「生きる」ことに向き合う研究方法論の模索
Exploring Methodology for Being Faced with People's "Living"

諏訪正樹[†]
Masaki Suwa

[†] 慶應義塾大学環境情報学部
Faculty of Environment and Information Studies, Keio University
suwa@sfc.keio.ac.jp

Abstract
This article presents discussions on what research methodology is needed to be faced with people's living. First, we will present a reflective view on the history of cognitive science and thereby pose discussions on what missing pieces of cognitive science are to go for new research paradigms. Then, we will argue that "research with/on first-person's viewpoint" may be effective to be faced with people's living because it will generate "second-person's relationship" between the researcher and the target field.

Keywords — subjectivity, people's life, research methodology, paradigm change, research with/on first-person's viewpoint, second-person's relationship

1. はじめに

1.1 知識とは

知識とは、よりよく生きるための資産である。人の知を探る研究は、資産となる知識を見出すためにある。研究の知見が普遍的に成り立つ一般法則であるとわかれば、環境を制御したり対処したりする術を与え、よりよく暮らすための「何か」を入手させる。ガソリンの燃焼から生まれるエネルギーを機械的動力に変えて高速で走る「自動車」をつくるとか、害虫から稲を守る農薬をつくったりすることは、その「何か」の好例である。

一般に、知識とは何ぞやと問えば、研究途上で得られた仮説、客観的な事実として、もしくは普遍的に成り立つ法則として検証された知見を指すと考えるのが普通である。物質世界の現象はそれでよい。どんな燃焼が機械動力への変換効率が高いのかについて普遍的な知見が得られなければ、安定した走りは達成されない。

一方、人の心の領域について知見を得ようとするならば、客観的な事実を見出し、普遍的な法則として検証するという研究方法論に縛られていてよいのか（諏訪ら 2015b）？　本論文はそういう問題意識を有する。

1.2 知識を享受し世界に向き合うとはどういうことか

人の心の有り様において、主観は重要である。世の中をどのように見て、何に着眼し、何を感じるかが、次なる自己を形づくる基盤になる。何に着眼してどう感じるかを決めるのは、世の中で正しいとされた知識のこともあれば、（検証はされていないが）本人の中で指針となっている人生訓や基本思想のこともある。

では、検証された知識をどう享受するのかを考えよう。例えば、「間口の狭い細長いカフェの奥の壁が、（奥行き方向に直角ではなく）斜めの角度を有している。斜めが形づくる鋭角の角付近に、もし大きな開口部があったら（例えば、大きな窓ガラス）、視線は斜めの壁に沿って鋭角側に誘導され、その開口部から視界が外に逃げることによって、自由な感覚が増す」という知見があったとして、多くの人の賛同を得ていた（検証されていた）としよう。

「多くの人がそう思っていると知らされたから」、「検証された知識だから」というだけの理由で、その知見を鵜呑みにして、カフェの空間を感じようとする人は、カフェ空間に本当の意味で向き合っていることにはならないと、筆者は思うのである。

本来大切であるはずの、ほかならぬ自分の主観はどこに行ってしまったのかと問いたい。自分の主観を脇に置いて、どこからか聞いてきた外部知見をひょいと適用することは、身体でカフェ空間を感じることを放棄した態度である。よりよく生きることにはならないし、自己を醸成することにも繋がらない（諏訪ら 2015a）。

2. 認知科学の歴史

2.1 心脳問題

「本来大切であるはずの、自分の主観はどこに行ってしまったのか？」と関連する問いとして、「そも

そも認知科学とはどういう学問として勃興したのか？」が挙げられる。認知科学と聞いたときに、「人が何を考えているかを扱う学問」と思うことは、概ね間違っていない。ここで認知科学の歴史を振り返ってみよう。

脳科学は認知科学の一分野であるけれども、その全てではない。「何を考えているか」は、素直に読めば「心に何が生じているか」である。脳科学は「脳というモノの中で何が起きているか」を調べる。心脳問題という言葉がある。心が脳の上に立ち現れていることは確かなのだが、心は物質的現象ではない。脳で何が起きているかを調べただけでは、心は捉まえきれない。

心脳問題は、従来の意味での「科学」が、心を扱うに十分な装備がなされていないことを示している。デカルトの心身二元論が端緒であると言われている科学的方法論のテーゼは、客観性、普遍性、論理性である。中村雄二郎（1992）は著書『臨床の知とは何か』で、近代科学は知性を扱うには限界があると説いている。

論点は幾つかあるが、何よりも、人の心は客観的に観測できない点が挙げられる。脳科学は、主に、脳の各部位の血流を測定することで、被験者に与えたタスクと部位活性度の関係を捉え、脳各部位の働きや繋がりを推定しようとする。脳を客観的に観測しようとすると当然そういう方法になるのではあるが、やっていることは、モノとしての脳で起きている客観的に把握可能な現象の観測である。しかし、生身の人間として自分の心で生じていることをはたと考えてみれば、それは脳の物質的現象とは程遠いことがわかる。心脳問題とはそのジレンマのことである。

2.2 内省から行動主義へ

認知科学はそのジレンマと闘ってきた学問である。20 世紀初頭の心理学は、心を扱う手法として内省（レトロスペクション）に重きを置いていた。しかし、内省は主観に過ぎない（客観的ではない）という批判が強まり、心理学は「科学」にならんとした。

そこで生まれた流派が「行動主義」である。科学たらんとして主観的な観測を廃し、客観的観測だけで心を扱おうとした。人に与える刺激（S）とそれに応じて人がなす反応（R）をペアとみなし、S-R の関係性から内部の心を推定しようとしたのだ。S も R も客観的に観測可能である。例えば、犬に餌を見せる（S）と涎を流す（R)。そこから心を読み取ろうとする。

行動主義には、当然のこととして、批判が集まることとなる。扱っているデータは表面的現象であり、肝心の心がブラックボックスのままではないかと。心を扱いたいのであればブラックボックスのままでよいはずがない。その批判を糧にして、そして、時を同じくしてコンピュータが初めて世に登場したことと関連を持ちながら、新しい学問としての「認知科学」が勃興した。この動きを「認知革命」(cognitive revolution）という。

2.3 情報処理モデル

コンピュータは、情報を蓄えるハードディスクと、処理容量としてのメモリーと、データの入出力機能を有する。人は、過去に獲得した「知識」を蓄える長期記憶を有する。知覚系により得た情報を、「知識」を使って処理し（計算し)、計算結果に基づいて、運動系が世界に働きかける。知識を使って処理するためのエリアとして短期記憶も有する。当時の認知科学は、コンピュータのアナロジーで人の心をモデル化することで、行動主義におけるブラックボックス状態を打破しようとした。「情報処理」というモデルである。心で考えることを、情報を処理（計算）することと同義だと捉えたのだ。

このパラダイムは約 30〜40 年もの間、認知科学や心理学の主流となり、人工知能という学術領域も生むことになった。70 年代後半から 80 年代前半、人工知能は第二次ブームを迎え、情報処理モデルを礎として、数多くのエキスパートシステムが制作された。専門家が有する「知識」をコンピュータに格納して情報処理をさせれば、コンピュータにもエキスパートな振る舞いができるのではないかと、研究者を含め世界中が夢見た。筆者も大学院生の時に、身近な例題で幾つかのエキスパートシステムを制作した一人である。

2.4 情報処理モデルの限界

しかし、やがて（世が発展する際の常として)、情報処理モデルの限界が叫ばれ始める。80 年代から 90 年代にかけてである。自分でプログラミングするとよくわかるのだが、エキスパートシステムは人の心の知的さからは程遠い。それはそのまま、情報処

理パラダイムの限界であるといっても過言ではない。改善すべき点は多岐にわたる（現在でもその全てが解明されてはいない）のだが、ここでは一部だけを指摘するに留める。

第一に、人の知的さを支えているのは暗黙知（身体はわかっているけれど、言葉にしにくい知）であるが、それを明示的な「知識」として専門家（人）から取り出せないという点である。逆の言い方をすると、「知識」として明確に記述できることだけをコンピュータに格納しても、知的な振る舞いは期待できない。「知識獲得というボトルネック」問題として 80 年代後半に顕在化し、これが第二次人工知能ブームを衰退させる一因になった。

情報処理モデルの第二の問題点は、心と外部環境を完全に切り分け、両者の接点を、知覚（という入力）と行動（という出力）だけに限定した点である。なかでも、知覚を、単に外界の信号を無自覚的に／受動的に受け入れる装置と捉えたことは大いなる難点である（諏訪 2016）。現に、コンピュータの原型として有名なチューリングマシンは「テープを読み取るヘッド」を有するとされている（高岡 2014）。

しかし、生身の人の実情は、世界に存在するすべての信号に等しく注意を向けることはしない。受け入れるものごとを能動的に選択している。これを心理学では selective attention と呼ぶ。つまり、本来は、知覚は、そのとき何を考えているか（思考）や、どんな行動を取っているか(行動)に影響されて刻々かわる。認知の基本をなす行為は、知覚、思考、行動の 3 つであると言われているが、互いが他に影響を与えながらそれぞれが変化するのだ。80 年代後半以降「認知カップリング」と呼ばれた新しい考え方である（諏訪 2016）。

この考え方の根底を為すのは、人の心と環境は完全に切り分けられるものではないという思想である。環境からの入力（知覚）を決めるのは心や身体なのだから。心や身体と環境の境界は常に揺れ動いている。人の心を機械論的に「情報を処理するマシン」だと捉えてしまうと、知覚の仕方（入力の仕方）も予め記述したくなるわけなのだが、そうしてしまうと、この現象は蚊帳の外になる。

2.5 状況に埋め込まれた認知（Situated cognition）

「認知カップリング」の思想においては、環境はもはや人の心の外側の存在ではなく、心と環境は一体となった一つのシステムである。情報処理モデルという機械論的な見方から、「状況に埋め込まれた認知（situated cognition）」へのパラダイムシフトが、80 年代後半から 90 年代にかけてアメリカの西海岸を拠点にして起こったわけである。

環境は常に揺れ動く。人の知覚も、思考も、行動も、それに臨機応変に反応する。環境がどう揺れ動き、環境の中のどういう要素が心と関係を結ぶかについては、基本的には、予め想定できない。situated cognition の考え方は、「モデル化」という文言が内包するような明確さは持たない。

明確でないのなら「モデル」にはなりえないし、それは研究指針にはならない！と考える諸氏も多かろう。筆者は別の考え方をしている。「モデル」は、あまりにトップダウン的に現象を見過ぎてはいないだろうか？　トップダウン的に現象を見てしまうと、そのモデルに合わないものごとは全て蚊帳の外になる。Situated cognition の考え方は、まさに人の認知がそうであることを訴えたのである。

同様に、客観性の縛りが強い研究方法論は、主観的なものごとは人の知の根幹を成すことを顧みずに、主観性を蚊帳の外に置きがちである（中村 1992）。

situated cognition の思想は、明確なモデルを提供しようとしたのではない。知の現象にしかと向き合うための「新しい視点を提示」した（従来の情報処理モデルが捨象してきた知の重要側面に光を当てた）のである。

2.6 身体性

「情報処理モデル」に致命的に欠けていたのは何か？　それは「身体」の存在であろう。暗黙知とは身体を持っているが故に生じる現象である。環境と心のあいだに厳然として横たわっているのは身体であり、身体を媒介して（身体の発露として）、心は環境の揺れ動きに臨機応変に応じる。クリエイティブな思考や行動の源泉は、身体にある（諏訪 2018）。「身体性」という概念を私はそう解釈している。身体性が状況に埋め込まれた認知（situated cognition）を生じさせている。

2.7 パラダイム閉塞感の打破

内省主義、行動主義、情報処理（認知革命）、状況に埋め込まれた認知（situated cognition）、身体性と、数々の遍歴を遂げてきた認知科学であるが、日

本の認知科学研究の多くは、いまだ、情報処理パラダイムに留まっているものが多い。その閉塞感を打破することが認知科学の未来を築くことにつながるという想いから、『「生きる」と向き合う科学：方法論からの解放』のセッションを千葉大学の伝さんと立ち上げた。

パラダイムの隆盛、衰退は、歴史上くり返されてきたことである。従来のパラダイムが研究対象（我々の場合、人の知）の実情と合わなくなってきたとき、どうそれを打ち破るか？　従来のモデリングの枠内を出て新しいモデルを立てたり、知の現象にしかと向き合う新しい視点を提示したりすることが、これからの認知科学に必須である。

3. 研究者は対象世界にどう向き合うか

人の知の実情にしかと向き合うことは、「生きる」に資する研究態度はどうあるべきかを問うことにつながる。人の知の領域に関する限り、研究者は、知見の普遍性を検証して世に広めるという「与えるパラダイム」に則っているだけでは足らない。人が主体的にその知見を受けとめる「学びのあり方」も考慮に入れた研究を目指すことが必要になろう。

では、研究者は、対象世界にどう向き合うのがよいのか？　従来の研究観は、「客観的な立ち位置を遵守し、対象から距離をとって干渉せず、三人称的に観察可能なことだけをデータとして収集し、そのデータから一般法則を見出す」である。物質世界における現象はそれでよいが、人の知の領域にその研究観で臨んでも、知の実情にしかと向き合えないであろう。

研究者として研究対象に向き合う行為は、一般人が身の回りの世の中に向き合うのと同様である。研究対象を選ぶことから始まる。その対象にどんな問題意識を抱き、どんな側面に着眼するのか？　（当初から明確にわかっている必要は必ずしもないが）最終的にはそれを明確化することになる。

そして、対象にどんな仮説を抱くのか、も重要である。仮説は簡単に得られるとは限らない。長期間その対象に向き合って、時には詳細な分析を遂行して初めて、面白い仮説が見出されることもある。

「研究は客観性を担保することが必要だから」と従来の方法論に縛られていては、客観性が担保できる研究対象しか選べない。方法論に縛られて、研究対象として本来価値があるかもしれない現象を無視してしまうかもしれない。

「過去の研究で、これこれこういう仮説があるから」と言って、安易に仮説を借りてきてしまうと、身体で感じ取ることが可能だったかもしれないポイントから目を背けてしまうかもしれない。

「生身の人」としての全人格的な生活感覚をもって、ほかならぬ自分の身体で研究対象に向き合い、着眼し、過去に誰も生み出したことのない仮説を見出してみたいものである。それが、人の知の領域で、「研究対象に向き合う」ということではなかろうか？

4. 一人称研究という方法論

「一人称研究」とは、身体感覚を研ぎ澄まして対象世界に相対し、一人称視点から、自分と対象世界のあいだのインタラクションの様を観察／記述して、そのデータをもとに、対象世界を見る新しい視点を提案したり、その世界で成り立つ新たな仮説を見出したりする研究手法である。数名の人工知能／認知科学研究者と共著の『一人称研究のすすめ　−知能研究の新しい潮流』（諏訪ら 2015b）、『知のデザイン　自分ごととして考えよう』（諏訪ら 2015a）や、拙著『「こつ」と「スランプ」の研究　身体知の認知科学』（諏訪 2016）に詳しく解説している。

一人称研究は、対象世界に「しかと向き合う」ための研究方法論として有望ではないかと考えている。それはなぜか？　次節では、「二人称的関わり」という概念を持ち出して、この問題を論じてみたい。

4.1 二人称的関わり

「二人称的関わり」とは、一般に、複数の人やものごとが互いに交わり、折り合いをつけるなかから、当事者たちのあいだに生まれる新しい関係性である。例えば、転校生が新しい学校に馴染んでいくプロセスを考えよう。転校生から見ると、その学校の生徒の間では何がよしとされ、何がタブーなのか、最初はわからない。受け入れる側から見れば、どんな性格でどんなものごとが好きな生徒なのか、わからない。お互いに押し引きを繰り返し、その反応から次第に、相手の思考回路や趣向が見えてくる。

どちらのサイドも、自分の主張を全て押し付けるわけでもなく、相手の趣向に完全に言いなりになるわけでもなく、互いに折り合いをつけはじめる。佐伯ら（2017）はこういう関係性を「二人称的関わり」

と称した。

どちらのサイドも、最初は一人称視点で相手を観察する。やがて、相手の趣向が見えはじめると、一人称視点に相手の視点から見た関係性も混じえてものを考えるようになる。互いに、赤の他人から勝手知ったる他人に昇格する。その段階に至れば、新しい趣向と秩序が創成された状態になる。

二人称的関わりは、外から(第三者的な位置から)客観的に観察しても了解できるものではない。関わりが現在進行形で生起するプロセスに直接触れて初めて(内側からの視点を持ってはじめて)、そのダイナミクスや意味するところがわかる。

親は、所詮、転校生と既存の生徒の押し引きを身体で感じる位置に立てない点で、まさに外側からの視点しか持たない。自分の子どもから、転校生がやってきたことを聞き、成績がよいかどうかとか、出身地とか、親はどんな方なのかの情報を得たり、父兄参観で転校生の様子を観察する。それらの情報と観察を総合して、転校生を表現する幾つかの言葉(ラベル)を考えたとしても、「頭で」転校生を理解したに過ぎない。

4.2 内側から世界を見る

結論から言えば、一人称研究は、対象世界と二人称的関わりを結ぶことで、対象世界を身体で理解するという方法論ではないかと筆者は考えている。対象世界と(研究者としての)自分の押し引きを身体で経験し、対象世界の内側からその世界のダイナミクスに向き合うということである。対象世界が人や社会であっても、ものであっても、同じである。

例えば、「お酒の味わい」という研究対象について考えてみよう。お酒はモノであるが、「味わい」は、飲む人の身体とモノの関係の上に成り立つ。お酒の味を客観的に評価しようとすると、酸度、糖度、アミノ酸の種類や量、使っている酒米、製法など，誰が観察しても結果が同じになるデータを集めることになろう。しかし、そういった情報を総合しても、お酒好きが「味わい」という言葉に込める意味合いからは、かなりかけ離れている。お酒の味わいに「しかと向き合っている」ことにならない。

お酒の味わいを探究するためには、まずは自らの身体で味わい、お酒好きな生活者としての一人称視点から、対象世界(お酒の味わい)を表現することから始めるのがよい。「自分勝手な主観的な視点からのデータを収集しているだけではないか！」という批判があることは予想に難くない。しかし、そうではない。

筆者自身の一人称研究の知見によれば、お酒の味わいを言葉で表現する習慣を続けていると、次第に、どういうお酒が好きで、どういうお酒が嫌いであるかの区別をつけようとして、様々な「味の変数」に敏感になろうとする意識が働く。どんな感触の味の要素が、どのタイミングで、口腔や鼻腔のどのあたりに、どんな速度で出現するか？　総体として、どんな心的風景が立ち現れ、どんな心地になるか？様々な諸変数を一つずつ分化し、各々に適切なワーディングを探し出すことになる。

筆者は舌の脇にじっとりと残る酸味が嫌いであった。ある時、自分はいつも「残る」という動詞を使っていることを自覚した。「残る」は実にアバウトである。残り方にもいろいろあるのに、一様に「残る」と表現するのでは表現分解能が粗い、とフラストレーションを感じはじめた。

フラストレーションを抱えたまましばらく続けていると、ある日、「舌の脇が帯電するかのようだ」とか、「降り積もるように静かに溜まっていく」といった、新しい表現がふと浮かんだのである。一人称視点で記述する習慣の継続は、感じ方の分解能を上げ、表現する言葉の分解能も上げる。

4.3 一人称視点はやがて二人称的関わりを生む

この時点では、対象世界を見る分解能が増したとはいえ、まだ、一人称視点の世界にとどまっている。それからしばらく経った日のことである。それまでただ嫌いだと思っていたお酒の味わいに、ある種の共感を覚えはじめたのである。

共感と言っても「好き」になったわけではない。好きではないが、「これも許せる」とか「まあ、この酒米でこういう味になるのもわかる」とか言い出したのである。対象世界に対する(この場合は、お酒の味わい)「二人称的な関わり」が生起したと解釈できる現象ではないか？　佐伯(2017)が「共感的関わり」[1]と呼ぶできごとである。

もちろん、対象(お酒)は人ではないので、相手が主語になってこちらのことを二人称的に理解して

[1] 佐伯は「共感的関わり」を「同感的関わり」と明確に区別している。

くれるわけではない。あくまでも一方向的ではあるが、私の見方が単なる一人称視点ではなくなり、「相手の言い分もわかる」という視点が混ざりはじめたことが、実に面白い。

探究対象にしかと向き合うとは、そういう状態になることではないかと思うのである。いきなり二人称的関わりが生起することはありえない。転校生の事例でも、お酒の事例でも、まずは一人称視点から自分と世界の関係を観察記述することに端を発するからこそ、その場を介して、次第に相手からの視点も混じりはじめる。

4.4 一人称視点があってこその二人称的関わり

一人称視点で世界を観察することを続けていると、次第に二人称的関わりが生起するのはなぜであろうか？　それは、世界が必ずしも自分にとって「優しい」ものごとばかりではないからではないかと、筆者は解釈している。いつまでも一人称視点にしがみついて自分勝手に解釈していると、優しくないものごとには「心を閉ざす」しかない。しかし、対象世界と自分の間のインタラクションを、優しいことも優しくないことも含めて、その全てを観察して解釈する環境に身を置いていると、（心を閉ざさないとするならば）相手の視点と折り合いをつける以外に生きる道はない。

要は、他ならぬ自己を有して一人称視点で世界と相対することから始めるからこそ、二人称的関わりへとモードが切り替わるということかもしれない。

研究対象に二人称的な関わりを持つ（そのスタートは一人称視点）ことが、これからの認知科学の一つの有望な研究手法になり得る。

参考文献

[中村 1992] 中村雄二郎.（1992）. 臨床の知とは何か. 岩波書店.
[佐伯 2017] 佐伯胖（編著）（2017）. 「子どもがケアする世界」をケアする – 保育における「二人称的アプローチ」入門. ミネルヴァ書房.
[諏訪ら 2015a] 諏訪正樹, 藤井晴行.（2015）. 知のデザイン – 自分ごととして考えよう. 近代科学社.
[諏訪ら 2015b] 諏訪正樹, 堀浩一（編著）, 伊藤毅志, 松原仁, 阿部明典, 大武美保子, 松尾豊, 藤井晴行, 中島秀之（著）.（2015）. 一人称研究のすすめ – 知能研究の新しい潮流. 近代科学社.
[諏訪 2016] 諏訪正樹.（2016）. 「こつ」と「スランプ」の研究 – 身体知の認知科学. 講談社選書メチエシリーズ, 講談社.
[諏訪 2018] 諏訪正樹.（2018）. 身体が生み出すクリエイティブ. 筑摩書房.
[高岡 2014] 高岡詠子.（2014）. チューリングの計算理論入門. 講談社.