法政大学学術機関リポジトリ
HOSEI UNIVERSITY REPOSITORY

PDF issue: 2024-09-03

想起抑制意図による侵入想起の増加と忘却の抑制

越智, 啓太 / OIKAWA, Haruka / OCHI, Keita / 及川, 晴

(出版者 / Publisher)
法政大学文学部
(雑誌名 / Journal or Publication Title)
法政大学文学部紀要 / Bulletin of the Faculty of Letters, Hosei University
(巻 / Volume)
56
(開始ページ / Start Page)
61
(終了ページ / End Page)
67
(発行年 / Year)
2008-03-10
(URL)
https://doi.org/10.15002/00003213

Hosei University Repository

想起抑制意図による侵入想起の増加と忘却の抑制

越智　啓太・及川　　晴

要　旨

本研究では，トラウマ記憶に見られる侵入想起と鮮明な記憶の長期保持現象が，特殊な符号化メカニズムを想定しなくても，単に，その記憶を思い出したくないという想起抑制意図があるだけで生じることを実験的に示した。47 人の実験参加者に，14 分間の国語の授業に関するビデオを見せ，半数の実験参加者には，見たビデオの内容を決して思い出してはいけないと教示した（実験群），残りの半数の実験参加者にはなるべくひとと話さないようにと教示した（統制群）。実験参加者には，カードを配布し，このビデオの内容が生活の中で自然に想起されてしまった場合，つまり侵入想起された場合には，記録するように教示した。その結果，決して思い出してはいけないと教示した群のほうが，侵入的な想起が多いという逆説的な結果が得られた。また，ビデオの内容についての記憶テストでも，実験群のほうが有意に成績が良かった。さらに，侵入想起回数と記憶成績は高い相関を示していた。この結果は，トラウマ記憶現象のある部分は特殊なメカニズムでなく，その記憶を思い出したくないという意図によって生じている可能性を示している。

キーワード：トラウマ記憶，侵入想起，自伝的記憶，フラッシュバルブメモリー，PTSD

問　題

事故や災害，犯罪や虐待などに遭遇し，心理的なショックを受けた体験についての記憶をトラウマ記憶という。トラウマ記憶は，いくつかの興味深い特徴を持っている。

まず，日常の生活の中で，トラウマとなった出来事の記憶が，突然，自分の意志とは関係なく想起されてしまうという現象がある。家事をしていたり，ＴＶを見たりしているときに，突然，レイプや戦争，事故や災害など，トラウマ体験の記憶が蘇ってくるのである。これを侵入想起（intrusive remembering）という。侵入想起が起こると，トラウマを体験した当時の恐怖や不安，不快感が蘇り，これによって日常生活は大きな支障を受ける。侵入想起は，いわゆるＰＴＳＤ（心的外傷後ストレス障害）の中核的な症状の一つとされている。

次に，そのような体験の記憶は，長期間にわたり鮮明で正確な形で保持されているという特徴がある。例えば，Terr らは，スペースシャトルチャレンジャーの爆発事故を目撃し精神的にショックを受けた子供や，誘拐事件に巻き込まれた被害者を対象にした調査で，彼らのトラウマの原因となった出来事の記憶が長期間にわたって鮮明に，かつ正確な形で保持されていることを示している（Terr, Bloch, Michel, Hong, Reinhartdt, & Metayer, 1996）。

トラウマ記憶のこのような特徴を説明するために，いままでにいくつかの仮説が提案されてきた。それらの仮説は，強い情動を伴う出来事は，他の自伝的記憶と異なり，特殊な形で符号化され，保持，検索されるという，特殊符号化説か，それに

Hosei University Repository

類した考えかたをとることが多い。例えば，van der Kolk, Weisaeth, & van der Hart（1996）は，人間は自分の処理能力を超えるような強度を持つトラウマ体験をした場合，自我が崩壊してしまうことを防ぐために，その体験についての記憶を「瞬間冷凍」し，その体験についての感覚や知覚，情緒や感情，その際の思考などを心の他の領域から切り離す，というメカニズムが発動するといったモデルを提案している。このように「瞬間冷凍」された記憶は，心の他の領域からの干渉を受けないために，時間の経過などによって変化せずに，長期間正確に鮮明な形で保持されるという。また，日常生活でその体験に関連する検索手がかりと出会うと，「瞬間冷凍」された記憶が，そのままの形で取り出されてしまい，その体験は臨場感をもって，情動を伴って正確な形で想起され，日常的な行動を妨害してしまうという。

また，Brown & Kulik（1977）は，いわゆるフラッシュバルブメモリー現象の存在を指摘したが，この現象のメカニズムとして，「ナウ・プリント（Now print！）」という特殊メカニズムの存在を仮定した。これは，強度の情動喚起が生じると，その瞬間の感覚刺激がそのままの形で，符号化され，保持されるというメカニズムであり，人間が進化の過程で獲得してきたものだとされている。同様な特殊メカニズム説は，Chemtob, Roitblat, Hamada, Carslon, & Twentyman（1988），Witviliet（1997）などによっても提案されている。

しかし，特殊な現象の説明に特殊なメカニズムの存在を想定するといった考えは，説明としては同語反復的な感を免れない。さらに，情動が記憶に及ぼす影響についても，統一的な理論が存在しない現状で，あらかじめ情動の強力で特別な機能を仮定して理論化することも問題であろう。理論的には，これらの特殊メカニズムを仮定しないで，トラウマ記憶が引き起こす現象を説明出来ないのかについて，最初に検討してみることが必要であろう。

Wegnerの皮肉過程（ironic process）理論

そこで，これらの現象を特殊メカニズムを用いないで説明できないかを検討してみることにする。まず，侵入想起現象を取り上げてみる。この現象を説明するために利用可能と思われる研究として，Wegnerらによる思考抑制パラダイムの研究がある（Wegner, 1994）。この研究では，実験参加者に「ある対象について考えないように」と教示することによって，逆にその対象についての思考が増加してしまう現象が示されている。例えば，実験参加者に，あるニュートラルな刺激（例えば，「白熊」）を指定して「その対象について考えないようにせよ」という教示を与えると，直後から数日後にかけて，逆説的にその対象についての思考が促進されてしまうという増強効果（Trinder & Salkovskis, 1994）や，一時的には，その対象についての思考が抑制されるものの，その教示の解除後，つまり「もう考えていい」といったあとに，かえって，その対象についての思考が促進されてしまう，といったリバウンド効果が生じる（Clark, Ball, & Pape, 1991; Wegner, Schneider, Knutson & McMahon, 1991）というのである。

Wegner（1994）は，このような現象を説明する原理として，皮肉過程（ironic process）理論を提案している。これは次のようなものである。例えば，いま，何らかの抑制対象について，「考えないように」という思考抑制教示がなされたとする。この場合，我々は，その対象を考えないようにするため，自分の思考をモニターし，それに関する思考が生じそうになると，それに対して，別のことを考えるようにしたり，思考の流れを別の方向にそらすなどの対処をする必要が生じる。ところが，このような行為を行うためには，今現在の思考と，抑制対象刺激を比較照合する作業が不可欠となる。そのため，抑制対象は，ある程度，活性化された状態におかれ続けることになる。また，この比較対照が行われることによって，抑制対象と思考内容の間や，抑制対象とそこから注意をそらそうとしてなされた思考内容の間に検索リンクが生じてしまう。これにより結果として，さまざまな概念が，抑制対象の想起手がかりとなってし

Hosei University Repository

まい，逆に検索されやすくなってしまうというのである。

トラウマ記憶現象の想起抑制意図仮説

Wegnerの理論で扱われているのは，思考についての侵入であるが，この理論は，トラウマ記憶の侵入想起にも同様に適用できると思われる。例えば，いま，思い出したくない出来事の記憶があるとしよう。この場合，我々は，その対象を思い出さないようにするため，自分の外部からの情報を統制したり（想起しそうなキューがありそうなものを見ない，ありそうな場所に行かないなど），その記憶が検索されそうになるとそれに対処したり（なんらかの妨害工作，気晴らし工作をする）する必要がある。ところが，このような行為を行うためには，外的な刺激や思考と，「思い出したくない」記憶を比較照合する作業が不可欠となる。つまり，自分の周りの環境とトラウマ記憶との関係に常に注意を払っている必要がある。これにより「思い出したくない」記憶は，ある程度，活性化された状態におかれ続けることになる。また，この比較照合が行われることによって，思い出したくない記憶と思考内容の間や，思い出したくない記憶とそこから注意をそらそうとしてなされた思考の間に検索リンクが形成されてしまう。これにより結果として，この記憶が，逆に想起されやすくなってしまい，侵入想起現象が生じる，というわけである。

また，このような侵入的な想起が，頻繁に生じるとすれば，侵入想起が生じるたびに，対象となった記憶は，想起され，再符号化されるわけであるから，記憶は忘却されにくくなり，長期間にわたって，正確に鮮明なまま保持されることも考えられる。以上のような考えによれば，少なくとも，侵入想起現象と忘却抑制現象の一部は，トラウマ記憶の特殊なメカニズムを用いなくても，想起を抑制する意図の存在によって説明できることになる。

では，この仮説を確認するためには，どのような方法が考えられるだろうか。ひとつの方法は，トラウマティックでないニュートラルな刺激でも，想起を抑制しようとする意図さえあれば，侵入想起現象と忘却抑制現象が生起することを確認することである。そこで，本研究では，これを実験的に検討することにした。

方　法

実験参加者 実験参加者は都内の専門学校生47名（18歳～20歳）

材料 材料として「シリーズ授業1，国語Ⅰ，漢字の字源をさぐる　石井順治　四日市市立下野小学校」（岩波書店　1991）のビデオの最初の14分間の部分を使用した。これは，小学校5年生の国語の授業を録画したもので，「漢字の字源」に関するものである。内容は興味深いものではあるが，トラウマティックな内容ではない。

手続き 実験参加者は教室で，集団でこのビデオを視聴した。その後，実験参加者にA6の大きさの小さな厚紙のカードを配布し，教示を行った。実験群には，「これから，2日間，今見たビデオの内容について，決して思い出さないようにしてください。いま配布したカードをこれから，2日間ずっと身に付け，もし，このビデオについて，生活の中で思い浮かんだら，このカードにチェックをいれるようにしてください」と教示した。統制群には，「これから，2日間，今見たビデオの内容について人と話さないようにしてください。いま配布したカードをこれから，2日間ずっと身に付け，もし，このビデオについて，生活の中で思い浮かんだら，このカードにチェックをいれるようにしてください」と教示した。教示の後，実験参加者は一旦解散した。3日後に，実験参加者を再び集め，カードを回収するとともに，ビデオの内容についての記憶テストを行った。テストは，ビデオの内容についてのプローブ再生質問形式の80問の質問であった。最初にビデオを呈示した際には，このテストを予告していなかったので，実験参加者にとっては偶発的な記憶課題となった。記憶テストは，具体的には「この授業の先生のズボ

Hosei University Repository

ンは何色でしたか」,「先生が最初に黒板に書いた文字は何ですか」などの項目からなっていた。

結　果

侵入想起現象

まず，2 日間に実験参加者が，この刺激のビデオについて，侵入想起した頻度を，Fig.1 に示した。この結果について 2（条件間）× 2（第 1・2 日目）の分散分析をおこなったところ，条件間の主効果［F（1,44）=5.51, p<.05］が有意になった。第 1・2 日目についての主効果［F（1,44）=1.63, ns］と，交互作用［F（1,44）=0.03, ns］には，有意な差は見られなかった。これは，「思い出さないように」という教示を行うことによって逆説的に，侵入想起が増加してしまう増強効果が生じること，この効果は少なくとも 2 日間は持続することを示している。

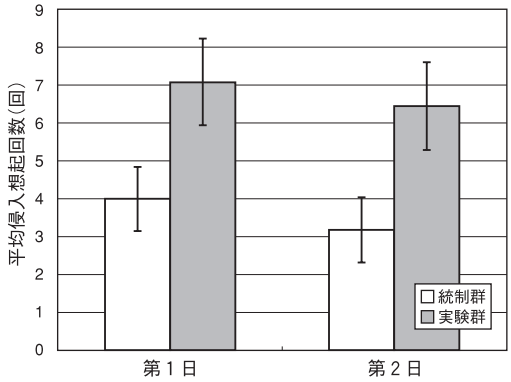

Fig.1 実験群と統制群における第 1 日目と第 2 日目の侵入想起回数（バーは標準誤差）

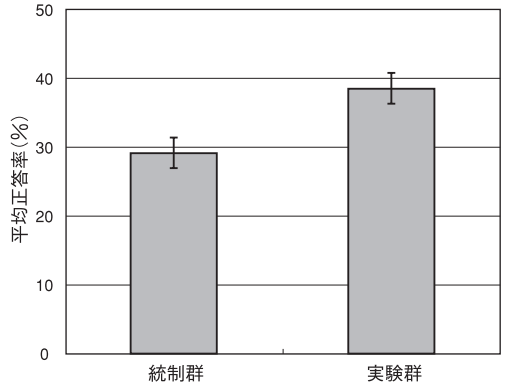

Fig.2 実験群と統制群における再認成績（バーは標準誤差）

再認成績

次に，記憶テストについての分析を行った。各群の実験参加者の平均正答数を Fig.2 に示した。この結果について一元配置の分散分析を行った結果，条件間の主効果［F（1,46）=8.45, p<.01］が有意になった。これは，実験群の記憶が統制群に比べて優れていることを示している。

侵入想起回数と記憶成績の相関

本研究の仮説のひとつは，実験群で，記憶成績が優れているとすると，それは，何回も侵入想起されることによって，再符号化される結果であるというものである。もし，そうであるならば，侵入想起回数と記憶成績の間に，相関が見られることになる。そこで，これらの間の peason の相関係数を算出したところ，統制群で r=0.452，実験群で r=0.433 両群を併せたデータで r=0.497 となった。いずれの値についても無相関検定（両側）で p<.05 となり有意な相関があった。

考　察

本研究では，実験参加者にニュートラルな内容の刺激ビデオを見せた後，その刺激についての想起抑制を教示するだけで，日常場面で，その内容が侵入的に想起されやすくなるといった現象が生じることが示された。「想起するな」という教示をすることによって，かえって，侵入想起が増加するというこの現象は，逆説的なものである。また，実験群は，対象となった刺激についての記憶テスト成績が良くなることが示された。侵入想起回数と記憶テストの成績に相関が見られ，その相関が統制群と実験群ではほぼ同じであることから，想起抑制意図が侵入想起を増加させ，その結果として，刺激の内容が再符号化され，侵入想起回数に応じてその内容が忘却されにくくなったというプ

Hosei University Repository

ロセスが存在したこと，トラウマ記憶が長期保持されるのは侵入想起がなされるからであることがわかる。

ただし，本実験の結果をトラウマ記憶現象のモデルとして使用するためには，次のようないくつかの点について考慮していかなければならない。

まず，本実験においては，「想起禁止教示」を外部から与えたという点である。実際のトラウマ記憶の場合，想起禁止教示が与えられるのではなく，自ら想起したくないと考えるわけであり，この違いがある可能性がある。つまり，「思い出すな」という命令は「思い出したくない」というものとは必ずしも同じとはいえないということである。この点について，検証する必要がある。第2に，実際には，トラウマ記憶現象はこの実験で扱われたような数日間に限った現象でなく，場合によっては数ヶ月，数年にもわたる現象である。本実験はごく短時間での効果を示したわけであるが，これが，長期間にわたる現象と同じものなのかについても，検討する必要があるだろう。第3に侵入想起される体験の内容の問題がある。トラウマ体験は，追体験されるように，リアルタイムでさまざまなモダリティを伴い臨場感をもって再生される現象が生じる場合があることが知られている。このような形の想起が本研究の実験参加者で生じたか否かは確認していない。また，トラウマ記憶の侵入想起においては，想起されるトラウマ記憶の一部分が実際の出来事と異なっている場合（Bryant & Harvey, 1998）や，自分の体験そのものではなく，最悪のケースについてイメージ化したものであることもある（Merkelbach, Muris, Horselenberg, & Rassin, 1998）。これらの現象についても本実験で生じたかは確認していない。

このような点を考えると，今のところトラウマ記憶の特殊な効果が，すべて想起抑制意図によって作られていると結論づけることは出来ないであろう。しかしながら，侵入想起や記憶の長期保持が想起抑制意図によって作られるのであれば，想起抑制意図が生じるような大きなトラウマイベントの記憶現象の少なくとも一部分に関しては，このようなメカニズムによって生じている可能性はある。そのため，今後，トラウマ記憶現象を検討する場合には，そのどの部分が想起抑制意図によって生じていて，どの部分が過度の情動喚起などのトラウマ特有の機制によって生じているのかを明確にしていくことが必要であると思われる。

文献

Brown, R., & Kulik, J. 1997 Flashbulb memories. *Cognition,* **5**, 73-99.

Bryant, R. A. & Harvey, A. G. 1998 Traumatic memories and pseudomemories in posttraumatic stress disorder. *Applied Cognitive Psychology*, **12**, 81-88.

Chemtob, C., Roitblat, H. L., Hamada, R. S., Carslon, J. G., & Twentyman, C. T. 1988 A cognitive action theory of post-traumatic stress disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, **2**, 253-275.

Clark, D. M., Ball, S., & Pape, D. 1991 An experimental investigation of thought suppression. *Behavior Research and Therapy*, **29**, 253-257.

Merckelbach, H., Muris, P., Horselenberg, R., & Rassin, E. 1998 Traumatic intrusions as 'worse case scenario's' *Behaviorur Research and Therapy*, **36**, 1075-1079.

Neisser, U., & Harsch, N. 1992 Phantom flashbulbs: false recollections of hearing the news about Challenger. In E. Winograd & U. Neisser (Eds.) *Affect and accuracy in recall*. (pp.9-31.) Cambridge: Cambridge University Press.

Schooler, T. Y., & Baum, A. 1999 Memories of a Petrochemical explosion. in L.M.Williams & V.L.Banyard (eds.) *Trauma and Memory*. Thousant Oaks: Sage publications.

Terr, L. C., Bloch, D. A., Michel, B. A., Hong, S., Reinhartdt, J. A., & Metayer, S. 1996 Children's memories in the wake of Challenger. *American Journal of Psychiatry*, **153**, 618-625.

Trinder H. & Salkovskis, P. M. 1994 Personally relevant intrusions outside the laboratory: long-term suppression increases intrusion. *Behavior Therapy and Research*, **32**, 833-842.

Hosei University Repository

van der Kolk, B.A., & Fisler, R. 1995 Dissociation and the fragmentary nature of traumatic memories: overview and exploratory study. *Journal of Traumatic Stress*, **8**, 505-523.

van der Kolk, B. A., Weisaeth, L. & van der Hart, O. 1996 History of trauma in psychiatry. in B.A. van der Kolk, A. C. McFarlane, L.Weisaeth (eds.), *Traumatic Stress: the effects of overwhelming experience on mind, body, and society*. New York:Guilford Press.

vanOyen, C., 1997 Traumatic intrusive imagery as an emotional memory phenomenon:A review of research and explanatory information processing theories. *Clinical Psychology Review*, **17**, 509-536.

Wegner, D. M. 1994 Ironic processes of mental control. *Psychological Review*, **101**, 34-52.

Wegner, D. M., Schneider, D. J., Knutson, B., & McMahon, S. R. 1991 Polluting the stream of consciouness: the effect of thought suppression on the mind's environment. *Cognitive Therapy and Research,* **15**, 141-152.

Hosei University Repository

《Summary》

Increased intrusive remembering and suppression of forgetting by the intention to suppress remembering

OCHI Keita and OIKAWA Haruka

Memory intrusions and long term retention of vivid memories are commonly known phenomena related to traumatic memory. This article provides empirical evidence that these phenomena may occur through a mere suppression intention not to recall the unwanted memory, with no special coding mechanism as such. Forty-seven participants watched 14minutes video clip. Half of the participants were instructed not to recall the contents of the video, while the remaining half were instructed not to tell people about the video. All the participants received a card to which make a record every time when the contents of the video pops in to their mind naturally in the preceding days. Results obtained were paradoxical in the sense that the group instructed not to recall actually experienced more intrusive recall. This group scored higher in a post hoc recall test. Further, the intrusive recall frequency and the memory scores were strongly correlated. This finding points to a possibility that traumatic memory phenomena is partially due to intention not to recall that memory, rather than special coding mechanism.

Keywords: traumatic memory; intrusive remembering; autobiographical memory; flashbulb memory; PTSD