

成功経験と失敗経験に対する自伝的推論

佐藤 浩一

群馬大学大学院 教育学研究科 教職リーダー講座

(2015年9月30日受理)

Autobiographical reasoning about memories of successful and failed experiences

Koichi SATO

Program for Leadership in Education, Graduate School of Education, Gunma University

(Accepted September 30th, 2015)

問題と目的

人は過去の経験や出来事を思い出すだけでなく、そこに何らかの意味づけを行うことがある。この意味づけを通して、過去と現在のつながりを確認したり、複数の出来事を因果論的に結びつけて解釈したり、将来に向けての行動指針を引き出したりする。こうした思考過程は自伝的推論 (autobiographical reasoning) と呼ばれる (Bluck & Habermas, 2000, 2001; Habermas, 2011; Habermas & Bluck, 2000; Singer & Bluck, 2001)。自伝的推論はエピソード記憶の想起とは異なる、自伝的記憶に特徴的な過程であり (Fivush, 2011)、近年ではその神経基盤の検討も始まっている (D'Armentano, Cassol, Phillips, Baiteau, Salmon, & Van der Linden, 2014)。

それでは、どのような人が、どのような出来事の記憶に対して、活発な自伝的推論を行うのであろうか。これまでの検討では、世代、想起時点での自己 (動機づけやパーソナリティ特性)、想起内容 (ポジティブかネガティブか) などが自伝的推論と関連することが指摘されている (佐藤・清水, 2012)。しかし研究が系統的に蓄積されているとは言いがたい。例えば世代の影響は研究によって異なる結果が報告されている (簡潔なレビューとして 佐藤, 2015)。ま

たパーソナリティ特性については、自我発達 (McLean & Fournier, 2008; McLean & Pratt, 2006)、ジェネラティビティ (McLean & Pratt, 2006; Pratt, Norris, & Arnold, 1999)、セルフ・エスティーム (McLean & Breen, 2009)、ウェルビーイング (Bauer, McAdams, & Sakaeda, 2005; Lilgendahl & McAdams, 2011)、5因子性格特性 (Lilgendahl & McAdams, 2011; McLean & Fournier, 2008) 等との関連が散発的に検討されているに過ぎない。

こうした状況の背景には、二つの理由が考えられる。第一に、自伝的推論の意味するところは広く、自伝的推論に該当する思考過程は、ライフストーリー (Habermas & Koeber, 2015; McAdams, 2001)、ストレスフルな経験に対する意味づけ (堀田・杉江, 2012, 2013; 川島, 2008; Park, 2010)、心的外傷後成長 (Calhoun & Tedeschi, 2006; 宅, 2014)、自伝的記憶の機能 (Harris, Rasmussen & Berntsen, 2013; 落合・小口, 2013; 佐藤, 2008)、高齢者の回想 (野村, 2008) など、様々なテーマのもとで検討されている。この多様性が、研究の広がりと同時に、概念上の混乱を引き起こしている可能性がある。

第二は研究方法である。自伝的推論を検討するには、想起内容を分析する方法と尺度評定を用いる方法がある。この多様性もまた、研究の広がりと同じ

に混乱をもたらしている可能性がある。例えば自伝的推論と世代（年齢）の関係については、若い世代の方が自伝的推論を行いやすい、世代による差は無い、高齢世代の方が自伝的推論を行いやすいという結果が混在している（佐藤, 2015）。こうしたばらつきの一部は研究方法によるのかもしれない。評定ではなく内容分析を用いると、高齢者の語りに含まれがちな解釈が自伝的推論として評価されて、結果的に高齢者の自伝的推論を過大評価してしまう可能性がある。

こうした研究状況に対して、佐藤（2014）は多様な先行研究で検討されてきた思考過程を整理し、自伝的推論の過程と内容に分類する枠組を提案した。「自伝的推論の過程」は、その出来事について思い出し、意味を考えるプロセスである。「自伝的推論の内容」は、この「過程」を通して得られた意味づけの内容であり、(1) 自分にとって重要であるという概括的な認識、(2) その出来事が自分に影響しているという認識（考え方に影響した、学んだ、転機だったなど（1）よりも具体的な認識）、(3) その出来事が自己を定義するという認識、(4) 複数の出来事がテーマや因果連関によって結びついているという認識、に分けられる。

さらに佐藤（2015）は上記の枠組をもとに、自伝的推論を検討する26項目からなる尺度を作成した。そして20歳代の教育学部生と30～50歳代の現職教員を対象に、教師とのコミュニケーション、家族とのコミュニケーションの記憶を想起してもらい、それぞれの記憶について自伝的推論尺度への回答を求めた。教職選択における動機（大学時点での教職志望の強さ）、協力者の世代、パーソナリティ（5因子性格検査得点）と自伝的推論との関連を検討し、以下のことを見出した。

- (1) 教職志望の強い人ほど、教師とのコミュニケーション経験に対して強い自伝的推論を行っていた。
- (2) 世代と自伝的推論の間には関連は見られなかった。
- (3) 5因子性格検査得点と自伝的推論の間には関連が見られなかった。

(4) 強い感情を伴う出来事ほど強い自伝的推論を引き起こしていた。

(5) ネガティブな出来事の方が頻繁にリハーサルされるが、自伝的推論の内容に関わる評定はポジティブな出来事の方が強かった。

これらの結果のうち、ポジティブな出来事が強い自伝的推論を引き起こし意味づけられやすいという結果(5)は、理論的に特に興味深い。なぜなら、ストレスフルな経験に対する意味づけや心的外傷後成長の研究に象徴されるように、これまで研究者の関心は、ネガティブな出来事に対する意味づけに偏っていたからである。ポジティブな出来事が意味づけられやすいという結果は、先行研究（佐藤・清水, 2012）でも見出されている。

そこで本研究では、佐藤（2015）と同様に大学生と30～50歳代の現職教員を対象に、以下の観点から自伝的推論の内容と過程を検討する。

第一に、ポジティブな出来事がネガティブな出来事よりも自伝的推論を引き起こしやすいことを、先行研究とは異なる手続きで検証する。佐藤・清水（2012）は、中学時代の教師の思い出を分類し、ポジティブな出来事を想起した人の方がネガティブな出来事を想起した人よりも強い自伝的推論を行っていることを示した。しかしこの研究では一人が一つの出来事を想起しているため、経験の差違がそれ以外の個人差と交絡している可能性がある。また佐藤（2015）は教師や家族にまつわる記憶について感情評定を求め、ポジティブに評定される出来事ほど自伝的推論尺度の評定も高いという相関を見出した。本研究ではポジティブな出来事とネガティブな出来事を直接比較するために、協力者に成功経験と失敗経験を一つずつ想起してもらい、自伝的推論尺度への回答を求める。そのうえで成功経験と失敗経験の評定値を比較する。

第二に、先にも述べたように、これまでの研究では世代と自伝的推論との関連について様々な結果が混在している。そこで自伝的推論と世代の関連を改めて検討する。先行研究（佐藤, 2015；佐藤・清水, 2012）では中学時代の教師や家族の思い出を想起させたために、協力者の世代と出来事が起こってから

の時間経過が交絡していた。すなわち上の世代ほど、より遠い過去の出来事を想起していた。本研究では最近1～2年以内の出来事に限定することで時間経過を統制し、世代の効果を明確にする。

第三に、自伝的推論と自伝的記憶の機能との関連を検討する。自伝的記憶の機能は、自己、方向づけ、社会という3種類としてとらえられる(佐藤, 2008)。自己機能は、自伝的記憶が自己の連続性や一貫性を支えたり、望ましい自己像を維持するという面を指す。方向づけ機能は、過去経験から学んだことを現在の問題解決や将来の意志決定に生かすという面を指す。社会機能は、過去を想起し、そのことを他者と共有することで、他者との関係が維持されたり強められるという面を指す。自伝的推論には、過去の出来事が現在の自分に影響しているという認識や、過去の出来事から何かを学んだという認識などが含まれており、自己機能や方向づけ機能と理論的・概念的に関連している。本研究では自伝的記憶の3機能を測定する日本版 TALE (Thinking About Life Experiences) 尺度(落合・小口, 2013)を実施し、自伝的推論と自伝的記憶の機能との関連を検討する。TALE 尺度は、自己継続機能3項目、行動方向づけ機能3項目、社会的結合機能2項目から構成されており、自伝的推論と自己継続機能・行動方向づけ機能との間に関連が見られると予想される。また TALE 尺度についても世代差を分析し、自伝的推論尺度の世代差と比較することで、自伝的推論と機能との関連を検討する。

第四に、二つの尺度から、自伝的推論とパーソナリティとの関連を検討する。一つは時間的展望を測定する日本版 ZTPI (Zimbardo Time Perspective Inventory) (下島・佐藤・越智, 2012) である。時間的展望とは個人の現在・過去・未来に対する見解の総体であり、時間的展望によって現在・過去・未来の自己が統合される(都筑, 2013)。このことから過去を意味づけ現在の自己と結びつける自伝的推論は、時間的展望と関連することが予想される。ZTPI は時間的展望を過去肯定・過去否定・現在快樂・現在運命・未来という5因子でとらえる尺度である。日本版 ZTPI は、過去否定8項目、過去肯定9項目、未

来12項目、現在快樂8項目、現在運命6項目から構成されている。各因子得点が高い人はそれぞれ特有の志向性を有している。現在快樂志向の人は現在を楽しむことに価値を置く。現在運命志向の人は、人生は運命で決まっているといった無力感を示す。これらの志向を有する人は、過去経験を意味づけたり、それを未来に生かすという傾向が弱い、すなわち自伝的推論をあまり行わないことが予想される。一方、過去肯定志向の人は、過去の楽しい思い出を想起する傾向が強い。この志向の人は、ポジティブな出来事に対して自伝的推論を行うことが予想される。もう一つは、自己を内省する傾向をとらえる内省志向尺度(神谷, 2013)である。これは、自分の内面を見つめやすい傾向を表す「内省しやすさ」5項目と、自分の内面を分析することを好む傾向を表す「内省好み」4項目の2因子から構成されている。D'Armentano ら(2014)は、自伝的記憶を具体的に想起する課題と、その記憶の意味や重要性を考える課題(自伝的推論課題)を協力者に課し、課題遂行中の脳内の活動を記録した。また内省志向の個人差を質問紙で測定した。その結果、自伝的推論課題遂行中の前頭前皮質腹内側部の活性化水準が内省志向と正の相関関係を示した。自伝的推論は自分の経験を省察し意味づける思考過程であり、内省志向と強く関連することが予想される。なお協力者の負担と協力者数を考慮し、内省志向尺度は30～50歳代の一部の協力者のみに、日本版 ZTPI の代わりに求めた。

方 法

協力者

19～58歳の338名が調査に協力した。そのうち評定漏れのある者、出来事の記述が具体的でなかったり、1～2年以内という指示からずれている者、年齢の記載がない者を除いた。その結果、19～20歳代35名(以下「20歳代」、平均20.4歳、男性6名、女性29名)、30歳代71名(平均34.0歳、男性29名、女性42名)、40歳代71名(平均43.9歳、男性26名、女性45名)、50歳代68名(平均53.5歳、男性38名、女性30名)の、計245名から有効回答が得られた。

20歳代の協力者は教員養成系学部の大学生であり、30～50歳代の協力者は現職の教員であった。

手続き

調査は2014年7月～12月に実施した。講義や講習会等で質問紙を配布し回答を求めた。

質問紙の構成を表1に示す。協力者は過去1～2年以内（ただし直近の1週間以内は除く）に経験した成功経験と失敗経験の一つずつ想起し、時期（年月）と具体的な内容を記述した。成功経験について

は、大きな成功でも小さな成功でもよく、「うまくいった」「よかった」経験として考えても構わないことを教示した。同様に失敗経験については、大きな失敗でも小さな失敗でもよく、「まずかった」「わるかった」経験として考えても構わないことを教示した。協力者は成功経験と失敗経験のそれぞれについて、自伝的推論に関する26項目、鮮明度、詳細度、当時の感情、現在の感情を問う各1項目に回答した。以上の回答は全て1～7の7段階であった。協力者は続いて、日頃の回想頻度を問う2項目と、日本版

表1 質問紙の構成

【成功経験】

1. 成功経験の想起
2. 成功経験に対する自伝的推論 26項目
3. 成功経験の記憶の鮮明度（ぼんやりしている～はっきりしている）
4. 成功経験の記憶の詳細度（おおざっぱである～詳細である）
5. 成功経験の記憶の感情
 - 当時の感情（よくなかった～よかった）
 - 現在の感情（よくない～よい）

【失敗経験】

1. 失敗経験の想起
2. 失敗経験に対する自伝的推論 26項目
3. 失敗経験の記憶の鮮明度
4. 失敗経験の記憶の詳細度
5. 失敗経験の記憶の感情
 - 当時の感情
 - 現在の感情

【回想頻度】

1. 自分の人生について振り返って考える（ほとんどしない～非常に頻繁にする）
2. 自分の人生で起こったことについて他の人に話をする（ほとんどしない～非常に頻繁にする）

【日本版 TALE 尺度】

1. 自己継続機能（例：以前の自分からどのように変化したか理解したいとき、人生について振り返って考えたり話したりする ほとんどしない～非常に頻繁にする）
2. 行動方向づけ機能（例：自分の過去の誤りから学びたいとき、人生について振り返って考えたり話したりする）
3. 社会的結合機能（例：対人関係において親密さをもっと深めたいと思うとき、人生について振り返って考えたり話したりする）

【日本版 ZTPI】

1. 過去否定（例：過去に起きた嫌な出来事について考えることがある）
2. 過去肯定（例：昔のことを考えるのは楽しい）
3. 未来（例：コツコツと取り組んで時間通りに課題を終了する）
4. 現在快楽（例：人生の刺激を得るために冒険をする）
5. 現在運命（例：人生の進路は、自分ではどうしようもない力によって決められている）

【内省志向】

1. 内省しやすさ（例：自分の動機や気持ちをよく分析する方である）
2. 内省好み（例：自分自身の内面を分析することが好きだ）

(注) ZTPI に回答したのは、20歳代が35名、30歳代が56名、40歳代が57名、50歳代が58名、計206名であった。内省志向尺度に回答したのは、30歳代が15名、40歳代が14名、50歳代が10名、計39名であった。

TALE 尺度に回答した。また 206 名の協力者は日本版 ZTPI に、39 名の協力者は内省志向尺度に回答した。以上の回答は全て 1～5 の 5 段階であった。

結 果

本研究の三つの目的に即して、以下の通り結果を記述する。

まず自伝的推論尺度の因子分析の結果を示す。そこで明らかになった因子構造に基づき、自伝的推論の各因子の評定平均を求め、成功経験と失敗経験ではどちらが自伝的推論を強く引き起こすか検討する。このとき、(1) 成功経験と失敗経験では想起の鮮明度と詳細度、感情強度が異なるか、(2) 世代によって自伝的推論の程度が異なるか、ということもあわせて検討する。

自伝的推論の世代差は、自伝的記憶機能や回想頻度の世代差と対比させることで、より詳細な検討が可能となる。そこで TALE 尺度と回想頻度における世代差も検討する。

最後に、自伝的推論と日本版 TALE 尺度、回想頻度、日本版 ZTPI、内省志向尺度との相関から、自伝的推論と理論的・概念的に結びつく諸要因との関係を検討する。

自伝的推論の因子構造

成功経験に対する自伝的推論への回答について、床効果を示した 1 項目(「この出来事は私の性格や行動に否定的な影響を強く与えた」)を除く 25 項目で、主成分解を初期解としてプロマックス回転を行い、5 因子解を採択した。5 因子で全分散の 68.0%が説明された。因子間相関は.210～.494 の範囲であった。因子分析の結果を表 2 に示す。

抽出された因子は以下の通りである。(1) 影響因子(12 項目、 $\alpha = .934$ 、例：この出来事は物事に対する私の考え方や感じ方に強く影響した)、(2) リハーサル因子(4 項目、 $\alpha = .888$ 、例：この出来事が起こった当時そのことが気になってしかたなかった)、(3) 自己因子(5 項目、 $\alpha = .771$ 、例：この出来事はその当時の私を非常によく表している)、(4) 重要因子(2

項目、 $\alpha = .869$ 、例：この出来事は重要であると確かに思う)、(5) 関連性因子(2 項目、 $\alpha = .564$ 、例：この出来事と関連する他の出来事をはっきり思い出せる)。

(2) のリハーサル因子は佐藤(2014)の枠組における「自伝的推論の過程」に対応する。その他の因子は、「自伝的推論の内容」に対応している。すなわち、重要因子は、この出来事が自分にとって重要であるという概括的な認識に対応している。影響因子は、この出来事が自分の考え方に影響したとか、この出来事から教えられることが多い等、重要因子よりも具体的な認識に対応している。自己因子は、その出来事が自己を定義したり象徴するという認識に対応している。そして関連性因子は、複数の出来事がテーマや因果連関によって結びついているという認識に対応している。このように因子分析の結果は、自伝的推論に該当する様々な思考過程を整理した佐藤(2014)の枠組と整合していた。

失敗経験に対する自伝的推論の評定結果を因子分析したところ、成功経験とは若干異なる結果となった。しかし解釈可能性から、上記の因子分析結果に基づいて以降の検討を行う。

自伝的推論・鮮明度・詳細度・感情強度一成功経験・失敗経験と世代による差違

自伝的推論 5 因子、鮮明度、詳細度、当時の感情強度、現在の感情強度の平均評定(表 3)について、経験(成功・失敗)×世代の分散分析を行った。なお感情強度は、「よくない(1)～よい(7)」の感情評定値と中位点(4)との差を用いた。

自己因子と詳細度を除く全てで、経験の主効果が有意であった。成功経験は失敗経験に比べると、当時も現在も強い感情を伴って鮮明に想起され、活発な自伝的推論を引き起こしていた。ただしリハーサル因子だけは、失敗経験が成功経験よりも有意に高く評定されていた。これらの結果は、ポジティブな出来事はネガティブな出来事に比べて、想起されることは少ないが、「自分に影響を及ぼした」、「重要な出来事である」と認識され、他の出来事とも結びつけて想起されやすいことを示している。

表2 因子分析の結果と因子間相関

因子名と項目	因子					共通性
	F1	F2	F3	F4	F5	
【F1：影響】 $\alpha = .934$						
この出来事は物事に対する私の考え方や感じ方に強く影響した	.858	-.017	-.151	.014	.020	.849
この出来事から教えられることはたくさんある	.844	-.050	-.163	-.108	.236	.695
この出来事は私に大きな変化をもたらしたと確かに思う	.833	.171	-.048	.049	-.208	.745
この出来事から私は大切なことを学んだ	.833	-.138	-.102	.018	.157	.673
この出来事は私が物事について考えるときの枠組みとなっていると確かに思う	.789	-.038	.143	-.150	.026	.637
この出来事は私の性格や行動に肯定的な影響を強く与えた	.732	-.092	.030	.177	-.142	.579
この出来事は私の人生における転機だったと確かに思う	.725	.195	.026	.065	-.194	.673
この出来事と今の自分との間につながりが強く感じられる	.677	.092	.188	.031	-.051	.686
この出来事は現在の私に強く影響している	.672	.028	-.016	.223	-.010	.654
この出来事は現在の私の中心部分になっていると確かに思う	.569	.075	.453	-.077	-.185	.696
この出来事は私の人生の重要なテーマをよく示している	.497	-.034	.304	-.062	.156	.533
この出来事は私を成長させたと確かに思う	.482	-.120	-.125	.382	.286	.656
【F2：リハーサル】 $\alpha = .888$						
この出来事が起こった当時、そのことが気になってしかなかった	-.125	.932	-.098	.021	.115	.786
この出来事が起こってから、そのことについて何度も考えた	.117	.857	-.050	-.054	.035	.802
この出来事が起こった当時、そのことについて何度も考えた	-.105	.805	-.005	.037	.226	.711
この出来事にどんな意味があるのか何度も考えた	.181	.719	.035	.009	.030	.720
【F3：自己】 $\alpha = .771$						
この出来事はその当時の私を非常によく表している	-.164	-.053	.806	.066	.371	.774
この出来事はその当時の私がどんな人間か多くを教えてください	.119	-.074	.729	-.049	.271	.749
この出来事を思い出すと当時と現在で自分は変わっていないと思う	-.457	.003	.725	.100	-.254	.478
この出来事は現在の私を非常によく表している	.336	-.041	.632	.025	-.036	.680
この出来事は現在の私がどんな人間か多くを教えてください	.323	-.010	.567	-.031	.066	.616
【F4：重要】 $\alpha = .869$						
この出来事は重要であると確かに思う	.080	-.012	.010	.862	.027	.829
この出来事は大きな意味を持つと確かに思う	.069	.050	.090	.832	.035	.849
【F5：関連性】 $\alpha = .564$						
この出来事と関連する他の出来事をはっきり思い出せる	-.195	.191	.133	.147	.697	.593
この出来事が原因となって他の出来事を引き起こしたと確かに思う	.171	.198	.121	-.133	.541	.545
固有値	10.807	2.059	1.986	1.158	0.997	
寄与率(%)	43.227	8.235	7.943	4.633	3.989	
累積寄与率(%)	43.227	51.462	59.405	64.038	68.028	
因子間相関行列						
F1		.476	.475	.494	.417	
F2			.350	.270	.239	
F3				.210	.234	
F4					.230	
F5						

表3 各世代の成功経験・失敗経験における自伝的推論、鮮明度、詳細度、感情強度の評定平均とSD（下段）

		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		経験の主効果 F(1, 241)	世代の主効果 F(3, 241)	経験×世代 F(3, 241)	
		成功	失敗	成功	失敗	成功	失敗	成功	失敗				
自伝的推論	影響	4.72	4.75	5.43	4.70	5.23	4.75	4.99	4.84	16.626**	3.297*	4.344**	
		1.22	1.24	0.96	0.99	1.09	1.12	1.06	1.11				
	リハーサル	4.84	5.57	5.48	5.55	5.30	5.53	5.18	5.45				10.151**
		1.48	1.55	1.32	1.16	1.21	1.44	1.24	1.34				
	自己	4.43	4.79	4.84	4.73	4.86	4.66	4.93	4.64				3.11*
		1.06	1.14	1.06	0.97	1.03	0.92	0.87	1.00				
	重要	5.70	5.09	5.92	5.39	6.11	5.41	5.82	5.71				17.427**
		1.02	1.72	1.27	1.43	1.18	1.50	1.16	1.28				
	関連性	5.24	4.47	5.47	4.68	5.25	4.87	5.05	4.74				27.652**
		1.28	1.61	1.27	1.51	1.05	1.43	1.23	1.15				
鮮明度		6.09	5.86	6.21	6.03	6.41	6.11	6.49	6.40	4.021*	3.297*		
詳細度		1.05	1.50	1.03	1.36	0.87	1.19	1.02	0.81				
		5.54	5.57	6.03	5.76	6.20	5.83	6.15	6.13		3.195*		
当時の感情強度		1.59	1.83	1.19	1.59	1.22	1.28	1.30	1.03				
		2.66	2.37	2.47	2.51	2.65	2.39	2.44	2.31	5.537*			
現在の感情強度		0.58	0.90	0.90	0.82	0.69	0.88	0.83	0.93				
		2.14	1.97	2.45	1.92	2.51	1.99	2.18	1.88	16.677**			
		0.87	1.16	0.82	1.18	0.82	1.13	0.91	0.99				

感情強度は0～3、他は1～7 * $p < .05$ ** $p < .01$

表4 各世代におけるTALEの3因子と回想頻度の評定平均とSD（下段）

		世代				世代の効果 F(3, 241)	
		20歳代	30歳代	40歳代	50歳代		
TALE	自己継続	3.27	2.90	2.85	2.69	3.552 *	
		0.96	0.80	0.94	0.75		
	行動方向づけ	3.73	3.44	3.34	3.10		4.935 **
		0.78	0.81	0.86	0.79		
社会的結合	3.61	3.20	3.12	2.80	5.926 **		
	1.02	0.83	1.06	0.90			
回想頻度	振り返る	3.83	3.41	3.58	3.29	3.453 *	
		0.82	0.82	0.95	0.87		
	話す	3.31	3.10	3.18	2.68		5.209 **
		1.02	0.86	0.99	0.85		

* $p < .05$ ** $p < .01$

世代の主効果は鮮明度と詳細度で有意であった。多重比較 (Ryan 法) の結果、鮮明度・詳細度ともに、50歳代の評定値が20歳代よりも有意に高かった。経験×世代の交互作用は、影響因子と自己因子で有意であった。これは経験の効果が一部の世代のみでしか見られなかったことによる。多重比較 (Ryan 法) の結果、影響因子では経験の効果は30歳代と40歳代で有意であり、成功経験の方が高く評定されていた。自己因子では経験の効果は20歳代で有意であり、20歳代では成功経験よりも失敗経験の方が、自己をよく表すものとして認識されていた。また影響因子での交互作用は、世代の差が成功経験のみで見

られたことによる。多重比較 (Ryan 法) の結果、成功経験においてのみ、30歳代が20歳代よりも出来事の影響を高く評定していた。

TALEと回想頻度一世代による差違

TALE3因子と回想頻度それぞれの評定平均 (表4) が世代により異なるか、1要因分散分析で検討した。TALE3因子の全てにおいて世代の効果が有意であり、多重比較 (Ryan 法) の結果、自己継続因子と行動方向づけ因子では、20歳代の評定値が50歳代よりも高かった。社会的結合因子では、20歳代の評定値が40歳代・50歳代の評定値よりも高かった。

表5 自伝的推論とTALE、回想頻度との相関 (Pearsonの積率相関係数r)

		TALE			回想頻度	
		自己継続	行動方向づけ	社会的結合	振り返る	話す
自伝的推論 (成功経験)	影響	.143*	.185**	.151*	.147*	.121
	リハーサル	.228**	.174**	.154*	.268**	.190**
	自己	.120	.095	.172**	.098	.163*
	重要	.067	.103	.124	.087	.057
	関連性	.177**	.273**	.227**	.250**	.236**
自伝的推論 (失敗経験)	影響	.185**	.115	.251**	.201**	.150*
	リハーサル	.156*	.126*	.236**	.247**	.114
	自己	.115	.084	.187**	.225**	.161*
	重要	.101	.069	.157*	.173**	.088
	関連性	.109	.070	.113	.287**	.122

n = 206 * p < .05 ** p < .01

表6 自伝的推論と日本版ZTPIとの相関 (Pearsonの積率相関係数r)

		ZTPI				
		過去否定	過去肯定	未来	現在快楽	現在運命
自伝的推論 (成功経験)	影響	-.033	.064	.300**	-.029	-.196**
	リハーサル	-.019	.143*	.088	.024	-.062
	自己	-.099	.141*	.302**	-.037	-.187**
	重要	-.009	.052	.185**	-.096	-.219**
	関連性	.015	.063	.093	-.033	-.149*
自伝的推論 (失敗経験)	影響	.068	-.051	.033	.014	-.072
	リハーサル	.150*	-.042	.051	-.072	-.056
	自己	.199**	-.052	-.001	.004	.001
	重要	.066	-.023	.042	.002	-.066
	関連性	.051	-.064	-.055	-.021	-.064

n = 206 * p < .05 ** p < .01

表7 自伝的推論と内省志向との相関 (Pearsonの積率相関係数r)

		内省志向		
		内省しやすさ	内省好み	内省志向 (計)
自伝的推論 (成功経験)	影響	.474**	.351*	.416**
	リハーサル	.509**	.422**	.504**
	自己	.346*	.290	.318*
	重要	.060	.137	.115
	関連性	.537**	.475**	.535**
自伝的推論 (失敗経験)	影響	.475**	.504**	.510**
	リハーサル	.431**	.404*	.449**
	自己	.309	.321*	.323*
	重要	.625**	.683**	.689**
	関連性	.393*	.349*	.392*

n = 39 * p < .05 ** p < .01

回想頻度でも世代の効果が有意であった。多重比較 (Ryan 法) の結果、振り返って考える頻度は、20歳代の評定値が50歳代よりも高かった。他の人に話す頻度は、20歳代・30歳代・40歳代の評定値が50歳代よりも高かった。

自伝的推論と他の尺度との相関

自伝的推論5因子とTALE3因子(自己継続、行動方向づけ、社会的結合)、回想頻度との相関を表5に示す。自伝的推論とTALE、回想頻度の間、部分的に、弱い正の相関が見られた。

自伝的推論5因子とZTPI5因子のそれぞれにつ

いて、因子ごとの評定平均に基づく相関を、表6に示す。成功経験に対する自伝的推論と過去肯定・未来との間に正の相関、現在運命との間に負の相関が見られた。ただし相関は部分的で弱いものであった。

自伝的推論5因子と内省志向2因子との相関を表7に示す。あわせて、内省志向性尺度9項目全体の平均との相関も示す。データ数が少ないため留意が必要であるが、自伝的推論の各因子と内省志向との間に、中程度以上の相関が見出された。

なお以上の分析は4世代をまとめて行った。世代ごとに分析しても、自伝的推論とTALE、回想頻度、ZTPIの間に特に強い関連は見出されなかった。

考 察

本研究は、佐藤(2014)が提案した自伝的推論の枠組、それに基づく佐藤(2015)の検討をうけて、ポジティブな出来事とネガティブな出来事に対する自伝的推論の差違、自伝的推論と理論的・概念的に関連する諸要因との関連等を検討した。以下、主要な結果に即して考察する。

自伝的推論尺度

佐藤(2014)は自伝的推論に関連する広範囲の研究を検討し、自伝的推論を「過程」と「内容」からとらえる枠組を提案した。自伝的推論の過程は、その出来事について思い出し、意味を考えるプロセスである。本研究で見出されたりハーサル因子は、これに該当する。

自伝的推論の内容は、この「過程」を通して得られた意味づけの内容であり、(1)自分にとって重要であるという概括的な認識、(2)その出来事が自分に影響しているという具体的な認識、(3)その出来事が自己を定義するという認識、(4)複数の出来事がテーマや因果連関によって結びついているという認識、に分けられる。結果で述べた通り、重要因子、影響因子、自己因子、関連性因子がそれぞれ、これら(1)~(4)の内容に該当している。

このように本研究の結果、佐藤(2014)が提案した枠組と極めて整合性の高い因子構造が確認され

た。さらに成功経験でも失敗経験でも、自伝的推論の5因子の多くが、内省志向尺度と中程度の相関を示していた。内省志向は自分の内面を分析したり考えたりする一般的な傾向を示している。この志向性が高い人が、特定の出来事に対して強い自伝的推論を行っていたという結果は、自伝的推論尺度の妥当性を示唆するものである。

成功経験・失敗経験と自伝的推論

成功経験は失敗経験に比べると、リハーサルされることは少ないが、強い感情を伴って鮮明に想起され、活発な自伝的推論を引き起こしていた。自己因子では成功経験と失敗経験の差が見られなかったものの、それ以外の因子では経験の主効果が有意であり、成功経験は失敗経験に比べると、「自分の考え方や感じ方に影響した」、「この出来事から教えられる」、「現在の私に影響している」、「大きな意味を持つ」等と評価され、また、その出来事と他の出来事がつながっていると認識されていた。

本研究は先行研究(佐藤・清水, 2012; 佐藤, 2015)に比べると、より直接的な手続きでポジティブな出来事とネガティブな出来事の自伝的推論を比較した。その結果は先行研究と合致するものであり、ポジティブな経験がネガティブな経験と比べると、より少ないリハーサルを通して、より強い自伝的推論を引き起こすという結果は頑健なものと言えるだろう。

「問題と目的」でも述べたように、ポジティブな出来事の方が意味づけられやすいという結果は、理論的にも興味深い。もちろん、強いストレス経験や外傷経験を経てなお、そこに意味を見出し成長する人がいることは確かである。しかし同時に、日常生活のささやかな成功経験に対する意味づけや、それを基盤にした成長という側面を見逃すことはできない。

自伝的記憶とは全く異なる研究領域であるが、同様の主張を、教育実践に関わる研究に見ることがができる。二つの例を挙げよう。

第一に、教師や指導者が自らの実践を省察することは、いわゆる「反省的実践家」として成長するた

めに必要なことである。しかしこのとき、問題や失敗ばかりに焦点を当てる欠陥ベースアプローチ (deficit based approach) を用いると、意欲が失われる危険性がある。これに対して近年、成功事例や個人の強みなどのポジティブな側面に焦点を当てる appreciative inquiry とよばれるアプローチが注目されている (Whitney & Trosten-Bloom, 2002)。例えば教育実習の振り返りをこのアプローチに基づいて行くと、「実習で経験した最もワクワクした(すてきな)出来事」に焦点を当て、そのとき何を感じ気づいたか、そこから得た学びを今後どう生かすか、考えることになる (音山・古屋・懸川, 2014)。

第二に、学習者自身が自分の経験を振り返り、次の学習に生かす場面を取り上げよう。中西(2004)は高校生を対象に勉強方法に関する面接を行った。面接では学習面の悩みを取り上げ、「うまくいかないときどのように勉強していたか」あるいは「その問題がうまくいったときにどう勉強していたか」を振り返ってもらった。前者は失敗に、後者は成功に焦点を当てた振り返りである。続いて、今後同様の悩みに対して、どういう方略を用いれば良いと思うかを問うた。また面接の前後に自己効力感などの質問紙に回答を求めた。その結果、失敗よりも成功に焦点を当てる方が、自己効力感が高まること、さらに学習に直接関わるような方略を思いつく傾向があった。

以上のように、ネガティブな出来事への意味づけだけでなく、ポジティブな出来事から何かを学んだり、意味づけたり、それをもとに自己を省察することもまた、人が適応的に生きていくうえで大切な認識過程であると言える。今後さらに、ポジティブな経験への意味づけの諸相が検討されることが必要である。

自伝的推論と自伝的記憶の機能—世代差から

自伝的推論 5 因子と TALE 3 因子の間には、有意ではあるが弱い相関しか見られなかった。また TALE の自己継続機能・方向づけ機能が社会的結合機能に比べて、自伝的推論との相関が特に強いわけでもなかった。従って、自伝的推論と自伝的記憶の機能との間に、予想されたような関連は見出されな

かった。

また世代による差違に着目すると、自伝的推論と機能との違いが明らかになる。TALE やそれを拡張した回想機能尺度を用いた研究では、概して、若い世代の方が機能の評定値が高くなる傾向がある (Bluck & Alea, 2011; Harris, Rasmussen, & Berntsen, 2013; 落合・竹田・小口, 2013)。本研究の結果でも、三つの機能のいずれでも 20 歳代の評定値が最も高かった。一方、自伝的推論の研究では、世代による差違は一貫しておらず、世代による差は無いあるいは限定的であるという結果 (McLean, 2008; 佐藤, 2015; 佐藤・清水, 2012, 2013) と、高齢世代の方が活発な自伝的推論を行うという結果 (Pasupathi & Mansour, 2006; Pratt et al., 1999) が得られている。本研究では自伝的推論の世代差は、ほとんど見出されなかった。

従って、自伝的記憶の機能と自伝的推論は、概念的・理論的には関連しているものの、そのことを示す実証的なデータは乏しい。これにはいくつかの理由が考えられる。

第一に、機能は質問紙法で検討されるのに対して、自伝的推論では質問紙法だけでなく想起の内容分析によって検討されることもある。すると語り方の世代差が交絡し、高齢者の自伝的推論を過大評価している可能性がある (佐藤, 2015)。

第二に、TALE では、例えば「自分の信念が、時間とともに変化してきたかどうかについて気にかかるとき、人生を振り返って考えたり話したりする」という項目に対し、「ほとんどしない」～「非常に頻繁にする」の 5 段階で回答することを求める。その意味でこの尺度は、自伝的推論の「内容」よりも「過程」を概括的に測定していると言える。このことは TALE と回想頻度との相関からも推測される。TALE の各因子と回想頻度 (振り返る、話す) との間には、自己継続因子で .516 (振り返る) と .310 (話す)、行動方向づけ因子で .487 と .268、社会的結合因子で .306 と .441 と、中程度の相関が認められた。

第三に、TALE のように頻度を問われた場合、人は実際に「考えたり話したりした経験」を想起し、その頻度を回答するわけではない。おそらく何らか

のヒューリスティックスにより、頻度を判断していると思われる。

以上より、特定の経験に対する自伝的推論を問う尺度と TALE とは、異なる側面を測定している可能性が高い。こうした点も考慮に入れて、自伝的推論と機能との関連を引き続き検討することが必要である。例えば特定の出来事を想起し、自伝的推論の評価を求めるとともに、「自分の信念が、時間とともに変化してきたかどうかについて気にかかるとき、この出来事を振り返って考えたり話したりするか（自己継続機能）」等と問うことで、自伝的推論と機能の関連をより詳細に検討できるだろう。

時間的展望と自伝的推論

時間的展望は現在・過去・未来に対する見解の総体であり、時間的展望を通して現在・過去・未来の自己が結び付けられる。その意味で時間的展望は自伝的推論と理論的・概念的にも関連が強い。しかし自伝的推論と ZTPI との間には、予想されたような関連が明確に見出されなかった。成功経験への自伝的推論と ZTPI の過去肯定との間に正の相関、現在運命との間に負の相関が見られたことは、仮説を支持する結果であったが、それ以外には、予想された関連は認められなかった。

時間的展望に関しては種々の測定方法が考案されており、ZTPI 以外の方法を用いてさらに検討することが必要である。例えば石川 (2013, 2014) は「過去のとらえ方尺度」を開発し、「過去のとらえ方」の 1 類型として「統合群」を抽出した。これは過去を受け入れ、過去の出来事を現在や未来につながるものとしてとらえている人たちである。この人たちは「連続的なとらえ因子」(例「過去のマイナスの出来事は、自分の糧になった」)、「過去の自分は成長させてくれた」と、「受容的な態度因子」(例「過去に向き合うようにしている」)、「過去の出来事全てに意味があると思っている」)の得点が高い。これらの因子の内容は自伝的推論と非常に近く、こうした人たちは自伝的推論を行う傾向が強いことが推測される。ただしこの尺度も多くの時間的展望の尺度と同様、特定の出来事ではなく「過去」一般を評価させるものであ

る。従って、特定の 1～2 の出来事に対する自伝的推論が時間的展望と直接結びつくというよりも、内省的な志向性が自伝的推論を引き起こし、日々の自伝的推論の蓄積がこうした時間的展望を形成する、といったつながりがあるのだろう。

引用文献

- Bauer, J. J., McAdams, D. P., & Sakaeda, A. R. (2005). Interpreting the good life: Growth memories in the lives of mature, happy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, **88**, 203-217.
- 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., & Habermas, T. (2000). The life story schema. *Motivation and Emotion*, **24**, 121-147.
- Bluck, S., & Habermas, T. (2001). Extending the study of autobiographical memory: Thinking back about life across the life span. *Review of General Psychology*, **5**, 135-147.
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2006). The foundations of posttraumatic growth: An expanded framework. In L. G. Calhoun & R. G. Tedeschi (Eds.), *Handbook of posttraumatic growth: Research and practice*. Mahwah, NJ: Psychology Press. pp.3-23.
- D'Argembeau, A., Cassol, H., Phillips, C., Baetens, E., Salmon, E., & Van der Linden, M. (2014). Brains creating stories of selves: The neural basis of autobiographical reasoning. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, **9**, 646-652.
- Fivush, R. (2011). The development of autobiographical memory. *Annual Review of Psychology*, **62**, 559-582.
- Habermas, T. Ed. (2011). The development of autobiographical reasoning in adolescence and beyond. *New Directions for Child and Adolescent Development*, **131**.
- Habermas, T., & Bluck, S. (2000). Getting a life: The emergence of life story in adolescence. *Psychological Bulletin*, **126**, 748-769.
- Habermas, T., & Koeber, C. (2015). Autobiographical reasoning is constructive for narrative identity: The role of the life story for personal continuity. In K. M. McLean & M. Syed (Eds.), *The Oxford handbook of identity development*. NY: Oxford University Press. pp.149-165.
- Harris, C. B., Rasmussen, A. S., & Berntsen, D. (2013). The functions of autobiographical memory: An integrative approach. *Memory*, **22**, 559-581.
- 堀田 亮・杉江 征 (2012). ストレスフルな体験の意味づけ

- に関連する研究の動向 筑波大学心理学研究, **44**, 113-122.
- 堀田 亮・杉江 征 (2013). 挫折体験の意味づけが自己概念の変容に与える影響 心理学研究, **84**, 408-418.
- 石川茜恵 (2013). 青年期における過去のとらえ方の構造—過去のとらえ方尺度の作成と妥当性の検討— 青年心理学研究, **24**, 165-181.
- 石川茜恵 (2014). 青年期における過去のとらえ方タイプから見た目標意識の特徴: 時間的展望における過去・現在・未来の関連 発達心理学研究, **25**, 142-150.
- 神谷俊次 (2013). 内省志向と繰り返し想起される不随意記憶 日本心理学会第 77 回大会発表論文集 p.747.
- 川島大輔 (2008). 意味再構成理論の現状と課題—死別による悲嘆における意味の探究— 心理学評論, **51**, 485-499.
- Lilgendahl, J. P., & McAdams, D. P. (2011). Constructing stories of self-growth: How individual differences in patterns of autobiographical reasoning relate to well-being in midlife. *Journal of Personality*, **79**, 391-428.
- McAdams, D. P. (2001). The psychology of life stories. *Review of General Psychology*, **5**, 100-122.
- McLean, K. C. (2008). Stories of the young and the old: Personal continuity and narrative identity. *Developmental Psychology*, **44**, 254-264.
- McLean, K. C., & Breen, A. V. (2009). Processes and content of narrative identity development in adolescence: Gender and well-being. *Developmental Psychology*, **45**, 702-710.
- 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., & Pratt, M. W. (2006). Life's little (and big) lessons: Identity status and meaning-making in the turning point narratives of emerging adults. *Developmental Psychology*, **42**, 714-722.
- 中西良文 (2004). 成功/失敗の方略帰属が自己効力感に与える影響 教育心理学研究, **52**, 127-138.
- 野村信威 (2008). 高齢者における回想と自伝的記憶 佐藤浩一・越智啓太・下島裕美 (編著) 自伝的記憶の心理学 北大路書房 pp.163-174.
- 落合 務・小口孝司 (2013). 日本語版 TALE 尺度の作成および信頼性と妥当性の検討 心理学研究, **84**, 508-514.
- 落合 勉・竹田葉留美・小口孝司 (2013). 性別・年代からみた自伝的記憶の機能 立教大学心理学研究, **55**, 1-8.
- 音山若穂・古屋 健・懸川武史 (2014). 心理教育的集団リーダーシップ訓練の試み (6) —AI ミニ・インタビューによる授業・研修プログラム試案— 立正大学心理学研究所紀要, **12**, 65-75.
- Park, C. L. (2010). Making sense of the meaning literature: An integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events. *Psychological Bulletin*, **136**, 257-301.
- Pasupathi, M., & Mansour, E. (2006). Adult age differences in autobiographical reasoning in narratives. *Developmental Psychology*, **42**, 798-808.
- Pratt, M. W., Norris, J. E., & Arnold, M. L. (1999). Generativity and moral development as predictors of value-socialization narratives for young persons across the adult life span: From lessons learned to stories shared. *Psychology and Aging*, **14**, 414-426.
- 佐藤浩一 (2008). 自伝的記憶の機能 佐藤浩一・越智啓太・下島裕美 (編著) 自伝的記憶の心理学 北大路書房 pp. 60-75.
- 佐藤浩一 (2014). 自伝的推論—概念ならびに評価方法の整理と包括的な枠組みの提案— 群馬大学教育学部紀要 人文・社会科学編, **63**, 129-148.
- 佐藤浩一 (2015). 教師の思い出、家族の思い出に対する自伝的推論—教職志望、世代との関連— 群馬大学教育学部紀要 人文・社会科学編, **64**, 145-156.
- 佐藤浩一・清水寛之 (2012). 中学校時代の教師に関する自伝的記憶: 日常的な出来事に対する自伝的推論の検討 認知心理学研究, **10**, 13-27.
- 佐藤浩一・清水寛之 (2013). 現職教員における過去の教職志望と自伝的記憶との関連—記憶特性と想起内容の分析を通して— 群馬大学教育学部紀要 人文・社会科学編, **62**, 147-156.
- 下島裕美・佐藤浩一・越智啓太 (2012). 日本版 Zimbardo Time Perspective Inventory (ZTPI) の因子構造の検討 パーソナリティ研究, **21**, 74-83.
- 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.
- 宅香奈子 (2014). 悲しみから人が成長するとき—PTG 風間書房
- 都筑 学 (2013). 時間的展望 日本発達心理学会 (編) 発達心理学事典 丸善 pp.304-305.
- Whitney, D., & Trosten-Bloom, A. (2002). *The power of appreciative inquiry: A practical guide to positive change*. Berrett-Koehler Publishers. ダイアナ・ホイットニー & アマンダ・トロステンブルーム ヒューマンバリュー (訳) (2006). ポジティブ・チェンジャー主体性と組織力を高める AI ヒューマンバリュー
- (注) 本研究は JSPS 科研費 25380870 の助成を受けたものです。