

# 当事者研究における「わかちあい」の分析

並木 重宏 (Shigehiro Namiki)

東京大学先端科学技術研究センター

**当事者研究** 当事者研究は、同じ苦勞をもつ仲間と語り合うことを通じ、自身の困難に対処する取り組みの総称である<sup>1,2</sup>。安全性を確保された場で、自分を語り経験を分かち合うことで、仲間や社会とのつながりを「回復」し、研究という共同行為の形をとることで、新しい知識を「発見」する。困難を研究の対象として、言語化することで問題そのものは解決されなくても、解消される効果があるといわれており、研究を通じ対処の方法を検討するものの、必ずしも問題の解決を目的とはしない。

当事者研究にはいくつかの理念が提案されている<sup>3</sup>。分かち合いは、自分をもつ困難の経験を表現し、それに対する他者の応答を受け取ることを通じて可能になる。分かち合いは、これを経て初めて、問題の分析や対処の検討等の問題解決のための研究プロセスが始まる、当事者研究における重要な要素であるといえる。分かち合いには、似た経験をもつ当事者による経験の共有以外にも、当事者個人の経験を他者が理解することも含まれる。例えば、べてるの家では、人とこと（問題）を分け、困難に自己病名をつけて発表するという、問題の外在化を分かち合いとしている<sup>4</sup>。分かち合いが成立した段階で、人とのつながりが生まれ、当事者の孤独の解消につながることもあり、分かち合うこと自体が目的とされる場合も多い。

**当事者研究の研究** 多くの言語はマジョリティによって作られているが、マイノリティが自身を語る場合、困難を表現する語彙が存在しないことが多い。困難の経験を表す言葉を参加者で共同して検討する。べてるの家の理念「自分自身で、共に」にあるように、当事者研究においては共同性が本質的である。当事者研究では、共同的に言葉を立ち上げていくことを研究の方法論として取り入れている<sup>5</sup>。当事者研究の実践は、自らの病気・症状について語り合う場をつくり、人とのつながりを回復する機能をもつため、一般的な治療や科学研究にインパクトを与えることも期待されている。しかし、なぜ治療を目的としない当事者研究のアプローチが上手くいくのかは明らかにされていない。この発表では、当事者研究のしくみの理解や、今後のさらなる活用に向けて、心理学、生物学などの他の学問領域における知識との関係を検討する。分かち合いを始め、当事者研究で採用されている理念の機能についての考察を行いたい。

**当事者研究と共感** 今回の発表では分かち合いを担うしくみとして、共感 (empathy) の概念に注目する。分かち合いは人とのつながりを回復させる作用があることから、自身の感情の変化とともに、他者との相互作用も重要な役割があると考えられる。共感は多くの学問分野で扱われ、さまざまな用語が使われている状況であるが<sup>6</sup>、他者の感情を観察し、自分の感情を制御するといったように、すべて人間同士の相互作用のなかで生じるという点は共通している<sup>7</sup>。共同創造 (co-production)、参加型デザイン

(participatory design)、インクルーシブデザインなど、ユーザーが設計に参加する他のアプローチにおいて共感が重視されていることから、当事者研究と共感の関係を検討することは有用であると考えた。

当事者研究のプロセスにおける共感の役割について考察する。共感は、現象の性質に応じていくつかの種類に分類されている。最もよく用いられる機能分類は、身体の生理学的および感情の変化を説明する情動的共感 (emotional empathy) と、共感を推論するしくみを説明する認知的共感 (cognitive empathy) である。分かち合いについて、発見的側面では認知的共感が、回復的側面では認知的共感と情動的共感の両方が関与すると思われる。認知的共感については、他者の感情を推定する能力として、心の理論やメンタライジングという用語も使われている<sup>8</sup>。心理学の研究により、2つの機能を区別して評価する実験系が考案され、神経科学分野の研究により、この2つの機能が生体内で異なる領域の活動と対応することが分かっている<sup>7</sup>。また、共同行為が共感やメンタライジングに影響を与えることが報告されているが、研究という共同行為が分かち合いに与える効果についても検討する。生物学的な実体は明らかではないが、集団的な認知状態を説明する社会的認知の関与についても考察する。

#### 参考文献

1. 石原孝二. 当事者研究とは何か. 当事者研究の研究 (石原孝二編) 11-72 (医学書院, 2013).
2. 綾屋紗月. 当事者研究の新たな歴史を紡ぐ. 科学技術社会論研究 18, 74-86 (2020).
3. 向谷地生良. 当事者研究とは—当事者研究の理念と構成—. 当事者研究ネットワーク [https://toukennet.jp/?page\\_id=56](https://toukennet.jp/?page_id=56) (2020).
4. 中川篤, 柳瀬陽介, 檜葉みつ子. 弱さを力に変えるコミュニケーション. 言語文化教育研究 17, 110-125 (2019).
5. 綾屋紗月, 熊谷晋一郎. つながりの作法 同じでもなく違うでもなく. (NHK 出版, 2010).
6. Coplan, A. Understanding Empathy. in *Empathy: Philosophical and Psychological Perspectives* (eds. Coplan, A. & Goldie, P.) 3-18 (Oxford University Press, 2011).
7. de Waal, F. B. M. & Preston, S. D. Mammalian empathy: behavioural manifestations and neural basis. *Nat. Rev. Neurosci.* 18, 498-509 (2017).
8. Frith, C. D. The role of metacognition in human social interactions. *Philos. Trans. R. Soc. Lond. B Biol. Sci.* 367, 2213-2223 (2012).