

[学術資料]

自我体験経験の継続と構造拘束感・状況依存的
記憶の関連

The contribution of structure-bound and situationally accessible memories to the
continuation of ego-experiences

天谷 祐子

Yuko AMAYA

Studies in Humanities and Cultures

No. 33

名古屋市立大学大学院人間文化研究科『人間文化研究』抜刷 33号

2020年1月

GRADUATE SCHOOL OF HUMANITIES AND SOCIAL SCIENCES

NAGOYA CITY UNIVERSITY

NAGOYA JAPAN

JANUARY 2020

[学術資料]

自我体験経験の継続と構造拘束感・状況依存的記憶の関連

The contribution of structure-bound and situationally accessible memories to the continuation of ego-experiences

天谷 祐子
Yuko Amaya

要旨 本研究は、小学校高学年から中学にかけて、約半数の人に見られる「私はなぜ私なのか」という問い—自我体験—について、経験された後も継続して考え続ける人とそうでない人の中で、構造拘束的体験様式を持つ傾向が強いかどうか、また状況依存的記憶が活性化されやすい状態にあるかどうかの違いがあることを検証するため、大学生を対象として質問紙調査を行った。その結果、自我体験未経験群や自我体験経験終了群よりも、自我体験経験継続群が構造拘束感について有意に高い結果となった。また自我体験経験者のみにおいて、自我体験経験継続群と経験終了群の間で、状況依存的記憶得点について、自我体験経験継続群の方が有意に高い結果となった。これにより、自我体験の経験が継続と構造拘束的様式の活性化に関連があることが示され、その場合不適応的な症状につながる可能性が示唆された。さらに自我体験の経験に関わる記憶表象は、自我体験継続群に関してはトラウマ性の記憶に近いメカニズムで説明できる可能性が示された。今後は自我体験の経験の継続とそれに関わる変数の間の因果関係を明らかにしていく必要がある。

キーワード：自我体験、構造拘束感、状況依存的記憶、大学生

1. 問題と目的

小学校高学年から中学にかけて、約半数の人に見られる「私はなぜ私なのか」という問い—自我体験—は、経験された後も継続して考え続ける人とそうでない人が存在する(天谷, 2002)。自我体験経験者のうち、この2種の人の間にはどのような違いが見られるのだろうか。本研究では、認知的要因(構造拘束感と状況依存的記憶の程度)と、求める生き方のバリエーションの違い・学校適応感の違いに焦点を当てて明らかにする。

自我体験は、小学校高学年から中学にかけて、約半数の人に経験される(天谷, 2002)。多くは「なぜ私なのか」といった、それまで自明のこととされた自分自身に対して疑いを持ったり、その自明性が崩れるような経験をする。自我体験で経験された問いに対し、普遍的な答えは存在しないこともあり、問いが主観的に納得のいく形で終わることはあまり見られない。

自我体験は、このような特徴を持っていることもあり、その経験回数もバラエティに富むことになる。具体的には、自我体験は1回きり経験されるのみの人もいれば、その後も何度も経験される人もいる。天谷(2002)による、中学生を対象としたインタビューから、自我体験経験者38名51体験のうち、体験回数が1回のみは3名3体験、ある一定期間何回か見られたものが28名33体験、中学生段階で現在でも見られるものが9名9体験、不明が6名6体験であった。中学生現在の段階で、現在見られない場合の理由として、考えることを自らやめた、忙しくなったからもう考えないという報告が得られている。

本研究では、自我体験の経験者の中でも、最初の経験後、自我体験での問いの内容を考え続ける人に注目し、そうでない人(自我体験経験後自我体験で取り組んだ問いについて考えなくなる人)との間で特徴の比較を行う。自我体験を経験し経験し続ける人の中には、さらに2種類の対照的なパターンがみられる。第1のパターンは、自身の自我体験の経験を自身の人生や世界観の理解やその後の針路に有用な形で生かしていくというものである。このパターンについては、高石(1988)が臨床心理学的観点から、自我体験がその後の人生観や価値観に影響を及ぼす可能性を指摘している。また実証研究に基づく観点からは、中学生から大学生の自我体験経験者を対象とした自我体験の意味について質的分析を行った天谷(2010)が、ポジティブな内容が中学生79.5%、高校生71.1%、大学生75.3%、ネガティブな内容が中学生11.6%、高校生11.0%、大学生9.4%という結果を見出しており、相対的にポジティブな報告が得られている。これは「意味があった」と回答した人による記述であることから、ネガティブな内容は報告されにくい点にバイアスががかかっているが、経験者の43%の人からの報告であることにより、その後にポジティブな形で自我体験が寄与している可能性が考えられる。

そして自我体験の経験後経験し続ける人の第2のパターンは、自我体験でみられる問いにこだわりつけて、不適応的な症状に陥るものである。こちらのパターンについては、松波(2016)が、自我体験を経ることは、自分に会い、自我の確立の契機となる一方で、孤独感・隔絶感を伴い、さらには離人感に通じる可能性もあることを指摘している。また、清水(2009)も、自我体験経験者が自身の自我体験の位置づけに対する類型化を試み、自我体験が「今ここの私」を根底から崩すものにも、支えるものにもなりえることを指摘している。さらに田畑(1985)では小学2年で自我体験を経験した不登校の事例を示している。本研究においては、特に自我体験の経験後経験し続ける人の中で、第2のパターンに関わる特徴に注目する。

松波(2016)は、大学生を対象に、自我体験を経た後の「動き」に注目し、事例検討を行っている。ここでの「動き」とは、「体験当時から現在に至るまでの過程における、体験をめぐる意識的・無意識的な取り組み」と定義されている。松波(2016)では、自我体験後尺度の因子分析に基づいたクラスター分析により、体験からの脅威を感じている「脅威群」、体験に意味づけをしている「意味群」、体験からの距離を感じている「隔絶群」、体験へのコミットが全体に低い「コミット低群」の4群を見出し、インタビュー調査を行っている。その結果からは、「意味群」の事例では、自我体験が何度も経験されており、大学生現在では(経験当時とは異なり)自我体験との間に適度に距離

ができていないと報告されている。一方で、「脅威群」の事例では、どうしていいかわからないという感覚を伴い、怖い、暗いという報告がなされ、体験から脅威を抱き続けたことが報告されている。

松波(2016)の事例では、自我体験の経験と、その人自身の間の「距離感」が体験後に不適応的の症状に移行するのか、またはその後の自身の人生に有用に活かしていくかを分けるポイントとなっているように思われる。自我体験を複数回経験されるたびに、または経験されている途中で、自我体験との間に距離感を持ったらえ方ができるか、または経験に(普遍的な回答ではないにしろ)自分なりの別の意味を見出すかすると、自身の自我体験の経験を脅威に感じず、乗り越えることが可能となるように思われる。自身の経験との間に距離感を持つことができるか否かを測定する概念として、本研究では、「構造拘束感」を取り上げる。

「構造拘束感」とは、我々が日常的体験を「どのように」経験するかという様式の中で、ネガティブな体験内容が反復し、暗黙の機能が停止している様式を言う(高沢・伊藤,2009)。この構造拘束感の概念は、哲学や統合失調症患者の観察から、ある出来事の体験が精神的健康に影響を及ぼす場合、出来事自体の内容よりも、それをどのように体験するかが問題であるとする Gendlin(1961)による体験過程理論において研究がなされてきた(高沢, 2015)。「どのように体験するか」は「体験様式」と表現され、さらに「構造拘束的」な体験様式と「過程進行中」の体験様式に分けられる(高沢, 2015)。前者は、「ネガティブな体験内容が反復し暗黙の機能が停止している様式」(高沢・伊藤,2009)と定義され、ネガティブな思考や感情状態が繰り返される「反復性」と、その反復に対して対処不能になっている状態を示す「傍観性」の概念から構成されている。高沢(2015)はネガティブな内容の思考が、変化の可能性も乏しいままに繰り返されるのが構造拘束的な体験様式であると指摘している。

自我体験経験者で、経験後もそのまま同じように(本人の意志に反してこだわるかのよう)に経験が繰り返されてしまう場合、構造拘束的な体験様式に陥っていることが推測され、それがさらにネガティブな情動状態を引き起こし、精神病理に親和的になる一因となる可能性が考えられる。

また、小田部(2011)は、傷つき体験による記憶表象を定義するにあたり、Brewin et al(1996)による PTSD の二重表象理論を参考にしている。トラウマは「状況依存的記憶」と「言語的記憶」の二つのタイプの表象から構成されるとしている。前者の「状況依存的記憶」とは、その出来事の中で体験した生理的、感覚的、筋肉運動的経験に関する詳細な情報を豊富に含んでおり、状況の手がかり刺激によってのみアクセスが可能な記憶表象である(小田部, 2011)。そして、状況の手がかり刺激によって、無意識的・自動的にアクセスされ、フラッシュバック(再体験)を引き起こすという。後者の「言語的記憶」は意図的なアクセスや情報の収集が可能な記憶で、ネガティブにゆがめられた意味づけや解釈や信念を含んでいる。言語的記憶を想起するとネガティブな評価・感情を引き起こし、PTSD の症状を持続させるように機能するという。小田部(2011)では、状況依存的記憶について、視覚、聴覚、身体感覚、侵入感覚の鮮明さに焦点を当て、感覚的な侵入体験について測定するような項目としている。

小田部(2011)では、この二重表象理論を、一回性または一定期間反復的に起こった体験で、他の人に何かされたり、言われたり、何らかの扱いを受けて「心が傷ついた」と感じるものを一つ取り上げて検討している。小田部(2011)が取り扱っている体験は、同じように尋ねた小田部他(2009)では、体験からの平均経過期間は5.6年(SD=3.90)であり、PTSDのようなった意見から1か月以内のものはかなり少ないことが判明している。

本研究にて焦点を当てている自我体験についても、体験回数は1回性または一定期間反復的に起こっている経験であり、感覚に訴える経験でもある。千秋(2018)は、自我体験に関する研究を概観し、自我体験の事例では、体験時の状況や当時の身体感覚が詳細に想起される場合が多く、その時の自分の目や耳、身体で捉えた感覚と分ちがたく結びついていると指摘している。また、高石(2013)では、自我体験を「瞬時に焼き付けられたイメージ体験」である場合があると述べ、トラウマ性の記憶に近いメカニズムで刻まれるものと言ってよいかもしれないと指摘している。これらの指摘より、自我体験は、周囲の人から何かされたり、何らかの扱いを受けて「心が傷ついた」経験ではなくとも、体験回数の特徴や身体感覚が伴う場合がある点、瞬時に経験される印象的なイメージ体験である点など、トラウマ性の記憶に近いメカニズムを持って経験される可能性がある。そのような可能性から、自我体験の経験者の中で一定期間複数回経験される人は、二重表象理論における「状況依存的記憶」に関わる記憶表象が活性化されやすいと考えられる。

さらに、過去に自我体験を経験し、継続している人と終了者の間では、求める生き方や学校における適応感、特に不適応にまで至らないレベルでは違いが見られることが想定される。求める生き方については、自己報酬追求型生き方に注目する。自己報酬追求型生き方とは、宗像ら(2006)は、「本当の自分に気づき、自分を愉しみ、他者と愉しむ満足感という自己報酬を追求する生き方」と定義され、具体的には本当の自分に気づき、自分の楽しいことをすること、人生の個々の出来事の意味に気づき、受容し、学ぶ、人や自然と愉しんで生きる、感情表現をする、人生に学習と創造性を見出すことが挙げられている。自我体験経験者の中で、継続して自我体験を経験する人が自身の自我体験の意味を見出している場合は、自身の人生の目標に向けて生活しようという志向が高くなると考えられる。一方で、継続して自我体験を経験する人が、自身の自我体験の経験にとらわれたままにいるという場合は、自身の人生を送ろうという心境にならず、自己報酬追求型生き方に至りにくいと考えられる。自己報酬追求型生き方得点が高いと、ローゼンバーグの自尊感情尺度と正の相関が得られている(石田ら, 2008)。

学校における適応感については、本研究では古市・玉木(1994)における学校生活の楽しさを測定する指標を使用する。自我体験の経験終了者と継続している人の間で、日常における適応的/不適応的症状にまで影響を及ぼすか否かを明らかにする。

2. 方法

(1)調査協力者：大学生284名(男性113名、女性169名、不明2名、平均年齢19.44歳、SD=2.96)であった。

(2)質問紙の構成：(a)自我体験の経験の有無や経験のされ方を問う項目：自我体験の内容を示した質問項目 15 項目(5 件法,天谷,2005,項目例：「自分はなぜ自分なのだろう?」)を提示し、それと同じような問いについて考えたことがあるか否かを尋ね、その後その内容について自由記述を求めた。さらに、現在も考える程度 1 項目、体験時の深刻さをたずねる 3 項目(例：その頃、A(体験内容)について深刻に考えた)と、体験時の状況依存的記憶の程度 4 項目(小田部,2011)、体験後の主観的な自己成長感を尋ねる 4 項目、自分なりの答えが出た程度 1 項目に 5 件法にて回答を求めた。

(b)構造拘束感尺度(高沢・伊藤,2009)：「ネガティブな体験内容が反復し暗黙の機能が停止している様式」(高沢・伊藤,2009)を測定する尺度である。その中で「反復性」因子(項目例：「自分の悩みによってがんじがらめになりやすい」)8 項目を使用した。

(c)学校享受感尺度(古市・玉木,1994)：学校適応感を「学校生活を楽しく過ごせているか」という視点からとらえようとする尺度で、「学校は楽しくて、一日があつという間に過ぎてしまう」等の 10 項目からなる。

(d)自己報酬追求型生き方尺度(石田・神保・中山・石建・岡本・植松・野間・樋口・小森,2008)：「本当の自分に気づき、人と愉しく、自分を満足させる生き方」(石田ら,2008)を追求しようとする生き方を測定する尺度である。「積極的自己報酬」因子と「多様性受容」因子の 2 因子 14 項目から構成される。

(3)手続き：大学の講義の一部を利用して・または講義終了時に、調査の依頼を行い、集団実施を行った。

3.結果

(1)自我体験の経験率

自我体験に関する質問項目の評定と自由記述内容により全調査協力者を「経験群」(自我体験の経験の有無を尋ねる質問項目のうち少なくとも 1 項目以上に高い評定が見られ、かつ自由記述内容が自我体験に相当するとされた者)、「未経験群」(自我体験の経験の有無を尋ねる質問項目の全評定が 5 段階中 3 以下、かつ自由記述が見られない群)、「未確定群」(自由記述が見られた者のうち、その内容が「経験群」とみなされなかった者等)の 3 群に分類した。

その結果、「経験群」は 63 名、「未経験群」は 69 名、「未確定群」やその他の者が 152 名となった。全調査対象者における自我体験の「経験群」の割合(「経験率」)は 22.2%となった。先行研究(例えば天谷, 2009)の研究 1 の経験率は 29.4%、研究 2 の経験率は 34.7%であった。それと比較するとやや低い結果となった。以後の分析は、「経験群」と「未経験群」の 2 群のみを使用して行うこととした。

「経験群」とされた記述例として、「自分はいつか死ぬのに、いつからが自分でいつまでが自分なんだろうと思う (18 歳女性)」、「なぜ私はこの時代の今の瞬間を生きているのだろうか。決まっていたことなのだろうか (19 歳女性)」といったものが挙げられた。

(2)自我体験を現在も継続して経験しているか否かと未経験群者の間の差

自我体験について、「今も時々考える」か否かについて尋ねる項目(5件法)の「4」(ややあてはまる)・「5」(あてはまる)を選択した人を「経験継続群」、「2」(あまりあてはまらない)・「1」(あてはまらない)を選択した人を「経験終了群」とした(「3」(どちらともいえない)を選択した人10名は、分析から除外した。)。この2群に自我体験「未経験群」を加えた3群間で、構造拘束感・学校享受感・自己報酬追求型生き方尺度得点に違いが見られるか否かを一要因分散分析により検討した。その結果(Table1)、構造拘束感尺度において主効果が見られた($F(2,131)=10.78, p<.001$)。Tukey法による多重比較を行ったところ、「未経験群」・「経験終了群」よりも「経験継続群」の方が有意に得点が高い結果となった($p<.05$)。学校享受感尺度・自己報酬追求型生き方尺度得点については有意な差は見られなかった。

Table1.経験群と未経験群の間の各下位尺度得点に関する分散分析結果

	経験群		3:未経験群		F値
	1:経験継続群 N=39	2:経験終了群 N=14	N=68		
構造拘束感 反復性	41.18 (9.56)	33.64 (12.82)	34.09 (9.78)		6.67 ** 1>2, 1>3
学校享受感	25.33 (7.99)	27.79 (8.22)	25.60 (6.62)		0.63
自己報酬追 積極的自己報酬	22.54 (4.44)	24.43 (5.54)	22.54 (4.44)		2.29
求型生き方 多様性受容	11.00 (1.89)	11.43 (2.03)	10.66 (2.41)		0.81

注:各群の左側は平均値、カッコ内はSD、**: $p<.01$

(3)自我体験を現在も継続して経験しているか否かによる自我体験の経験のされ方の違い

「経験群」のみについて、「経験継続群」と「体験終了群」の間で自我体験経験時の状況依存的記憶の程度に関する尺度得点・自我体験に関する「自分なりの答えが出た」程度の得点・体験当時の「深刻さ」得点(3項目合計得点)・「自己成長感」得点(4項目合計得点)に違いが見られるかについて、t検定を行い検討した。その結果、状況依存記憶得点・深刻さ得点・自己成長得点について、「体験継続群」の方が「体験終了群」よりも有意に得点が高かった(Table2)。

Table2 自我体験継続/終了群間の自我体験の経験のされ方の違い(t検定結果)

	α	経験継続群		経験終了群		t値
		N=39		N=14		
状況依存的記憶	.96	11.97	(5.50)	5.79	(2.15)	5.83 ***
深刻さ	.75	9.21	(3.57)	6.86	(3.18)	2.17 *
主観的自己成長感	.89	13.54	(4.65)	9.50	(4.43)	2.82 **
「自分なりの答えが出た」	-	2.21	(1.32)	2.07	(1.39)	0.32

注:各群の左側は平均値、カッコ内はSD、***: $p<.001$,**: $p<.01$,*: $p<.05$

4.考察

(1)自我体験の経験の継続と構造拘束感

本研究では、大学生を対象に、自我体験経験者の中でも経験継続群と経験終了群と、未経験群の間で、構造拘束感について相違があるか否かについて検討を行った。その結果、経験継続群のみが構造拘束感の反復性が高い結果となった。自我体験の経験継続群は、反復性の出来事を経験する場合、体験内容との間に距離を取ることが難しく、がんじがらめにとられる状態に陥りやすいことが示された。高沢・伊藤(2009)は、構造拘束感について、精神病あるいは幻覚様体験との間の連関関係を仮定していることから、この様式を有していると、その後不適応的症狀に陥りやすくなると考えられる。自我体験の経験と不適応的症狀のつながりに関する説明の一端を担う視点になると思われる。

またこの結果からは、自我体験経験者が、自我体験を経験する前から持ち合わせているからか、または自我体験経験後に、自我体験の経験内容の特殊性から結果的にそのような特徴を有するようになったのかのどちらであるのかを明らかにすることはできない。今後の課題になると思われる。

(2)自我体験の経験の継続と状況依存的記憶

本研究の結果、自我体験経験群のみにおいて、自我体験の経験継続群が経験終了群に比べ、状況依存的記憶が活性化されやすいことが示された。自我体験の経験は、高石(2013)の指摘のように、「瞬時に焼き付けられたイメージ体験」である場合が多く、トラウマ性の記憶に近いメカニズムで説明可能であると言える。また本研究のこの結果は、状況依存的記憶の活性化が、トラウマ性のネガティブな経験でないタイプの経験であったとしても適用されうることを示すこともできた。

(3)自我体験の経験の継続の有無と自己報酬追求型生き方・学校享受感

本研究の結果、自我体験の経験の継続の有無と、自己報酬追求型生き方・学校享受感の間に意味のある関連は得られなかった。一般大学生を対象とした場合、自我体験の経験の継続の有無は、日常生活の適応状態にまで影響を及ぼしているわけではないことが示された。松波(2016)の自我体験経験者のその後の捉え方の類型における「脅威群」は、自身の自我体験の経験から脅威を抱き続けているというものであった。しかし、そのような脅威は、その人の日常生活の適応状態にまで影響を及ぼすレベルには至らない可能性がある。また、自己報酬追求型生き方との関連からは、自我体験経験群のうちの継続群は、自身の自我体験の経験の意味を、その人自身の生き方の追求にまで昇華させている人は相対的に少なく、むしろ自身の自我体験の経験に(不適応的症狀には至らずとも)とらわれたままでいる可能性が示された。

今後の課題として、自我体験経験前後の構造拘束の様式のありようについて明らかにし、両者のどちらが因果関係の原因であるのかについて示していく必要がある。

【参考文献】

天谷祐子 (2002). 「私」への「なぜ」という問いについて：面接法による自我体験の報告から 発達心理学研

- 究, 13, 221-231.
- 天谷祐子 (2005). 自己意識と自我体験—「私」への「なぜ」という問い—の関連 パーソナリティ研究, 13, 197-207.
- 天谷祐子 (2009). 自我体験とパーソナリティ特性・孤独感との関連—「私はなぜ私なのか」と問う取り組み方による違い パーソナリティ研究, 18, 46-56.
- 天谷祐子 (2010). 自我体験を経たことによる意味の内容に関する質的分析 東海学園大学研究紀要シリーズ B 人文学・健康科学研究編, 15, 3-13.
- Brewin, C.R., Dalgleish, T., & Joseph, S. (1996). A dual representation theory of posttraumatic stress disorder. *Psychological Review*, 103, 670-686.
- 千秋良世 (2018). 自我体験研究の概観と展望 臨床心理学部研究報告(京都文教大学), 10, 51-60.
- 古市裕一・玉木弘之 (1994). 学校生活の楽しさとその規定要因 岡山大学教育学部研究集録, 96, 105-113
- Gendlin, E.T. (1961). A variable in the process of therapeutic change. *American Journal of Psychotherapy*, 15, 233-245.
- 石田あけみ・神保詩織・中山智美・石建佳子・岡本まり・植松節子・野間基子・樋口倫子・小森まり子 (2008). 自己報酬追求型生き方とメンタルヘルスに関する研究 ヘルスカウンセリング学会年報, 14, 93-100.
- 松波美里 (2016). 自我体験後の心理的過程に関する一考察 京都大学大学院教育学研究科紀要, 62, 309-321.
- 宗像恒次・小森まり子・鈴木浄美・橋本佐由理・鈴木克則 (2007). S A T法を学ぶ 金子書房
- 小田部貴子・加藤和生・丸野俊一 (2009). 「傷つき体験」の内実とその心理的影響の解明 青年心理学研究, 21, 17-29.
- 小田部貴子 (2011). 「傷つき体験」による心理的影響プロセスの解明—「状況依存的記憶」と「言語的記憶」を媒介したプロセスモデルの検討 パーソナリティ研究, 20, 127-137.
- 清水亜紀子 (2009). 「自己の二重性の意識化」としての自我体験—体験者の語りを手がかりに パーソナリティ研究, 17, 231-249.
- 田畑洋子 (1985). “お前は誰だ!” の答えを求めて: ある登校拒否女子高生の自我体験 心理臨床学研究, 2, 8-19.
- 高石恭子 (1988). 青年期の自我発達と自我体験について 京都大学教育学部紀要, 34, 210-220.
- 高石恭子 (2013). 青年期初期からみた子ども時代の記憶—自我体験の想起と語りの意義—(Pp.185-190) 森茂起(編) 自伝的記憶と心理療法 平凡社
- 高沢佳司 (2015). 構造拘束的な体験様式と心理的距離に関する研究の現状と展望 法政大学大学院紀要, 74, 135-148.
- 高沢佳司・伊藤義美 (2009). 構造拘束感尺度の作成および妥当性・信頼性の検討 心理臨床学研究, 27, 603-611.

注.本研究は2013年日本発達心理学会第24会大会にて発表された原稿を加筆修正したものである。