

# 当事者研究から哲学プラクティスが学ぶべきこと —生きづらさや苦勞を抱える人たちとの対話と探究—

A Lesson to Philosophical Practice:  
Tojisha-kenkyu and Dialogue and Inquiry with People Who Have Difficulties

高橋綾（大阪大学 CO デザインセンター）

## 【要旨】

べてるの家の当事者研究は、ひとが自分を語りながら経験の意味を見直し、生きづらさや苦勞につきあっていく言葉とともに編み出す言語的な創造活動であり、新しい自己との関わりを創り出す「自己への関係・ケア」としての対話と探究の卓越した実践である。哲学プラクティスは、近代の西洋哲学の真理探究やカウンセリングなどの方法論にとらわれることなく、自分の苦勞をゆるやかに眺め、経験についての新しい表現とともに考え、生きていく助けになる言葉を自ら生み出す諸実践に学びながら、対話や探究の方法をラディカルに問いなおし再発見・創造していくべきである。

Tojisha-kenku (Member Self Study Meeting), started in Bethel House among individuals with mental disorders, is an excellent practice of “care of the self” through dialogue and poetic inquiry. Philosophical practice is not limited to the modern Western search for the truth or counseling methods. As shown in ideas of “Tojisha-kenku”, such as “having a view of oneself instead of solitary reflection,” making a new expression for one’s difficulties, and creating words that help us to live, philosophical practitioners are required to learn from these practices and re-discover and create a new way of dialogue and inquiry.

## 【キーワード】

生きづらさや苦勞をかかえる人との対話と探究、当事者研究、自己へのケア  
dialogue and inquiry with people who have difficulties, Tojisha-kenku (Member Self Study Meeting),  
care of the self

## はじめに

北海道浦河の福祉施設べてるの家で始まり、様々な苦労や生きづらさを抱える人たちの間で行われている当事者研究は、対話やミーティングを通じた人々の交流と支え合い、生についての共同の探究活動である。べてるの家の当事者研究（以下、当事者研究と略）<sup>(1)</sup>では、「研究」という名のもとに、言葉やイラストを通じて、自分の生きづらさや苦労との関わりを他人との対話のなかで再構築する作業が行われている。当事者研究における「研究」とは、学術的研究とは異なる理念や方法のもとに行われる対話的な省察行為である。この当事者研究における「研究」の手法は、学術的研究や理性的議論による真理の探究とは別の仕方で行う哲学プラクティスにとっても学ぶ点があると考えられる。本稿では、がん患者・家族の当事者グループでの対話の進行や、生きづらさを抱える女性を支援する場での哲学対話を行なっている筆者の経験を踏まえ、当事者研究における対話と探究とはどのようなものか、その「研究」とはどのような実践であるのか、そしてそれは哲学プラクティスのどのような部分と重なるのかを考察するとともに、その実践に哲学プラクティスが何を学ぶべきかを考えることを目的とする。

## 1. 実践としての当事者研究と哲学プラクティス

### 1.1 当事者研究という実践

当事者研究は、北海道浦河の精神障がいを持つ人のための福祉施設であり、共同生活の場であるべてるの家で始まった当事者による支え合い、語り合いの活動である。人は誰もが苦労の当事者である、自分の苦労を取り戻すという理念のもとに、精神障がい等さまざまな生きづらさを持つ人たちが、「自己病名」をつけ、病気や苦労とのつきあい方を対話のなかで仲間とともに編み出し、「研究」するという活動である。当事者研究は「研究」と名がついているものの、人々が対話し、ともに探究する活動、その場を作り出し、維持するための実践知の存在を考えると、哲学プラクティスと同様に、対話と支え合い、探究の「プラクティス（実践）」であると捉えられる。当事者研究の話し合いの場の作り方や理念においては、AA（アルコホリクス・アノニマス）などの自助グループや認知行動療法におけるグループワークの方法、V.フランクルの実存的な精神療法の考え方などが基礎となっている（向谷地 2013）。

ただし、当事者研究という実践は、自助グループや認知行動療法、フランクルの精神療法といった、既存の活動、実践の単一の方法論の枠組みには回収されない。それは、この実践が、様々な精神療法、支援の方法への目配りや精神医療・ソーシャルワークの現状や当事者が置かれている状況への問題意識、そして何よりも当事者たちの経験や知恵から学ぶという態度を貫くなかで、そうした様々な知のブリコラージュとして現場で創出された実践知や、その実践の場の独特の雰囲気を持つからである。その実践の背景にある理念や問題意識、実践の雰囲気の特徴を列挙すれば、以下のようなことが挙げられる。

1. 病気や症状に焦点を当ててではなく、問題を個人から切り離すとともに、その人の苦労や生きづらさに焦点を当てる：このことは、精神保健や医療における、病気（医

- 療) モデルから、生活モデルへの転換と合致する (向谷地 2017:38)
2. V.フランクフル・P.ティリッヒの影響をうけたスピリチュアルな逆転の発想：フランクフルの「苦悩を取り戻す」という考え方 (向谷地 2013:173)、ティリッヒの「降りていく」実践としてのソーシャルワークという考え方 (向谷地 2017:38) が実践の通底音となっている
  3. 場にただようユーモアや楽観性、明るさ：ユーモアを重視するフランクフルの影響や、精神医療や心理療法のストレングスに焦点を当てたポジティブな、希望志向の介入法と合致する (向谷地 2013:154)
  4. 専門家の理論的な用語ではなく、当事者の生活の実感の中から自らを語る言葉を紡ぐ
  5. 反省や見つめることはしない、症状や苦勞を「眺める」という態度

以下では、べてるの家の当事者研究を、対話と探究の卓越したプラクティス (実践) の例として捉え、生きづらさや苦勞を抱える人たちとの哲学対話や探究がどのようにあるべきかについて当事者研究から学ぶことのできる点について考察する。

## 1.2 生きづらさや苦勞の当事者との対話と探究

哲学プラクティスとは、哲学史、先哲の思想についての知識を学習し、研究することを第一の目的とせず、対等な対話のなかで行われる多様な共同探究の実践を指す。海外では、哲学プラクティスという語は、さらに限定的に、哲学者がクライアントのニーズに応じ、対話や探究を行って報酬を得るために「開業」したものを指すこともある。後者の意味の哲学プラクティスは、1981年にドイツのG.アーヘンバッハが開設した「哲学相談所」が最初の試みであると言われる。(Raabe 2001:6) ここから、哲学カウンセリング、哲学コンサルテーションなどの活動が広がっていった。一方、1970年代にアメリカの哲学者M.リップマンによって提案された、こどもや若者との対話・探究である「こどものための哲学」の実践者の一部が1999年の第5回哲学プラクティス国際会議に合流したことから、教育現場における哲学対話が哲学プラクティスに含まれる場合もある。フランスでは哲学カウンセリングに関心をもつ哲学者の呼びかけから、偶発的に哲学カフェという街場の市民討論会のような活動も生まれた (ソーテ 1996)。

哲学プラクティスでは、多様な目的や手法が実践者や実践の状況ごとに存在する。そこで本稿では、哲学プラクティス全般ではなく、生きづらさや苦勞を抱える人たちの対話と探究の実践に関して、筆者の経験をもとに考察をする。筆者は、ハワイのこどもの哲学の理念と手法である「Safe Community of Inquiry (SCoI)」(Jackson 2017) のインクルーシヴな特徴に注目し、これをこどもとの対話のほかに、生きづらさを抱える当事者どうしの対話にも導入し、がん患者・家族の対話やDVサバイバーやシングルマザー等の女性支援の場における哲学対話を行なっている (高橋 2019)。SCoIの特徴や目的は、安心して声がだせる聴きあい話しあいを通して探究の場を形成することであり、テーマについての思考や議論よりも、それぞれの参加者の経験や人そのものへの共感的理解や人間的つながり・コミュニティの成長が重要な要素を占めるため、生きづらさや苦勞が語られ聴かれる場には適していると思われる。

生きづらさや苦勞を抱える人たちとの対話と探究は、実存的な悩みや課題を持つ人が哲学者に相談し、共に考える哲学カウンセリング（Raabe 2001）と類似点を持つ。しかし、後で述べるような理由で、筆者は、自身が行う哲学対話と探究は、専門家による治療・療法や援助としてのカウンセリングとは異なり、むしろ当事者研究や自助グループのような、当事者（専門家ではない、その苦勞を生きる人たち）どうしの対話による支え合いや自助活動に近いと考えている。本稿が当事者研究と関係づけようと試みるのが、哲学“カウンセリング”ではなく、哲学“プラクティス”である理由もここにある。

## 2. 哲学プラクティスと当事者研究

### 2.1. 「議論・真理の探究」と「対話・自己への関係・ケアのための探究」

対話による探究とはなにか。本稿では、哲学プラクティスの範型を、「議論と真理の探究」と「対話と自己への関係・ケアのための探究」の二つに分けてみることを提案したい。例えば、こどものための哲学の提案者である M.リップマンは、対話から出発しつつ教室が「探究の共同体」となることを目的としているが、この探究の共同体は主に、思考の学習、リーディングスキルと理性的議論の訓練を目指しており、「議論と真理の探究」を範型としていと考えられる。

この「議論と真理の探究」モデルで人々や子どもが話し合いを行うことの意義は決して小さくないが、教育から生きづらさを抱える人の対話まで、その活動の種類に関わらず、哲学プラクティスにおける話しあいと探究のあり方は、「議論と真理の探究」モデルに限らず多様であってよいと思われる。ここで、哲学プラクティスのもう一つのモデルとして着目したいのは、「対話と自己への関係・ケアのための探究」である。西洋近代以降に科学的探究とともに発展してきた議論と真理の探究のほかにも、哲学の伝統のなかには、古代ギリシャのソクラテス、ストア派、エピスクロス派など、対話と自己への関係・ケアのための探究の脈流もまた存在しているからである。(2)

この二つのモデルに関して、実践面において大きく異なるのは、話しあいの場の作り方や目標である。本稿では、D.ボームによる「対話」と「議論」の区別を参考に、概念的な分類としてではなく実践のための基準として、以下のような区分を提案したい。(3)

	対話	議論
定位する点	Person-voice-response-oriented	Theme-opinion-argument-oriented
想定される参加者	関係的で、身体・感情・知のすべてにおいてヴァルネラブルな存在	個的で、理性的・言語的能力を有する者
関係のあり方	共感・応答的、信頼・共同的、包摂的	対象的・論争的・競争的・選択的
話し合いの目的	相互理解、共通経験の意味の探究 自己への関係・配慮（ケア）、相互変容	リーディング、論証、批判的思考の行使、 仮説の検証、合意、問題解決、真理の探究

議論がテーマについての検討や解明（theme-oriented）を重視するのに対し、対話は、相手への関心（person-oriented）から始まる。対話においては、他者と出会う、声をだす、応

答することがまずなによりも重要である。また、議論のなかでは、参加者は、個的に独立し、言葉を通して主張できる理性的存在だと見なされるのに対し、SCoIにおいて、Physically, Emotionally, Intellectually Safeの三つのSafetyへの配慮が重視されている (Jackson 2017) ことからわかるように、対話においては、具体的な他者との身体的・感情的・知的なつながりのなかでの全人的な存在どうしの交流が重要な意味をもつ。

どちらの場合も、それぞれの参加者が自分の言いたいことや考えを自由に発言できると、コミュニケーションの場の対等性が保証され、権力・上下関係がないことが重視される。しかし、対話では、このことは、自由や対等性というリベラルな価値の実現のためというより、脅かされていない、安心して声をだせる場を通じて、他者との信頼関係を築くこと、そして正直に本来の自分を出し、自分のなかの「見えていない、見たくない部分」にも目を向け、自分や他人に向き合うことができる、自己や他人との関係を結び直すという目的のために重要である。(4)

また、議論と対話においては、その目的である探究の性質が異なる。議論は、テーマを自分とは切り離された対象として捉え、それを分析し考察することで、問題の同定や解決、仮説を立てることやその検証、対立する意見への論駁や説得などが目的となる。それに対し、対話においては、まず、テーマを媒介にした他者や自己の理解とそれぞれの経験の理解が優先され、それぞれが共通して考えたい、自分たちの経験やその意味についての内在的な探究が行われる。その探究の目的は、自分たちの経験や自分について深く知ることが要となる。あとで詳しく検討するように、対話のなかでなされる自己への関係・ケアのための探究とは、他の人と共通するテーマについて話しながら、それぞれの参加者が自分の経験に向き合い、見直すことを指す。(5)つまり、ここでの探究とは、それぞれの人が、その人なりのやり方で自己への関係を結び直すという意味を含んでおり、それは、真理の探究における「探究の導くところに従って」(Lipman 2003:84) 全員が同じ方向にむかって進んでいく探究とは大きく異なる。(6)

## 2.2 当事者どうしの対話と哲学カウンセリング・哲学プラクティス

「対話と自己への関係・ケアのための探究」は、哲学プラクティスのための有効なモデルの一つと考えられるが、この対話と探究を生きづらさや苦勞を抱える人々で行う場合は、その目的や対話の参加者が哲学カウンセリングと重なるようにもみえる。しかし、筆者は、以下のような理由から、哲学対話は、医療や心理の専門家が行う「カウンセリング」とは異なったものであり、哲学対話と探究は、AAのような自助グループや当事者研究と通底するところが大きいと考えている。

哲学対話と探究が、治療やセラピーでありえるのかということについては、実践者の間にも様々な意見があるが、大きく意見が分かれるのは、それが「専門家による治療」であるかどうかという点である。この点においては、哲学プラクティショナーとクライアントの間は「対等」であるか、哲学プラクティショナーは専門家として特別な知識を持っているか、哲学対話で治療すべき病気や症状を特定できるか、治療(症状や苦勞、問題の除去、軽減)という成果目標を明確に定めるか、というような点が問題になる(Raabe 2001:27-28)。しかし、筆者は、哲学対話とは、「無知の知」という対話者どうしの根源的な知的対等性を前提とした実践であり、生きづらさや苦勞を抱える人たちとの対話においても、彼らの生

きづらさを、専門家による治療の対象とみなす過度の医療化・病理化や、患者やクライアントの主体性を奪う専門家や専門知の権力作用に対して批判的な実践であるべきだと考える。(7)そのため、哲学プラクティスや哲学カウンセリングを「専門家による治療」とみなす見解はとらない。

「専門家による治療」のオルタナティブとしての、当事者研究や自助グループなど当事者どうしの対話の特徴は、共通する経験をもつ仲間どうしで支え合う、という点にある。また当事者研究の場合は、治療の対象としての「症状」にではなく、本人が対処できる「生活上の苦勞」に焦点を当てるという点が特徴的である。哲学対話は上に述べたその本性上、「専門家による治療」よりも、このような当事者どうしの対話に近くあるべきであり、哲学プラクティショナーは、特別な知識を持った専門家であるよりも、むしろ積極的に専門家から降り、権力性をなくし、苦勞の当事者とできるだけ同じ立場で対話の場に存在すべきである。その対話のなかでは、症状や苦勞の除去や軽減よりも、それから生じる「生活上の苦勞」に対応する自分なりの知恵、自助の方法、自己へのケアの方法をそれぞれが見つけることを促進することを行う。筆者の考えでは、哲学プラクティスは、当事者研究と同様に、当事者たちのセルフケアや自助の力、自発性や主体性を認め、仲間との繋がりの中でそれがより発揮できるよう支えることにより、専門家による治療や支援を代替または補完する活動であるべきである。(8)

以上の考え方で、生きづらさを抱える人たちとの対話を哲学プラクティスとして行う場合、その実践に向けてはいくつか留意すべき点がある。一つは、当事者どうしの対話の場を成り立たせるには、哲学プラクティショナーにはかなりの熟練性や実践知が求められる、という点である。それには、特権的な知識や権威を持つリーダー型の専門家ではなく、当事者どうしの話し合いをうまく運ばせる、当事者の自発性や自助の力を引き出す場作りをするという意味で、ポスト専門家時代の新しい専門家（支援職）の職能が必要になる。(9)

二つ目は、哲学プラクティスの責任や限界と、他の支援職、医療職との協働の問題である。対話は、当事者を支え、力を与えるものであるが、それだけで、人々の抱える生きづらさがなくなるわけではない。抱えている生きづらさや個人の性質によっては対話が向かない場合もあり、当事者どうしの対話だけでは対応できない事態が生じたときには、他の支援職や医療職に協力してもらう必要がある。(10) 哲学プラクティショナーは、この当事者どうしの対話、哲学対話の限界に自覚的であるべきであり、自分の関わろうとする人々の生きづらさや状況について、最低限の医学的、心理学的、社会学的知識を踏まえておくべきであろう。これらのことから、哲学対話を含む、自助グループや当事者研究など当事者どうしの対話は、生きづらさを抱える人を支える「包括的ケア」の一部として捉えるべきであり、医療的な対応や生活面での支えなどが必要な場合は、他の専門家や支援職との協働が必須である。

### 2.3 当事者による「研究」と哲学対話における探究

先に述べたように、当事者研究における「研究」とは、学術的研究とは異なる理念や方法のもとに行われる、対話的な省察行為であると考えられる。一方で、哲学プラクティスや哲学カウンセリングにおいては、そこで行われる人生の困難に関わる探究がどのような種類のものであり、いかなる意味で「哲学的」であるのかが問題になる。当事者研究にお

ける「研究」と哲学対話において生きづらさや苦勞を抱える人との探究は、どのような性質のものであるのだろうか。

当事者研究における知的活動の性質については、当事者研究と現象学の類似点を指摘・考察する論考もある（石原 2013、池田 2013 等）。また、哲学カウンセリングの探究の方法論としても、現象学や解釈学が挙げられることがある（Raabe 2001:17-22）。現象学が、科学的・客観的知とは異なり、人間の経験やその構造を内的に理解し、間主観的な記述や理解、知を打ち立てる探究であるとすれば、現象学と当事者研究、哲学対話の中での探究とは方法的に連続性があるという主張には十分頷ける点はある。

しかし、筆者は、当事者研究については—哲学プラクティスにおいても—、それが単なる知的営為ではなく、自助や「自己との関係・ケア」のための実践であることが特に重要であると考えます。当事者研究では、苦勞や困難の経験と言葉、そして自己や他者との関係を作りなおすこと、どのように作りなおすかが問題になっている。現象学や解釈学の知的探究でも、経験と言葉との関係（経験の言語的・間主観的記述や理解）は存在するが、当事者研究において最も重要なのは、それが自己や他者とのよりよい関係（自助）につながるかという点である。すなわち、当事者研究においては、苦勞の性質や構造について知的に理解することよりも、それを元に、自分や自分の苦勞（場合によっては他人の苦勞）との関わり方を見つけ、より楽に自分の苦勞とつきあえる習慣をつくることが何よりも重要である。哲学プラクティスが当事者研究に学ぶことが多いのは、この自分との関わり方、自助や自己との関係・ケアの実践の部分においてである。以下、当事者研究にある、自己との関係・ケアとしての実践の特徴を挙げる。

#### （1）能動性、主体性を取り戻す、呼び起こすことが重要

生きづらさや苦勞を抱える人たちの場合、それに圧倒され、巻き込まれ、無力感を感じることが起こりやすい。言い換えれば、その人たちは「自己との関係」を結ぶことが困難な状態に追い込まれる。この出発点が、現象学などの知的探究や、他の領域での哲学対話や探究と大きく異なる点である。この場合、まずは自分が対処できるものとできないものを見極め、生きづらさや苦勞に対する能動性・主体性が起こることが何よりも重要である。当事者研究の「研究」という言葉は、「研究の主体は、研究者ではなく当事者である」「（苦勞を被るだけでなく）苦勞を研究するならやれるかもしれない」という当事者の主体性を呼び起こす効用を持っていることを忘れてはならない。<sup>(11)</sup>

A.W.フランクは、それまでの人生を一変させるような重い病にかかった人の病の語りについて、治療して元の生活に戻ることを考える「回復の語り」<sup>(12)</sup>、病に距離が取れず、翻弄され、言葉がうまく紡ぎ出せない「混乱の語り」から、病を引き受け、どう生きていくかという「探究の語り」が起こることの重要性について述べている（フランク 2002:163）。当事者研究における「研究」、哲学対話における探究は、自分の経験を見つめ、理解する手前で、まずはフランクのいう「混乱の語り」から「探究の語り」への移行、生きづらさとの能動的、主体的な関わりを取り戻すことをどちらも志向している。

#### （2）反省する、見つめるから「眺める」へ

言語による自己の経験への再帰的関わりは、近代の哲学的営みのなかでは「反省 reflection」

という言葉で呼ばれてきたものである。日本語の「反省」には、自分の悪いところを見つけ、評価し、改めるという意味があるとともに、自己の内面や心的状態を再帰的に意識化するという意味がある。哲学対話のなかでの「反省」は後者の形をとることが多いだろう。

しかし、生きづらさや苦労をめぐる探究では、上の二つの意味での「反省」は、必ずしも良い結果をもたらすとは限らない。一つは自分ひとりでそれを行うことで孤立につながることで、もう一つは、自分の足りない点や意識化を徹底する作業は、辛いものであり、それで力を奪われてしまうことや、意識化することで逆に症状が悪化し<sup>(13)</sup>、自助から遠ざかってしまうことがあるからである。よって当事者研究では、「反省」はしない、「見つめるから眺めるへ」ということを合言葉に、他人とともにわいわいがやがや、苦労や自分自身とゆるやかな関係を結ぶことが勧められている。<sup>(14)</sup>

対話のなかでの探究が、「自己との関係」を結び直すことであるとしても、それは、必ずしも「反省」のような自己評価・自罰的思考や再帰的な意識化の徹底でなくてよい。自分や他人の苦労を目の前のテーブルに広げ、時にはイラストのような非言語的表現なども交えながら、ゆるやかに、ユーモアや笑いによっていつもとは別のフレームから「眺める」というような距離感がよい場合もある。

(3) 言葉を選びなおし、新しい言葉を編み出すことによって、自分との関係を再創造すること

AA などの自助グループやピアサポートグループで得られるものに「体験的な知識」(Borkman 1999) というものがある。それらは、当事者たちが自分の経験を理解し、対応していくために必要な言葉を自分たちで編み出したものである。「当事者研究の理念集」に書かれている言葉やその実践の中で生み出されてきた言葉は、この自助のための「体験的な知識」にあたる。

当事者どうしの対話で、当事者たちが自分について語ることの意味は、自分や他人の経験を言葉で理解することに加えて、生きづらさや苦労に対応し、つきあっていくための手がかりとなる言葉を一緒に編み出す、という言語的な創造・表現活動に意味があると思われる。それによって、それぞれの人は、経験の意味を見直し、新しい自己との関わりを同時に創り出すのである。当事者研究の理念や、当事者研究の成果であるさまざまな表現や言葉は、当事者とその表現を編み出したこと自体に意味がある。また、それらの言葉は同じ当事者たちがその言葉を手がかりとして、自助のあゆみが続けて行ける貴重なよりどころとなる。<sup>(15)</sup> 哲学プラクティス・カウンセリングでは、現象学的・解釈学的探究のように、自己の経験について論理的、批判的に言語化や意識化を行う探究が用いられることが多い。しかし、当事者研究に学び、自分の苦労をゆるやかに眺め、自分の経験についての新しい言葉を編み出して表現するような、ポエティックな探究も大きな意味をもつと筆者は考える。<sup>(16)</sup>

#### 2.4 「自己への関係・ケア」、自助の促進という目的

それでは、ここで述べてきたような活動である、当事者研究を含む、生きづらさや苦労を抱える人たちとの対話と哲学プラクティスの目的は何であろうか。当事者研究や自助グループでは、その目標が治療ではなく「回復 recovery」と言われる。哲学プラクティスと



当事者研究の共通点から考えた場合、その目標は「自己との関係・ケア」や自助の促進であると考えられる。

古代ギリシャの「自己への関係・ケア」としての哲学実践に注目したフーコーは、自己へのケアとは、「自分が考えていること、思考のなかで起きていることに注意を向ける一定のやり方を含意」（フーコー 2004:14）しており、それは、単に自己へと注意を向けるということではなく、「ひとが自己に対して行う行動、自己の世話をし、自己を変え、自己を浄化し、変形し、変容させる行動を指す」（フーコー 2004:15）としている。また、この自己へのケアという実践が成り立つためには、「つねに誰か別の人への関係を通る必要がある」、その実践における「師」とは「主体が自分において行う配慮を配慮するもの」（フーコー 2004:70）であるとしている。

べてるの家の当事者研究は、この自己への関係とケアという実践の新たなかたちとみなすことができるだろう。なぜなら、「リストカット、爆発などの苦労や辛いと感じる症状も、何らかの圧迫や苦しきから自分を解放しようとする『自分の助け方』のひとつ」（当事者研究の理念集）と捉え、誰もが自分を助ける力、自己へのケアの力を持っているという前提のもとで、「誰もが安心できる、より有効な『新しい自分の助け方』を仲間の力を借りながら一緒に探る」（当事者研究の理念集）ことが目指されるからである。このように当事者研究は、対話と探究を通じた自助や自己へのケアのための実践であると考えられるが、この目的は、医療や支援を必要としている人たちだけに当てはまることではない。またここでいう自助や自己のケアとは、栄養摂取や運動、身繕いや睡眠のような健康のため必要な生活習慣を管理・維持する行動を指すのではない。当事者研究や哲学プラクティスが自助や自己へのケアの実践であるとすれば、それは、他の人とともに、自分自身について語る言葉を注意深く選びなおし、自己や自己についての言葉や、自己との関係を新しく創造するような、優れて知的な実践でもある。この知的な実践は、他人を介して、他人とのつながりを辿りながら行われるものであり、また、単に抽象的な事柄を思考し、言葉の上だけで考えるのではなく、言葉と行動を一致させること、行動に移すことやそれに頼って生き延びることが可能な体験的な知識を生み出す活動でもあるのである。

## 結び：哲学プラクティスが当事者研究から学ぶべきこと

最後に、哲学プラクティスや哲学プラクティショナーが当事者研究から何を学ぶことができるかを考察して終わりたい。筆者の考えでは、当事者研究は、対話と自己への関係・ケア、自助のための知的実践であり、哲学プラクティスのなかにもそのような実践があつてよいと考える。また、哲学プラクティスが、自己への関係・ケアのための探究である場合も、一対一の相談や探究、論理的な整合性や意識化を突き詰めるものだけでなく、同じ苦労の経験を分かちもつ仲間たちとわいわいがやがや行うゆるやかで創造的、表現的な探究もあつてよい。「議論と真理の探究」「意識化・反省」「記述」「分析」「解釈」は、近代西洋哲学の方法論に基づくものであり、一対一の相談という心理カウンセリングの枠組みも、近代以降にできたものである。しかし、哲学プラクティスは、近代の西洋哲学やカウンセリングなどの方法論だけにとらわれる必要はなく、哲学の探究はどうあるべきかを他の実践に学びながらラディカルに問いなおしつつ、それぞれの実践の文脈において、対話や探

究の方法を再発見、創造していくべきである。

また、研究という知的活動と実践の関係についても考えるべきところが多い。当事者研究という名称がインパクトを持つのは、研究という営みが研究者や専門家に占有されてきたからであり、哲学プラクティスという名称が訴えているのも、本来は誰でもができる自分に向き合う知の実践が研究者に占有されてきたこと、しかもその知の実践は、文献や理論の研究であり、実際に人々の生きている経験についての探究ではなくなっている、ということであろう。当事者研究が、すぐれた実践でありつつ知的な営みを内在しているように、哲学プラクティスにおいてもまた、研究や理論という知的な営みと対話や探究の実践とを切り離さず行う必要があると思われる。ただし、哲学研究における知と、哲学プラクティスにおける知の差異やその隔たりを放置するべきではない。今後は、日本においても、海外の哲学対話や哲学プラクティスの理論についての文献研究だけでなく、哲学プラクティショナーの経験に基づく哲学プラクティスの内在的な研究・探究が出てくる必要があるのではないかと考える。

#### 【註】

- (1) 当事者研究に関しては、発達障がいや身体障がいを持つ人の当事者研究等さまざまな形のもので生まれている。ここでは、それらを全てカバーすることはできないため、筆者が参加したことがあり、対話のなかでの共同の探究を重視しているすべての家の当事者研究のみ扱う。
- (2) このことについては、フーコー（2004）や Hadot（1995）などによって詳しく論じられている。
- (3) 「対話」と「討議・議論」の区別はその場の大きな目的に関係するものであり、実際の話合いの雰囲気として混じり合うことはあるが、進行役や参加者が、自分たちはどちらを志向しているかを意識していることは重要である。あるいは、リップマンが、対話的コミュニティをベースにして、討議や思考の訓練へと発展していくプロセスを想定したことを考えると、対話—討議・議論という軸と、真理の探究—自己への関係・配慮としての探究の軸という縦横の軸があり、それぞれの実践の状態や目的がそのどこに位置するか、と考えるほうがよいかもしれない。
- (4) この信頼できる関係性と自己への関係のための場は、C.ロジャースのカウンセリングやグループ学習の場の作り方と共通点を持つ（ロジャース 2001:162-185）。しかし、ロジャース由来のグループカウンセリングが、自己の対人関係をグループ内で再演することでの変容が目的とされているのに対し（ヤーロム 2012:19-20）、哲学対話や当事者どうしの対話は、探究すべきテーマを共に考えることが目的であるのが大きな違いである。
- (5) このことを重要視する場合、AAの「言いつばなし、聞きつばなし」のように、クロストークが存在しない、共におこなう内省・瞑想的な実践も、対話と自己への関係・配慮（ケア）のための共同の探究と言いうる。
- (6) フーコーは、哲学の歴史のなかで、真理は二種類あり、古代ギリシャからの「主体が真理に到達するために必要な変形を自身に加える」（フーコー 2004:19）ことが要請される「自己への配慮」における真理と、主体が自らの変容を必要とせず、ただ己の認識行為によってのみ到達できる近代的な真理との二つがある、と述べている。（フーコー 2004:22）対話における真理と討議・議論における真理はこの二つの違いに対応する。
- (7) 心の問題や実存的苦悩の過度な医療・病理化への批判は、哲学カウンセリング初期からの問題意識でもある（Marinoff 2000）。しかし哲学カウンセリングが哲学という新たな旗印を持つ専門家の

活動となる場合、そこにはやはり権力作用が生じざるをえないのではないか。哲学者 P. A. ロヴァッティは、哲学カウンセリングの批判的検討を行った著作の中で、哲学によるケア・治療 cura が可能であるのならば、アカデミズムや専門家など知の権力を批判するという哲学に根本的な批判的態度を保持したまま、そうした権力に抗する「主体化の政治に向けた闘争」という隘路を見出すこと、自らが提供するケアに「このスタイルを与える」ことが必要ではないかと指摘している (Rovatti 2006:32)。

(8) 専門家の実践は必ずしも症状の除去や軽減（治療）だけを目指しているわけではない。現在の心理カウンセリングのベースにあるのは、専門家による治療・助言よりも、聴くことによって当事者の自己変容の力を促進することである。精神医療では、投薬による治療も行われるが、中井久夫、神田橋條治ら対話を重視する精神科医の実践にも、当事者の主体性や自助の力、変容する力を支えるというケア（セルフケアのケア）の営みは見いだせる。

(9) たとえば、受刑者に対する対話ベースの治療共同体の映画を撮影した坂上香は、この対話の運営をおこなう支援員のトレーニングが難しいと述べ、それは、支援員が対話のなかで自分のことについてもある程度オープンに話をするため、それをするのが臨床心理士や刑務官等従来の専門職では難しいからだと述べている (坂上 2020)。

(10) 例えば、筆者が関わっているがん患者・家族の対話では、医療者やソーシャルワーカーも同席しており、抑うつ傾向が強くなり、深刻なうつ病にまでおよびそうな参加者については、医療者が精神科医に連携を取っている。

(11) 向谷地は、初めて当事者研究で発表がなされた時のことを「河崎くんが初めて発表したら、すごい質的な転換があった。問題をただの困ったことというよりも「問い」として持続的に抱え続ける、だけど疲れないう問い方といったらいいんでしょうか。『悩み方の立ち位置』みたいなものを手にいれたような感じがしました。」と述べている。(向谷地 2013:152)

(12) この場合の「回復」は病を完全に克服して、病者としてのアイデンティティを捨て去ることを意味するため、むしろ「治療」（あるいは病というアイデンティティの拒否、否認）の語りといったほうがよく、2.4 に出てくる当事者研究や自助グループにおける「回復」とは異なる。

(13) V. フランクは、神経症において、症状が起こるのではという予期不安を契機に症状が起こることから、意識化や反省、「過剰自己観察 hyper-reflection」(フランク 2016:59) によってかえって症状が悪化することがあるとしている。こうした場合、「脱意識化」や「逆説療法」(フランク 2016:60) によって、過剰な意識化を離れ、ユーモアにみられるように、「自分を一定の距離を置いて見る能力」(フランク 2016:62) が重要である。

(14) 自分を「眺める」ことや、フランクの「自分を一定の距離を置いて見る能力」、自分自身とのゆるやかな関係とは、意識化や反省の働きを止めることであるため、自分を客観視することや「メタ認知」とは異なり、評価をせず、心に浮かぶことを眺める仏教に由来する瞑想や、マインドfulness におけるセルフコンパッション（自分へのポジティブでサポートティブな関わり）のほうが近いように思われる。(ネス、ターチ 2019)

(15) アディクション臨床を続けている臨床心理士の信田さよ子は、アディクション医療が、「断酒」「酒害」「タフ・ラブ」「回復の 12 ステップ」のような「当事者のつくった言葉」に支えられて成り立ち、時に専門家はそれらの言葉を「剽窃」して持ちつ持たれつで支援や治療を行ってきた、と述べている。(信田 2018:104) また、大阪ダルクの施設長である倉田めばは「かつての自助グループには回復の言葉が氾濫していたけど、専門家が推奨する CBT のようなプログラムが急速に流

行することになって、言説の多様性が失われつつある。かつてのような回復の言葉を取り戻さなければいけないとわたしは思っている」と述べている。(倉田、2018:23) これらの言葉は、当事者どうしの対話と探究において、自分たちで言葉を創りだすことがどれほど重要であることを示唆している。

(16) 筆者はがんサバイバーのコミュニティスペースにおいて、はじめはテーマについての哲学カフェのような話し合いを行っていたが、内容が深刻になる場合の参加者の負担が重いことから、哲学散歩やがんについての川柳を作るというワークを行なっている(高橋 2019)。また、DV サバイバーの女性やシングルマザーの居場所での哲学対話では、対話と平行して、自分の経験を文章にするというライティングのワークを取り入れている。

【謝辞】 べてるの家の当事者研究について、様々なご教示をいただいた大阪大学 CO デザインセンターの山森裕毅氏に感謝します。

### 【参考文献】

- Borkman, T. (1999), *Understanding Self Help/Mutual Aid*. Rutgers University Press.
- Hadot, P. (1995), *Philosophy as a Way of Life: Spiritual Exercises from Socrates to Foucault*, Wiley-Blackwell.
- Jackson, T. (2017), *The Art and Craft of Gently Socratic Inquiry*.
- Lipman, M. (2003), *Thinking in Education* (2<sup>nd</sup> edition), Cambridge University Press.
- Marinoff, L. (1999), *Plato, Not Prozac! Applying Eternal Wisdom to Everyday Problems*, Harper.
- Raabe, P. (2001), *Philosophical Counseling: Theory and Practice*, Westport, Conn.: Praeger.
- Rovatti, P. A. (2006), *La filosofia può curare?*, Raffaello Cortina Editore.
- 池田喬 (2013) 「研究とはなにか、当事者とは誰か 当事者研究と現象学」、石原孝二編『当事者研究の研究』、医学書院、pp. 113-148.
- 石原孝二 (2013) 「精神病理学から当事者研究へ 現象学的実践としての当事者研究と〈現象学的共同体〉」、石原孝二・稲原美苗編『共生のための障害の哲学 身体・語り・共同性をめぐって』、UTCP Uehiro Booklet, No. 2, pp. 115-137.
- 熊谷晋一郎編 (2017) 『みんなの当事者研究』、臨床心理学増刊第9号、金剛出版。
- 熊谷晋一郎責任編集 (2018) 『当事者研究と専門知 生き延びるための知の再配置』、臨床心理学増刊第10号、金剛出版。
- 倉田めば (2018) 「座談会：言いつばなし聞きつばなしの『当事者研究会議』」(座談会中の発言)、熊谷晋一郎責任編集 (2018)、pp.8-25.
- 坂上香 (2020) 「シンポジウム 映画『プリズン・サークル』から考える暴力の連鎖 | コミュニティ | メディア」(シンポジウム中の発言)、『プリズン・サークル』劇場用プログラム、東風+坂上香発行。
- ソーテ, M (1996) 『ソクラテスのカフェ』、堀内ゆかり訳、紀伊国屋書店。
- 高橋綾 (2019) 「がんサバイバーの生きる力を支える哲学対話プログラムについての予備的考察: 「ともいき京都」での試みより」、『Co\*Design 4』、大阪大学 CO デザインセンター、pp. 79-90.
- ネフ, K, ターチ, D (2019) 「セルフコンパッションと ACT」、T. B. カシュダン、J. チャロッキ編 (2019) 『ポジティブ心理学, ACT, マインドフルネス』、小原圭司監訳、星和書店。

- フーコー, M (2004) 『M. フーコー講義集成 11 主体の解釈学 コレージュ・ド・フランス 講義 1981-1982』、廣瀬浩司、原和之訳、筑摩書房.
- 信田さよ子 (2018) 「専門家と当事者の境界」、熊谷晋一郎責任編集 (2018)、pp. 100-104.
- フランクフル, V (2016) 『ロゴセラピーのエッセンス 18 の基本概念』、赤坂桃子訳、新教出版社.
- 向谷地生良 (2013) 「当事者研究ができるまで」(インタビュー)、石原孝二編『当事者研究の研究』、医学書院、pp. 150-175.
- 向谷地生良 (2017) 「『当事者研究』とソーシャルワーク」、熊谷晋一郎編 (2017)、pp. 36-41.
- ヤーロム, A. D (2012) 『グループサイコセラピー 理論と実践』、中久木雅文、川室優監訳、西村書店.
- ロジャース, C (2001) 「クライアント・センタード／パーソン・センタード・アプローチ」、H. カーシェンバウム、V. L. ヘンダーソン編 (2001)、『ロジャース選集』、伊東博、村山正治監訳、誠信書房、pp. 162-185.
- 当事者研究の理念集 (2017) 『当事者研究ノート-受けとめる、考える、発見する-~教会編~』、MC MEDIEN