

内省志向と自伝的記憶の無意図的想起¹⁾

神 谷 俊 次

Abstract

Involuntary autobiographical memories (IAMs) are memories of personal experiences that come to mind spontaneously. IAMs have three broad functions: self, social, and directive. Previous studies have shown that there are individual differences in the frequencies of occurrence of IAMs. The present study examines the relationship between traits of self-reflection and frequency of occurrence of IAMs. In Study 1, a total of 259 undergraduate students completed the self-reflection scale and described the recurrent IAMs in everyday life. In Study 2, a total of 45 undergraduate students completed questionnaires and reported IAMs that came to their mind during the controlled field interviews in which they walked with an experimenter across campus. Both studies revealed that higher self-reflection scores were significantly associated with higher frequency of directive IAMs. Results are discussed in light of the adaptation for environment. Based on the results of this study, the directions for future studies are suggested.

問題と目的

人がそれまでに経験した出来事に関する記憶は自伝的記憶とよばれている。人びとは、日常生活において自伝的記憶を想起してさまざまな目的で利用している。自伝的記憶の機能を調べた従来の研究から、自伝的記憶には、自己の概念化を維持・促進する「自己機能」、他者との人間関係を構築・維持する「社会機能」、思考や行動を適切な方向に導く「方向づけ機能」の3種類があることが明らかにされている (Bluck & Alea, 2011; Bluck, Alea, Habermas, & Rubin, 2005; Mace, 2010)。自伝的記憶には多様な機能があることから、認知心理学的観点からだけでなく、パーソナリティ心理学 (Habermas, 2007; McLean, 2005)、発達心理学 (Kulkofsky, 2011)、臨床心理学 (Berntsen & Rubin, 2007) などの観点からも自伝的記憶に関する研究が行われている。

山本 (2015) は、自分にとって重要な自伝的記憶を想起することがアイデンティティの確立につながることを明らかにしている。また、小島 (2015) は、過去経験の想起数と多元的自我同一性との関係を分析し、想起されるエピソード数が多いほど社会の中に自分自身を意味づける心理社会的同一性が高いことを明らかにしている。自伝的記憶は個人のア

1) 本論文の一部 (研究1) は、日本心理学会第77回大会 (2013 年) において発表された。

アイデンティティ形成にとって重要な役割を果たしていることから (Charlesworth, Allen, Havelka, & Moulin, 2016; Wilson & Ross, 2003), 自伝的記憶と自己の諸側面との間に関連が認められることは不思議なことではない。このような自伝的記憶と自己の結びつきが形成される背景には、自伝的推論のはたらきがあると考えられている (Habermas & Bluck, 2000; Habermas & Köber, 2015; McLean & Fournier, 2008; McLean, Pasupathi, & Pals, 2007; 佐藤, 2017)。自伝的推論は、過去の出来事と現在の自己とを結びつける内省的な思考過程である。人びとは過去のエピソードを想起したとき、その出来事について考えたり話したりすることによって自分が何者であるかについての理解を深める。つまり、自伝的記憶の想起を契機として自伝的推論が行われ、自己理解が促されるという過程を想定することができる。

ところで、自伝的記憶は、意図的に想起されることもあるが、日常生活を営むなかで無意図的に想起されることもある。たとえば、テレビに映し出された観光地の風景を見て、そこに行ったときの出来事が突然よみがえってきたり、自動車の急ブレーキの音を聞いた瞬間に、小さいときに交通事故に遭ったことがよみがえってきたりする。このように、思い出そうとする意図がないにもかかわらず意識に上ってくる自伝的記憶は、不随意記憶 (involuntary memories) とよばれている (Berntsen, 1996)。自伝的記憶が果たす役割は、想起事態が意図的か無意図的かによっていくぶん異なることも指摘されているが (Rasmussen & Berntsen, 2011; Rasmussen, Johannessen, & Berntsen, 2014; Rasmussen, Ramsgaard, & Berntsen, 2015), 大きな枠組みで自伝的記憶の機能をとらえるならば、意図的、無意図的のいずれの想起事態であっても、上述した3種類の機能でとらえることができる。

無意図的に想起された自伝的記憶が自己理解やアイデンティティの確立と関係していることを示す研究もある。たとえば、野村 (2014) は、自己を語ってもらう面接後に生じた不随意記憶を日誌に記録することを研究参加者に求め、面接場面における語りの内容と無意図的に想起された出来事との関係を分析している。その結果、自己についての語りや、その後の日常生活において不随意記憶として生起し、面接場面で語られた出来事に対する意味づけが変化することを明らかにしている。彼の研究は、不随意記憶が自伝的推論を促し、過去の出来事に対する再解釈をもたらしたとみなすことができる。また、山本 (2013) は、無意図的に想起された自伝的記憶の特徴をアイデンティティ達成の観点から分析し、アイデンティティ確立の程度が高い群は、低い群に比べて重要な自伝的記憶を高い頻度で無意図的に想起していることを明らかにしている。これらの研究結果は、不随意記憶と自己の間にも密接な関係があることを示すものである。

不随意記憶は、日常生活のなかで誰もが経験するものであるが、不随意記憶の生起頻度には個人差があることが指摘されている (神谷, 2012)。この生起頻度の個人差には、どのような要因が関わっているのであろうか。Brewin & Soni (2011) は、解離性体験の程度と不随意記憶の生起頻度との間に $r=.24$ の正の相関を報告している。日常生活における種々の体験が意識に統合されにくい人ほど不随意記憶の生起頻度が高いといえる。また、Kamiya (2014) は、日常生活において記憶や認知の失敗が多いほど不随意記憶の生起頻

度が高いことを報告している。これらの研究結果は、不随意記憶が注意散漫な状態で生じやすいという考え方 (Berntsen, 1996) とも符合するものである。

注意散漫な状態は不随意記憶をもたらす要因のひとつと考えられるが、パーソナリティ特性も不随意記憶の生起に関与しているのではないだろうか。日誌法により不随意記憶の機能を調べた神谷 (2007) の研究では、過去のエピソードが無意図的に想起されたとき、「過去の自分を懐かしむ」、「過去の自分と現在の自分を比較して自己の変化や不変性を意識する」といった自己内省が行われることが明らかにされている。無意図的に想起されたあるエピソードに関して自伝的推論をするかどうかは、自分のことを理解したいという欲求の強さに関わっていると考えられる。自己理解欲求が強い人は、自己理解のための素材である自伝的記憶を意識しやすいのではないだろうか。自己内省によって自己理解が深まることから、自分自身の内面に関心を向け、内省しやすい人は、しばしば自伝的記憶を無意図的に想起しているのではないかと考えられる。

そこで、本研究では、内省志向と不随意記憶の生起頻度との関係について検討する。本研究では、内省志向を自分自身のことを省みようとする傾向と定義する。内省志向の高さは、自分自身を振り返り、自分の内面を見つめて自分を理解しようとする行動につながると考えられる。具体的な内省行動について考えてみると、自分を見つめることが好きで積極的に内省するという側面と気づいたら自分のことを考えているといった自動的に内省するという側面があると考えられる。そこで、「内省好み」と「内省しやすさ」という2つの観点から内省志向をとらえることとする。研究1では、パーソナリティ特性としての内省志向と不随意記憶数との関係を質問紙法によって検討する。研究2では、日常生活のなかで生じる不随意記憶をリアルタイムでとらえる「統制されたフィールドインタビュー法」を用いて内省志向と不随意記憶数との関係を検討する。内省志向が高いほど自伝的記憶の無意図的想起数が多いことが予測される。

研究1

不随意記憶はあまりにも自然な現象であるため、些細な出来事の不随意記憶では、それが生起していることに気づかないこともある。しかし、日常生活では、同じ過去の出来事が繰り返して想起されることがある。心的外傷後ストレス障害の症状であるフラッシュバックは、不随意記憶の一形態とみなされているが (Brewin & Soni, 2011; Mace, 2010)、このような繰り返して想起される不随意記憶 (recurrent involuntary memories) は、健常者においても生じるものであり、健常者でも比較的気づきやすい現象である (Berntsen & Rubin, 2008; 神谷, 2016)。そこで、研究1では、繰り返して想起される不随意記憶の経験を調査対象者に尋ねるとともに、内省志向に対する自己評定を求めて両者の関係を分析する。不随意記憶が自己内省の機会を想起者に提供することから、内省志向が高いほど日常生活において不随意記憶をより多く経験していることが予測される。

方 法

調査対象者 大学生 259 名（男性 124 名、女性 135 名）で、平均年齢は 18.36 ($SD=.77$) 歳であった。

調査内容 心理学関係の授業で自伝的記憶をテーマとして取り上げた際に調査を実施した。講義中に自伝的記憶の意味や役割、想起形態（意図的想起と無意図的想起）などの解説を行った。その後、内省志向項目と不随意記憶現象を記述する欄が印刷された質問紙を配布し回答することを求めた。

(a) 内省志向：本研究では、人びとが自分自身のことを省みようとする傾向を内省好みと内省しやすさの 2 側面からとらえる。まず、本研究の内省志向の概念と一致していることから、辻 (2004) の自己意識・自己内省尺度内の自己内省 3 項目を採用した (Table 1 の項目番号 2, 6, 7)。辻 (2004) の自己内省項目はもともと 4 項目であったが、「自分の行動を客観的に観察するようにしている」という項目は除外した。除外した理由は、客観的に観察するという点を強調する必要性はなく、「客観的」という文言を除くと項目番号 7 とほぼ同義となるためであった。次に、項目数を増やして信頼性を高めるために、菅原 (1984) の私的自意識尺度 10 項目から、内省志向を表すと思われる 4 項目を採用した (項目番号 3, 5, 8, 9)。さらに、Trapnell & Campbell (1999) の自己反芻・自己内省尺度から内省好みを反映すると思われる 2 項目を用いた (項目番号 4, 10)。加えて、内省意欲を反映すると思われる「自分の性格を知りたい」を含めた (項目番号 1)。なお、既存の項目は志向性を表現するように文言を一部修正した。合計 10 項目に対して「あてはまる (5)」～「あてはまらない (1)」の 5 件法で評定を求めた。

(b) 不随意記憶現象の記述：内省志向項目の評定終了後、不随意記憶現象についてスライドを用いて例示 (テレビに映し出された金閣寺を見た瞬間に「中学校の修学旅行で京都に行き、友だちと〇〇した」出来事がふと思い出された) をした。調査対象者に対して「この例のように、ことあるごとにふと思い出しているエピソードがあると思います。あなたが普段の生活のなかでしばしばふと思い出しているエピソードについて、その内容と想起する状況を簡潔に記述してください」と教示した。10 分間で思い浮かぶだけの不随意記憶現象の記述を求めたが、最大 8 個までとした。なお、出来事の内容がプライバシーに関わる場合には、曖昧な表現をするように教示した。収集したデータを匿名で研究に利用することに同意した者を分析の対象とした。

結 果

内省志向 内省志向 10 項目について、主因子法、プロマックス回転による因子分析を行った。固有値の減衰状況および因子の解釈可能性から 2 因子解が妥当であると判断した。なお、項目番号 6 は、どちらの因子に対しても高い因子負荷量を示したために除外した。最終的な因子分析の結果を Table 1 に示した。回転前の 2 因子の累積寄与率は 37.8% であった。第 1 因子は、「自分の動機や気持ちをよく分析するほうである」といった自分の内面を見つめやすい傾向を表す 5 項目からなっており、「内省しやすさ ($\alpha=.72$)」と解釈された。また、第 2 因子は、「自分自身の内面を分析することが好きだ」といった自分につ

Table 1 内省志向項目の因子分析結果 (主因子法・プロマックス回転後)

質問項目	第1因子	第2因子	Mean	SD
2. 自分の動機や気持ちをよく分析するほうである	.72	-.09	3.52	1.09
7. 自分自身を注意深く観察するほうである	.65	-.01	2.98	1.10
3. しばしば自分の心を理解しようとする	.57	.08	3.61	1.00
8. 自分がどんな人間か自覚しようと努めている	.56	.08	3.41	1.08
9. 自分を反省してみることが多い	.47	-.17	4.03	0.94
10. 自分自身の内面を分析することが好きだ	.03	.83	3.09	1.06
4. 自分自身のことをあれこれ考えるのが好きだ	-.06	.73	3.14	1.12
5. 自分自身の内面のことに関心がある	.21	.44	3.68	1.04
1. 自分の性格を知りたい	-.15	.35	4.15	0.95
削除項目				
6. 自分は何者なのかを考えることがよくある			2.92	1.33

いて考えることを好む傾向を表す4項目からなっており、「内省好み ($\alpha=.68$)」と解釈された。第1因子に高い負荷を示した5項目の評定値の合計を内省しやすさ得点, 第2因子に高い負荷を示した4項目の評定値の合計を内省好み得点とした。両尺度間の相関は $r=.48$ ($p<.01$) であった。9項目全体で構成される内省志向についても信頼性が確認された ($\alpha=.80$)。なお, 辻 (2004) の自己内省尺度から採用された3項目 (Table 1 の項目番号2, 6, 7) の合計得点と本研究の2尺度との相関を求めたところ, 「内省しやすさ」との相関が $r=.80$ ($p<.01$), 「内省好み」との相関が $r=.49$ ($p<.01$) であった。本研究における内省志向尺度の妥当性を示すものといえよう。

繰り返し想起される不随意記憶 記述された不随意記憶数は, 平均 5.02 ($SD=1.96$, 最小値=1, 最大値=8, 最頻値=4, 中央値=5) 個であった。エピソードの内容としては, 事故・怪我, 部活動, 旅行, 受験, 友人関係に関するものが多かった (例: 「友人との関係で気まずい雰囲気になると, しばしば『小学校4年のとき, Aさんと取っ組み合いのケンカをした』ことがふと思い出される」)。質問紙法では, これまでに経験したことがある不随意記憶を回想的に想起することになるため, そのエピソードの想起が無意図的であるという確証は得がたい。しかし, エピソードが想起されている状況や想起内容が従来の日誌法研究 (神谷, 2007; 山本, 2013) で収集されている不随意記憶と類似していることから, 本研究のエピソードも不随意記憶に該当するものと考えられる。なお, 本研究では, しばしば経験する不随意記憶の事例数を把握することに力点を置きエピソードの内容を簡潔に記述することを求めた。そのため, すべてのエピソードに関して, その役割を特定することは難しかった。そこで, 以下では, 機能に関係なく記述された不随意記憶数を指標とする分析を行った。

内省志向と不随意記憶の関係 内省志向と不随意記憶数との相関を求めたところ, 弱いながらも正の相関が認められた。内省志向の下位尺度である内省しやすさと不随意記憶数の間で $r=.12$ ($p<.05$), 内省好みと不随意記憶数の間で $r=.13$ ($p<.05$) であった。また, 内省志向全体と不随意記憶数の相関は $r=.17$ ($p<.01$) であった。避けがたい突発的な出来事 (例: 交通事故, 自転車事故, プールで溺れる, 遊具での怪我など) に関する不随意

記憶は、そのような出来事と結びついた環境内の刺激を手がかりとして侵入的かつ強制的に生じるため、想起者の内省志向の程度の影響を受けにくいと考えることができる。そこで、突発的な出来事のような不随意記憶を除外して分析を試みた。全体の5.2%に当たる突発的なエピソード ($Mean=.26, SD=.58$) を除いた平均不随意記憶数は、4.76 ($SD=1.95$) 個であり、内省志向との相関はいくぶん高くなった (内省しやすさ: $r=.15, p<.05$; 内省好み: $r=.15, p<.05$; 内省志向全体: $r=.18, p<.01$)。

考 察

自己内省の程度をとらえる内省志向尺度を作成し、信頼性および妥当性を確認した。なお、神谷 (2018) においても、本内省志向尺度と概念的に関連する菅原 (1984) の私的自意識尺度や高野・丹野 (2008) の省察尺度との間に正の相関が確認されており、構成概念妥当性は高いと考えられる。

内省志向と質問紙法によって収集した不随意記憶数との関係を分析したところ、内省志向の2つの下位因子である「内省しやすさ」と「内省好み」のいずれにおいても不随意記憶数との間に弱い正の相関が認められた。普段の生活で不随意記憶を意識したとき、想起者は、現在の視点からその出来事について考えて自己理解を深める (神谷, 2007)。内省志向が高い人は、自己理解のために過去のエピソードについて考えることが多く、しばしばふと想起しているエピソードを数多く認識しているのであろう。

本研究では、自伝的記憶の無意図的想起に着目しているが、自伝的記憶の意図的想起に関しては、内省志向と自伝的記憶の関係を調べた研究がある。Harris, Rasmussen, & Berntsen (2014) は、内省志向を問うとともに、自伝的記憶をどのような目的で想起しているのかを質問紙によって調べ、内省志向と自伝的記憶の内省的な利用との間に正の相関 ($r=.37$) を見出している。具体的には、内省志向が高いほど、「自分のことを理解したり」、「自分の変化を認識したり」、「現在直面している問題を解決したり」するために自伝的記憶を想起していた。本研究で得られた内省志向の高さと不随意記憶の記述数との間で見られた正の相関は、自伝的記憶の無意図的想起においても、内省志向が自己理解を促すことを示唆するものである。

本研究と同様に、質問紙法によって繰り返し想起される不随意記憶の機能を調べた研究 (神谷, 2016) から、健常な大学生が経験している繰り返し想起される不随意記憶では、方向づけ機能を果たすエピソードが多いことが明らかにされている。研究1で収集された不随意記憶については、エピソードを機能の観点から分類することは困難であったが、記述されたエピソードの想起状況や想起内容から方向づけ機能を果たすエピソードが多いことが推察された。方向づけ機能を有する不随意記憶が多く、自己機能を有する不随意記憶が少なかったことが、本研究において内省志向と不随意記憶数との弱い相関をもたらした原因のひとつかもしれない。不随意記憶が果たす機能の割合は不随意記憶の収集方法によって異なるが (神谷, 2016)、内省志向と不随意記憶の頻度の関係を詳細に検討するためには、個々の不随意記憶がどのような機能を果たしているかを把握することが必要であらう。

研究 2

質問紙法によって不随意記憶を収集する場合、回答時点で思い出すことのできる不随意記憶だけが報告されるというバイアスが入る (雨宮, 2014)。もっとも、普段の生活で不随意記憶を経験することが少なければ、回想的にエピソードを思い出すことができないことから、不随意記憶の生起のしやすさを質問紙法によってとらえることができると考えられる。しかしながら、日常生活のなかで生起する不随意記憶を日誌法によって収集した場合、必ずしも繰り返して想起されるエピソードばかりではない。むしろ、ある出来事が生じた後、数年経過して初めてその出来事が無意図的に想起されたといった事例も多い (神谷, 2007)。つまり、日常生活のなかで生起する不随意記憶は、想起者にとってそれほど重要な意味をもたない出来事であることも多い。質問紙法によって収集される繰り返して想起される不随意記憶では、思考や行動を方向づける役割を担っていることが多いが (神谷, 2016)、普段の生活で生起する不随意記憶を日誌法によって収集した場合には、自己機能を果たすものが多い (神谷, 2007)。質問紙によって収集される不随意記憶は、日常生活で典型的に経験する不随意記憶とは機能などの性質が異なるともいえる。

不随意記憶の生起頻度の個人差をとらえるには、日常生活のなかで生じる不随意記憶をリアルタイムに記録することが望ましい。そのためのひとつの方法が日誌法である (Berntsen, 1996)。日誌法は、不随意記憶が生起した時、その想起状況や想起されたエピソードの内容を日誌に記録していく方法である。しかし、日誌法には、(1) 参加者に求める負担が大きいため生起したすべての不随意記憶が記録されない可能性がある、(2) 注意を向けていないと不随意記憶の生起に気づかずに記録されない可能性があるといった問題点がある。これらの問題に対処するために、統制されたフィールドインタビュー法が考案されている (Kamiya, 2014)。この方法では、馴染みのある生活空間内に参加者に歩いてもらい、散歩中に生じた不随意記憶を同伴するインタビュアーに報告することが求められる。同一の散歩コースを設定することにより、参加者が環境から受け取る刺激が統制され、一定時間内に生起する不随意記憶の生起頻度を正確に把握することが可能となる。そこで、研究 2 では、フィールドインタビューによって不随意記憶現象をとらえ、内省志向と不随意記憶数との関係について検討する。

不随意記憶現象においては、生起頻度に個人差があるだけでなく、不随意記憶が果たす機能にも個人差が認められている (神谷, 2007)。たとえば、不随意記憶によって、その場の思考や行動が方向づけられることが多い人がいる一方、ほとんどの不随意記憶が過去の自分自身を認識する役割を果たしている人などである。内省志向の観点から不随意記憶を分析する場合、どのような機能をもった不随意記憶であるのかを考慮することが望ましい。そこで、研究 2 では、個々の不随意記憶が想起者にどのような影響を与えているのかを尋ねることによってそれぞれのエピソードの機能を特定し、内省志向と不随意記憶数との関係をエピソードの機能の観点から分析する。既述した Harris et al. (2014) の知見を踏まえると、内省志向が強いほど、生起する不随意記憶が多くなるだけでなく、自己機能を果たす不随意記憶が多くなることが予測される。

方 法

参加者 大学生 45 名（男性 16 名，女性 29 名）で，平均年齢は 20.33 ($SD=1.28$) 歳であった。

手続き 参加者は，はじめに研究の概要，個人情報の取り扱い，参加者の権利などの説明を受けた。その後，実験室内において研究 1 で作成された内省志向などのパーソナリティ特性を調べる質問紙に答えることを求められた。個別検査の終了後，参加者は，研究 1 と同様の具体例による不随意記憶の説明を受け，不随意記憶現象について十分理解したのち，実験者とともに大学キャンパス内の指定されたコースを歩くことが求められた。この散歩コースの所要時間は，何もせずに普通に歩くだけなら 20 分ほどであった。フィールドインタビューの開始前に参加者に対して「不随意記憶の生起頻度には個人差があり，まったく生じない人もいます。散歩中にもし不随意記憶が起こったら報告してもらいますが，意図的に思い出そうとする必要はありません」と教示し，自伝的記憶を想起しなければいけないというプレッシャーが掛からないように配慮した。また，実験者の存在が影響しないようにするため，実験者は参加者の後ろについて歩いた。参加者は，コースが描かれた地図を見ながら歩き，不随意記憶が生起するたびに，その場に立ち止まり，「想起したエピソードの内容」，「エピソードを想起したときに感じたことや考えたこと」，「エピソードの想起のきっかけ」などについて実験者に口頭で報告した。なお，想起されたエピソードの内容がプライバシーに関わる場合は，出来事の内容を曖昧な表現で報告するように教示した。参加者の口頭報告は，すべてデジタルレコーダーで録音された。フィールドインタビューに要した時間は，不随意記憶の生起数によって異なるが，一人当たり 30 分から 90 分であった。

なお，本研究は，名城大学倫理審査委員会の審議を経て実施が承認されている。

結 果

内省志向 参加者全体の内省志向得点の平均は，「内省しやすさ ($\alpha=.79$)」が 18.04 ($SD=3.77$)，「内省好み ($\alpha=.69$)」が 15.22 ($SD=2.94$)，内省志向全体 ($\alpha=.82$) が 33.27 ($SD=5.90$) であった。また，2 つの下位尺度間の相関は， $r=.54$ ($p<.01$) であった。

不随意記憶の特徴 フィールドインタビューによって不随意記憶が収集される際の参加者の典型的な反応として，外界の刺激を受容し，突然，不随意記憶が生起したことに對する驚きの声や表情を浮かべるとされている (Kamiya, 2014)。本研究の参加者においても同様の驚きの反応が示されたため，実験者は，その反応によって不随意記憶が生起したことを知ることができた。このような想起状況は，本研究で収集された自伝的記憶が無意図的に想起されたことを示す根拠とみなすことができよう。統制されたフィールドインタビューで収集された平均不随意記憶数は，10.40 ($SD=8.26$ ，最小値=1，最大値=41，最頻値=9，中央値=8) 個であった。収集された不随意記憶の機能や想起契機等に関して，心理学を専門とする 2 名が独立して評定した。両評定者の判断が一致しなかったケースについては，話し合いによって決定した。

まず，不随意記憶の想起のきっかけは環境内に存在する視覚的刺激がほとんどであり

Table 2 内省志向と不随意記憶想起数との相関

	不随意記憶			
	自己	社会	方向づけ	全体
内省志向全体	.15	.10	.31 *	.20
内省しやすさ	.10	.11	.21	.14
内省好み	.17	.06	.36 *	.21

* $p < .05$

(98.1%)、聴覚的刺激や嗅覚的刺激はごくわずかであった。具体的には、散歩中に目にした風景や掲示物、音などを手がかりとして過去のエピソードがよみがえっていた。

不随意記憶の機能については、先行研究（神谷, 2007; Kamiya, 2014）の分類基準に従い、不随意記憶が生起したときに、想起者がその場で感じたことや考えたことに関する報告内容をもとに分類を行った。なお、ある自伝的記憶が果たす機能は、自己、社会、方向づけのいずれかひとつに明確に分類できるわけではない（Bluck, 2003; 神谷, 2003）。他者との人間関係に関わる社会機能では、特定の他者との関係に言及されるが、そのエピソードには対人関係の一方である自己への言及が含まれることがある。また、思考や行動の方向づけ機能にも、主体として自己が関わっているし、場合によっては、特定の他者との関係で行動が方向づけられることもある。つまり、ひとつのエピソードが複数の機能を有することがある。そこで、エピソードの分類基準は以下の通りとした。「自己機能」に分類されるエピソードは、過去の自分自身の存在や自分自身の心理的特徴を認識することのみに言及しているものである。「社会機能」エピソードは、過去に自分と関わりのあった人物を認識することに言及しているものである。ただし、自己機能が含まれることもある。「方向づけ」機能エピソードは、想起されたエピソードが、そのときの想起者の思考や行動を方向づけることに言及しているものである。この場合、自己機能や社会機能が含まれることもある。独立して機能分類を行った2名の評定者間の分類一致率は.98であった。全エピソードを機能によって分類した結果、自己機能エピソードが全体の64.7%、社会機能が18.9%、方向づけ機能が16.4%であり、自己機能のみのエピソードが多数を占めていた。

内省志向と不随意記憶の関係 内省志向と不随意記憶数との相関をTable 2に示した。不随意記憶全体と内省志向全体との間には弱い正の相関がみられたが、統計的には有意ではなかった。不随意記憶の機能ごとに分析したところ、自己機能を果たす不随意記憶数と内省志向との間には有意な相関は認められなかった。しかしながら、方向づけ機能では、内省志向全体と有意な正の相関が認められた。また、内省志向の下位尺度でみると、内省好みとの相関が高く、自己内省を好む人ほど方向づけ機能を果たす不随意記憶の生起頻度が高いことが明らかにされた。

考 察

日常生活で生じる不随意記憶を統制されたフィールドインタビューによって収集したところ、先行研究と同様に自己機能を果たすエピソードが優勢であった。想起された不随意

記憶数と内省志向との関係を分析した結果、全不随意記憶数あるいは自己機能に限定した不随意記憶数のいずれも内省志向との相関は有意ではなかった。内省志向の程度は、自己機能を果たすエピソードの想起数と関連するという仮説は支持されなかった。しかし、方向づけ機能エピソードにおいては、想起数と内省志向との間に有意な正の相関が認められた。自伝的記憶をどのようなときに何のために使っているかを調べた Harris et al. (2014) の質問紙法による研究では、内省志向は自伝的記憶の内省的な利用と関連していた。この内省的な利用としては、先に述べたように、自己理解的な使い方（自己機能）だけでなく、問題解決的な使い方（方向づけ機能）も含まれている。この結果は、本研究で内省志向と方向づけ機能を果たす不随意記憶数との間に正の相関が認められたことと符合する。

自伝的記憶の3つの機能は、相互に背反的なものではなく、あるひとつのエピソードが複数の機能を有することが指摘されている (Bluck, 2003; 神谷, 2003)。とくに、方向づけ機能を果たすエピソードに関しては、そこに思考や行動の主体である自己が関わっていることから自己機能が含まれると考えられる。一方、自己機能エピソードでは、自己認識が主たる役割であるため、そのエピソードに方向づけ機能が含まれることはない。では、なぜ自己機能エピソードでは内省志向との関連性が認められなかったのか。自伝的記憶が無意図的に想起され、その場の思考や行動が自動的に方向づけられると、実際に行った思考や行動を意識しやすく不随意記憶の生起にも気づきやすい。ところが、自己機能エピソードでは、自分自身について考えることが促されたとしても、顕在的な行動として現れないために不随意記憶の生起に気づきにくいのではないだろうか。この点は、質問紙法によって不随意記憶を収集した場合に、方向づけ機能エピソードが優勢になるという知見とも一致する。内省志向が高く自分自身のことを考えやすいとしても、内省の素材として用いられる自伝的記憶としては、方向づけ機能を有するような印象的な出来事であることが多いのかもしれない。

総合考察

自伝的記憶の無意図的想起と内省志向との関係を調べるために、研究1では質問紙法を用い、また、研究2では統制されたフィールドインタビュー法を用いて両者の関係を分析した。その結果、不随意記憶の経験頻度と内省志向との間に弱いながらも正の相関関係が確認された。ただし、自己機能を果たす不随意記憶ではなく、方向づけ機能を果たす不随意記憶が内省志向とより関連していた。

本研究では、自伝的記憶の想起によって自伝的推論が導かれ自己理解が深まるという一連の過程に内省志向が関与していると考え、内省志向の高さが無意図的に想起される自伝的記憶を増加させるかについて検討した。しかし、本研究では、想起されたエピソードに対する自伝的推論に関しては具体的に測定していない。佐藤 (2016) は、調査協力者が成功経験や失敗経験に対して実際にどのような自伝的推論を行っているかを調べて自伝的推論尺度を構成している。この自伝的推論と内省志向の間に中程度の相関が見出されていることから、内省志向の高さは不随意記憶が生起したときに自伝的推論を導くと予測するこ

とができる。今後、不随意記憶の生起と自伝的推論、内省志向の3者の関係についてさらに検討していく必要がある。

不随意記憶現象には、そのときに実行していた活動が妨害されるという不適応的な側面もあるが、一方で、想起されたエピソードと類似した状況では適応的に振る舞うことを可能にする面もある。意図的な検索を必要とせずに過去のエピソードが自動的に想起されれば、その場で素早く適応的な行動をとることが可能となる (Mace & Atkinson, 2009)。このようなサバイバル的機能が不随意記憶にあることから、不随意記憶の生起機序を解明することが環境への人間の適応を考えるうえでも重要であろう。多くの不随意記憶現象では、環境内の刺激を受容することによって過去のエピソードが無意図的に想起される。この背景には、プライミング現象が関与している可能性が指摘されている (Barzykowski & Niedźwieńska, 2017; Mace, 2005)。つまり、ある特定のエピソードと結び付いた刺激を知覚することによって、そのエピソードの活性化レベルが上がり、不意に意識に上ってくると考えられる。このプライミング効果は、人びとの意識的な統制下にある過程ではなく無意識的な過程である (Tulving & Schacter, 1990)。不随意記憶の生起過程を本人が意識することはできない。したがって、意識レベルよりも非意識レベルでの個人特性が不随意記憶の生起に強く関わっていると考えることもできる。近年、自動的に活性化される潜在的な態度を測定する潜在連合テストが開発されている (Greenwald, McGhee, & Schwartz, 1998)。今後、このような潜在的な観点に立ち、自己内省性と不随意記憶の関係にアプローチしていくことも必要であろう。

また、本研究では、不随意記憶の生起頻度を正確に把握するために統制されたフィールドインタビュー法を用いた。この方法は、不随意記憶の生起を確実に記録できるメリットがある一方、実験者の存在によって生起する不随意記憶数が高められる可能性が指摘されている (Rasmussen, et al., 2015)。不随意記憶の測定方法には、本研究で使用した質問紙法やフィールドインタビュー法のほか、日誌法や実験室的方法もある (雨宮, 2014)。同一個人に対して多様なデータ収集法を用いて、不随意記憶の生起頻度の個人差を測定しつつ、内省志向との関係を調べていくことが求められる。

謝辞

本研究は、JSPS 科研費 25380987 の助成を受けたものである。

引用文献

- 雨宮有里 (2014). 意図的想起と無意図的想起—自伝的記憶— 関口貴裕・森田泰介・雨宮有里 (編) ふと浮かぶ記憶と思考の心理学 (pp. 11-24). 北大路書房.
- Barzykowski, K., & Niedźwieńska, A. (2017). Priming involuntary autobiographical memories in the lab. *Memory*, 26, 277-289.
- Berntsen, D. (1996). Involuntary autobiographical memories. *Applied Cognitive Psychology*, 10, 435-454.
- Berntsen, D., & Rubin, D. C. (2007). When a trauma becomes a key to identity: Enhanced integration of trauma memories predicts posttraumatic stress disorder symptoms. *Applied Cognitive Psychology*, 21, 417-431.
- Berntsen, D., & Rubin, D. C. (2008). The reappearance hypothesis revisited: Recurrent involuntary memories

- after traumatic events and in everyday life. *Memory and Cognition*, **36**, 449–460.
- Bluck, S. (2003). Autobiographical memory: Exploring its functions in everyday life. *Memory*, **11**, 113–123.
- Bluck, S., & Alea, N. (2011). Crafting the TALE: Construction of a measure to assess the functions of autobiographical remembering. *Memory*, **19**, 470–486.
- Bluck, S., Alea, N., Habermas, T., & Rubin, D. C. (2005). A TALE of three functions: The self-reported uses of autobiographical memory. *Social Cognition*, **23**, 91–117.
- Brewin, C. R., & Soni, M. (2011). Gender, personality, and involuntary autobiographical memory. *Memory*, **19**, 559–565.
- Charlesworth, L. A., Allen, R. J., Havelka, J., & Moulin, C. J. A. (2016). Who am I? Autobiographical retrieval improves access to self-concepts. *Memory*, **24**, 1033–1041.
- Greenwald, A. G., McGhee, D. E., & Schwartz, J. L. K. (1998) Measuring individual differences in implicit cognition: The implicit association test. *Journal of Personality and Social Psychology*, **74**, 1464–1480.
- Habermas, T. (2007). How to tell a life: The development of the cultural concept of biography. *Journal of Cognition and Development*, **8**, 1–31.
- Habermas, T., & Bluck, S. (2000). Getting a life: The emergence of the life story in adolescence. *Psychological Bulletin*, **126**, 748–769.
- Habermas, T., & Köber, C. (2015). Autobiographical reasoning in life narratives buffers the effect of biographical disruptions on the sense of self-continuity. *Memory*, **23**, 664–674.
- Harris, C. B., Rasmussen, A. S., & Berntsen, D. (2014). The functions of autobiographical memory: An integrative approach. *Memory*, **22**, 559–581.
- 神谷俊次 (2003). 不随意記憶の機能に関する考察—想起状況の分析を通じて— 心理学研究, **74**, 444–451.
- 神谷俊次 (2007). 不随意記憶の自己確認機能に関する研究 心理学研究, **78**, 260–268.
- 神谷俊次 (2012). 不随意記憶の生起頻度の個人差 人間学研究 (名城大学紀要), **10**, 1–15.
- Kamiya, S. (2014). Relationship between frequency of involuntary autobiographical memories and cognitive failure. *Memory*, **22**, 839–851.
- 神谷俊次 (2016). 繰り返し想起される不随意記憶の感情と機能 感情心理学研究, **24**, 12–21.
- 神谷俊次 (2018). 内省志向に関する意識的・無意識的自己認知 日本認知心理学会発表論文集, **2018**, P2–103.
- 小島淳広 (2015). 過去の経験の想起数と青年期後期の自我同一性の感覚の関連 パーソナリティ研究, **24**, 159–162.
- Kulkofsky, S. (2011). Characteristics of functional joint reminiscence in early childhood. *Memory*, **19**, 45–55.
- Mace, J. H. (2005). Priming involuntary autobiographical memories. *Memory*, **13**, 874–884.
- Mace, J. H. (2010). Involuntary remembering and voluntary remembering: How different are they? In J. H. Mace (Ed.), *The act of remembering: Toward an understanding of how we recall the past* (pp. 43–55). Malden, MA: Wiley-Blackwell.
- Mace, J. H., & Atkinson, E. (2009). Can we determine the functions of everyday involuntary autobiographical memories? In M. R. Kelley (Ed.), *Applied memory* (pp. 199–212). New York: Nova Science Publishers.
- McLean, K. C. (2005). Late adolescent identity development: Narrative meaning making and memory telling. *Developmental Psychology*, **41**, 683–691.
- McLean, K. C. & Fournier, M. A. (2008). The content and processes of autobiographical reasoning in narrative identity. *Journal of Research in Personality*, **42**, 527–545.
- McLean, K. C., Pasupathi, M., & Pals, J. L. (2007). Selves creating stories creating selves: A process model of self-development. *Personality and Social Psychology Review*, **11**, 262–278.
- 野村晴夫 (2014). 生活史面接後の「内なる語り」 心理臨床学研究, **32**, 336–346.
- Rasmussen, A. S., & Berntsen, D. (2011). The unpredictable past: Spontaneous autobiographical memories outnumber autobiographical memories retrieved strategically. *Consciousness and Cognition*, **20**, 1842–1846.
- Rasmussen, A. S., Johannessen, K. B., & Berntsen, D. (2014). Ways of sampling voluntary and involuntary

- autobiographical memories in daily life. *Consciousness and Cognition*, **30**, 156–168.
- Rasmussen, A. S., Ramsgaard, S. B., & Berntsen, D. (2015). Frequency and functions of involuntary and voluntary autobiographical memories across the day. *Psychology of Consciousness: Theory, Research, and Practice*, **2**, 185–205.
- 佐藤浩一 (2016). 成功経験と失敗経験に対する自伝的推論 群馬大学教育学部紀要 人文・社会科学編, **65**, 187–198.
- 佐藤浩一 (2017). 成功経験と失敗経験に対する自伝的推論とアイデンティティ発達, 適応との関連 認知心理学研究, **14**, 69–82.
- 菅原健介 (1984). 自己意識尺度 (self-consciousness scale) 日本語版作成の試み 心理学研究, **55**, 184–188.
- 高野慶輔・丹野義彦 (2008). Rumination-Reflection Questionnaire 日本語版作成の試み パーソナリティ研究, **16**, 259–261.
- Trapnell, P. D., & Campbell, J. D. (1999). Private self-consciousness and the five-factor model of personality: Distinguishing rumination from reflection. *Journal of Personality and Social Psychology*, **76**, 284–304.
- 辻平治郎 (2004). 自己意識と自己内省: その心配との関係 甲南女子大学研究紀要 (人間科学編), **40**, 9–18.
- Tulving, E., & Schacter, D. L. (1990). Priming and human memory systems, *Science*, **247**, 301–306.
- Wilson, A. E., & Ross, M. (2003). The identity function of autobiographical memory: Time is on our side. *Memory*, **11**, 137–149.
- 山本晃輔 (2013). アイデンティティ確立の個人差が意図的および無意図的に想起された自伝的記憶に及ぼす影響 発達心理学研究, **24**, 202–210.
- 山本晃輔 (2015). 重要な自伝的記憶の想起がアイデンティティの達成度に及ぼす影響 発達心理学研究, **26**, 70–77.