

令和 2 年 6 月 12 日現在

機関番号：32610

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2016～2019

課題番号：16K04314

研究課題名(和文) 人生後期における自伝的記憶の機能 - 他者に語る記憶と自己を振り返る記憶 -

研究課題名(英文) Functions of autobiographical memory in the latter half of life: Memories shared with others and memories that reflect on oneself

研究代表者

下島 裕美 (Shimajima, Yumi)

杏林大学・保健学部・教授

研究者番号：20306666

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,600,000円

研究成果の概要(和文)：本研究では人生後半における自伝的記憶の機能，特に他者に語る記憶と自己を振り返る記憶について検討した。中高年を対象としたweb調査を実施した結果，エンディングノートに自伝的記憶が必要だと答えたのは3割に過ぎず，人生の終盤を意識した時に不随意に自伝的記憶を想起する人は半数に満たなかった。しかし意図的な想起は可能であった。また記憶を他者と共有したい人は4割に過ぎず，想起された記憶の4割弱は誰にも話したことがない記憶であった。記憶研究では回想による過去の捉え直しのポジティブな機能が強調されてきたが，本研究は人生後半における自伝的記憶の機能を再検討する必要性を示唆するものとなった。

研究成果の学術的意義や社会的意義

回想による過去の捉え直し，特に他者と記憶を共有することの意味はポジティブに捉えられてきた。しかし本研究の結果，中高年は自分の今後の人生を展望した時にそれほど自伝的記憶を必要としないこと，他者と記憶を共有する必要を感じていないことが示された。人生100年時代を迎え，第二，第三の人生では過去との記憶の連続性を必要としない人が多くいることを示したという意味で社会的意義のある研究だと考える。

研究成果の概要(英文)：This study examined the functions of autobiographical memories in the latter half of life, specifically memories shared with others and memories that reflect on oneself. In an online survey conducted with middle aged to elderly people, only 30% responded that autobiographical memories were necessary in an "ending note" (a document similar to a living will), and less than half of them involuntarily recalled autobiographic memories when becoming aware of the end of their life. However, intentional recall was possible. Only 40% wanted to share their memories with others, and just under 40% of recalled memories were memories that were never shared with others. Previous research on memory has emphasized positive functions of recapturing the past through recollection. However, the present study indicates the need to re-examine the function of autobiographical memories in the latter half of life.

研究分野：認知心理学

キーワード：自伝的記憶 時間的展望

様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19 (共通)

## 1. 研究開始当初の背景

自分に関する過去の記憶を自伝的記憶(ABM)という。ABMには自己、方向づけ、社会という3つの機能がある。自己機能はABMが自己の一貫性・連続性を支えることを、方向づけ機能は過去経験を現在の問題解決や将来の意思決定にいかすことを、社会機能はABM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たりすることを指す。

日本では自分の人生の最期を考えるためのツールとしてエンディングノートが知られているが、エンディングノートの記入内容は医療・介護情報に限らず「自分史」自由記述欄も設けられている。そこで本研究では、エンディングノートに記入される自伝的記憶を分析することにより、人生後半における自伝的記憶の機能について検討する。

## 2. 研究の目的

(1)エンディングノートに記入される自伝的記憶の分析により、人生後半における自伝的記憶の機能を明らかにする。

(2)自伝的記憶の機能の中でも、他者との記憶の共有(社会的機能)について検討する。

## 3. 研究の方法

(1)50,60,70代男女450名を対象としたインターネット調査。調査項目:エンディングノートの記入経験と関心,エンディングノートに必要なと思う項目,エンディングノートに書く過去の思い出とその記憶特性,思い出を書かない場合はその理由,TALE尺度(落合・小口,2013)。

(2)50,60,70代男女600名を対象としたインターネット調査。調査項目:TALE尺度,Zimbardo時間的展望尺度(下島・佐藤・越智,2014),エンディングノートに必要な項目,上記過程で想起した自伝的記憶,その記憶特性,人生満足度(角野,1994),現在楽しんでいることと目標,ホーディング尺度(池内,2014)。

(3)40,50代男性600名を対象としたインターネット調査。調査項目:終活内容,その過程で想起した自伝的記憶,その記憶特性,老活内容,その過程で想起した自伝的記憶,その記憶特性,TALE尺度,ジンバルド時間的展望尺度,時間的展望体験尺度(白井,1994),自尊感情尺度(山本・松井・山成,1982),人生満足度,将来楽しみにしていること。

## 4. 研究成果

(1)エンディングノートに思い出が必要だと答えたのは28.4%であった。思い出必要群は不必要群よりもTALE尺度(自己,方向,社会,考える頻度,話す頻度)の得点が有意に高かった。思い出を実際に記入したのは28.7%であり,思い出を書かない理由を内容分析した結果,「必要ない」18.9%,「思い出は自分だけのもの」23.2%,「残された人の迷惑になる」9.2%,「書くことがない」8.9%,「思い出は残された人の中にあればよい」8.0%であった。

本研究の結果から,人生の最期をイメージした時に自伝的記憶を必要とする人は少ないことが示された。しかし本研究はエンディングノートに書く自伝的記憶を調べたにすぎず,想起はしても書かなかった可能性がある。そこで調査2では,エンディングノートにより人生の最期を展望しているときに不随意に想起された自伝的記憶について検討した。

(2)エンディングノートをイメージすることにより自伝的記憶が不随意想起されたのは44.0%,随意想起されたのは41.8%,非想起は14.2%であった。不随意想起・随意想起・非想起におけるTALE尺度とZTPIの得点を比較したところ,TALE尺度の自己,方向,考える頻

度、話す頻度、ZTPI の過去否定、未来は不随意想起群が随意想起群と非想起群より有意に得点が高かった。TALE 尺度の社会は不随意想起群が随意想起群より有意に得点が高かった。記憶特性では、なつかしさ、過去感情、現在感情は随意想起群が不随意想起群より有意に高く、詳細さは不随意想起群が随意想起群より有意に高かった。随意想起された記憶は不随意想起された記憶よりも、なつかしく、過去現在ともに感情が肯定的で、詳細ではなかった。また、想起した記憶を自分のエンディングノートに書こうと思うのは 24.3%、思わないが 49.7%、わからないが 26.0%、この記憶を誰かに知ってほしいと思うのは 37.7%、思わないのは 62.3%、自分の死後に自分を思い出してほしいと思うのは 25.9%、思わないのは 23.1%、どちらでもよいが 51.0%であった。エンディングノートにより自伝的記憶を不随意想起するのは半数に満たず、随意想起できたとしてもその記憶を誰かと共有したいのはやはり半数に満たないことが示された。

エンディングノートは自分の死を意識するものであるため、特に 50 代の男性にとっては関心が低かった。そこで調査 3 では、中年男性に人生後半を展望してもらうために、定年後の終活と老活についてイメージを求めた時に想起される自伝的記憶について検討する。

(3) 終活をイメージすることにより自伝的記憶が不随意想起されたのは 20.9%、随意想起されたのは 47.8%、想起できなかったのは 31.3%であった。老活をイメージすることにより自伝的記憶が不随意想起されたのは 29.3%、随意想起されたのは 47.1%、想起できなかったのは 23.6%であった。また、想起された記憶を誰にも話したことがないのは、終活の不随意想起で 24.1%、随意想起で 40.6%、老活の不随意想起で 40.2%、随意想起で 36.4%であった。

不随意想起・随意想起・非想起における TALE 尺度、ZTPI、時間展望体験尺度、自尊感情尺度、人生満足度尺度の得点を比較したところ、終活では ZTPI の現在運命と時間的展望尺度の充実感、過去受容の除く全てにおいて不随意想起の得点が非想起の得点より有意に高かった。老活では TALE 尺度と ZTPI の未来、過去肯定において不随意想起が随意想起よりも有意に得点が高かった。

以上より、自分の人生の最期をイメージする時、自伝的記憶を不随意に想起する人は少数派であること、また想起した記憶を他者と共有したい人も少数派であることが示された。記憶研究では回想による過去の捉え直しのポジティブな機能が強調されてきたが、本研究は人生後半における自伝的記憶の機能を再検討する必要性を示唆するものとなった。

#### <引用文献>

- 池内裕美 (2014). 人はなぜモノを溜め込むのか：ホーディング傾向尺度の作成とアニミズムとの関連性の検討 社会心理学研究, 30, 86-98.
- 角野善司 (1994). 人生に対する満足尺度 日本教育心理学会総会発表論文集, 36, 192.
- 落合勉・小口孝司 (2013). 日本版 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.
- 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.
- 白井利明 (1994). 時間的展望体験尺度の作成に関する研究 心理学研究, 65, 54-60.
- 山本眞理子・松井豊・山成由紀子 (1982). 認知された自己の諸側面の構造 教育心理学研究, 30, 64-68.

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計1件（うち査読付論文 0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 伊東裕司・佐藤浩一・下島裕美・楢原真也・山本晃輔・白井利明	4. 巻 58
2. 論文標題 自伝的記憶の成長と関係を考える-生涯教育の様々なステージで-	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 教育心理学年報	6. 最初と最後の頁 263-273
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） <a href="https://doi.org/10.5926/arepj.58.263">https://doi.org/10.5926/arepj.58.263</a>	査読の有無 無
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7件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 0件）

1. 発表者名 下島裕美
2. 発表標題 エンディングノートに必要な項目
3. 学会等名 日本心理学会第82回大会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 下島裕美
2. 発表標題 エンディングノートに自伝的記憶は必要か - 思い出の必要性とTALE尺度 -
3. 学会等名 日本教育心理学会第60回大会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 下島裕美
2. 発表標題 エンディングノートにおける自伝的推論
3. 学会等名 日本認知心理学会第16回大会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 下島裕美
2. 発表標題 エンディングノートに必要な項目の性差 - 自分が書く場合と家族が書く場合の比較 -
3. 学会等名 第24回日本臨床死生学会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 下島裕美
2. 発表標題 中高年がエンディングノートに自伝的記憶を書かない理由
3. 学会等名 日本発達心理学会第30回大会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 下島裕美
2. 発表標題 エンディングノートにおける中高年の自伝的記憶の機能
3. 学会等名 日本教育心理学会第60回大会学会準備委員会企画シンポジウム「生涯発達における自伝的記憶の機能」
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 下島裕美
2. 発表標題 「人生後期における自伝的記憶」の機能を再考する
3. 学会等名 日本心理学会第83回大会公募シンポジウム「思い出」を科学するー自伝的記憶研究の現在と未来3 -
4. 発表年 2019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	島田 正亮  (Shimada Masaaki)  (80580563)	杏林大学・医学部・助教    (32610)	