

言語を媒介としないコミュニケーション

Non-verbal communication

鈴木 隆 男

Takao SUZUKI

キーワード：教育相談・教職実践演習・カウンセリング・ノンバーバルコミュニケーション・ロボット

要約

カウンセリングという人間関係の営みの中で重要なことは、カウンセラーがクライアントの気持ちを傾聴することである。カウンセラーには、クライアントが自らの心の中から紡ぎだしてくる言葉を傾聴することが求められる。カウンセラーがクライアントの気持ちを傾聴することによってこそ、クライアントは自分の心の中にある問題点に気づき、それを自分で整理し、自己洞察に高めていくことができるといえる。しかし傾聴は言葉だけによるのではない。コミュニケーションの中では言語以上に対人的身体動作が重要である。

本研究では、このようなカウンセリングにおける相互作用の基礎に常に存在する、言語によらない、身体の動きによる、非言語的コミュニケーションの重要性について検討した。マイクロカウンセリングの中で、Iveyによって、身体言語として言及されたこのようなスキルの背景にあるものの重要性について考察した。そのために乳児期のエントレインメントや、言語を持たない、限られた種類の動きだけが可能なロボットと子どもの相互作用に関するいくつかの研究を手掛かりにして、言語を媒介としない、非言語的なコミュニケーションがそこに成立することを概観した。そしてそれが基盤にあることで、言語によるコミュニケーションが可能になるのではないかという基本的な立場から、非言語的なコミュニケーションの重要性を指摘した。

1 カウンセリングとはなにか

カウンセリングとは、カウンセラーという専門家によってなされる、言語を媒介とした専門的なかかわりを通して、相談者（クライアント）の抱えている問題を整理することを援助し、心理的な成長を目指して、クライアント自身が意味のある自己決定に到達することと考えられる（勝見，2002）。ここでは薬物などは使われない。カウンセラーとクライアントという対人関係の中で交わされる言語によるコミュニケーションによって、相互の力動的な関係の中から、クライアントが自分自身の問題を理解し、苦しみの意味を見出し、クライアント自身の自己決定に至る道のりの中から新しい生き方を模索するのである。このようなカウンセリング関係において重要になるのはしばしば言語によるクライアントの気持ちを受容すること、それに共感することだといわれる。

2 カウンセリングの世界における人間観

心理学は自然科学をモデルとして発展した。そこでは自然科学の方法論にならった分析的な態度が重視される。すなわち生活体の行動を要素として観察することによって発展の基礎を築いたと考

えられる。もちろんゲシュタルト心理学のような全体観からの批判が大きな影響を与えた結果として、現在の心理学は必ずしも純粋な要素主義の立場をとるわけではない。しかしブントによって築かれた心理学の基礎を考えると、このような要素としての行動の研究が心理学の発展を支えたことは疑えない。

そのような歴史の中で、要素主義の対極として、人間を全体として見つめる立場をとるものが、カウンセリング、あるいはカウンセリングに関わる心理学の世界であろう。カウンセリングの世界でカウンセラーは人間を全体としてとらえ、生命を持った個性的でユニークな存在としてクライアントを把握することが求められる。

さらにカウンセリングの世界では、そのような個性的な人間の発達の側面を重視する。人間は常に自ら成長し、発達する存在としてあり続けるという認識がカウンセラーには必要である。おそらく教育の場面でも同様であるが、カウンセリングに携わる人々の間では、人間という存在は、様々な制約の中で生きているがゆえに曖昧になってはいるが、本質的には自らの可能性を広げ、できることを増やし、理想の自己に到達しようとする、自己実現の欲求を持った存在としてとらえられていると考えられる。

このことから、カウンセリングの目標は、そのような自己成長に対する欲求を持ったクライアントが、自らの理想とするような自己に到達することを援助する過程であると考えられる。

ここに見られるように、カウンセリングは、言語を中心的な媒介とした、自己発見、自己成長の過程ととらえることができる。このようなカウンセリング的な関わりの中で、カウンセラーは専門家として、クライアントに関わるのである。

またここでは、クライアントは常に自ら人間としての成長、発達を求める存在であるという非常に肯定的な人間観が存在する。そのような人間観に基づいて、カウンセラーは、クライアントの自己成長、自己実現を援助する存在としてクライアントの前にいるのである。

カウンセラーは、クライアントの持つ問題を、クライアントとともに考え、クライアントの自己理解を促し、そしてその問題を克服するためのクライアントの自己決定の営みに寄り添う。カウンセリングは、そのことを通して、クライアントが自己実現を目指す存在であるということを確認していく作業であるといえる。

このような高度に心理的な問題を扱うために、カウンセラーには専門家としての資質が問われる。そしてそのような資質を身につけるために、カウンセラーは自ら研鑽を積み、カウンセラー自身も常に成長することが求められている。

3 マイクロカウンセリング

現在カウンセラーとして活動するためには、学会や協会が認定するカウンセラーとしての教育プログラムや条件が整備されており、その中で訓練を受けることが求められている。そのような養成制度はそれぞれの養成機関によってさまざまな特色が見られる。

そのような教育プログラムの中にあって、カウンセラーの最も重要で、かつ基本的な態度は、クライアントの語ることを丁寧に聴くことである。それは一般に“傾聴”という言葉で呼ばれるものである。

このような、カウンセラーとしての傾聴のための行動レパートリーを体系化しようとする試みがIveyによってなされた。それはマイクロカウンセリングとして知られている。

マイクロカウンセリングは、Ivey, A. E. (1985)によって整理されたカウンセラーの訓練プログラムであり、カウンセリングの階層的技法の集成である。それはカウンセリングや心理療法にお

ける様々な技法を分類し、体系的にまとめた階層構造であるといえる。この中で彼は、マイクロカウンセリングの第一段階として、かかわり行動を位置づけており、それに続く階層として基本的傾聴のいくつかの技法をあげている。Iveyはこのようなかかわり行動が、効果的なカウンセリングや面接の基礎として重要でありながら、“一見非常に簡単なので、容易に見逃されてしまう (Ivey, 1985, 日本版によせて pp. i- ii)”と述べている。

このような Ivey のマイクロカウンセリングを我が国に紹介した中心的な研究者である福原が監修した書物の中で、山本 (2007) は、適切なかかわり行動の重要性を指摘しているが、書物の分量としては、基本的傾聴の連鎖の解説のほうが圧倒的に多いといえる。もちろんそれは、解説すべきことが多いということによるが、我々はもっとこのかかわり行動の重要性を認識すべきである。

4 基本的傾聴

基本的傾聴とは、カウンセリングの中核にある、クライアントの心の中から紡ぎだされる発言をよく聴くための技法のまとめりである。受容と共感という二つの概念は相談を受けるものと相談する者の間のラポールを形成するための基本的な概念であり、コミュニケーションの基礎として重要である。そしてそのようなラポールの形成のために、基本的傾聴の様々な技法を支えるものこそが、かかわり行動としての身体言語であるといえる。

5 受容と共感によるラポールを形成する基盤としての身体言語

我々のコミュニケーションは単に言語によってのみ成り立っているわけではない。例えば文楽のように頭と右手、左手、両足を別々の演者が受け持つような特殊な表現 (三戸, 1991) のものから、幼児教育や保育の世界でしばしば用いられる人形劇のようなものまで、誇張された表情や動きによって、内面を表現するものがたくさんある。それは人の視線やまばたきがその人の心の中にあるものを反映しているという意味でつかわれる“目は口ほどにものを言う”という表現が示すとおりである。

表情が言語を伴わないコミュニケーションツールである可能性を最初に指摘したのはダーウィンであり、これは情動の心理学的研究の始まりとされる (今田, 1962)。

来談者との信頼関係の構築のためには、カウンセラーは、来談者が“この人は本当に私の話を聞いてくれている”と感じるように聴く必要がある。これは相互の信頼関係 (ラポール) 形成のための重要な条件である。そのための技法を先にあげた山本 (2007) はかかわり行動として4種類にまとめている。それらは1) 視線の合わせ方, 2) 身体言語, 3) 声の調子, 4) 言語的追跡と呼ばれる。これらは基本的に Ivey によってまとめられたマイクロカウンセリングの考え方に基づいている。カウンセリングを学ぶための多くの書物が、個々の学派による治療法の説明を中心にしているが、これらの基本的な技法は、その基礎として重要である。重要であるが、先に Ivey の言葉や山本の著書を引用した通り、しばしば自明のこととして見過ごされることがある。

むしろ我々のコミュニケーションは、ことば以前の、身体による感情の交流が基礎となって成立するといえる。そのような事柄をよく示す例として、次に乳児のエントレインメントの研究、およびロボットと乳幼児のかかわりの研究について考察してみる。

6 乳児に見られるエントレインメント

乳児が愛着の対象からの語りかけに対して、微妙な体の動きでこたえることが明らかにされている。Klaus & Kennell (1985) の著書によって知られるようになったこの現象は多くの研究者の

興味を引いた。例えば小林（2002）は、誕生翌日の新生児に対して母親が優しく語りかける音声に対して、新生児が多少の時間の遅れを伴いながらも、手を動かして、語りかけに対して同調して応答することを報告している。

このことはヒトが誕生時から対人関係や他者とのコミュニケーションに対して開かれた存在であることを示しているといえる。さらにコミュニケーションの基礎を形成するものが、言語以前の、養育者と子どもの間の身体を基盤とした相互作用である可能性を示唆している。

シンボルとしての言語によるコミュニケーションの前提となるものは、身体によるリズムの共有、身体性の共有であるということは、このようなエンタテインメントという現象の存在から強く示唆されるものである。乳児期からの愛着の対象との間でかわされる身体的リズムの共有による一体感が基礎となっはじめて、その発展形としてのシンボルとしての言語によるコミュニケーションが可能になるだろう（渡辺，2002）。開（2002）は、身体性を欠くコミュニケーションプログラムが会話の進行を妨げることを、先に述べた渡辺（2002）の論文に対するコメントの中で指摘している。

また身体言語を伴わない、インターネット上の、テキストのみによるチャットなどが誤解を生みやすいことはしばしば経験することである。このような身体的応答の重要性は近年ロボット工学の世界からのコミュニケーション研究でも指摘されている。

このような工学領域での興味はコミュニケーションにおける身体表出が、当該コミュニケーションにどのように関わるかということ呼吸や瞬き、表情、顔色などによる情動評価を含めて検討することにあるようである。渡辺（2002）は、コミュニケーションにおける身体動作として、頭部の動きを手掛かりとしたうなずきが重要だということ指摘している。

7 ロボットと子どもの相互作用

近年ロボットが注目されている。開（2006，2011）は、ロボットと人間の間の相互作用を見せるものと、そのような相互作用のないロボットの行動を見せる2条件にコントロール条件を加えて、乳児の、ロボットに対する注視時間を指標とした反応の違いを説明している。彼によると、あらかじめロボットと人間との相互作用を学習した赤ん坊は、ロボットから話しかけられたときにそれに自然に反応し、相互作用を経験しなかった赤ん坊はロボットから話しかけられると驚きを示すという。

この実験で用いられたロボットはヒューマノイドロボット（ヒト型ロボット）というタイプの、これまでの工場の生産ラインに特化したような産業用のもの、あるいは、人間の能力を拡大するための、ロボティックスーツのような試みとは異なる、2足歩行するロボットである。ヒト型ロボットの最もポピュラーなモデルとして我々がすぐ思いつくのは鉄腕アトムである（福田，2003）が、ここで実験に用いられたヒューマノイドロボットは、まだアトムほどに姿かたちや動作が人に近いものではない。にもかかわらず、ロボットが人間と相互作用することを予備知識として与えられた乳児は、そうではない乳児に比べて、人間とロボットの関わりを自然に受け入れるのである。

さらにこのような中で子どものコミュニケーションの発達を研究し機械システムで再現するためのInfanoid（子ども型ロボット）が開発された（小嶋，2003）。

先に述べたように、受容と共感によってカウンセラーとクライアントの間にラポールを形成するためには、適切な、言語による相互作用が必要であるが、その基礎には身体言語の果たす役割が大きい。この可能性を示すのが、小嶋秀樹によって発表された“ぬいぐるみロボット Keepon”の存在である。ぬいぐるみロボット Keepon は、黄色いシリコンゴム製の雪だるま（団子のような球

を二つ重ねた形、高さ 120mm 直径 80mm) のような形をしたロボットである (小嶋, CareBots Project)。眼の働きをするためのビデオカメラを二つ、集音のためのマイクロフォンを一つ、それぞれ上側の球の、眼と鼻に対応する位置に配置し、眼や鼻の形のピースで覆うことで、顔を形作っている。この人形を動かすための駆動装置は樹脂製の胴部下の金属製の円筒 (高さ 150mm, 直径 110mm) の中に収納されている。

この **Keepon** とよばれるぬいぐるみロボットには、前後屈 (うなずき: ± 40 度), 水平回転 (くびふり: ± 180 度), 左右傾動 (くびかしげ: ± 25 度), 上下伸縮 (ポンポン: 15mm) という 4 種類の動き、および、これらの動きを小刻みにすることによる震えという非常に限られた動作のみが可能となっている。このロボット開発では“子どもから自発的なコミュニケーション行動を引き出す〈身体〉” (小嶋, CareBots Project) というコンセプトを掲げ、人間を特徴づけるコミュニケーションにかかわる営みやそれを支える能力の解明を目指している。

0 歳から 2 歳の子どもと **Keepon** の関わりを分析した結果、0 歳児は情動表出としての動きには反応するが、視線の方向には注意しないこと、2 歳児は **Keepon** を、心を持ったものとして扱い、話しかけたり、社会的な関わり行動を見せたりすることなどを小嶋は報告している。

これらの研究はまだ始まったばかりであり、結果を詳細に解釈し、コミュニケーションに関する身体動作の具体的な役割をここから引き出すことには慎重であるべきであろう。しかしこれらの実験は少なくとも言語を媒介としないコミュニケーションが乳児期から可能であることを示している。われわれの人間関係の中では、言語を媒介にするコミュニケーションの成立以前に、体の動きを媒介としたコミュニケーションが成立している可能性を示している。

ロボットを研究する人たちの関心は、ロボットをモデルとしたコミュニケーションの本質の解明という点にあるようだが、これまで見てきたように、言語を媒介としない、体の動きだけによるコミュニケーションが、しかもロボットと乳児の間で成立することを考えると、カウンセラーとクライアントの関係というカウンセリング場面でも、言語を媒介としない、体の動きによるコミュニケーションを今以上に重視する必要があるのではないかと考えられる。

8 結にかえて

マイクロカウンセリングの考え方の中には、文化的に適切な、非言語的コミュニケーションの重要性が指摘されてはいるが、今回の考察を考え合わせると、この点をもっと強調される必要があるのではないかといえる。

9 引用文献

- 福田 敏男 (2003). 鉄腕アトムのロボット学 集英社
- 開 一夫 (2002). *Eliza* を超えて: 赤ちゃん学と人工知能の接点 ベビーサイエンス 02 pp. 14-15.
- 開 一夫 (2006). 赤ちゃん学とロボット学: 発達認知神経科学の視座
(http://kouiki.c.u-tokyo.ac.jp/topics/2006/2006_g/2006_g.html) (アクセス: 2016 年 12 月 4 日)
- 開 一夫 (2011). 赤ちゃんの不思議 岩波書店
- 今田 恵 (1962). 心理学史 岩波書店
- Ivey, A. E. (福原真知子・梶山喜代子・國分久子・楡木満生訳編) (1985). マイクロカウンセリング 川島書店

- 勝見 吉彰 (2002). カウンセリングの理論と実際 一丸藤太郎・菅野信夫 (編著) 学校教育相談
第2章 ミネルヴァ書房 pp. 17-30.
- Klaus, M. H. & Kennell, J. H. (竹内徹・柏木哲夫・横尾京子訳) (1985). 親と子のきずな
医学書院
- 小林 登 (2002). 赤ちゃんのすばらしい能力 - そのプログラムは体の成長, 心の発達
の原点 -3-
小林登文庫 育つ育てるふれあいの子育て 第3章 チャイルドリサーチネット
〈<http://www.crn.or.jp/LIBRARY/KOBY/KOSODATE/cbs0016.html>〉 (アクセス: 2016
年11月25日)
- 小嶋 秀樹 CareBots Project 〈<http://www.myu.ac.jp/~xkozima/carebots/index.html>〉
(アクセス: 2016年11月30日)
- 小嶋 秀樹 (2003). 赤ちゃんロボットからみたコミュニケーションのなりたち 発達, 24 (95),
pp. 52-60.
- 三戸 秀樹 (1991). 演劇とまばたき - 文楽人形から - 田多英興・山田富美雄・福田恭介 (編
緒)
まばたきの心理学 瞬目行動の研究を総括する 第10章3 北大路書房 pp. 256-262.
- 渡辺 富夫 (2002). 身体的コミュニケーションにおける引き込みと身体性 心が通う身
体的コミュニケーションシステム E-COSMIC の開発を通して ベビーサイエンス 02 pp. 4-12.
- 山本 孝子 (2007). マイクロカウンセリング技法 福原真知子 (監修) マイクロカウ
ンセリング
技法 - 事例場面から学ぶ - 第1章第3節 風間書房 pp. 6-14.