

令和 2 年 7 月 7 日現在

機関番号：31311

研究種目：基盤研究(C)（一般）

研究期間：2017～2019

課題番号：17K04439

研究課題名（和文）概括化した記憶を改善する転換的語り直しの認知基盤および心理行動的波及効果の解明

研究課題名（英文）Clarification of cognitive and behavioral bases of biased retelling with focusing on memory characteristics.

研究代表者

池田 和浩（Ikeda, Kazuhiro）

尚絅学院大学・総合人間科学系・准教授

研究者番号：40560587

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 3,100,000円

研究成果の概要（和文）：本研究では負の認知的スパイラルを生むネガティブな記憶事象への新たな介入手法の確立を目指すため、転換的語り直しが持つ回復・成長効果を検証した。6つの調査を行った結果、認知転換方略に基づく語り直しが自伝的記憶に新たな解釈をもたらし、現在の満足感と将来の希望感を高めることを確認した。こうした特徴は、実行機能に依存するものではなく、自己欺瞞特性のような心理変数に影響すると推察される。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究は、古典的モデルに基づく臨床的介入に陥りがちであった先行研究の枠組みを超え、ネガティブな体験の認知的再評価からPTGに至るまでの、最新の基礎記憶研究に基づく心理的回復・成長メカニズムを解明する点に大きな特色がある。また、実証的な実験手法を用いるのに加え、被災者へのインタビューを質的に分析することから、応用可能性の高い介入計画を策定できることが独創的な点となる。基礎的な記憶実験と実際の外傷体験調査を組み合わせることで得られる成果は、学術的側面・社会的側面の双方に極めて大きく貢献できると考えられる。

研究成果の概要（英文）：This study aimed to establish a new clinical intervention for harsh memories that produce negative cognitive spirals focusing on individual cognitive factors that lead to the effect of biased retelling. As a result of the six surveys, we found that retelling based on cognitive change strategy provides interpretation to their autobiographical memory and enhances their present satisfaction and hope for the future. These results are not dependent on the execution function but are presumed to affect psychological variables such as self-deception characteristics.

研究分野：社会科学・心理学・臨床心理学

キーワード：転換的語り直し 自伝的記憶 肯定的解釈 幸福感と希望感 自己欺瞞

様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19 (共通)

1. 研究開始当初の背景

PTSD 治療に対しては、基礎的な記憶研究に基づく認知的介入法を適用することが、大きな臨床的効果を生むと推察できる。介入に必要なのは、特殊メカニズム説に基づく外傷体験の単純なストーリー化ではなく、共通メカニズム説に基づいた治療である。例えば、外傷体験に意味を付与し、体験を肯定的に評価するように導くことが有効である。Calhoun & Tedeschi (2006) によれば、ネガティブな出来事との精神的なもがきの結果生じるポジティブな心理学的変容体験である心的外傷後成長 (以下 PTG と記載する) に至るには「意図的な物語の転換」の必要性が示唆されている。

しかしながら、こうした認知的転換は、PTSD の特徴である記憶の過度な概括化によって阻害されている。概括化とは、具体的な出来事の想起を求めたときでさえ、曖昧で抽象的な記憶を報告してしまう現象である。その原因は、心的外傷体験からの認知的回避とワーキングメモリの容量低下による「認知能力の低下」にあると考えられている (Williams, 2006; Williams et al, 2007)。また、記憶の概括化は、問題解決能力の低下や (Evans et al, 1992)、将来展望の困難さを招き (Williams et al, 1996)、日常生活における持続的な自責や他者不信といった負の連鎖を生じさせる。

2. 研究の目的

意図的に形を変えた語り直しである“転換的語り直し (biased retelling)”は記憶そのものを変容させることで、PTG 到達の根幹である「意図的な物語の転換」につながる。例えば、(1) 記憶の中心的な要素が語り直された方向に肯定的に変容すること (池田・仁平, 2009; 2013)、(2) 二段階の語り直しのプロセスで PTG に至る認知的転換が生じること (Ikeda, et al, 2016) が確認されている。

語り直しの二段階モデルでは、(1) 否定的な感情を制御する否定的体験の反復想起段階と、(2) 否定的な感情を排した認知的コーピングを行うための肯定的な語り直し段階が仮定される (池田, 2016)。本研究ではこのモデルに基づき、負の認知的スパイラルを生むネガティブな記憶事象への新たな介入手法の確立を目指すため、転換的語り直しが持つ回復・成長効果を特定する検証を行った。

3. 研究の方法

(1) 自伝的推論と語り直しの方略が Trauma Memory Quality に与える影響

参加者：大学生 188 名

手続：心に傷が残った体験を 1 つ選択し、The Trauma Memory Quality Questionnaire に回答。その出来事の語り直し方略を選択 (ネガティブ反復・ポジティブ変化・感情なし・語りなし)。自伝的推論尺度。

(2) 記憶の語り直し方略が将来への希望感に与える影響

参加者：大学生 366 名

尺度：Re-TALE (Re-telling About Life Experiences; 池田, 2017)。日本語版 Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (榊原, 2015)。日本語版 Herth Hope Scale (大橋, 2012)。

(3) 語り部へのインタビューから捉える語り直しの意味

手続：東日本大震災の被災者であり語り部として活動する T 氏に半構造化面接を実施。2 時間のインタビューから合計で 4 万字弱の逐語録をえたのち、プロトコル分析を実施。

(4) 肯定的なメタ記憶に基づく語り直しは幸福感と希望感に寄与する

参加者：大学生 276 名

尺度：Re-TALE (Re-telling About Life Experiences; 池田, 2017)。日本語版 satisfaction with life scale (Sumino, 1994)。日本語版 Herth Hope Scale (Ohashi, 2002)。一般メタ記憶質問紙 (Kawano, 1999)。日本語版 Prospective and Retrospective Memory Questionnaire (Smith, Della Sala, Logie, & Maylor, 2000)。

(5) 実行注意と転換的語り直し方略の関連の検討

参加者：大学生 270 名

尺度：成人用エフォートフル・コントロール尺度日本語版 (EC: 山形他, 2005)。Re-telling about Life Experiences (Re-TALE: 池田, 2017)。

(6) 語り直しにおける認知転換能力の高さは内的な問題解決能力を予測するのか

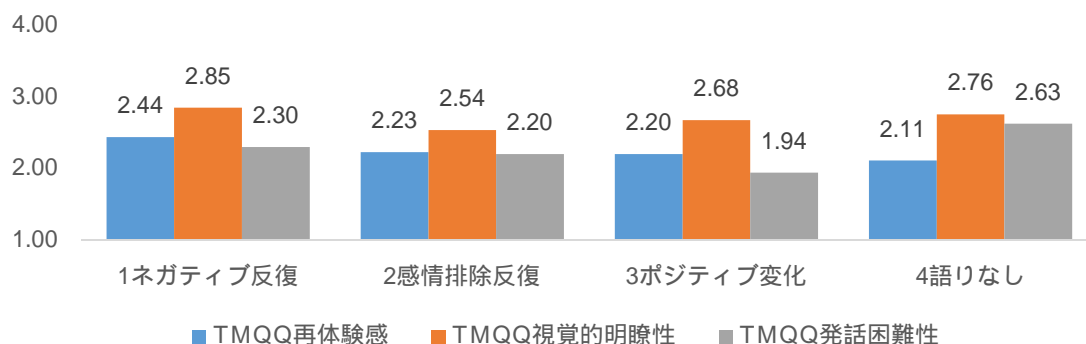
参加者：大学生 167 名

尺度：Re-telling about Life Experiences (Re-TALE: 池田, 2017)。ツァン自己評価式抑うつ性尺度 (福田・小林, 1973)。自己開示の深さを測定する尺度 (丹羽・丸野, 2010)。バランス型社会的望ましさ反応尺度 (谷, 2008)。セルフコントロール尺度短縮版 (BSCS-J: 尾崎・後藤・小林・沓澤, 2000)。

4. 研究成果

(1) 調査1の結果

ポジティブ変化の語り直し方略を繰り返し実施することで、反芻的な推論思考から解放され、記憶に新たな解釈をもたらし、TMQQの値が減少した。ポジティブ変化は、記憶に肯定的な処理を加えて前向きな心構えを構築する機構である。ポジティブ変化による語り直しは、過去をありのままに受け止めたのちに、過去の出来事と現在の自分を切り離し、肯定的な心の構えを構築するプロセスだと言える。



(2) 調査2の結果

過去の体験を他者に向けて語り直すことは、将来の希望感に一定の影響を持つことが確認された。ポジティブ感情拡張方略及び認知転換方略が語りの中で用いられやすい場合は希望感を促進させるが、ネガティブ感情抑制方略を用いやすい場合は希望感の減少につながる事が示唆された。

Re-TALE尺度因子と日本語版Cognitive Emotion Regulation Questionnaire尺度因子の相関係数

	Cognitive Emotion Regulation Questionnaire								
	肯定的再評価	大局的視点	反芻	受容	自責	肯定的再評価	他者非難	破局的思考	計画への再焦点化
ネガティブ感情抑制	.041	.015	.182**	.011	.134*	.090	.242**	.211**	.095
ポジティブ感情拡張	.268**	.270**	.236**	.181**	.211**	.246**	.009	.116*	.222**
認知転換	.325**	.376**	.121*	-.019	.071	.242**	.157**	.081	.142*

(* = $p < .05$; ** = $p < .01$)

(3) 調査3の結果

プロトコル分析から、語り部としての活動を通して、震災体験という自伝的記憶の機能が大きく変化することが確認された。当初、T氏は自伝的記憶を自己志向的に語り直すことで、自己の中に存在する問題を調整し、方向付ける機能を活用していた。しかし、2年間の語り部活動を通して、語り直しの目的は誰かに同じ思いをしてほしくないという社会的機能を有するようになった。また、癒すための語りではなく、思い出するための語りとして認知転換を生じさせやすい表出形態を獲得していた。

(4) 調査4の結果

ネガティブ感情制御の語り直し方略を用いることは、メタ記憶への否定的な信念に関連していた。結果から、こうした特性が将来への希望を減衰させることを確認した。一方、認知転換を目的とした語り直しを行うことは、メタ記憶への肯定的な信念に関連し、現在の満足感と将来の希望感を高めることが確認された。

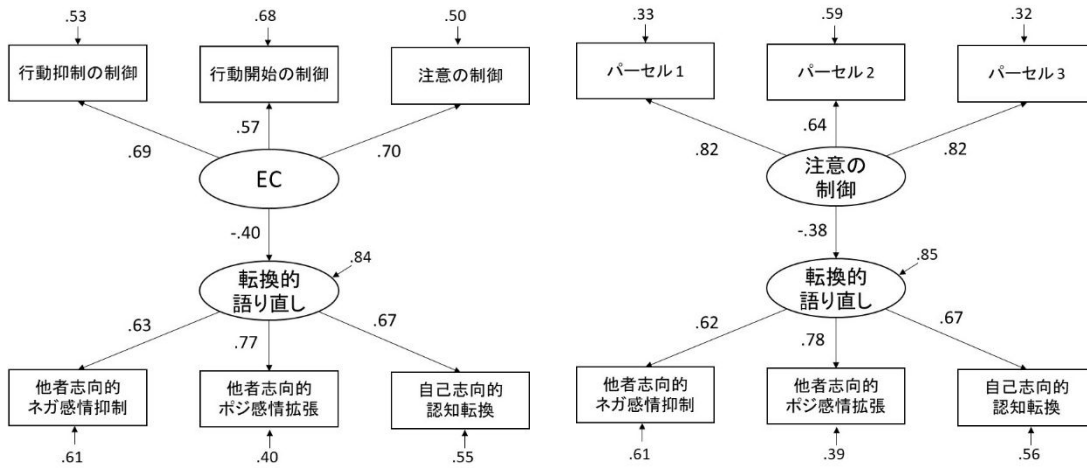
Re-TALE尺度因子と記憶特性尺度および満足度/希望感との相関係数

	人生満足度	Herth Hope Scale			一般メタ記憶			PRMQ	
		希望的計画	前向き思考	将来の閉塞性	記憶に対する自信	課題特性の認知	想起の失敗経験	展望記憶の失敗	回顧記憶の失敗
ネガティブ感情抑制	-.02	.10	-.16 *	.19 **	-.14 *	.05	.28 ***	.24 ***	.21 ***
ポジティブ感情拡張	.09	.33 ***	.21 ***	-.13 *	.07	.08	.20 ***	.14 *	.09
認知転換	.27 ***	.34 ***	.31 ***	-.23 ***	.18 **	-.08	.03	.08	.00

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

(5) 調査5の結果

結果からはECが高さと自己志向的認知転換の方略を用いやすさに負の関連が示された。同様に、ECと他者志向的ネガティブ感情制御、および他者志向的ポジティブ感情拡張の間にも負の関連がみられ、方略の違いによる関連の大きさの程度も同程度あった。さらに、ECから転換的語り直しへの負の関連が示された。以上のことから、ECの高い人は方略の種類に関係なく、転換的語り直しを使用しないと考えられる。



(6) 調査6の結果

分析の結果、思考や感情を制御して自律的にふるまうセルフコントロール能力は、ポジティブ感情拡張および認知特性とは関連しなかった。一方で、ネガティブ感情抑制方略の使用頻度の高さはセルフコントロール能力の低さと関連していた。また、自分の決定や判断などを自らの自己像であると信じて無意識的に社会的に望ましい回答を見せる傾向である「自己欺瞞特性」は、認知転換方略の使用頻度と正の相関関係にあった。一方で、真実の自己を偽って見せかけの回答を行う傾向である「印象操作」は、いずれの語り直し方略とも関連していなかった。つまり、自己欺瞞特性が高い人ほど認知転換を用いやすいこと、認知転換を用いやすいものが開示すべき水準を正確に判断できる豊富な認知的資源を有する可能性が示唆された。

Re-TALE3因子と各尺度因子との相関係数

	抑うつ (SDS)	自己開示の深さ(SADS)				社会的望ましき(BDIJ)		
		レベルI (趣味)	レベルII (困難な経験)	レベルIII (欠点や弱点)	レベルIV (否定的性格や能力)	自己欺瞞	印象操作	セルフコントロール
ネガティブ感情抑制	.03	.32 ***	.31 ***	.29 ***	.24 **	-.05	-.13	-.21 **
ポジティブ感情拡張	-.08	.26 ***	.20 **	.23 **	.21 **	.06	-.15	-.06
認知転換	-.24 **	.32 ***	.30 ***	.20 *	.10	.17 *	-.01	-.01

* p < .05, ** p < .01, *** p < .001

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計1件（うち査読付論文 1件 / うち国際共著 0件 / うちオープンアクセス 0件）

1. 著者名 佐藤拓・池田和浩	4. 巻 38
2. 論文標題 実行注意と転換的語り直し方略の関連	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 明星大学心理学研究紀要	6. 最初と最後の頁 1-8
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

〔学会発表〕 計8件（うち招待講演 2件 / うち国際学会 2件）

1. 発表者名 Kazuhiro IKEDA, Yayoi Kawasaki, Kazuki Nishiura, Taku Sato
2. 発表標題 The effects of Autobiographical Reasoning and Retelling on traumatic autobiographical memory
3. 学会等名 Autobiographical memory and the self 2018（国際学会）
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 Kazuhiro IKEDA, Yayoi Kawasaki, Kazuki Nishiura, Taku Sato
2. 発表標題 Meta memory characteristics and retelling strategy affect current satisfaction and hope for the future.
3. 学会等名 International Convention of Psychological Science 2019（国際学会）
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 池田 和浩
2. 発表標題 語り直す意味：語り部へのインタビューが記憶研究にもたらすこと（チュートリアルワークショップ：被災者にとっての語ることの意味）
3. 学会等名 日本心理学会第82回大会（招待講演）
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 池田 和浩・川崎 弥生・佐藤 拓
2. 発表標題 記憶の語り直し方略が将来への希望感に与える影響
3. 学会等名 認知心理学会第16回大会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 池田 和浩・川崎 弥生・佐藤 拓
2. 発表標題 肯定的なメタ記憶に基づく語り直しは幸福感と希望感に寄与する
3. 学会等名 認知心理学会第17回大会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 佐藤 拓・池田 和浩
2. 発表標題 実行注意と転換的語り直し方略の関連の検討
3. 学会等名 東北心理学会第73回大会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 池田 和浩
2. 発表標題 語り直しをもたらす機能的効用とその背景となる認知的機序（「思い出」を科学する 自伝的記憶研究の現在と未来4）
3. 学会等名 日本心理学会第84回大会（招待講演）
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 池田 和浩・佐藤 拓・川崎 弥生
2. 発表標題 語り直しにおける認知転換能力の高さは内的な問題解決能力を予測するのか
3. 学会等名 認知心理学会第18回大会
4. 発表年 2021年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
研究分担者	西浦 和樹 (Nishiura Kazuki) (40331863)	宮城学院女子大学・教育学部・教授 (31307)	
研究分担者	佐藤 拓 (Sato Taku) (10577828)	明星大学・心理学部・准教授 (32685)	