記憶と時間

田上　恭子（看護学部）

❖　心理学における時間

心理学において，時間はさまざまな形で研究に取り入れられています。たとえば実験心理学では古くから反応時間という形で時間が測定され，心的現象の指標のひとつとなってきました。発達心理学では時間に伴う心身の変化が研究されています。そして，時間を中心的に研究する領域として“時間的展望”研究があり，指向性，現実性，時間的態度，時間知覚などさまざまな側面から研究されています。マクタガートの時間論を発展させた野村による時間系列（e.g., 野村, 2010）でいえば，時間的展望研究では主として A 系列の時間について検討されていると考えられます。

❖　自伝的記憶と時間的展望

自伝的記憶とは，「過去の自己に関わる情報の記憶」（佐藤, 2008, p.3）と定義され，「過去・現在・未来と時間的に広がる自己の理解につながる研究分野であり，時間的展望研究と重なる部分が大きい」（下島, 2008, p.8）とされています。

たとえば，トラウマティックな出来事を経験した人にとっては，その時点で時間が止まったかのように感じられ，それが過去にはならず現在と直接つながっているかのように体験されることがあります（白井, 2008）。過去を受け入れるとは，過去を過去化することであり，そのことで時間が流れると白井（2008）は述べています。

こういった問題に関係して，自伝的記憶と時間的展望との関連が探究され，以下のような興味深い現象が見出されてきました。さらに白井（2008）は，過去を過去化し時間が流れる上で他者が重要な役割を果たしていること，そして他者との相互的なやりとりと一体感によって，時間が流れる・止まるという体験が生まれることを論じています。

テレスコーピング	主観的時間と客観的時間の時隔感	主観的時間的距離感
想起される時間が実際よりも短縮あるいは伸長して感じられる現象（e.g., Loftus & Marburger, 1983）	“もうそんなにたったのか”“まだそれしかたっていないのか”というように，主観的時間と客観的時間の間にズレを感じること（下島・小谷津, 1999）	過去の出来事がどの程度近くあるいは離れて感じるかという感覚（Ross & Wilson, 2002）

❖　自伝的記憶とナラティヴ，心理療法

自伝的記憶は他者との相互行為性のなかで物語られることが重要であり，それによって自己の生が了解され，自己の生に意味づけと方向の感覚が与えられるという見解があります（岩田, 2008）。まさにこのような営みがなされているのが心理療法の場であると考えられます。野村（2008）は，心理療法は他者の存在を前提として自己を想起し語る場面であり，そこでは聴き手との関係性が過去の経験の記憶やその意味に変容をもたらすのではないかと論じています。また心理療法には，クライエントが過去を過去のものとして処理することを促している側面があるとも考えられています（野村, 2008）。関係性に目を向けるということについて精神分析家の富樫（2013）は，自伝的記憶の内容というよりはむしろ語り合っている行為そのものの意味を見ることであり，自伝的記憶がその分析家とその患者とのその瞬間のその関係の文脈のなかで語られていることを認識することであると述べています。

またその一方で，野村（2008）が「自己について想起された記憶のすべてが語られるわけでもなく，その多くは語らずに済まされる」（p.100）と述べているように，語られない記憶の意味・機能について考えることも大切ではないかと考えられます。

References

岩田　純一 (2008). 記憶と自己の発達　心理学評論, *51(1)*, 24-36.

Loftus, E., F., & Marburger, W. (1983). Since the eruption of Mt. St. Helens, has anyone beaten you up? Improving the accuracy of retrospective reports with landmark events. *Memory & Cognition*, *11(2)*, 114-120.

野村　晴夫 (2008). 自己を語ることと想起すること―心理療法場面を手掛かりとしたその機能連関の探索―　心理学評論, *51(1)*, 99-113.

野村　直樹 (2010). ナラティヴ・時間・コミュニケーション　遠見書房

Ross, M., & Wilson, A. E. (2002). It feels like yesterday: Self-esteem, valence of personal past experiences, and judgements of subjective distance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 792-803.

佐藤　浩一 (2008). 自伝的記憶研究の方法と収束的妥当性　佐藤　浩一他 (編) 自伝的記憶の心理学 (pp.2-18) 北大路書房

下島　裕美 (2008). 自伝的記憶と時間的展望　心理学評論, *51(1)*, 8-19.

下島　裕美・小谷津　孝明 (1999). 出来事の記憶における時隔感　心理学研究, *70*, 136-143.

白井　利明 (2008). 自己と時間―時間はなぜ流れるのか―　心理学評論, *51(1)*, 64-75.

富樫　公一 (2013). 精神分析臨床と自伝的記憶の扱い―現代自己心理学のシステム理論から　森　茂起 (編) 自伝的記憶と心理療法 (pp.42-70) 平凡社