

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 29 年 6 月 5 日現在

機関番号：35309

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2013～2016

課題番号：25780435

研究課題名(和文)懐かしさ感情を用いた回想法の開発のための基礎的研究

研究課題名(英文)Fundamental study for development of reminiscence therapy with nostalgic feelings

研究代表者

瀧川 真也(Takigawa, Shinya)

川崎医療福祉大学・医療福祉学部・講師

研究者番号：10587281

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 1,400,000円

研究成果の概要(和文)：本研究の目的は、懐かしさ感情の特性を明らかにし、懐かしい記憶と精神的健康との関連を検討することであった。本研究の結果から、(1)懐かしさ感情は“ポジティブ感情”“リラックス”“哀愁”の3因子構造であることが示された。(2)懐かしい音楽でもレミニセンス・バンプが確認されたことから、懐かしさ感情の喚起にアイデンティティが関連していることが示唆された。(3)懐かしい記憶を想起することで、精神的健康とポジティブ感情が高まることが明らかとなった。

研究成果の概要(英文)：This study aimed to clarify the characteristics of nostalgia and to examine the relationship between nostalgic memory and mental health. As the result, (1)nostalgia consists of three factor, “positive feelings”, “Relax feelings” and “Pathos”. (2)reminiscence bump can be found in the temporal distribution of nostalgic music. This result suggest that self-defining memories (identity) may has an influence on arousal feeling of nostalgia. (3)recall of nostalgic memory promote mental health and positive feelings.

研究分野：臨床心理学

キーワード：懐かしさ感情 自伝的記憶 回想法

1. 研究開始当初の背景

近年、日本の高齢者医療福祉では、身体的治療だけでなく、心理的援助が重要視されつつある。回想法は高齢者を対象とした対人援助手段の1つであり、回想を誘導する写真や音楽などを用い、高齢期でも比較的保たれている自伝的記憶(自分自身が経験した記憶)を回想することで心理的安定を図るものである。回想法の効果を示す先行研究は多くあるが、一方で、その有用性や効果の範囲については、必ずしも一貫した見解は得られていない。また、回想法の問題として、一定の手続きが確立されていないことが挙げられる(Head et al., 1990)。

過去の体験を思い出した時や昔よく聴いていた音楽を聴きなおした時に、懐かしいという感情が喚起されることがある。Holbrook & Schindler (1992) は、懐かしさを“若かったときに流行していたものに対する好意的な感情”と定義し、過去に親しみのあったものと接することで喚起するとしている。また、懐かしさと認知機能との関連について、懐かしさは記憶の想起を促進させることが明らかにされている(Batcho, 1998; 瀧川・仲, 2011)。さらに、懐かしさはポジティブ感情の喚起や自伝的記憶の肯定的再評価の働きがあることが示唆されている(Batcho, 1998; 小林他, 2002)。そこで本研究では、懐かしさ感情を回想法実施の際の補助ツールとして用いることで、より安定的かつ効果的な回想法が行えると考え、その基礎的研究として、懐かしさ感情および懐かしい記憶の特性と機能を明らかにすることを目的とした。

2. 研究の目的

本研究は、懐かしさ感情を用いた回想法の開発のために基礎的研究を行うこととした。研究は以下の4つの目的に行われた。はじめに、懐かしさ感情は先行研究によりいくつかの定義があるが、その構成概念については十分に検討されていない。そこで(1) 高齢期における懐かしさ感情の構成概念を明らかにする。次に、Kusumi et al. (2011) は、懐かしさの感じやすさや、懐かしさを喚起させるものに対する感受性は加齢により増加すること明らかにしている。懐かしさ感情の構成概念は年齢により異なることが考えられることから、(2) 青年期から老年期までを通しての懐かしさ感情の因子構造と発達的特徴を検討する。さらに、懐かしさの規定要因について、楠見他(2008)は刺激の反復接触と時経過の2つをあげている。しかし、懐かしさ感情は自伝的記憶を反映したか感情であり、懐かしさ感情の喚起においても自伝的記憶が影響していると考えられる。このことから、(3) 懐かしさと密接に関連している自伝的記憶(時間的分布)の観点から、懐かしさ感情を喚起させる要因を検討した。最後に、

先行研究では懐かしい記憶の想起が精神的健康を高めることが示唆されている(Cox et al., 2015)。しかし、これらの実験的に検討した研究は少なく、さらなる検討が必要である。そこで(4) 懐かしい記憶の想起が精神的健康およびポジティブ感情、ネガティブ感情に及ぼす影響を検討した。

3. 研究の方法

(1) 高齢期における懐かしさ感情

65~88歳の男女308名(平均年齢=69.6歳, SD=4.8)を対象に行われた。調査には、瀧川・仲(2009)と同様に、小川他(2000)の一般感情尺度(24項目)と、先行研究および予備調査から得られた懐かしさに関連する感情や状態を表す言葉(26項目)の計50項目を使用した。

調査手続きとして、懐かしさを喚起させることで、より正確な懐かしさの評定が行えると考え、対象者にははじめに対象者自身が経験した懐かしい記憶を想起させ、その出来事の内容と懐かしさの程度を回答させた。次に50項目からなる尺度について、懐かしさ感情が喚起された時に生じるイメージや感覚を7件法(1.まったくあてはまらない~7.非常によくあてはまる)で回答を求めた。

また、質問紙配布により生じる配布対象や地域の偏りを考慮し、市場調査会社にWeb調査を委託し、調査対象者を日本全国からランダムに抽出した。

(2) 懐かしさ感情の発達的特徴

18歳~88歳までの821名(平均年齢=45.3歳, SD=23.8)にWeb調査を行った。使用した質問紙は研究1と同じであった。

また、手続きも研究(1)と同様に、対象者にははじめに自身の懐かしい記憶を想起し、その内容と懐かしさの程度を回答した。次に50項目からなる尺度について、懐かしさ感情が喚起された時に生じるイメージや感覚を7件法で評定した。

(3) 懐かしさ感情の喚起要因

調査は20~69歳までの693名(平均年齢=44.7歳, SD=13.6)を対象に実施された。参加者にははじめに懐かしさを感じる音楽(曲名と歌手・演奏者名)を3曲記述し、その音楽を最も聴いていた時期、音楽を最後に聴いた時期、音楽の聴取頻度、音楽に付随する記憶をそれぞれの音楽ごとに回答した。調査はWebを介して実施された。

(4) 懐かしさ感情と精神的健康との関連

調査は20歳~79歳までの150名を対象に行い、年齢により青年期群75名(平均年齢=25.8歳, SD=2.7)、高齢期群75名(平均年齢=68.7歳, SD=3.4)に群わけした。各群の

参加者は懐かしい記憶を想起する条件と、日常的な記憶を想起する条件にランダムに分けられ、さらに懐かしい記憶を想起する条件では、記憶想起後の懐かしさの程度から懐かしさ強条件と懐かしさ弱条件に分けられた。参加者は角条件の自伝的記憶（懐かしい記憶想起条件：過去の最も懐かしい出来事を想起、日常記憶想起条件：過去1週間で体験した出来事を想起）を想起した後、想起後の懐かしさの程度、ポジティブ感情、ネガティブ感情および人生満足度に関する質問紙に回答した。

4. 研究成果

(1) 高齢期における懐かしさ感情

高齢期の懐かしさ感情の因子構造を検討するために因子分析（最尤法・プロマックス回転）を行った結果、最終的に4因子22項目が抽出された。4因子解による累積寄与率は68.5%であった。第1因子は“ポジティブ感情因子”（11項目、 $\alpha=.946$ ）、第2因子は“リラックス感情因子”（4項目、 $\alpha=.854$ ）と命名した。第3因子は“身体感覚因子”（4項目、 $\alpha=.802$ ）、第4因子は“哀愁感情因子”（3項目、 $\alpha=.805$ ）とそれぞれ命名した。なお、懐かしさ尺度の全体の α 係数は.858であり、内的整合性は確認されたといえる。

本調査で示された懐かしさ感情の4因子について、“ポジティブ感情因子”と“リラックス感情因子”は、GAS（小川他、2000）の“肯定的感情因子”、“安静状態因子”の項目をそれぞれ含むものであった。さらに、“哀愁感情因子”には、さびしいやもの悲しいといった、ネガティブな感情をあらわす項目が含まれていた。このことから、懐かしさはポジティブ感情やネガティブ感情など複数の感情を内包する複合的感情であるといえる。これは鳥田（1997）の見解と一致するものであった。また、“哀愁感情因子”は従来あまり取り上げられることがなかったものであり、過去に対する喪失感などが反映された、懐かしさ感情固有の因子であると推測された。さらに、“身体感覚因子”は高齢期にのみみられる因子であり、出来事の経験から想起までの時間的距離が影響していることが示唆された。

(2) 懐かしさ感情の発達的特徴

懐かしさ感情の因子構造を検討するために最尤法・プロマックス回転による因子分析を行った結果、最終的に3因子30項目が抽出された。3因子解による累積寄与率は56.8%であった。第1因子は「いきいきした」、「充実した」などの肯定的な内容の項目の“ポジティブ感情因子”（13項目、 $\alpha=.918$ ）、第2因子は「ゆったりした」、「のんびりした」など、落ち着いた状態をあらわす“リラックス感情因子”（12項目、 $\alpha=.937$ ）と命名した。第3因子は「さびしい」、「もの悲しい」など哀愁的な内容の項目の“哀愁感情因子”（5項目、

$\alpha=.852$ ）とそれぞれ命名した。なお、懐かしさ尺度の全体の α 係数は.923であり、内的妥当性は確認されたといえる。

次に、懐かしさ感情の発達的特徴を検討するために、まず対象者の中から22歳以下の対象者347名を青年期群（平均年齢=19.1歳、SD=1.1）、65歳以上の対象者308名を高齢期群（平均年齢=69.5歳、SD=4.8）に分類した。年齢（青年期群、高齢期群）と性別を独立変数、各因子得点を従属変数として2要因の分散分析を行った。その結果、リラックス感情因子に交互作用がみられた（ $F(1,651)=4.75, p<.05$ ）。単純主効果の検定を行った結果、男性において若年群は高齢群よりも有意に得点が高いことが示された（ $p<.01$ ）。哀愁感情因子では性別にのみ有意な差が認められ、女性は男性よりも得点が高いことが明らかとなった（ $F(1,651)=4.91, p<.05$ ）。ポジティブ感情因子は年齢、性別、交互作用いずれも有意な差は認められなかった。

本調査の結果から、懐かしさはポジティブ感情とネガティブ感情の両方を内包する感情であることが示唆された。これは瀧川・仲（2009）や鳥田（1997）の見解と一致する。また、研究（1）と同様、“哀愁感情因子”が抽出されたことから、懐かしさ感情固有の因子であると推測される。また、各因子得点による年齢の差は認められなかった。本研究と瀧川・仲（2009）で示された因子構造が一致していることから、懐かしさはどの年代においても一定の構造を有していることが示唆された。

(3) 懐かしさ感情の喚起要因

懐かしさを喚起させる要因を明らかにするために、参加者があげた懐かしい音楽が10代～70代のどの年代で最も聴取していたものかその時間的分布を検討した結果、参加者は10代後半から～20代にかけてよく聴いていた音楽に対して、最も多く懐かしさを感じていることが明らかとなった。また、懐かしさ感じる音楽を聴いていた時期の分布については年代による差は認められなかった。

高齢者のみを対象に分析を行った結果、懐かしい音楽として393曲があげられ、そのうち298曲が異なる曲であった。また、参加者が懐かしい音楽をもっとも聞いていた平均年齢は25.3歳であった。次に、懐かしい音楽の聴取年齢が懐かしさの程度と聴取頻度に及ぼす影響を検討した結果、懐かしい音楽の聴取年齢による懐かしさの程度に差はみられなかった。また、懐かしい音楽の聴取頻度、聴取年齢により差が認められ、10代の聴取頻度は20代、60代よりも高かった（10代<20代（ $p<.001$ ）、60代（ $p<.05$ ））。

懐かしい音楽の時間的分布をみると、懐かしい音楽としてあげられた22.37%は、参加者が16～20歳で聴取したものであった。また、参加者が懐かしい音楽として挙げた16～20歳の曲は、他の時期よりも多かった（ x^2

(11) = 313.64, $p < .001$; 20歳 > 10歳以下, 30歳以上の各年代 ($p < .001$)。このような特徴は、自伝的記憶を想起する際の分布の特徴であるレミニセンス・バンプと合致するものであり、懐かしい音楽においても同様の分布が認められた。一方で、自伝的記憶の分布の特徴の1つである新近性効果は本調査の結果では確認されなかった。

本調査から懐かしさの喚起には、レミニセンス・バンプが影響していることが示唆された。レミニセンス・バンプは10~30歳の出来事で現れるとされており (Janssen et al., 2008), 生起要因としては、記憶の新奇性、生物学的説明、ライフ・スクリプト、アイデンティティなどにより説明されている。

アイデンティティによる説明では、青年期や成人期前期に体験した出来事は、自己定義される機会となったり、転換期となることが多いため、他の時期に体験した出来事よりも多く思い返され、その結果として、この時期にアイデンティティが形成されると考えられている。本研究の結果から、懐かしさ感情の喚起は、刺激の反復接触や時間間隔 (楠見他, 2010) だけでなく、アイデンティティが関連していると考えられる。

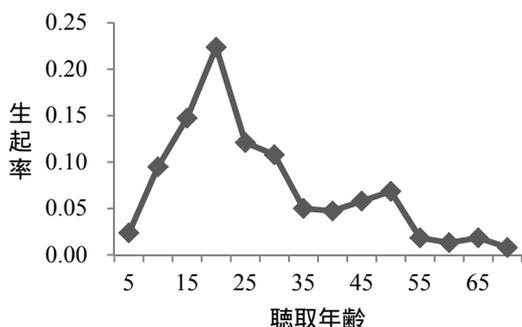


Fig.1 懐かしい音楽の時間的分布

(4) 懐かしさ感情と精神的健康との関連

懐かしさ (日常記憶、懐かしさ弱記憶、懐かしさ強記憶) と年齢 (青年期・高齢期) が人生満足度およびポジティブ感情、ネガティブ感情に及ぼす影響を検討するために、2要因の分散分析を行った。はじめに、人生満足度では、交互作用が有意であった ($F(2,144) = 9.69, p < .001$)。単純主効果の検定を行った結果、青年期群では、懐かしさ強記憶条件は他の2条件よりも人生満足度が高かった (日常記憶条件: $p < .05$, 懐かしさ弱記憶条件: $p < .001$)。また、日常記憶条件は懐かしさ弱記憶条件よりも人生満足度が高かった ($p < .01$)。次に、高齢期群では、懐かしさ強記憶条件は、他の2条件よりも人生満足度が高かった (日常記憶条件: $p < .001$, 懐かしさ弱記憶条件: $p < .01$)。また、懐かしさ弱記憶条件は日常記憶条件よりも人生満足度が高かった ($p < .01$)。

さらに懐かしさ弱記憶条件と懐かしさ強記憶条件で、高齢期群は青年期群よりも人生

満足度が高かった (懐かしさ弱記憶条件: $p < .001$, 懐かしさ強記憶条件: $p < .01$)。

ポジティブ感情では、懐かしさの主効果が認められ ($F(2,144) = 10.24, p < .001$)、懐かしさ強記憶条件は他の2条件よりもポジティブ感情が高かった (日常記憶条件: $p < .001$, 懐かしさ弱記憶条件: $p < .01$)。同時に年代の主効果も認められ、高齢期群は青年期群よりもポジティブ感情が高かった ($F(1,144) = 6.72, p < .05$)。ネガティブ感情では年齢の主効果のみ認められ ($F(1,144) = 15.54, p < .001$)、青年期群は高齢期群よりもネガティブ感情が高かった。

以上のことから、懐かしさは精神的健康やポジティブ感情の促進に影響しており、その効果は高齢期でより強くなることが示唆された。これらの結果は、回想法の実施時に、懐かしさ感情を利用することで回想法の効果を高めることが期待できるものであった。

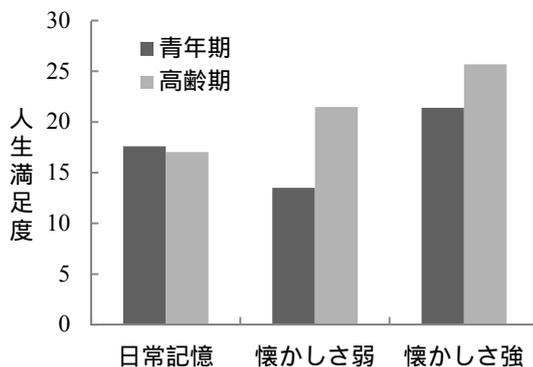


Fig.2 想起条件と年齢群における人生満足度

5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携協力者には下線)

[学会発表](計5件)

発表者(代表)名、発表標題、学会等名、発表年月日、会場名(都道府県名・市町村名)

Takigawa Shinya, Effect of reminiscence bump on arousal a feeling of nostalgia, ICP2016, 2016年7月26日, パシフィコ横浜(神奈川県・横浜)

鍋田智広, 山本晃輔, 上宮愛, 瀧川真也, 坊隆史, 渡邊ひとみ, 上原泉, 記憶と学びの生涯発達から見る発達研究(3) — 児童・成人・高齢者の記憶 —, 日本発達心理学会第27回大会, 2016年5月1日, 北海道大学(北海道・札幌)

瀧川真也, 仲真紀子, 回想機能の発達の变化, 日本心理学会第79回大会, 2015年9月23日, 名古屋国際会議場(愛知・名古屋)

瀧川真也, 高齢期における懐かしさ感情の構造, 日本発達心理学会第26回大会, 2015年3月20日, 東京大学(東京・文京区)

瀧川真也, 仲真紀子, 懐かしさ感情の構造

と発達的特徴の検討—青年期と高齢期との比較—, 日本心理学会第 78 回大会, 2014 年 9 月 11 日, 同志社大学 (京都・京都)

6 . 研究組織

(1) 研究代表者

瀧川 真也 (TAKIGAWA Shinya)

川崎医療福祉大学・医療福祉学部・講師

研究者番号: 10587281