

ナラティブ・アプローチによる感情体験の言語化

藤永 博

実社会の様々な場面で私たちは多種多様な感情を自覚し、その感情によって意識的に、あるいは無意識のうちに意思決定のプロセスに導かれている可能性がある（余語, 2014）。このような認識のもと、感情に関する科学的知見およびその活用への関心が高まっている。本稿では、感情心理学のいくつかの基本事項と、Barrett ら（2007）が提示したコア・アフェクト（core affect）の概念および「感情体験の言語化」の意義について説明する。そのうえで、教育現場や学生の主体的な学びの場などで感情体験を言語化する際に考慮すべき点を、ナラティブ・アプローチ（野口, 2009）に沿って整理する。

1. 感情について

そもそも感情とは何か。なぜ、どのように生じるのか。これらの問いについては長年議論されているが、いまだに統一された見解は示されていない。研究者の立場によって感情の捉え方が異なるのがその理由である。感情については多くの定義や基本的な考え方（説や理論など）が提唱されている。本稿では後の展開に関係する基本感情説と次元説（濱・鈴木・濱, 2001）について取り上げる。

1.1. 基本感情説

基本感情説とは、感情には基本感情（basic emotions）が存在するという考え方である。この説では、基本感情は人間が生存していくうえで必要であるため進化の過程を経て残ってきた普遍的な感情と考える。何を基本感情とするかは研究者によって異なる（濱・鈴木・濱, 2001, p.33, 表 1.6）。たとえば Ekman（1992）は、基本感情と他の類似した感情を区別する基準を定めただけで、喜び、驚き、怒り、恐れ、嫌悪、悲しみを基本感情としている。

多くの研究者は、本質的な感情として基本感情があり、それが結合したり、混合したりすることで違った感情が生起すると考えている（濱・鈴木・濱, 2001, p.34）。また、基本感情（一次的感情）に対して、恥、羨望、罪悪感、誇り、後悔といった感情は、内省を必要とするより複雑な自己意識的かつ認知評価的感情（二次的感情）であるという指摘もある（北村・木村, 2006, p.170）。

基本感情の概念には多くの疑念が示されている。基本感情説では、各感情は刺激に対する特有の生理的な反応パターンや身体反応（表情、姿勢、音声などの表出）があるとされている。

また、多くの感情は「混合感情」として生じるという主張もある（プルチックの混合感情）（濱・鈴木・濱, 2001, p.36）。それらすべてを基本感情の混合という形で説明するのは困難であり、それらに対応する生理的事象や表出を一つひとつ確認することは現実的ではない。

1.2. 感情次元説

感情の次元説では、感情の全体構造を「座標空間」で示す。本稿では、それを「感情空間」と呼ぶことにする。感情は感情空間内の「ベクトル」として表される。感情の内容（意味）はベクトルの向きや大きさで表され则认为る。感情空間の座標軸となりうる感情の指標やその数（次元）については様々な意見があるが、指標としては「快適度」と「覚醒度」がよく用いられている（たとえば、坂入ら, 2003）。快座標は快と不快を両極にもち、覚醒座標は高覚醒と低覚醒を両極にもつ。「快－不快（pleasure-displeasure）」と「覚醒（arousal）」は後述する「コア・アフェクト」に関わる。

快適度は快（+）と不快（-）を両極とする「快の連続体（hedonic continuum）」上で示される。快と不快は対立関係にあり、その中間では快感情は「中性的」である。快と不快は概念上、同時に生じる（感じる）ことはない（快でもあり不快でもあることはない）が、交互に生起することはある。短時間に繰り返して交互する場合は、同時生起を感じる可能性もある。快座標（連続体）を想定したとしても、実際に測定評価（主観的評価）をする場合は、リッカート尺度などの二極段階的なスケールを用いるのが一般的である。

覚醒は英語では arousal で、単一の次元として扱われることが多い。覚醒の座標は高－低のレベルを両極とする。低覚醒には眠気や睡眠などの言葉が当てはめられる。英語の arousal は、意識や感覚（覚醒－睡眠（眠気））だけではなく、注意（attentive）、緊張（wound-up）、身体的・生理的興奮（active, aroused）などの高まりを意味することもある。このような複雑な感情構造を説明するのに単一の覚醒次元で十分かという疑問から、Thayer（1967, 1978）は「緊張覚醒」と「エネルギー覚醒」という二つの主観的覚醒の概念を提唱している。緊張覚醒は危険への反応、危険の予測、ストレスの影響を受けて変化し、エネルギー覚醒は24時間の生物学的サイクル、健康、身体活動などの影響を受けて変化する。これらの概念を踏まえた「緊張次元」「エネルギー次元」「快次元」を加えた「3次元感情状態尺度」についても検討されている（城, 2008）。

感情は離散的に特定できるものではない。感情空間内の一つひとつのベクトルに感情語をあてはめる（ラベリングをする）のは不可能である。また、感情空間内の同じベクトルでも、状況・文脈によって異なる感情を意味する（たとえば、ある状況では「怒り」、別の状況では「恐れ」とラベリングされる）こともありうる。後述するコア・アフェクトは次元説を文脈主義的、構成主義的あるいは現象学的アプローチで発展させた概念といえる。

2. 感情と認知

感情には「認知的評価」「感情状態」「感情体験」「感情表出」という4つの位相があると考えるのが一般的である（濱・鈴木・濱, 2001）。本稿では、これらの関係がポイントとなる。感情状態は、感覚入力に対する特定の生理的变化あるいは行動変化と結びついている（身体的・生理的状态）という主張と認知活動と結びついている（心理的状态）という主張がある。つまり、感情状態は身体的・生理的状态と心理的状态に区分され、行動尺度、生理的尺度、心理的尺度（主観的言語報告）などによって測定評価される。また、感情体験と感情表出の関係、つまり感情体験は感情表出の「原因（causes）」か「結果（effects）」か、という議論がある。「悲しいから泣く」のか「泣くから悲しい」のかという問いは具体例としてよく用いられる。

感情が生起するためには感情体験と感情概念が必要である。感情をどのように区分・分類し、それぞれにどの感情語を当てはめるかは社会・文化的状況（感情概念）による。個々の感情はそれが生じたときの出来事に対する知覚・認知（出来事の意味や神経生物学状態）に紐づいている。たとえば、泣く（涙を流す）ときはいつも悲しい、あるいは悲しいときはいつも泣くという感情体験（出来事と感情表出の知覚・認知）の蓄積が「泣くと悲しい」因果関係を決定するといえる。つまり、感情体験は感情表出とは切り離すことはできず、それらの因果関係についての議論は成り立たない。感情体験については次の節で取り上げる。

感情と認知は不可分であるという主張がある（Gendron and Barrett, 2009）。不可分ということになれば、どちらかがどちらかに影響を及ぼすとか、どちらかがどちらかの原因となるといった因果論的な議論は無意味となる。感情については、種々の相（基本感情など）を生み出している基礎的なメカニズムを解明しなければ、その種類を区分し列挙しても全体の構造（正体）を理解することはできない。感情と認知を区分することも、喜び、悲しみ、怒り、恐れなどのいわゆる「基本感情（一次感情）」を区分することも科学的には適切ではなく、研究者に求められるのは感情や認知と呼ばれる現象学的事象を生み出しているメカニズムやプロセスの解明である（余語, 2014, p.131）。感情を理解するためには、それが生じた状況や文脈などが重要な意味をもつ。私たちはそれらを通じて感情を知るのであって、身体表出だけで感情を理解することはできない。構成主義説あるいは現象学の立場では、基本感情の実在性が否定され、基本感情は知覚者に生じる「概念システム（conceptual system）」の産物と主張される（余語, 2014, p.131）。

3. 感情体験について

3.1. 体験と経験

本稿では experience of emotion を感情経験ではなく感情体験と訳した。経験と体験は日常的

には区別されないかもしれないが、厳密に言えば異なる概念といえる。経験は認知活動の結果であり、体験は認知と無縁の主観的な出来事である。石村（2010）は体験と経験の違いに着目して、学習における体験の重要性や可能性を指摘した。彼はボルノウ（Bollnow, O. F.）の見解、すなわち「経験は過去に起こったことが持続的变化をもたらし、何らかの教えが引き出される時に成立する」、「体験は受動的で、自ら意図して得るものではないため、事後に反省的に捉えることができない」に基づき、体験を「それがどのような意味をもつかについて語ることを前提としない一過性のもの」、「教育においては学習者の成長や成熟とは結びつかない空虚なもの」、あるいは「単なる思い出として捉えられるもの」と説明している。その一方で、「経験へと回収され得ない体験」の重要性を指摘している。すなわち、

- ①体験は経験あるいは学習のための単なる手段ではなく、経験から学び、経験を生かして未来へと向かおうとする我々が、常にそこへと身を曝さなければならない場である。
- ②体験は出来事それ自体に意味があるかどうか、それが経験的に生かされるかどうかを不問にし、我々を全体としてその場につなぎ止める。
- ③体験は自己変容の可能性を秘めた新たな始まりを与えてくれる。

これらは後述する感情体験にもあてはまる。

3.2. 感情体験について（Barrett ら（2007）より¹⁾）

心理学が「心の科学」(the science of the mind) から「行動の科学」(the science of behavior) に変遷するにつれ、主観的な感情体験という重要な研究テーマが等閑視されるようになった。最近になってこのテーマに関する議論が活発になってきたが、行動主義的（客観主義的）アプローチへのこだわりや現象学的アプローチに対する懐疑論が根強く、感情の定義、構造、喚起メカニズムなどについて統一された見解は示されていない。心の状態（mental states）はどのような状態になった原因によって特徴づけられることが多く、感情状態の「原因」を知ることが「感情体験とは何か」という基本的な問いに対する答えとして十分と見なされてきた。しかし、感情体験がどのように生じるかを説明することは、感情体験で感じたこと（what is felt）の説明の代わりにはならない。また、「何を感じたか」を言葉で適切に記述できなければ、何を説明するべきかを知ることもしない。感情体験で問われるのはコンテンツ（内容）とその裏づけとなる神経生物学的プロセス（neurobiological processes）である。感情体験のコンテンツは出来事とそれに付帯する感情（感じたこと）の現象学的記述（phenomenological description）である。

Barrett ら（2007）は、物質主義的立場、行動主義的立場、生物学的自然主義（Biological Naturalism）の立場から見た感情体験について言及している。ここでは、生物学的自然主義の

1) Barrett らの論考を意識し、一部解釈を加えた。論考で引用されている文献の情報は省略した。

立場に立脚した3つの考え方 (tenets) を取り上げる。

- ①感情体験について適切に説明するためには、(感情の) 原因だけではなく、感情体験のコンテンツ (何を感じたか (what is felt)) の記述が必要不可欠である。コンテンツはすべての感情体験にあてはめてみることができる広がりを持ち、しかも個々の感情体験を区別できるものでなければならない。現象学的なコンテンツは感情体験の豊かさや複雑さのすべてを伝える必要はない。
- ②感情体験のコンテンツをその原因だけに帰着させることはできない。感情体験は脳の活動によって (物質論的に) 説明できるが、特定の部位 (神経回路やシナプスの生化学的接続) の活動と結びつけることはできない (経験活動は物質論的に原因帰着することはできない)。意識下での出来事には、神経生物学的側面と現象学的側面の両方がある。脳の活動だけで感情体験を科学的に説明することはできない。
- ③意識状態 (conscious states) は第一人称の視点でのみ存在する。意識状態は主観的存在であり、意識が「体験」されるときにのみ存在し、意識の体験者と切り離して再定義することはできない。感情の主観的な側面を、表情や音声の変化、随意的な行動、末梢生理現象などの客観的に観察可能な側面によって測定することはできない。感情の感じ方を知るためには、何を体験したか (感情体験) を聞く必要がある。

感情体験とは何か、すなわち、「感情を感じるとき、人は何を感じるか」 (“What do people feel when they feel an emotion?”) という問いと、脳はいかに感情を具体的に生成 (instantiate) するか、すなわち、どのような神経生物学的プロセスが現象学的コンテンツ (感情体験) の基盤となるかという問いに対する答えが見つければ、それらは感情体験がいかにしてより基本的なプロセスから派生するかを説明する心理学的フレームワーク (後述するコア・アフェクト) を構成することになる。

心の状態は必ずしも意識されるわけではないが、意識下での心の状態は原則として他者に伝えることができる心的表象 (mental representation) である。意識下で感情を体験するということは、私たちが感情の心的表象 (mental representation) をもつということである。感情の心的表象とは、たとえば過去に感じたこと (memories)、仮説として感じたこと (imagining)、現在感じていること (on-line experiences) である。感情の心的表象を知る最も直接的な方法は、セルフ・レポート (たとえばナラティヴや感情尺度を用いた自己評価など) の形での言語行動 (verbal behaviors) を調べることである。特定の語句だけで心の状態のコンテンツを明らかにすることはできない。しかし、セルフ・レポートは伝達行為 (communicative act) であり、人の内的状態を聞き手 (友人、セラピスト、研究者) が推測できるように情報を伝えることができる。セルフ・レポートは体験の因果プロセスを説明するには有効ではないが、意識のオントロジー²⁾ 構造 (概念階層構造) を明らかにするのに欠かせない。

研究者が感情体験などの心の状態のコンテンツを推測するひとつの方法は、セルフ・レポー

トを言語行為（言葉を用いた情報伝達行為）として利用すること，すなわち，人が感情体験を言葉でどのように表現するかを調べることである。参加者が感情体験を言葉で説明をしたセルフ・レポート研究は，快あるいは不快の状態（states of pleasure or displeasure）が感情の心的表象を構成することを明らかにし，感情のいくつかのコンテンツ（感じ方）や感情の誘発性（valence）について指摘している。感情の心的表象（意識内容）の中心（コア）には，基本的かつ複層的な心的属性である「快－不快」がある。これがコア・アフェクトである。

3.3. コア・アフェクト（Core Affect）

コアという言葉は，感情反応（affective responding）がある種のコア・ナレッジ（Spelke and Kinzler, 2007），すなわち，対象あるいは出来事が役に立つか，危険であるか，有益か，許容できるか否かなどを判別するための機能（そのための知識）をもっていることを意味する。快－不快の状態がコア・アフェクトと呼ばれる理由としては，それらが，（a）人類共通の能力（capacity）であること，（b）生まれた時から存在すること，（c）感じ方の強さを含めて測定可能であること，（d）ある時点での環境との関係に関する神経心理学的バロメーターとなること，（e）意識のコアにあること，があげられる。広く利用されている個別感情（恐れ，怒り，悲しみなど）を測定するための尺度でも，快－不快は共通の感情状態として扱われており，個別感情のコアにあるというエビデンスとなっている。

「快－不快」だけでは，感情の複雑な心的表象を説明することはできないのは当然である。感情体験は意図的な状態（intentional state）である。感情体験をどの程度「快－不快」という基準で特徴づけるかは個人によってあるいは集団によって異なる。これまでの研究が示すところによると，感情の心的表象のコンテンツには次の特徴がある。賦活性（arousal content），他者との関係性（relational content），状況依存性（situational content）である。賦活性については感情次元説（「覚醒」次元）の節で述べた。他者との関係性については社会的・文化的文脈の影響が大きく，そこには「支配－従属」の関係が潜在すると考えられる。感情が状況に依存することも先に述べた。状況の新奇性（novel），意外性（unexpected），目的・目標との親和性（conductive or obstructive），規範・価値観・義務（責任）との両立性（compatible）などが感情に大きな影響を及ぼす。怒り，悲しみ，喜びなどの抽象的な感情語は重要な現象学的詳細を「総合」（aggregate）してしまう。個々の感情の多様な現象学的コンテンツ（たとえば怒りのバリエーション）を言葉で丁寧に説明する必要がある。

対人関係においても感情は重要な意味をもつ。重要視されるのは「感情を識別する能力」「感情を利用する能力」「感情を理解する能力」「感情を調整する能力」である（高山, 2007）。感情を識別する能力とは自分自身および周囲の人がどのように感じているかを識別する能力，感情

✓ 2) オントロジーの定義については溝口（1999）を参照のこと。

を利用する能力とは問題を解決するための思考プロセスを導き出せるように自分の感情を利用する能力、感情を理解する能力とはなぜその感情が起きたかを理解しどのように変化するかを予測する能力、感情を調節する能力は他者の感情に適切かつ効果的に働きかけるために感情を調整し目的に応じて感情を意図的につくりだす能力である。4つの個別能力を順序よく適切に、状況によっては循環的に発揮する（感情サイクルを効果的に回す）ことによって、対人関係を維持・発展することができると考えられている。これら4つの個別能力によって構成され、それらの複合的な働きによって発揮される総合的能力がEmotional Quotient (Salovey and Mayer, 1990)で、「感情知能」と呼ばれることがある。感情サイクルを効果的に回すためには「対話」が必要である。短時間の発話（語り）の中に過去あるいはその時の感情体験のコンテンツをどう挿入するかが対話のポイントである。

本稿では構成主義や現象学の立場から感情体験のコンテンツ（何をどのような状況・文脈で感じたか）をありのままに記述することの重要性を、教育現場を意識して強調してきた。「うれしい」や「悲しい」などの感情語で言語的に描写される感情体験は日常的に起こっている。こうした主観の言語的描写（報告）を具体化させるのは、私たち個々の「概念システム」である。そこで行われるのは、体験時の自分や他者の背景状況、意図や目的、予測や期待、コア・アフェクトなどの表象と記憶されている無数の表象や概念の連合あるいは合成である。感情体験について語ること（言語化すること）は、自己の「概念システム」を理解するきっかけとなる可能性がある。また、感情体験の言語化は、日常的な感情認識、感情理解、感情利用、感情調整に役立つ可能性もある。以下、感情体験を言語化する際に考慮すべき点を、ナラティブ・アプローチ（野口, 2009）を参考にしてまとめる。教育現場などでの実践のための指針としたい。

4. ナラティブ・アプローチによる感情体験の言語化について

4.1. ナラティブ・アプローチについて（野口（2005）、野口（2009）より）

ナラティブ・アプローチは、「ナラティブ（物語、語り）」という観点から現実接近するひとつの方法である（野口, 2005, p.5）。ここで、ナラティブは「具体的な出来事、経験などを（順序立てて）物語ったもの」というイメージで捉えられており、セオリー（一般的に妥当する言明）とともに、現実を理解する重要な形式とされている。

ナラティブ・アプローチの理論的前提として次の3つがあげられる³⁾。

- ①現実社会的に構成される。
- ②現実言葉によって構成される。
- ③言葉は物語によって組織化される。

3) ナラティブ・セラピーの前提として提示されている（野口, 2005, p.25）。

①と②は、現実とは社会の中での言語的共同作業によって構成されるという社会構成主義の考え方である。③は、現実とは人々の言語的共同作業（他者との交流（対話））によって構成されるだけでなく、ナラティブの影響を受けることを意味する。ナラティブは言葉で現実を紡ぐ。

「現実とは社会的に構成される」とあるが、現実とはどのように成り立っているのでしょうか。

バーガーとルックマン（1977）は「外在化」「客体化」「内在化」という段階を提唱している。野口（2005, p. 35）はこれらの段階について次のように述べている。「外在化（externalization）⁴⁾」とは私たちの内的世界（心の中の世界）が外的世界に投影され何らかの形になることを意味する。あらゆる制度は人間がつくったものである。人間が人間自身を外在化するとき、自身が外在する世界（社会）を創造する。外在化された現実（社会）は私たちにとって客観的なものとして現れる。これが「客体化（objectification）⁵⁾」である。人間が作り上げたものが「もはや変革できないもの」「所与のもの」として経験され、社会は客観的現実として認識される。さらに私たちは、「客体化」した現実を内的世界に取り入れる。これが「内在化」である。

野口（2005）は言語を「客体化」と「内在化」の例として説明している。言語は人間が作り出したものであり、「客体化」されたものとして与えられる。私たちは言語という所与の制度に従って社会を「内在化」せざるをえない。この意味で、私たちは言語という外在的で客観的な制度に規定された存在である。つまり、「人間は社会の産物」である（野口, 2005, p.35）。「個人（人間）が先か、社会が先か」という社会学の古典的な問いに対しては、「それらは循環する関係にある」という答えが用意されている。それは、時間的な前後関係ではなく、先の3つの段階からなる不断の弁証法的過程として捉えられるという。要するに、「われわれの主観的世界には常に客観的世界が侵入しており、それなしに主観的世界は成り立ちえない。一方、客観的世界はわれわれの主観的世界を通じて支えられ、それなしには成り立ちえない。『両者は常に相互に参照しあい浸透しあう関係』にある」（野口, 2005, p.36）。

ナラティブ・アプローチの前提に従えば、「感情は社会的に構成される」、「感情は言葉によって構成される」ことになる。また、「言葉は物語によって組織化される」という前提も踏まえることになる。つまり、感情（体験）を現実のものとするためには言語が必要であり、ナラティブが必要となる。さらに、先の3つの段階の循環的・弁証法的展開が必要である。

4.2. ナラティブについて

感情体験をナラティブにする際に考慮する点を示すため、ナラティブの特徴およびナラティブが何を伝えるかを明らかにしておく。ナラティブの最小限の要件は「複数の出来事が時間軸上に並べられている」という点である。しかし、ナラティブは単なる出来事だけで出来上がった

4) バーガー・ルックマン（1977）での訳は「外化」。

5) バーガー・ルックマン（1977）での訳は「客観化」。

ているのではない。そのときに「感じたこと（感情体験のコンテンツ）」も語られる。しかし、「感じたこと」だけではナラティブは成立しない。出来事があるのはじめて「感じたこと」が意味をもつ。「感じたこと」も出来事の一つと捉えることができる。複数の出来事を時間軸上に並べてその順序関係および感情体験について語ることがナラティブの基本的な特徴といえる。ナラティブには現象的観察が不可欠といえる。

現象的観察は科学的観察と対比される観察モードである（麻生, 2009, p.29）。対象を唯一無二の個物ではなく、その対象の属する「種」や「類」のサンプルとして観察をするとき、そのような観察を科学的観察と呼ぶ。一方、対象を唯一無二の個物として捉え、対象のありのままを見るとき、そのような観察を現象的観察と呼ぶことがある。ありのままというのは、自分の目の前に現れてくる対象を、素朴に目に映ったまま感じたまま、できるだけ史実に捉えることである。必ずしも主観を排する必要はない。「主観と客観の間に往復運動が生じるような観察」である（麻生, 2009, p. 27）。自分の捉えた対象や出来事をできるだけありのままに他者に伝えたいと思って観察するのが現象的観察といえる（麻生, 2009, p.29）。現象的観察を視覚だけではなく、五感のすべてを利用して対象を捉える（感じる）観察と解釈することもできる。

感情体験を共有（情報統合）するためには、現象的観察の後、様々な形態の無意識的、非言語的、直観的な「体験」をとおして生じる内的な言葉（心の中の言葉になっていない言葉）を他者に伝えるための外向けの言葉にする必要がある。現在あるいは過去の体験を想起・再構築したナラティブやエピソード、観察者の心理的世界を投影した写真とその解説などは、内的な言葉の言語化であり、感情体験の共有につながる「コミュニケーション」を生み出す。

ナラティブにプロットを加えたものを「ナラティブ・プロット・ストーリー（あるいは単にストーリー）」という。プロットとはいわゆる「筋立て」のことで複数の出来事の関係を示すものである。プロットは時間的順序関係だけではなく、出来事相互の関係や意味を示す。たとえば、接続詞「しかし」で語りを接続することで「意外性」や行為者の意図、あるいは他者への影響（他者にとっての意味）が暗示される。

ナラティブは通常、誰かに向かって語られる。聞き手が誰かによって、語り方は変わる。語る内容も聞き手の関心や知識によって変わってくる。ナラティブが伝える意味は一義的ではなく、聞き手によって異なる場合もある。ナラティブは語り手と聞き手の共同作業によって成立する社会的な行為であり、社会的産物である。聞き手として誰を想定するかは重要で、想定された聞き手との関係においてナラティブを考察する必要がある。

ナラティブは誰が誰について語るか、聞き手は誰か、主題となるのは語り手か聞き手によって分類される。一人称で語られるのは自身についての「自己物語」である。主題と聞き手が同一の場合、相手に向かってコメントをする場合などは、二人称が主語となる。主題と聞き手が異なる場合は三人称が主語となる。噂話などがこの分類にはいる。セラピーなどで他人が自分について語る場合、語り手は他人、主題と聞き手は自分である。語り手・主題は他人、聞き手

は自分であるナラティヴは「他人事」である。いわゆる「物語」やメディアを介して伝えられるニュース情報などが例である。ただし、それらが自分と同じ社会的カテゴリーに属する人に語られる場合は、他人事ではない「コレクティブ・ストーリー」として発展する可能性もある。こうした分類は社会空間の分類と多様な社会空間でのナラティヴの機能・役割と深く関わっている。どのような社会空間で、何を目的としてナラティヴを活用するかを明確にしておかないと、ナラティヴが自分や他者を傷つけたり、権力的な作用をもったり、多くの人に共有されたりする。こうした様々なナラティヴが組み合わせり相互作用をすることで、社会的現実は成り立っている可能性があることを考慮しなければならない。

野口（2009）はナラティヴの多様性を示すために、先述の「語り手・主題・聞き手による分類」の観点の他にいくつかの観点を紹介している。「大きな物語」と「小さな物語」、「ドミナント・ストーリー」と「オルタナティヴ・ストーリー」、「ファースト・オーダー・ナラティヴ」と「セカンド・オーダー・ナラティヴ」の観点である。「大きな物語」は様々な物語を背後から正当化する物語、「小さな物語」はそのような正当性とは無関係の、新しいアイデアを出すことを目的とする物語である。「ドミナント・ストーリー」はある状況において自明の前提とされ疑うことを許さない物語である。疑いを寄せ付けないことによって物語は「ドミナント」であり続けるが、一旦疑われてしまうとその代わりが現れる。それが「オルタナティヴ・ストーリー」である。「オルタナティヴ・ストーリー」が疑うことができないものになれば「ドミナント・ストーリー」となる。「大きな物語」と「ドミナント・ストーリー」には似た面があるが、前者は状況に依存せず正当性を貫けるが、後者は状況依存的である。「ファースト・オーダー・ナラティヴ」は自分が自分や自分の体験について語ったもので、「セカンド・オーダー・ナラティヴ」は研究者などが現実理解などのために語ったものである。ナラティヴの多様性は、語り手だけではなく、聞き手が誰か、主題は何かという観点での分類から見ても明らかである。

これらの特徴から「ナラティヴが伝えるもの（伝えうるもの）」を整理すると、

- ①出来事（自分自身の体験）の時間的順序
- ②個々の出来事の関係
- ③出来事と感情の相互作用（相互依存性）
- ④出来事と感情体験の意味（解釈）（背景・文脈、意味、意図、期待、コア・アフェクトなど）
- ⑤「出来事－感情」関係の「正当性（大きさ）」「自明性（ドミナント）」「新奇性（オルタナティヴ）」

ナラティヴは、本質主義の立場では何らかの本質を示すデータとして扱われるため、本質を取り出すための手続きを厳密かつ明快にする必要がある。一方、構築主義の立場では、個々のナラティヴのなかに何が隠されているかではなく、個々のナラティヴが結果としてどのような現実を構成しているかに着目する。構成主義の立場ではナラティヴと何らかの現象との関係にはじめから焦点が絞られているのに対して、本質主義の立場では、まずナラティヴから何らかの

本質を取り出し、そのうえで何らかの現象との関係を探るという二段構えの作業が必要となる。

最後に、これまでの内容を整理し、教育現場（授業など）で感情体験をナラティブにする際に考慮する点をまとめる。

4.3. 感情体験のナラティブで考慮すべき点

感情は私たち一人ひとりの「概念システム」の産物である。「概念システム」は出来事の背景や文脈、意図や目的、予測や期待、コア・アフェクト、記憶（顕在記憶・潜在記憶）にある無数の表象（信念、態度、価値観など）を連合あるいは合成し、感情体験を構成する。感情体験のナラティブは概念システムの洞察、「自己理解」、さらには概念システムの「再編集」につながる可能性がある。感情体験のナラティブを、対人関係についての悩み、将来に対する漠然とした不安、日常生活で感じる怒り、緊張、不満などに対処するための手段として利用することができれば、感情知能（感情サイクルを効果的に回す能力）を高めることもできよう。

以下、感情体験のナラティブを教育活動あるいは学生の主体的な活動に取り入れる際に考慮すべき点を、先述のナラティブの特徴などを踏まえて整理する。

- ①出来事を時間軸上に並べてその順序関係を記述する。主題と関係のある体験（追体験も含め）、特に他者や社会との関わりのなかで起こった事象に焦点を当てる。
- ②出来事のつながり（文脈）およびそれらの意味を、適切な接続詞や接続表現を用いて明らかにする。
- ③出来事に付帯する感情についても記述する。
- ④「出来事－感情」関係の「正当性（大きさ）」「自明性（ドミナント）」「新奇性（オルタナティブ）」について考察する。
- ⑤出来事と感情が「相互に参照・浸透し合う関係」について考察する。
- ⑥自己の「概念システム」について洞察する。

感情体験をナラティブにするためには、語り手、主題（目的）、聞き手を確認したうえで、主題（目的）に関連する出来事をふりかえり、観察（現象的観察）をする必要がある。対象となる感情体験は遠い過去のものかもしれないし、その日のもの、あるいは進行中のものかもしれない。教育現場では、基本的に話し手も聞き手も「自分」であろう。他者を聞き手とする感情体験ナラティブ、あるいは教育現場でのナラティブの「開示（報告）」については検討が必要である。

感情体験のナラティブは、対人関係のカギを握る対話の重要な構成要素と考えられる。短時間での言葉のやりとり、あるいは感情サイクルの中にナラティブを効果的に取り込むためにはトレーニングが必要であろう。また、感情体験のナラティブは自己の「概念システム」を知る、すなわち、体験時の自分や他者の背景状況、意図や目的、予測や期待、コア・アフェクトなどの表象と記憶されている無数の表象や概念がどのように連合あるいは合成されているかを理解

するきっかけとなる可能性がある。「自己理解」や自己の「概念システム」の変容は、感情体験について語ることから始まるといえる。

参考文献

- 麻生 武 (2009) 『「見る」と「書く」との出会い フィールド観察学入門』新曜社
- 石村秀登 (2010) 「体験的な学習活動」に関する一考察—体験と経験の可能性— 熊本県立大学文学部紀要 16: 77-87.
- 北村英哉・木村 晴 (2006) 『感情研究の新展開』ナカニシヤ出版
- 高山 直 (2007) 『EQ 入門 対人能力の磨き方』日経文庫
- 坂入洋右・徳田英次・川原正人・谷本龍男・征矢英昭 (2003) 心理的覚醒度・快適度を測定する二次元気分尺度の開発 筑波大学体育科学系紀要 26: 27-36.
- 城 佳子 (2008) 3次元感情状態尺度の作成 人間科学研究 (文教大学人間科学部) 30: 57-66.
- 野口裕二 (2005) 『ナラティヴの臨床社会学』勁草書房
- 野口裕二 (2009) 『ナラティヴ・アプローチ』勁草書房
- バーガー, P. L.・ルックマン, T. (著) 山口節郎 (訳) (1977) 『日常世界の構成 アイデンティティと社会の弁証法』新曜社
- 濱 治世・鈴木直人・濱 保久 (2001) 『感情心理学への招待 感情・情緒へのアプローチ』サイエンス社
- 溝口理一郎 (1999) オントロジー研究の基礎と応用 人工知能学会誌 14(6), 45-56.
- 余語真夫 (2014) 感情と意思決定: 構成主義的感情論の視座から 心理学評論 57(1), 124-139.
- Barrett, L. F., Mesquita, B., Ochsner, K. N. and Gross, J. J. (2007). The Experience of Emotion. Annual Review of Psychology, 58: 373-403.
- Ekman, P. (1992). An Argument for Basic Emotions. Cognition and Emotion, 6(3-4): 169-200.
- Gendron, M. and Barrett, L. F. (2009). Reconstructing the past: A century of ideas about emotion in psychology. Emotion review, 1(4): 316-339.
- Salovey, P. and Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence. Imagination, Cognition and Personality, 9(3): 185-211.
- Spelke, E. S. and Kinzler, K. D. (2007). Core knowledge. Developmental Science, 10: 89-96. DOI: 10.1111/j.1467-7687.2007.00569.x
- Thayer, R. E. (1967). Measurement of activation through self-report. Psychological Reports, 20: 663-678.
- Thayer, R. E. (1978). Factor analytic and reliability studies on the Activation-Deactivation Adjective Checklist. Psychological Reports, 42: 747-756.

A Narrative Approach to Verbalizing the Experience of Emotion

Hiroshi FUJINAGA

Abstract

This paper discusses several factors to consider when employing a narrative approach to verbalizing the experience of emotion in educational settings. The experience of emotion consists of content-rich events and concomitant emotions, which are mutually referenced. It is recognized that emotions play an important role in decision-making. While decision-making processes are traditionally thought of in cognitive terms, such as moral reasoning, recently, however, it has been proposed that core affect has a strong influence on decision-making. Core affect comprises content-rich states of pleasure or displeasure, functioning as core knowledge about whether objects or events are helpful or harmful, rewarding or threatening, and so on. Analyzing the experience of emotion can reveal someone's core affect and therefore core knowledge. The most direct way to analyze the experience of emotion is to describe it in the form of self-reports such as narratives. Providing students with opportunities to learn how to narrate and analyze their experience of emotion would help them understand and modify their core knowledge, which is their basis for decision-making.