

想起範囲による自伝的記憶の差異*
 —感情のタイプと強さによる検討—

北村 瑞穂 **

The Difference of Autobiographical Memory between Two Recalling Periods
 : A Study Using Affection Types and Affection Intensity

Mizuho Kitamura

本研究では、人が過去の出来事をどのように記憶しているか、そしてその出来事にどのように感情が関係しているかを検討した。手がかり語を用いた再想起実験を99名の女子大学生に実施した。彼女らは、10個の手がかり語をもとに、これまでの人生の範囲と、最近の1ヶ月の範囲から、個人的なエピソードを報告するように求められた。そして1週間後に、再びこれらのエピソードを思い出すよう求められた。結果から、人生条件においては1週間後に想起されたエピソードが忘れられたエピソードより、悲しみの感情が強く、嬉しさと楽しさの感情が弱いことが示された。一方、1ヶ月条件では、1週間後に想起されたエピソードが忘れられたエピソードより、すべての感情において強い傾向があった。人はライフヒストリースキーマを再構成しながら、過去の失敗を繰り返さないようにしている可能性がある。

Key words: autobiographical memory, emotional value, affection types, affection intensity

過去に起こったエピソードや経験に関わる自己の記憶を自伝的記憶 (autobiographical memory) という。Conway (1991, 2005) は自伝的記憶の特徴として、自己に深く関わっていること、エピソードに関しての個人的な解釈の存在、必ずしも正確な記憶ではないこと、イメージの存在などを挙げ、Tulving (1972) の述べるエピソード記憶と区別している。これらの自伝的記憶は、我々の中でどのように構成され保持されているのだろうか。例えば過去のエピソードの保持と最近のエピソードの保持には、どのような違いがあるのだろうか。また、これらのエピソードはどのような感情を伴っているのだろうか。そして繰り返し想起されるエピソードは、個人をどのように方向づけ、人生に意味を与えるのだろうか。

Brewer (1986) は、記憶のコピー理論と再構成理論の両方を部分的に支持する部分的再構成理論の立場から、最近の記憶は情報をそのままの形で保持するが、時間経過とともにそれらは変容し、再

* 本論文の一部は日本心理学会第70回大会において発表された。

** 四條畷学園短期大学 ライフデザイン総合学科

構成されるとした。また、想起する内容の抽象性によって自伝的記憶を想起するまでの反応時間が異なることや、想起する時間的な範囲によってエピソードの抽象性が異なることを示した研究がある。Conway & Bekerian (1987) は、一般的出来事 (e.g., イタリアでの休日) より、抽象的な人生の特定の期間 (e.g., 学生時代) を想起手がかりにした方が想起までの反応時間が短いことを明らかにした。さらに Nigro & Neisser (1983) は過去のエピソードを思い出す時、そのエピソードが自分自身を外から見るような観察者の視点で記述するか、自分自身の視点で記述するかを調べた。そして観察者の視点であることが、より抽象化が進んでいるとし、昨日の記憶と6歳以前の記憶では6歳以前の記憶の方が、観察者の視点の記述が多い傾向があるとした。そしてこの結果から、最近のエピソードより昔のエピソードの記憶が、抽象化されていると結論づけた。このように過去のエピソードの記憶には、抽象性が関わっており、自伝的記憶は時間経過とともに抽象化され、保持されていると考えられる。

ところで自伝的記憶の形成や想起には、感情が関わっていることが知られており、昔の記憶と最近のエピソードの記憶についても、感情面の違いを検討した研究がある。Semin & Smith (1999) は、1年以上昔と1、2週間以内のエピソードの想起を求め、その抽象度を比較した。その際、感情の効果も検討するため、ポジティブなエピソードとネガティブなエピソードの想起をそれぞれの時期で求め、感情の強さも測定した。結果から、最近のエピソードより昔のエピソードが言語的な抽象度が高かった。さらに、想起した時期や範囲に関わらず、ポジティブなエピソードはネガティブなエピソードより感情の強さが強いことが明らかにされた。

しかし神谷 (1997) は、想起されるエピソードの時期や時間的な範囲の違いによって、エピソードに伴う感情が異なることを確認した。神谷 (1997) はこれまでの人生と最近一ヶ月で、それぞれ印象的なエピソードの想起を3つまで求め、そのエピソードに関する感情の記述を求めた。その結果、一ヶ月条件より人生条件において、不快エピソードが多いことが確認された。さらに一ヶ月後にエピソードの再想起を求めた時、一ヶ月条件では快エピソードと不快エピソードの再想起率に差は認められなかったが、人生条件では快エピソードに比べ不快エピソードが再想起されやすいことが明らかにされた。

さらに神谷 (1997) はエピソードの想起を、これまでの人生で印象に残ったものと制限した場合、個人にとって重要なエピソードが想起されやすいと述べている。このような人生における重要なエピソードは、その後の自己を方向づけたり意味づけたりする役割があると考えられている。例えば、Bluck & Habermas (2003) はライフヒストリースキーマの重要な役割として、過去のエピソードを意味づけ、人生観を統合することが well-being に繋がるということを述べている。さらに Bluck (2003) は自伝的記憶に伴う感情が、現在の自己を方向づけたり、気分を調整したりする機能について言及している。これは、例えば過去の自分を現在より悪く評価することによって、現在の自分をより良く評価し、自己高揚を促すといったことが挙げられる。Ross & Wilson (2002) は実験参加者に、高校最終学年時の社会的成功の程度と、その頃が現在

の自己にどの程度時間的に近いと感じるかの評定を求めた。その結果、社会的に成功している高校時代の自分を現在に近く感じ、社会的に成功していない高校時代の自分は遠い昔に感じる事が明らかにされた。これは一ヶ月条件より人生条件において、不快エピソードが想起されやすいという神谷 (1997) の結果と類似している部分がある。人は過去の不快エピソードを想起することで、現在の自分をより良いものと見なしているのかもしれない。このように自伝的記憶は想起する範囲によって性質が異なっており、それには抽象性のみでなく、感情が関わっている可能性が示唆されている。

さらに神谷 (1997) は、エピソードの想起範囲の違いによって出来事に伴う感情が異なることを、再想起されたエピソードにおいても確認した。この再想起法は、どのような特徴をもつエピソードが、繰り返し想起されやすいか安定して記憶されているかを調べる方法と言える。ある時点でエピソードの記憶を測定し、時間において再想起を求めることによって、最初に想起したエピソードのうち、どのようなエピソードが記憶に残り、どのようなエピソードが忘却されたかを明確にすることができる。こういった再想起されるエピソードは、Bluck (2003) や Bluck & Habermas (2003) が述べる人生の中で自己を動機づけ、現在の気分を調整する働きと強く関わっている可能性がある。

そこで本研究では、想起範囲によって異なった形で保持されていると考えられる自伝的記憶に、どのように感情が関わっているか検証することを目的とした。さらに再想起法を使用し、繰り返し想起されるエピソードに焦点を当て、それに伴う感情を検討することで、Bluck (2003) が述べるような自伝的記憶の自己調整機能について考察することを目的とした。具体的には神谷 (1997) と同様に、これまでの人生すべてと最近一ヶ月以内で、それぞれ印象的なエピソードの想起を求めた。そして一週間後に再想起されたエピソードと忘却されたエピソードの感情のタイプと強さを比較した。なお本研究と神谷 (1997) には以下の5つの違いがある。

1つは、9種類の感情の強さの評定である。神谷 (1997) は、エピソードを主に快と不快に分類している。しかし同じ不快感情であっても、悲しみ

と怒りは質的に異なるはずである。またエピソードは、快と不快に二分できるものではなく、様々な感情が複合していると考えられる。そのため想起されたエピソードの感情は、多面的に捉える必要がある。そこで本研究では、従来行なわれてきたような快と不快の2種類の感情でエピソードを分類するのではなく、神谷（1997）で使用された9種類の感情語（うれしい、楽しい、誇り、驚いた、恥ずかしい、悲しい、恐怖、嫌悪、怒り）を使用し、エピソードを捉えることを試みた。

ところで神谷（1997）は、実験参加者に9種類の感情語から1つを選択させ、それを快か不快に分類し、エピソード数を分析する方法をとった。そのため、感情の強さについては検討していない。しかし、Robinson（1980）は、5種類の感情語をエピソードの想起手がかりとして用い、強い感情を伴う記憶ほど短時間で想起されることを明らかにした。したがって自伝的記憶の想起には、感情強度が影響している可能性も考えられる。そこで本研究では想起したエピソード一つひとつについて、これら9種類の感情の強度の評定を求めたこととした。これによって、様々なタイプの感情とその強さの測定が可能となった。

2つ目は、手がかり語法の使用である。神谷（1997）は、実験参加者にこれまでの人生と最近一ヶ月の2つの想起範囲で自由にエピソードを想起させた。しかし本研究では手がかり語法を使用し、1つの単語（例えば、母親）からこれまでの人生と最近一ヶ月で思い出すことができるエピソードをそれぞれ記述させ、より直接的に人生と最近一ヶ月のエピソードの比較を試みた。

3つ目は、プライバシーの問題の解決である。神谷（1997）は、エピソードの報告を自由記述で求めたが、実験参加者は記述が実験者に読まれることを予想し、プライベートなエピソードを記載しなかった可能性がある。そこで本研究ではエピソードの記載は、出来事が起こった場所と出来事の内容を簡単に求めるのみにとどめた。さらにこれらのエピソードの自由記述の提出は求めず、9種類の感情の強さの評定値、再想起の成否のデータのみを提出を求め、プライベートな内容もエピソードに含めるよう教示した。さらに実験者ではなく参加者自身に、1回目の想起内容と2回目の再想起内容を比較し、再想起ができたかどうかの判

断を求めた。

4つ目は、実験参加者の構成である。神谷（1997）は大学生の男女を実験参加者としているが、本研究では女子大生のみとした。自伝的記憶には性差があり、感情的な自伝的記憶は男性より女性の方が詳細な情報を記憶しやすく、想起しやすいことが明らかにされている（Seidlitz & Diener, 1998）。本来なら、性差を含めて検討すべきであるが、本研究では実験的試みとして、より精緻な自伝的記憶を形成するとされる女性のみを対象とした。

5つ目は初回想起から再想起までの遅延時間の短縮である。本研究では遅延を神谷（1997）の一ヶ月より短い一週間とした。これは人生条件と一ヶ月条件の差をより明確にすることが目的である。なぜなら遅延を長く設定することによって、一ヶ月条件のエピソードの記憶が時間経過とともに抽象化され、人生条件に性質が近づく可能性があるからである。

Brewer（1986）は最近の記憶は情報をそのままの形で保持するが、時間経過とともにそれらは変容し、再構成されるとした。またBluck（2003）は、自伝的記憶の自己調整機能として、人は過去の自分を現在より悪く評価することによって、現在の自分をより良く評価し、自己高揚を促すとした。このように自伝的記憶が想起範囲によって異なっており、そこに抽象性のみではなく感情が関わっているとすれば、以下のような仮説が考えられる。自伝的記憶の概念的知識の抽象化が進み、自己調整機能の役割も果たすと考えられる人生条件では、再想起エピソードは忘却エピソードより、不快感情が強く快感情が弱いだろう。一方、人生条件より抽象化が進んでいない一ヶ月条件では、Robinson（1980）と同様に全ての感情において、再想起エピソードが忘却エピソードより一様に感情が強いらろう。なお本研究では1回目の想起時の評定値をもとに、これらの感情強度を求めた。

方法

実験計画

エピソードの想起範囲（人生、一ヶ月）の1要因計画、参加者内要因であった。

実験参加者

私立大学の女子学生99名であり、平均年齢は19.42歳であった。

記録シート

1回目の想起を記録する記録シートを作成した。記録シートには自伝的記憶を想起させる手がかり語が1枚につき1語ずつ書かれていた。用いた手がかり語は神谷(2004)で使用された8語を参考にして作成した。これらは人生と一ヶ月の両方で想起の促進が期待できると考えられる、友達、勉強、趣味、父親、母親、外出、先生、恋愛、体調、食事の計10語であった。つまり10語の手がかり語のそれぞれについて、人生と一ヶ月の2つのエピソードを想起するため、1人の参加者が20枚の記録シートに1個ずつエピソードを記載した。

これらの記録シートには手がかり語によって想起したエピソードについて、エピソードが起こった場所(どこ)、エピソードの内容(何が起こった)の記述を求める欄があった。場所と内容は、エピソードの検索手がかりとして有効性が高いということが明らかにされている(Wagenaar, 1986)。そのため本研究ではこの2つを再想起できたかどうかの判断の指標とした。つまりエピソードが起こった場所と内容の両方が、1回目の想起と2回目の再想起で一致した場合に再想起できたと判断させた。また神谷(1997)で使用された9種類の感情タイプ(うれしい、楽しい、誇り、驚いた、恥ずかしい、悲しい、恐怖、嫌悪、怒り)を使用し、1つのエピソードについてそれぞれの感情の強度を10段階評定(0.全くない～9.非常に強い)で求めた。

手続き

手続きは1回目の想起と2回目の再想起の2回に分けて実施された。2回の想起の間には一週間の期間をおき、2回目の再想起時に1回目に想起されたエピソードの再想起を求めた。

1回目の想起 実験は32名から35名の集団で3回に分けて行なわれた。実験参加者に“10語の単語をもとに、これまでの人生を振り返って印象に残っているエピソードと、最近一ヶ月くらいに起きた印象的なエピソードの2種類のエピソードを思い出して頂きます。今から20枚の用紙を1枚ずつお渡しします。1枚の用紙には単語1語と‘人生を振り返って最も印象に残っているエピソード’または‘最近一ヶ月くらいに起きた印象的なエピソード’の記載がありますので、単語から思い出せるエピソードについて、‘どこ’と‘何が起こった’

の項目を記載して下さい。また、うれしい、楽しい、誇り、驚いた、恥ずかしい、悲しい、恐怖、嫌悪、怒りの強さについて評定を行なって下さい。”と教示した。なお想起用紙の中身は、記録した本人以外は見ないことをあらかじめ実験参加者に伝え、プライベートな内容も記載が可能であることを断っておいた。またエピソードの内容は重複しないよう求めた。20枚の用紙に記載完了後、参加者自身に文字が書いてある面を内側にして記録シートを半分に折り、ホッチキスで数ヶ所留めるよう求めた。このようにして記述した内容を2回目の再想起まで見ることができないようにした。エピソードを記録した用紙は収集せず、参加者自身が持ち帰って保管し、一週間後の2回目の再想起時に持ってくるよう求めた。20個のエピソードの想起に要した時間は、約30分から40分であった。なお2回目の再想起を求めることは、予告しなかった。

2回目の再想起 1回目の想起から一週間後、2回目の再想起を行なった。2回目の想起用紙には、10語の手がかり語が2語ずつ計20語が記載され、それぞれについて“どこ”、“何が起こった”の項目があり、実験参加者にこれらの記述を求めた。教示は“先週記述した、これまでの人生を振り返って最も印象に残っている個人的エピソードと、最近一ヶ月くらいに起きた印象的なエピソードの内容を思い出せるだけ用紙に記載して下さい。順序はバラバラで結構です。”であった。2回目の再想起終了後、参加者自身が1回目の想起用紙のホッチキスで閉じた部分を開き、“どこ”と“何が起こった”の部分の記述が、2回目の再想起と一致しているかどうかを確認した。そして参加者がほぼ内容が一致したと判断した場合に2回目の再想起ができたと見なした。

最後に、1回目のエピソードの想起時に生じた、感情価の評定値及び2回目の再想起が成功したかどうかを参加者自身に別紙に記載させ、その提出を求めた。なおこれらのエピソードの場所と内容の提出は求めなかった。

結果

欠損データがあった11名と、人生条件と一ヶ月条件のいずれかで忘却エピソードがなかった7名を除いた81名を分析対象とした。実験参加者ごとに人生条件と一ヶ月条件で、再想起エピソードと

Table 1 1回目に想起されたエピソードの各種評定値

	うれしい	楽しい	誇り	驚いた	恥ずかしい	悲しい	恐怖	嫌悪	怒り
人生									
再想起	4.00 (1.95)	3.58 (1.64)	3.12 (1.70)	5.25 (1.61)	2.81 (1.48)	3.21 (1.70)	2.52 (1.49)	2.39 (1.56)	2.02 (1.39)
忘却	4.66 (2.36)	4.63 (2.19)	3.35 (2.46)	4.80 (2.31)	2.48 (1.95)	2.40 (2.17)	2.25 (1.90)	2.20 (1.94)	1.57 (1.61)
一ヶ月									
再想起	4.36 (1.72)	4.15 (1.52)	2.68 (1.74)	4.59 (1.82)	2.05 (1.48)	2.10 (1.23)	1.39 (1.20)	1.95 (1.20)	1.49 (1.20)
忘却	4.09 (2.16)	3.82 (2.09)	2.35 (1.99)	4.08 (2.03)	2.08 (1.87)	2.30 (1.86)	1.47 (1.66)	1.81 (1.65)	1.40 (1.46)

()内はSD

忘却エピソードの数を算出した。再想起エピソード数は人生条件で平均 6.64 個 ($SD=2.63$)、一ヶ月条件で 5.81 個 ($SD=3.60$) であった。t 検定 (両側) の結果、再想起エピソード数の差は有意であり、人生条件が一ヶ月条件より再想起数が多いことが明らかにされた ($t(80)=3.74, p<.01$)。これは神谷 (1997) を追認する結果である。

次に人生条件と一ヶ月条件で、再想起エピソードと忘却エピソードの内容を比較することとした。実験参加者ごとに、1 回目の想起時のエピソードの“うれしい”、“楽しい”、“誇り”、“驚いた”、“恥ずかしい”、“悲しい”、“恐怖”、“嫌悪”、“怒り”の評定値を、2 回目に再想起したエピソードと忘却したエピソードに分け、それぞれの平均評定値を求めた。全体の平均値を Table 1 に示した。

人生条件において再想起の成否 (再想起、忘却) と感情 (うれしい、楽しい、誇り、驚いた、恥ずかしい、悲しい、恐怖、嫌悪、怒り) を要因とする 2 要因分散分析を行なったところ、感情の主効果が有意であった ($F(8,640)=45.67, p<.01$)。さらに再想起の成否と感情の交互作用が有意であった ($F(8,640)=5.64, p<.01$)。交互作用が有意であったため、再想起の成否の単純主効果を求めた結果、再想起エピソードが忘却エピソードより、“うれしい”と“楽しい”の感情が弱く ($F(1,80)=5.34, p<.05, F(1,80)=15.95, p<.01$)、“悲しい”の感情が強いことが明らかにされた ($F(1,80)=9.42, p<.01$)。その他の感情は再想起と忘却で強さに差がなかった。

さらに一ヶ月条件において、同様の 2 要因分散分析を行なったところ、感情の主効果が有意であった ($F(8,640)=82.17, p<.01$)。LSD 法による多重比較を行なったところ、“驚いた”と“うれしい”と“楽しい”が最も感情強度が強く、続いて“誇り”と“悲しい”と“恥ずかしい”、続いて“嫌悪”と“怒

り”と“恐怖”であった ($MSe=2.76, p<.05$)。さらに再想起の成否の主効果が有意傾向であり、再想起エピソードが忘却エピソードより感情強度が強い傾向があることが示された ($F(1,80)=3.47, p<.1$)。交互作用は有意でなかった。

以上の結果から、人生条件では再想起エピソードが忘却エピソードより悲しさが強く、うれしさと楽しさが弱かった。一方、一ヶ月条件では全ての感情において、再想起エピソードが忘却エピソードより感情が一様に強い有意傾向があった。

考察

本研究では神谷 (1997) と同様に、これまでの人生と最近一ヶ月以内で、それぞれ印象的なエピソードの想起を求め、一週間後に再想起エピソードと忘却エピソードを比較した。従来行なわれてきた、快と不快の 2 種類の感情でエピソードを分類するのではなく、1 つのエピソードについて 9 種類の感情の強さを評定させることで、感情タイプと感情強度の両面から捉えた。さらに、手がかり語法を使用し、1 つの単語から、これまでの人生と最近一週間で思い出せるエピソードをそれぞれ記述させ、より直接的にこれまでの人生と最近一ヶ月のエピソードの比較を試みた。またエピソードの自由記述の提出を求めないことで、実験参加者がプライベートな内容も記述できるよう配慮した。また感情的な自伝的記憶を想起しやすい女性を対象とした。さらに 1 回目の想起から 2 回目の再想起までの遅延を一週間と短縮し、人生条件と一ヶ月条件の差をより明確にしようと試みた。

本研究の仮説を以下に示す。自伝的記憶の概念的知識の抽象化が進み、自己調整機能の役割も果たす人生条件では、再想起エピソードは忘却エピソードより、不快感情が強く快感情が弱いだろう。

一方、人生条件より抽象化が進んでいない一ヶ月条件では全ての感情において、再想起エピソードが忘却エピソードより一様に感情が強いだらう。

結果から、人生条件では、想起エピソードが忘却エピソードより“悲しい”の感情が強く、“うれしい”、“楽しい”の感情が弱かった。したがって神谷（1997）で示された人生条件における不快エピソードの再想起のされやすさが、本研究の9種類の感情の強度を測定した方法でも追認された。さらに一ヶ月条件では全ての感情において、再想起エピソードが忘却エピソードより一様に感情が強い有意傾向があった。つまり人生条件で再想起されるエピソードは不快感情が強く、快感情が弱い。一方、一ヶ月条件で再想起されるエピソードは、いずれの感情においても感情強度が強い。これらの結果から、本研究の仮説はほぼ支持された。

抽象化の程度が低い最近一ヶ月の記憶は、日常的で平凡なものが多いため、人生の記憶ほどは、個人を動機づけ、解釈の枠組みを与えるほどの影響力はないと考えられる。そのためRobinson(1980)と同様に、感情のタイプに関係なく単に感情が強いエピソードを想起した可能性がある。反対に人生の記憶は様々な役割を有している可能性が知られている。前述したBluck（2003）は、自伝的記憶の自己調整機能として、過去の自分を現在より悪く評価することによって、現在の自分をより良く評価し、自己高揚を促すとした。本研究の結果からも人生条件のエピソードの不快感情が強いことが示されており、過去のネガティブなエピソードを想起することで、現在の自己をよりよく評価している可能性がある。さらにBluck（2003）は、このようなネガティブな自伝的記憶の自己調整機能を間接的なものとし、直接的機能についても言及している。それは過去のネガティブな失敗経験を思い出すことで、失敗を繰り返さないという機能である。このように人生においてネガティブエピソードは、適応的にも忘れてはならないものなのだろう。反対にポジティブエピソードは忘れても害がない感情だと考えられる。

本研究では、従来の快と不快の2種類の感情でエピソードを分類する方法ではなく、1つのエピソードを9種類の感情で捉えその感情強度を測定した。その結果、人生条件で“悲しい”には再想起と忘却エピソードに差が生じたが、同じ不快感情

でも“恥ずかしい”、“恐怖”、“怒り”、“嫌悪”には差は生じなかった。さらに“悲しい”は不快感情の中では感情の強さが最も強かった。このことから“悲しい”という感情が人生の中で特別な意味をもつ可能性が考えられる。しかし本研究では、プライバシーへの配慮からエピソードの具体的な内容は分析しなかったため、その理由までは確認できていない。

なお、松下（2005）は実験参加者にネガティブ経験の意味づけを問い、その自由記述を分析し以下のように分類している。1つは過去、現在、未来にわたってネガティブ経験から否定的な影響を受けている“苦悩継続型”である。2つ目は過去と現在は否定的な影響を受けているが未来には乗り越えたいという“未来希望型”である。3つ目は過去には否定的影響を受けていたが現在は影響がない、もしくは現在も影響を受けているが、未来には影響がなくなるだろうという“忘却楽観型”である。4つ目は過去には否定的影響を受けていたが現在はネガティブ経験が自分を成長させてくれたと感じ、未来においても自分にとって大事なものであるという肯定的意味づけをしている“成長確認型”である。

Bluck & Habermas（2003）は、人は過去のエピソードを意味づけ、人生観を統合することによって精神的健康を保つとした。これは、松下(2005)の“未来希望型”や“成長確認型”に相当すると考えられる。しかし松下（2005）によると、過去から未来に向けて否定的影響をもつ“苦悩継続型”が全体の3分の1ほど報告されており、人生におけるネガティブ経験が、必ずしも現在の自分にポジティブな影響をもたらすものではないことが示されている。このように、ネガティブ経験の意味づけ方は個人によって異なり、同一人物の中でも、過去、現在、未来で様々な変化しうる。本研究では前述のようにプライバシーへの配慮から、エピソードの自由記述の分析は行っていない。しかし自伝的記憶における感情の役割をより深く検討するのであれば、今後は自由記述を含めて検討していく必要がある。

今後の課題として、さらに以下のことが考えられる。感情的な自伝的記憶は男性より女性が詳細な情報を記録しており、想起しやすいことから(Seidltz & Diener, 1998)、本研究では実験参加者を女子大生のみとした。しかし想起のしやすさのみ

でなく、自己調整機能においても性差があることが知られており、今後はこういった性差も含めて検討する必要があるだろう。例えばPasupathi(2003)は、一般に他者に過去のネガティブ経験を語る場合に、ポジティブ気分を高めネガティブ気分を低減する効果があるが、特に女性より男性でこの傾向が顕著であるとしている。

また野村・橋本(2006)は、高齢者にグループ回想法を実施し、心理的効果を検討した。その結果、介入後の人生満足度に改善が認められている。さらに野村(2009)は、過去を再評価する傾向が高い者ほど回想法に参加することで自尊感情が高まることを確認している。このように過去経験の回想が、現在の心理状態に影響することが報告されている。本研究では、再想起されるエピソードを検討したが、これらの研究のようにエピソードを他者に語ることによって、気分を調整するという働きも興味深い。今後このような機能も含め、さらに検討する必要がある。

引用文献

- 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.
- Brewer, W. F. (1986). What is autobiographical memory. In D. C. Rubin (Ed.) *Autobiographical Memory*. Cambridge : Cambridge University Press.
- Conway , M. A. (1991). *Autobiographical memory: An introduction*, Milton Keynes; Philadelphia: Open University Press.
- Conway, M. A. (1992). A structural model of autobiographical memory. In M. A. Conway, D. C. Rubin, H. Spinnler, & W. A. Wagenaar (Eds.), *Theoretical perspective on autobiographical memory*, Pp167-192. Dordrecht, The Netherlands: Kluwer Academic.
- Conway, M. A. (2005). Memory and the self. *Journal of Memory and Language*, 53,594-628.
- Conway, M. A., & Bekerian, D. A. (1987). Organization in autobiographical memory. *Memory and Cognition*, 15, 119-132.
- 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. (Kamiya,S.)
- 神谷俊次 (2004). 自伝的記憶の想起における感情手がかり語の効果 南山アカデミア 人文・社会科学編, 78, 287-308. (Kamiya, S. (2004). The effect of affective cue words on the recall of autobiographical memory.)
- 松下智子 (2005). ネガティブな経験の意味づけ方と開示抵抗感に関する研究 心理学研究, 76, 480-485. (Matsushita, T. (2004). Way of finding meaning in negative experience and hesitation in self-disclosure. *Japanese Journal of Psychology*, 76, 480-485.)
- 野村信威・橋本幸 (2006). 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, 32-39. (Nomura, N. , & Hashimoto, T (2006) Group reminiscence therapy in a Japanese elderly community. *Japanese Journal of Psychology*, 77, 32-39.)
- 野村信威 (2009). 高齢者に対する個人回想法の効果の検討 心理学研究, 80, 42-47. (Nomura, N. (2006) Individual reminiscence therapy improve self-esteem for Japanese community-dwelling older adults. *Japanese Journal of Psychology*, 80, 42-47.)
- Nigro, G., & Neisser, U. (1983). Point of view in personal memories. *Cognitive Psychology*, 15, 467-482.
- 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.
- Robinson, J. A. (1980). Affect and retrieval of personal memories. *Motivation and Emotion*, 4, 149-174.
- Ross, M., & Wilson, A. E. (2002). It feels like yesterday: Self-Esteem, valence of personal past experiences, and judgments of subjective distance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 792-803.
- Seidnitz, L., & Diener, E. (1998).Sex differences in the recall of affective experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 262-271.
- Semin, G. R., & Smith, E. R. (1999). Revisiting the past and back to the future: Memory system and the linguistic representation of social events. *Journal of Personality and Social Psychology*. 76, 877-892
- Tulving, E. (1972). Episodic and semantic memory. In E. Tulving & W. Donaldson (Eds.) *Organization of memory*, 382-403, New York: Academic Press.
- Wagenaar, W. A. (1986). My memory : a study of autobiographical memory over six years. *Cognitive Psychology*, 18, 225-252.

The Difference of Autobiographical Memory between Two Recalling Periods : A Study Using Affection Types and Affection Intensity

Mizuho Kitamura

This study was carried out to investigate how people store past events in their memory and how their emotions are related with those events. Experiments of recalling on the cue-words were performed with 99 female undergraduate students as participants. Given ten cue-words, they reported on their specific personal episodes that happened both in their whole life and during a recent one-month period. They were asked to recall these episodes again a week later. The results showed that, so far as the episodes in the whole life were concerned, the ones recalled in a week interval were more sorrowful and unpleasant than the ones forgotten in that time period. On the other hand, in case of the episodes in a recent one month, the ones recalled in a week interval tended to have stronger emotions than the ones forgotten in all types of affection. It may be argued that people are trying to reconstruct their life history schema not to repeat their failure.

Key words : autobiographical memory, emotional value, affection types, affection intensity