自伝的記憶の転換的語り直しによる感情価の変化

○川辺ひかる¹・安藤孟梓¹ (非会員)・齊藤恵一²・坂野雄二²

(¹北海道医療大学大学院臨床心理研究科・²北海道医療大学心理学部)

キーワード: 自伝的記憶, 転換的語り直し, 大学生

Biased retelling of autobiographical memory: Change emotional value that autobiographical memory included

Hikaru KAWABE¹, Takeshi ANDO¹, Keiichi SAITO and Yuji SAKANO²

(¹Graduate School of clinical psychology, Health Sciences University of Hokkaido., ²Health Sciences University of Hokkaido)

Key Words: Autobiographical memory, Biased retelling, college students

目 的

転換的語り直しとは記憶されたあるエピソードについて意図的に形を変えて話をする方法であり, 転換的語り直しを行うことでエピソードの再生内容が変化することが報告されている (Dudukovic et al., 2004)。池田・仁平 (2009) では, 大学生を対象として受験生活のエピソードをできるだけ楽しかった思い出として転換的に語り直した結果, エピソードの再生内容にポジティブな感情表現が増加したことを示した。ネガティブ・エピソードを転換的に語り直すことで, エピソードに対する感情価がポジティブに変化する可能性が示唆されたが, 池田ら (2009) で用いられた受験生活というテーマは, 参加者にとってネガティブなライフイベントと捉えられていない問題が挙げられている。ネガティブな自伝的記憶の転換的語り直しは臨床場面でも用いられているが, ネガティブな自伝的記憶の転換的語り直しが自伝的記憶の感情価にどのように影響を与えているか検討された知見は少ない。

本研究では池田ら (2009) の実験方法を基に, 個人的なネガティブ・エピソードをポジティブ方向に転換的語り直しすることによって, そのエピソードに対する感情価がポジティブに変化するかを検討する。

方 法

実験参加者 大学生 8 名 (平均年齢 21.15 歳, SD=1.83) であった。そのうち 4 名が単純語り直し条件に, 4 名が転換的語り直し条件に振分けられた。

手続 対人・達成領域別ライフイベント尺度 (高比良, 1998) から抽出した 20 項目のネガティブなライフイベントについて参加者が経験したことがあり, 且つ Visual Analogue Scale にてネガティブな印象が 70%以上と評定されたライフイベントを語りのテーマとした。参加者は語りのテーマについてそれぞれ語り直しを行った。実験は 3 日間以上のインターバルをはさみ, 4 セッション行われた。(1)セッション 1 では, 両条件とも参加者は語りのテーマに基づく体験をありのまま実験者に語った。(2)セッション 2, 3 では, 単純語り直し条件の参加者はセッション 1 と同様に語りのテーマについてありのまま実験者に語った。転換的語り直し条件の参加者は語りのテーマに基づく体験についてまるでいい思い出であったかのように語り直した。参加者は体験が有意義であった, 楽しかった等という観点から語るよう求められた。(3)セッション 4 では, 両条件ともセッション 1 と同様に, 参加者はありのままの体験を語るよう教示された。

感情表現出現頻度 参加者の語りから抽出された形容詞は心理学を専攻する 5 名によって, ポジティブ・ネガティブ・その他に評定された。評定が一致したポジティブな形容詞 12 個, ネガティブな形容詞 16 個を感情表現とし, 語りの全字数でポジティブな形容詞の字数・ネガティブな形容詞の字数を割ることで感情表現の出現頻度を算出した (Figure 1, 2)。

結 果 と 考 察

転換的語り直しの手続きが正しく行われたか確認するために, セッション 1 と 2, およびセッション 1 と 3 の間にて, 条件 (転換的語り直し・単純語り直し) × 感情表現 (ポジティブ表現・ネガティブ表現) の組合せごとに Wilcoxon の順位と検定を行った。全ての組合せに有意差は見られなかったが, 転換的語り直し条件におけるポジティブ表現の出現頻度についてのみ 10%水準で有意な差のある傾向が見られ ($p = .125$), セッション 1 に比べてセッション 2・3 の方がポジティブ表現の出現頻度が高かった。このことから, 本実験において転換的語り直しの操作は正しく行われたと判断された。

次に, 転換的語り直しを行うことで語りに含まれる感情表現がポジティブに変化したかを検討した。セッション 4 からセッション 1 の感情表現出現頻度を引いた値について, 各条件にて Mann-Whitney 検定を行った。その結果, ポジティブ表現の出現頻度はセッション間で有意差はなかった。ネガティブ表現については 10%水準で有意傾向が認められ ($p = 0.08$), セッション 4 の方がセッション 1 に比べネガティブな感情表現の出現頻度が高かったため, 転換的語り直しを行うことでポジティブな感情表現が増加するという仮説は支持されなかった。本研究では各参加者固有のネガティブ・エピソードを選定し語りのテーマとしていたため, 池田ら (2009) と比べてよりネガティブなエピソードの語りを参加者に求めていたと考えられる。転換的語り直しを用いた先行研究では, 実験室で提示した物語 (Dudukovic et al., 2004) を題材とした知見が多く, 参加者にとって中核的な自伝的記憶を題材とした知見は乏しい。本研究では先行研究にならって 2 回の転換的語り直しを行ったが, 自伝的記憶に含まれる個人的なエピソードの感情価を変容させるには回数が不十分な可能性がある。

Figure 1. 転換的語り直し条件におけるセッションごとの感情表現出現頻度

Figure 2. 単純語り直し条件におけるセッションごとの感情表現出現頻度