

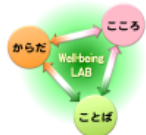
日本赤十字九州国際看護大学/Japanese Red

Cross Kyushu International College of

Nursing

Tactile Group Work Procedures to Reflect Life
and Emotion, Development and Trial

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2019-01-18 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: MORIYAMA, Masaki メールアドレス: 所属:
URL	https://jrckicn.repo.nii.ac.jp/records/575



Working Paper Plus

対話と記述

触覚から生活や感情を振り返る リフレクションの演習方法の開発と試行

Tactile group work procedures to reflect life and emotion, development and trial.

守山正樹¹、伊藤恵子²、鎌田幹夫³、高橋恵子⁴

Masaki MORIYAMA¹, Keiko ITOU², Mikio KAMADA³, Keiko TAKAHASHI⁴

抄録： 悲嘆を抱えた人々が思いを振り返ること（リフレクション）を支援し、人々を共感的に支える活動がある。2011年の東日本大震災以降、社会的なニーズに支えられて、活動が活性化している。この活動を持続・発展させる上で、活動に関わるスタッフ自身がリフレクションを行い経験を通して成長することが大切だが、それに適したリフレクションの方法が見当たらない。スタッフが感性を磨き、学び続けられるようなリフレクションの方法を求めて、本研究を開始した。筆者は30数年前から手の触覚に関心を持ち、視覚を遮断した状態での触覚からのリフレクションについて、様々な試行を重ねてきた。今回はそれらの経験を総合し、触覚を用いる4種類のリフレクションの方法を開発した。新たな試行の結果、方法の有効性を事例的なグループ演習で確認できた。

Abstract: After 2011 Tōhoku earthquake and tsunami in Japan, many people lost their loved ones, grief counselling is needed more than ever. Under the cultural tradition of valuing social harmony, empathically supporting activities of people are important. In these supporting activities, helping people to reflect grief, sharing the grief, and supporting people empathically are important. Human resources that support reflection in these activities are coordinators. In order to sustain and develop the activity, it is important not only for people but also for coordinators to reflect and grow. But the researcher cannot find a suitable reflection method for it. The researcher started this research in search of a method of reflection that the coordinator refines sensitivity and can continue experiential learning. The researcher has been interested in the tactile sensation of hands for the last thirty years, and have accumulated various tactile group work experiences. In this study, the researcher compiled these experiences and developed four types of reflection methods using haptic sense. The effectiveness of the method was confirmed by a group work.

[感性と対話 Senses and Narratives 1(2) 7-22, 2018]

キーワード： 悲嘆、ケア、リフレクション、内省、経験学習、触覚.

Key words: grief, care, reflection, experiential learning, tactile sense, touch

1 日本赤十字九州国際看護大学 masakimoriyama[@]gmail.com

Corresponding author - Japanese Red Cross Kyushu International College of Nursing

2 東京通信病院, Tokyo Teishin Hospital; 3 株式会社 ACORDO, ACORDO Corporation; 4 みやぎ県南中核病院, Sough Miyagi Medical Center.

1. はじめに、発端の問題提起

「大切な人を亡くし、悲嘆を抱えた人々のケアを目指す市民団体（NPO）があります。人々の悲嘆の振り返り（リフレクション）を支え思いを分かち合うことが、NPOの主な活動内容ですが、課題もあります。特に2011年の東日本大震災後、定期的に分かち合う会を開いているのですが、悲嘆を受け止める側に立つNPOのスタッフが、自身の思いをリフレクションしたり、他のスタッフと交流したりする機会が十分ではないのです。」

「2年ほど前からはスタッフを対象に、毎回異なるテーマによるグループ演習を隔月で実施して来ました（伊藤, 他 2018）。これまでのテーマを振り返ると“袋の中の物体を想像する”、“台所道具から思い出を語る”など、感覚的な体験に注目したこともあります。“パステルから好きな三色を選ぶ”、“感情を表すワードを思いつく限り書き出す”、“無人島に行くと仮定し持物を列挙する”、“話の題材をおみくじにしてクジ引きする”などゲーム性を表に出して話題を選びリフレクションを進めたこともあります（高橋, 伊藤 2018）。悲嘆のリフレクションという重いテーマからやや距離を置き、多様なリフレクションを楽しむことを重視してきました。その結果、スタッフが会を行うことを楽しんだり相互に理解を深めたりする点で、成果が得られました。しかし現実の生活やリフレクションの過程への掘り下げは不十分です。」

「ボランティアとして、他者（悲嘆を抱えた人々）のためにリフレクションを支えるNPOのスタッフが、今後さらに、自らのためにもリフレクションの探求を続け、感性と経験を磨き続けていくには、どうしたら良いのでしょうか。」

2. 課題の整理

2-1. リフレクションとは？

1) リフレクションの定義

上述のような問題提起を受けた筆者は、改めてリフレクションについて考え始めた。

『大辞林』によればリフレクションとは「①反射、反映 ②内省、熟考」と二つの意味を持っている。本項では①の物理学的な意味ではなく、②の人文科学的な意味のリフレクションに焦点を当てる。②の方向性で『人事労務用語辞典』を参照すると「日本語で“内省”の意。人材育成の分野における“リフレクション”（reflection）とは、個人が日々の業務や現場からいったん離れて自分の積んだ経験を“振り返る”ことを指す。過去に起こった出来事

の真意を探り、その経験における自分のあり方を見つめ直すことで、今後同じような状況に直面したときによりよく対処するための“知”を見出そうとする方法論」と定義されている。

2) 言葉として内省よりもリフレクションを用いる理由

わが国においては、上述の『人事労務用語辞典』を始め幾つもの文献で「内省とリフレクションとは同じ概念」と記されている。もし「リフレクション」と「内省」という二つの言葉の意味が等しいのであれば、以下の議論でわざわざリフレクションというカタカナ語を用いる必要はない。「内省」と言えば済むはずである。しかしリフレクションという言葉を用いてなされた発端の問題提起を丁寧に見ると、そこには「内省」という言葉では表現が難しい複数の過程が含まれている。「個人が内に秘めた悲嘆という思いを自身で内省する」「スタッフが個人の内省を支援する」に加え、「内省の内容を個人が表現する」「その場にいる他者がその表現された思いを受け止める」「複数の人々が悲嘆の思いを、互いに反射・反映する形で交換・交流し、学習する」などの過程である。この全過程を視野に入れた上で〈知の方法論〉としての検討を進めるために、本稿では「リフレクション」の表現を採用した。また以下の日本国語大辞典の記述をふまえ「自分の思想、言動などを深くかえりみること」に局限して考察した箇所では部分的に「内省」の表現を用いた。

*【内省】 <解説>自分の思想、言動などを深くかえりみること。反省。哲学では、自己意識についての反省的思考を意味し、心理学では内観と同じに用いられる。〈初出の用例〉 哲学字彙〔1881年〕「Introspection 内省」, 日本国語大辞典, JapanKnowledge, <https://japanknowledge.com>, (参照 2018-11-02)

3) これまでのリフレクション

人文科学的なリフレクションについて調べた結果、以下のようなことが分かってきた。

リフレクションは人の学習・教育に関連した基本的な考え方の一つである。19世紀末から20世紀前半にかけて活躍したDewey (1910) (米国、社会心理学・哲学・教育学者) は学校教育におけるリフレクションの重要性を考察している。その後、リフレクションは児童・生徒や学生の教育だけでなく、様々な職業に従事する成人の教育でも重要性が認識された。Schönは1983年に出版した著書「The Reflective Practitioner 省察(反省)的实践家」の中で、あらゆる専門家がいったんその専門領域の知を身に付けて資格を獲得した後、その知を自律的に磨き続けることが不十分である現状を指摘した上で、リフレクションを通して日々の職業経験から学び続けることの重要性を指摘した。現在では、あらゆる社会人がリフレクションを通して学び続けることが常識化し、上述の人事労務用語辞典にもこの言葉が含まれるに至っている。

4) リフレクションが目指すもの

リフレクションの基本は、生活と経験に伴うチャレンジから学ぶことである。現代では、

社会の流動化や情報化に伴って、社会生活の有様も、それまでの時代と比較して大きく変容し、精神的なストレスを含む様々なチャレンジが発生している。そのチャレンジを受け止めて、そこから学ぶことはリフレクションにとって重要である。

既存の知識は言語化されており、言語を介して学べる。他方、リフレクションで向かい合うのは、混とんとした経験である。経験から学ぶためには、まず経験を内省し、思いを言葉として表現することが求められる。リフレクションを起こすためには、対象者の思考・認識が「内省」に向く必要がある。内省を促す方向で、何らかの問いかけをすることも大切だ。

リフレクションを、経験にもとづく学習に必須の、また学習を効率化するための段階・要素の一つと捉え、内省に向かうための支援を、たとえば「あなたは仕事について、どんな感情を抱えていますか、自由に語ってみてください」「あなたがそこで気付いたことは何ですか?」「大切に思っていること、気がかりなことは何ですか?」など定型化した問いかけから始めることも考えられる。

Schön (1983) はリフレクションの内容として、経験に関連した考え方や行動だけでなく、経験が立脚するパラダイム・前提・枠組みもリフレクションの内容に含めている。経験から着実に学ぶ一方で、経験の前提や未経験の領域まで含め、経験と存在の意味を問い直すようなダイナミックなリフレクションも大切だと考えられる。では発見に富んだリフレクションをデザインするにはどうしたら良いだろうか。

2-2. 触覚はリフレクションに使えるか

1) なぜ触覚か

五感の中でも触覚は、他の感覚（視覚、聴覚、嗅覚、味覚）と比較して、ユニークな特徴を持つことは様々な先行研究が示している (Bell, 1833; Katz, 1925; Klatzky, 1985; Gibson, 1996)。

筆者が初めて触覚に関心を持ったのは、もう 30 数年前である (守山ら 1985)。当時は職業病として草刈り機の使用に伴う振動障害の検診を行っていた。その後、1990～96 年は長崎大学、また 1997～2015 年は福岡大学において、医学部の社会医学・学生実習で“障害”を体験的に学ぶ方法として視覚障害体験を採用し、アイマスク下での触知から、触覚が多様なリフレクションに関連することを確認している (Moriyama et al. 1998; 守山, 他 2003; 守山, 他 2007)。

その後 2015～16 年は福岡市の NPO で毎月 2 回、視覚を遮断した状態で大切に感じることを語り合う Wify カフェを開き、3 名から 10 名程度の参加者を得て、触知のグループワークを実践した (NPO ウェルビーイング 2018)。

これらの経験から、筆者は触覚からのリフレクションにつき、以下 4 点を見出している；①現在のリフレクション、②過去のリフレクション、③感情のリフレクション、④時間的・空間的な構造のリフレクション。これらの詳細を以下に述べる。

2) 触覚からのリフレクション、4つの可能性

(1) 現在のリフレクション

目を閉じて、日用品に触れると触れた瞬間に少なくとも数秒後にはそのものが何であるかの全体的なイメージがリフレクションされる (Klatzky 1985; 守山 2012)。これは目で物体の全体を見る場合とは認識の仕方が異なる。指先で物体に触れた場合、物体が接触するのは物体を保持する手指の皮膚のごく一部である。にもかかわらず、現在そこに存在する物体の全容がリフレクションされる。通常のリフレクションという言葉は過去の経験に対して使われる。他方、閉眼しての触知時におけるリフレクションは、そこに現存する物体を想起する。過去の経験ではない。しかし現在そこに存在するものをそれと認識できるのも、過去に同様の物体に触れた経験があるからこそ生じる認識である。過去の認識が現在の認識に浸透する、と言える。

(2) 過去のリフレクション

閉眼して物体に触れた直後には、前述のリフレクションが起こるが、ほぼ同時に、わずかな時間的遅れをもって、過去の経験がリフレクションされることもある。このリフレクションは、過去に、同様の物体に触れた経験が無いと生じ難い。多くの日用品は時代と共に変化している。以前は、誰もが使用していた物体であっても、現在は存在しない物もある。昔用いていた白熱電球のソケットに触れてもらったところ、研究室のスタッフの場合は昔の記憶が蘇ってきたが、学生たちはその物体が何か分からなかったこともある。このような過去の認識は、物体が工業製品か自然物かによっても異なる。工業製品の場合は流行がはっきりしているが、「一片の木の葉」「一つの貝殻」「一粒のどんぐり」などの場合は、年齢に関係なく、海や山に行った経験がある人はそれらの情景を思い出す (守山 2012)。

(3) 感情のリフレクション

感情を表す言葉は、重量・明るさ・手触りなどを表す言葉と共に使われることが多い。日本語なら「軽い気分、暗い気持ち、柔らかな心・・・」、英語なら「bright mood, dark feeling, soft heart,...」等々、多くの例がある。筆者が関わったこれまでの学生実習では、参加者にビー玉やパチンコ玉から綿球まで、様々な触感の物体に触れてもらい、印象を発言してもらうことを行って来た。これらの経験より、手触りや重量の異なる物体の触知から、異なる感情が想起されることが分かってきた (守山 2012)。

(4) 空間的・時間的な構造のリフレクション

上述した3種類のリフレクションは、物体に指に触れた瞬間、あるいはしばらく指に触れている間に生じる。他方、閉眼して平面を探るような探索的な指の動きを行うことで、上述とは別の触知覚が生じる。ゆっくりと指を動かすことで、たった数センチの距離であっても、そこに微細な突起や間隙や段差が感じられ、障害を乗り越えるためにはどう指を動かせばよいか、などの感覚 (感覚的な問いかけ) が生まれてくる (守山 2016)。このような感覚は、筆者の場合は、かつて振動障害検診に従事し、指先の触覚の閾値の測定を試みた際に初

めて経験した（守山 2012）。その後、例えば学生実習で、アイマスクをかけた参加者が駅や公共の建物の案内図に付置されている触地図に触れて、構造物の全体像や自分の位置を特定しようとした際には、この感覚が常に生じていた。このような触れ方・指先の使い方においては、単なる折った紙片が迷路のように感じられ、指先を案内として迷路を探索する感覚が生まれてくる。

3. 対象と方法

3-1. 試行の概要

1) 参加者

30歳代から60歳代の女性8名、男性3名、計11名が試行に参加した。全員が、悲嘆を抱える人々をケアするためのスタッフ養成講座を修了するか、既にスタッフとして活動経験がある方々であった。

2) 実施状況

2018年10月12日（金）18時40分から21時までグループA、Bに分かれ「スタッフのための合宿研修」の1プログラムとして、「自他をより深く知るための触覚による探索的・物語りのリフレクション」をテーマに「触覚に関するグループ演習」を企画し、実施した。

3) 倫理的配慮

わかちあいの会の代表者および協力者に対し「本試行の主旨、任意の試行であること、実施後に記憶に基づいてまとめを作成すること、結果の発表にあたっては個人が特定できないよう配慮すること、得られた結果を基によりよいスタッフ研修を協力して開発すること」を口頭および文章にて説明し、快諾を得た。

3-2. 方法、触覚を用いるグループ演習のデザイン

課題の整理の項で述べた触覚に関連の4種類のリフレクションに対応して、以下の4演習を事前に開発し、試行に臨んだ。

1) 演習 1 現在のリフレクション；今、そこにある物を意識し語る。

- ・触知物； 日用品の例として<洗濯バサミ>を採用。
- ・解説 「目で見なくても、日用品については、触覚から自分が接した存在を理解できることが知られています。あなたの場合はどうでしょうか。試してみてください。もし触れただけで分かったら、なぜ分かるのかを考えてください。何を感じたのでしょうか。今、その存在から何が語れるのでしょうか。」

2) 演習 2 過去のリフレクション；過去を意識し語る。

- ・触知物； 自然物の例として<どんぐり><貝殻>を採用。
- ・解説 「物体によっては、手で触れることで何らかの過去が思い出されることが知ら

れています。物体は過去の出来事を思い出す手がかりになるかもしれません。触れて試してみてください。何を感じたでしょうか。あなたの中から現れた“語りたこと”は何でしょうか。」

3) 演習3 感情のリフレクション；気持ちを意識し語る。

- ・触知物； 重量や手触りに特徴がある物体として<ビー玉><綿球>を採用。
- ・解説 「触覚は、自分の中にある気持ちを表現する手がかりになることがあります。二つの物体に触れて試してみてください。どちらが今の自分の気持ちに近いでしょうか。<固い方の物体>に近い気持ちになるのは、どんな時でしょうか。<柔らかい方の物体>に近い気持ちになるのは、どんな時でしょうか。」

4) 演習4 空間的・時間的な構造のリフレクション；時空の連続や不連続を意識し語る。

- ・触知物； 手指で探れる小構造物として<段差を付けて折った紙片>を採用。
- ・解説 「触覚は、さまざまな状況や状況の変化を、身体感覚として問題提起してくれます。机の上に置いた紙の手前側の端に指先を触れ、紙面の様子を感じながら。指先を前方にゆっくり動かして行ってください。どこかで指先が段差にぶつかります。段差を感じたら、さらに指先を動かし、段差を乗り越えてください。このような空間や時間の不連続な感覚を、日常生活で感じることはありますか。どんなときですか。」



図1 4つの演習で触知した物体

4. 結果

12名の参加者はグループAとBとに分かれ、二時間にわたって演習を行った。筆者（守山）が進行を担当したグループB（女性4名、男性2名）での各演習中の発言につき、全4演習の終了後に筆者の記憶に基づいてメモに書き起こした内容を以下に示す。

4-1. 現在のリフレクション

- ・ <洗濯バサミ>に触れる

「最初は私の手のひらの上にそれがそっと乗せられました。細長い四角の物体のような気がしました。そのあと指を動かして触れて、洗濯バサミと分かりました」

「最近はこのような洗濯バサミは使いません。もう少し大きいのを使っています」

「これは洗濯バサミだと思います。最近洗濯物を直接ハンガーに干すので、使っていません」

「これに色があるかと聞かれたら、色があるような気がしてきました。ピンクに感じたり青色に感じたり、本当のところはわかりませんが。バネのついている位置が、私が知っている洗濯バサミより後方にある気がします。こういう洗濯バサミもあるんですね」

4-2. 過去のリフレクション

- ・ <貝殻>に触れる

「家族と海に行った時の事を思い出しました。乗っていた船が岸を離れそうになり、私一人が船に乗り家族は岸にいて、私は怖かったことを思い出しました。でも他の家族は、あの時、私がそうになっていることに気付いてくれませんでした」

「家族と海に行って貝殻を拾ったことを、思い出しました。でもこのような形の貝殻ではなかったと思います。（隣の人が触れていた別な形の貝殻を回してもらい、それに私も触れてみて）今触れている貝は、先ほど触れていた貝よりも、きっと食べると美味しい。楊枝を入れてえぐると、貝の身が出てくると思います」

「触れるだけでなく、貝を耳に近づけて音を聞いてみたい気がします。昔のことを思い出します」

- ・ <どんぐり>に触れる

「これは自然のもの、木の実のような気がします」

「木の実のような気がします。でも本当にそうでしょうか。自分が知っているのと、ちょっと違う気がします」

「これは、どんぐりのような気がします。でも私が知っているどんぐりよりも大きいよ

うな気がします。また、どんぐりなら下に付いていると思っていた袴（はかま）の部分がありません。取れてしまったのでしょうか。」

「ずっと昔、山に入って、こんなのを拾ったことを思い出しました。でも最近はずっと山に入っていない」

4-3. 感情のリフレクション

・ <ビー玉>と<綿球>に触れる

「ふわふわして軽い方が自分の今の気分合っている気がします。硬い方とは違うと感じます」

「硬いほうが落ち着くような気がします。柔らかい方は手応えがありません。」

「柔らかい方が何回も触ってみたいくなります。私は柔らかい方を好むようです。でも、ただ柔らかいだけではなく、ぎゅーっと押しつぶすと、柔らかいの中心には、潰れない硬い部分があるように感じます。私の心の中の一部を感じてるような気がして、少し落ち着かない気分もあります」

「他の人はこの重い方を“球体だ”と言っていますが、私には最初四角い物のように感じられました。これを少しずらして、指に近い方に置くと、また感じ方が変わってきます。今度は重さを感じます」

4-4. 時間的・空間的な構造のリフレクション

・ <段差を付けて折った紙片>に触れる

「いつも友人と行くレストランを思い出しました。とても気に入っている場所ですが、入り口から入ったところに段差があり、いつも気になります。でもすぐに忘れてしまいます。その段差のことを思い出しました」

「これに触れて、毎日の生活のことを思い出しました。またこの会（わかち合いの会）の活動のことを思い出しました。当初はなかなか自分の感じたり考えたりしていることを出すことができず、凹凸があり、今のように円滑に活動できるようになるまでに、とても時間がかかりました」

「この紙の上にある段差は、どのようにしてできているのでしょうか。紙が折られて、それが固定されているように感じます。手前から向こうに向かって紙に触れて行くと、最初わずかな段差、さらにもう少し高い段差、二段に感じられます。この紙はどのようなになっているのでしょうか。」

「この用紙を自分の前に置いた時、それを最初、斜めの方向においてしまったようです。指を前方に動かしたとき、斜めに存在する段差に触れ、後はその段差に沿って指を動かしていました」

5. 考察

5-1. リフレクションにおける経験の位置づけ

本試行では、悲嘆を抱える人々をケアするスタッフの養成に関連して、リフレクションの探求を続け、感性と経験を磨き続けていくことを目指し、触覚からのリフレクションを開発・試行した。では触覚からのリフレクションと従来のリフレクションとは、何が異なるのだろうか。

経験を振り返ることはリフレクションの出発点であり、この点は、従来のリフレクションも触覚からのリフレクションも同じである。しかし経験の中身は大きく異なる。従来のリフレクションは「過去の経験」を思い出すことから開始される。ビジネスマンは過去のビジネス経験を、看護師は過去の看護経験を、学生は過去の学習経験を振り返ることから、それぞれのリフレクションが始まった。

他方、触覚からのリフレクションは、物体に触れるという「現在の経験」から始まる。今回の参加者はボランティアとして悲嘆のケアに関わる一方で、通常は会社員、看護師、僧侶などの仕事に従事していた。このように過去の経験は多様である参加者が、アイマスクをかけて視覚を遮断した状態で、同時に物体に触れ、触れた瞬間（現在）から過去に向けてリフレクションを行ったのが、今回の演習の特徴である。物体はそれぞれが切り替えスイッチのように働き、4つの方向（①現在、②過去、③感情、④時間的・空間的な構造）へとリフレクションが進んだことが観察された。

5-2. 今回のリフレクションはどこまで進み、どんな効果があったか

今回のリフレクションでは、各物体に関連する形でリフレクションが開始された。筆者が進行を担当したグループBでは、4つの物体に対応して参加者6名の全員が何らかのリフレクションを行えたことが、各自の発言から確認された。すなわち〈洗濯バサミ〉の場合は全員が物体をそれ（洗濯バサミ）と認識し、それについて何らかの言及がなされた。〈貝殻〉の場合は、全員が物体をそれ（貝殻）と認識し、それについて何らかの思い出が語られた。〈どんぐり〉の場合は指で触れただけではそれが何か分からない参加者もいたが、全員が「小さい」「軽い」「自然物のように感じられる」など、その印象を語る事ができた。〈ビー玉〉と〈綿球〉の場合は、自分の気持ちがどちらの触感に近いかを、全員が語る事ができた。〈段差を付けて折った紙片〉の場合は、全員が、紙片上の段差に言及した。

リフレクションの深さや広がりについては、参加者によって差が認められた。過去を断片的に思い出すにとどまった場合もあれば、過去の状況が次々に思い出され、語られた場合もあった。

机の周囲に着席した参加者に、アイマスクをかけ、手のひらを上に向けた状態で待機してもらい、その手の上に、筆者が物体を置くことを持って、各演習を開始した。参加者は、手のひらに物体が置かれるまでは何かが分からないため、期待感や驚く様子が観察される場合

があり、「意外性がある」「楽しい」などの発言も認められた。

5-3. 言葉と触覚、両者の問いかけは、どこが異なるか？

21世紀の現在、筆者が所属する保健医療福祉分野においても、リフレクションは経験から学ぶ上で、重要な概念となっている。リフレクションといっても、それをどのように行うかは、対象者における日頃の経験の内容によって異なる。たとえば学生の場合は自らの学習経験をポートフォリオ記載などの方法で振り返る場合が多い。看護や介護の実践においては、看護・介護者が自身の経験を日記によって文字化したり、カンファレンスの機会に経験を言語化した上で、それをナラティブに再確認・共有することが多い。クライアントの内面に寄り添うことが期待される精神医療や緩和ケアの分野では、治療を支えるチームの経験や役割・発言をより組織的に構造化したリフレクションとしてリフレクティング・プロセスが普及し、オープン・ダイアログも話題になり始めている。これら現行の様々なリフレクションでは、何れの場合も「言葉で問いかけること」がリフレクションに向かうきっかけとして重要である。たとえば「先週の出来事を振り返って、特に思い出すことがあれば、言葉で発言してください」などと、内省を促す問いかけがなされる。では、こうした言葉による問いかけに対し、本試行で取り上げた「触覚からの問いかけ」はどこが異なるのだろうか。

触覚によるリフレクションの特徴としては、リフレクションに向かう問いかけが、多層的・内発的であり、包括的である点が指摘できる。以下、二点を整理する。

(1) 時間の双方向性；現在&過去

手の触覚は、手が今そこに現存する物体に触れることで発動される。身の回りの物品の場合、「えっ、今のこれは？」という瞬間的な問いと共に、殆ど同時にたとえば「えっ、これは洗濯バサミ！」との認識が閃く。触れる時間を長くすると「あっ、あの時の・・・」と遠い過去の経験までがリフレクトされる。しかし物体が現存する感覚が消失するわけではない。＜現存の記憶＞に＜過去の記憶＞が浸透するような形でリフレクションが進む。

(2) コミュニケーションの双方向性；問いかけ&応答

触覚からの問題提起の二番目の特徴として＜問いかけ＞と＜応答＞とが同時に生じる点が指摘できる。ある物体に私が手を触れたとき、私は手を通して、能動的に対象を知ろうとする。同時に、私の手に物体が載せられたとき、その物体の重さや触感は、私に何かを語り掛ける。「私の指によるひと押し」を「私の言葉による問いかけ」と対比させるなら、指の場合は同時に「物体からの私の指へのひと押し」が存在することになる。言葉の場合は、相手が次のひとことを発して応答してくれない限り、双方向性は生じない。

5-4. 包括的な問いかけとリフレクション

物体を手のひらに置いたり、物体に指先に触れるだけで＜現在&過去＞と＜問いかけ&応答＞という「二つの双方向性が共存する包括的な問いかけ」がなされるのが、触覚からのリフレクションの特徴である。では、こうした包括的な問いかけは、言葉を介する通常のリフ

レクションではどのように位置づけられているのだろうか。

言葉の場合、現在の生活における多様な体験のリフレクションに当たっては、リフレクションに向かう分析的な問いかけが幾つも用意され、それを構造化した質問紙も工夫されている。しかし渾沌とした体験のリフレクションに向かう内省は、本来、自律的・自発的で総合的な問いかけが元にあるはずである。手指が何らかの物体と接するだけで「触覚的な問いかけ」が発動されるとするなら、「言葉での問いかけ」においても、簡素で包括的な問いかけが考えられるし、その方が本来はより有効かもしれない。

看護研究者 Rolfe (2014)によると、1970年代に活躍した Borton は、What を中心とした簡素な問いかけを行っていた。Borton は米国カリフォルニア州の Richmond High School で教員をしており、著書「Reach Touch and Teach」の中で、リフレクションから学ぶ基本的な学習サイクル「What, So what, and Now what?」を提案している。Rolfe はこのサイクルモデルを Terry Borton’s reflective model と位置付け、看護におけるリフレクションの基礎文献としている。上述の Borton の著書名に含まれる Touch には触覚との関連性も読み取れる。では Borton による What を中心とした簡素で包括的な問いかけの元にあるアイデアは何だろうか。調べた結果、カウンセリング心理学者の Ansel L. Woldt らは Borton を Gestalt の影響下にある教育者と位置付けていることが分かった (Woldt & Toman, 2005)。

では Gestalt はリフレクションの中でどのように位置づけられているだろうか。

Korthagen (2010) は以下の 3 段階モデルを提唱している。

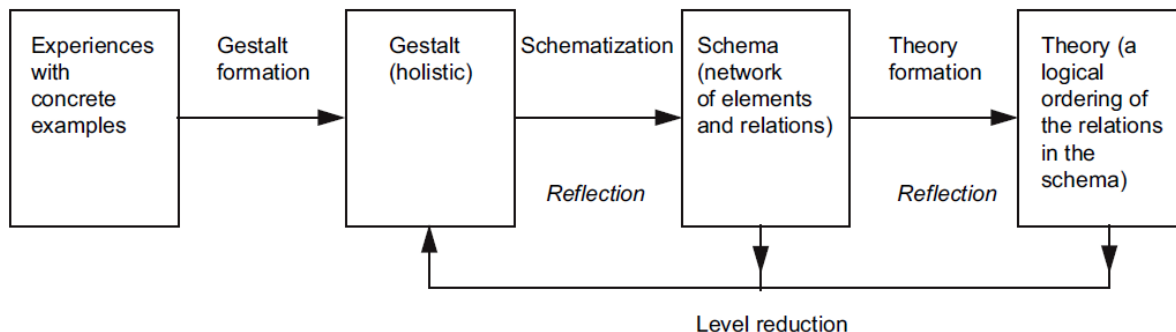


図2 リフレクションの3段階モデル (Korthagen 2010)

このモデルによると、まず出発点として<現実の経験>があり、そこから Gestalt (さまざまな感情やイメージや価値観などが入り混じり、本人の意識から無意識の領域にまで広がるホリスティックな存在、渾沌の存在) が形成される (Korthagen 2001)。この Gestalt を出発点としてリフレクションが進み、渾沌とした Gestalt が解明され、構成要素が抽出され、シェーマが描かれ、説明理論が生み出される (Korthagen 2010)。本稿での触知体験をこの図と対応させると、物体に触れて現在から過去に至るまでを思い出し、感じ語る過程は「現実の経験」と「Gestalt の形成」の双方の段階に対応する。

では Gestalt と感覚とはどう関わるだろうか。改めて古典的な Gestalt Therapy (Perls,

Hefferline & Goodman, 1951)を参照すると、その第一ページは以下の記載から始まっていた。

Chapter 1, The structure of Growth, 1: The Contact-Boundary

Experience occurs at the boundary between the organism and its environment, primarily the skin surface and the other organs of sensory and motor response. Experience is the function of this boundary, and psychologically what is real are the “whole” configurations of this functioning, some meaning being achieved, some action completed.

特に上記の第一文は「経験は、生物とその環境、主に皮膚表面および感覚および運動応答の他の器官との間の境界で生じる」として、経験が生じる際の触覚の寄与を明示している。

触知は原初的な感覚である。多くの要素が関連している。他方 Gestalt は渾沌とした包括的な概念である。もし両者が関連するなら、さらに多くのことがらに言及する必要がある。しかしこれ以上の考察は筆者の能力を超えるため、本項の考察はここまでとする。

5-5. 触覚からどのような学びが可能か？

ここまでリフレクションに焦点を当てて、触覚との関連を論じて来た。リフレクションは経験学習の一段階として重要である。しかしリフレクションだけでは学習は成り立たない。では本試行では、参加者は何をどのように学習したと言えるだろうか。

本試行では二つのグループの参加者は、グループごとに、同時に、アイマスク下で同様の未知の物体に触れ、触れながら意見を交換した。＜触れる前は予測しがたい物体＞に触れることは、指先を用いた探索と言える。4つの演習は何れも探索的であったが、探索の側面が特に強く出たのは演習4である。

触れたのは段差を付けて折った A5 用紙。演習開始時には全員が机上の用紙の手前、縁の部分に指を置き、そこから段差のある紙の中央部まで、ゆっくりと指を動かした。紙の縁から段差のある場所まで、たった 10cm の距離であるが、途切れないよう、ゆっくりと着実に指先を動かすと、段差に触れるまで 5 秒、人によっては 10 秒以上かかる。段差が紙を横切る形で存在していることを確認しようとする、さらに 10 秒から 15 秒ほどかかる。そして手前から向こうに向かって、指先で段差を乗り越え、段差の先の紙面の様子を確認する。……

このように演習4においては、参加者が指先を用い、協力して紙上を探索することが行われた。本試行の参加者は、互いに顔見知りではあったが、同時に同じテーブルを囲んで親しく意見を交換することは初めての経験だった。

ここまでの経験を共有した上で、その後の残された時間に、ある参加者は段差の形状に関心を持ち、また別な参加者は、日々の生活で出会った一つの段差を思い出して、結果の項に示した発言に至った。他者と協業し、また感じたことを言語化することが、学習の内容であったと言える。

5-6. 悲嘆のケアに役立つか

本試行における4種類のリフレクションはどれも敢えて〈悲嘆〉には注意を向けずに行われた。悲嘆をキーワードとして言葉で問いかけることはしなかった。そのような言葉での問いかけの代わりに、物体が用いられた。しかし物体と手指との相互作用の中で〈悲嘆をケアする会の活動〉を思い出し、それについてコメントした参加者がいた。

物体に触れて引き出される記憶や気持ちは、物体の性状や各参加者の過去の経験によって異なる。悲嘆を意識し、悲嘆をリフレクションした場合、悲嘆と積極的に向き合うことで学べる点が多い反面でつらい、思い出したくない体験に圧倒されることもあり得る。

他方、本試行でのように様々な物体に触れ、その物体が引き出してくれる様々な経験や感情を出し合い、その場にいる人々と探索・体験・共有することで、様々な状況や感情の表出やそれらへの向き合い方が上達し、さらに、それらの状況や感情に圧倒されず、制御できる可能性が上がるのが考えられる。今後、何らかの形で、触覚を持ちいるリフレクションの実証実験が必要になろう。

5-7. 終わりに

本試行では、筆者の長年に渡るアイマスク下での触知体験をもとに、4種類の触覚を用いる演習を提案した。4種類といっても、触覚という感覚が細分化されるのではない。手で触れることの中には、様々な次元のリフレクションが互いに浸透し、混在している。渾沌とした段階のリフレクションを方向づける際に、物体が切り替えスイッチのように機能したことが考えられる。「物体への触れ方／物体からの感覚的な刺激・問いかけ」は本稿の4種類に尽きるのではなく、さらに多様な形もあり得る。

触覚が教育やリフレクションの分野で、これまで比較的注目度が少ない一方で、心理学や工学の分野では、コンピュータと人間とのインターフェースとして、また仮想現実の担い手として、さらに人にやさしいロボット開発と関連して、急速に触覚の研究が進んでいる (Hertenstein et al. 2006; Okamoto et al. 2013; Lie et al. 2017)。こうした先端科学での知見も取り入れた上で、リフレクションと触覚の関連性についても、さらなる研究が期待される。

本稿の執筆にあたっては JSPS 科研費 15H01971 「原発事故後の親子の生活・健康変化の実態解明と社会的亀裂修復に向けた介入研究」(研究代表者・成元哲)からの援助を得た。記して感謝申し上げる。本試行のきっかけともなった2011年 東日本大震災では多くの方々がさまざまな影響を受け 悲嘆や心の痛みを持つに至り それらが十分に癒されないまま時間が経過している (成, 他 2015)。触覚からのリフレクションが、そうした状況からの回復に何らかの働きを行えることを願いつつ本稿を終える。

6. References

- Bell, Charles. (1833). *The Hand, Its Mechanism and Vital Endowments as Evincing Design*. Bridgewater Treatises. [ベル C. 岡本(訳) (2005). 手 (神経心理学コレクション) 医学書院]
- Borton Terry (1970). *Reach, touch, and teach: student concerns and process education*. McGraw-Hill, 1-213.
- Dewey, John. (1910) *How we think*. D.C.Heath & Co. 1-224.
- Gibson, J.J. (1996). *The Senses Considered As Perceptual Systems*. Houghton Mifflin. [ギブソン. 佐々木 正人ら (監訳) (2011). 生態学的知覚システム 東京大学出版会]
- Hertenstein, M.J., Verkamp, J.M., Kerestes, A.M. & Holmes, R.M. (2006) *The Communicative Functions of Touch in Humans, Nonhuman Primates, and Rats: A Review and Synthesis of the Empirical Research*. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 132(1), 5-94.
- 伊藤恵子, 守山正樹, 鎌田幹夫, 高橋恵子 (2018). 地域で支える悲嘆のわかちあい(1) 担い手養成の継続性を目指して. *現代行動科学会誌*, 34, 12-20.
- Katz, David. (1925). *Der Aufbau der Tastwelt*. *Ergänzungsband 11, Abt. I, Zeitschrift für Psychologie*. [Krueger L E ed. (1989). *The World of Touch*. Erlbaum. 1-272.]
- Korthagen Fred (2001) *The pedagogy of realistic teacher education*. Paper presented at AERA, Seattle, April 2001.
- Korthagen Fred (2010) *Situated learning theory and the pedagogy of teacher education: Towards an integrative view of teacher behavior and teacher learning*. *Teaching and Teacher Education*, 26, 98-106.
- Klatzky, R. L. et al. (1985). *Identifying objects by touch: An "expert system"*. *Perception & Psychophysics*, 37(4), 299-302.
- Klatzky, R., & Lederman, S. (2003). *The haptic identification of everyday life objects*. In Hatwell, Y. et al. (Eds.), *Touching for Knowing*. John Benjamins. pp.105-121.
- Liu H., Wu Y., Sun F. & Guo D. (2017) *Recent progress on tactile object recognition*. *International Journal of Advanced Robotic Systems*, 14 (4), 1-12.
- Millar Susanna (1999) *Memory in touch*. *Psicothema*, 11(4), 747-767.
- 守山正樹, 兜真徳ら (1985). 草刈機使用者の健康管理についての縦断的研究. 昭和 60 年度日本産業衛生学会九州地方会抄録集
- Moriyama, M., Yamada, S., & Inoue S. (1998) *Tactile awareness of medical students through the process of sensory awakening*. *The 9th International Mobility Conference Proceedings*. 345-346.
- 守山正樹, 他 (2003). 初めての視覚障害体験. 福岡大学医学部公衆衛生学教室.
- 守山正樹, 永幡幸司, 山田信也, 高橋広 (2007). 視覚障害の有無にかかわらず使用できる, 触覚を用いた生活認識と健康教育の方法. *眼科紀要*, 58, 146-152.
- 守山正樹&西原純 (2008). 触覚を介した生活調査法の開発. *民族衛生*, 74, 178-191.
- Moriyama, M. (2011). *Sensory-awakening as a new approach to health promotion*. In Muto, T. et al.

- (Eds.), Asian perspectives and evidence on health promotion and education. Springer, 40-49.
- 守山正樹 (2012). 周囲世界を意識化し、人々をつなぐ出発点としての触覚・体性感覚の役割、「感覚療法への招待」 福島明子 編、風間書房 121-156.
- 守山正樹 (2012). 触覚・体性感覚による私たちの周囲の世界の可視化と意識化. 理学療法, 29(1) 73-88.
- 守山正樹, 永幡幸司, 山田信也, 牛島佳代, 岩井梢 (2012). 視覚障害体験を通じた障害過程の可視化・意識化 (前編) 失明から感覚の覚醒へ. 理学療法, 29, 203-211.
- 守山正樹 (2016). Apprenticeship で学んだ公衆衛生学の今後 (福岡大学退任教授最終講義). 福岡大学医学紀要, 43(2), 131-135.
- NPO 法人ウェルビーイング. 思いを語る Wify カフェ. <https://sites.google.com/a/wifywimy.com/practice/> (2018年11月2日にアクセス)
- Okamoto S., Nagano H. & Yamada Yoji (2013). Psychophysical Dimensions of Tactile Perception of Textures. IEEE Transactions on Haptics, 6 (1), 81-93.
- Perls, F S., Hefferline R. & Goodman, P. (1951) Gestalt Therapy: Excitement and growth in the human personality. Reprint 1994 by The Gestalt Journal Press, Inc. 1-481.
- Rolfe Gary (2014). Reach touch and teach: Terry Borton. Nurse Education Today, 34, 488-489.
- Schön, Donald A. (1983) The reflective practitioner: how professionals think in action. Basic Books, 1-384.
- 成元哲, 牛島佳代, 松谷満, 坂口祐介 (2015). 終わらない被災の時間__原発事故が福岡県中通りの親子に与える影響. 福岡: 石風社, 1-277.
- 高橋恵子, 伊藤恵子 (2018). 地域で支える悲嘆のわかちあい(2)「わかちあいの会」ファシリテーターのニーズと支援者支援. 現代行動科学会誌, 34, 21-28.
- Woldt A.L. & Toman S.M. Eds. (2005) Gestalt Therapy: History, Theory, and Practice. Sage publications, 1-424.