

自伝的記憶研究の理論と方法(3)

佐藤 浩一 野村 信威 遠藤 由美
(群馬大学) (大阪人間科学大学) (関西大学)

太田 信夫 越智 啓太 下島 裕美
(東京福祉大学) (東京家政大学) (杏林大学)

2006年 2月

J C S S T R - 57

[連絡先]

佐藤 浩一

〒371-8510 群馬県前橋市荒牧町 4-2

群馬大学教育学部

E-mail : sato@edu.gunma-u.ac.jp

© Koichi Sato, Nobutake Nomura, Yumi Endo, Nobuo Ohta, Keita Ochi, & Yumi Shimojima, 2006

日本認知科学会事務局

〒182-8585 東京都調布市調布ヶ丘 1-5-1

電気通信大学 電気通信学部 システム工学科内

日本認知科学会事務局

E-mail : jcoss@jcoss.gr.jp

Theories and research methods of autobiographical memory (3) *1

Koichi Sato*2, Nobutake Nomura*3, Yumi Endo*4, Nobuo Ohta*5, Keita Ochi*6, & Yumi Shimojima*7

要約

「自伝的記憶」とは、人が生活の中で経験した、さまざまな出来事に関する記憶の総体である。自伝的記憶についての研究成果は、この25年間で急速に蓄積されてきた。自伝的記憶は「記憶」とどまらず、心理学の様々な研究領域と結びつく可能性を有している。本論文では、(1)高齢者を対象とする回想法研究、(2)自己・記憶・時間の関係に関する社会心理学研究、という二つの研究領域の知見が紹介され、自伝的記憶との関連性や今後の研究方向が議論された。

key words: autobiographical memory, reminiscence, self, time

*1 本論文は、日本心理学会第69回大会(2005年9月10-12日、慶應義塾大学)におけるワークショップ「自伝的記憶研究の理論と方法(3)」の話題提供と指定討論をまとめ加筆したものである。なお著者名の記載順は、ワークショップにおける発言順を示すものであり、本論文への寄与度に差異はない。

*2 Gunma University <sato@edu.gunma-u.ac.jp>

*3 Osaka University of Human Sciences <n-nomura@kun.ohs.ac.jp>

*4 Kansai University <endoy@ipcku.kansai-u.ac.jp>

*5 Tokyo University of Social Welfare <noohta@ed.tokyo-fukushi.ac.jp>

*6 Tokyo Kasei University <ochi@tokyo-kasei.ac.jp>

*7 Kyorin University <shimoji@kyorin-u.ac.jp>

はじめに

佐藤浩一(群馬大学)

If there is one topic that binds the various subdisciplines of psychology together, it is memory. (Ross & Buehler, 1994, p.55)

「自伝的記憶」とは、人が生活の中で経験した、さまざまな出来事に関する記憶の総体である。日常認知研究の隆盛とともに、自伝的記憶についての研究成果も、この25年間で急速に蓄積されてきた。国内での研究も次第に増えつつある。こうした成果を背景に、2003年と2004年の日本心理学会では、ワークショップ「自伝的記憶研究の理論と方法」が企画された。これら2回のワークショップはいずれも、日本認知科学会テクニカルレポートとして公刊されている (<http://www.jcss.gr.jp/technicalreport2.html>)。

2004年のワークショップで指定討論の太田信夫氏から、「自伝的記憶研究が、特にその機能的側面における研究において、心理学のほとんどすべての領域と関係をもたざるを得ないならば、自伝的記憶研究の観点から、人間に関する科学としての心理学の構成を再編してはどうか(中略)そして方法においても理論においても、記憶研究以外の領域の知見をフルに活用し、生きた人間の心理究明に迫れば、この提案の目的は達成されたことになる」との指摘があった。この指摘を受けて2005年の日本心理学会第68回大会(2005年9月12日、慶應義塾大学)では、記憶以外の研究領域から話題提供者を招いて、ワークショップ「自伝的記憶の理論と方法(3)」が開催された。本論文はこのワークショップに基づき、さらに、ワークショップでは十分検討できなかった問題についても議論を深め、今後の研究方向を探ることを目的としている。

野村信威氏からは、高齢者を対象とした回想研究の話題が提供される。野村氏はまず、研究によって回想の定義や分類あるいは研究方法が

異なっていることを指摘する。そしてその上で、どのような回想や語りが心理的な適応を促すのか実証的に検討する。さらに、ネガティブな回想を語ることに對する葛藤や揺らぎという、臨床的にも重要な問題が論じられる。

遠藤由美氏からは、自己・自伝的記憶・時間の関係について話題が提供される。人はある時点で経験した出来事を貯蔵し、それに基づいて自己を判断すると考えることもできる(自己表象説)。これに對して、過去は現在において構成され意味づけられると考えることも可能である(構成説)。これら二つの説は、研究関心のあり方や問題の立て方と密接に對応していることが指摘される。

指定討論では、話題提供の内容に直接関連する疑問やコメントが提示されるとともに、自己、時間、加齢、記憶という諸テーマをつなげて研究を広げる可能性が検討される。

(注)ワークショップ当日は、野村信威氏と遠藤由美氏が話題提供を行い、佐藤と太田信夫氏が指定討論を行った。ただし本論文では、ワークショップの内容をさらに深めるため、ワークショップ企画者である越智啓太氏と下島裕美氏も、話題提供へのコメントを寄稿した。

また本論文における野村信威氏と遠藤由美氏の原稿は、指定討論をうけて加筆した内容になっており、学会当日の話題提供そのままではないことをお断りしておく。

【引用文献】

Ross, M., & Buehler, R. (1994). On authenticating and using personal recollections. In N. Schwarz & S. Sudman (Eds.), *Autobiographical memory and the validity of retrospective reports*, 55-69. Springer-Verlag.

高齢者における回想と自伝的記憶

野村信威(大阪人間科学大学)

1. 回想法とは

回想法 (Reminiscence therapy) とは、高齢者に過去を想起するように促すことで情動の安定や自尊心の回復、心理的 well-being の維持といった心理的効果を導く対人援助手段である。高齢者が過去を回想することによる意義は、1960年代に米国の精神科医 Butler (1963) によって指摘された。Butler は老年期に行われる回想を、「過去の未解決なままの葛藤の解決を促す自然で普遍的な心的過程」だとみなし、この心的過程をライフレビュー (Life review) と名付けた。老年期における回想の意義は、Erikson による心理社会的発達段階理論でも示唆されている (Erikson, 1950, Erikson, Erikson, & Kivnick, 1986)。老年期の発達課題である統合を達成するには、「これまでの経験を思い出して再検討しようとする意欲」が必要だとされている。そのため、回想は老年期の発達課題である統合を達成するための具体的な手段だと考えられている。

Butler による提唱以降、回想法は欧米を中心として介護・臨床場面などで広く実践されており、回想法やライフレビューの有効性を検討した研究も数多く報告されている。しかしながら、これまでの研究から回想法の効果は必ずしも頑健であるとは言えず、その有効性に対して懐疑的な報告もある。例えば、Brennan & Steinberg (1984) は頻繁に回想する高齢者ほど過去の満足度が低いことを認めている。また、Perrota & Meacham (1981) は高齢の抑うつ患者に対して回想法を実施した結果、抑うつ症状は改善しなかったことを報告している。

このように先行研究の結果が一致しない理由として、以下の3点が考えられている

(Merriam, 1980; Molinari & Reichlin, 1985; Cohen & Taylor, 1998)。

第一に、回想の定義が曖昧で十分に定義されていないことがある。回想は「過去を思い出す行為や過程 (Butler, 1963)」や「遠い過去を指し示す言語的な行為 (Coleman, 1974)」と定義されるが、これまでは研究者間で一致した定義のないままに研究が行われてきたと言える。だがその一方で、定義についてはこれまでにかなりの程度理論的な精緻化が進められてきた。これについては後述する。

第二に、対象者の特徴や方法論が異なるために比較が難しいことがある。例えば回想法に参加したのが健常高齢者なのか、あるいは痴呆性高齢者なのかによってその有効性は異なる可能性があるが、これらの相違が結果に及ぼす影響を比較検討した研究はこれまでにほとんど認められない。同様に、質問紙調査やインタビューなどの研究アプローチの違いが結果に及ぼす影響もこれまで決して考慮されてきたとは言えない。

そして第三に、回想研究の方法論的な難しさがある。回想により想起される内容は本質的に個人に固有のものであり、それぞれに異なっているため、いわゆる実験室研究とは異なって厳密に条件を統制することは非常に困難である。また多くの高齢者に共通する一般的法則を認めたととしても、それが各個人にとって意味のあるものであるかどうかは疑わしい場合も少なくない。

2. 回想の定義と分類

自伝的記憶は、「個人が人生において経験した出来事(エピソード)の記憶 (Conway, 1990)」と定義されている。その一方で、Butler

(1963)は回想を「過去を思い出す行為や過程」と定義している。また一般には、回想とは「かつて経験したことを再認感情を伴って再生すること。過去のことを思いめぐらすこと」とされる(新村, 1998)。一見すると自伝的記憶と回想はコインの裏表のように同じ現象を異なった視点から検討しているように思われるものの、自伝的記憶が対象として記憶を扱っているのに対し、回想では行為に焦点が向けられる点で異なっている。また回想という視点では、回想行為に伴って情動反応などの心理的効果が生じ、回想によって想起した者に何らかの変化が生まれることを想定している。

回想の定義と分類については、これまでに一般的回想とライフレビューの分類(Haight & Burnside, 1993)、回想の機能またはタイプの分類(Wong & Watt, 1991; Webster, 1993)、個人内、対人的および療法的回想の分類(Thornton & Brotchie, 1987)などから理論的精緻化が進められた。

Haight & Burnside(1993)は、Butler(1963)により提唱されたライフレビューと、その後様々な援助職者による実践を通して形作られた一般的回想法とは必ずしも同一の技法ではなく、それらは以下の異なる特徴を持つことを論じた。

それによれば、一般的回想法の目的はquality of lifeを高める楽しい経験を生み出すこととであり、参加者のコミュニケーションスキルを改善して社会的交流を促進させる働きをもつ。何を回想して語るか(あるいは語らないか)という判断には参加者の自発性が尊重され、必ずしも過去を意味づけて評価する必要はない。回想の焦点は主として楽しい出来事に向けられる。参加者は回想法を通じて自尊感情の回復や情動の安定化が期待され

る。

その一方で、ライフレビューの目的は統合の促進だとされている。ライフレビューは精神分析理論や心理社会的発達理論を背景に持ち、しばしば一般的回想法よりも治療的要素を備えている。ライフレビューとは言わば過去の人生の再吟味や批判的な分析であり、参加者は「今ではそのことをどう思いますか」などと問い掛けられ、過去の出来事が自身に与えた影響を評価するように促される。ライフレビューにおける重要な3つの要素は、評価すること、構造化されていること、個別的事であることと言われる(Haight, Coleman & Lord, 1995)。

野村(1998)は、一般的回想法とライフレビューの違い、グループと個人のいずれを対象に行うかの違い、そして一般的なグループワークなのか特殊な働きかけを行う必要があるかの違いという3つの次元から回想法を捉えることを提案している(図1参照)。

回想にはいくつかの異なるタイプがあることが繰り返し指摘されている(例えばLoGerfo, 1980)。これまでの研究をレビューしたWebster & Haight(1995)は、研究間で分類のパターンには相違があるものの、多くの研究で同様の回想のタイプが認められることを指摘している(表1参照)。

Wong & Watt(1991)は171名の地域在住の高齢者を対象に行ったインタビュー調査の結果より、談話的(narrative)、統合的(integrative)、道具的(instrumental)、情報伝達的(transmissive)、強迫的(obsessive)、逃避的(escapist)回想の6つに類型化した。そしてwell-beingの良好な高齢者は統合的、道具的回想にあてはまる回想をより行い、強迫的回想はあまり回想しないことを見出し、心理的適応の高さや低さと関連する回想のタイプが

あることを示唆した。

また Webster (1993, 1994) は、回想の機能の体系的な類型化を試み、43 項目からなる回想機能尺度 (Reminiscence Function Scale) を

開発した。その結果、回想の機能は、退屈の軽減、死への準備、アイデンティティ、問題解決、会話、親密さの維持、苦痛の再現、情報伝達の 8 つからなると指摘している。

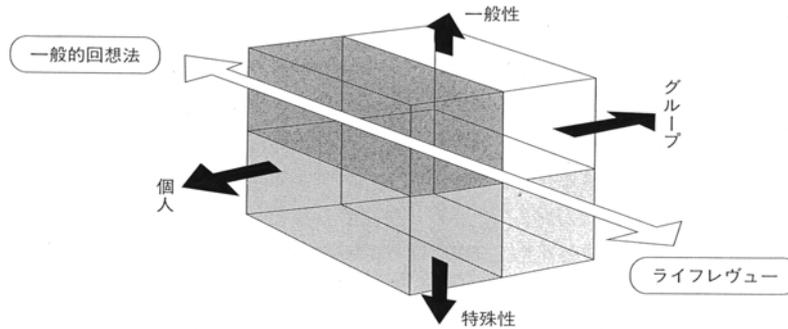


図1 回想法の分類

(出典：野村豊子(1998) 『回想法とライフレビュー：その理論と技法』, p.9)

表1 代表的な回想のタイプとその機能

研究者	回想の機能								
Coleman (1974)	ライフ レビュー		情報付与的 回想	単純回想					
Beaton (1980)	肯定的 スタイル				否定的 スタイル	絶望的 スタイル			
LoGerfo (1980)	評価的回想		情報付与的 回想			強迫的回想			
Romaniuk & Romaniuk (1981)	実存的 自己理解	現在の 問題解決		自己イメージ の高揚					
Sherman (1991)	ライフ レビュー	適応・ コーピング	叙述的回想		気分の高揚	後悔の 繰り返し			
Merriam (1993)	治療的回想		情報付与的 回想	楽しみ・喜び					
Wong & Watt (1991)	統合的回想	道具的回想	情報伝達の 回想	談話的回想	逃避的回想	強迫的回想			
Webster (1993, 1994)	アイデン ティティ	問題解決	情報伝達	会話	退屈の軽減	苦痛の再現	死への準備	親密さの 維持	
Alea & Bluck (2003)			情報伝達	共感性				親密さ	

Webster & Haight (1995) を抜粋、一部修正および追加。
Alea & Bluck (2003) は自伝的記憶の社会的機能。

3. 回想のモダリティと研究方法の問題

前述した分類よりも大きな分類の枠組みとして、研究方法の違いによる回想のモダリティの違いがある。Thornton & Brotchie (1987) は、回想が引き出された方法の違いから検討された回想の定義が異なる可能性を指摘している。彼らによると、これまでの主な回想研究は、質問紙調査 (questionnaire investigations)、インタビュー調査 (interview-based investigations)、療法的回想の研究 (investigations of reminiscence as therapy) の3つに分類される。そのうち質問紙調査では、回想は「個人内・対人的に行われる過去の想起」として検討されている。その一方で、多くのインタビュー調査では回想は「他者に語られたもの、言語化されたもの」として検討されている。そして療法的回想の研究では、回想は特定の構造や手続きから引き出された「回想を伴う対話や対人交流」として検討される。これらの研究方法では回想の異なる側面が検討されているため、こうした相違点を考慮することなしに研究結果を比較すべきではないと考えられる。

例えば LoGerfo (1980) が代表的な回想のタイプに挙げた強迫的回想は、Wong & Watt (1991) のインタビューでは全体のわずか3%程度しか認められなかった。しかしながらこのことは必ずしも結果の不一致を示すものではなく、個人内で行われる回想と言語化された回想にはその特徴に相違が見られ、苦痛な過去の経験は繰り返し想起されやすいものの、そうした過去が他者に語られる機会は決して多くないという事実を示唆しているとも考えられるだろう。

このような観点に立ち、筆者はこれまで回想行為がもつ心理的意義について様々なアプローチから検討を試みてきた。

例えば野村・橋本 (2001) は、健常高齢者における日常場面における回想の心理的意義を質問紙調査を用いて検討し、日常的に頻繁な回想に非適応的な影響がある可能性を認めた。また、回想の頻度とネガティブな感情を伴う回想とによる交互作用を認め、日常的に頻繁に回想しない場合は、ネガティブな回想の程度が高いほど自尊心は低いという関連が認められた一方で、日常的に頻繁に回想している場合は、ネガティブな回想の程度に関わらず自尊心は低いことを見出した。

また、日常的な個人内回想と言語的回想の特徴を検討したところ (野村・橋本, 2005)、回想に伴う情緒的性質において両者の特徴に違いが認められ、個人内回想はネガティブな回想の程度と関連する ($r = .354, p < .001$) 一方で、言語的回想はポジティブな回想の程度とのみ関連を示し ($r = .315, p < .01$)、個人内で想起される回想と他者に語られる回想ではそれに伴う感情に違いが見られる可能性を指摘した。

野村・橋本 (印刷中) は、地域在住高齢者22名に対して8セッションからなるグループ回想法を実施し、療法的回想による心理的効果を検討した。介入期間の前後で質問紙調査を2回実施し、個人が行う回想の特徴と回想法に参加する前後での心理的適応状態の変化を検討したところ、日常的に回想する頻度と介入前の自尊感情度は負の相関 ($r = -.553, p < .01$) を示す一方で、回想の頻度と介入前後での自尊感情度の変化量は正の相関 ($r = .500, p < .05$) を示した (図2参照)。

このことより、日常場面での頻繁な回想は心理的適応に負の影響があるものの、日常的に回想傾向の高い高齢者は、回想法に参加することでより自尊感情が回復する可能性が認められた。

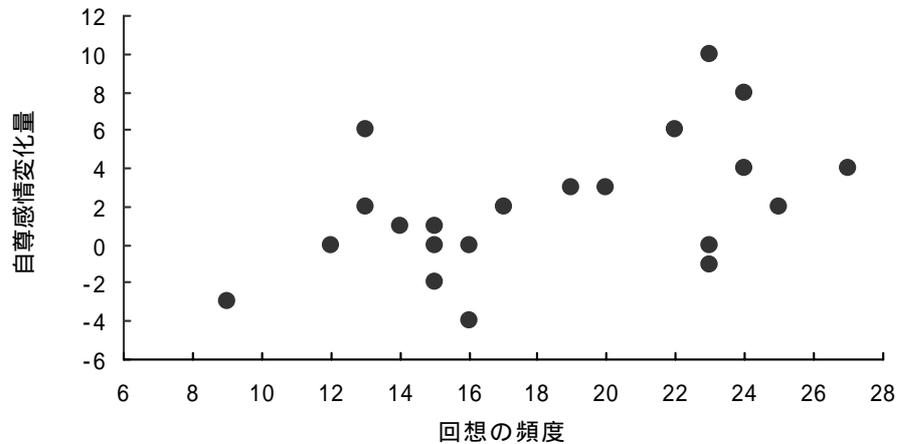


図2 自尊感情度の変化量と回想の頻度との散布図

4. 心理的適応を高める回想の語り

野村・今永・橋本（2002）は個人回想面接に参加した健常なデイケア利用者8名を対象に内容分析に取り組み、回想法による心理的効果と語られたエピソードとの関連について探索的に検討した。その結果、回想法による効果が認められた高齢者は、より多くポジティブなエピソードを語っていた ($U=0.00$, $p<.05$ 両側検定)。だがその一方で、ネガティブなエピソードの割合は回想法による効果と関連がなく、ネガティブな回想を語ることは回想法の心理的効果と関連しない可能性を見出した。

さらに著者は8名の高齢者の語った回想内容について事例的に検討した。回想法の効果が認められなかった高齢者の多くは幼少時の辛い体験について語った。ある高齢者は、幼少時両親がいなかったために親戚をたらい回しになったと語り、またある者は、80歳を過ぎた今なお、子供時代に親が死んでいなかったら良かったと思うと当時の心情が現在形で語られ、話し手の思いはある意味で過去にはまったままの状態にあるように思われた。そして回想に伴う苦痛はしばしば否認され、そ

のため過去を意味づけて捉え直しを試みることはなく、回想が深まりにくいと考えられた。

これに対して、回想法の効果が認められた高齢者では、面接場面で認められる頻繁な笑いとともにポジティブな体験が強調された。そして、ある高齢者の「悲しみもあったけれどそれらを通り越して来た」という言葉のように、過去の苦痛や困難はその後続く克服への文脈で語られることが多かった。また、面接の終盤には人生全体の受容や未来への方向づけについて言及されることもあった。ある高齢者は、「今から思うと全てが感謝。苦しみも悩みも感謝」と述べ、「死ぬ時はありがとうの一言を言えるようにだけ祈ってる」と話した。高齢者が過去について思い巡らせたのちに自発的に現在や将来の自分について言及することは、過去から未来に至る自己の連続性の感覚が生まれる (Lewis, 1971) という回想の心理的効果に一致する。

5. 語りたくないけれど語るべき回想

自伝的記憶研究では、記憶に伴う感情の割合について必ずしも結論が出ていない。例えば過去の出来事を想起した場合に伴う感情の

割合は、快感情が50%、不快感情が30%、中性感情が20%程度だという報告がある一方で(Waldfoegel, 1948, 齋藤, 1994), 同様の割合は快感情が33%, 不快感情が60%, 中性感情が7%程度だという報告もある(神谷, 1997)。

回想研究では、回想にネガティブな感情がともなう場合ほど頻繁に想起される可能性が指摘されており(野村・橋本, 2001), エピソードとしての数は少なくとも、ネガティブなエピソードは繰り返し想起されやすい可能性が考えられる。

佐々木・上里(2005)は、高齢者が行う回想全体の2/3にはポジティブな感情が伴っていたが、様々な理由から高齢者の中には過去について話す機会がないと考える者も多いことを認めている。一般にネガティブな回想はポジティブな回想よりも話したくないと見なされることが多いかもしれず、その結果しばしば想起されても語られないことあるだろう。

筆者はこれまでの取り組みから、ネガティブな回想を語る高齢者にそうした過去を語ることについての葛藤や意志の揺らぎのようなものを感じる機会をたびたび経験した。すなわち、ある高齢者にとって、過去の苦痛をともなう出来事は、「語りたくない」けれど「語るべき」回想であるかもしれない。

ある高齢者は、複数回にわたる面接の終了時に初めてそれまで語られなかった重要なライフイベントである肉親の死について語り、これまでの面接で言及しなかったものの、その出来事が自分にとって重要な意味をもつことを明かした。また別の機会には、ある高齢者から非常にプライベートな問題の過去の苦痛が語られた後に、その回以降の全ての面接のキャンセルが伝えられたこともあった。こ

の場合には、一度は語ってしまった過去の思い出を、本来は語るべきではなかったと思い直したのかもしれない。

では、何が高齢者に過去の苦痛を語らせる、あるいは語らせるのを思いとどまらせるのだろうか。佐藤氏(指定討論参照)が指摘する通り、回想法では聞き手(しばしば治療的傾聴者と呼ばれる)の関わり方が非常に重要視されており、しばしばこれは回想法の正否を左右する重要な要因となる。回想法では安心して過去を語れる場の確保が重要だとされるが、このことは裏を返せばあくまでも話し手の自発性が尊重されており、「過去を語らない」という選択肢が常に提示されていることを意味している。また、訓練を受けた者による回想法においても、高齢者の語りは聞き手のひとつひとつの応答の影響を受けている。極端なことを言えば、聞き手が異なればそれだけ異なるパターンの語りが生まれる可能性がある。その意味では、厳密な意味で回想場面を「統制」することはほとんど不可能だと言えるかもしれない。

【引用文献】

- Alea, N., & Bluck, S. (2003). Why are you telling me that? A conceptual model of the social function of autobiographical memory. *Memory*, **11**, 165-178.
- Beaton, S. R. (1980). Reminiscence in old age. *Nursing Forum*, **19**, 271-283.
- Brennan, P. L., & Steinberg, L. D. (1984). Is reminiscing adaptive?: Relations among social activity level, reminiscence and morale. *International Journal of Aging and Human Development*, **18**, 99-110.
- Butler, R. N. (1963). The life review: An interpretation of reminiscence in the aged. *Psychiatry*, **26**, 65-76.
- Cohen, G., & Taylor, S. (1998). Forum: reminiscence and ageing. *Ageing and Society*, **18**, 601-610.
- Coleman, P. G. (1974). Measuring reminiscence characteristics from conversation as adaptive features of old age. *International Journal of Aging and Human Development*, **5**, 281-294.

- Conway, M. A. (1990). *Autobiographical memory: An introduction*. Philadelphia; Open University Press.
- Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society*. W. W. Norton & Company. (仁科弥生 訳(1977). 『幼児期と社会』. みすず書房.)
- Erikson, E. H., Erikson, J. M., & Kivnick, H. Q. (1986). *Vital involvement in old age*. W. W. Norton & Company. (朝長正徳・朝長梨枝子 訳(1990). 『老年期：生き生きしたかわりあい』. みすず書房.)
- Haight, B. K., & Burnside, I. (1993). Reminiscence and life review: Explaining the differences. *Archives of Psychiatric Nursing*, **7**, 91-98.
- Haight, B. K., Coleman, P. G., & Lord, K. (1995). The linchpins of a successful life review: Structure, evaluation, and individuality. In B. K. Haight, & J. D. Webster (Eds.), *The art and science of reminiscing: Theory, research, methods, and applications*, 179-192. Bristol, PA: Taylor & Francis.
- 神谷俊次 (1997). 自伝的記憶の感情特性と再想起可能性. 『アカデミア (南山大学紀要) 自然科学・保健体育編』, **6**, 1-11.
- Lewis, C.N. (1971). Reminiscing and self-concept in oldage. *Journal of Gerontology*, **26**, 240-243.
- LoGerfo, M. (1980). Three ways of reminiscence in theory and practice. *International Journal of Aging and Human Development*, **12**, 39-48.
- Merriam, S. (1980). The concept and function of reminiscence: A review of the research. *The Gerontologist*, **20**, 604-609.
- Merriam, S. (1993). Butler's life review: How universal is it? *International Journal of Aging and Human Development*, **37**, 163-175.
- Molinari, V., & Reichlin, R. E. (1985). Life review reminiscence in the elderly: A review of the literature. *International Journal of Aging and Human Development*, **20**, 81-92.
- 新村 出 (編) (1998). 『広辞苑 第五版』. 岩波書店.
- 野村信威・橋本 宰 (2001). 老年期における回想の質と適応との関連. 『発達心理学研究』, **12**, 75-86.
- 野村信威・今永晴子・橋本 宰 (2002). 高齢者における個人回想面接の内容分析の試み. 『同志社心理』, **49**, 9-18.
- 野村信威・橋本 宰 (2005). 高齢者における回想の質と適応との関連について(12). 『日本心理学会第 69 回大会発表論文集』, 1224.
- 野村信威・橋本 宰 (印刷中). 地域在住高齢者に対するグループ回想法の試み. 『心理学研究』, **77**.
- 野村豊子 (1998). 『回想法とライフレビュー：その理論と技法』. 中央法規出版.
- Perrota, P., & Meacham, J. A. (1981). Can a reminiscing intervention alter depression and self-esteem? *International Journal of Aging and Human Development*, **14**, 23-30.
- Romanuik, M., & Romaniuk, J. G. (1981). Looking back: An analysis of reminiscence functions and triggers. *Experimental Aging Research*, **7**, 477-489.
- 齋藤洋典 (1994). 自伝的記憶 (2) : 高齢者による感情随件事象の想起特性. 『日本教育心理学会第 36 回総会発表論文集』, 414.
- Sherman, E. (1991). *Reminiscence and self in old age*. New York: Springer.
- 佐々木直美・上里一郎 (2005). 高齢者の過去・現在・未来に関する想起について：想起にともなう感情，モラル，うつ尺度との関連. 『日本心理臨床学会第 24 回大会発表論文集』, 239.
- Thornton, S., & Brotchie, J. (1987). Reminiscence: A critical review of the empirical literature. *British Journal of Clinical Psychology*, **26**, 93-111.
- Waldfoegel, S. (1948). The frequency and affective character of childhood memories. *Psychological Monographs*, **62**, 1-39.
- Webster, J.D. (1993). Construction and validation of the Reminiscence Function Scale. *Journal of Gerontology*, **48**, 256-262.
- Webster J. D. (1994). Predictors of reminiscence: A lifespan perspective. *Canadian Journal on Aging*, **13**, 66-78.
- Webster, J. D., & Haight, B. K. (1995). Memory lane milestones: Progress in reminiscence definition and classification. In B.K. Haight, & J.D. Webster (Eds.), *The art and science of reminiscing: Theory, research, methods, and applications*, 273-286. Taylor & Francis.
- Wong, P.T.P., & Watt, L.M. (1991). What types of reminiscence are associated with successful aging? *Psychology and Aging*, **6**, 272-279.

自己と時間に関する一考察

遠藤由美(関西大学)

私たちの中には、これまでに経験した悔しかったこと、悲しかったこと、楽しかったこと、誇らしかったことなどさまざまな出来事が思い出としてつまっている。それら自伝的記憶(autobiographical memory)は、自分がこのように生きてきたのだという証であると考えられている。

本稿では、自分はどのような人間であるかについての自分自身によるとらえとしての自己理解ないし「自己」(以下、単に自己と表す)と自伝的記憶の関係、そして自己と時間の関係について考察をめぐらすことにする。まず、「自己」と自伝的記憶の関係についてのこれまでの通説を概観する。次に、自己構成説を取り上げ、最近の主観性の研究を紹介する。そして最後に、「過去の自己」と「現在の自己」に焦点をあて、自己と時間の関係について考察する。

1. 「自己」と自伝的記憶の関係 これまでの通説

人は時間的にも空間的にも、ひたすら前を向いて歩くように求められている。時間的には、今立っている地点を現在といい、まだ足を下ろしていないところを未来といい、既に足跡を刻んだ後ろにできた道を過去と言う。未来はすぐ近くであれば、おおよそどのようなものか見当がつくが遠いところはまったくの五里霧中である。現在は今置いた足の下で大地を感じ、したがって自分はここに立っていることは確かだと把握できるが、ここに歩を下ろしたことがよかったかどうかもまだ振り返る余裕はない。ただ1つ対象化して見るこ

とができるのは、足跡として残っている事実の積み重ねであり、動かしようのない過去である。

自己についての多くの理論は、自己がその人の過去のあり方、そしてその記録であるところの記憶と密接に結びついていて暗黙の前提にしてきた。その代表例は、自己同一性の感覚である。James(1890)は、あの時の自分、この時の自分、明るい私、暗い私など、さまざまな自分がありながら、全体として分裂せずに、すべてこの私という自己同一性を保ちうるのは、過去のどのような体験であっても、その記憶が私の中に残っており、所々擦り切れようとも記録された時の私を主人公とした出来事が頭の中で生き生きと再現され、その私はこの私であることがわかるからである、と示唆している。

自己概念についての考えも、記憶を前提にしている。自己概念は、たとえば、「親切」「太っている」「政治的保守派」など、人格特性や身体特徴、態度などさまざまな点から自分自身の本質的特徴をとらえたものである。そのような自己が実体か(その自己の持ち主が事実そのとおりの人であるか)、あるいは仮説構成体か(実際のその人のあり方とはズレており、単に当人が頭の中でそうとらえているだけの可能性があるもの)ということが論争になったが、記憶というものが切り札と見なされ実体説の方が優勢であった(Gordon & Gergen, 1968)。

やがて自己研究に情報处理的アプローチが導入され、それは多少修正されながら、一層先鋭化されることになった。つまり、コンピ

ユータがデータに基づいて論理計算をするのと同様、人も過去の実験の経験をデータとして記憶し、自分がどのような人間であるかという問いへの答えをそれらに基づいて論理的に導き出す、と考えられたのである。セルフ・スキーマ(Markus, 1977)やネットワーク構造(Bower & Gilligan, 1979)、プロトタイプ(e.g., Kihlstrom & Cantor, 1984)などの「知識構造としての自己」モデルはいずれも自己と特性と行動との間にリンクを仮定しており、自己概念が事実としてのエピソードの記憶に基づいたものであるとの考え方を明瞭に表している。つまり、現実のできごとが脳内に記憶として、意味的関連性に基づいて記録され、それに基づいて自己理解がなされる、というわけである。投影法以外の人格測定法と自己概念の測定法が類似しているのは、どちらもその人の実際のあり方は自分自身が把握しているという前提を共有しているためである。ただし、その際計算においてある部分を重点化したりデータを除外したり、あるいは出来事の時期や詳細部分の記憶間違いがあったりすることが考えられ、まったくの過去の事実のコピーというわけではないかもしれない。そのような付帯条件つきで、大凡は正しい事実の記憶が意味的関連性に沿って特性ラベルの下に組み込まれ、ヒエラルキーのもっとも最上部に位置づけられるのが統合された自己である、と考えられてきたのである。

現実のできごとと記憶と自己の間の緊密な関係はこうである。通常、「老婆に席を譲った」という記憶は、そうした行為がないところには発生しない。また席を譲ったことは「親切」な行為という意味づけが当然与えられ、そうしたのは自分であるから、現実の座席移譲というできごとと親切という意味と行為の主人公としての私とが連合によって結びつき、私は親切だという理解が成立する。つまり、自分自身についての判断に先立って、その時までには獲得され頭の中である一定の構造

を与えられて貯えられている知識・記憶表象がベースにあり、それを情報源として自己が構成される、という図式であった。

自己は安定し一貫していると同時に変動するものと考えられている。人は以前にどのようなことを経験したかを憶えており、高校時代も今も私は元来ずっと (例：内気) であると考えたら、これは自己の一貫性を示している。他方、ある時は自分を「思慮深い」と思い、別の時は「浅はかだ」と思ったりと、我々自身は気づかなくとも、自己はその時々によって揺らぐこともある。一貫性と変動性を合わせもつ自己は、先の図式においてはどのように説明されるだろうか。

Markus は作動自己という概念を提示し、自己の一貫性と変動性を矛盾なく説明できると主張した(Markus & Kunda, 1986)。自己の中核部分は社会的環境に影響されにくく安定し一貫している。他方、意味的に相矛盾するような表象をも内蔵する自己知識において、ある時ある領域のアクセス可能性が他より高いならば、その次元に関する特徴を持ったものとして自己が意識される。したがって、アクセス可能領域が異なれば、異なる自己の姿が現れることもある。作動自己の考え方は、頭の中にある既存の知識表象の集合つまりデータベースという考え方はそのままに、アクセス可能性によって自己の変動性を矛盾なく説明できることを示唆した。Sanitioso ら (1990) は、内向性 / 外向性が成功をもたらすと信じこませる実験的操作をおこない、その結果それぞれに関連した記憶が効率的に想起され、また当該次元の特性評価が高まったことを報告している。概念とはそのものの本質的な特徴とその連関を内包するものであるから、その時々で浮かび消えるような寄せ集めの断片的なものであってはならない。作動自己は、自己がその都度構成されるものではなく、アクセスできる領域が異なるだけだという説明を提供し、自己知識の中にデータは貯えられ

参照されるという前提を補強する役割を果たした。

2. 構成される自己

これまで、人は真摯で真面目な認知課題遂行者と仮定されてきたようである。すなわち、対象について思考し判断する際は、その対象についての関連情報に基づき、それを慎重に利用する、と仮定されていた(for review, see Wyer & Srull, 1989)。特に自己については、適応的に生きるために本来的に人は正しく自分を理解しようと動機づけられており(自己査定動機)、判断するための適切な情報を求め、それに基づいて正しい姿を把握しようする(Trope, 1986)。

しかし、最近、人は常に思慮深く真面目な課題遂行者であるとは限らないのではないかと議論されて始めている。というのは、判断・思考する時点での心の状態・主観的経験(subjective experience)が判断・思考に強く影響すること、しかも人はぼんやりしていて(mindless)そのことにしばしば気づいていない、ということが次第に明らかになってきたからである(see, Bless & Forgas, 2000; Gilovich et al., 2002)。態度はその人の価値体系と関連し、自分自身や他者評価に影響し、社会的行動を予測する、自己とは関わりの深いもので、特に重要なものについては社会的文脈の影響はあまり受けないと考えられてきた。しかし、最近、判断時点で一時的に接近できる状態になっていた情報 - たとえそれが無関連であっても - に基づいて、直感的に構成されるものであり、多くの態度は文脈効果の対象である(Haddock, 2000)、と見なされるようになってきている。

同様に、「自己」あるいは自己についての判断もその時々で構成されるものである可能性を示唆する研究が登場してきている。そのような研究はまだそれほど多くはないが、自己はその時々感情や身体状況などの主観性

要因や社会的状況要因の影響を受け、構成されるものであるという見解を示唆している(Gilovich et al., 2005; ちなみに彼らの題目は、shallow thoughts about the selfである)。

このような考え方は、自己にとって重要な次元に関する記憶は豊富でよく保持され(Markus, 1977)、細部にわたって正確性が高く(Skowronski et al., 1991)、そのような自伝的記憶に根ざしたものとして作られる自己という考え方とは根本的に異なっている。

そのような研究の1つとして次のようなものがある。人は人生の道を進みながら、次々と新たな状況に適応していくように、重要で素晴らしい経験も嫌悪すべき経験も時が経てばそのインパクトを低下させてしまうような回復力メカニズムが人には備わっているらしい(Wilson, 2005)。米国では大学の助教授が教授に昇進してそのまま生涯研究者としての地位を保ち続けるためには、終身在職権を得る必要があるが、それが得られるかどうか、審査前には心身のバランスを崩す人が出るほど、重大で絶対失敗したくないできごととして認識されている。Gilbertら(Gilbert et al., 1998)は、これから審査を受ける助教授たちを対象に調べたところ、彼らは今後5年間の全般的な幸福感に大きく関わることができると受け止めていた。しかし実際は、過去5年間に在職権を与えられた教授と、与えられなかった人たちの幸福感には差が認められず、終身在職権審査の成功・失敗は人生を左右する重大な出来事ではもはやなかった。仮に自分が審査に落ちたというエピソードは記憶として残っていても、「失敗者」「不幸者」「低能力者」というラベルはそこには張り付いていないし、自分にとって意味あるエピソードとしての地位を失っているのである。これは、一度体験した重要な出来事は自己と結びつけられて解釈され、記憶に留められるというこれまでの知見とは相容れない。

別の研究は、大学生の幸福感を2年間にわ

たり測定した。ある者は身内を亡くし、ある者は恋人と破局し、ある者は大学院に合格した。これらの出来事は当人たちにとって重要であったが、幸福感には一時的な影響しかもたらさなかった。これを報告した研究者は「最近の出来事だけが重要だ」と言っている (Wilson, 2005 による引用 p.187)。『人生を変えるような重大な出来事が起こり、それで頭がいっぱいとき、私たちは繰り返し「ガーン」を経験する。しかしながら、徐々に「ガーン」攻撃の頻度も力も弱まっていく。私たちの世界観はその出来事に沿うように調整され、それについてそれほど考えなくなる』 (Wilson, 2005, p.199)。つまり、重大なできごとを経験し、その時に自分が幸せ者、有能者、あるいは無能者だ失敗者だととらえたとしても、時が流れ文脈が変われば、そのような自己理解は色あせ、そのような経験も自己理解も重要性を失うことを示唆している。このような復元力のメカニズムは、絶えず直面する新たな事態に対して、より柔軟に対応することを可能にしている (Wilson, 2005)。

時が経ち状況が変わると、かつて重大性をもっていたできごとについて再現できなくなるのか、あるいは思い出さなくなるのか、それらの研究は明らかにしていない。仮に自伝的エピソードとして記憶に貯えられたままだとしても、ここで強調したいのは、自伝的記憶と自己との関係は密接に対応した固定化したものではなさそうだという点である。Libbyら(2005)は、過去のエピソードを想起する時の視覚的視点操作によって、過去の自分が異なるものとしてイメージされることを報告している。これは過去の現実の大凡の記録に根ざしたものとして概念イメージとしての自己が心の中に貯えられているのではなく、想起時点での視点の取り方の関数として想起時点で一時的なものとして作られることを実証的に示した研究として、位置づけることができる。

このような考え方に立てば、過去の自己、すなわち過去のある時点にいた自分がどのようなものであったかについての信念ないしイメージは、それを作ろうとしている現在において構成されることになる。実はこのような考え方は、これまでまったくなかったわけではない。古くは、Mead (1934)が、だとしてとらえの対象となるもの [Me] は、常に主体として現在を生きる [I] によって構成される、という理論を提唱している。また、Bruner (1990; 1994)は、自己を構成することは、記憶よりも思考に近いものだと主張し、語りの時点での様々な心理過程の産物だと主張している。さらに、Ross を筆頭とするグループは動機が過去の構成を導くことをさまざまな実証研究で示してきた。ただし、Ross ら (e.g., Ross & Wilson, 2003)は、自己高揚動機を根源的なものとみなし、もっぱら自己高揚動機から自己構成を証明しようとしているが、自己高揚動機が本質的に重要で極めて強いとされている米国においても、人が常に自己高揚に動機づけられて思考・判断を行うわけではないことが多々示されており (e.g., Kruger, 1999; Kruger & Dunning, 1999)、自己高揚動機を主観性要因の1つとして位置づけた上で、検討が求められるところであろう。

遠藤(2003)は、実際に数ヶ月間の間隔をあけて実施した研究によって、「過去の自己」は、数ヶ月前の「現在の自己」ではなく、現時点での「現在の自己」と強い関わりがあることをみだし、現在の自己のとらえが過去の自己を規定することを示唆している。

3 . 自己と時間

これまで、自己についての2つの見解を紹介してきた。すなわち、1つは、ある時点(例：2001年9月11日)で生じたできごと経験をその時点で自伝的記憶エピソードとして貯蔵し、それを基に自己を計算するという考え方である(これを今、記憶表象説と呼ぶこ

とにする)。この説においては、できごとや行為の意味はそれらが生起した時に発生し表象として記憶される。もう1つは、過去は現在において構成されるという説であり(これをここでは、構成説と呼ぶ)、できごとや行為の意味は現時点において付与されることになる。

最後に、これを時間ということばを用いて説明しなさい。記憶表象説においては、時間は絶対的なものとしてとらえられ、できごとや経験の表象は暦や時計によって特定される客観的時間軸上のある1点(ただし、一定の幅を持たせることもある)に貼り付けられたもの、ということになるだろう。ライフステージのいつ頃の記憶が多い(e.g., Rubin et al., 1998)といった研究は、このような絶対的時間あるいは客観的な時間の流れを想定している。他方、構成説においては、過去や未来というのは、現在のその人の頭の中で構成されるものである。身体をもち今この社会的文脈の中に生き活動しながら、主観的世界の中で構成している時間である。それゆえに、客観的時間軸上は比較的近接した過去であっても、遠いものとして感じられ、その時の自分と今の自分はすっかり変わってしまった(Libby et al., 2005)と思えたり、あるいは客観的時間としては長い時が流れた後も、ついこの間のようにと思え、私は何も変わってはいない、と感じる場合が生じたりするのである。

人は生涯にわたり成長・学習し続け、理解できる意味が深化し、以前は見えていなかったことが見えるようになる。たとえば、自分の子どもをもつまでは、「次世代への責任」などという視点で自己をとらえるという発想はまず生じないだろう。今の時点で理解している「以前は、責任など感じていなかった自分」というものは、過去の暦上のどの時点を探しても存在しないのである。このような意味において、過去は"look back"という行為のあるところに、生じるものであると考えられ

る。

ただ、これらはどちらが正しいかを決定すべき性質のものではない。なぜなら、それは問題の立て方、研究関心のあり方の違いと密接に対応しているからである。たとえば、人生のどの時期のできごとが思い出されやすいかという疑問は、一般に人というものは、自分に起きたできごとをどのように記憶をしているかを関心の対象とするものである。自伝的記憶とは、「人が生涯を振り返って再現するエピソードのこと」と定義されている(有斐閣『心理学事典』p.354)。そこでは、自己に関わるものであるか否かはまったく言及していない。それも道理である。自伝的 (autobiographical) というのは、思い出しているあるいは語っているのが自分自身(auto)だということだけを示し、自己(self)という語はそもそも含んではいない。だから、先のように、人というものは、その人自身の過去をどのように憶えているのだろうか、という問いを立てることができる。だが他方、自己に焦点を当て、「過去の私」がどのように作られるかを問題にすることもできる。この時には、今現在どのような自分がいて、何をあるいはどのような自分を「過去」として感じているのかを問わざるを得ない。[I]があつての[Me]なのである。被爆者や拉致問題の当事者である家族にとっては、今の[I]の中に現在の問題として存在しているかぎり、何十年経過しても、あの時のことは過去ではなく連続した長い現在なのかもしれない。

【引用文献】

- Bless, H., & Forgas, J. (2000). *The message within: The role of subjective experience in social cognition and behavior*. Philadelphia, PA: Psychology Press.
- Bower, G., & Gilligan, S. G. (1979). Remembering information related to one's self. *Journal of Research in Personality*, **13**, 420-432.
- Bruner, J. (1990). *Acts of meaning*. Cambridge, MA:

- Harverd University Press.
- Bruner, J. (1994). The "remembered" self. In U. Neisser & R. Fivush (Eds.), *The remembering self: Construction and accuracy in the self-narrative*. New York: Cambridge University Press.
- 遠藤由美 (2003). 過去はいかに想起されるか - 自己の時系列的比較. 『日本社会心理学会第 44 回大会論文集』, 230-231.
- Gilbert, D.T., Pinel, E.C., Wilson, T., Blumberg, S.J., & Wheatley, T.P. (1998). Immune neglect: A source of durability of bias in affective forecasting. *Journal of Personality and Social Psychology*, **75**, 617-638.
- Gilovich, T., Epley, N., & Hanks, K. (2005). Shallow thoughts about the self: The automatic components of self-assessment. In M. Alicke, D. Dunning, & J. Krueger (Eds.), *The self in social judgment*. Philadelphia, PA: Psychology Press.
- Gilovich, T., Griffin, D., & Kahneman, D. (2002). *Heuristics and Biases: The Psychology of Intuitive Judgment*. New York: Cambridge University Press.
- Gordon, C. & Gergen, K. (1968). *The self in social interaction*. New York: John Wiley.
- Haddock, G. (2000). Subjective ease of retrieval and attitude-relevant judgments. In H. Bless & J. Forgas (Eds.), *The message within*. Philadelphia, PA: Psychology Press.
- James, W. (1890). *Principles of psychology*. New York: Holt.
- Kihlstrom, J., & Cantor, N. (1984). Mental representations of the self. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology*, Vol.17, 1-47. New York: Academic Press.
- Kruger, J.M. (1999). Lake Wobegone be gone! The "below-average effect" and the ego centric nature of comparative ability judgments. *Journal of Personality and Social Psychology*, **77**, 221-232.
- Kruger, J.M., & Dunning, D. (1999). Unskilled and unaware of it: How difficulties in recognizing one's own incompetence lead to inflated self- assessments. *Journal of Personality and Social Psychology*, **82**, 189-192.
- Libby, L. K., Eibach, R. P., & Gilovich, T. (2005). Here's looking at me: The effect of memory perspective on assessments of personal change. *Journal of Personality and Social Psychology*, **88**, 50-62.
- Markus, H. R. (1977). Self-schemata and pro-processing information about the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, **35**, 551-558.
- Markus, H. R., & Kunda, Z. (1986). Stability and malleability of the self-concept. *Journal of Personality and Social Psychology*, **51**, 858-866.
- Mead, G. H. 1934 *Mind, self and society*. Chicago: University of Chicago Press.
- Ross, M., & Wilson, A. E. (2003). Autobiographical memory and conceptions of self: Getting better all the time. *Current Directions in Psychological Science*, **12**, 66-69.
- Rubin, D. C., & Rahhal, T. A., & Poon, L. W. (1998). Things earned in early adulthood are remembered best. *Memory and Cognition*, **26**, 3-19.
- Sanitioso, R., Kunda, Z., & Fong, G. T. (1990). Motivated recruitment of autobiographical memories. *Journal of Personality and Social Psychology*, **59**, 229-241.
- Skowronski, J. J., Betz, A. L., Thompson, C. P., & Shannon, L. (1991). Social memory in everyday life: Recall of self-events and other-events. *Journal of Personality and Social Psychology*, **60**, 831-843.
- Trope, Y. (1986). Self-enhancement and self-assessment in achievement behavior. In R. M. Sorrentino & E. T. Higgins (Eds.), *Handbook of motivation and cognition*, 350-378. New York: The Guilford Press.
- Wilson, T. (2002). *Strangers to ourselves*. Cambridge, MA: Belknap Press/Harvard University Press. (村田光二 監訳 (2005). 『自分を知り, 自分を変える: 適応的無意識の心理学』. 新曜社.)
- Wyer, R., & Srull, T. (1989). *Memory and cognition in its social context*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

指 定 討 論

佐藤浩一(群馬大学)・太田信夫(東京福祉大学)

越智啓太(東京家政大学)・下島裕美(杏林大学)

【指定討論 1】佐藤浩一(群馬大学)

1. 自伝的記憶の分類

一口に「自伝的記憶」といっても様々な記憶が考えられる。構造に着目すると、特定の出来事に関する「自伝的エピソード記憶」と、一般的な「自己知識」に分類できる。また機能に着目すると、「自己」(自己 自己の一貫性・連続性を支える, 自己高揚, 気分の調整, 等), 「社会」(親密な関係の形成と維持, 情報を伝達する, 等), 「指示」(プランニング, 意志決定, 等) という 3 種類の機能を想定できる (Bluck, 2003)。

2. 高齢者における回想と自伝的記憶

(1) 回想研究で扱われる記憶の特徴

野村氏が聴き取った高齢者の回想は、決して「自伝的エピソード記憶」だけから構成されているわけではない。自分や家族についての一般的知識や生活史が語られ、それを背景としてエピソード記憶が想起され、一つの大きなライフストーリーを構築している。青年期以降、様々な出来事を因果連関的に結びつけて理解するライフ・ストーリー・スキーマ (Bluck & Habermas, 2000) が獲得されることが、こうした回想を可能にしているのである。こうして想起された記憶は、自己を確認したり、他者に何かを教えるだけでなく、今後を方向付ける指示機能さえ果たし得る。

(2) 語り手と聞き手の関係

聞き手がいてこそその「回想法」であるが、研究では聞き手の存在は背景に隠れることが多い。しかし聞き手の存在は回想に大きく影響を及ぼす。例えば Bavelas, Coates, & Johnson (2000) の実験では語り手に「危機一髪」経験を語ってもらい、聞き手の反応を操作した。その

結果、単に相づちを打つだけでなく、相手の発言を補足したり、表情を変えるなど、言語的・非言語的に応答することが、語りの質を高めるのに有効だった。Pasupathi (2003) は、ネガティブな経験を語る際に、相手が同意反応を示すと、話した後でネガティブな感情が弱まることを指摘している。また回想法をとりあげたドキュメンタリー「遠き日への架け橋 - ある回想法の記録」(NHK, 2002 年 7 月 2 日) では、生き生きと過去を語り未来を語る高齢者の言葉に、病棟のスタッフが耳を傾ける様子が描かれていた。周囲のこうした対応が、高齢者の適応を高めることも考えられないだろうか。

(3) 語り方

自伝的記憶研究では、子どもは大人との会話を通じて、過去の語り方を学んでいくことが指摘されている。こうした学習は幼児期に限定されず、その後も、その人が生活する社会・文化の中で続けられるのだろう。例えば西欧圏の研究では、女性による自伝的記憶の想起は男性に比べて詳細で豊かな感情表現を伴う。また、こうしたジェンダー差は幼児期にも認められるのである (Ornstein, Haden, & Hedrick, 2004)。

それでは高齢者の回想にも、こうした社会文化的な影響は認められるのだろうか。例えば日本では「自分史」がブームになって以来、自分史の作成を支援するガイドブックやソフトが販売されている。年代にそって社会的な事件や風俗が提示され、質問に答える形式で記入していくという形式のものが多く、こうしたツールは、非常に強固な「想起の枠組」を提供しているようにも思える。

(4) 適応と関連する記憶

自伝的記憶研究では、抑鬱と記憶の概括性の

間に関連があることが指摘されている。PTSD患者や抑うつレベルの強い人では、個別のエピソード記憶を想起することが苦手で、「あの頃は……でした」といった概括的な想起にとどまるのである (Williams, Teasdale, Segal, & Soulbey, 2000)。野村氏の研究では想起内容と適応指標との関連が検討されているが、概括性に着目することも、研究を深める一つの有効な手段と思われる。

(5) 思い出さない、語らない、という選択

回想を臨床実践として位置づけたときに、「過去を振り返らない」「語らない」という行為はどう理解されるのであろうか。「語り」を検討すると同時に、「語らない」心理 - どのようなときに語るのか・語らないのか、何を語るのか・語らないのか - に着目することも、必要かもしれない。

3. 自己と時間

(1) 自己研究で扱われる記憶の特徴

遠藤氏の研究(遠藤, 2003)では「過去の自己」に関する評定を求め、それが「実際の過去」ではなく、「現在の自己」によって説明されることが見出された。すなわち過去は現在という時点において構成されるのである。ここで評定されたのは「自分はどのくらい人とうまくやれるか」「自分はどのくらい意欲的か」という項目であり、抽象的な自己知識が扱われていると言える。このように現在を起点に過去の自己が再構成されるという知見は、80年代以降くりかえし指摘されている(Ross, 1989)。こうした再構成は、自己の一貫性や好ましい変化を確認するという機能を果たしている。

(2) 動機説と認知説

こうした再構成の背景に「自己高揚動機」の存在を考えることができる (Wilson & Ross, 2003)。しかしこうした動機を仮定しない、認知的な説明も可能だろう。例えば「3ヶ月前に自分はどのくらい意欲的だったか」思い出すことを考えよう。「3ヶ月前」という時間情報は、自伝的記憶を検索する手がかりとして有効性が

低い (Wagenaar, 1986)。そこで回答者は、過去の個別のエピソードを参照して回答するのではなく、現在を起点として再構成するというヒューリスティックに依存したと解釈することも可能ではなかろうか。

動機の重要性を指摘するのであれば、実験に用いた項目をひとまとめに分析することは、大切な情報を逃すことになりかねない。「人とうまくやれる」「意欲的である」等々の項目の中には、当人にとって重要なものもあれば、そうでないものも含まれているだろう。自己高揚動機が再構成の背景にあるのなら、重要か否かで結果が異なることが予想される。このことと関連して、Libby, Eibach, & Gilovich (2005, Exp.3)は、食事をコントロールすることが非常に重要だと考えている大学生と、そうしたことに関心がない大学生を対象にした実験を行っている。Libbyらは「過去半年間で、食べ過ぎたときの経験を思い出してください」と教示し、その時に比べて「どれくらい食事をコントロール出来るようになりましたか?」と問うた。その結果、食事をコントロールを非常に重要だと考えている大学生群でのみ、「コントロール出来るようになった(望ましい方向に変化した)」と自己を評価する結果が見出されている。

(3) 自伝的記憶の機能と構造

Tulving (2002) はエピソード記憶をPRS (Perceptual Representational System) や意味記憶よりも上位の、ヒト固有の記憶システムであると考えている。このようにヒトにとって重要な記憶が、自己に関する判断に際して参照されないということは奇妙な印象を受ける。しかし考えてみれば、自己の変化や一貫性を確認するには、「以前はパーティーにとけ込めなかったが、今は自分が主役だ」という抽象的な判断を行う方が、「先週はジョークを失敗したが、今日はいままでできた(明日はどうなるかわからない)」という個別のエピソードを想起するよりも有効なのだろう (Libby et al., 2005)。その一方で、アンカーやターニングポイントのように、

鮮明に想起されて人生を方向づけるエピソード記憶があることも無視出来ない (Pillemer, 2003)。「自伝的記憶」にも様々な記憶があることを考えると、「ある機能を果たすには、それに適した構造の記憶が参照されることが必要である」ということかもしれない。

【指定討論 2】太田信夫(東京福祉大学)

自伝的記憶研究は、従来、記憶研究におけるひとつのテーマであった。しかしこの研究が進展するにしたがって、実は、単なる記憶研究に収まるものではなく、心理学の他領域とも密接な関係があることがわかってきた。今後の研究の進展しだいでは、心理学の一領域として、独立した学問体系を組織することも考えられると、私は思う。また、学問全体の発展の見地からも、そのようになることを期待している。

このような意味で、今回のふたりのご発表内容は、これまでの記憶研究の範囲には入らないが、今後の自伝的記憶研究には、何らかの形で取り入れるべき研究であろう。なぜならば、お二人の発表は、どちらも自伝的記憶研究の本質に関わる内容だからである。

自伝的記憶研究の本質を表すキーワードを二つ挙げるとすれば、「自己」と「エピソード記憶」であろう。以下、この2点について考察を進めながら、話題提供者のご発表内容についても、若干、触れることにする。

1. 自己

まず自己についてであるが、今後の自伝的記憶研究を考えた場合、重要と考えられる研究テーマとして、自己形成と自己伝達がある。

(a) 自己形成

ここでいう自己形成の問題とは、自己概念の形成に自伝的記憶がどのように関わってくるかという問題である。遠藤氏の自己研究は、自己の主体的側面を重視した研究であるが、これに対して従来の自伝的記憶研究は、自己を客体視した研究であるといえよう。生の人間を扱うの

が心理学であるとすれば、過去から未来に向かって現在を生きている自分自身が、どのように自己を評価し、どのような方向に自分を持っていこうとしているのか、という主体的視点から研究するのも、自伝的研究の課題である。

現時点での過去経験の想起、これはその時点でのその個人の内外にあるさまざまな要因によりバイアスがかかっていると考えられるが、この想起が自己概念の形成や変容と密接に関係しているのである。そしてこの自己概念を基にして、未来の自分を計画したり予測したりするのである。このような主体的観点からすれば、記憶とは過去と未来との接点として機能する認知的モーメントであるといえよう。また、伝統的記憶研究の枠組みからいえば、自伝的記憶は回想記憶と展望記憶の接点として機能するともいえよう。ここでの自己形成として働く展望記憶は、人生プランのような長期的展望のようなものであろう。

このような自己形成としての自伝的記憶研究は、心理学の実利的な面においても有効性をさらに高めるのである。

(b) 自己伝達

自己に関するもうひとつの研究テーマとして、自己伝達がある。これは、自伝的記憶に関するコミュニケーションの問題である。すなわち、自己の過去経験を他人に伝えたり他人から聞いたりすることに関して、この内容と行為をいろいろな角度から研究することである。そのひとつが、野村氏の高齢者における回想の研究である。従来の自伝的記憶研究では、記憶の内容に関する研究が多く、その内容の自己や他人に対する機能については、あまり研究されてこなかった。しかし野村氏は、回想行為そのものに注目し、回想過程を細かく分析し、当人の人生における回想の意味づけをしている。このような研究は、臨床研究や対人関係研究にも関係しており、また人格の適応の問題としても扱える。

自伝的記憶研究における自己伝達の研究は、このように考えてくると、自伝的記憶研究の拡大と発展性をいっそう感じさせてくれるものである。

2. エピソード記憶

記憶のひとつの分類法として、エピソード記憶、意味記憶、手続き記憶の3分法がある。自伝的記憶は、自分の人生における過去経験の記憶であるので、単純に考えれば、エピソード記憶のことである。しかし少し考えればすぐ分かることであるが、エピソード記憶と同義とはいえないところもあり、また、意味記憶や手続き記憶の面も含んでいる。

エピソード記憶は、何らかの形で自己の関わる時空間的に定位される記憶であるが、自伝的記憶は自己の関わり方がより密接な記憶といえよう。したがって両記憶は、まったく同じとはいえない。また、次の例のように考えると、自伝的記憶はエピソード記憶以外の部分もある。たとえば、ある高齢者が、青春時代に大病を患い生死の境をさまよい、それ以来、生命の尊さを生活信条としたとしよう。この人の大病の経験はエピソード記憶であるが、そこから得た教訓は意味記憶であろう。大病以来、その人に健康第一のセルフコントロールの術が身についたとすれば、その術の記憶は手続き記憶であろう。

自伝的記憶は、自己に関する記憶である。したがって、自己に関する知識という意味記憶も当然含まれる。「自分は軽率な人間だ」とか「自分は努力家だ」というような自己知識を青年期の自己像として記憶しているとすれば、これはエピソード記憶ではなく、一種の意味記憶である。もちろん同じ意味記憶でも、一般的知識のようなものと自己に関する知識では、性質が異なると考えられる。

なお、この辺りの記憶の区分に関する議論には、未解決の点も多く、筆者とは異なる解釈も考えられるので、一言断っておきたい。

いずれにしても、自伝的記憶は、記憶の分類理論からすると、複数の記憶が関係しており、

記憶全般の問題として再構築する必要があると考える。

また自伝的記憶研究では、認知的側面からのみではなく、情意的側面の観点からアプローチすることも必要である。私たちは、昔のことを思い出して、時には泣いたり、時にはやる気を出したりすることがよくある。野村氏の研究対象である高齢者の回想行為には、必ずと言って良いほど情意的側面が随伴するであろう。また遠藤氏の自己研究においても、過去や現在の自己を評価する際には、その人の情意的側面が少なからず評価に影響を与えていると考えられる。したがって、この側面を無視しては、血の通った心理学研究にはならない。

しかしこのような自伝的記憶研究は、現在、大変少ない。人間は、常に、認知的であると共に情意的存在でもあることを考えれば、この種の研究の重要さが分かる。

以上、自伝的記憶のキーワードとしての「自己」と「エピソード記憶」に関して、自伝的記憶研究の発展性について論じてきた。本論の冒頭にも述べたように、今や自伝的記憶研究は単なる記憶研究の一部にとどまらず、心理学の他領域とも共有する問題を持ち始めている。自己形成の問題は、学習や成長の問題でもあり、発達心理学や教育心理学の領域とも重なる。自己伝達の問題は、社会あるいは人間関係における人格適応の問題として、臨床心理学や社会心理学の領域とも重なる。あるいは、自伝的記憶研究が記憶研究全般に再編成するようなインパクトを与えれば、認知心理学の更なる発展が期待できる。

自伝的記憶研究が、科学的価値を維持し真理を追究しながら、一方では、現実に生きる私たちに指針を与えるような学問に発展することを、切に望むしだいである。

【指定討論 3】越智啓太(東京家政大学)

記憶研究では、自伝的記憶のフォールスメモリーという問題がしばしば取り上げられる。これは、自分の「自伝的記憶」が誤っているという現象、つまり、実際には体験しなかったことを記憶していたり、実際の行動とは異なった行動をしたと記憶している現象をさす。このような現象は、その記憶の内容が、虐待の記憶だったりすると大きな問題となるので、実用的な観点からも非常に重要な問題となってくる。

ところで、このような自伝的記憶のフォールスメモリーを実験的に作り出すのは実はなかなか困難である。この問題に関しては、多くの研究者がさまざまな実験をしているが、これらの研究を見てみると、自伝的記憶のささいな側面（色とか、一緒にいた人物など）を変容させるのはそれほど大変ではないのであるが、実際になかった経験をあったと言わせたり、あった体験を無かったと言わせたり、出来事の主要な側面を変容させることは、それほど上手くできるわけではないということが示されている（フォールスメモリーを人工的に作り出したという研究もじっくり読んでみると、明確なフォールスメモリーを被験者の多くに対して作り出すことに成功しているわけではない）。しかし、実験場面を離れて我々の自伝的記憶を検証してみると、自伝的記憶のフォールスメモリーは、比較的ありふれた現象であるという証拠もある。例えば、家族で昔の思い出について、じっくり話し合ってみると、相互の記憶が異なっていることがしばしば生ずるし、その中には、とてもささいな情報の食い違いではないようなもの、行ってない場所について行ったという記憶や、やっていない行動についてやったという記憶、も含まれていることがある。なぜ、実験場面では、にせの自伝的記憶を作り出すのが困難で、現実の人間生活の中ではしばしば、にせの自伝的記憶が作られるのかというのは謎の一つである。

この点を解明するためには、ロフタスらのいう

事後情報効果（事後に与えられた情報が記憶の中に組み込まれてしまう現象）の枠組みだけでは十分でないと思われる。そこで、セルフの構造自体と関連する現象、例えば、自己概念を支持するような体験の記憶が作り出されてしまうような現象や、自分の人生全体の語りの中で自分の人生を再構成し、その中で、語りの一貫性を維持するために自分の体験しなかった出来事まで再構成してしまうのではないと思われる。先生方のお話は、このような現象の背後にあるメカニズムについて、わかりやすく説明して頂いたので、記憶研究の立場からも非常に有用であった。

【指定討論 4】下島裕美(杏林大学)

野村先生は自己エピソード想起を含む回想の観点から、遠藤先生は性格特性など抽象的自己知識の観点から、過去・現在の自己についてお話いただいた。野村先生の回想研究と企画者らの自伝的記憶研究では、自己にとって過去エピソードが持つ意味を前提とするのに対して、遠藤先生からは、自己にとってエピソード想起は必ずしも必要ではないとお話いただいた。そこで、自己と自己が過去に経験したエピソードの想起との関係について幾つかの観点から考えてみたいと思う。

1. 記憶の構造からみた自己とエピソード

自己と自己エピソードの関係を記憶の構造という観点から見ると、健忘患者の事例から性格特性評価とエピソード想起の独立性が示されている (Tulving, 1993; Klein, Loftus, & Kihlstrom, 1996)。また Conway & Pleydell-Pearce (2000) は、抽象度の異なる三階層から成る自伝的知識ベースと、自伝的知識ベースへのアクセスを制御する作動自己とにより構成される自己記憶システムを提唱している。このモデルにより過去の自己想起を考えてみよう。例えば「昔から社交的だったの?」という問いに対する「子どもの頃は人見知りしたの」という返答には、抽象度の高い知識ベース(“小学生の頃”のよう

な life time period)へのアクセスで十分であり、エピソード想起は必要ないこともあるだろう。しかし、「本当？信じられない」と会話が続いた場合、「本当よ。小学校の入学式でね…」と特定のエピソードを容易に例示できるかもしれない。エピソード想起を必要とせずに過去の自己知識を答えられる場合であっても、それらの抽象的知識を特徴づける鮮明なエピソード記憶が存在すると考えられる。

2. 発達の観点からみた自己とエピソード

次に発達の観点から自己と自己エピソードの関係を見てみる。まず、子どもは2歳頃には過去を語るようになる(Nelson, 1989)。しかしそれはエピソードの想起でしかなく、自伝的記憶としてではない。その後、子どもは過去・未来のエピソードを大人と語ることを通じて、過去・現在・未来の自己の連続性(Temporally Extended Self)を認識するようになり、これが自伝的記憶の生起に結びつく(Fivush, 2001; Hudson, 2001; Nelson, 2001)。また、会話における自己と他者との記憶表象の比較を通じて、自己の記憶の主観性や心の理論を獲得する(Nelson & Fivush, 2004)。発達のみにみると、自己エピソード想起という行為と、過去・現在・未来を通じて連続した自己の認識は相互に関連したものといえる。

3. 社会文化的視点からみた自己とエピソード

自己とエピソードの関係は文化によっても異なる。親子の会話や子ども・大人の過去想起において、欧米に代表される独立的自己観の文化では自己の独自性や特定エピソードへの言及が多く、東洋に代表される協調的自己観の文化では他者との関係性や教訓への言及が多い(Leichtman, Wang, & Pillemer, 2003)。インドのある村では過去の想起が重要視されていないため、調査協力者は過去想起課題自体に困惑したという。自己にとってのエピソードの重要性は、幼少期から形成された自己観に大きく影響されるであろう。

4. 世代を超えて拡張した自己とエピソード

社会の一員として自己を捉える協調的自己観は、自身の経験を超えた時代の流れの中で自己を捉えることにもつながるであろう。自身が誕生する前の父親・母親の人生から自身の死後の子どもの人生、あるいはより長い歴史的視点でみた時間の流れの中で自己を認識する場合、自身が経験した個々のエピソードなどもはや意味を持たないかもしれない。どの程度の長さの時間の流れの中で自己を捉えるのかによって、「現在の自己」を表す期間も異なるであろう。自己と自己エピソードの関係性は、自己を認識する時間の枠組みにも影響を受けると考えられる。

【引用文献】

- Bavelas, J. B., Coates, L., & Johnson, T. (2000). Listeners as co-narrators. *Journal of Personality and Social Psychology*, **79**, 941-952.
- Bluck, S. (2003). Autobiographical memory: Exploring its functions in everyday life. *Memory*, **11**, 113-123.
- Bluck, S., & Habermas, T. (2000). The life story schema. *Motivation and Emotion*, **24**, 121-147.
- Conway, M. A., & Pleydell-Pearce, C. W. (2000). The construction of autobiographical memories in the self-memory system. *Psychological review*, **107**, 261-288.
- 遠藤由美 (2003). 『過去はいかに想起されるか - 自己の時系列的比較. 『日本社会心理学会第44回大会論文集』, 230-231.
- Fivush, R. (2001). Owning experience: Developing subjective perspective in autobiographical narratives. In C. Moore, & K. Lemmon (Eds.), *The self in time: Developmental perspective*, 35-54. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Hudson, J. A. (2001). The anticipated self: Mother-child talk about future events. In C. Moore, & K. Lemmon(Eds.), *The self in time: Developmental perspective*, 53-74. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Klein, S. B., Loftus, J., & Kihlstrom, J. F. (1996). Self-knowledge of an amnesic patient: Toward a neuropsychology of personality and social psychology. *Journal of experimental psychology: General*, **125**, 250-260.

- Leichtman, M. , Wang, Q. , & Pillemer, D. P. (2003) . Cultural variations in interdependence and autobiographical memory: Lessons from Korea, China, India, and the United States. In R. Fivush & C. Haden(Eds.), *Autobiographical memory and the construction of a narrative self: Developmental and cultural perspectives*, 73-98. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Libby, L. K. , Eibach, R. P. , & Gilovich, T. (2005) . Here's looking at me: The effect of memory perspective on assessments of personal change. *Journal of Personality and Social Psychology*, **88**, 50-62.
- Nelson, K. (1989) . *Narratives from the crib*. Cambridge, Mass: Harvard University Press.
- Nelson, K. (2001) . Language and the self: From the “ Experiencing I ” to the “ Continuing Me ” . In C. Moore, & K. Lemmon(Eds.), *The self in time: Developmental perspective*, 15-33. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Nelson, K. , & Fivush, R. (2004) . The emergence of autobiographical memory: A social cultural developmental theory. *Psychological Review*. **111**, 486-511.
- Ornstein, P. A. , Haden, C. A. , & Hedrick, A. M. (2004) . Learning to remember: Social- communicative exchanges and the development of children's memory skills. *Developmental Review*, **24**, 374-395.
- Pasupathi, M. (2003) . Emotion regulation during social remembering: Differences between emotions elicited during an event and emotions elicited when talking about it. *Memory*, **11**, 151-163.
- Pillemer, D. (2003) . Directive functions of autobiographical memory: The guiding power of the specific episode. *Memory*, **11**, 193-202.
- Ross, M. (1989) . Relation of implicit theories to the construction of personal histories. *Psychological Review*, **96**, 341-357.
- Tulving, E. (1993) . Self-knowledge of an amnesic individual is represented abstractly. In T. K. Srull, & R. S. Wyer, JR,(Eds.), *Advances in social cognition*. Volume V. *The mental representation of trait and autobiographical knowledge about the self*, 147-156. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Tulving, E. (2002) . Episodic memory and common sense: How far apart? In A. Baddeley, M. Conway, & J. Aggleton (Eds.), *Episodic memory: New directions in research*, 269-287. Oxford: Oxford University Press.
- Wagenaar, W. A. (1986) . My memory: A study of autobiographical memory over six years. *Cognitive Psychology*, **18**, 225-252.
- Williams, J. M. G. , Teasdale, J. D. , Segal, Z. V. , & Soulby, J. (2000) . Mindfulness-based cognitive therapy reduces overgeneral autobiographical memory in formerly depressed patients. *Journal of Abnormal Psychology*, **109**, 150-155.
- Wilson, A. , & Ross, M. (2003) . The identity function of autobiographical memory: Time is on our side. *Memory*, **11**, 137-149.