

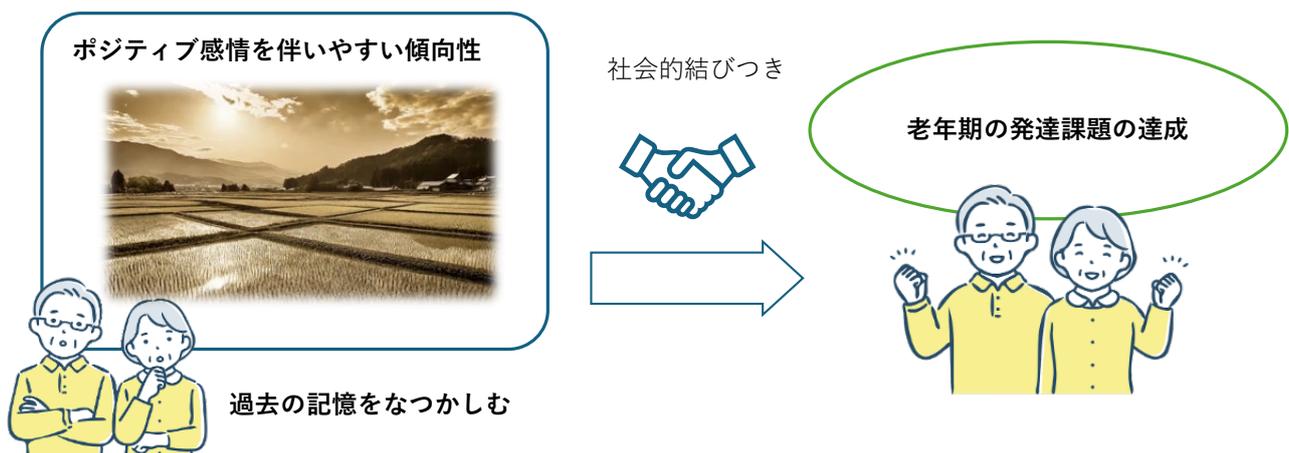
なつかしい記憶をポジティブに感じることは心理的適応につながる

- なつかしさ傾向性と世代性・統合の関連 -

概要

楠見孝 教育学研究科教授、豊島彩 島根大学人間科学部講師（前・京都大学大学院教育学研究科研究員）は、国内の成人 600 名を対象に 1 年間のインターネット調査を実施し、なつかしい記憶を思い出した時に、ポジティブ/ネガティブな感情の感じやすさの個人差が、世代性や統合とどのように関係するかを検証しました。エリクソンの発達課題の理論では、各段階の心理的適応につながる発達課題が設定されており、壮年期が世代性（次世代の育成や指導に興味をもつこと）、老年期は統合（それまでの人生に意義と価値を見出すこと）とされています。ポジティブ傾向性の高さ、またはネガティブ傾向性の低さは、その後の発達課題の達成度を高めるといふ仮説を立て、600 人を対象にインターネット調査を 2 回実施しました。解析の結果、ポジティブ傾向性の高さ、およびネガティブ傾向性の低さは、統合の高さを予測することが分かりました。さらに、なつかしさの機能とされる、社会的結びつき、自己の時間的連続性、人生の意味、自己の明確化との関連を解析した結果、なつかしさのポジティブ傾向性が高い人は社会的繋がりを強く感じ、統合が高まっていることが示されました。世代性については、世代性がなつかしさのポジティブ傾向性の高さやネガティブ傾向性の低さを予測しており、仮説とは逆の結果が得られました。

本研究の成果は 2024 年 8 月 6 日に、国際学術雑誌「*The International Journal of Aging and Human Development*」にオンライン掲載されました。



1. 背景

エリクソンの発達課題理論では、人生を8つの発達段階に分け、各段階には発達課題が設定されています。成人期以降の発達課題では、壮年期の世代性と老年期の統合が設定されています。これらは高齢期の幸福感と正の相関があり、発達課題の達成は高齢期の心理的適応に関連すると考えられています。世代性は「次世代を確立し導くことへの関心」とされ、壮年期は若い世代を育成することに興味関心が高まると年代とされています。老年期では、個人が自分の人生を振り返り、満足感や後悔を感じる場合があります。過去を受け入れ、現在と統合できると、人生の意味を見出し、知恵を感じることはできますが、そうでない場合は絶望を感じると思われています。

一方、なつかしさ感情の研究では、高齢になるほど過去のなつかしい記憶を思い出した時に、ポジティブな感情を伴いやすくなることが報告されています。なつかしい記憶の中には思い出すと悲しい気持ちになるものもありますが、高齢になるほどネガティブ感情を伴う傾向も弱くなるとされています。なつかしさ感情には社会的結びつきや人生の意味を感じさせるといった心理的機能があることが分かっており、それらが発達課題の達成に影響を与えていることが考えられます。

2. 研究手法・成果

本研究では、なつかしさのポジティブ傾向性の高さ、またはネガティブ傾向性の低さは、その後の発達課題（世代性・統合）の達成度を高めるという仮説を検証しました。国内に居住する成人600名を対象にインターネット調査を2回実施し、1回目の調査の状態が1年後に実施した2回目の調査の状態に及ぼす影響について解析しました。この際、1回目の心理状態や年齢、性別といった交絡要因の影響を加味して、因果的な影響を検証する手法を用いました。

解析の結果、1回目の調査時のポジティブ傾向性の高さ、およびネガティブ傾向性の低さは、2回目の調査の統合の高さを予測することが分かりました。さらに、なつかしさの機能とされる、社会的結びつき、自己の時間的連続性、人生の意味、自己の明確化との関連を解析しました。その結果、なつかしさのポジティブ傾向性は4つの機能全てと関連が見られましたが、統合に影響を与えていたのは社会的繋がりでした。よって、なつかしい記憶を思い出すとき、ポジティブ感情が高まる傾向は社会的繋がりを強く感じさせ、その結果統合が高まることが示されました。またなつかしさのネガティブ傾向性の低さも社会的繋がりの感じやすさと関連しており、同様の効果が確認されました。

世代性については、1回目の調査時の世代性が2回目の調査のなつかしさのポジティブ傾向性の高さやネガティブ傾向性の低さを予測しており、仮説とは逆の結果が得られました。

3. 波及効果、今後の予定

高齢者を対象とした心理療法の中には、回想法と呼ばれるなつかしさ感情による心理的効果を用いたものがあります。本研究の成果は、回想法の仕組みの理解を深めることに貢献することが期待されます。さらに、本研究では高齢者以外の若い世代でも同様の傾向が確認されたため、回想法によるアプローチが高齢期以外の世代にも広まる可能性を示しています。

今後の予定として、壮年期の発達課題である世代性については、因果関係の方向が想定と逆の結果となりました。本研究の結果からは直接解釈できませんが、世代性が高くなると、過去のなつかしい思い出をよりポジティブに捉えるようになることも考えられます。なぜこのような結果が得られたのか、質的な調査もしながら今後さらに踏み込んでいきたいです。

4. 研究プロジェクトについて

本研究は以下の支援を受けて行われました。

日本学術振興会科学研究費補助金（基盤研究（B）16H02837）「なつかしさ感情の機能と個人差：認知・神経基盤の解明と応用」研究代表者：楠見孝）

<研究者からのコメント>

年齢となつかしさ傾向性の関連は以前から指摘されており、高齢になるほど、なつかしい記憶をポジティブに感じやすくなることが報告されていました。エリクソンが提唱した理論では、老年期は自分の人生を振り返り、受け入れることが重視されているため、なつかしさが発達課題の達成と関わるのではないかと着想を得ました。結果として、なつかしい記憶をポジティブに捉える人は統合が高まっていることが示され、興味深い知見が得られました。また、壮年期の発達課題である世代性については、なつかしさ傾向性との関連は見られましたが、因果関係の方向が想定と逆の結果となりました。今後、なぜこのような結果が得られたのか、さらに踏み込んでいきたいです。

<論文タイトルと著者>

タイトル：Relationship Between Nostalgia Proneness, Generativity, and Ego Integrity（なつかしさ傾向性と世代性および統合との関連）

著者：Aya Toyoshima, Takashi Kusumi

掲載誌： *The International Journal of Aging and Human Development*

DOI： 10.1177/00914150241268051