研究者とライフレビュー

名城大学総合研究所長・名城大学薬学部教授 森 裕二
Yuji Mori

私たち研究者は、取り巻く環境や状況が変わろうとする時、自分の将来について強く意識することがある。将来の自分をどうするのかは、今の自分がどうであるかを知ることであり、これまで自分が何をしてきたかという研究の振り返りにつながる。人生を振り返る営みは、心理学ではライフレビュー(Life Review)と呼ばれる。ライフレビューは米国精神科医 Butler(1963)によって提唱された概念で、人生を振り返るのは高齢者なら自然で普遍的な過程であり、老年期に共通する内的経験あるいは心理的過程であるという。そして、年齢のみならず個人および環境の要因もライフレビューを促進するとされている。「過去を振り返る」という行為であることから回想法とも言われるが、ライフレビューには単なる回想に留まらず、評価や洞察などの心の営みが付け加えられている。ライフレビューは、これまで慣れ親しんできた環境を離れたたり、親しい人と別れたり、あるいは定年退職と言った、人生の転換期が刺激となって生じる場合が多い。

一方、ライフレビューではその「回想」を聴く相手がいることから始まる。そこには「語り手」と「聴き手」の関係があって初めて成り立っている。年長、年配の先生や研究者によって語られる経験談や自慢話、失敗談など様々な回想は、いわば語り手が選別した過去の自分史でもある。聴き手にとっては語り手の研究史である。研究者が自分自身が営んできた研究生活を回想し語ることは、楽しみや喜びを提供し共有できる嬉しさだけでなく、これまで行ってきた研究の意義や位置づけを再認識し、時には未解決のまま過去に残してきた課題と向き合うことになり、自分自身を客観的に評価している作業を行っているのである。語り手にとっては、過去から現在、そして未来へと時をつないで自分の人生をまとめ、紡いでゆくことで自分自身に対する満足感や継続性が得られ、明日への力となる。

語られる回想は、ありのままとは限らないこともある。思い出が再形成された結果が語られる場合もある。過去の記憶は時間の経過とともに変容し、研究者の感情

や価値観によって解釈が加えられることもある。聴き手はそれを懐疑的にとらえるのではなく、むしろその再形成に至ったプロセスを尊重することが大切である。そこには、話し手の過去の経験や出来事とそれに伴う感情の回想があり、その後それらがどのように変化し、あるいは変化させたかという、語る人の思いや研究観が込められているからである。それゆえ、聴き手にも研究や人生に深い関心を寄せることができる資質が求められる。自分自身の研究や生き方にがんじがらめになっていると、語り手の思いを読み解くことはむずかしい。動いてよい、変わってよいと思えること、変化を受け入れ、その先に何があるかを見てみようというチャレンジ精神も必要である。

回想法では、自分の記憶や回想に限りがあっても、良い聴き手になることによってまだ見ぬ世界や記憶の広がりを体験することができる。観点をかえれば、柔らかい心、柔軟性を持つということであり、どれだけ肩の力を抜き、肘を張らずにいられるかが試される。語り手が大先生や大研究者であるとき、聴き手は自分の力量、器など、どうしても至らないと感じることは数限りなくある。この至らなさを振り返ることも実は聴き手の大切な資質の一つである。自分の資質のなさ思い至るとき、自分を見つめ直す良い機会となり、そこからまた新たな面が展開するであろう。

ライフレビューにおいては、「語り手」は明確な事実を思い出すことなく、むしろ自分なりに自分のゴールに向けて記憶を編集し、その人の人生が紡ぎ直されることが重要である。そこには「感情」のこもった「情報」のやり取り、コミュニケーションが行われる。「聴き手」にとっては、論文や講演からでは窺い知れない研究経験の豊かな先生方の貴重な、心理学者 Maslow の言う「自己実現」の過程に触れることができる。それゆえ、年配の先生は大いにライフレビューを語っていただきたい。そして、若い世代は積極的にライフレビューを聴いてより豊かな研究生活を送って欲しいと願っている。

(2014年3月26日受理)