）を撮影して、それを成長日記に貼り、看護師の好意的なコメントを添える、というものであった。

3-1-2. Reddy による「二人称的アプローチ」

海外では、乳幼児に関する発達心理学の分野において、Vasudevi Reddy によって、「二人称的アプローチ」(A second-person approach) という概念が2000年以降に提唱された (Reddy, 2008)。Reddy によれば、従来の心理学は、心-身体（あるいは、心-行動）二元論に依拠しているために、大別すると「一人称的アプローチ」あるいは「三人称的アプローチ」のいずれかになってしまっていると捉えた。ここでの「一人称的アプローチ」とは自己の経験の延長として他者（の心）に接近しようとするものであり、「三人称的アプローチ」とは客観的な観察・推論・理論から、他者に接近しようとするものであるとされた。一方、「二人称的アプローチ」は、上述の2つのアプローチとは異なり、以下の3つの中核的な前提を採用するものとした。その前提とは、①心-身体（行動）という二元論という二分法を排する、② YOU という二人称の他者（特別な他者）に焦点化する、③二人称の他者との間の活動的で情動的なかかわり (engagement) によって、「心 (minds)」が構築・構成（すなわち創出）される、の3つである。

そして、二人称の他者とのかかわりの特徴とは、「今（この瞬間）」のただ中にあり、オープン（開け放たれている）なものであり、情感を伴うものであり、即時に応答がある（もとめられる）、というものであるとされる。さらに、二人称的な方法論では、①他者が「特別で親密な」存在になっている、②他

者がどのようにかかわっているかについても記述する、③他者との関係における「(純粋な) かかわり」と「非かかわり」(dis-engagement)との持続的なプロセスを記述する、の3つが求められるとした。特に、Reddyは、従来の心理学における「実験的」(experimental)という言葉の意味が、語源的に同一である「経験的」(experiential)という意味を手放してしまい、対象者に対する「非関与性」(detachment)を強調していることに対して批判的である。

3-2. 武藤 (2013a) との比較

まず、武藤 (2013a) に明確に述べられていなかった点を検討したい。佐伯の「ドーナツ論」については、①援助者が、ある個人が新奇な世界と接続するための「道具」的な存在として位置づけられている、②①により、援助者は、個人と世界との2つのインターフェイスを持ち、それを「橋渡し」をする、③「第二の自我」という存在を設定している、④③により、援助者が当該の「第二の自我」の代弁者として外界との橋渡しを行う、という点が挙げられるだろう。一方、Reddyの「二人称的アプローチ」については、二人称的な関係の中に「情動」が必須なものであるという点が挙げられる。

つぎに、上記の点に対して、武藤の考えている「二人称」の科学との相違を検討する。まず、立場を同じくする点（ただし、武藤 (2013a) には含意されていたものは、①援助者は外界との橋渡しをする道具的存在であること（望月, 1988）、②援助者は（必要があれば）ある個人の外界への適応に関して、（その個人を援護する（advocate）役割として）何らかの配慮を求めるように働きかけること（望月, 2001; 武藤, 2007）、③心身二元論を採用しないこと（武藤, 2011a）、④援助者の被援助者に対してかかわりをもっていきのスタンスが、「今（この瞬間）」のただ中にあり、オープンなものであること（Hayes, Strosahl, & Wilson, 2012）の4点である。一方、両論と立場を異にし、武藤による「二人称」の科学が採用するスタンスとは、①二人称的な関係の中に「情動」を必須なものとはしないこと（武藤, 2013b）、②「第二の自我」という仮説構成概念を設定しないこと（佐藤, 1980）の2点である。

4. 近接領域の「一人称」的アプローチとの比較

「一人称」的アプローチは、Gendlin & Johnson (2004) 以外にも存在している。そのため、武藤 (2013a) の「二人称」の科学を考える際に、そのような他の「一人称」的アプローチとの比較も有益であると言えるだろう。そこで、以下に、諏訪による「一人称研究」とNeuringerによる「自己実験」を検討していくこととしたい。

4-1-1. 諏訪による「一人称研究」

2015年に、人工知能学会の監修による『一人称研究のすすめ：知能研究の新しい潮流』という書籍が公刊された。その第1章において、諏訪 (2015) は、「一人称」研究を（暫定的ではあるが）以下のように定義している。

あるひとが現場で出会ったモノゴトを、その個別具体的状況を捨ておらずに、一人称視点で観察・記述し、そのデータを基に知の姿についての新しい仮説を立てようとする研究 (p. 3)

さらに、その観察・記述する対象は、

- ・どのような意思をもって
- ・からだを使ってどのように環境に働きかけ
- ・環境にはどのような変容がもたらされ
- ・自分は環境のどんなことに新たに気づき
- ・自分の考えはどのように影響を受けたか
- ・そして、自分にはどんな新しい意図や目的が生まれたか (p. 3)

とされている。つまり、この一人称的アプローチの目的は、

自分のからだや意識と、環境とのあいだに生じるインタラクション（相互作用）を記述する (pp. 3-4)

ことであるとしている。また、特に、新たな身体の動きを制御しようとする際のことばの役割に注目し

「ことばとからだのどちらが主でもない、平等な関係（諏訪, 2015; p. 26)」を構築することを目指している。そして、そのような平等な関係が成立する場合とは、

ことばに自分なりの安定した体感を紐づけ、体感と体感の関係を、そしてことばとことばの関係を自分でつくりあげることによって、からだを駆動する自分オリジナルなことばを紡ぎ出すことができたとき（諏訪, 2015; p. 27）

であるとした。

その具体的な研究例の一つとして、アマチュア野球のプレイヤーである諏訪自身が、苦手のインコースのボールに対する打ち返し方を習得するまでのプロセスを検討したものが紹介されていた。一般的なインコースの打ち方の教示として「両腕を小さく畳んで、小さくコンパクトなスイングをする」というものがある。しかし、その教示を念頭に置いて、諏訪が実践しようとしても、身体が浮き上がってしまい、好結果には結びつかなかった。諏訪本人は、ことばとからだの関係に注目しながら、以下のような過程を経て、その打ち返し方を習得するに至ったのである。

- ・踏み込みということばが、ある体感と結びついていて、
- ・右肘を体側に近い位置で押し込むということばも、ある体感と結びついていて、
- ・その二つの体感が連動することを感じることに、
- ・二つのことばにも関連性があるのだと気づいた（諏訪, 2015; p. 30）

さらに、上述の「その二つの体感が連動することを感じる」ことができたのは、諏訪の研究室に所属する野球部出身の4年生にバッティングをみてもらって、対話をしているときであった、とうことである。そして、諏訪は、二人称的アプローチについても、以下のように述べている。

この新しい研究思想は「一人称」という名前では呼んでいますが、実は二人称研究をも含むものだと思っています。自分のからだ環境とのあいだにどのような相互作用を起こしているかを、自分では語れないこともあるでしょう。むしろ他者と対話することによって、それが可能になることも多いはずで。他者といっても誰でもよいわけではありません。自分のことをよく理解してくれる二人称的な親しいひと（You的な存在）との対話が、一人称的な観察・記述を促してくれると思います。そうやって生まれた研究は本人にとっては一人称研究、協力者にとっては二人称研究です。（諏訪, 2015; p. 4）

そして、諏訪（2015）は、以下のように論を締めくくっている。

「個から普遍をみる」というのは、普遍的な知見にいきなりたどり着くということではなく、多様な一人称研究を学ぶ個々の研究者が、自分なりの次なる（普遍的知見にたどり着く可能性のある）仮説を立てて、普遍的知見を指向する探究プロセスを意味するのかもしれない。

個を味わうことを通じて普遍を指向する研究土壌が、知能研究の分野には必須なのかもしれません。（諏訪, 2015; pp. 41-42）

つまり、諏訪（2015）は、「普遍」という概念自体を棄却しているわけではなく、一人称研究を経由しても「普遍」にたどり着くことが可能だ、と考えていると言えるだろう。

4-1-2. Neuringerによる「自己実験」

諏訪（2015）と類似な発想は、1980年代初頭から「自己実験」（self-experimentation）という名称で、行動分析学において自覚的に語られてきた（Neuringer, 1981）。さらに、驚くことに、上述の諏訪（2015）の「自分のからだや意識と、環境とのあいだに生じるインタラクション（相互作用）を記述する」という言説は、当該フレーズ中にある「からだや意識」を、「行動」に置換してしまえば、その

まま行動分析学の研究スタンスをほぼ表明するものとなる（ただし、行動分析学における記述とは「独立変数と従属変数の関数関係」に関する記述に限定される）。

Neuringer (1981) によれば、自己実験の意義とは、以下のようなものである。

実験心理学者が、自分自身の生活に科学的方法を応用したら（科学を他人の研究に限定し続けるのではなくて）、万人に有用な知見をもっと知ることになるだろうし、問題の解決にもっと寄与することになるだろう。（p. 79；著者訳）

まず、Neuringer (1981) の論文では、自己実験の実施は、（医学分野ではあるが）16世紀終盤にまで遡ることができ、心理学では19世紀終盤から20世紀初頭にかけて、Thorndike (1900) が精神的疲労について、Ebbinghaus (1915) が記憶について自己実験を行っていたことを挙げている。さらに、Neuringer 本人、彼の研究室に所属する学生、あるいは新生が実施した自己実験の例が紹介されている。たとえば、Susan Duncan という学生は、摂取カロリーが多ければ睡眠量は増大し、摂取カロリーが少なければ睡眠量は減少するという仮説を立て、ABA デザインを用いて、食物摂取カロリーと睡眠量の関数関係を検討した。107日間の自己実験の結果によれば、2000～2500カロリー（通常のカロリー摂取）の期間では平均7.7時間の睡眠量であり、1000カロリー（通常のカロリー摂取の半分）の期間では平均6.6時間の睡眠量であった。また、Susan 本人の報告によれば、1000カロリーの期間中は、おおむね目覚まし時計のアラームよりも早く目覚め（彼女にとっては珍しい）、きびきびした感じがして、研究もよりはかどったが、1ヵ月が過ぎる頃から、だんだんと身体的に疲れやすくなり、弱ってきた（たとえば、いつもより長く走れなくなった）ということであった。

Roberts & Neuringer (1998) は、上記の Neuringer (1981) で紹介した自己実験を自ら継続したことで得られた知見をまとめている。まず、その Roberts & Neuringer の論文では、自己実験が、心理学的問

題に応用されるようになったことを紹介している。その代表例として、自己実験という科学的方法をクライアントに提供して「自分自身が自分のための科学者になる（あるいは、自分自身を科学する人）」（personal scientist）となること支援するという Mahoney (1974, 1979) による心理トリートメントを挙げている。しかしながら、このような動向がすでに存在し、さらにコンピュータや他の最新装置によって以前よりも自己実験が容易になり、かつ有用になったにもかかわらず、自己実験という方法論が心理学の中でいまだ大きな力をもっていないことを問題視している。そして、この論文における自己実験の具体的例としては、Neuringer (1981) で紹介されていた睡眠、体重といったものだけでなく、思考、記憶、気分といった内的事象についても従属変数として扱い、その実験期間は長いもので8年間に及ぶものがあることを紹介している。さらに、Roberts & Neuringer (1998) の論文の中では、自己実験の継続から得られた経験則が紹介されている。それは、①自分がケアしたい「何か」を測定せよ、②できるだけ簡単にデータ収集や分析をせよ、③複数の測定方法を採用せよ、④グラフ化せよ、⑤自己実験をしている者同士でコミュニケーションせよ、⑥不十分な実験でも何もしないことよりは良い、⑦シンプルであることを旨とせよ、というものである。また、自己実験の長所として、①トリートメントの効果を測定しやすい、②きちんとした測定ではなくても多くの変容や相関を発見できる、③アクションを促す、④自分にとって利益がある、⑤長期間データをとることが思いもよらない相関関係を気づかせてくれる、という点を挙げ、これらは、仮説（特に、単なるアドホックな説明的な仮説）を棄却する、仮説を生成する、試行錯誤する、という科学の基本的活動そのものも促進してくれることを指摘した。一方、その短所として、①実験者の期待が結果に影響を与えるかもしれない、②対象者間の一般性が不明確である、③限られた対象者であることが問題である、④虚偽の報告をしやすい、⑤日常生活を妨げる、⑥実際の生活場面は実験室よりノイズがある（さまざまな変数が存在している）、という点が挙げられていた。

以上より、Neuringer自身は、実験という行為が、科学者以外の人にとっても、自らの「生活の質」を向上させるための有用なツールとなり得ることを示そうしていると考えられる（ただし、副次的に、その行為が、科学者の科学的姿勢のトレーニングになったり、新たな研究の萌芽を得たりすることにつながったりすると指摘されている）。

4-2. Gendlin & Johnson (2004) および武藤 (2013a) との比較

まず、Gendlin & Johnson (2004) の主張の妥当性を上記の両論から検討する。まず、Mahoney や Neuringer の研究は、Gendlin らの主張内容や「科学的手法」を先取りし具体化までしている。もちろん、Gendlin らの主張は、現在心理学の主流に対する批判としては妥当である。しかし、科学の源流や心理学の傍流に対する考慮や検討が不十分であったことは否めない。一方、Gendlin らの主張内容は、人工知能の研究者たちがここ数年にたどり着いた観点を先取りしていた。しかし、Gendlin らは自らの「科学的手法」について具体的に論じていなかった。それに対して、諏訪 (2015) は同様の観点からの具体的な「科学的手法」について明示している。

つぎに、武藤 (2013a) では明確に述べられていなかった点を検討したい。まず、諏訪の「一人称研究」については、①「ことばとからだのどちらが主でもない、平等な関係」を記述すること、②「個から普遍へたどり着く」ことを指向することの2点が挙げられる。一方、Neuringer の「自己実験」については、自分自身を「自分のための科学者」に仕立てようと指向することが挙げられる。

では、上記の点に対して、武藤の考えている「二人称」の科学との相違を検討する。まず、立場を同じくする点は、諏訪 (2015) の「ことばとからだのどちらが主でもない、平等な関係」を記述する点である。ただし、武藤による「二人称」の科学では、行動分析学における「行動」という概念を採用する。それによって、ことば、体感（内的な身体感覚）、そして顕現的な身体活動は、いずれも「行動」，「刺激」および「行動（刺激）－行動」関係として同一次元で記述・分析できるからである（武藤, 2011b）。次に、

両論と立場を異にし、武藤による「二人称」の科学が採用するスタンスとは、①普遍という概念を採用せず、常に「文脈的な限定や制限」を設定する（武藤, 2011c）、②被・援助者をかみならずしも科学者として捉えない（Hayes, Strosahl, & Wilson, 2012）、③「自己実験」の場面を、その場に居あわせた親密な間柄の人物からの視点によって記述・分析していく（つまり、諏訪 (2015) の具体例で言えば「野球部出身の4年生」の側からの記述・分析となる）、というものになるだろう。

5. 結論と今後の課題

以上のように、他の近接領域における「二人称」および「一人称」的アプローチと比較対照することによって、武藤 (2013a) による「二人称」の科学について再検討してきた。その結果、武藤 (2013a) による「二人称」の科学の特徴がより明確になったと言える。具体的には、

- ・心身二元論を採用しない
- ・普遍という概念を採用せず、常に「文脈的な限定や制限」を設定する
- ・援助者は外界との橋渡しをする道具的存在である
- ・援助者は（必要があれば）、ある個人（被援助者）の外界への適応に関して、（その個人を援護する（advocate）役割として）何らかの配慮を求めよう働きかける
- ・援助者の被援助者に対してかかわりをもっているときのスタンスは、「今（この瞬間）」のただ中にあり、オープンなものである
- ・二人称的な関係の中に「情動」を必須なものとはしない（共有できる数値データがあるだけでもよい）
- ・被援助者は必ずしも援助者と同等のレベルの「科学実験のスキル」を持ち合わせる必要はない

という特徴を挙げることができる。ただし、武藤 (2013a) による「二人称」の科学、および他のアプロー

チの特徴それ自体に、先験的な優劣があるわけではない。上記の項目は、特徴のうちのどの項目が「対人援助」という専門業務の文脈において機能するか否かという基準によって、取捨選択されたに過ぎないのである。

今後の検討課題としては、①「二人称」の科学の特徴である「文脈的な限定や制限」が「一般化」への指向性を有するものか否か、②「二人称」の科学を運用する援助者をどのように養成するのか、ということが少なくとも考えられる。

文 献

- Barlow, D. H., Nock, M. K., & Hersen, M. H. (2009). *Single-case research designs: Strategies for studying behavior change (3rd ed.)*. Boston, MA: Allyn & Bacon.
- Carter, S. L. (2010). *The social validity manual: A guide to subjective evaluation of behavior interventions in applied behavior analysis*. London, UK: Academic Press.
- Ebbinghaus H. (1915). *Memory: A contribution to experimental psychology*. New York: Teachers College, Columbia University.
- Gendlin, E. T., & Johnson, D. H. (2004). Proposal for an international group for a first person science. The Focusing Institute website: http://www.focusing.org/gendlin_johnson_iscience.html.
- Guinther, P. M., & Dougher, M. J. (2013). From behavioral research to clinical therapy. In G. J. Madden, W. V. Dube, G. P. Hanley, & K. A. Lattal (Eds.), *APA handbook of behavior analysis (vol. 2): Translating principles into practice*. Washington DC: American Psychological Association, pp. 3-32.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (1999). *Acceptance and Commitment Therapy: An experiential approach to behavior change*. New York: The Guilford Press.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2012). *Acceptance and commitment therapy: The process and practice of mindful change (2nd edition)*. New York: The Guilford Press. (武藤 崇・三田村 仰・大月 友 (監訳) (2014). アクセプタンス & コミットメント・セラピー (ACT) 第2版: マインドフルネスな変化のためのプロセスと実践. 星和書店)
- Mahoney, M. J. (1974). *Cognition and behavior modification*. Cambridge, MA: Ballinger.
- Mahoney, M. J. (1979). *Self-change: Strategies for solving personal problems*. New York: Norton.
- 望月 昭 (1988) 障害児 (者) 教育における行動分析的手法の意味. 上里一郎 (編) 心身障害児の行動療育. 同朋舎, pp. 20-41.
- 望月 昭 (2001). 行動的 QOL: 「行動的健康」へのプロアクティブな援助. 行動医学研究, 7, 8-17.
- 望月 昭・武藤 崇 (2016). 応用行動分析から対人援助学へ: その軌跡をめぐって. 晃洋書房.
- 武藤 崇 (2007). 「小学生の自力登校行動の支援」に対するコメント: 「子ども」は「最初から」クライアントなのか. 大河内浩人・武藤 崇 (編) 心理療法ブリーマーズ・行動分析. ミネルヴァ書房.
- 武藤 崇 (2011a). 言語行動とは何か. 武藤 崇 (編) ACT (アクセプタンス&コミットメント・セラピー) ハンドブック: 臨床行動分析におけるマインドフルなアプローチ. 星和書店, pp. 19-35.
- 武藤 崇 (2011b). 行動分析学と ACT: 精神病理, 「素朴な」心理療法のアジェンダ, メタファー, そして ACT モデル. 武藤 崇 (編) ACT (アクセプタンス&コミットメント・セラピー) ハンドブック: 臨床行動分析におけるマインドフルなアプローチ. 星和書店, pp. 79-102.
- 武藤 崇 (2011c). 機能的文脈主義とは何か. 武藤 崇 (編) ACT (アクセプタンス&コミットメント・セラピー) ハンドブック: 臨床行動分析におけるマインドフルなアプローチ. 星和書店, pp. 3-18.
- 武藤 崇 (2013a). 臨床行動分析と ACT: 「二人称」の科学とその実際. 臨床心理学, 13, 202-205.
- 武藤 崇 (2013b). 同盟の作り方. 臨床心理学, 13, 779-782.
- 永田裕子・佐伯 胖 (2013). 産褥入院中の初産婦が受ける育児支援: 「二人称的かわり」を中心に. 子育て研究, 3, 18-27.
- Neuringer, A. (1981). Self-experimentation: A call for change. *Behaviorism*, 9, 79-94.
- Reddy, V. (2008). *How infants know minds*. Cambridge, MA: Harvard University Press (佐伯 胖 (訳) (2015). 驚くべき乳幼児の心の世界: 「二人称的アプローチ」から見えてくること. ミネルヴァ書房)
- Roberts, S. & Neuringer, A. (1998) Self-experimentation. In K. A. Lattal & M. Perrone (Eds.), *Handbook of research methods in human operant behavior*. New York: Plenum.
- 佐藤方哉 (1980). 行動分析とはなにか. 発達障害研究, 3, 161-169.
- 佐伯 胖 (1989). インタフェースと認知工学. 情報処理, 30, 2-14.
- 佐伯 胖 (1995). 子どもと教育: 「学ぶ」ということの意味. 岩波書店.
- 佐伯 胖 (2014). 幼児教育へのいざない: 円熟した保育者になるために (増補改訂版). 東京大学出版会.

Sidman, M. (1960). *Tactics for scientific research*. New York: Basic Books.

諏訪正樹 (2015). 一人称研究だからこそ見出せる知の本質. 人工知能学会 (監修) 諏訪正樹・堀 浩一 (編) 一人称研究のすすめ: 知能研究の新しい潮流. 近代科学社. pp. 3-44

Thorndike, E. (1900). Mental fatigue. *Psychological Review*, 7, 466-482.

Wolf, M. M. (1977). Social validity: The case for subjective measurement or how applied behavior analysis in finding its heart. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 11, 203-214.

(2016. 11. 18 受理)

(ホームページ掲載 2017年3月)