日本人間性心理学研究、第 31 巻第 1 号 2013　掲載

特集 1 ：第 31 回大会：理事会企画シンポジウム：身体について考えよう

身体性について考える― 優先情報チャンネルとミラー･ニューロン

札幌学院大学　葛西俊治

2012 年、宇部フロンティア大学での理事会主催シンポジウムでは優先情報チャンネルとミラー･ニューロンについて話題提供を行った。優先情報チャンネル(predominant information channel)とは、視覚・聴覚・嗅覚・味覚・身体感覚・認知作用といった感覚知覚認知機能のことを指している。ここでは仏教における眼耳鼻舌身意の順で示しており、「意」の中に記憶と認知を中心とした心理機能全般を含めている。それらの情報チャンネルの中で優先的に用いられているものを優先情報チャンネルと呼ぶ。テレビやパソコン、スマートフォンに表示される視覚情報過多の近年では視覚情報と文字からの意味情報とが主に優先して使われると考えられる。しかし、実際には優先度の順位と各情報チャンネルの組み合わせとその内容は多様であり、個々人によっても大きく異なっていることが基本となる。続いてミラー･ニューロン(mirror neuron)[1)] とは、他の個体の行動を見ているだけにも関わらず、まるで自分自身が同じ行動をとっているかのように反応する大脳にある神経細胞群のことで､他者の行動を鏡のように映し取っているという意味でミラー･ニューロンと名付けられた。これは、相手の動作や身体状態を「身映し」的に取り組む働きをすることから共感能力の基盤として考えられている。さらに、そうした「身映し的」な他者理解について、ある特定の動作が何を意味しているのかという判定過程がすでに大脳のベルで自動的に行われていることが部分的に明らかにされるなど、相手の動作についての理解が心理的な解釈や判断に先だって行われてる可能性が示されている。つまり、他者の動作行為の意味があたかもテレパシーかのように直接的に伝わっているのならば、ミラー･ニューロン機能の過少や過剰などが、他者理解や共感へと大きく影響を及ぼしうることになる。

なお、ミラーリング mirroring とはダンスセラピーなどの場面で用いられる技法で相互に相手の動きをまねるエクササイズである。また、話し合ったり一緒に歩いたりしているときの二者の姿勢や動作が一致したり類似したものになる現象はエコーイング(echoing)・姿勢反響と呼ばれる。いずれも、人と人とが身体的あり方において相互循環的に反映していくことに関わっている。

さて、テーマとした二つの事柄は一見すると人間性心理学という領域にはあまり馴染まないように見えるが、近年、心理臨床に関わるカウンセリング場面とともに他者理解を考える際の重要なキーワードとなりつつある。まず第一に、自分と相手の優先情報チャンネルが大きく異なっていた場合、相互のコミュニケーションが適切に行われない可能性が高く、相手を正しく理解できず歪めて受け取ってしまう事態に陥りかねないこと。第二に、言葉でのやりとりに先だってすでに二者は大脳の脳神経レベルでは「共感関係」にあるという理解に基づいて、他者理解に関する従来の考え方を再検討する必要に迫られていること、である。特に後者は、言葉でのコミュニケーションが困難な対象者との関わりにおいて、言葉によらない前言語的なコミュニケーションの可能性を示す点でも極めて重要である。この二つの事柄はいずれもコミュニケーションの非言語的(non-verbal)側面に関わっていることから、C.ロジャーズが示した「共感的理解 empathic understanding」が言語的な意味での共感的理解に留まらず身体的共感(gut level:ガット･レベル)と結びついていることをあらためて裏付けるものといえる。

現象としての「からだ」

ところで、身体性に関わる議論はしばしば自らに感じられる現象としての「からだ」に焦点を当てる。しかし、上に示した二つのテーマはいずれも「自らに感じられる身体」ではなく心理学的に重要と考えられる事柄についての吟味となっている。シンポジウムでは、身体性に関わるこうした進展が、私にとって感じられる身体においてあるいは身体として生きている私自身にとってどのような位置付けにあるのか、次の様に概略的にふれた。

「私にとっての身体」は、身体という物質的な物理的外部と生理的内部に留まってはおらず、「私」という「内的な思い」とともに「世界」という「外的な環境(光・音・手触り・匂い・風・温度・湿度・他者からの様々な刺激など)」とが共に行き交う「場」そのものとしてある。これは現象として私が感じ取っている世界であり、そこでは、「心・身」「外部･内部」「自己･他者」などの二項対比的な事柄は、いずれもそれぞれの次元を構成する両極に位置しながら、からだという「場」に現れては通り過ぎる様々な要素の濃い流れとしては対等である。そのため、そのような「現象としての私」は私の「からだ」とほぼ重複して存在しているようにすら感じられる。他者の動作から感じられる意志や意図や目的は、ミラー･ニューロン的にすでに与えられていたか、それとも私自身の思考によって分析的に見い出されたのかという差はあるにしても、いずれも、「場」に現れ通り過ぎていく事柄の一つに過ぎない。また優先情報チャンネルとして取り上げられた事柄も、私が感じて生きている「場」に吹き寄せる事柄が主に視覚的だったり聴覚的だったりあるいは体感的だったりするような、そうした感覚の構成比率に偏りがあることとして、事後に反省的に把握する際に立ち現れるに過ぎない。つまり、ここで取り上げている二つの事柄は、私にとって感じられていることを外部化して、あらためて知的に再吟味する際に関わるときに登場する事柄として位置付けられる。心理学というアプローチがもとよりそうした営みであるため、体験の場にいることと体験についての思考という対比は常に生起することである。

ダブルバインドと優先情報チャンネル

優先情報チャンネルの心理学上の位置づけを明らかにするために、ここでは、G.ベイトソンが唱えた二重拘束(ダブルバインド double-bind)の問題を例にとって、特に身体感覚を中心にして考察していくことにする(詳細は葛西 2013a を参照のこと)。なお、ベイトソンは二重拘束を統合失調症の発症と結びつけているが、現在では統合失調症の発症には何らかの遺伝的要因と環境因とがそれぞれ同程度に寄与していると考えられているから、ダブルバインドのみによって統合失調症が発症するのではないこと、および、世界各国の発症率は 1%(日本国内では 0.6%)程度とおおむね一定であることを踏まえておく必要がある。

> 分裂病の強度の発作からかなり回復した若者のところへ母親が見舞いに来た。喜んだ若者が衝動的に母の肩を抱くと，母親は身体をこわばらせた。彼が手を引っ込めると､彼女は「もうわたしのことが好きじゃないの？」と尋ね，息子が顔を赤らめるのを見て「そんなにまごついちゃいけないわ。自分の気持ちを恐れることなんかないのよ」と言いきかせた。患者はその後ほんの数分しか母親と一緒にいることができず，彼女が帰ったあと病院の清掃夫に襲いかかり，ショック治療室に連れて行かれた。
> (初出は Bateson et.al, 1956)[3)4)]

ここで問題となるのは、「母親が訪ねてきて若者が喜んだ」「喜んだ若者が母親の肩を抱いた」という自然な展開に対して、「母親は肩をこわばらせた」というやや不自然な反応が起きたことであ

り、母親のそうした不自然な反応に対して若者が「手を引っ込めた」という自然な反応が起きたのに対して、母親は「もう私のことが好きじゃないの？」とさらに不自然な反応をしていることである。ベイトソンは母親からの矛盾したメッセージをダブルバインドという観点から把握したが、ここでは身体的反応の点から眺めてみる。すると、「母親が訪ねてきて喜んだ若者が母の肩を抱いた」という自然な身体的な反応に対して、「肩をこわばらせた」という母親の「不自然な」身体的反応―あるいは母親が無意識のうちに若者を拒絶しているという観点からは「自然な」身体的反応―が起きた。母親はしかし、自らの拒否的な身体反応に気がつかないのか無視あるいは抑圧が起きたのか、「身体をこわばらせた」という自身の反応にはふれていない。その上で、「こわばらせた」という身体反応とは矛盾した言葉がけ「もう私のことが好きじゃないの？」を行っていることである。そうした矛盾によって混乱するのは自然の成り行きと考えられるから、自らの身体的反応と整合的なあり方をしている素直な若者に対して、自らの身体反応が相手にどのような影響を及ぼすかを自覚しておらず反応に破綻を来している奇妙な母親という対比が浮かび上がる。この結果として、「そんなにまごついちゃいけないわ。自分の気持ちを恐れることなんかないのよ」という母親の言葉によって、若者は「従うことも従わないでいることもできない」事態へと追い込まれる。まさにダブルバインドの言葉通りに若者の反応は二重に束縛されてしまう。「母親が訪ねてきてくれて、まごつかずに、自分の気持ちに素直に母親の肩を抱いた」のに「まごついちゃいけないわ」「自分の気持ちを怖れることなんかないのよ」と言われた若者は、反応としては二者択一の事態へと陥る。一つは、矛盾の中で硬直して立ち尽くすこと、もう一つは、例示されているように混乱から暴発的事態へと陥ること、である。

さて、この例を優先情報チャンネルの観点から捉えてみると、その若者にとって身体感覚が最優先の情報チャンネルかどうかは定かではないが、少なくとも身体的反応が素直に起きる程度の優先性をもつ情報チャンネルといえるのに対して、その母親にとって身体感覚は無視され抑圧された情報チャンネルという意味において、扱いが低劣な情報チャンネルとして位置付けられる。つまり、身体感覚に関して言えば、その情報チャンネルとしての優先性は若者と母親との間で大きくかけ離れており、それが両者のコミュニケーションに食い違いを生み出しているといえる。このように、ベイトソンが唱えたダブルバインドは、ここでは、言語的メッセージと身体的メッセージという異なる情報チャンネルにおけるメッセージの二重性としてあらためて扱うことができる。

優先情報チャンネルと M.エリクソン

ところで、優先情報チャンネルという考え方は、元々は催眠療法家 M.エリクソン（Milton Erickson,1901-1980）[5] によって提示されたものであり、相手の優先的な情報チャンネルに対して暗示を届けることによって催眠状態への誘導を効果的に進めるという必要性から始まっている。つまり、「じっと眺めているとだんだんと眠気が起きて…」といったように視覚へと注意を向ける暗示を用いるべきなのか、あるいは「じっと虫の音に聞き入っていると…」のように聴覚へと注意を向けさせるのか、あるいは、「じっとイスに座っていると座面の堅さが…」のように身体感覚へと言及するのか、あるいは「じっとお香のかおりを感じていると…」と匂いに注意を向けさせるのか、あるいは「じっとそのときの言葉を思い出していると…」と言葉とその記憶へと働きかけるのか、などのようにどの感覚モードに注意集中をさせていくか、ということに関わっている。

そうしたエリクソンの実践に基づいて、神経言語プログラミング NLP（Neuro Linguistic Programming）と呼ぶアプローチは優先情報チャンネルを取り上げているが、それについての把握は概略的な記述に留まっていた。そのため筆者は「面談時における優先コミュニケーション・チャンネルの基礎研究― 関連性評定質的分析を用いて」[6] などにおいて基礎的な研究を進めてきている。これまでに明らかになった点は、1）視覚・聴覚・嗅覚・味覚・身体感覚・認知作用（眼耳鼻舌身意）

といった感覚モードの大枠だけでは捉えきれないほど多様な反応が得られたこと、2)優先情報チャンネルは6個の感覚モードのどれかという位置づけはできず、それぞれの感覚の優先性の順序やその組み合わせを考える必要があること、であった。この結果は、人はそれぞれに異なる独自の方法で世界を感知し把握していることを意味している。したがって、「他者理解」ということには、共感的に相手に「寄り添う」といった心理臨床的な姿勢だけではなく、相手の優先情報チャンネルを的確に把握するという別個のアプローチが必須となるといえる。

なお、こうした研究そのものが実は原理的に困難な問題を抱えていることも明らかになってきている。1)相手の優先情報チャンネルを調べるという目的にも関わらず、聞き取り手にとって優先的な情報チャンネルに基づいて聞き取りが進められる可能性が高いため、相手の優先情報チャンネルを正しく受け取れない場合があること、2)仮に視覚が優先情報チャンネルだったとしても、対象が報告した内容は極めて多様であるため、「優先情報チャンネル」の研究という枠を超えてしまうことが多いこと、である。前者については、「青い湖･白いヨット」課題が視覚的な課題であるにしても、聞き取り手は相手に対して「…何が見えましたか」と尋ねてはいけない、という実際的な問題となって現れてくる。もちろん「何を感じましたか」という聞き方も、「感じる」という体感的な報告を呼び出す聞き方となるため、極めて曖昧に「で…どうでしたか」といったように尋ね方を工夫するなどの必要がある。しかし、そうした工夫をしても、後者の多様性に連なる問題としては、平均的ではない反応をした被検者の多くは、暗黙のうちに要求されていると自らが判断した範囲でしか回答をしないといった社会的文化的制約の中で自らの反応の内容を歪めて回答する場合が多いことである。「白いヨット」をイメージするように言われたときに、たとえば、実際は「(イメージの中で)折り紙で作ったような小さなヨットを自らの手で、湖にポンと置いた」といった反応があったにも関わらず、その被検者は「折り紙でいいのか」「自分で作ってしまっていいのか」「湖にポンと置いたりしたら笑われるではないだろうか」などの自身の検閲過程によって抑止され当初はそうした反応を報告しない、といったような事例が多かったことによる。ここには、視覚・聴覚・嗅覚・味覚・身体感覚・認知作用という6個の感覚モードに集約しきれない、多様な感覚の協働が見てとれる。「感覚・知覚・認知･身体プロセス」と並列的に述べた上で、さらにそこに「社会・文化・価値」などの多様な要素が判断過程に関わっていると考えざるを得ない。このように、優先情報チャンネルという基本的な課題設定を超えた多様な反応が起きているため、そうした多様性を把握するための新たな理解図式を考えるなどの展開が必要となっている。

優先性の低い身体感覚

筆者は W.ライヒに始まる身体心理療法がなぜ広範囲に展開されることなく 21 世紀の今日、衰退の方向をたどっているのか、その理由を示した(葛西,2013a)。概略的に示すならば、その理由の一つとして、「パラノからスキゾへ」という「分裂質的」な時代への推移の中で、体験そのものの積み上げと体験の蓄積的側面が従来の位置づけを失ってきているという仮説を示した。もう一つの理由は、25 年以上にわたって国内･海外で実施してきた身体心理的アプローチの中からの結論として、身体感覚を優先情報チャンネルとしている人間の割合は極めて低い、ということであった。誤解を避けるために言い換えておくと、身体感覚そのものは感覚モードの一つとして機能しているにも関わらず、それが優先的に扱われる感覚情報となっている状況が極めて限定的という意味である。M.ボラニーが示した暗黙知(tacit knowledge)の観点[7]から捉えれば、感覚情報はあくまでも暗黙知として潜在的に知られているに過ぎず、そのことを顕在的に扱う人やそうした状況は一般社会では極めて限られているということになる。

例えば、筆者は「腕の立ち上げのレッスン」[8)9)]という簡単な身体心理的な技法を紹介してきたが、特に難しい内容ではないにも関わらず、そのレッスンの意義を直ちに体得する人は極めて少

なく、直接に指導する機会がない場合「腕の立ち上げ」の意義が誤解されていることが極めて多かったことによる。そうした体験からの結論として、身体感覚が優先情報チャンネルである者の数は極めて少ないと判断するに至っている。

なお、身体感覚が優先情報チャンネルではないという事態に関連して、シンポジウムでは「マイノリティとしての体感優先型」対「多数派としての視覚･概念優先型」という対比をたて、体感型・嗅覚味覚型などの感覚型は現実や実体に近いためプリミティブとみなされ(職業･業種分布にも影響)、視覚･概念優先型は、抽象度の高さが認識レベルの高さとする暗黙の了解の元、大学人や研究者などがその観点を強化する(社会的格差の固定・再生産…)といった指摘を行った。大学院修士課程を経ている現在の臨床心理士資格取得者は、結果的に視覚的ないし言語的情報を駆使する能力に長けている必要があるが、これによって、比較的少数である聴覚型、嗅覚型、体感型などの感覚優先的なクライエントとの「共感」に問題を生じさせていないかどうか…。こうした可能性に関する基礎研究(葛西,2010)が今後も展開される必要があるだろう。

ミラー･ニューロンの観点から

以上のように優先情報チャンネルに関する研究を進める中で、筆者はイギリス留研中にミラー･ニューロンに関わる研究に接して次のような作業仮説を立てることになった(現時点では十分に確証的な裏付けは得られていないため、シンポジウムでは「臆見」として紹介)。基本的な考え方は、大脳レベルで他者を「身映し」する機能とみなされるミラー･ニューロンという神経システムが仮に「ミラーリングする機能を失ったとしたら」、あるいはその逆に、「ミラーリング機能が過剰だったとしたら」という思考実験からきている。

臆見 1)高機能自閉症あるいは自閉症スペクトラム障害とされる中で、例えばアスペルガー症候群については、ミラー･ニューロン機能の過小が関わっているのではないだろうか、臆見 2)統合失調症の基本症状を「自己の個別化の原理の障害」(自己が自己自身で無くなること)とした木村敏[10)11)]に観点に基づいて、一部の統合失調症者では、ミラー･ニューロン機能の過剰が関わっているのではないだろうか、の二つである。

ミラー･ニューロンの働きによって他者理解そして共感的理解が担われていることが大おおむね了解されているとして、精神科ディケアなどの施設での筆者の体験を重ね合わせる中でこうした臆見へと至っている。前者についてはミラー･ニューロンと自閉症との関連について様々な研究が進行中であるため、今後の展開を待つ中でその妥当性ないし問題点が明らかになるだろう。後者については、先に示したダブル・バインドが統合失調症との関連から唱えられてきた経緯があるため、シンポジウムでは「ミラー･ニューロン的身映しの過剰による､自己内部での他者の瀰漫」という見方を臆見 2 として提示した。1999 年以降、精神科ディケアなどで筆者が行ってきた「ダンスセラピー」「リラクセイション」プログラムには陰性症状の統合失調症者が参加することが多く、その中では反響言語(エコラリア echolalia)のように言語反射的に反応する者は多くはなかったが、身体的な反響反応はありふれた現象として頻繁に観察してきた。また陰性症状の者の多くは、対他的関係が途絶する傾向があるため、身体的反応についてみると極端な反応性･反響性とともに反応性の不在という両極の現象を数多く体験してきた。いずれにしても、身体感覚という感覚次元が重要な位置を占めていると感じさせられることから、たとえば上に示した若者と母親とのダブルバインドの例についてあらためて述べるならば、1)母親が自らの身体的感覚(「身体をこわばらせた」)を抑圧･無視・潜在化させたのは、可能性として、他者との身体的感覚の極度の共有(という危険)を避けるという母親側の態勢(関係の途絶)にあったためではないだろうか、2)それは可能性として、母親自身がミラー･ニューロン的な身映しの脅威に晒されてきたからではないだろうか、したがって、3)身体感覚という領域を関連して若者に混乱を巻き起こした母親は、ベイトソンとはやや異なる観点ではある

が、若者の発症に関わる何らかの遺伝的な及び環境的な状況を作り出していた可能性が考えられること、である。もちろんこうした臆見はいずれにしても今後の研究と実践における作業仮説という域を出ないが、身体心理療法および身体心理的アプローチを中心に研究と実践を行ってきた筆者には重要な観点となっているためシンポジウムにおいて紹介するに至った。

「体感型」当事者研究の一例として

シンポジウムでは当事者研究的視点から筆者自身の人生上の軌跡を「優先情報チャンネルが主に体感型である者」の一例として述べてみた。本来は病跡学的な方法によって把握すべきテーマといえるが、社会的影響力を持たない筆者のあり方は病跡学の対象者としてはそれほど意味をもたないため、当事者研究という枠組みでの考察が妥当といえるだろう。1）10 代後半：他者と世界の過剰による内的破綻、2）20 代：存在を維持するため他者･世界を自身から切断、3）20 代後半：他者についての「心の理論」などの理論的接近による存在の安定(心理学などの概念的理論的武装、4）30 代以降：身体的実践(その後、暗黒舞踏手歴 25 年、ダンスセラピー指導歴 14 年など)による、身体性を基軸にした他者と世界への回帰、5)50 代以降：安定した身体的共感性と他者との一般的な関係性、ということになるであろうか。第一期(1)については、比喩的にはミラー･ニューロン機能の過剰による「身映し」により自他の混乱が優勢だったといえるが、「自己が自己でなくなる」といった分裂的事態に極めて類似した時期と考えられる。第四期に至って、暗黒舞踏という世界に接し舞台に身を置くという身体心理的実践の中で身体心理性・アート性を身をもって体験することによって、身体が物理的に触れていくモノの世界(tangible)とのアフォーダンス的(affordance)邂逅を経たことが､自らを安定させていく大きな柱となった。この展開は例えば「こころ」は「からだ」という物的存在を通じて、物質的世界や他者を含めた環境との交歓を経て育つ、といえるように思う。

なお、日本人間性心理学会は開設当初から現象学的アプローチや身体心理的アプローチへも門戸を開き、例えば竹内敏晴氏による「竹内レッスン」などの身体的アプローチや身体性のテーマを幾度となく取り上げてきている。これは心身一如という言葉が示すように身体と心理とを結びつけて扱うことの重要性の認識から来ているといえるが、本稿において明らかにされたもう一つ重要なテーマがある。それは、優先情報チャンネルの研究において明らかになってきた少数派の存在と、そうしたマイナーな感覚モードを生きる者への共感的なまなざし、である。体感型に限らず聴覚型、嗅覚型なども優先情報チャンネルに関しては少数派であり、自身が本来的に優先している感覚モードでのコミュニケーションが社会的にはそれほど一般的ではないために、そうした自らの特性をそのまま活用できない場合も多い。優先情報チャンネルに関連して見いだされたこうした問題はヒューマニスティック心理学として見落とすべきではない重要な領域として今後も研究と理解が進められるべきであろう。

文献

1)ジャコモ・リゾラッティ， コラド・シニガリア『ミラーニューロン』柴田裕之訳、、紀伊國屋書店 2009

2)葛西俊治「身体心理療法の現状とシステムズ･アプローチとしての展開」札幌学院大学人文学会紀要第 93 号, 59-82, 2013a

3)G.ベイトソン『精神の生態学』佐藤良明訳、p.306, 思索社 1990

4)Bateson, G. , Jackson, D.D., Haley, J. , Weakland, J. "Toward a theory of schizophrenia" Behavioral Science 1, 251-264, 1956

5)W.H.オハンロン 『ミルトン･エリクソン入門』 森俊夫・菊池安希子訳，金剛出版 1995

6)葛西俊治「面談時における優先コミュニケーション･チャンネルの基礎研究―関連性評定質的分析を用いて―」日本人間性心理学会第 29 回大会,208-209, 2010
7)葛西俊治「身体心理療法における間接的身心技法の構造」 臨床心理学研究、第 50 巻第 2 号, 1-13, 2013b
8）Toshiharu KASAI "The Arm-Standing Exercise for Psychosomatic Training"
Research note: Sapporo Gakuin University Bulletin of Faculty of Humanities, No.77, pp.77-81, 2004
9)美馬千秋・葛西俊治「腕の立ち上げレッスンにおける身体心理的体験の構造―関連性評定質的分析に基づく研究」ダンスセラピー研究、Vol.6,No.1, 17-28, 2012
10)木村敏『分裂病の現象学』弘文堂、1975
11）木村敏『自分ということ』第三文明社レグルス文庫 1983

Title: Thinking about physicality - Predominant Channel and Mirror Neuron

Sapporo Gakuin University Toshiharu Kasai