

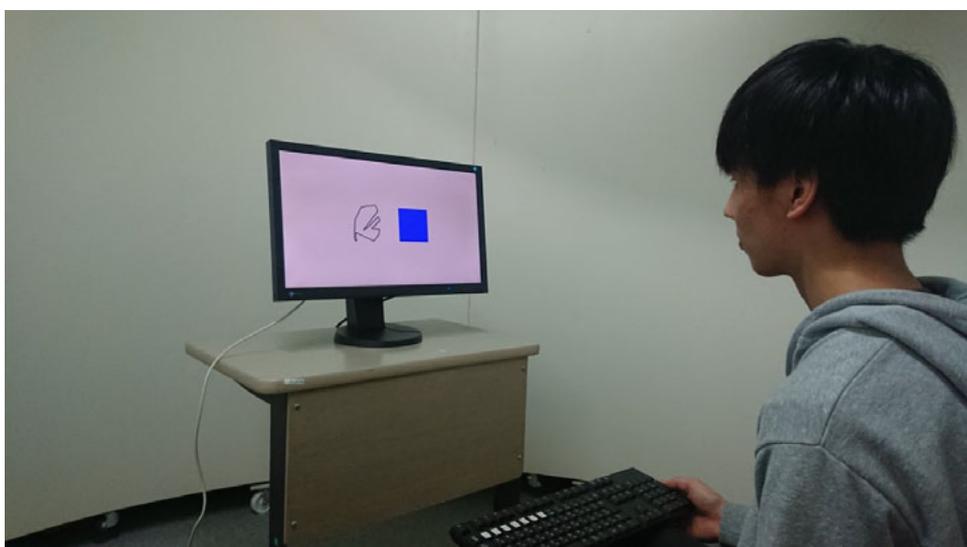
## 悲しみを癒す —分散型記憶モデルに基づく原理的対処法の検討—

### 研究者の所属・氏名等

フリガナ 氏名	シライ マリ子 白井 真理子
所属等	同志社大学 心理学部 助教
プロフィール	同志社大学大学院心理学研究科博士後期課程修了(博士(心理学))。専門は感情心理学で、中でも悲しみの感情について研究をしている。悲しみといえども様々な種類の悲しみがあり、それぞれの悲しみに対して効果的な対処方法が異なるのではと考えたことが研究を始めた動機である。主観反応だけでなく、生理・行動反応も含めた多角的な観点から、ヒトのこころのメカニズムの象徴である感情の特徴を明らかにしたいと考えている。

### 1. 研究の概要

突然の事故や災害などによる大切な人との別れは、深い悲しみを惹き起こし、複雑性悲嘆や PTSD(心的外傷後ストレス障害)などの精神症状を引き起こすことは広く知られている(松井, 1997)。こうした背景には、感情が与える長期記憶の影響が挙げられ、この記憶は海馬や前頭前野を含む脳記憶システムから切り離され断片化されていることが示唆されている(西川, 2008;va der Kolk, 2015)。断片化された記憶の消去や再構成を促すためには、長期記憶のメカニズムに基づいた記憶の変化過程を明らかにする必要がある。例えば、楽しい出来事の記憶は、脳の一部に限定して蓄えられている訳ではなく、さまざまな領域が関与することで維持されていると考えられている。このような理論的立場は、分散型記憶モデル(Tyler et al., 2001)と呼ばれ、脳がダメージを受けたとしても、被害が認知機能の部分的な不全にとどまり、リハビリによって機能回復が促されうる現象を効果的に説明できるモデルである。本研究では、この分散型記憶モデルに基づき、感情が関連する出来事の発生前後において、記憶がどのように経時的変化をするかを、実験的に明らかにするための研究を行った。



実験の様子

## 2. 研究の動機、目的

悲しみという感情に焦点を当て、感情が関係する出来事の前後で、形成された長期記憶がどのように変化するかを検討することを目的とした。感情が記憶に与える影響を明らかにすることにより、臨床場面での介入方法の開発において有効な知見を提示できる可能性がある。PTSDのようなネガティブな感情記憶を保持している疾患に対して有効とされる認知行動療法では、記憶を繰り返し思い出させることによる対象者の負担をいかに減らすか、3ヶ月以上かかる治療期間をどのように短縮するかが課題である。本研究により、分散型記憶モデルに基づき、長期記憶に焦点を当て、強い感情反応と結びついた出来事の記憶(例えば、トラウマ記憶)が元に戻るという「適切な回復を促す治療法」を確立する一助につなげたい。

## 3. 研究の結果

参加者8名(男性4名、女性4名、平均年齢22.5歳)に対し、図形と色の連合記憶課題を行った。課題は3つのフェーズから構成されており、各参加者につき10日ほど要した。第1フェーズでは、参加者が図形と色の組み合わせを記憶し、保持されているかどうかのテストを受けた。第2フェーズは、第1フェーズの2、3日後に行い、図形と色の組み合わせに中性音を提示する中性条件と、感情音を提示する感情条件を用意し、連合記憶課題を行った。第3フェーズでは、第2フェーズの1週間後に、図形と色の連合記憶が保持されているかについてテストを行なった。

第2、3フェーズにおける、中性条件と感情条件の記憶保持率の変化を検討した。中性条件の保持率は第2フェーズが99%( $SD = .03$ )、第3フェーズが91%( $SD = .18$ )、感情条件がそれぞれ96%( $SD = .09$ )、97%( $SD = .04$ )であり、中性条件より感情条件の方が、第3フェーズの保持率が高かった。第3フェーズで、記憶保持率の低下を示した参加者は、中性条件においては3名であったが、感情条件ではおらず、分布の偏りはカイ二乗検定において有意傾向を示した( $\chi^2 = 3.692$ ,  $p = .055$ )。参加者がまだ8名のため、厳密な結論を下すには時期尚早ではあるが、記憶形成に感情が関与しうることを示唆している。

## 4. これからの展望

本奨励金で得られた知見に基づき、今後も、ネガティブな感情が及ぼす記憶への影響について実証的知見を積み重ねていく。ネガティブな感情の出来事の付加が、部分的に長期記憶を変化させることが示唆されたので、更に人数を増やし、いかに効果的に記憶の回復を促すことができるかについての研究を進める。

研究者を志した背景には、少しでも苦しんでいる人の助けとなれるような、役に立てるような研究ができればという思いがあった。本奨励金は、その目標を支援してくれるものであり、今後も人のためになるとはどのようなことなのかを考え続けながら真摯に研究と向き合っていきたい。

## 5. 社会に対するメッセージ

自身の専門である心理学の研究領域の観点から、得られた知見を社会に還元し、貢献するためには、基礎研究を堅実にやり、基礎と応用を繋げることが必須である。本奨励金により、基礎研究の重要性や独創性の評価を得て、挑戦的研究に取り組むことができた。新しいことに挑戦する際には困難が伴うが、この度の支援を得たことにより、挑戦し続けてゆくことの大切さを学んだ。支援してくださった方への感謝を忘れずに、これからも研鑽を重ね、本奨励金による後押しに応えていきたいと思う。