

自伝的記憶研究の理論と方法(4)

佐藤浩一 白井利明 杉浦健
(群馬大学) (大阪教育大学) (近畿大学)

下島裕美 太田信夫 越智啓太
(杏林大学) (放送大学) (法政大学)

2007年3月

J C S S T R - 61

[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, Toshiaki Shirai, Takeshi Sugiura, Yumi Shimojima, Nobuo Ohta, & Keita Ochi, 2007

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 : jcss@jcss.gr.jp

Theories and research methods of autobiographical memory (4) *1

Koich Sato*2, Toshiaki Shirai*3, Takeshi Sugiura*4, Yumi Shimojima*5, Nobuo Ohta*6, & Keita Ochi*7

要約

「自伝的記憶」とは、人が生活の中で経験した、様々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30年間で急速に蓄積されてきた。自伝的記憶は「記憶」にとどまらず、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)時間的展望、(2)転機の語り、という二つの研究が紹介され、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, time perspective, turning point, past, future, narrative, self, time

*1 本論文は、日本心理学会第70回大会(2006年11月3日、九州大学・福岡国際会議場)におけるワークショップ「自伝的記憶研究の理論と方法(4)」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、ワークショップの企画代表者・話題提供者・指定討論者・司会者の順に対応している。

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

*3 Osaka Kyoiku University <shirai@ikoma.cc.osaka-kyoiku.ac.jp>

*4 Kinki University <ken356@mbox.kyoto-inet.or.jp>

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

*6 The University of the Air <nobohta41@yahoo.co.jp>

*7 Hosei University <kochi@i.hosei.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、様々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30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～2005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。過去3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>)。

2006年の日本心理学会第70回大会(2006年11月3日、九州大学・福岡国際会議場)では、ワークショップ「自伝的記憶の理論と方法(4)」が開催された。このワークショップには、「記憶」とは異なる領域でありながら、自伝的記憶と関連の深い研究を続けておられる二名の話者をお招きした。本論文はこのワークショップに基づき、当日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。

白井利明先生からは、時間的展望について話者提供が行われた。時間的展望とは、「ある時点における心理学的未来および過去に対する見解の総体」である。そして時間的展望は、自我を統合したり、社会を構成する上で重要な役割を果たす。また時間的展望は、目標-手段関係や、節目となる事象によって構造化されている。このように機能面でも構造面でも、時間的展望は自伝的記憶と密接につながるテーマである。このワークショップでは、大学生の職業選択や、被爆体験者のライフストーリーの分析等を通し

て、「過去を通して未来を構想する」過程が詳細に検討された。また自伝的記憶研究と照合しつつ、今後の検討課題が論じられた。

杉浦健先生からは「転機の語り」について話者提供が行われた。杉浦先生はスポーツ選手の競技歴を聴き取る中で、「ある出来事がきっかけになって成長した」という自己転換の語りが表明されることに気づかれたという。転機の経験そのものではなく、その経験を語ることで、人は変わる(多くの場合成長する)。これはまさに、自伝的記憶の機能と重なる研究テーマである。杉浦先生からは、現在が過去を意味づけ、こうして意味づけられた過去が現在を意味づけるといふ循環関係が指摘された。さらにこれからの心理学には、物事を因果関係ではなく循環関係として捉える視点が求められるのではないかという指摘がなされた。

以上二件の話者提供に対して、下島裕美氏と太田信夫氏が指定討論を行った。また本論文では、ワークショップの内容をさらに深めるため、企画者である越智啓太氏と佐藤も、話者提供へのコメントを寄稿した。

読者諸氏には、時間的展望、転機、自伝的記憶という関連するテーマが、これからどのようにリンクし融合していくのか、あるいはそれぞれの独自性を提示していくのかといったことをお考え頂きながら、お読み頂ければ幸いです。

【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. New York, NY: Springer-Verlag.

過去をとおして未来を構想する - 時間的展望の視点から -

白井利明(大阪教育大学)

To remember the past is to commit oneself to the future. (ローマ法王 ヨハネ・パウロ二世 広島 1981.2.25)

1. はじめに

「過去をとおして未来を構想することについて論ぜよ」という課題を与えられた。これは時間的展望(time perspective)を解明するうえでの核心となる問いである。考える機会を与えられたことに感謝したい。

2. 時間的展望とは何か

(1) 時間的展望の定義

時間的展望とは、ある時点における心理学的未来および過去に対する見解の総体をいう(Lewin, 1951)。たとえば、自分の未来に希望がもてるとか、過去を受け入れているといったことをいう。Lewinの指導のもとでの研究例としては、Farber(1944)が、刑務所の労働に対する受刑者の苦痛との相関で、判決の不当感といった過去の事象や5年後の釈放の可能性といった未来の事象が影響を与えていることを明らかにしている。

(2) 時間的展望の機能

第1に、人間の自由の問題が時間的展望と関係する。未来や過去を考えることで、直接的な状況による規定を免れることができる。たとえば、今の瞬間には魅力的であるが長い目で見ると有効でないような行動を選択せずにすんだり、大きな目標を実現するために今からコツコツと取り組んだり、現在に二者択一を求められた場合に長期的に考えることで両方とも実現できる。

第2に、時間的展望が自我の統合と関係する。自我の統合とはさまざまな自己の側面や行動を連続し一貫するものとして意味づけることであるが、時間的展望は過去を受け入れ未来を構想し

現在を方向づけるというありかたで自我の統合を果たす。また、人生が有限であることの認識は、一回しかない自分の生を考え、どのように生きていくのかということへの認識を深める。こうした働きがアイデンティティを成り立たせている。

第3に、時間的展望が協同や社会を構成するうえで重要な役割を果たす。時間的展望を共有することで、集団の構成員の相互理解を促進したり、協同の目標の実現に貢献する。歴史を語り継ぐことで、世代と世代を結び合わせたり、一定の歴史認識を共有することで、社会の相互協調が可能になる。

(3) 時間的展望研究の意義

第1に、時間的展望は、個人の主観的側面を取り上げ、行動や発達における個人の主体的側面を重視している。時間的展望は、単に過去を意味づけたり、未来を構築するだけではなく、過去を受容したり、未来に投企するという主体的な契機を含んでいる。

第2に、時間的展望は、「したい」という欲求と「できる」という認知の統一体である。その意味で、感情と認知の統一という視点を併せ持っている(Thomae, 1981)。

(4) 時間的展望の側面

時間的展望は、狭義の時間的展望と、時間的態度(time attitude)、時間的指向性(time orientation)、狭義の時間知覚(time perception)の3つからなる(白井, 1997)。狭義の時間的展望は、広がり(extension)、現実性(realism)、構造化(structuredness)、柔軟性(flexibility)の4つの側面から捉えられる(白井, 2000)。広がりとは、遠い未来または過去の事象を考えることができることをいう。現実性とは、実現可能性の高いことを具体的に考えられることをいう。構造化とは、事象どうしを関連づけることをいう。目標-手段関係で構造化するだけでなく、節目となる事

象によっても構造化されている。柔軟性とは、予期せぬ出来事に対しても対処でき、不確かさへの耐性があることをいう。時間的態度とは、未来または過去に対する肯定的または否定的評価であり、「明るい」「暗い」などの次元をいう。時間的指向性は、過去・現在・未来のうちどれを重視するかの順序づけをいう。狭義の時間知覚は時間の過ぎる速さなどを指す。

3. 時間的展望と記憶研究

時間的展望は、自伝的記憶や展望記憶と関係する。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」(佐藤, 2006)をいう。他方、展望記憶とは、「今より先の時点で、あるアクションを起こしたり、プランを実行することを覚えている記憶」(石原, 1999)である。

時間的展望は記憶と大きく重なっているが、時間的展望が記憶研究と異なるのは、たとえば次の3つの点が考えられる。

第1に、記憶は特定のエピソードを問題にするのに対して、時間的展望は過去を全体として問題とする。

第2に、事実性の問題である。記憶では確かにそのとき覚えたという事実がなければならないが、時間的展望では過去が事実であるかどうかは問題にしない。「私の過去は暗かった」と述べる時、今、過去をそのように評価しているということ自体が問題となる。

第3に、時間的展望のいう「現在」は、必ずしも今の瞬間をいうのではない。一定程度の幅がある。「未来」も、複数段階を経て目標が実現する程度の先のことを考えている。人生レベルでの時間を考えているとも言える。

以上の違いがあるが、むしろ記憶研究とは重なりが大きく、またその違いは相補的な関係にあると思われる。

4. 「過去をとおして未来を構想する」

ことの検討

(1) 現在・過去・未来の関係

現在・過去・未来の関係については、図1のように考えている。つまり、現在を起点に、過去をくぐって未来を構想する(白井, 2001a)。以下、「過去をとおして未来を構想する」ことの実例を示す。

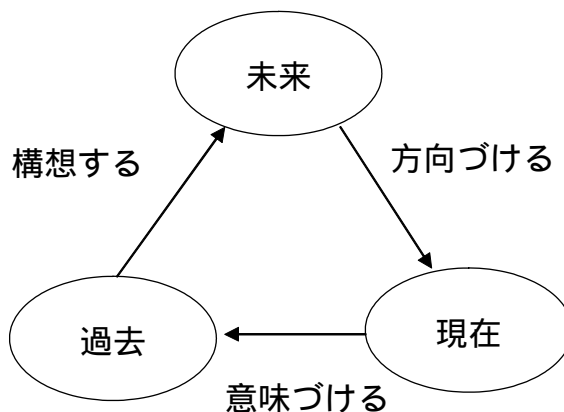


図1 時間的展望の生成の図式(白井, 2001a)

(2) 地震予知の例

古文書によれば、東海地震は100年から150年間隔で繰り返されている。そして、1854年の地震による駿河湾沿岸の隆起が書かれている。しかも、1944年の地震は駿河湾まで及んでいない。ということは、地震が近いうちに起こる可能性があると推測される。このように、地震予知は、過去の延長に未来を予測する。

(3) 日常生活における例

ある大学1年生は次のようにいう。

「大学に入ったばかりの頃、高校の友達は一ひとりもいなくて、初めて家族と離れて暮らす寂しさ、大学の雰囲気になじめず、転学することばかり考えていた。高校の時の友達に手紙や電話でそんなことばかり言っていたら、『始めは誰だってそうなんだよ』と言われた。確かに高校入学時も、クラスに同じ中学出身の子がいなくて、この時と同じ思いをした。そのことを思い出したら、高校の時、あれほど楽しかったのだから、大学もこれから楽しくなるかもしれない、と思えるようになった。どんなに前が良かったと言っても、そこに私の居場所はもうないということが、夏の帰省

の時に感じた。今が私のいる所なんだとはっきりしたら、すべてのことが前向きに考えられるようになった。」

まず困っている現在があって、そして友人の一言がきっかけとなって、過去を回想する。高校とのときも同じようになじめなかったが、やがては楽しくなったという経験を思い出す。このことを大学生生活にあてはめて、今はなじめなくても、やがては楽しくなるかもしれない、と予測する。その結果、気持ちが前向きになっていくのである。

(4) 過去をくぐらないと未来を構想できないのか

ところで、「過去をくぐらないと未来を構想できないのか」という疑問も生じるかもしれない。「エジソンの伝記を読んで、将来、エジソンのような人になりたいと思った」というように、本を読んで未来を構想するということもありえる。Lens (2006) や Nuttin & Lens (1984) が将来展望の元になる目標設定は欲求と認知的処理との相互関係によって行われるとしているように、将来展望は対象との出会いによって生じる。

ただし、エジソンの伝記を読んで、著者との対話が行われているときに、読者の過去・現在・未来のつきあわせが行われているとも考えられる。たとえば、エジソンの子も時代と自分の子ども時代を重ねたり、エジソンが成功したころを自分の未来と重ねていることは想像がつく。こうしてみると、たとえ表面に出てこなくても、対象との出会いの中で、時間的展望の機能が働いていると考えることができる。

(5) 時間的展望の視点からライフヒストリーを分析する

次はライフヒストリーを素材に検討をしてみたい。取り上げる事例は、福田須磨子(1922-1974)著『われなお生きてあり』(1968)であり、以下は石田忠(1973, 1986)を再分析したものである(白井, 2001a)。

福田は、長崎で被爆した。家族、家、近隣社会を一瞬のうちに喪失した。それは時間的展望の視点から言うと過去と現在と未来の破壊を意味す

る。しかも、他の人の助けられず自分だけが生き残ったことに対する罪悪感を抱いていた。PTSDの症状があり、過去が現在に侵入していた。現在は、貧乏、孤独、不安定な生活(人間不信)であり、過去に対しては「戦争さえなかったら幸せだった」としか思えず、未来は死との隣り合わせで生活の不安を抱えていた。原爆症の兆候が不安を生み、少し元気になると不意打ちのように症状がぶり返す。この繰り返して絶望感がつのった。つまり、過去の出来事に対する受動的認知と未来に対する不安・絶望、そして現在は病気からの逃避というように、過去・未来・現在はそれらがつきあわせられたように存在しているのである。そして否定的な均衡状態をつくっている。

こうした否定的なバランスを崩したのは何であろうか。1953年にビキニ事件が起こり原爆を客観視するが、不当性への怒りは絶望にしかならなかった。死のうと思って、同じく死を考えているであろうSの元に行くが、生きるための懸命な努力をしているSを見て、「生きるとは不可能を可能にする魂の闘い」であることを悟る。また、原水禁大会でのWの演説を聞いて「彼女の叫びは全被爆者の叫び」と感じると感じる。その後の彼女は、被爆体験を表現し、他者と共有し、次世代に伝達していく。以上をとおして、彼女は過去の出来事を捉え直し、世代を結び、未来を展望し、現在は病気の不安を直視することができるようになった。このように今度は、過去・現在・未来の間に肯定的な均衡状態が作り出されている。こうしたことができる背後には、他者との関係が重要な役割を果たしている。

以上から、最初に述べた時間的展望生成の図式を修正するとすれば、図2のようになるかもしれない。過去・未来・現在はつきあわせによって作られるが、それは過去を捉え直す活動から未来を立ち上げる活動へ、そして現在を豊かにする活動に至るなかで作られる。そうした活動は本人の置かれている状況によって規定されるのである。このように、時間的展望をつくる活動と時間的展望そのものとを区別することもできるかもしれない。

い。

大橋（2004）は、過去と現在と未来はバランスを取りながら存在すると指摘していた。たとえば、「後悔」は、過去の想起にだけかかわる問題ではなく、「恐れる」という未来の予期ともかかわるものであり、自己は想起と予期の統一的関係のうえで成り立っているとす。また、都筑（1999）は、自我同一性とかかわって、現在の自分が、人生の将来目標を立てるといった時間的展望を確立しようとする過程で、過去の自分や経験・出来事を振り返りつつ、それらを再解釈したり、再定義し、同時に、未来の自分や目標・出来事を思い浮かべ、その実現を期待したり、希望することを通じて、過去・現在・未来の自分を統合的にとらえ、自我同一性を達成すると指摘している。

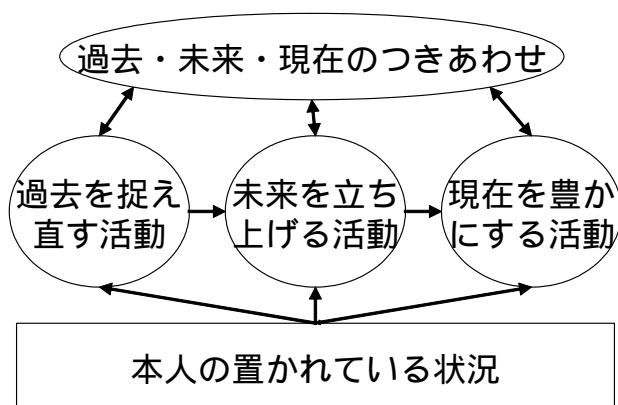


図2 時間的展望生成の図式

5. 過去をくぐって未来を構想する意義

(1) 過去をくぐることの意味

第1に、過去をくぐることで、未来展望が精緻化される。たとえば、少年が安易な反省では非行から立ち直れなかったことを思い出し、否定的な結果を予期しながら行動することがあげられる。

第2に、未来に視点を置くことで、過去が受け止められる。たとえば、不登校経験をもつ生徒が教師を目指すことにより、不登校経験が活かされることがあげられる。

第3に、過去が生きるように未来を構想する。たとえば、目標は計画の途中で立てることがあげられる。

(2) 過去をくぐることで、未来展望が精緻化される例

過去をくぐることで、未来展望が精緻化される例として、回想展望法（白井，印刷中）をあげたい。

清水（1996，2004）は、「将来、何になりたかったか」ということと「今、何になりたいか」とのあいだには主観的関連があると指摘している。ということは、「将来、何になりたかったか」について回想させることにより、「何になりたいか」に関心を高めたり、より適切に考えることができるようにさせることができると考えられる。

そこで、大学生と専門学校生に、「将来大きくなったら何になりたいか」を回想するように求め、それが進路選択にどのように影響するのかを確かめた（白井，2001b）。まず、「将来大きくなったら何になりたいか」という問いを求めた。挙げられた職業の一覧から一貫性を読み取ったり、自分の成長を確認したりしたうえで、発表するように求めた。その結果、この取り組みをしていない場合に比べて、職業選択への関心を高め、自己肯定・自己理解を促し、目標・計画性を高めることが確かめられた。また、高校生に、回想を促し、一貫性の読み取りをするよう求めた（白井，準備中）。この場合でも、将来の職業選択に関心を高め、未来の職業に対して準備をしようとする態度をもたらした。これらの研究は、未来を構想するうえで過去をくぐることが有用であることを示したと言えよう。今後は、精緻化という視点から、広がり・現実性・構造化・柔軟性などといった未来展望の諸側面の詳細な検討が求められる。

6. 今後の検討課題

(1) 自伝的記憶研究と時間的展望研究

本シンポジウムのテーマである自伝的記憶との関連を考えてみたい。

佐藤（2000a）は、過去の自分（remembered self）が未来の自分（possible self）を動機づけると同時

に、未来の自分が過去の自分を選択的に想起したり再解釈したりするというように、過去と未来を双方向的に捉えるモデルを発表している。

その際、次の興味深い事実に基づいている(佐藤, 2000ab)。第1に、教職志望意識の強い学生は、こんな教師になりたいというモデルがいた。第2に、過去の自分の快エピソードによって、教職志望という未来の自分が動機づけられていた。第3に、教職志望という未来の自分によって、快エピソードが選択的に想起されていた。

これらを時間的展望研究の視点で読み解くと、次のようになる。第1は、個人は環境との相互作用の中で未来を立ち上げている。第2は、過去の出来事により未来の目標が支えられている。第3は、未来に視点を取ることで過去が意味づけられている。つまり、よい教師との出会いや学校における快エピソードの想起から教職志望という未来目標の立ち上げや維持にかかわるには、教員養成課程に在籍するといった現在の状況も考慮する必要がある。つまり、時間的展望の視点からは、現在・過去・未来というトライアングルで考える必要があるのである。

なお、Markus & Nurius (1986)によると、可能自己は特定領域の個人の過去経験から創造的・選択的に構築されている。時間的展望の視点でも、過去をくぐって未来を構想するとき、単に過去の延長線に未来を予測し、それを行動の判断材料にするということだけではない。未来を創造的に作り出すということはもちろん、過去に区切りを入れることで過去を「過去化」することもあるからである。たとえば、PTSDは過去が「過去化」していない現象として捉えることができる。ただし、これについても、フラッシュバック現象とのかかわりと捉えれば、記憶との密接なかかわりを考えることができる。

(2) 時間的展望と動機づけ

佐藤(2000a)は、さらに時間的展望とかかわって自伝的記憶研究の問いを次のように整理していた。つまり、第1に、記憶が動機づけるのか、第2に、希望が記憶に対して選択的な効果を及ぼ

すのか、第3に、どんな時に過去を選択的に想起するのか、未来の自分が不安定になったときではないか、という問いである。

佐藤にならって、以下のような時間的展望研究の問いを立てて、答えてみたい。第1に、時間的展望が動機づけるのか、という問いである。Lens (2006)は、時間的展望は動機づけの結果でもあり原因でもあるとしている。目標設定の結果、時間的展望が生まれる。その目標設定は、個人の動機と認知的処理の総合作用の結果である。他方、その結果、生まれた時間的展望が行動を方向づけたり維持したりする。ここでは、認知的な過程だけでなく、動機や欲求などといった成分が動機づけには不可欠であると考えられている。

第2に、過去をくぐって未来を構想することは一般的なのか、という問いである。先に取り上げたライフヒストリーにしても、被爆体験という過去に重大な出来事がある場合であった。こうした事例をどのくらい一般化できるのだろうか。つまり、過去をくぐらないと未来は構想できないのか、という問いを再び考えておきたい。職業選択を例に取ると、Gottfredson (1996)によれば、自己イメージと職業イメージなどさまざまなマッチングによって行われる。ここには必ずしも過去の吟味が明示化されているわけではない。しかし、すでに述べたように、ここでも過去の想起や、現在・過去・未来のつきあわせは行われていると考えることができる。自己のイメージを思い浮かべるとき、これまでの自分を振り返ったり、就職後の自分のありようを思い浮かべていることは容易に想像できる。

第3に、未来を構想するために過去をくぐるのはどんなときか、という問いである。これに対しては、目標や計画を精緻化するとき、協同を実現するとき、過去化していない経験があるとき、困難や障壁が生じたとき(例：初心を思い出して頑張る)、予期せぬ結果や出来事が生じたとき(例：充実した職業生活をしていたが、会社が傾き、転職する時、実は教師になりたかったことを思い出す)といった場合を想定できる。

第4に、過去をくぐって未来を構想することは、どのような意義があるか、という問いである。これに対しては、時間的展望を精緻化する、協同を可能にする、過去を受容し、時間を未来に流す、問題解決に導く、行動を維持したり鼓舞する、時間的な連続性をつくりだし、アイデンティティをもたらし、といったことがあげられる。

7. 結語

以上、「過去をとおして未来を構想する」という問いに対して回答を試みた。現在・過去・未来は相互に前提としあってできあがるため、過去を考える時点ですでに未来のモメントは含まれている。他方で、活動として考えてみた場合には、やはり「過去をとおして未来を構想する」と考えてみたいものである。

今後の課題としては、時間的展望の生成と記憶はどのように関連するか、個人と環境の相互交渉過程の中で時間的展望はどのように生み出され、逆にその過程を制御するのか、他者との関係性(協同や世代間伝達を含む)は時間的展望とどのようにかわるか、といったことの検討が考えられる。

【文献】

Farber, M. L. (1944). Suffering and time perspective of the prisoner. *Univ. Iowa Stud. Child Welf.*, **20**, 155-227. (Lewin, K. (1948). *Resolving social conflict: Selected papers on group dynamics*. New York: Harper and Brothers. レヴィン, K. 末永俊郎 訳 (1954). 『社会的葛藤の解決』. 東京創元社. より重引)

福田須磨子 (1968). 『われなお生きてあり』. 筑摩書房. (家永三郎・小田切秀雄・黒古一夫 編 (1991). 『日本の原爆記録 8』. 日本図書センター 所収.)

Gottfredson, L. S. (1996). Gottfredson's theory of circumscription and compromise. In D. Brown & L. Brooks (Eds.), *Career choice and development (3rd edition)*, 179-232. San Francisco, CA: Jossey-Bass.

石田忠 編 (1973). 『反原爆・長崎被爆者の生活史』. 未来社.

石田忠 (1986). 『原爆体験の思想化・反原爆論集 1』. 未来社.

石原敏道 (1999). 展望記憶. 中島義明他 編 『心理学辞典』, 619. 有斐閣.

Lens, W. (2006). *The role of future time perspective in students' motivation*. Seminar for research on time perspective and motivation, Osaka Kyoiku University.

Lewin, K. (1951). *Field theory in social science*. New York: Haper and Brothers. (レヴィン, K. 猪股佐留 訳 (1979). 『社会科学における場の理論(増補版)』. 誠信書房.)

Markus, H., & Nurius, P. (1986). Possible selves. *American Psychologist*, **41**, 954-969.

Nuttin, J., & Lens, W. (1984). *Future time perspective and motivation*. Leuven, Belgium; Leuven University Press.

大橋靖史 (2004). 『行為としての時間』. 新曜社.

佐藤浩一 (2000a). 教職への志望意識と思い出の中の教師像. 日本発達心理学会第12回大会自主ミニ・シンポジウム「時間的展望研究からみた回想・想起の問題」での話題提供.

佐藤浩一 (2000b). 思い出の中の教師・自伝的記憶の機能分析. 『群馬大学教育学部紀要 人文・社会科学編』, **49**, 357-378.

佐藤浩一 (2006). はじめに. 佐藤他 編. 自伝的記憶の理論と方法(3). 『日本認知科学会テクニカルレポート』, **57**, 2.

清水寛之 (1996). 未来展望と自己形成. 若き認知心理学者の会. 『認知心理学者 教育評価を語る』, 206-215. 北大路書房.

清水寛之 (2004). 回想と展望という行為・記憶研究からみた過去・現在・未来の問題. 日本発達心理学会第16回大会ラウンドテーブルでの話題提供.

白井利明 (1997). 『時間的展望の生涯発達心理学』. 勁草書房.

白井利明 (2000). 時間的展望. 久世敏雄・齋藤耕二 監修. 福富護・二宮克美・高木秀明・大野久・白井利明 編. 『青年心理学事典』, 225. 福村出版.

白井利明 (2001a). 『<希望>の心理学・時間的展望をどうもつか』. 講談社.

白井利明 (2001b). 青年の進路選択に及ぼす回想の効果

自伝的記憶研究の理論と方法 (4)

- 変容確認法の開発に関する研究 () . 『大阪教育大学紀要 (第 部門) 』 , 49 , 133-157 .
- 白井利明 (印刷中) . 回想展望法 . 都筑学・白井利明編 . 『時間的展望研究ガイドブック』 . ナカニシヤ出版 .
- 白井利明 (準備中) . 高校生の進路選択に及ぼす回想の効果 .
- Thomae, H. (1981). Future time perspective and the problem of cognition/motivation interaction. In G. d'Ydewalle & W. Lens (Eds.), *Cognition in human motivation and learning*, 261-274. Leuven, Belgium; Leuven University Press.
- 都筑学 (1999) . 『大学生の時間的展望・構造モデルの心理学的検討』 . 中央大学出版部 .

循環する現在の自己と転機の語り

杉浦健(近畿大学)

1. はじめに - なぜ転機なのか -

今回のワークショップにおいて、筆者は自伝的記憶の関連領域としての「転機」の研究者として呼ばれたのであるが、そもそも筆者が転機の研究をするようになったのは、当初そして現在も一応自分の専門と考えている動機づけの「変化」を知りたかったためである。筆者は長く大学のクラブに関わっていた(10年以上、選手たちの変化を見ることができた)ことや、定時制高校で教えた経験から、選手や生徒たちの中に、あるとき気付くと物事に対する取り組み方が変わっている、すなわちやる気の変化したと思われる者がおり、それがいったいなぜなのかを知りたいと思ったのである。

その当時は原因帰属などの動機づけ研究を質問紙を使って統計処理を行う実証的な形で行っていた。ところがそのような質問紙調査では、やる気のある者とない者の違いはわかるのだが、筆者の関心であった、やる気の変化、つまりなぜやる気のない者がやる気を出すように変わったのかは明らかにできなかった。

例えば、原因帰属の考え方からすれば、やる気が出るようになったのは、それまで失敗を能力不足に帰属してやる気を失っていたのだが、それが失敗を努力不足に帰属するようになったからであると説明できるかもしれない。しかしながら、では「なぜ」そのように帰属のあり方を「その人」が変えることができたのかは、データの数量化を行っても示すことができなかったのである。これは今でも思っていることであるが、実証的な質問紙研究は変化をとらえることが、またなぜ変化するのかを捉えることが苦手なのである。

手詰まりの中で、明確に調査の枠組みではなかったものの、外から見てやる気のあり方が変わったように見えた者に直接聞いたり、もう少

し聞くことの枠組みを決めてスポーツ選手にインタビュー調査をしてみたりなど研究を進めたのであるが、するとそこに「転機」と言うことが最も適切だと思われる経験が共通して語られたのである(必ずしも、インタビューを受けた者が転機という言葉を使ったわけではないのでこのような表現をする)。それが筆者が「転機」の研究を始めるようになった直接のきっかけである。

2. 「自己転換の語り」の発見

ちなみにインタビュー調査では、はからずしも競技歴を聞くことを行っていた。とりあえず話の取っ掛かりのためであったが、今から考えると、まさに自伝的記憶を聞いていたことになる。そのインタビュー調査で共通して語られたのは、ある出来事がきっかけとなって、あるしかるべき理由によって、それまでAという状態だったのが、Bという状態に変わった、多くの場合、Aの状態からBの状態へと成長したという転機の経験の「語り方」である。この転機の経験を語るときの特徴的な語り方を筆者は「自己転換の語り」と名付けている。

上記のような語りをする者は、そうでない者に比べて、元気であり、進む道が分かっており、やる気があるという印象が感じられた。インタビューなどでは、実際に「あなたは今やる気がありますか」と単刀直入に聞いてもいるのだが、そういうときには実際に「やる気はあります」と答えが返ってくることも多かった。

ちなみに当初は、「語り(narrative)」の概念は知らず、上記のような共通した言い方があることに気付く、そこで示された変化や成長を妥当な形で記述したいと考えていたところに、「出来事と出来事のつながり、移行、生成、変化、帰結など、筋立ての仕方が問題」になり、「個

別の具体性, 日常の細部の本質的顕現自体を複雑なまま, まるごと一般化しようとし, それをモデルとして代表される方向性をもつ」(やまだ, 2000)物語の研究法が, 変化や成長の記述を可能にすることに気付いたのであった。

とりあえず当初の関心, 「なぜ変わったのか」について, 筆者自身の納得する答えが, 転機の経験の語りおよびその特徴的な語り方である自己転換の語りにあると感じたことから, それらの語りがいかにされるのか, また, 語られないことはあるのか, それらの語りがどのくらいの力を持って, その人の自己ややる気に影響を与えているのかなどを, 質問紙調査やインタビュー調査, 自伝を中心とした文献研究などを行って明らかにしようとしてきた。

その結果, ここでの「なぜ変わったのか」に答えるのは, 転機の経験そのものではなく, 転機の経験を語ることであるということが見えてきた。さらに言うなら, 筆者の行ったインタビューや記述調査において転機の経験の語り, 自己転換の語りをしたということが意味を持っていることがわかってきた。一般化して言い換えるなら, 自己転換の語りをすることで, 人は変わること, そして多くの場合, 成長することができるということである。

今回の発表では, この転機の経験を語ること, および自己転換の語りをするものの意味(の可能性と限界)を理論的に考えていきたい。言い換えれば, それは転機として語られた自伝的記憶の機能を考えることでもある。

3. 転機の語りは不安定・不確定である

転機の語りの機能を考えるにあたって前提として持っておくべき考え方は, 自己転換の語りができたとしても, その語りは基本的に不安定・不確定なものだということである。あるとき語った転機は, 半年後や5年後に語ったとしたら, 相対的に重要でなくなり, 全く違う転機が語られるかもしれない。転機と銘打った調査ではないが, 佐藤(2001)が行った調査では, これ

までの人生で重要な出来事を8つあげて下さいという質問を約2ヶ月の間隔を空けて行ったところ, 平均して半数の出来事が変わっていたという。

また田垣は中途障害者のライフストーリーをインタビューによって明らかにしようとしているのだが(例えば, 田垣, 2000), そのうちのある者は, 障害を受けたこと, そしてそれを乗り越えて自分なりに障害者の自分を受け入れられるようになったことが大きな転機であったと一度は語ったのであるが, その後のインタビューでは乗り越えた障害のことよりも, それ以前の出来事である父親との葛藤が自分の転機であったと語ったというのである(personal communication)。過去にさかのぼって新たな転機が構成されるのである。

極端なことを言えば, 現在の気分のあり方によっても転機の内容が変わってしまう可能性もありえる。例えば非常に落ち込んでいるときには, 自分が肯定的に変わったというような転機は思い出されないかもしれない。実はこういう落ち込んだ時に転機となった出来事を思い出せるということにまさに転機を語る意味があるのだが, この点については後述する。

また転機の語りは, 聞き手との関係によっても変わってくる。筆者が行ったような調査で語るのと, 例えば友達や恋人に語るのでは別の転機が語られるかもしれない。また同じ人でも, あまり親しくないときと親密になったときでは, 語られる転機は変わってくるかもしれない。

このように, 転機の語りは不安定で, 不確定なものなのである。だから転機の記述をそのまま信じて, 彼らが客観的に, また確実に変わったということは言えない。もしかしたら彼らの変わったという言葉は「口だけ」であり, 他人から見たら何も変わっていないということも十分ありうる。そのまま能天気にならなければ, 内観心理学の批判を甘んじて受けざるをえなくなるだろう。

では, 転機の語りは, 言い換えるなら転機の

記憶の報告は、まったく信頼性のない、取るに足りないものなのであろうか。筆者はそうではないと考えている。もちろん、その言葉を信頼性と客観性のある事実の報告とは考えることはできないだろうが、それでも転機の語りには、理論的な前提を踏まえることによって、十分な意味があるのである。

4. 自己転換の語りは

自己の非連続性を認識させる

調査やインタビューにおいて、「自己転換の語り」を使って転機があったという報告をしたということは、肯定的に変わったにせよ、否定的に変わったにせよ、人が自分の変化に対して「非連続性の認識」を持っていること、もしくは答えたその時点でその認識を持ったことを表している。促されたら非連続性の認識を持つことが可能であったと言ってもいいだろう。「今日、インタビューを受けて、そういえばやっぱりあれが転機だったんだなってあらためてわかりました」という意味のことを言った者がいたが、それはこの非連続性の認識を持つことになった典型であろう。

ここでの非連続性の認識とは、ある時、あることを境に質的に変わったと認識することができるという意味である。人は転機の物語を語ることで、自分の変化についてこのような非連続性の認識を持つことができ、それによって自分が変わったことに気づき、変わったことに気づくことによって、多くの場合、現在の自己をより肯定的に捉えることが可能になるのである。

1. 大学に入った後、目標を見失い、大変悩んだ。目標のことにとらわれず、考え方から生き方に至るまで悩み悩んだ。
2. 考え、悩むことによって多くの人と知り合い、多くの考え方・意見を聞くことができ、もう後ろ向きに生きず前向きに生きようと思うようになった。そう考えると、自分のしたいこと・やるべきことも多く見つけることができるようになった。そうして

いると、後悔せずに生きていこうと思えるようになってきた。

3. 以前はみえなかったものや考えることができなかったことでも今なら見つけられ、考えることができるようになった。視野が広がったと思われる。

4. 2. で書いたように、後ろ向きから前向きに生きると決めることができたからだと思う。何か変化を起こすためには何か大きな契機を経て、思い切った決断ができなければいけないと思う。

*注 1～4は記述調査で質問した項目である。1. いつの、どんな出来事だったか、2. 転機前後でどのように変わったか、3. そのような変化が現在の自分にどう影響しているか、4. どうして変わったかについての理由である。

この例では、後ろ向きだった自分が、大学入学後に悩んだことをきっかけに変化して前向きになったと考えることで、今の自分の前向きさをより明確に認識することができるようになっているのである。もちろんこれは逆もまたしかりで、非連続性の認識は自分をより否定的に見ることも可能にする。肯定的な変化が成長の物語であるということに対比して言えば、転落の物語を作ることも可能なのである。

1. 今年、センター失敗。

2. 世の中どうでもよくなった。完璧主義は良くない。世の中不公平。謙虚にならんといかん(実力がないから本番で点取らない)。テストで人の人生を決めるのは怒りをすぎてばからしい。大学は人生の通過点。あとがんばればいよいよ。国公立のやつむかつく。

3. 常に暗いおもしろい気持ちがつきまとう。人に対する劣等感(自分よりもいいかっこう(世間で言う)のやつに対しては、かなりのコンプレックスがあるし、人を好きになると言うこと自体を拒んでしまいかもしれない)。学歴に対する不安。ねむい。あーあ。世の中でやっていけるのか。いままでの人生の後悔。わけのわからない気持ち。

4. 大きなショックでしょう。

浪人や受験失敗によって肯定的な変化を報告する者も多いのであるが、同じ出来事でもそれをどう意味づけるかによって成長の物語にも転落の物語にもなるのである。

5. 転機による変化は なぜ肯定的変化が多いのか

とはいえ、転機による変化は、どちらかといえば肯定的な変化の方がずっと多いようである。杉浦(2005)では、否定的な方向への変化は肯定的な変化の10%程度であった。なぜ転機による変化は肯定的な変化が多いのだろうか。

この理由として考えられるのが、転機という言葉に肯定的な響きがある、特に「人生の転機」と言った場合、ほとんどが肯定的な意味が付与されているということである。私たちは自分が変わったのを説明する時に、転機によって変わったと語ることができる。そして聞き手も語られた転機の物語を聞いて、その変化に納得することができる。その相互作用は、語り手の中での納得にもつながっていく。

筆者が転機の研究をしているというのと、多くの人が面白そうですねとってくれる。そして、「そういえば私も…」と語りだす人もいる。転機という言葉によって私たちの間に自己の変容、自己の成長に対する共通理解が成り立っているのである。そうして、その共通理解こそが、私たちに自身の成長を認識させるのである。

言い換えるなら、私たちの成長は転機という言葉によって社会的に構築されているのである。社会的構築(social construction)とは、私たちの世界のリアリティが言葉の相互使用によって社会的に構築されているという考え方である(例えば、Burr, 1995)。社会的構築主義(social constructionism)の考えでは、私たちが認識している現実や現実を説明する概念は、客観的に実在するものではなく、言葉の相互使用によって、つまりその言葉を使って共通理解しながら話し合うことで作り出される(構築される)のである。

例えば、「雷」という科学的な現象であっても、私たちが自然界に起こる電氣的な放電現象(この説明する言葉自体も社会的に構築された言葉なのであるが)を「雷」という言葉で共通理解し、話し合うことによって現実となるのである。

それと同様に、転機の語りによる成長も、「転機」という肯定的な言葉が共有され、転機の物語が語り合われることによって、転機による私たちの成長が構築され、リアリティを持つのである。

6. 主観的な成長が客観的な成長をもたらす

ところで語られた転機による変化の特徴は、あくまで主観的な成長であって、他人が認めるほどの成長が本当に起こったのか、それまでと比べて本当に変わっているのかどうかについてはなんの保証もないものである。しかしながら、自分は成長したと主観的に思うことで、実際に(客観的に、行動に現れる形で)そのような成長が起こる可能性は高くなると考えられる。なぜなら人は成長の物語を生成することによって、その自分で作った成長の物語の筋に従って行動をするようになるからである。例えば、転機によって積極的になったと考えている人は、その主観的な認識を通して実際に積極的に行動することになるだろう。そして、積極的な行動ができたと感じられることによって、自分が積極的になったということをよりはっきりと認識することができるようになるのである。こう考えると、ある人が成長したように見えるのは、言い換えるなら人が客観的に変わるのは、転機の物語・成長の物語に従って行動パターンが変わり、成長した行動パターンが観察されるからと考えることができる。つまり、人は自分の作る転機の物語・成長の物語にしたがって自らを成長させていくのである。主観的な変化が客観的な変化をもたらすと言ってもいいだろう。スポーツ選手にインタビューした例をひとつ挙げる(杉浦, 2004)。

B: じゃあお前, 辞めるんだったら3年生になってから辞めれ, 3年生になったら誰もなんも言わないよって, 初めはそうやって3年になったら辞めようってそのときは思ったんですけど, そっからですね, 変わったと. なんか, 今まで嫌いだった先輩とかと仲良くなり始めて, 自分が, あの時先輩とか集まって話しなかったら, 今の自分はないんじゃないかって思ったし, あと, なんか1年の初めっていうか, 自分が情けなくなったっていうか, あーなんだこんなんで悩んでたんだってのがあったし. 嫌いな先輩とかと仲良くなれて, 逆に気にいられて, お前変わったな言われて, 自分何変わったのかわからないんで, ただ今は楽しくてっていうのがあったし. ほんとに楽しかったし, うん, 精神的に強くなったかなって思いますね.

...

1年の時あれで潰れたら僕は終わりでしたね, もうほんとに. もう先輩なんか早く引退しちゃえとか思ったし, 毎日楽しくなかったし, 全部マイナスの方向に考えてたんで. 今考えると, 馬鹿らしい, ははは

A: 今考えると馬鹿らしい. 一つ克服したわけやな.

B: 「はい. そうですね. なんかあったら, ふててるやろう, 言われて. ふててないのにふててる言われて. 2年生になって, もうそういうこと考えなくなって, 毎日が充実してるって言うか. 毎日が毎日ってわけじゃないですけど, だるい時もありますし, だけどやっぱり 楽しんで部活もしてるってのがあるんですよね. あ, こんな楽しいんだなってのが, 改めて分かったし, 2回になってやっぱり気持ちの面で楽になったんでしょね. それプラスやっぱり自分の中で閉じこもってるのが全部なくなって, そうですね, 今もう一所懸命になってる自分がいるんですよ, ...そこに, うん. なんか先輩から聞いたら, 2年生のときに潰れるとか言われるんですよ, なんか. だけど僕はもうそういうことないし.

...

そうですね, ほんとに楽しいですね, やってて, 嫌なことも忘れるくらいですからね, 不思議ですよ. 1人だけの先輩に, 変わったな, じゃなくて, 周りの友達とかにも言われたし, 部活以外の友達にも言われたし, 親にも言われたし, 高校のときから親許離れてるんで, やっぱ仕送りとかそういうのがあったりして, お金が足りん

とか, そういうことでしょっちゅう電話で喧嘩してたんですよ... だけど, 1年のあんときに変わって, そっから親とも喧嘩もないですね, 1回も.

もう2年になって, 3年になったら辞めようとか考えないですよ, もうずっとやってきたいってあったし, もう1年のときは3年になる前に辞めるみたいな, 春休みが来たら辞めるって. 今は, そういうことも考えないじゃないですか. たとえメンバーに入れなくても, チームに貢献したい, 何か残したいって. 今しかできないことやろうってのがあったし. 実際学校とか辞めてたらそういうこと経験しないんで. ほんとに辞めなくてよかったなって. あ, こんな楽しいんだ大学は, 部活は, って感じました, ぼくは. もう胸に引っかかってる思いとか全部なくなったんですよ. のびのびしてやれるようになったし. 自分が変わってくれば, 周りも変わってくるし, 親も変わってくるし. あ, これなんだなっていう. これが学生生活なんだなって.」

Anderson & Goolishian (1992)は, 「人は他者とともに作り上げた物語的な現実によって自らの経験に意味とまとまりを与え, そうして構成された現実を通して自らの人生を理解し, 生きる」と述べている. この考えに基づくと, 彼は自己転換の語りによって, 自分は転機をきっかけにして成長した, そしてその成長を保っているという「物語的な現実」によって自らを理解していると言える. わかりやすく言い換えるなら, 彼は, 自己転換の語りをすることで自分が成長したと「思い込んでいる」ということである. もちろん当初はその語りは思い込みなのかもしれないのであるが, その思い込みに基づいて行動することで, 彼の成長は客観的に観察されるものにもなると思われるのである. 例えば, 「たとえメンバーに入れなくても, チームに貢献したい, 何か残したいって. 今しかできないことやろうって」という語られた思いに基づいて行動することで, その姿は周囲の人に成長したもとして映るのである. そして時には, 「1人だけの先輩に, 変わったな, じゃなくて, 周りの友達とかにも言われたし, 部活以外の友達

にも言われたし、親にも言われたし」というような周囲の人のフィードバックによって、さらに自分が成長したことに確信を持てるようになり、さらに語りに基づいた成長した行動を続けられるようになると思われるのである。

人は、上記のように自己転換の語りによって自分が成長したと思いつくことにより、その思いつきに基づいた行動の結果のフィードバックを受けることで自分が成長したことを確信し、さらに自己転換の語りを行なうといった循環するプロセスを通して、心理的に成長しているのではないだろうか。

7. 循環関係にある現在の自己と転換の語り

ある人が肯定的な変化をした転換を語ったとする。それはもちろん、上記のような自分が成長するような転換の出来事があったからではある。しかしながら、ことはそれほど単純ではない。

極端な思考実験をしてみよう。自分が成長したという転換を語っていた者がいたとする。その後、恋人が交通事故で亡くなったばかりとする。かつての自分が成長したという転換は、今の恋人が亡くなったという現実からすれば取るに足らないことであろう。まず確実にその時点で自分の転換としては語られないだろう。先ほど言ったように転換の語りは不安定、不確定なものなのである。

この例から考えてみよう。肯定的な転換を語れるのは、現在の自分を肯定的に見ているからである。だから恋人が亡くなったばかりの彼は自らが成長した転換を語れないのである。では現在の自分を肯定的に見ることができているのはいったいなぜなのか。それはかつて転換があり、肯定的に変わったと語れるからである。ではなぜ肯定的に変わったと語れるのか。それは現在の自分を肯定的に見ているからである。ではなぜ肯定的に見ることができているのか。それはかつて・・・以下続く。つまり、現在の自己と転換の語りとは循環関係もしくはトートロジー

（循環論法）にある。

もちろん、転換の語りのネタとなる出来事はそれがフォールスメモリーでない限り経験されているのであろうが、それが思い出されず、忘れられて語られない場合、たとえ経験した時にどんなインパクトのある出来事だったとしても、他の多くの出来事と同列の意味しか持っていない。だから転換を語ることで肯定的な現在の自分を認識できている場合、転換の語りと現在の自分とはすでに循環関係にある。そこでは現在の自分を肯定的に見ることと転換を語ることと、どちらが先かどうかは決定することができない。そこにあるのは因果関係ではなく、あくまで循環関係なのである。

ただし、そのような好循環の自己の状態を作り出すには、と考えた場合には、転換の語りが必要になると思われる。スポーツ選手にインタビュー調査をおこなったとき、インタビューが終了してお礼を言うと、なぜかしばしば感謝されたことがあった。こちらこそありがとう、と答えていたのではあったが、なぜ感謝されなければならないのか疑問であった。加えてインタビューが終わった選手たちはなぜか少し元気になって帰っていくのであった。

インタビューでは選手たちに競技歴を語ってもらったのだが、競技歴を語る際、選手たちは無意識に、もしくは自伝を語る枠組み（スキーマ）にしたがって、転換を自己転換の語りによって語り、それによって今の自分をプラスにとらえられるようになって帰って行ったのではないだろうか。そして、そのような機会を与えてくれたということで、筆者は感謝されたのではないだろうか。

これはちょうど高齢者の回想療法のようなものと言えるのではないだろうか。語ることが自己の統合と成長、そしてこれからの進む方向性を作り出すきっかけになる可能性を秘めているのである。筆者の個人的関心に基づいた現実的な可能性としては、自伝的回想を使ったスポーツ選手のメンタルトレーニングができるので

はないかと考えている。

今回のワークショップにおいて筆者に課せられたテーマは、「現在が過去を意味づける」ということであったが、これまでの筆者の転機の研究で明らかになったのは、それをさらに進めて、「現在の自己が語りによって過去を意味づける、そして現在の自己によって意味づけられた過去が循環的に現在の自己を意味づける。語りと現在の自己とは循環関係にあり、循環によって保たれる自己が未来に立ち向かう」ということであった。

8. 成長するとは、成長を保ち続けること

転機を語ることで人は成長することができる。だがその成長は必ずしも非可逆的なものではない。例えば身長は伸びたなら病気や身体の衰える老齢にならない限り元に戻ることはない。非可逆的な成長である。だが転機の語りによる成長は、循環によって保たれているのだから、元に戻ってしまう可能性がある可逆的な成長である。

成長が元に戻ってしまわないためには、循環による成長を保つエネルギーになっている、自分が転機によって成長したということをおぼろげに忘れないことが大事である。そのためには、転機を繰り返して語り、語る機会を持つことが重要なのである。自己の成長は、その記憶を思い出し、語ることで、再確認され、保たれていく。転機の記憶は繰り返して語られることで Pillemer がいうような「アンカーとしての出来事」(Pillemer, 1998)となるのである。

Pillemer は、「アンカーとなる出来事は、その人の持つ信念を確認するものとして役立っている。人はその出来事の思い出によって、現在の信念や感情を確認することや、悩みや困難に直面した時、それを乗り越える自信を得ること、その思い出に込められた教訓に従って思考や行動の方向性を定めることが可能になるのである」(p.73-74)と述べている。

Pillemer が問題にしたのは、自伝的記憶の機能

であったが、自伝的記憶が機能を持つのは、その記憶に込められた信念や感情、方向性が語りを使って思い出され、再確認されるからなのである。

スポーツ選手が講演などをするときに、転機を語ることがしばしばある。例えば、柔道のバルセロナオリンピック金メダリストの古賀稔彦氏は、ソウルオリンピックで三回戦で敗退した場面のビデオで、両親が周りの観客に向かって謝っているのを見て、戦っているのは自分だけではなかったということをおぼろげに思い知り、落ち込みから回復したエピソードを彼の自伝でも、また講演でも語っている(古賀, 2001)。そうやって語ることで、彼はその転機から得た成長を保つことができるのである。

人が成長するとは、成長した状態を語り続けることで成長を維持することである。それは、たとえるならこぎ続けることでバランスを保つ自転車のようなものであり、もしくは落ちてきたらもう一度打ち上げる紙風船のようなものである。

9. 人は転機の語りを積み重ねて成長していく

もちろんある転機の出来事がいつまでも力を持つとは限らない。例えば、先ほど例に出した自分が成長したという転機を経験し、それを語った者が、恋人の死に直面した時、それを乗り越えるには新たな転機を経験し、語れるようにならないといけないうらう。また例えば、青年期に自分のやりたいことが見つからず、悩んでいたものがやりがいのある仕事を見つけ出し、取り組めるようになったという転機を経験したとしても、その若者が中年期を過ぎ、これからの残りの少なくなった仕事や人生のことを考えるとき、新たな転機が必要となるかもしれない。

後者の例は、もちろんエリクソンの漸成図式(Erikson, 1963)をふまえてである。転機の語りによって保たれる成長を積み重ねて発達していく人のありようは、エリクソンの漸成図式を自伝的記憶と語りの概念から再解釈する視点と

なるかもしれない。

10. これからの心理学に必要な循環的認識

筆者はすでに語りの概念は、実証的な方法を志向する心理学においても、ある程度受け入れられたと考えている。たとえ方法論として語りを使わないにしても、語りの考え方を考察などで認識論的に考慮すべきものとして扱っている研究は多いと思われる。

これまで心理学の研究は実証的方法を使う関係から、因果関係を前提としてきた。語りがある程度受け入れたこれからの心理学は、循環的説明、循環的思考でとらえること、すなわち物事を因果関係ではなく、循環的関係として見るが必要になってくるのではないだろうか。

例えば、自伝的記憶研究で言えば、単に自伝的記憶の報告を調べるだけではなく、なぜそのような自伝的記憶が語られるのか、語られた自伝的記憶と現在の自己のあり方とはどのような循環関係にあるのか、現在の自己のあり方が変わったとき、自伝的記憶はどのように変わるのか、そして変わった自伝的記憶はどのように自己のあり方をさらに変えるのか、などといった動的な研究が求められるのではないだろうか。

もちろん言うは易し、行うは難しではあるだろうが、語りの新しい認識論に基づいた実証的研究はきっとこれまで明らかにされてこなかった新たな視点を提供するだろうと思われる。

【文献】

- Anderson, H. & Goolishian, H. (1992). The client is the expert. In S. McNamee & K. J. Gergen (Eds.), *Therapy as social construction*. Sage Publication. (クライエントこそ専門家である. 野口裕二・野村直樹 訳 (1997). 『ナラティブ・セラピー 社会構成主義の実践』, 59-88. 金剛出版.)
- Burr, V. (1995). *An introduction to social constructionism*. Routledge. (田中一彦 訳 (1997). 『社会的構築主義への招待 言説分析とは何か』. 川島書店.)
- Erikson, E.H. (1963). *Childhood and society*. 2nd edition. W.W.Norton & Company. (仁科弥生 訳 (1977). 『幼児期と社会』. みすず書房.)
- 古賀稔彦 (2001). 『古賀稔彦 世界を獲った男, その生き方』. 東京学参.
- Pillemer, D. (1998). *Momentous events, vivid memories*. Cambridge: Harvard University Press.
- 佐藤浩一 (2001). 自伝的記憶 - 思い出は, かくのごとく -. 森敏昭 編 『おもしろ記憶のラボラトリー』, 15-36. 北大路書房.
- 杉浦健 (2004). 転機の経験を通じたスポーツ選手の心理的成長プロセスについてのナラティブ研究. 『スポーツ心理学研究』, 31, 23-34.
- 杉浦健 (2005). 『転機の心理学』. ナカニシヤ出版.
- 田垣正晋 (2000). 中途障害者が語る障害の意味 - 「元健常者」としてのライフストーリーより -. 『京都大学大学院教育学研究科紀要』, 46, 412-424.
- やまだようこ (2000). 人生を物語ることの意味 - なぜライフストーリー研究か? -. 『教育心理学年報』, 39, 146-161.

指 定 討 論

下島裕美(杏林大学)・太田信夫(放送大学)
佐藤浩一(群馬大学)・越智啓太(法政大学)

【指定討論1】下島裕美(杏林大学)

今回のワークショップでは、杉浦先生には「現在が過去を意味づける」、白井先生には「過去を通して未来を構想する」というテーマで話題提供をお願いした。指定討論では、自伝的記憶研究における「過去」とは何か・「現在」とは何か、想起された過去の事実性をどのように捉えるか、という二点について考えてみたい。

1. 現在が過去を意味づける：自伝的記憶研究における「過去」とは何か？「現在」とは何か？

まず、「現在が過去を意味づける」という点について考えてみたい。自伝的記憶とは「人が人生において経験した出来事の記憶」(佐藤, 2007)と定義される。そして自伝的記憶の多くの研究では、概括的記憶よりもむしろ「時間と場所を特定することができる単一のエピソード」の想起を求めて分析することが多い。単一のエピソードの想起を求めた場合、様々な時期のエピソードが想起される。想起時期は数十年前から想起当日の朝にまで渡ることもある。ここで自伝的記憶における「過去とは何か」「現在とは何か」という問題が生じる。客観的時間における「過去」を考えてみると、1時間前も確かに「過去」である。一方、1年前でも主観的には「過去」ではない出来事もあるだろう。例えば、阪神大震災は多くの人にとって「過去の出来事」となっているかもしれない。しかし実際に阪神大震災と関わりを持つ人々にとっては未だ引き続く「現在」であるかもしれない。白井先生によると、時間的展望研究のいう「現在」は必ずしも今の瞬間をいうのではなく一定の幅があるという。コトルは、現在の広がり回復するためには過去・現在・未来を分離しなければなら

ないという(白井, 2001)。杉浦先生からは過去と現在の非連続性を認識することによる自己肯定についてお話をいただいた。白井先生は過去に区切りを入れることで過去を「過去化」する働きについて述べられたが、杉浦先生のお話はまさに、転機の語りによるエピソードの「過去化」ということができるであろう。

このように見てくると、自伝的記憶研究には、想起者にとっての「現在の広がり」という視点が足りなかったのではないかと思う。想起者が語った1年前のエピソードは、想起者にとって主観的に「過去」であるのか、あるいは「心理的現在」であるのか？筆者は、あるエピソードの生起時期を意識した際に生じる「もうそんなにたったのか」という客観的経過時間と主観的経過時間のずれ感覚について検討してきたが、この感覚は想起者が主観的には「現在」と感じていた出来事が、客観的時間の上では1年前という「過去」であると意識した際に生じる感覚と考えることができるだろう。

自伝的記憶研究と時間的展望研究の違いとして、時間的展望研究では過去を一つのまとまりとしてとらえるのに対して、自伝的記憶研究では過去のエピソード一つ一つをも研究対象とすることがあげられるであろう。自伝的記憶研究の視点からすると、すでに「心理的過去」である「今朝のエピソード」も存在するであろうし、いまだに「心理的現在」である「1年前のエピソード」も存在すると考えることができる。つまり、個々のエピソードによって「過去」「現在」の分離は異なり、どのエピソードが活性化されるかによって、「現在の広がり」はゆらぐと予想される。杉浦先生の「転機の語り」は複数のエピソードから構成されることがあるだろ

う。個々のエピソードが活性化される度におそらく「現在の広がり」はゆらぎ、最終的に過去を過去化できた時点で安定に至るのではないだろうか。

そこで「現在が過去を意味づける」という観点からは、個別エピソードの活性化によって「現在の広がり」がゆらぎ、最終的に安定に至るプロセスについて、お二人の先生のご意見をお伺いしたいと思う。

２．過去を通して未来を構想する：

過去エピソードの事実性の認識

白井先生の「時間的展望」、杉浦先生の「転機の物語」、企画者らの「自伝的記憶」。話題提供の内容を聞くほどに、「違いは何か？」「果たして違うのか？」という思いが強くなる。おそらく扱っている内容も目指すところもほぼ共通しているのではないかと思う。しかし、最も大きな違いは過去の扱い方ではないだろうか。白井先生は、時間的展望研究では過去が事実であるかどうかは問題にしないという。杉浦先生も過去の語りは「成長の自己認識としての転機の物語生成」であり、事実性は重視しない。

一方で自伝的記憶研究では古くより、想起された記憶の事実性の確認ができないことが問題視されてきた。想起されたエピソードは実際に生じたことなのか、あるいは偽りの記憶なのか、実際に生じたことだとしても、どの程度変容しているのか。記憶研究としてはとても重要な問題を確認することができないことが自伝的記憶研究の問題点であった。

自伝的記憶研究の立場から、佐藤（2007）は重要なエピソードとして想起された記憶は、再体験の感覚をもつことを示している。我々が過去の重要なエピソードとして想起する「記憶」は、自身が実際に経験した、つまり「事実である」という認識を伴っているのである。では「事実である」という認識はどこから生じるのか。それは他者と共有可能な「現実の過去」の記憶が存在するからではないだろうか。例えば、自身がいつ何小学校に入学し記念写真では誰の隣に

座ったのか、いつどこで誰と結婚式をあげ誰が出席したのか。このような「記憶が事実であること」を確認できる記憶が存在するからこそ、事実性が確認不可能な記憶もまた「事実である」可能性が高いと信じることができるのではないか。

現在を通して変わらない、実際に経験した事実とその記憶が存在する（事実性を確認できる記憶）。だからこそ、それ以外の記憶においても、その記憶が事実であると感じることができる。そしてこれらのエピソードは、現在によって肉付けされて語られる。例えば杉浦先生の転機の物語がこれであろう。そして現在の捉え方によって安定せずゆらぐのはこの肉付けされた部分であり、最終的に物語生成が完結した時点で、時間的展望のいう過去の総体が作られるのではないだろうか。お二人の先生にお伺いしたいのは、過去を通して未来を構想する際、安定しない過去、ゆらぐ過去は確かに存在するが、我々が想起する過去の基盤には「ゆらがない事実」が存在するのではないかということである。現在を通して再構成したとしても変わらない「現実の過去」が存在するとの認識があつてこそ、過去に重みを与えることができ、そしてそのような「客観的事実」の存在が「自己」の裏づけとして働くのではないか。そしてそのことが現在の自己の安定、そして未来の構想へとつながっていくのではないだろうか。

では、我々は過去の「客観的事実」と「主観的感覚」を区別して認識しているのだろうか。例えば、一組の夫婦に結婚式がいつであったかきいてみたとする。主観的には両者の感覚は一致しないかもしれない。片方は「まるで昨日のここのよう」と答えるかもしれないし、片方は「随分昔のことのような気がする」と答えるかもしれない。しかし、客観的事実（実際の生起年月日）の想起はおそらく一致することであろう。つまり、過去を扱う際に大切なことは、想起者自身による客観的事実と主観的感覚の違いの認識ではないだろうか。実際の過去を変容し

てしまったのでは、他者との記憶の共有は難しくなる。しかし、客観的事実に関する記憶はそのまま、主観的感覚による過去だけを変容させることにより、現在に適応し未来を構想することは可能であろう。お二人の先生方には、想起者にとっての過去の事実性の認識と、自己の安定性や未来の構想との関係についてご意見を伺いたい。

【指定討論2】太田信夫(放送大学)

話題提供の二人の先生のご発表は、筆者にとってたいへん満足のいくものであった。この満足の意味には、2つある。ひとつは、学問的に有益な内容であるということ、もうひとつは、筆者の近年の研究志向に合致しているということである。特に、後者についていえば、筆者は、記憶をより広い立場、生の人間理解の立場で捉えたいと、近年、強く思うようになっている。人間の認知活動の一側面としての記憶を、ある限定条件を伴う実験的検討をするだけでなく、日常的に社会の中で生きている人間の全認知活動における記憶として研究したいと考えている。このような立場からすると、記憶とは、単に過去の経験や意識を想起することだけではなく、未来のことを予測したり想像したりすることにかかわる機能をもつものと捉えたい。

白井先生は、時間的展望の観点から「過去を通して未来を構想する」ことについて話された。杉浦先生は、語りを通してみられる「人生の転機」について話された。両研究とも、人間の認知活動の本質に迫るものである。筆者も、記憶研究を通して人間の本質に迫りたいと思っている一人として、両先生のご研究に対して、次の3点についてコメントをしたい。

(1) 時間的展望は、主に意識的レベルの認知活動を扱っているが、無意識のレベルでの認知活動はどのように考えればよいであろうか。私たちは、いつも自覚して認知や行動をしているわけではない。無意識的に目標に向かって認知

活動や行動をすることがある。1日、1週間、1ヶ月の行動をみると、習慣的に繰り返しているようなことも多く、この積み重ねが目標に近づいたり遠ざかったりする。すなわち意識レベルでの過去から未来を構想する場合だけでは説明しきれない、無自覚的な構想に基づく認知や行動も多くあるのである。

自動動機(auto-motive)の一連の研究(例、Bargh, 1990; Bargh & Chartrand, 1999)では、このような無意識の動機づけが行動や認知に及ぼす影響について研究されている。また、記憶を命題記憶と手続き記憶に分けた場合の手続き記憶は、潜在記憶という想起意識の無い記憶であり、人間の行動を支えている無意識的な認知活動である。私たちの行動を方向づけるこのような動機や認知は、自己の内部に起因することもあれば、外部、すなわち環境に起因することもあるであろうが、どちらにしても、意識レベルと無意識レベルがあるはずである。

時間的展望が生成される際の意識可能な記憶には、エピソード記憶と意味記憶がある。自己の過去経験の記憶(エピソード記憶)を通して現在から未来への展望をもつ場合もあれば、自己に関する知識(意味記憶)を通して展望をもつ場合もあるであろう。たとえば、未来を構想する場合、ある失敗経験を想起する(エピソード記憶)こともあれば、そそっかしい自己を意識する(意味記憶)こともある。もちろん、両方の記憶が同時にはたらく場合もあるであろう。いづれにしても、エピソード記憶が関係する時間的展望と意味記憶が関係する時間的展望とは、質的に異なると思われるので、この両記憶に分けた場合の時間的展望のメカニズムを解明したいと思う。また、個々のエピソード記憶の内容と自己知識との関係についても研究はされているが、時間的展望との関係でさらに明らかにしたいところである。前述したように、未来に向け生きている人間の記憶研究をするという観点からすれば、このような記憶からみた時間的展望の研究をする必要があるだろう。

(2) 人生の転機を語りを通して解明されようとしている杉浦先生のお話も、「語り」そのものが意識されたものであり、その意味では前述のコメントと同様に、無意識レベルの認知活動が転機をもたらす場合を考えると同じことが言えよう。また、意識レベルでも、語りを通さないうで人生の転機を認知する場合もあり、自己変換をもたらす心理学的メカニズムの全容に迫るには、このような側面も検討の対象にする必要がある。「語り」の認知や行動に与える影響は確かに認められ、人間の本質の一面をあらわしてはいるが、「語らない」「語れない」側面にも注目したい。

いわゆる「自己と語りの循環関係」も、語られない世界で考えると異なるメカニズムがあるような気がする。また語りがある場合でも、語りの「深さ」については、どのように研究がなされているのか、教えてもらいたい。すなわち、自己と語りの循環関係は、語りを聞く人と語る人との人間関係により、その深さは異なってくることが考えられる。語る側からすれば、自分の語っていることが相手に理解されていないと思えば、それ以上は語りは進まない。理解されていると感じれば、さらに語りは深まり、新しい自己の発見や自己の捉え直しがあるかもしれない。記憶研究でいえば、検索手がかりの生起や変換の問題に関係してくると思う。一般的に、忘れていたり無意識に抑制されていたことも、手がかり次第で想起できることがある。この場合の検索手がかりの役割が、「語り」の役割と似ていると推測される。

(3) 心理学が事実の解明のみでなく、この社会に生きる人間の本質の追究を考える時、時間的展望も人生の転機も、ポジティブな方向とネガティブな方向への分岐点におけるメカニズムの解明が必要ではなかろうか。世間では、逆境のなかでがんばる人もいれば、安易に自殺を考えてしまう人もいる。あるいはネガティブとポ

ジティブの間で揺れている人もいるであろう。過去経験や自己への意味づけは、現在の認知的状況や未来に関する見通しなどにより、厳密に言えば、刻々と変化するものであると考えられる。そのような過去から、現在を通して、未来への方向が規定されてくるのである。この方向づけは、ある場合にポジティブであり、ある場合はネガティブである。客観的には同じ経験でも、人により認知的現状により、異なるのはどのようなメカニズムが機能しているのであろうか。臨床心理的には、もちろんであるが、私たち認知心理学においても、この問題に直接に取り組むことが緊急の課題であると思う。

【指定討論3】佐藤浩一(群馬大学)

今回話題提供をお願いしたお二人は決して、ご自身を「記憶」研究者と考えてはもらえないだろう。しかし自伝的記憶研究と今回の二件の話題提供の間の距離は、これまで考えられた以上に、近いように思われる。そのことを「想起の機能」「研究対象」という2点から考える。

1. 想起の機能

記憶研究者としての筆者には、覚えた事柄が役に立つはずだという信念があった。しかし想起という過程がなければ、記憶内容は機能を発揮しえない。もちろん記憶の中には潜在的な過程を経て機能を発揮するものもある。ふと思い出されて行動調整に利用され、それが済めば忘れられてしまうというケースもある。しかし自伝的記憶の中には、想起内容を今の自己と結びつける意識的な過程を通して、はじめて機能(自己機能、社会機能、指示機能)を発揮するものが少なくないのではなかろうか。例えば30年前の出来事を想起し「あれが職業選択の出発点だった」と意味づけることを考えてみよう。この出来事は、経験された時点で「出発点」として認識され、そのまま永久貯蔵庫に封印されたわけではない。想起され「あれが出发点だった」と意味づけられた瞬間に、「出発点」としてその人を励ましたり、自己の一貫性を確認するとい

った機能を発揮するのだ。

このように、記憶を現在の自己と結びつけて意味づける過程は、"autobiographical reasoning"(自伝的推論)と呼ばれ、自己やアイデンティティ研究の一環として検討が始められている(Singer & Bluck, 2001)。こうした過程は、自分の人生を評価したり、ライフストーリーを構築するのに必要であり、「時間的展望」や「転機の語り」と自伝的記憶の接点に位置する研究テーマのように思われる。

2. 研究対象の互換性

「私」は個別の出来事の記憶だけでなく、自分の過去に対する評価(「あの頃は楽しかった」)、ライフストーリーを通底するライフ・テーマ(「自分はいつも権威に反抗してきた」)、自己に関する意味記憶(「自分は内向的な人間だ」)などからも構成されている。こうした視点から「自伝的記憶」研究、「時間的展望」研究、「語り」研究の位置づけや相互の関連を整理することが可能だろう。一般的に、自伝的記憶研究が扱うのは、個別の出来事の記憶であり、時間的展望(特に過去展望)研究が扱うのは、過去に対する評価やテーマである。そして「語り」研究が扱うのは、それらが組み合わせられストーリー化された内容や、その語り方である。

それと同時に、研究対象の互換性を意識することで、それぞれの研究が豊かになることも考えられる。例えば「出来事の記憶」だけでなく「評価」や「テーマ」もまた、自伝的記憶研究の対象となる。過去に対する評価やライフ・テーマは、個別の出来事の記憶と同様に、自己を支えたり行動を調整する機能を果たしているのではないか。これらはまた、個々の出来事を体制化する枠組みとして、あるいは個々の出来事を想起する手がかりとして機能しているようにも思われる。

反対に、個別の出来事を追求することが、時間的展望の理解につながることも考えられる。数多の経験の中でどのような出来事が中心的なランドマークとなり、その他の経験をまとめ上

げているかを知ることによって、その人の過去展望(過去に対する見解の総体)が構築される過程を、より深く理解することが可能になるだろう。

【指定討論4】越智啓太(法政大学)

「自伝的記憶」の存在意義は何か？

自伝的記憶を研究する認知心理学者のひとつの問題意識は、我々が数十年にわたって知覚し、思考し、感じる莫大な情報の総体を、我々はいかに管理できているのか、というものである(越智, 2004)。工学的な観点からも、多くの経験を適切に分類して、管理し、必要な時に素早く検索できるようなシステムを構築していくのは、かなり難しいと思われるのに、我々は難なく(?)それをこなしているように見えるからである。しかし、このような、いわばシステムの構造に関する問題とともに、自伝的記憶を考える場合に直面するのは、「なぜ、このようなシステムが必要とされるのか」という機能に関する問題である。認知心理学的観点からの自伝的記憶研究がしばしば指摘するように、我々はある問題に直面したときに過去の類似した体験を想起し、それを適用するという一種のヒューリスティクスを用いている。これは、いろいろな場面ですばやく適応的に行動できるという意味で我々が自伝的記憶システムを保有するひとつの利点であると思われる。しかし、その一方ではわれわれはトラウマといわれるような過去のいやな体験に苦しめられ、それによって、まったく適応的ではない行動をとらざるを得なくなってしまう場合もある。とくにつらい思い出に直面したときなどは「思い出(自伝的記憶)なんてなぜあるのだろうか」と考えてしまうことさえある。このようなことを考えると自伝的記憶システムの存在意義はいったいなんなのか、ということを考えさせられる。

このような観点から、見てみると、白井先生と杉浦先生のご研究は、いずれも、我々が自伝的記憶システムを利用して、自分自身の人生を方向づけ、動機づけていくという「生きる」と

いう人生そのものに直結するような、自伝的記憶のポジティブな側面を呈示し、そして実証データを背景にして、モデルを提案している点であり、私にとってはある種の衝撃を与えるものであった。「類似した状況でのヒューリスティクス」といった、どちらかという小さな問題にとらわれていたことに、恥ずかしささえおぼえてしまったのも事実である。

さて、個人的な興味ではあるが、私は自伝的記憶のフォールスメモリー(FM)、つまり実際にはなかった「思い出」の想起に関心を持っている。FM というと記憶研究の業界では、「目撃」や「性的虐待」などのネガティブな記憶のことだと思われることが多いのであるが、実は、自発的に生成された FM にはきわめてポジティブな内容のものが多く、また、一見ネガティブなものであっても、それを想起する個人はそれに非常にポジティブな意味づけをしていることが多い。たとえば、UFO に誘拐されて人体実験をされたと主張する人の多くが、その体験を「価値あるすばらしいもの」であったと考えているし「できることならまた誘拐されたい」と思っている(Clancy, 2005)、また、いわゆる臨死体験をし、死の淵から生還したという人が語る「あの世」はほぼ例外なく「天国」であり、やはり、その体験をすばらしいものであったと考えている(Parnia, 2006) (むろん、これらの記憶は、FM ではなく、現実の体験なのだという反論もあるかもしれないが、それは、この際置いてお

こう)。このように自己生成される FM がポジティブなものになるのは、何らかの意味があるのか、また、このような FM を生成することが、その個人にとってどのような意義があるのかについて、是非、知りたいと思っている。

【文献】

- Bargh, J. A. (1990). Auto-motive: Preconscious determinants of social interaction. In E.T. Higgins & R.M. Sorrentino (Eds.), *Handbook of motivation and cognition*, 2nd Ed., 93-130. New York: Guilford Press.
- Bargh, J. A., & Chartrand, T. L. (1999). The unbearable automaticity of being. *American Psychologist*, **54**, 462-479.
- Clancy, S. A. (2005). *Abducted*. Harvard University Press.
- 越智啓太 (2004). コメントへの回答. 佐藤他 編. 自伝的記憶研究の理論と方法. 『日本認知科学会テクニカルレポート』, **51**, 27-30.
- Parnia, S. (2006). *What happens when we die?: A groundbreaking study into the nature of life and death*. New York: Hay House Inc. (小沢元彦 訳 (2006). 『科学は臨死体験をどこまで説明できるか』. 三交社.)
- 佐藤浩一 (2007). 自伝的記憶の機能と想起特性. 『群馬大学教育学部紀要人文・社会科学編』, **56**, 331-355
- 白井利明(2001). 『<希望>の心理学』. 講談社現代新書.
- Singer, J. A., & Bluck, S. (2001). New perspectives on autobiographical memory: The integration of narrative processing and autobiographical reasoning. *Review of General Psychology*, **5**, 91-99.

指定討論への回答

白井利明(大阪教育大学)

1. はじめに

さまざまなご質問やコメントをいただいたことに、お礼を申し上げたい。ご質問を十分に理解できていないところもあると思うが、その部分にかんしては、ご指導をいただけたら幸いである。また、十分答えられていないところはこれから考えていきたいと思っている。

2. 下島先生への回答:

現在のゆらぎと過去の事実性

(1) 個別エピソードの活性化による「現在の広がり」のゆらぎと安定化

下島先生は、個別エピソードの活性化によって「現在の広がり」がゆらぎ、最終的に安定化するのではないかと問われる。これは今まで考えたことのないアイデアであり、興味深く思われた。過去に対する概括的な評価と個々の出来事に対する評価との関係を考えてみても、単純なことではないだろうから、そこにズレや矛盾があることは十分に考えられる。それが、過去を過去化していくときの「過去」の時間的な位置づけにおいても、不整合を引き起こすことも十分に考えられる。

他方で、「現在が過去を意味づける」という観点からすると、個別エピソードの活性化そのものが現在によって、さらには過去への概括的な評価によって規定されてもいる。たとえば、抑うつ的な状態にある人は否定的なエピソードを選択的に想起しやすい。肯定的なエピソードを想起することは困難だろう。概括的な評価と異なる個別エピソードは活性化自体が起きにくく、それゆえ、ゆらぎがそれほど頻繁には起こらず、しかも不整合があっても気にもとめられないため(たとえば、Rogers(1951)のいう経験と自己構造の乖離)、そうした意味では実は安定

しているとも考えることもできる。

他方で、概括的な評価と一致しない個別エピソードの想起が概括的な評価そのものを変えていくということも十分考えられる。親に見捨てられたと考えて親を恨んでいた人が、たまたま親の愛情の事実を知らされ、それがきっかけとなって、今まで忘れていたような肯定的な親のエピソードを想起し、さらにそれが過去に対する概括的な評価を変えるということもありうる。ただし、この場合であっても、現在の概括的な評価の見直しという文脈のなかで個別エピソードの活性化が起きているとも言える。そうだとすれば、やはり、概括的な評価によって個別エピソードの活性化が選択的に行われていることになる。

ところで、私たちは、現在だけが確実に目の前に存在すると感じている。過去は過ぎ去ったものであり、目の前にはない。未来もいまだ存在しない。しかし、哲学者の中島(1994, 1996)は、過去だけが確かに存在するものであって、現在も存在しないと述べている。現在は過去との関係で、つまり「過去ではない時」として出現するという。このように考えると、過去の想起は現在の広がりにも影響を及ぼすのみならず、過去の事象を過去化することが現在を作り出すことそのものに影響を与えているとも考えられる。この点では、下島先生の研究成果が参考になる。下島(2001)は、過去経験は実際の経験時間として体制化されるのではなく、ある出来事は実際よりも遠い過去として、ある出来事は実際よりも最近に近い過去として、時間的に再体制化されるという。おそらく、こうした仕組みによって意識としての現在が産出されるのではないだろうか。

しかも、それは大学院生の何人かに「現在の

広がりとはいつからいつまでか」と聞くと、「起きてから寝るまで」「大学院の2年間。生活が変化していない期間」「意識が出てから、死ぬまで」と、三者三様の答えが返ってきた。もちろん、これは現在のひろがりについての概念であって、実際に機能するものとしての「現在の広がり」ではないであろう。というのは、3人がそれほどまでに違う世界に住んでいるとは考えられないからである。実際に機能している現在の広がりとは過去との関係で生み出されるとすれば、下島先生が指摘される自伝的記憶の再構成プロセスが重要な役割を果たしていると考えられる。

(2) 過去の事実性について

時間的展望は過去の事実性を問わないという点で記憶研究と異なるが、過去の事実性の問題はいつでもよいということではない。ここで言いたかったことは、たとえば過去を否定的に認知しているとしても、過去が本当に否定的なものであったかどうかは問わない、ということである。下島先生のおっしゃるとおり、主観的な意味づけは個人によって多様であっても、客観的な事実は他者と一致するはずである。お金を借りたのは自分なのか、相手なのかは、社会生活を送る上で重要な問題である。個人のアイデンティティの存立のうえでも、事実が(たとえ本当は事実でなかったとしても)基礎にならないなければならない。

ところで、下島先生は「過去を扱う際に大切なことは、想起者自身による客観的事実と主観的感覚の違いの認識ではないだろうか」と指摘される。これはそのとおりだと思う。たとえば、私は追跡研究で、異なる時点で、同じ時期の過去のことを繰り返し質問している。ある女性は、大学を卒業してから会社に勤めていたのだが、阪神淡路大震災をきっかけにして会社を辞め、教師に転職した。転職をはかっている時期に、過去の進路選択のことを聞くと、「実は、大学時代から教師になりたかったのだ」という。しかし、大学時代に面接したときには、それほど

教師になる意思が強いようには思えなかった。そこで、再度、「卒業するとき、教師を目指す気持ちはどの程度だったか」と聞いた。すると、「当時は、それほど大きい気持ちではなかった」と言った。このエピソードは、主観的感覚は当時と今では異なるが、客観的事実は一致する、という具体例になろう。これは、教師を目指している現在から見ると、過去の教職希望が過大視されるということを示している。ここでいう過大視とは、今では過去よりもそのことがより重要になっているという意味である。「教師を目指す」という現在は、「大学時代から教師になりたかった」という過去を選択に想起させ、「教師になる」という未来の構想に対して支持的に働く。この知見は、主観的感覚と客観的事実のズレによって明らかになったと言える。さらには調査協力者は調査者とのあいだで、「確かに、大学時代は教師を目指す気持ちはあった」ということが共有された、つまり事実であったと認定された。このことは、彼女にとっての自己の安定性を担保する一部になろう。

しかし、時間的展望では、あくまでも主観的感覚のほうに焦点化する。つまり、過去と現在と未来の主観的感覚がどのように関連するのか、そしてそれらはどのように今という文脈のなかで生まれてくるのかを明らかにしようとする。このことがもつ利点というものもあるであろう。たとえば、裁判での証言などといった、出来事の真偽が確かでないが、それを確定しなければならないような場合を考えてみよう。大橋(2004)は、想起という今の行為や体験時の知覚行為が与える影響という視点から読み解いている。

もちろん、時間的展望による研究だけでは不十分であって、事実性(の成り立ち)を問う記憶研究との共同がなければ、本当の全体像を明らかにできないように思われる。記憶研究の知見が不可欠なのである。

3. 越智先生への回答:

FMがポジティブになることの意味

越智先生からは、自己生成されるFMがポジティブになるのは、何らかの意味があるのか、また、このようなFMを生成することが、その個人にとってどのような意義があるのか、という興味深いご質問があった。FMについては門外漢であるが、思い浮かんだことを書いてみたい。

過去を現在が意味づけるという視点からすると、FMに限らず、それがポジティブになるかネガティブになるかは、現在の状況によって左右されるように思われる。ネガティブなFMであり、本人を苦しめているものであったとしても、そのようなものをもつことは現在の本人にとっての何らかの必然性があるとも考えられる。

私たちは世界を構成しなければ自分自身を成り立たせることさえできない。たとえば、世界にたいするなにかの信頼がなければ毎日の生活を維持することは困難である。そこで、世界が信頼に足るものであることを構成しなければならない。たとえそれがトラウマというかたちで、どんなに自分を苦しめることになったとしても、あるいは、ポジティブだったとしてFMにすぎなかったとしても、おそらくは世界を信頼に足るものとして首尾一貫的に構成しようとしなければならない。しかも、その出来事はネガティブかポジティブかを問わず、客観的な事実でなければならない。そうでなければ、存立の根拠を失う。そう考えると、トラウマとFMの両方の成り立ちが説明できるかもしれない。トラウマは事実をおさえようとしてネガティブになってしまった例であり、FMは事実でないものに事実性を付与することでFMになってしまった例とも考えられる。

UFOなどの疑似科学的主張は、科学への基本的な信頼を土壌に、正統的な科学が語らない「心の隙間」を埋めてくれる人間性回復の営みだと言われている(菊池, 2006; 植木, 2006)。

このことを敷衍して考えると、UFO体験というFMにも、何らかの人間性回復の願いが込められているのだろう。

4. 佐藤先生への回答: 想起の機能と研究対象

佐藤先生の問題提起は興味深く、そのまま時間的展望の問いとまったく重なるといってもよいと思われる。私には、佐藤先生は時間的展望の研究者であるように思われる。私は、佐藤先生の提案に全面的に賛成である。時間的展望の研究だけでは問題は解決せず、記憶や「語り」の研究の相互のつきあわせが必要である。

かつて、フランスの心理学者ジャンネー(Janet, 1929)は自己との関係でまさに記憶・時間的展望・語りの3つが関連することを述べている。人格とは他人からの区別と統合のことをいうが、時間的人格は時間的多様性における人格の区別と統合をいう。人格は単に現在の瞬間だけにあるのではない。過去および未来にまたがり、また長い期間にわたる。自己のなかに多くの過去の事件を関係させ、自己を多くの過去の事実から区別する。ジャンネーは、時間的人格は「語る」という行為を抜きに考えられないとした。記憶とは要するに生活を語ることだという。記憶が何かに役立つためには行動と結合することが必要であり、それは現在の瞬間になされる。つまり、「語る」という行為が現在を作り出すのである。立ち止まると同時に復誦することによって、現在が作り出される。話があまり滑稽にならないように、あまり想像たくましくならないように、あまり現実と違わないように、注意する。そのなかで、過去や未来が他者と区別され、自己の中で統一され、伝記が構成されていく。ここで構成された伝記が個性なのである。下島先生が指摘された「現在の広がり」の形成と揺らぎという問題も、ジャンネーが「語ることで現在が作り出される」としていることとの関連で考えてみるとよいかもかもしれない。語りは記憶をいっそう活性化させるというイメージが私にはある。語りと記憶と時間的展望の関連につ

いては、もっと深めていきたいものだと考えている。

5. 太田先生への回答:

人間の本質の探究における貢献

(1) 無意識レベルの時間的展望

時間的展望は意識レベルで問題にしている。しかも、ある程度の広がりをも想定している。そのため、時間的展望が問題になるのは、発達でいうと9、10歳以降である。もちろん、幼児にも見通しはある。たとえば、昨日・今日・明日を区別できるし、「お出かけをする前にトイレに行っておく」というように見通しのある行動ができる。これは時間的展望の芽生えではあるが、本格的な時間的展望の始まりではない。乳児の時間感覚も含めて時間概念または時間認識の発達と呼び、時間的展望と区別しておきたい。太田先生のご指摘は、1つには時間認識と時間的展望の関係の問題と言えるかもしれない。

青年期以降の時間的展望で、本人に意識されていないものがあるという点についてはどのように考えたらよいであろうか。無意識の時間的展望は、今日の時間的展望研究では、中心的な位置を占めていない。かつては投影法によって研究されていたが、その信頼性に疑問が持たれているからである(Entwistle, 1972)。

しかし、私たちの普段の行動を見ると、それほど強く時間的展望を意識していないのに、それに対応した行動がなされているという場合がある。これはなぜだろうか。その1つの推論として、個人の生活空間が反映しているからではないかと考えられる。Nuttin(1964)は未来展望の範囲は所属する社会集団によって規定されるとしている。大学生は大学の4年制という制度によって時間的展望が規定されるし、教育実習に行ったなら4週間という期間によって規定されている。所属する生活空間が意識を介して時間的展望を形成すると考えられる。それが条件となって行動を制約しているのではなかろう

か。

なお、エピソード記憶(自己の過去経験の記憶)と意味記憶(自己に関する記憶)の関係の問題は、下島先生からご質問のあった、個別のエピソードの想起と概括的な評価との関係の問題と重なるように思われる。

(2) 社会に生きる人間の本質の探究

太田先生の課題設定に全面的に賛成である。人間は、受動的に情報を処理し、環境に適応するのではなく、自ら環境を作り出し、自分の人生を生み出していくという主体的な存在である。ここで、「能動的」ではなく、「主体的」としたのは、自らの人生の責任を引き受けていこうとする態度が人間にはあるからである。主体性もしくは実存の問題は、人生の有限性への気づきによってもたらされると思う。人生が永遠であったら、「どんな人生を送るのか」は意味をなさないだろうし、「今、何をすべきなのか」という課題選択の問題(それゆえ価値の問題)も意味をなさないだろう。時間の問題は、主体性もしくは「生きる意味」と分かちがたく結びついていると考えられる。

結局、語りにおける記憶の活性化とエピソードの想起、語りによる事実性の確認と意味づけ、時間的展望によるエピソードの時間的位置づけや未来の構想などといったメカニズムが解明されることは、太田先生の言われる人間の本質の探究に貢献すると思われる。

【文献】

- Entwistle, D. R. (1972). To dispel fantasies about fantasy-based measures of achievement motivation. *Psychological Bulletin*, *77*, 377-391.
- Janet, P. (1929). *L'Évolution psychologique de la personnalité*. (関計夫 訳(1955). 『人格の心理的発達』. 慶応通信.)
- 菊池誠(2006). 疑似科学を信じる心のシステム. 『科学』, *76*, 910-915.
- 中島義道(1994). 『時間と自由・カント解釈の冒険』. 晃洋書房.

自伝的記憶研究の理論と方法 (4)

中島義道 (1996). 『時間を哲学する・過去はどこへ行ったのか』. 講談社

Nuttin, J. (1964). The future time perspective in human motivation and learning. *Acta Psychologica*, **23**, 60-82.

大橋靖史 (2004). 『行為としての時間・生成の心理学へ』. 新曜社.

Rogers, C. R. (1951). A theory of personality and behavior. In *Client-centered therapy*. (友田不二男 訳 (1967)). パースナリティと行動についての一理論. 伊東

博 編訳 『パースナリティ理論 ロージャズ全集 8』, 89-162. 岩崎学術出版社.)

下島裕美 (2001). 『自伝的記憶の時間的体制化』. 風間書房.

植木不等式 (2006). トンデモ科学の功罪. 『科学』, **76**, 919-925.

指定討論への回答

杉浦 健（近畿大学）

１．はじめに

はじめにお断りしておく、今回のコメント原稿はディスカッション当日のコメントを反映しておらず、寄せられた指定討論者の指定討論原稿に対して答える形で原稿を作成している。これはディスカッション当日のコメントでは、指定討論者の質問内容や質問意図を十分とらえきれず、不十分な回答しかできなかったためである。その点をご理解いただきたい。

さて、今回４人の先生方に指定討論をしていただいたのだが、４人の先生方のすべての質問に答えることは難しいため、ここでは先生方のコメントを受けて、自分の発表の際にはまだ気付いていなかった点、そして質問や指摘をされて考えが進んだ点について述べていきたい。ここでは指定討論で各先生の出された質問、意見のうち、６つのキー概念と思われることについて答えたいと思う。すなわち、下島先生の「現在のひろがり」「ゆらがない事実」、越智先生の「フォールスメモリー」、太田先生の「『無意識レベル』での転機の語り」、ポジティブな方向とネガティブな方向への分岐点、佐藤先生の「自伝的記憶の『想起』」である。

２．「現在のひろがり」について

まず下島先生のひとつめのご質問、「現在のひろがり」についてコメントをしたい。

「転機」は個別のエピソードであることもあれば、いくつかの出来事の連鎖であることもあれば、浪人時代の１年間という比較的長いスパンのこともあるのだが、転機の語りでは、それらのエピソードが活性化され、自己転換の語りが行われ、あの頃と今は違うという形で、現在の自己肯定がもたらされる。その際、自己転換

の語りは、過去と現在の比較ということになるのだが、活性化され想起されるエピソードは、それがたとえかなり前の出来事であったとしても、まるで昨日のような出来事とは言わないまでも、比較的心理的により現在に近いエピソードとして想起されるように思われる。

例えば発表の際に例に出したスポーツ選手が、「だけど、（大学）１年のあんどきに変わって」という時には、「あんどき（あの時）」は、心理的にかなり現在に近くなっていると思われる。例えば、５０歳代の人が２０歳代の転機を語るときにも、おそらく転機は心理的に現在に近くなっていると思われる。

心理的に現在に近くなると言っても、転機のエピソードが本当の現在に近づくと言うよりも、５０歳代の人がそれこそ２０歳代の気持ちまで戻って、転機のエピソードを現在のように感じる、前述のスポーツ選手が大学１年生のときに戻って転機を現在のように感じるかたちでの現在の近さである。その心理的な近さがそのエピソードによって変わったことをより新鮮な形で想起させ、自己を肯定的にとらえさせるのだろう。この現象はちょうど、「原点に帰る」という言葉が表している。

その一方で、トラウマ記憶は、過去の出来事が現在に侵入してきて、過去の出来事をまるで現在のように再体験してしまう（van der Kolk, Mcfarlane, & Weisaeth, 1996）。同じ心理的に現在に近いと言っても、転機の語りにおいての現在の近さとは性質が異なるように思われる。

転機の出来事はしばしばマイナスの意味を持つ出来事である。マイナスの意味を持つ出来事にプラスの意味を付与することによって、それ

が転機となり、自己肯定につながるのだが、トラウマ記憶のように、マイナスの出来事をまさに現在の出来事として再体験してしまえば、プラスの意味は付与できない。トラウマ記憶の治療は語ることで、そこにプラスの意味を付与し、まるで現在のように侵入してくる記憶を過去化することが求められる(van der Kolk, Mcfarlane, & Weisaeth, 1996)。その意味で、転機の語りは、現在に近いと言っても確かに過去化である。

つまり転機の語りによるエピソードの活性化によって、転機の出来事はより心理的な現在に近づくものの、それは現在そのものではなく、心理的に近い過去を想起していることになる。だからこそ、現在と過去とを比べる自己転換の語りが可能なのであろう。

3. 「ゆらがない事実」について

次に、下島先生の2つ目の質問、我々が想起する過去の基盤には「ゆらがない事実」が存在し、そのような「客観的事実」の存在が「自己」の裏づけとして働く、そしてそのことが現在の自己の安定、そして未来の構想へとつながっていくのではないかということについて考えてみよう。

結論から先に言うと、やはり「客観的事実」はいらないと私は考える。確かに事実が自己の裏づけとして働くということは認める。だが、それは必ずしも客観的に正しくなくてもかまわない。実は客観的に調べてみたら事実ではなく、勘違いであったとしても、それが事実であると思いついてい限りには何の問題も無い。自分が客観的な事実であると思っていれば、客観的事実として働くのである。つまり、「自分が『客観的事実』だと思っている出来事」、言い換えるなら、「主観的な客観的事実」が自己の裏づけとして必要なのである。

4. 「ゆらがない事実」と

「フォルスメモリー」の役割

これはちょうど越智先生のコメントにあった

ポジティブなフォルスメモリーが解答になるだろう。UFOに誘拐されて人体実験を受けたと考えている人は、それが客観的な事実だと考えている。しかしそれは多くの人にとっては客観的な事実ではない。しかしながら、UFOに誘拐された人にとっては、それが事実であると思いついてい限りには何の問題も無い。自分が客観的な事実であると思っていれば、客観的事実として働くのである。つまり、「自分が『客観的事実』だと思っている出来事」、言い換えるなら、「主観的な客観的事実」が自己の裏づけとして必要なのである。

もしフォルスメモリーが、さまざまな検証を経て、事実誤認であり、間違いであったと本人が納得した場合、その記憶に基づく自己がゆらいでしまうかもしれない。それに対して、客観的事実が洗脳を経て、事実ではないと思いついた場合にも、客観的事実が存在しながらも、自己は同じくゆらいでしまうだろう。

ある意味、我々の自己の裏づけはかなりの部分、思いつきによって支えられているのだろう。ポジティブな意味を持つフォルスメモリーは、たとえそれがフォルス(間違いの)メモリーであっても当人にとっては自己の裏づけを与えてくれる重要な記憶なのであろう。

5. 「『無意識レベル』での転機の語り」

次に太田先生のコメントに答えたいと思う。太田先生の「記憶をより広い立場、生の人間理解の立場で捉えたい」「日常的に社会の中で生きている人間の全認知活動における記憶として研究したい」というコメントについては、我が意を得たり、であった。

私のもともとの関心は動機づけの変化を捉えたいということであったが、研究を進めるうちに、人の変化を捉えようとするのは、人の生涯発達を捉えることであるということに気付いた。また人の生涯発達を捉えることは結局、人がどのように生きていくのかその全体像を捉えることであった。私も動機づけを単にスポーツや学業にとどまらず、人間の全活動として捉えたかったのである。

太田先生のコメントにおいて、一番私の考えが至っていないのは、「無意識レベルでの

認知活動が転機をもたらす」場合についてであった。「自己と語りの循環関係」も、かなり意識的な認知活動を想定していた。それはそもそも私がスポーツ心理学、メンタルトレーニングに関心を持っており、自己や自己の行動をコントロールすることの重要性を考えていたからだ。

しかしながら、人の生の認知活動を考えたときに、確かに無意識レベルでの語りの影響もあると思われる。というよりは、そもそも転機の語りののはじまりは無意識レベルなのである。

Sarbin(1986)は、語りは、「根源的メタファー」であり、メタファーと意識されずに認識のために使われていると述べている。今回の例でも、多くの者は自分の競技歴を無意識レベルで我々の認識的特徴である語りの形で振り返っており、それによって転機が立ち表れてくるのだ。

また、太田先生は、検索手がかりについて言及しているが、インタビューでなされる転機の語りは、語り手が根源的メタファーとしての語りの構造に基づき自己物語を語ろうとするのを、聞き手が検索手がかりを与えて助けることによって立ち表れるものであり、そういう意味で、語り手と聞き手との共同制作であると言える。語り手がかなり意識して転機を語れることもあれば、検索手がかりによって転機らしきものがはじめて語ることによって見えてくることも、共同制作であればこそあるであろう。また、よい聞き手はいまいな形でしか自己の成長を捉えられていない人の語りを適切な検索手がかりを与えることによって、語り手がより自分の成長を明確に捉えることを可能にできるであろう。

さらに言えば、適切な聞き手を得て自らの転機を明確に意識できた者は、自己内対話によって転機による自己の成長を繰り返し意識できるようになるのではないか。その段階になることによって、より自己と語りの循環関係が強固になるとと思われる。

6. 「ポジティブな方向とネガティブな方向への分岐点」

次に太田先生のコメント、「ポジティブな方向とネガティブな方向への分岐点におけるメカニズムの解明」は私も今後ぜひ取り組みたいテーマである。転機の語り、自己転換の語りは、人の成長のために強い力を持っていると感じるが、それでもそれらは万能ではないと思っている。

例えば、ちょうど今回の学会で、西村(2006)が、阪神大震災の意味づけについての研究発表を行っていた。震災から学んだことが多かったと答えた者の方が、そうでない者よりも、より震災に関する不適応感が強かったという。色々な解釈があろうが、震災に対する不適応感が強いからこそ、バランスを取るために、震災から学んだことが多かったと認識するのではないだろうか。この場合は、転機の語りによって、震災の意味づけが逆転し、マイナスがまったく消え去り、プラスに転換するのではなく、マイナスの影響を受けつつも何とか生きていくために、マイナスの中にプラスの意味づけを見出しているのではないかとと思われる。自己は、やじろべえのように左右にゆれつつ、安定を保っているものであるのかもしれない。転機の語りや自己転換の語りは、マイナスになって倒れそうな出来事の意味づけを変えることで、プラス側へ自己の安定を保つ役割を果たしているのかもしれない。

そう考えると、ポジティブとネガティブの分岐点を解明するというよりも、ネガティブに倒れてしまわないように、バランスが崩れて動揺しつつも、最後には安定を保てるような自己のしなやかさとそれをもたらす要因を明らかにすることが求められるのではないかとと思われる。

7. 自伝的記憶の「想起」の研究

最後に佐藤先生の「自伝的記憶の想起」についてのコメントを得て気づいたことを示してお

きたい。

佐藤先生は、「想起という過程がなければ、記憶内容は機能を発揮しえない」「想起され、『あれが出发点だった』と意味づけられた瞬間に、『出发点』としてその人を励まし、自己の一貫性を確認するといった機能を発揮する」と述べ、自伝的記憶の「想起」の重要性を指摘している。私もこの意見に賛成であり、自伝的記憶において、「想起」の果たす役割は非常に大きいと思われる。

認知心理学や学習心理学の教科書では、記憶とは情報を記録して、保持して、想起するプロセスであるとモデル化されている。心理学者にとってはもはや常識に近い考え方である。私自身、大学の授業で記憶を教える際には、記録の研究の知見、記憶保持の研究の知見、記憶想起の研究の知見をそれぞれ教えている。

翻って自伝的記憶の研究を考えてみると、この常識のようなプロセスをごっちゃにしているところがないだろうか。実は佐藤先生のコメントまでは私自身そうだったのである。

その理由を考えると、上記のように自伝的記憶においては想起の役割が非常に大きいからだと思われる。多くの自伝的記憶の研究は、実質、自伝的記憶の想起の研究だったのではないだろうか。もちろんこれまでの研究を否定するわけではないが、単に自伝的記憶の研究と考えるの

ではなく、自伝的記憶の記録、自伝的記憶の保持、自伝的記憶の想起とプロセスを分けて考え、研究を行うことで、自伝的記憶の特徴がさらに整理されるのではないだろうか。

【文献】

- van der Kolk, B. A., Mcfarlane, A. C., & Weisaeth, L. (Eds.) (1996). *Traumatic stress : The effects of overwhelming experience on mind, body, and society*. New York: Guilford Press. (西澤哲 訳 (2001). 『トラウマティック・ストレス - PTSD およびトラウマ反応の臨床と研究のすべて』. 誠信書房.)
- 西本実苗 (2006). 阪神・淡路大震災 10 年後における「人生観」の変化に関する報告. 『日本心理学会第 70 回大会発表論文集』, 320 .
- Sarbin, T.R. (1986). The narrative as root metaphor for psychology. In T. R. Sarbin. (Ed.), *Narrative psychology : The storied nature of human conduct*. New York : Praeger. (長田久雄 訳. 心理学の根元的メタファーとしての語り. 田中一彦 編 (1991). 『現代のエスプリ』, 286, 169-187. 至文堂.)