



自伝的推論が自己のストーリーを構成する過程の検討

中園, 佐恵子
相澤, 直樹

(Citation)

神戸大学大学院人間発達環境学研究科研究紀要, 16(2):19-27

(Issue Date)

2023-03-31

(Resource Type)

departmental bulletin paper

(Version)

Version of Record

(JaLCD0I)

<https://doi.org/10.24546/0100481766>

(URL)

<https://hdl.handle.net/20.500.14094/0100481766>



自伝的推論が自己のストーリーを構成する過程の検討

Research of a Process of Autobiographical Reasoning which constructs Stories of Self

中園 佐恵子* 相澤 直樹**

Sacko NAKAZONO* Naoki AIZAWA**

要約：自伝的記憶にはストーリーの構造を持つという特徴がある。近年、自伝的記憶のストーリーの構造を作り出す自伝的推論という概念が提唱された。自伝的推論は自伝的記憶が自己をどのように支えるかに関連する概念である。自伝的推論は自己のストーリーを構成することで、自己と自伝的記憶の両方に関連する重要な概念である。しかし、自伝的推論の検討は始まったばかりであり、自伝的記憶との関係の検討が多くなっている。そこで本研究は自己のストーリーを構成する際、自伝的推論がどのように働くのか詳しいプロセスを検討した。本研究は10名の調査対象者に青年期の自伝的推論を促すような半構造化面接を行った。そして、語りを修正版グラウンデッドセオリー・アプローチで分析した。結果、青年が自分の出来事の思い出し方を確認し、過去、現在のみならず未来の自分について語る過程が見られた。この自己を語った過程が、自分が変わったという感覚や変わっていないという感覚につながっていた。これまでの過程は過去の自己と現在の自己を対比し、自己の変化を意味づけようとする自伝的推論の働きと関連すると考えられる。また、自分らしさや他者と自分の関係についても振り返る過程が見られた。

キーワード：自伝的記憶、自伝的推論、自己のストーリー

1. 問題と目的

近年、日常記憶の研究が盛んになる中で自己に関わる記憶である自伝的記憶の研究が活発になっている(太田, 2011/2014)。自伝的記憶とは個人的な思い出の記憶であり、その点ではエピソード記憶と似ている。エピソード記憶とは、個人が経験した出来事の記憶で、その出来事が起こった時間や場所の情報を含む記憶である(伊東, 2011/2014)。自伝的記憶とは、個人の出来事の記憶のうち、自己との関連が強調された記憶である(佐藤, 2008)。自伝的記憶は、その出来事について自己がどのように感じたかが含まれている(佐藤, 2014)。エピソード記憶と自伝的記憶の違いについて川口(1999/2010)は、毎朝、自分が何を食べているかという記憶を例に挙げ、これはエピソード記憶ではあるが、自己にとって重要な意味があるわけではないので自伝的記憶ではないと述べている。また、自伝的記憶はランダムに並んでいるのではなく、ストーリーの形式に並んでいるというエピソード記憶にはない特徴がある(佐藤, 2014)。高橋(2000/2011)は自伝的記憶はストーリーとして想起されるという

特徴があることを指摘している。

この自伝的記憶のストーリーの構造を作り出す働きとして自伝的推論(autobiographical reasoning)という概念がある。佐藤・清水(2012)は想起を通して過去の自分を現在の自分と比べる、過去から現在までの変わらない自己像を確認する、複数の出来事を結びつける、過去の出来事から洞察や教訓を引き出すといった様々な自伝的推論の働きを指摘している。その中で、自伝的推論の中心となる働きは「過去の出来事と自己を結びつける内省的思考」であると指摘している。佐藤(2014)は自伝的推論の自己と出来事を結びつける働きを大きく2つに分けて捉えている。1つは、ある出来事で自分が成長した、何かを学んだなど出来事が「自分に影響した」という働きである。もう1つは「自己を定義する」という働きで、その出来事が私を表していると考えることが示されている。どちらも経験した出来事が自己にとってどんな出来事なのか、その意味を考える働きである。自己と出来事をつなぐ働きはPasupathi & Weeks(2011)でも研究されている。自己と出来事のつながりには、自己の安

* 神戸大学大学院人間発達環境学研究科博士課程後期課程
** 神戸大学大学院人間発達環境学研究科准教授

(2022年9月30日 受付)
(2022年12月12日 受理)

定を維持する働きと自己の変化を意味づける働きがあるとしている。自己の安定を維持する働きは、体験した出来事が起こった理由を自己の側面から説明しようとする働きである。また、今の自己の側面に合わない出来事があると、その出来事を見落としてしまうという働きもある。自己の変化を意味づける働きは、ある出来事が自己の見方を変え、今の自己から新しい自己へ変化すると意味づける働きである。

佐藤（2011/2014）は記憶がどのように自己を支えるかを明らかにするためには、自伝的推論の過程に着目することが不可欠であると指摘する。自伝的推論は自伝的記憶がどのように自己を支えるかに関わる過程である。

どのように、自伝的推論は自己を支えるのだろうか。自伝的推論がストーリーを構成するという特徴が、そのことを考える手がかりとなる。自伝的推論はストーリーを構成する過程であるが、Habermas & Bluck（2000）が特にライフストーリーを構成する過程として提唱した。ライフストーリーとは、人生に意味と統一性と目的を与える自己についての物語である（家島，2012）。ライフストーリーはアイデンティティの基盤となるというナラティヴ・アイデンティティの概念もある（家島，2012;McAdams, 2001）。自伝的推論が作り出すライフストーリーは自己と関連が深い、自己のストーリーである。

自己のストーリーについては、心理学ではナラティヴ研究の分野で検討されている。森岡（2002）はストーリーとして体験した出来事をまとめ秩序づけることで、自己の連続性を確認することができるとしている。森岡（2002/2017）は人の心の中にある自己のストーリーが自己の時間を越えた連続性を支えると述べている。ストーリーの構造そのものが時間の流れを記述することができるので、時間を越えて連続した自己の感覚も表現できるのである。自伝的推論を用いて、自己のストーリーを作り出すことで、自伝的推論は自己を支える可能性がある。

以上から、本研究では自伝的推論を以下のように定義する。自伝的推論とは、自伝的記憶のストーリーの構造を作り出す過程である。経験した出来事の記憶に対して、自己にとってどのような意味があるかを考える働きがあり、自己の安定を維持する、自己の変化を意味づける働きがある（佐藤，2014；Pasupathi & Weeks, 2011）。特に自伝的推論はライフストーリーなど自己のストーリーを構成する。また、本研究のストーリーとは、複数の出来事をつないで構成される物語と定義する（森岡，2015）。

自伝的推論は自伝的記憶が自己をどのように支

えるかということに関連する働きである。その働きを検討することは自伝的記憶と自己の関係を明らかにするという点で重要である。しかし、佐藤（2008）は自伝的推論を検討するためのパラダイムは確立されておらず、その検討は始まったばかりであると述べている。また、日本において自伝的推論研究は自伝的記憶の観点からの研究が中心になっている。例えば、ポジティブな出来事の記憶の方が、強い自伝的推論が引き起こされるという佐藤（2016）の研究や、高齢者に日常的な出来事を想起させた場合、どれだけ自伝的推論が含まれるかを検討した田中・園田（2017）の研究がある。しかし、自伝的推論は自伝的記憶が自己をどのように支えるかということに関連する概念である。自伝的記憶と自己の両面から検討して初めて、自伝的推論がどのように自伝的記憶と自己の両方に関わるかが明らかになるだろう。

自伝的推論がどのように自己のストーリーを構成し、自己と関わるかを検討する必要があるが、一方で自伝的推論の細かい働きは明らかになっていない。そこで本研究では、自己のストーリーを語る際、自伝的推論がどのように働くのか、自伝的推論を促す面接を行い、詳細なプロセスを質的に検討する。先行研究においても、自伝的推論の働きを直接、対象者に尋ねる面接が行われている（佐藤，2019）。自伝的記憶研究の分野でも一つの記憶だけを想起させるのではなく、ライフストーリーを語ってもらい、その内容や構造を分析する研究がある（佐藤，2008/2012）。本研究もそのような先行研究の流れに則って、自伝的推論のプロセスを面接を用いて検討する。

本研究では佐藤・清水（2012）が自伝的推論の中心となると指摘した自己と出来事をつなぐ働きに着目する。佐藤・清水（2012）の自己と出来事をつなぐ自伝的推論の働きには、過去の自分と現在の自分を比べる働きがある。そこで、思い出せる最も若い頃から現在まで各時期に区切って、過去から今までの自己を振り返って語ってもらう。このように時期ごとに自己を区切って振り返らせ、自己のストーリーを語らせる面接法を榎本（2011）が自己物語法として行っている。それぞれの時期ごとの自己がどうであったかを振り返って語ってもらうことで、全体としての自己物語の文脈を抽出できる面接法である。自己物語はライフストーリーに類似した概念で自己を主人公にした自己のストーリーである。また、Pasupathi & Weeks（2011）が示した自伝的推論の働きである自己の安定や変化を意味づける働きを検討するため、自分の変わったところと変わらないところを尋ねる。

2. 方法

1) 調査対象者

X大学の大学生・大学院生10名（男性4名，女性6名，平均年齢22.3歳）に半構造化面接を行った。本研究では，調査対象者について青年期を対象とした。調査対象者のプロフィールは表1に示した。

2) 調査手続き

半構造化面接を行う前に，調査対象者に簡単なアンケートを行った。アンケートには①年齢や性別を答えるフェイスシート，②過去の出来事をよく振り返るか，③よく振り返る場合は，いつ頃の出来

事をよく振り返るか，④よく振り返る出来事の内容，⑤思い出せる中で最も若い頃の出来事の時期，⑥最も若い頃の出来事の内容を答えてもらった。

面接の語りの内容をICレコーダーで記録することを説明し承諾を得て，半構造化面接を行った。はじめにアンケートで答えてもらった②から⑥の答えを詳細に答えてもらい，最も若い頃の思い出を語ってもらった。続けて，⑦最も若い頃の自分はどんな自分だったか，⑧小学生の頃の自分はどんな自分だったか，⑨中学生の頃の自分はどんな自分だったか，⑩高校生の頃の自分はどんな自分だったか，⑪現在の自分はどんな自分であるかを語ってもらった。⑫小さい頃から今までの自己を振り返って，自分が変わったところ，変わっていないところを尋ねた。⑬今回の半構造化面接で主に語った自分について確認した。⑭最後に半構造化面接を振り返って，思ったことを語ってもらった。

調査時期は2017年12月～2018年7月であった。面接時間は1人およそ15分～43分であった。

3) 分析方法

得られた語りのデータを逐語録にした。逐語録の分析方法はプロセスを検討することができる修正版グラウンデッドセオリー・アプローチ（以下，M-GTAと略す）を選択した。M-GTAは木下（2003/2017）によって考案された。M-GTAはデータに即した分析方法であり，具体的なプロセスを検討する本研究に適している。以下の手順で逐語録の分析を行った。①分析テーマは「自分について振り返り，説明するプロセス」と設定した。分析焦点者は「青年期の学生」とした。そして，逐語録の分析テーマに関わりのある箇所に着目した。②調査対象者の語りに類似した箇所があるかを確認し，着目した箇所を具体例にした概念を生成した。概念ごとにワークシートを作成した。対極例と十分な具体例の収集を行い，恣意的な解釈にならないようにした。③概念同士の関係について考察した。概念同士で同じ語りのプロセスを示すグループをサブカテゴリー，更に大きなグループをカテゴリーとして名前を付けた。④カテゴリー，サブカテゴリー，概念同士の関係を1つの図に示した。

4) 倫理的配慮

本研究は実施に先立ち，所属機関の研究倫理委員会に申請し，承認を得てから実施した。調査対象者には，事前に研究の目的，個人情報保護，研究方法の公表の方法などを説明し，承諾書にて承諾を得られた者を調査対象者とした。プライバシーに配慮し，調査対象者の語りは研究結果に差し支わりのない程度に，調査対象者が特定されないよ

表1 調査対象者のプロフィール

対象者	年齢	性別	一番若い頃の思い出の時期と概要
A	23歳	女性	幼稚園・保育園以前の頃：動物園で見た動物
B	23歳	女性	幼稚園・保育園の頃：遠足に行ったこと。滑り台で遊んだこと。
C	23歳	女性	幼稚園・保育園の頃：音楽教室の発表会。幼稚園に行きたくなくて泣いたこと。
D	20歳	男性	幼稚園・保育園の頃：幼稚園の餅つき大会、お泊り保育。盆踊り。
E	23歳	女性	幼稚園・保育園以前の頃：車から買ってもらったお菓子を落としたこと。
F	23歳	男性	幼稚園・保育園の頃：家族との遠足
G	23歳	男性	幼稚園・保育園の頃：若い頃、夢を見て泣いたこと。
H	22歳	男性	幼稚園・保育園の頃：動物園で怒られたこと。戦い遊びを止められたこと。
I	21歳	女性	幼稚園・保育園の頃：季節のこと、家族のこと。
J	22歳	女性	幼稚園・保育園の頃：きょうだいを泣かせたこと。お父さんが料理を作ってくれたこと。

うある程度の変更を加えた。

3. 結果

分析の結果、27 の概念が得られた。27 の概念に対して、6 つのカテゴリー、9 つのサブカテゴリーが得られた。カテゴリーと概念を表2に示した。カテゴリーは『』、サブカテゴリーは【】、概念は〈〉でそれぞれ示した。また、カテゴリーと概念の関係を示した図を図1として示した。調査対象者が語った自己に関しては自分という表現を用いた。分析の結果、以下のような過程が示された。また、それぞれの時期の自己のみについて語る場合は自己を語る、語ってもらった自己のストーリーの全体を語ってもらう場合、自己のストーリーを語ると表記した。

カテゴリー1は『出来事を思い出す』であった。調査対象者は過去の出来事を普段、どのように思い出すのかという『出来事を思い出す』ことについて語った。普段、出来事には【思い出すこと】がある。他の出来事より思い出しやすい状況や思い出しやすい〈よく思い出す〉出来事がある。ただ出来事を思い出すのではなく、何らかの〈きっかけがあって思い出す〉ことがある。会話をしている思い出すなど、何かのきっかけがあって思い出すことがよくある。逆に【よく覚えていないこと】もある。出来事を思い出そうとしても、〈出来事を覚えていない〉ことがある。また、本研究の半構造化面接のように時系列順に自分を思い出す機会が普段はあまりないという語りが見られた。この語りは〈続けて思い出すことは少ない〉という概念にまとまった。例えば、Bさんは普段の生活では一つの出来事だけを振り返るが、本研究の半構造化面接では時系列順に自分を振り返ることで、自分の人生を感じたと語った。本研究の半構造化面接で時系列順に振り返ることで、自分の人生の流れを振り返ることができたと感じていると考えられる。

カテゴリー2は『振り返って語られた自分』であった。時系列順に自分を振り返り、様々な自分の側面について調査対象者が語っていた。【それぞれの時期でよく語られる自分】はそれぞれの時期に特徴のある自分の側面である。幼稚園・保育園の頃と小学生の頃の自分は〈やんちゃな自分〉と〈泣き虫な自分〉であった。〈やんちゃな自分〉も〈泣き虫な自分〉もどちらも保育園・幼稚園の頃と小学生の頃という子どもの頃の自分として語られている。Jさんは現在の自分にも〈泣き虫な自分〉のところがあ、Dさんは現在の自分にも〈やんちゃな自分〉があると語った。小学生の頃の自分は〈優等生の自分〉と〈図工や絵を描くのが好きな自分〉である。小学生の頃のクラスの中での立ち位置や、

図画工作という授業が好きだったことなど小学生らしい自分である。中学生、高校生の頃の自分は〈地道に頑張る自分〉であった。部活動が始まり、勉強が本格的になる中で、こつこつと努力する自分が語られている。現在の自分は〈頑張らないと気が済まない自分〉であった。頑張るすぎるぐらい頑張り、そうしないと気が済まない自分である。これも現在の自分のこととして語られたが、Aさんは保育園の頃や小学生の頃も〈頑張らないと気が済まない自分〉はあったと振り返った。【様々な時期を通して一貫して語られたる自分】は〈内気で人見知りな自分〉であった。この自分はある一つの時期に語りが集中せず、語られた時期は様々な時期であった。このように過去の自分をどのように振り返り、語っているのかが『振り返って語られた自分』の過程であった。この段階では時系列順にどんな自分があったのか過去から現在までの自分を振り返っている段階であった。

カテゴリー3は『未来の自分』であった。この段階では現在の自分から、その先にある『未来の自分』について語っていた。こうなりたいという目標や、未来の自分そのものについて考える〈将来のことを考える自分〉が語られた。例えばIさんは小学校の時の先生を思い出し、先生を目指そうと思ったと語った。これは現在の自分から見て、自分が目指そうとする職業について語っている。また、漠然と将来の不安について語った調査対象者もいた。『未来の自分』は過去の自分から現在の自分を振り返った後、その先の未来の自分まで自発的に語っていた。

カテゴリー4は『自分の変化』であった。時系列順に過去の自分から現在の自分を振り返り、未来の自分まで考えることで、過去の自分と現在の自分が変わったのか、変わっていないのかという『自分の変化』の感覚につながっていた。時系列順に過去の自分を振り返る中で、〈自分は変わったという感覚〉と〈自分は変わらないという感覚〉の両方の感覚につながっていた。具体的にどんな自分が変わったかということではなく、自分のどこかが変わったという自分の変化に関する感覚のみを語っていた。本研究は時系列順に自分を振り返ってもらった後、自分の変わったところと変わっていないところを尋ねた。それを尋ねられて、自分の変化について答えた調査対象者もいたが、それを尋ねる前、時系列順に自分を振り返る中で、自発的に変わったところや変わっていないところを語る調査対象者もいた。これは過去から現在、未来の自己を語り、以前と比べて自己が変わったかどうか具体的に考えている過程である。

カテゴリー5は『ありのままの自分』であった。

表2 カテゴリーと概念

カテゴリー	サブカテゴリー	概念	定義	該当する対象者
出来事を思い出す	思い出すこと	よく思い出す	他の出来事より思い出しやすいことや思い出しやすい状況	A C D E F H
		きっかけがあって思い出す	きっかけがあって出来事を思い出す	A B C E G I J
	よく覚えていないこと	出来事を覚えていない	出来事をあまり覚えていない	A B C D F H I J
		続けて思い出すことは少ない	時間順に思い出すことは日常的にはあまりない	B F J
振り返って語られた自分	それぞれの時期でよく語られる自分	やんちゃな自分	活発でやんちゃな自分	B D E H
		泣き虫な自分	よく泣く自分	C I J
		優等生の自分	優等生の立ち位置の自分	B G
		図工や絵を描くのが好きな自分	図画工作の授業や絵を描くのが好きな自分	G H
		地道に頑張る自分	こつこつと頑張る自分	H I
		頑張らないと気が済まない自分	頑張りが続けないと気が済まない自分	A J
	様々な時期を通して一貫して語られる自分	内気で人見知りな自分	内気で人見知りな自分	C F J
未来の自分		将来のことを考える自分	未来の自分や将来の目標を考える	A C G I J
自分の変化		自分は変わったという感覚	自分が変わったという感覚	A B D I
		自分は変わらないという感覚	自分は変わらないという感覚	A D I
ありのままの自分	自分らしい	ありのままの自分でいられる	自分らしくいられる	C E
		自分のやりたいことをする	自分のやりたいことをする	F G H
		自己主張できる	自分の言いたいことを言える	B G
	他者の評価を気にしない自分	周りの人に評価されなくてもいいと思える	褒められたり、認められなくても、このままの自分でいいと思える	A G
周りの人と自分の関係	人との関わり方	社交的	多くの人と積極的に付き合う	A C D F H J
		特定の人と付き合う	特定の仲のよい友達と付き合って交友関係を広げない	C D F H J
	人と比べる	周りの人を気にする	周りの人を気にする	F G
		人に合わせる	自分の言いたいことが言えず、人に合わせる	B C
		周りの人に評価されたい	周りの人に認められたい	A E J
		ネガティブに考える	自分のことをネガティブに考える	A E G
		目立たなくなった	周りの人からの注目が得られなくなった	A B I
	周りの人に支えてもらった	周りの人が親切にしてくれる	周りの人に親切にもらった	A C E
		年上の人に面倒をみてもらう	年上の人に可愛がってもらった	A D

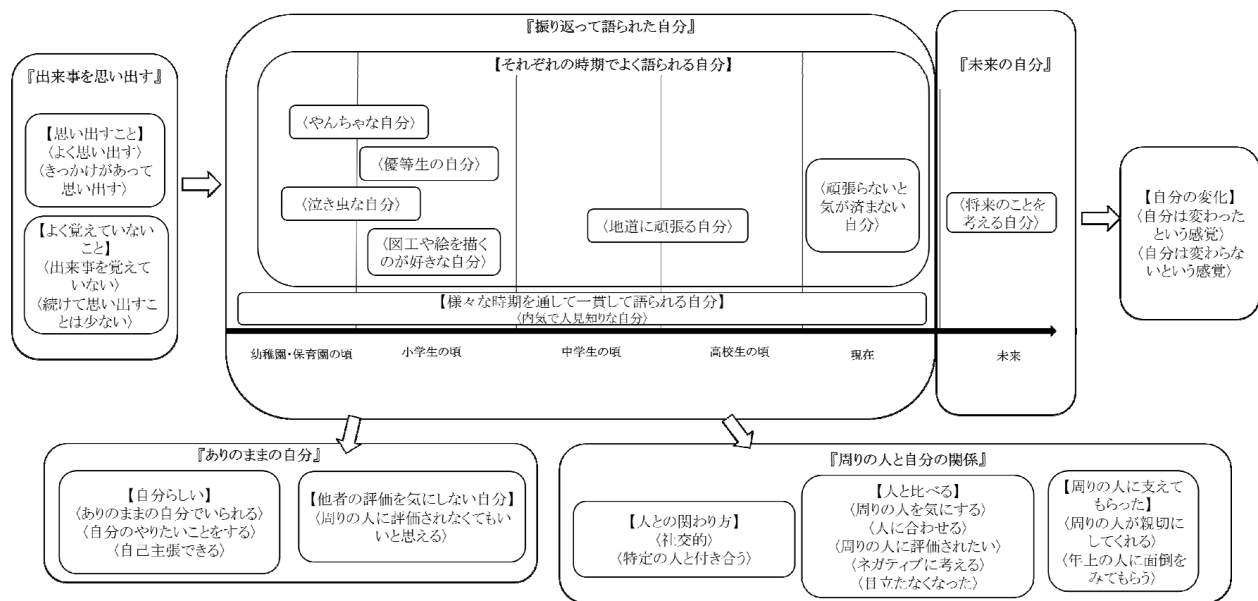


図1 カテゴリー、サブカテゴリーと概念の関係図

この段階は、自分らしく振舞うなど『ありのままの自分』があることについて振り返る過程である。【自分らしい】ことについて振り返る場合と【他者の評価を気にしない自分】について振り返る場合があった。【自分らしい】ことについては、〈ありのままの自分でいられる〉ところが自分にはあることを振り返り、自分らしく振舞えることなどを語っていた。また、〈自分のやりたいことをする〉、〈自己主張できる〉では自分のやりたいことを自由にしたたり、自分の意見を自由に言える自分について語っていた。【他者の評価を気にしない自分】についても振り返り、〈周りの人に評価されなくてもいいと思える〉と語っていた。これは周りの人の評価を気にせず、ありのままの自分でいられることを語っていた。この段階は具体的にこのような自分であると語るのではなく、自分らしくいられることという自分の在り方を語っていた。

カテゴリー6は『周りの人と自分の関係』であった。自分のことだけでなく、『周りの人と自分の関係』について振り返っている段階である。【人との関わり方】はどのように自分が周りの人と関わるかを語っていた。〈社交的〉な関わり方は積極的に多くの人と親しくしようとする関わり方であった。〈特定の人と付き合う〉は仲の良い数人の人と交友関係を持つという関わり方であった。【人との関わり方】以外に、周りの人の目を気にすることがあったことが振り返られ、【人と比べる】ところがあったと語られた。〈周りの人を気にする〉ところがあり、周囲の人の目を気にするところがある。周囲の目を気にするあまり、〈人に合わせる〉ところもある。また、〈周りの人に評価されたい〉と考えて頑張るところがある。人と比べて出来ていない自

分があることなどを考え、自分について〈ネガティブに考える〉こともある。学校で勉強などを頑張って活躍し目立っていたが、〈目立たなくなった〉こと、以前より活躍できなかった自分を振り返ることもあった。周りの人と比べるだけでなく、【周りの人に支えてもらった】こともあったと振り返った。〈周りの人が親切にしてくれる〉と友達に助けてもらったことがあったこと、〈年上の人に面倒をみてもらう〉ことがあったと周りの人に大切にされたことも振り返った。この段階は周りの人との関わり方、周りの人の目を気にして自分と人を比べること、周りの人に大切にされたことなど、周りの人と自分の関係について語っていた。

4. 考察

1) 過去の出来事を振り返り、自己を語る過程

自伝的推論を用い、自己のストーリーを語る過程は『出来事を思い出す』ことから始まっていた。ここでは普段、どのように自己が過去の出来事を振り返るか、その思い出し方について語っていた。【よく覚えていないこと】もあるが、思い出しやすいこともあった。半構造化面接の始めの質問で、過去の出来事を普段、よく振り返るか、どんな出来事を振り返るか確認したこともあり、これは過去の自己を振り返る前に、過去の出来事の振り返りやすさについて語っている部分だと考えられる。また、〈続けて思い出すことは少ない〉ことから普段は時系列で自己を振り返る機会は少ないと考えられる。半構造化面接で時系列順に過去の自己を振り返ったことで、自分の人生を振り返っていると実感している調査対象者もいた。

出来事を振り返った後、幼稚園・保育園の頃か

ら現在まで、様々な自己の側面が調査対象者によって語られていた。『振り返って語られた自分』の過程は過去から現在までの自己を振り返り、どのような自己の側面があったか意味づける自伝的推論が働いていると考えられる。【それぞれの時期でよく語られる自分】はそれぞれの時期特有の自分として多くの調査対象者に共通して語られやすい自己の側面である。例えば、小学生なら〈優等生の自分〉が語られていた。【様々な時期を通して一貫して語られる自分】は多くの調査対象者が全体を通して共通して語った自己の側面である。本研究では〈内気で人見知りな自分〉であった。それぞれの時期特有の自己として語られやすい自己の側面と全体を通して共通して語られやすい自己の側面の2つが見られた。

また、過去の自分と現在の自分がどのような自分かを考えていく中で、『未来の自分』についても言及していた。半構造化面接において、過去から現在の自分までを振り返って語ってもらったが、調査者が面接で尋ねていない現在より先の未来の自分について広げて自発的に語る対象者もいた。森岡(2002)は自分について語ることにについて、過去と現在を比べたり、これから先の期待なども含んで語ることができるとしている。物語は過去と現在の自己、未来の自己や可能性としての自己を結び付け意味づけるものである(やまだ, 2000)。

過去から現在までの自己について語ることを通じて、過去、現在の先の未来の自己を含んだ自己のストーリーを語ることができたのだと考えられる。

今までの過程において、時系列順に自己を振り返り、過去の自己と現在の自己を対比した結果として『自分の変化』の感覚、つまり〈自分は変わったという感覚〉と〈自分は変わらないという感覚〉の両方の感覚が生じていた。この過程は過去から現在、未来の自己を語る中で、以前の自己と比べて現在の自己が変わったかどうかを考えている過程である。Pasupathi & Weeks (2011)は自己と出来事をつながりという自伝的推論の一種には自己の変化と自己の安定を意味づける働きがあると指摘している。本研究ではPasupathi & Weeks (2011)の指摘するような自己がどのように変化したかという具体的な内容を語るというより自己が変わった、変わらないという感覚を語っていた。時系列順に過去の自己を振り返って語った後、まず、このような自分が変わったという感覚があった後に、Pasupathi & Weeks (2011)のいう具体的な意味づけが行われるのではないかと考えられる。

2) ありのままの自己、他者と自己の関係を考える過程

ここまでの過程は、過去の自己と現在の自己を比べる自伝的推論に直接、関わりと考えられる過程である。その他に『ありのままの自分』と『周りの人と自分の関係』についても考える過程が見られた。『ありのままの自分』では、〈ありのままの自分でいられる〉と自分らしくいられることや〈自分のやりたいことをする〉、〈自己主張できる〉など自分のやりたいことをする、言いたいことを言える自分について振り返っていた。【他者の評価を気にしない自分】として、周りの人から評価されなくても、そのままの自分でいいということも考えていた。これは自分らしくありたいという自分自身の在り方を考えていると思われる。特に周りの人の評価を気にしないところから、他者を気にしないで自分らしく振舞うことについて考えている。これは過去から現在までの自己を振り返る中で、自分自身の在り方にまで考えが及んだのではないかと考えられる。佐藤(2014)は自己と出来事をつなげる自伝的推論の働きで、「自己を定義する」という働きがあると指摘している。それは自分を表すような出来事があると意味づけることも含まれている。『ありのままの自分』で語られた自分らしさについて考えることも、自分らしい出来事を意味づける自伝的推論と関連する。伊藤・小玉(2005)はこのような自分らしさと重なる概念として本来感という概念を示している。本来感は自分の意思や気持ちに基づいて素直に生きることと定義されている。本来感は自尊感情のうち、自己内の価値基準に基づいて、「これでよい (good enough)」と感じるものと同じであると指摘されている(折笠・庄司, 2012)。過去の自己を語りながら、ありのままの自分でいられるという本来感と関わる自伝的推論があると思われる。

『周りの人と自分の関係』は他者と自分の関係について考えている。これは社会的に他者と関わるか、少人数の仲の良い友達関係のみで関わるかという【人との関わり方】、周りの人の目を気にして【人と比べる】ところがあること、【周りの人に支えてもらった】と友達から助けてもらったことを振り返っていた。特に【人と比べる】というのは『ありのままの自分』でいられることとは反対に人の目を気にし、周りの人に合わせたり、周りの人の評価を気にする様子が見られる。溝上(1999/2004)によると、青年期には認知能力が発達し、自分を客観的に見るようになる。そして、他者が自分をどのように見るのかを気にするようになったり、他者から評価されたいと考えるようになるという。青年が自己を客観的に見つめ直すことができるように

なった結果、自己と他者の関係についても振り返り、語ったのではないかと考えられる。自己のストーリーの中には自己ばかりだけでなく、自己と他者の関係についても含まれていると考えられる。

5. まとめと今後の課題

本研究は自己のストーリーを語る際の自伝的推論の過程を質的に検討した。その結果、はじめに過去の出来事の振り返りやすさについて確認していた。次に時系列順に過去の自分から現在の自分までを振り返る面接で、それぞれの時期でよく語られる自分と全体を通してよく語られる自分が見られた。それだけでなく、過去の自分を語ることで未来の自分にまで言及していた。時系列順に自分を振り返った後、自分が変わったという感覚や、自分は変わらないという感覚があることを語っていた。この一連の流れは、過去から現在までの自己を振り返って比べる自伝的推論の働きと関連する過程であると考えられる。

この過程に加えて、ありのままの自分でいられるという自分の在り方を考える、周りの他者と自分の関係について考える過程もあった。過去から現在までの自己を振り返るうちに、様々な自己の側面に自伝的推論が及んだと考えられる。今回は大まかな自伝的推論の過程を検討したので、今後の研究において調査対象者個人ごとの自伝的推論の過程を検討し、自伝的推論に自己がどう関わるのかを詳細に検討していく必要がある。また、より自然な場面での自伝的推論の働きにおいて、本研究で見られた自伝的推論の働きが見られるかを検討することなどを通して、本当に自伝的推論が自己のストーリーを構成するかを確認する研究を行っていく。そうすることで、より深く自己のストーリーと自伝的推論の関係を検討することができる。

引用文献

- 榎本博明 (2011) 自己物語としてのアイデンティティ 榎本博明 (編) 自己心理学の最先端—自己の構造と機能を科学する— (pp.11-22) あいり出版.
- Habermas, T., & Bluck, S.(2000). Getting a Life : The Emergence of the Life Story in Adolescence. *Psychological Bulletin*, 126, 748-769.
- 家島明彦 (2012) マクアダムスのナラティブ・アイデンティティ 梶田叡一・溝上慎一 (編) 自己の心理学を学ぶ人のために (pp.63-72) 世界思想社.
- 伊東裕司 (2011/2014). 長期記憶 I—エピソード記憶と展望記憶— 太田信夫・巖島行雄 (編) 現代の認知心理学 2 記憶と日常 (pp.44-68) 北

大路書房.

- 伊藤正哉・小玉正博 (2005). 自分らしくある感覚 (本来感) と自尊感情が well-being に及ぼす影響の検討 教育心理学研究, 53, 74-85.
- 川口 潤 (1999/2010). 自伝的記憶 中島義明・安藤清志・子安増生・坂野雄二・繁桝算男・立花政夫・箱田裕司 (編) 心理学辞典 (p.354) 有斐閣.
- 木下康仁 (2003/2017). グラウンデッド・セオリー・アプローチの実践—質的研究への誘い— 弘文堂.
- McAdams, D.P.(2001). The Psychology of Life Stories. *Review of General Psychology*, 5, 100-122.
- 溝上慎一 (1999/2004). 自己の基礎理論—実証的心理学のパラダイム— 金子書房.
- 森岡正芳 (2002) 自己の物語 梶田叡一 (編) 自己意識研究の現在 (pp.29-44) ナカニシヤ出版.
- 森岡正芳 (2002/2017). 物語としての面接【新装版】ミメシスと自己の変容 新曜社.
- 森岡正芳 (2015) ナラティブとは 森岡正芳 (編) 臨床ナラティブアプローチ (pp.3-17) ミネルヴァ書房.
- 折笠国康・庄司一子 (2012). 中学生の本来感が学級適応に与える影響 教育カウンセリング研究, 4, 11-19.
- 太田信夫 (2011/2014) 記憶研究の歴史と現状 太田信夫・巖島行雄 (編) 現代の認知心理学 2 記憶と日常 (pp.2-25) 北大路書房.
- Pasupathi, M., & Weeks, T., L.(2011). Integrating Self and Experience in Narrative as a Route to Adolescent Identity Construction. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 131, 31-43.
- 佐藤浩一 (2008). 自伝的記憶の構造と機能 風間書房.
- 佐藤浩一 (2008/2012) 自伝的記憶研究の方法と収束的妥当性 佐藤浩一・越智啓太・下島祐美 (編) 自伝的記憶の心理学 (pp.2-18) 北大路書房.
- 佐藤浩一 (2011/2014) 自己と記憶 太田信夫・巖島行雄 (編) 現代の認知心理学 2 記憶と日常 (pp.180-207) 北大路書房.
- 佐藤浩一 (2014). 自伝的推論—概念ならびに評価方法の整理と包括的な枠組みの提案— 群馬大教育学部紀要 人文・社会科学編, 63, 129-148.
- 佐藤浩一 (2016). 成功経験と失敗経験に対する自伝的推論 群馬大学教育学部紀要 人文・社会科学編, 65, 187-198.
- 佐藤浩一 (2019). 教育実習の振り返りにおける自伝的推論—自伝的記憶の3機能と主題の一貫性に着目して— 群馬大教育学部紀要 人文・

社会科学編, 68, 157-178.

佐藤浩一・清水寛之 (2012). 中学校時代の教師に関する自伝的記憶: 日常的な出来事に対する自伝的推論の検討 認知心理学研究, 10, 13-27.

高橋雅延 (2000/2011) 記憶と自己 太田信夫・多鹿秀継 (編) 記憶研究の最前線 (pp.229-246) 北大路書房.

やまだようこ (2000) 人生を物語ることの意味—ライフストーリーの心理学 やまだようこ (編) 人生を物語る—生成のライフストーリー— (pp.1-38) ミネルヴァ書房.

田中京子・園田直子 (2017). 語りの中で自伝的推論はどのように生起するのか 久留米大学心理学研究, 16, 17-29.