

青年期と成人期における 自伝的記憶の方向づけ機能に関する予備的研究

Directive functions of autobiographical memory in adolescents and adults: A preliminary study

田上 恭子*

Kyoko TAGAMI*

要 旨

本研究の目的は、エピソードの意味づけから自伝的記憶の方向づけ機能を探ることを通して青年期と成人期の自伝的記憶の特徴について探索的に検討することであった。大学生149名と成人20名を対象に、「これまでの人生の中で最も印象的なエピソードとその時期」「それが今の自分にどのように影響していると思うか」について調査を行った。想起されたエピソードについて経験した時期及び内容の分類を行い、今の自分への影響についての意味づけについて自伝的記憶の機能という点から分類を行った。結果、青年期には意味づけの中に方向づけ機能の4つの下位機能の全てがみられたのに対し、成人期では「アンカー」・「類推」がみられないことが示され、成人期以降になると自伝的記憶を現在の問題や疑問に利用することが少なくなること、すなわち方向づけ機能の性質が変化していく可能性が示唆された。発達の観点からこの相違について論じる。

キーワード：自伝的記憶，方向づけ機能，発達

1. 問題と目的

自伝的記憶 (autobiographical memory) とは、自己に関連する情報についての記憶であり、個人の過去の中から思い出される特定のエピソードについての記憶である (Brewer, 1986)¹⁾。Robinson (1986)²⁾ は自伝的記憶研究の歴史的始まりのひとつとして、神経症の説明と治療に際して記憶に関心を持ったフロイト (Freud, S) を挙げ、忘却や記憶の回避に関連する抑圧という防衛機制や、回想や連想などを用いてライフ・ヒストリーを再構成する精神分析における神経症の治療にフロイトの記憶への関心がうかがわれることを紹介している。このように自伝的記憶とは、従来、精神分析やカウンセリングなどの分野で診断や治療のために利用されてきたものである (森, 1992)³⁾。

近年の自伝的記憶研究においては、その機能についての関心が増しており、これまで大きく自己機能、社会的機能、方向づけ機能の3つが見出されてきている (e.g., Bluck, 2003)⁴⁾。Bluck (2003)⁴⁾ によれば、自伝

的記憶の自己機能とは、自己の連続性や精神力動的な統合性を持たせる機能である。また社会的機能とは、たとえば自伝的記憶が会話材料をもたらし社会的相互作用が促進されるというように、コミュニケーション的な機能であり、社会的なつながりを発展させ、維持し、強化する機能である。最後に方向づけ機能とは、問題解決的な機能であり、現在や将来の行動を計画するための機能である。野村 (2008)⁵⁾ は、このような自伝的記憶の機能は、心理療法で自己を想起することの機能と重なるところが大きいと述べている。すなわち、心理療法は、クライアントの過去を共有するセラピストとの関係性を基盤とし (社会的機能)、クライアントの自己を再構成する立て直しの機会であり (自己構成機能)、その過程では、クライアントの過去の経験が参照され活用されつつ、将来の改善が図られる (方向づけ機能^{註1)}) という。したがって、自伝的記憶に関する研究、特にその機能に焦点を当てた研究は、基礎的な心理学領域における記憶の解明や自己の解明に役立つのみならず、心理臨床面接場面におけるクラ

*弘前大学教育学部学校教育 (教育心理学) 講座

Department of School Education (Educational Psychology), Faculty of Education, Hirosaki University

イベントの理解や介入にも役立つものであるといえよう。

上述の自伝的記憶の3つの機能については、心理臨床的な分野における研究は未だ数少ないものの、認知心理学や発達心理学、社会心理学等の基礎的な分野においては、それぞれの機能ごとに研究がなされてきている。しかし中でも方向づけ機能は他の機能に比べあまり重きが置かれていないが、日常生活においてはより中心的な役割を果たしていることを、外傷的記憶を事例的に取り上げ、Pillemer (2003)⁶⁾ は示唆している。このことから、自伝的記憶の方向づけ機能について知見を重ねることが必要であり、心理臨床的にも重要であるといえよう。

自伝的記憶の方向づけ機能をより詳しく述べている佐藤 (2001)⁷⁾ では、Pillemerの研究が紹介されており、さらに「出発点」「転換点」「アンカー」「類推」の4つの下位機能があることが示されている。この下位機能は大学生並びに大学卒業生に、「大学生活で影響力のあった経験の記憶」を思い出すように求め、収集された自伝的記憶及びさまざまな人物の自叙伝の分析から抽出されたものであるという。「出発点」とは、ライフコースやキャリアを選択するきっかけとなった出来事の記憶、信念や態度が自分の中に誕生した瞬間の記憶、「転換点」とは、態度やライフコースを変更するきっかけとなった出来事の記憶、「アンカー」とは、態度・価値観・信念に強い影響を与え、能力や価値観に疑問を抱いたときに立ち帰る出来事の記憶、「類推」とは類似した状況で想起され、行動や判断を決めるのに役立つ出来事の記憶であるとされる (佐藤, 2001⁷⁾)。

また佐藤 (2001)⁷⁾ は、体系的に自伝的記憶の方向づけ機能を明らかにすることを目的として、教員養成系大学の2年生を対象に、教師にまつわる自伝的記憶を収集し、その内容と教職志望意識との関連を検討した自身の研究についても述べているが、志望意識と自伝的記憶の間には明らかな関連があり、教師にまつわる記憶が教職を志望することへ、「出発点」や「転換点」など方向づける機能を持っていることが示唆されている。そして、職業選択は青年にとって自己や同一性に関わる大きな問題であり、自伝的記憶と自己との深い関わりが示されたといえると佐藤 (2001)⁷⁾ は述べている。このことから、職業選択を行い、同一性を確立していく時期である青年期においては、自伝的記憶の方向づけ機能の働きは特に重要であるように考えられる。

このように考えると、自伝的記憶の方向づけ機能は、自我同一性を確立していく青年期と、別の発達期、たとえば親密性の獲得が求められる成人期とでは、主となる働きが異なってくる可能性も想定され、発達のな検討も必要なのではないかと考えられる。心理臨床的な立場からも、さまざまな発達期にあるクライアントと面接し、また心理発達のな課題という点からクライアントを理解する上で、発達のな違いについて明らかにすることが必要ではないかと考えられる。

そこで本研究では、青年期及び成人期を対象に、自伝的記憶についてその方向づけ機能を中心に予備的に検討する。自身にとって印象的なエピソードが現在の自己にどのような影響を及ぼしているのかという自伝的記憶の主観的な意味づけを探ることを通して、青年期と成人期における自伝的記憶の性質の違い・機能の違いを明らかにしたい。

2. 調査1：青年期の自伝的記憶について

2.1. 方法

対象：大学生149名（1年次143名，2年次以上6名）。

調査内容：

- ①これまでの人生の中で最も印象的なエピソードとその時期。
- ②①が今の自分にどのように影響していると思うか。
- ③「自伝的記憶」はどのように使われている（影響している、役立っている）と考えられるか。

手続き：心理学関連の講義の中で調査を行った。なお自伝的記憶についてはその定義のみ学習し、機能については学習する前であった。

2.2. 結果と考察

エピソードの時期及び内容について

調査内容①について、エピソードを経験した時期を分類した。時期別のエピソード数を図1に示す。図から分かるように、高校時代のエピソードが最も多く想起されることが示された。

次に内容別の割合を図2に示した。「部活の大会で自分の力を少しも出せず、ひどい結果に終わったこと」「部活動で、いっぱい怒られたこと」「部活を本気で辞めようとしたこと」など「部活動に関する内容」(21.57%)、「自動車との接触事故」「喘息で死にそうになったこと」「骨折」など「自身の事故・怪我・病気」(16.99%)、「大学合格」「受験の時、勉強は辛かったが友情が深まったこと」など「受験」(11.11%)の順

に多いことが明らかとなった。

自伝的記憶の機能からみたエピソードの意味づけについて

調査内容②・③^{註2}に基づき、2名の研究者が独立に機能の観点から分類を行った。まず自己・社会・方向づけ機能という観点から、意味づけ内容が方向づけ機能に相当するか否かに分類した。一致率は84.56%であった。次に方向づけ機能とされたエピソード104個について、さらに「出発点」「転換点」「アンカー」「類推」の4つの下位機能に分類した。意味づけ内容の例と分類を挙げると、たとえば「〇〇に興味を持つきっかけになったと思う」「様々な経験をしたと思うようになった」という意味づけは「出発点」、「以前より健康や病気について考えるようになった」「死生観が変わった」などの意味づけは「転換点」、「支えになっている」などは「アンカー」、「問題にぶつかったときに解決法として、その時の経験が役立っている」などは「類推」とした。

結果、一致したエピソード数は72であり、一致率

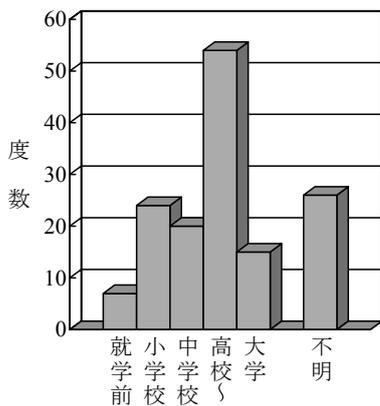


図1 想起されたエピソードを経験した時期の度数分布 (調査1: 青年期)

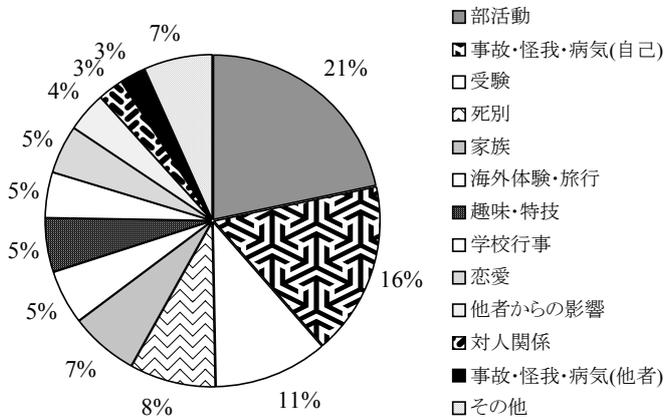


図2 想起されたエピソードの内容と割合 (調査1: 青年期)

は66.35%であった。72のエピソードは、「出発点」15.28%、「転換点」56.94%、「アンカー」15.28%、「類推」12.50%に分類された。

エピソードの内容と自伝的記憶の機能との関係について

エピソードの内容と意味づけから捉えた自伝的機能との関連をさぐるために、まずエピソードの内容カテゴリ別に、各機能カテゴリの割合について算出した。なお、ここで分析の対象としたのは、含まれるエピソード数が4つ以上である、6つの内容カテゴリ(「部活」「事故・怪我・病気(自己)」「死別」「家族」「受験」「海外体験・旅行」)であった。各内容カテゴリに占める機能カテゴリの割合が50%以上の場合を太い線、30%以上50%未満を細い線、30%未満を点線で結び、図3に表した。「出発点」的な意味づけがなされたのは海外体験や旅行、受験といったエピソード、「転換点」的な意味づけがなされたのは、家族に関するエピソードや死別、部活動、自身の事故・怪我・病気など、多様なエピソードにおいてであった。また受験や部活動に関するエピソードは「アンカー」として、自身の事故・怪我・病気といったエピソードは「類推」として意味づけがなされていた。

その他の特徴としては、自己機能や社会的機能に分類され得るような意味づけもそれぞれ2, 3みられたことや、「トラウマとなっている」とされるエピソードが全体の約5%みられたことが挙げられる。

3. 調査2：成人期の自伝的記憶について

3.1. 方法

対象：成人20名。49歳未満12名、50歳以降8名。年齢範囲は22～66歳。

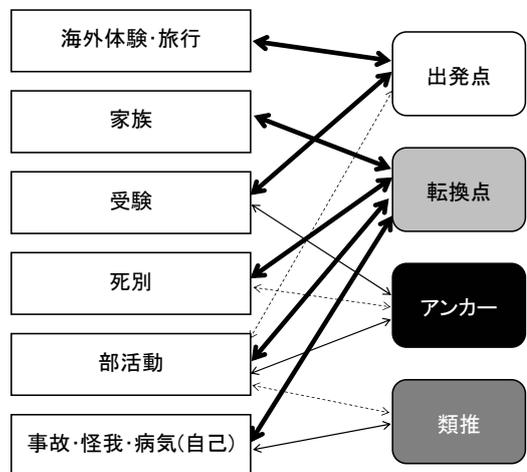


図3 エピソードの内容と意味づけされた方向づけ機能との関連 (調査1: 青年期)

調査内容：

- ① これまでの人生の中で最も印象的なエピソードとその時期。
 - ② ①が今の自分にどのように影響していると思うか。
- その他、最も印象に残っている社会的出来事及び人生最初の記憶の時期についての項目もあったが、今回は報告しない。

手続き：心理学関連の講義の中で調査を行った。調査1と同様に、自伝的記憶については定義のみ学習し、機能については学習する前であった。

3.2. 結果と考察

エピソードの時期及び内容について

調査1と同様に、調査内容①に基づき、エピソードを経験した時期を分類した。図4に時期別エピソード数を示す。全体的には20代のエピソードが最も多いことが明らかとなった。

次に内容別の割合について図5に示した。「恋人の死」「母を亡くしたこと」など「死別」(30.00%)、「入院生活」「仮死を体験したこと」など「自身の事故・怪我・病気」(20.00%)、「ある人との出会い」「……ということば」など、「他者からの影響」を受けたエピソード(15.00%)の順に多いことが明らかとなった。

自伝的記憶の機能からみたエピソードの意味づけについて

調査内容②に基づき、調査1と同様に、2名が独立に機能の観点から分類を行った。方向づけ機能とされたエピソードは15個であった(一致率75.00%)。15のエピソードについてさらに4つの下位機能に分類したところ、一致したエピソード数は12であり(一

致率85.71%)、「出発点」4(33.33%)、「転換点」8(66.67%)の2つのみに分類された。

エピソードの内容と自伝的記憶の機能との関係について

調査1と同様に、エピソードの内容カテゴリー別に各機能カテゴリーの割合について算出した。なおここでは12全てのエピソード(カテゴリーとしては「死別」「自身の病気・事故」「他者からの影響」「海外体験・旅行」「出産」の5つ)について分析の対象とした。各内容カテゴリーに占める機能カテゴリーの割合は全て50%以上であり、それぞれ太い線で結んで表したものが図6である。「出発点」的な意味づけについては「自身の病気・自己」や「他者からの影響」といったエピソードになされ、「転換点」的な意味づけについては「死別」「出産」「海外体験・旅行」に関するエピソードになされることが明らかとなった。

その他の特徴としては、青年期を対象とした調査でみられた「トラウマとなっている」という意味づけは全くみられなかったこと、自己機能や社会的機能に分類され得るような意味づけもほとんどみられなかったことが挙げられる。

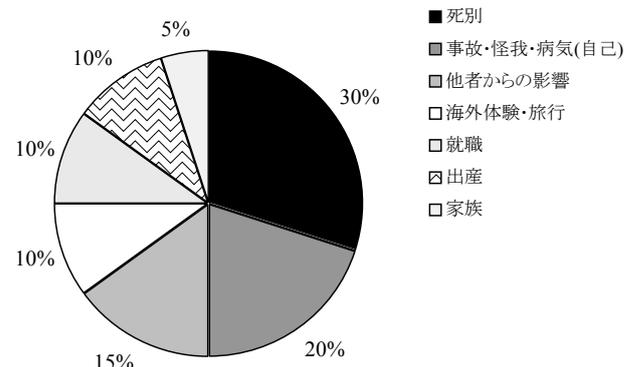


図5 想起されたエピソードの内容と割合 (調査2：成人期)

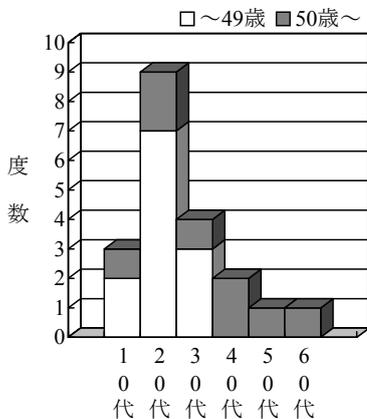


図4 想起されたエピソードを経験した時期の度数分布 (調査2：成人期)

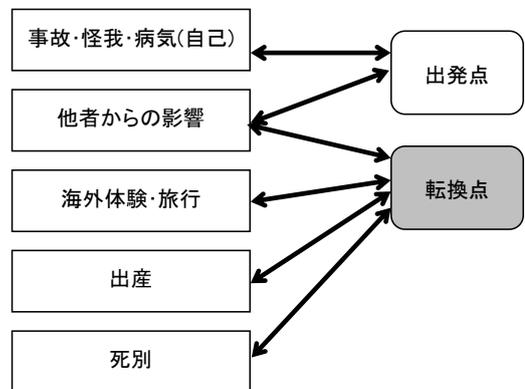


図6 エピソードの内容と意味づけされた方向づけ機能との関連 (調査2：成人期)

表1 青年期と成人期の自伝的記憶の内容と意味づけからみた機能について

	想起されたエピソードの内容と時期	自伝的記憶の機能について
青年期	<ul style="list-style-type: none"> ・高校時代のエピソードが最も多い。 ・「部活動」や「受験」など、学校生活に関わるエピソードが多い。 	<ul style="list-style-type: none"> ・意味づけは、方向づけ機能の4つの下位機能全てに分類された。 ・トラウマとなっているエピソードも想起されていた。 ・自己機能、社会的機能に相当する意味づけもみられた。
成人期	<ul style="list-style-type: none"> ・20代のエピソードが多い。 ・「死別」「自己・怪我・病気」「出産」など、生命に関わるものが半数以上。 	<ul style="list-style-type: none"> ・意味づけはほぼ方向づけ機能に分類された。 ・方向づけ機能の中では、「出発点」「転換的」機能のみに分類された。 ・トラウマ的なエピソードは全くみられなかった。

4. 全体的考察

本研究において見出された青年期と成人期それぞれの特徴について表1にまとめた。青年期と成人期の自伝的記憶の機能における最も大きな違いとしては、青年期と比較し成人期には「アンカー」や「類推」といった機能がみられにくいことが挙げられる。すなわち、成人期では過去の特定のエピソードに関する記憶を、現在の支えにしたり、現在の問題に対する解決法として利用したりすることが少なくなるということが示唆される。

このことから、第一に、青年期では特定のエピソードの記憶が支え・励みになったり、解決に役立ったりするように機能するが、成人期以降ではそのような形で機能するのではない可能性が考えられる。ひとつひとつの特定のエピソードがそのような機能と結びつくのではなく、エピソードの蓄積・過去の蓄積やさまざまなエピソードの総体が「アンカー」や「類推」というような方向づけの機能を果たすのかもしれない。また第二の可能性として、4つの下位機能の中でも、「出発点」「転換点」はより回顧的の側面を持ち、「アンカー」「類推」はより前向きな未来展望的側面を持つものであって、「これから自分はどうかあるべきか」という問いも含めたアイデンティティの確立が求められる青年期ではその双方が機能するが、人生後半の成人期以降は、回顧的な側面での機能がより優勢になってくることが考えられる。すなわち、方向づけ機能の中でも優勢となる下位機能が発達に伴い変化していく可能性が考えられよう。こういった可能性については、今後方法論的な見直しを行った上で検討していく必要があると考えられる。

ただし、成人期の発達の課題である親密性という概念について大矢 (1997)⁸⁾ は、「お互いに多少なりとも異なった自分をもった者どうしが、家庭や仕事と

いった現実的な場において、体験を共有したり、相異を出し合って互いに調整したりしながら、提携して具体的な問題に対処し、実際の生活を営んでいくという、若い成人の社会生活に必要とされる基本的な要素を要約したものであるといえる」(p.141)と述べており、このことから成人期では青年期以上に、もっと問題解決的な方向づけ機能が働いている可能性も考えられる。つまり、「類推」や「アンカー」といった機能が成人期にみられなかったのは、方法上の問題による可能性も否定できないと考えられる。

そのひとつとして考えられるのは、今回想起を求めたのが、「最も印象的なエピソード一つ」であったことである。青年期では、ひとつの印象的なエピソードが人生を方向づけるかもしれないが、成人期では、印象的なエピソードに限らず、日々の小さなエピソードが、細かな方向づけとして機能し、問題解決の機能を果たしているかもしれない。したがって印象的なエピソードひとつに限らず、日常的な複数のエピソードについて検討していくことが今後必要であるだろう。

また今回の調査では、自身の主観的・意識的な意味づけを尋ねることで機能について検討しているが、もっと無意識的に自伝的記憶が機能している可能性も考えられ、主観的な意味づけを扱うだけでは自伝的記憶の機能を捉えきれていないといえる。したがって、今後はたとえば不随意記憶の検討や違った側面からの機能の測定など、多面的に捉える工夫が必要であると考えられる。

さらに今回の調査では、青年期と成人期の調査対象数の違い、特に成人期の対象の少なさや、機能分類上の問題（一致率の低さなど）も結果に少なからず影響を及ぼしていることも否定できないであろう。

本研究では、自伝的記憶の主観的な意味づけを探ることを通し、青年期と成人期の自伝的記憶の方向づけ

機能を中心に検討した。その結果、方向づけ機能の中でも優勢となる下位機能が発達的に変化する可能性が示唆された。このことは、前述のように、心理臨床面接の中においても、クライアントの過去経験の参照や活用の有り方が発達的に変化する可能性を示唆するものであると考えられる。今後は上述のような問題を改善し、さらなる工夫をしたうえで、この点について検討していくことが、自伝的記憶の機能研究においても心理臨床的な研究においても望まれよう。

注

- 1 野村 (2008) では directive function を指示機能と訳しているが、本研究では方向づけ機能としているため、ここでもそのように表記した。
- 2 回答者の中には、調査内容③に意味づけと思われる事柄を記述している者もみられたため、そのような場合に③についても参考にした。

引用文献

- 1) Brewer,W.F.(1986). What is autobiographical memory? Rubin,D.C.(Ed.), *Autobiographical memory*, Cambridge University Press, pp.25-49.
- 2) Robinson,J.A.(1986). *Autobiographical memory: A*

historical prologue. Rubin,D.C.(Ed.), *Autobiographical memory*, Cambridge University Press, pp.12-24.

- 3) 森敏昭 (1992). 日常記憶研究の生態学的妥当性 広島大学教育学部紀要 (第一部心理学), 41, 123-129.
- 4) Bluck,S. (2003). *Autobiographical memory: Exploring its functions in everyday life. Memory*, 11, 113-123.
- 5) 野村晴夫 (2008). 自己を語ることと想起すること—心理療法場面を手掛かりとしたその機能連関の探索— 心理学評論, 51, 99-113.
- 6) Pillemer,D.B.(2003). Directive functions of autobiographical memory: The guiding power of the specific episode. *Memory*, 11, 193-202.
- 7) 佐藤浩一 (2001). 自伝的記憶—思い出はかくのごとく 森敏昭 (編著), おもしろ記憶のラボラトリー, 北大路書房, pp.15-36.
- 8) 大矢泰士 (1997). 成人期—社会人として 馬場禮子・永井徹 (編著), ライフサイクルの臨床心理学, 培風館, pp.140-154.

付記

本研究は文部科学省科学研究費補助金 (若手研究 (B) 課題番号18730431) の助成を受けて実施した。

(2009. 1. 14受理)