

## 自己内対話を捉える概念装置としての霊性的メタ認知

## Spiritual Metacognition as Conceptual Framework for Internal Self-dialogue

田中 孝治

Koji TANAKA

金沢工業大学メディア情報学部心理情報デザイン学科

Department of Psychology and Information Design, College of Media Information,  
Kanazawa Institute of Technology

Email: kjtanaka@neptune.kanazawa-it.ac.jp

あらまし：本研究の目的は、「霊性的メタ認知」という概念装置を導入することで、教育システム情報学分野における自己内対話を学習モデルに組み込んだ学習支援研究の理論的枠組みの拡張を議論の俎上に載せることである。本研究では、対話的自己論の枠組みを基に、自己内の自身との対話や他者との対話を調整する働きをメタ認知、知覚された非自己を自己に内在化する過程を調整する働きを適応的メタ認知、知覚されにくい非自己を自己に内在化する過程を調整する働きを霊性的メタ認知と位置付け、自己内対話について論じる。

キーワード：メタ認知、適応的メタ認知、対話的自己論、小なる自己

## 1. はじめに

社会科学の文脈において、現象の本質を見極めるために使われる概念は、物理装置と類比して、概念装置と呼ばれる<sup>(1)</sup>。本研究の提案する「霊性的メタ認知」も、現時点では、人間の認知機能としてのメタ認知能力を拡張して捉えようとするものではなく、あくまで自己内対話を理解するための概念であることに注意が必要である。

瀬田ら<sup>(2)</sup>は、自己内対話の思考プロセスを、知識陳述、認知的葛藤、知識構築の三段階から構成されるものとして捉えている。その二段階目の認知的葛藤に、自身の思考の振り返り（つまりは、頭の中での自身との対話）や、他者の思考との葛藤や対立点を見つけ出す（つまりは、頭の中での他者との対話）活動が含まれている。また、Moriら<sup>(3)</sup>は、システムが提供する思考に対する「問い」が刺激となり、学習者が自身の思考を整理する活動がデザインされている。問う行為とは、コミュニケーションであり、自分自身に投げかけられる問いは、頭の中の自身との対話（自己内対話）として捉えられる。これらの研究は、自己内対話を機能させる能力としてメタ認知を想定しているが、自己内対話における対話相手についての整理は、十分であるとは言い難い。

## 2. 対話的自己論

自己内対話における対話相手の整理に役立つのが、Hermansの対話的自己論（Dialogical Self Theory）<sup>(4)</sup>である。対話的自己論とは、自己（Self）を物語る様式を理論化したものである。対話的自己論では、自己の世界に存在する、様々な「私」や「他者」がポジション（I-position）として捉えられる。自己内に存在する様々な「〇〇としての私」は、内部ポジションに位置し、自己内に存在する様々な「私の〇〇」は、外部ポジションに位置される（図1）。それぞれ

のI-positionに視点を切り替えながら、別のI-positionを眺める様相が対話として捉えられている。また、これらの自己内におけるI-position同士の関係を吟味し調整する俯瞰的なポジションとして、メタポジションが位置づけられており、メタ認知的活動を見てとることができる。さらに、田中<sup>(5)</sup>は、外界の他者を外部ポジションへと内在化する働きを適応的メタ認知として捉えている。ここでの他者とは、人に限るものではない。そこで本研究では、内在化される外界の対象を非自己と呼ぶこととする。例えば、非自己である学習エージェントも、外部ポジションのI-positionとして内在化される。非自己の内在化に対して適応的メタ認知を働かせるという考えに立脚すれば、ここでの非自己は認知の対象であり、知覚された非自己であるといえる。一方で、私たちの経験世界では、明確に知覚されにくい非自己とも邂逅している。

## 3. 東洋的霊性

明確に知覚されにくい非自己との邂逅は、一種のスピリチュアル（霊性的）な体験ともいえる。仏教哲学者の鈴木大拙<sup>(6)</sup>によれば、生活世界は、分別的な「知性」の世界と、無分別的な「霊性」の世界との、相補完的構造世界である。また、大拙<sup>(6)</sup>は、後

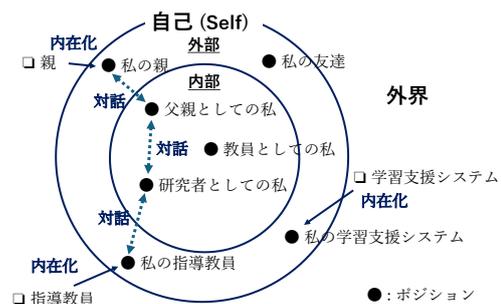


図1 対話的自己論の概念モデル

者の宗教的世界観における霊性の自覚によって、人間の力では抗うことのできない不条理な出来事からの離脱が可能になることを説いている。田中<sup>(7)</sup>は、この不条理な出来事からの離脱が、被災時の心のケアの自助として必要であることから、東洋的霊性 (oriental spirituality) を防災教育の対象の一つとして扱うことの必要性を主張している。そのなかで霊性を涵養するためには、知的理解ではなく体験的理解が必要であり、瞑想的実践がその役割を担うことは述べているが、学習目標として体系化するための概念装置については、論じられていない。

#### 4. 霊性的メタ認知

阿満<sup>(8)</sup>は、人生は「小さな物語」であり、時間軸や空間軸の常識を超えた「大きな物語」(例えば、大乘仏教)のなかに「小さな物語」を見ることで、「小さな物語」の破綻を解決しうることを述べている。本研究では、こうした仏教的世界観における“それ”<sup>(9)</sup>や、畏敬・畏怖 (awe) などの「大きな物語」を自己に内在化する働きを霊性的メタ認知と捉えている。また、「大きな物語」を内在化するきっかけを与えるものの一つが、坐禅などの瞑想的実践であると考えている。例えば、坐禅では、(宗派によるが)坐禅を組む自分自身を天から俯瞰して観ると同時に、坐禅を組む自分の内部(呼吸・身体)に意識を集中する。この一見、矛盾する意識の対象を同時に意識に存在させる際の調整に、霊性的メタ認知が必要となる。「大きな物語」が内在化され、自己内の対話相手となった場合には、大きな“それ”と対比して自己を小さく感じる「自己の縮小 (self-diminishment)」と、大きな“それ”と繋がっている自己を感じる「自己に対する広大さ (vastness vis-à-vis the self)」といった二つの小さな自己感 (sense of small-self)<sup>(10)</sup> が得られることが考えられる。

#### 5. 概念モデルの試作

いくつかの自己内対話は扱う研究では、自己内対話が思考の精緻化を促進することから、研究活動における学習支援の枠組みのなかで扱われる<sup>(3)</sup>。そこで本稿では、人間と科学の間に霊性的メタ認知を位置付けることを試みる。図2は、本研究の構想段階で試作した霊性的メタ認知の概念モデルである。人間の無分別的な世界で得た純粹経験<sup>(11)</sup>は、ひとたび思考が始まれば、主客が分かれば通常の経験となる。

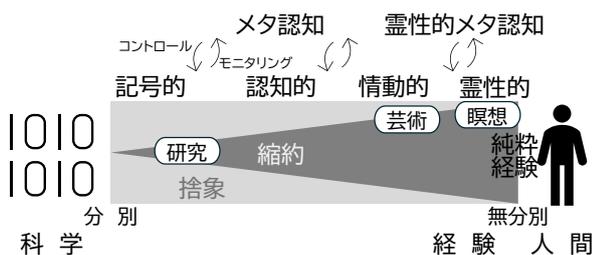


図2 霊性的メタ認知の概念モデルの試作

そして、経験を認知的、記号的に処理するなかで縮約・捨象し、分別的な科学的な世界の記号となる。純粹経験は、思考が立ち入る前の世界であるため、思考を思考するメタ認知の対象とするのには、矛盾が生じる。本研究の霊性的メタ認知とは、純粹経験に近づくための思考をメタ認知する機能であり、浮かんできた思考を追わずに、ただ流すように調整する際に発揮されることを想定している。

#### 6. おわりに

霊性的メタ認知についての概念整理は、十分であるとは到底言えない状態である。霊性的メタ認知は、「メタ認知的知識として宗教的世界観をモデルに持つメタ認知」と言い換えれば、事足りるとの反論もあるだろう。しかし、中学校における「特別の教科道徳」や高等学校における「公民(主に倫理)」において、生命や自然に対する畏敬の念に関する涵養が学習指導要領にも明記される昨今においては、第3の概念装置として、霊性的メタ認知について議論してみることも、あながちおかしくないように思う。

#### 謝辞

本研究の一部は科研費 23K22327, 24K06331, 25K03237 の助成を受けた。

#### 参考文献

- (1) 内田義彦: “読書と社会科学”, 岩波書店, 東京 (1985)
- (2) 瀬田和久, 崔亮, 池田満, 松田憲幸, 岡本真彦: “思考外化と知識共創によるメタ認知スキル育成プログラム—大学初年次生を対象として—”, 教育システム情報学会誌, vol.30, No.1, pp.77-91 (2013)
- (3) Mori, N., Hayashi, Y. and Seta, K.: “Ontology-based thought organization support system to prompt readiness of intention sharing and its long-term practice”, The Journal of Information and Systems in Education, Vol. 18, No. 1, pp. 27-39 (2019)
- (4) Hermans, H., Gieser, T. (eds.): “Handbook of Dialogical Self Theory”, Cambridge University Press (2012)
- (5) 田中孝治, 渡邊嘉山, 木村竜也: “エージェンティックスキルとしてのメタ認知スキル獲得の動機づけを高めることを意図した学習支援方式”, 教育システム情報学会誌, vol.41, No.2, pp.132-148 (2024)
- (6) 鈴木大拙: “仏教の大意(第24版)”, KADOKAWA, 東京 (2023)
- (7) 田中孝治: “防災教育分野における先進的学習科学と工学研究への期待: 人間性, 東洋的霊性, ポジティブさの教育”, 人工知能学会研究会資料, SIG-ALST-100-10, pp.51-56 (2024)
- (8) 阿満利磨: “歎異抄にであう—無宗教からの扉—”, NHK出版, 東京 (2022)
- (9) オイゲン・ヘリゲル(著), 魚住孝至(訳): “新訳 弓と禅”, KADOKAWA, 東京 (2015)
- (10) Piff, P. K., Dietze, P., Feinberg, M., Stancato, D. M., & Keltner, D.: “Awe, the small self, and prosocial behavior” Journal of personality and social psychology, Vol.108, No.6, 883-899 (2015)
- (11) 西田幾多郎: “禅の研究(改版)”, 岩波書店, 東京 (2012)