

日常生活場面における記憶能力の自己評価と 時間的展望の関係 —記憶能力質問紙(MAQ)とジンバルド—時間的展望尺度(ZTPI)の 因子間の相関分析—¹

清水 寛之 神戸学院大学心理学部

**Relationships between self-assessment of memory ability and time perspective in everyday life:
A correlational analysis of factors between the Memory Ability Questionnaire (MAQ) and the
Zimbardo Time Perspective Inventory (ZTPI)**

Hiroyuki Shimizu (Department of Psychology, Kobe Gakuin University)

The purpose of the present study was to elucidate the relationships between self-assessment of participants' own memory ability and time perspective in everyday life using the Memory Ability Questionnaire (MAQ) and the Zimbardo Time Perspective Inventory (ZTPI). A hundred and twenty-two undergraduate and graduate students (18-26 years old) participated in the study, and the two kinds of questionnaires were successively administered to each of the participants. The participants were asked to rate 30 items of the MAQ (4 factors) and 56 items of the ZTPI (5 factors) on both 5-points scales from "not true at all" to "very true". The results indicate statistically significant positive or negative correlations of ratings between several factors, but there were no relation between the other factors. The results were discussed in terms of the meaningful interpretations for the positive or negative relation among the factors and the possibility of practical implications of the data of high or low correlations between the specific factors in self-assessment of memory ability and and time perspectives.

Key words:metamemory, memory ability, time perspective, the Memory Ability Questionnaire (MAQ), the Zimbardo Time Perspective Inventory (ZTPI)

Kobe Gakuin University Journal of Psychology
2020, Vol.3, No.1, pp.31-41

私たちは日常生活のなかで、ふとした機会に自己の記憶能力の限界や変化に気づくことがある。他者に比べて自己の記憶能力が劣っているのではないかと、あるいは、以前に比べて自己の記憶能力が減退しているのではないかとという自覚をもつことがある。そうした自覚が多少あったとしても、何の支障もなく社会生活や家庭生活を営んでいる場合もあれば、日常のさまざまな生活場面で物覚えの悪さや物忘れの

激しさを周囲から指摘されて、ようやく自己の記憶能力の問題に無自覚であることに気づく場合もあるだろう。しかも、個人は自身の記憶活動を正確に把握しているとは限らず、誤った捉え方や記憶に関する偏った信念に基づいて記憶活動が展開されることが大いに考えられる。したがって、個人の実際の記憶活動とそれを支える意識的な記憶プロセスとは必ずしも一致せず、両者の間に何らかの解離が生じる可能性があることが示唆される。そして、両者の解離の程度には個人差があることが知られ、種々の実験室課題や質問紙調査を用いた心理学的検討がかなり以前から進められている (e.g., Beaudoin &

1 本研究は、JSPS 科研費 22530803, 25380992, 17K04510 の助成を受けたものである。本研究の一部は、日本心理学会第 83 回大会(2019 年 9 月 11 日)において発表された。

Desrichard, 2011; Nelson, Leonesio, Landwehr, & Narens, 1986; Shimizu, 1996)。

個人の記憶活動の有効性や記憶能力の高低に関する客観的な評価とは別に、自らの記憶行動や記憶能力を主観的にどのように捉えるかによって、過去、現在、および未来の自己に関する認識そのものが変わってくるのが容易に推察できる。自己の能力を理解する際に、日常生活場面での物覚えの良さや悪さ、物忘れの頻度や激しさ、予定や約束事の失念の程度などを考慮に入れることがある。逆に、そうした日常経験に基づいて自己像がしだいに定着していく場合も考えられる。当然のことながら、人は自己の記憶能力に関する主観的評価に基づいて、過去の出来事を想起するための努力や方略使用を調整し、将来の記憶課題成績を予測することができる。たとえば、記憶能力に関する自己評価が低かったり、自己理解が不十分であったりすると、過去の経験を現在や将来に生かすことを諦め、将来の目標を低く設定してしまうかもしれない。一方、自己の将来像について極端に悲観主義的な捉え方をしたり、あるいは楽観主義的・宿命論的な見方をしたりする人ほど、それまでの人生のなかで経験を通して得たものの大きさに気づかず、自己の記憶機能に関する信念が偏っている（「以前と同じように、またしくじってしまうにちがいない」など）、記憶行動の失敗を過度に軽微なものとして受けとめる（「予定や約束事の失念は誰にでもあることなので、気にしないほうがいい」など）といった可能性が考えられる。

こうした問題は広く、日常生活場面における個人のメタ記憶 (metamemory) と時間的展望 (time perspective) との関係という研究テーマのもとに位置づけることができる。ここでのメタ記憶とは、個人や他者の記憶にかかわる個人の認識や知識、理解、思考、経験、活動などを含む広い概念である (Nelson & Narens, 1990; 清水, 2013)。メタ記憶には、特定の記憶課題において記憶方略を使用できることに気づくことや、記憶課題の学習容易性、記憶する個人の状態や能力、使用できる記憶方略の有効性などに関連した事柄についての広範な知識が含まれている。そうした知識だけでなく、自己の記憶行動を監視したり記憶成績を予測したりする能力や、自己の記憶行動のプランニングやコントロール、調整、修正などにかかわる諸能力もメタ記憶のなかに含めて考えることができる。

メタ記憶は、実験室場面において記銘や保持、想起、忘却に関連するさまざまな判断や予測を調べる方法が数多く考案されてきた (e.g., 清水, 2012)。その一方で、現実の日常生活場面でのメタ記憶の問題を探るための方法もこれまでに研究されてきた。個人における日常生活場面での自己の記憶能力や記憶行動に関する認識は、メタ記憶質問紙 (metamemory questionnaire) によって検討することができる。メタ

記憶質問紙は、調査参加者個人の記憶能力や記憶行動に関する主観的判断や回想的評価を調べるものである。メタ記憶質問紙には、日常記憶質問紙 (Everyday Memory Questionnaire, EMQ: Sunderland, Harris, & Baddeley, 1983, 1984:

日本版は清水・高橋・齊藤, 2006, 2007), 認知的失敗質問紙 (Cognitive Failure Questionnaire, CFQ: Broadbent, Cooper, FitzGerald, & Parkes, 1982: 日本版は清水・高橋・齊藤, 2006, 2007), 成人メタ記憶尺度 (Metamemory in Adulthood questionnaire, MIA; Dixon & Hulsch, 1983; Dixon, Hultsch, & Hertzog, 1988: 金城・井出・石原, 2013), 記憶能力質問紙 (Memory Ability Questionnaire, MAQ: 楠見, 1991) などがあり、それぞれの特徴に合わせてさまざまな属性をもつ人々を対象に広範に利用されている (e.g., 清水・金城, 2015a, 2015b)。

他方、時間的展望とは、「ある一定の時点における個人の心理的過去と未来についての見解の総体」(Lewin, 1951/1979) のことである。つまり、時間的展望は、個人の心理的な過去や現在、未来に関する認識であると言い換えることができる。時間的展望に関する有用な測定尺度の一つに、Zimbardo & Boyd (1999) によって開発されたジンバルドー時間的展望尺度 (Zimbardo Time Perspective Inventory, ZTPI) がある。この質問紙もまた、数多くの研究で広範囲に使用されており (Bonniwell, Osin, Linley, & Ivanchenko, 2010; Bonniwell & Zimbardo, 2004; Drake, Duncan, Sutherland, Abernethy, & Henry, 2008), 下島・佐藤・越智 (2012) によって日本版 ZTPI (以下では単に ZTPI とよぶ) が開発されている。

清水 (2018a) は個人のメタ記憶と時間的展望との関係を明らかにするために、大学生を対象に EMQ, MIA および ZTPI を用いた質問紙調査を実施し、これらの質問紙を構成する因子間の相関関係を検討した。その結果、日常的に記憶に関する失敗や困難の経験が多いと認識している人ほど、記憶能力に自信がもてず、内的な記憶方略を用いて積極的に努力を傾けることもなく、時間的展望においても総じて過去を否定的に捉えがちで、自らの努力の価値を低く見積もっている可能性があることが示された。

さらに、清水 (2018b) は、日常生活における認知的失敗の経験と時間的展望の関係を明らかにするために、CFQ と ZTPI の因子間の相関分析を行った。その結果、時間的展望に関連して、自己の一貫性や連続性における否定的な側面は、日常生活のさまざまな回想記憶や展望記憶に関連した失敗経験に基づいていることが示唆された。その一方で、自己の一貫性・連続性における肯定的側面は日常場面での認知的失敗の自己評価とは結びついていない可能性が示唆された。

これらの先行研究で用いられたメタ記憶質問紙のうち、EMQ と CFQ はともに、特定の記憶に関連し

た問題行動や失敗現象がどの程度の割合で生じたかの評定を調査参加者に求める形式をとっている。EMQの場合、たとえば、「物を置いた場所を忘れる。身の回りの品物をなくす」という記述文に対して、その出現頻度を「最近6カ月で1回もない」から「日に1回以上」までの9段階で評定することが求められる。CFQの場合も同様に、たとえば「本などをよく考えないで読み直さなければならないことが」という記述文の一部に対して、その出現頻度を過去6カ月の間で「まったくない」から「非常によくある」までの5段階で評定することが求められる。つまり、記憶に関する具体的な問題行動や失敗現象について、EMQでは絶対的な出現頻度を、CFQでは相対的な出現頻度を評定することが求められる。

MIAでは、たとえば、「若い頃にくらべると、今はよく物を置き忘れるようになった」といった記述文に対しては、「まったくそのとおりだと思う」から「まったくそうは思わない」までの5段階で評定することが求められ、「覚える手助けとして、頭のなかでイメージや光景を思い描きますか」という疑問文に対しては「まったくしない」から「いつもする」までの5段階で評定することが求められる。つまり、MIAの場合、特定の記憶に関する問題の発生傾向が調査参加者自身にあてはまるかどうかの程度を問う質問項目と、特定の記憶行動や記憶方略の使用に関する相対的経験頻度を問う質問項目が混在している。

したがって、全体として、これまでのメタ記憶と時間的展望との関係を検討した研究は、用いられた質問項目の大半が記憶に関する具体的な問題行動や失敗行動の出現頻度に焦点をあてていたことがわかる。しかしながら、メタ記憶と時間的展望との関連を調べるにあたって、そうした記憶に関する問題や失敗の経験だけでなく、個人が自己の記憶能力を全般的にどのように捉えているかにも関心がもたれる。絶対的頻度評定であれ、相対的頻度評定であれ、特定の問題行動や失敗行動の出現頻度を個別に問うだけでは、単に自身が経験した個々のエピソードの想起に基づいた出現頻度評定にとどまり、記憶能力に関する問題や失敗から見た自己認知を捉えるには至っていないかもしれない。たとえば、調査参加者が特定の問題行動や失敗行動について最近6ヶ月以内に「何回くらい出現した」（絶対的頻度評定）、あるいは「かなりよくあった」（相対的頻度評定）と回答したとしても、行動傾向の特徴に関する自覚に結びついていない可能性が考えられる。そのため、記憶や忘却に関する自らの能力をより全般的にどのように捉えているかを検討することが重要である。

実際に、MIAにおいて自己の記憶能力の変化や不安に関するあてはまりの程度（以下、適合度という）の評定が求められた質問項目では、ZTPIの特定の質問項目群との相関が認められている（清水，2018a）。その結果から、自己の記憶機能の減退をあまり感じ

ない人ほど、過去の自らの人生をネガティブに捉えることがなく、現在の状態を運命づけられたものとは考えていない傾向が示された。

そこで、本研究では、メタ記憶と時間的展望との関係をさらに詳細に調べるために、個人の記憶能力に関する自己評価を適合度評定によって調べるメタ記憶質問紙を用いて回答データを収集し、時間的展望を測定する質問紙への回答データとの相関を検討することを目的とする。調査参加者の日常生活場面での記憶能力の自己評価を調べる質問紙としてMAQを、時間的展望を調べる質問紙としてZTPIを用いる。

MAQは楠見（1991）によって開発されたメタ記憶質問紙の一種で、日常記憶行動に関連した特定の個人的傾向や特徴を表す記述文（全31項目、たとえば、「いやな思い出が忘れられない」、「神経衰弱（同じ数字の組を当てるトランプゲーム）が得意である」）に対して、「全くあてはまらない」から「非常に良くあてはまる」までの5段階で自己の適合度を評定することが求められる。楠見（1991）は、回答データに対して因子分析を行い、自己の記憶能力は、(a)「検索困難、意図的想起の失敗経験」、(b)「頭から離れない記憶、回想的記憶、無意図的想起」、(c)「もの忘れ、無意図的忘却、回想・未来記憶想起の失敗」という3因子から構成されることを明らかにしている（ここでの「未来記憶」は「展望記憶」と同義）。その後に行われた研究では、さらに第4の因子として「人名の想起困難」という因子が抽出されている（清水他，2006，2007）。

MAQの特徴の一つとして、上記(b)の因子は他のメタ記憶質問紙では見い出されておらず、調査参加者の無意図的想起に関連した記憶能力を独自に捉えることができると考えられる。ここでの無意図的想起とは、とくに思い出そうという意図がないにもかかわらず、ふと思い出されるといった現象を指す。

ZTPIは、56項目から構成され、次の5つの因子が抽出されている（下島他，2012）。すなわち、(a)「過去否定（Past Negative）」（自己の一貫性における否定的な側面と関連する）、(b)「未来（Future）」（将来の目標や見返りのために努力する態度と関連する）、(c)「過去肯定（Past Positive）」（自己の一貫性における肯定的な側面と関連する）、(d)「現在快楽（Present Hedonistic）」（快楽的で危険を好み、向こう見ずな態度に関連する）、(e)「現在運命（Present Fatalistic）」（人生は運命で決まっているなどの無力感を伴った態度に関連する）、である。

本研究は、メタ記憶と時間的展望との関係を探る総合的研究の一環として、メタ記憶質問紙の一種であるMAQと時間的展望を測定するZTPIを同一の大学生に与えて回答を求める。その回答データをもとにそれぞれの質問紙を構成する因子間の相関関係を明らかにすることで、日常生活場面における個人の記憶能力の自己評価と時間的展望との関係を検討す

る。

方 法

調査参加者

神戸学院大学に在籍する学部学生と大学院学生、合わせて 122 名が本調査に参加した。そのうち、男性が 58 名、女性が 64 名であった。調査参加者全体の年齢は、平均 20.29 歳（標準偏差 1.22、範囲 18 - 26 歳）であった。

調査期間

調査は、2012 年 3 月から同年 8 月にかけて行われた。

調査場所

調査は、認知心理学実験室（神戸学院大学有瀬キャンパス 14 号館 5 階）で行われた。

質問紙の構成

記憶能力質問紙 日常生活場面における全般的な記憶行動や記憶能力などに関する自己評価を調べるためのメタ記憶質問紙として MAQ が用いられた。日常記憶行動に関連した特定の個人的傾向や特徴を表す記述文（全 31 項目、たとえば、「よく忘れものをする」）に対して「全くあてはまらない」、「あまりあてはまらない」、「どちらでもない」、「かなりあてはまる」、「非常にあてはまる」の 5 段階で自己の適合度を評定することが求められた。

清水他（2006, 2007）は、楠見（1991）の研究結果を参考に、MAQ が次の 4 因子から構成されるという結果を示している（Table 1 参照）。すなわち、第 1 因子「もの忘れ、無意図的忘却、回想・未来記憶想起の失敗」、第 2 因子「頭から離れない記憶、回想的記憶、無意図的想起」、第 3 因子「検索困難、意図的想起の失敗経験」、第 4 因子「人名の想起困難」、である。

ジンバルド一時的展望尺度 日常生活場面における時間的展望を測定するための質問紙として ZTPI が用いられた。ZTPI は、個人の時間的展望に関する記述文（全 56 項目）に対して「全くあてはまらない」、「あてはまらない」、「どちらともいえない」、「あてはまる」、「よくあてはまる」、の 5 段階で評定することが求められた。

下島他（2012）は、Zimbardo & Boyd（1999）の研究結果を参考に、ZTPI が次の 5 因子から構成されるという結果を示している（Table 2 参照）。すなわち、第 1 因子「過去否定」、第 2 因子「未来」、第 3 因子「過去肯定」、第 4 因子「現在快樂」、第 5 因子「現在運命」、である。

調査手続き

質問紙調査は、総合的なメタ記憶に関する研究の

一環として、他の実験や検査、別の調査とともに、同一の調査参加者に対して個別に行われた。どの調査参加者に対しても、最初に MAQ が与えられたあと 10 ~ 15 分程度の休憩時間を置いてから ZTPI が与えられた。調査参加者がすべての調査に対して落ち着いて取り組めるように配慮がなされた。

調査参加者は、最初に全体的説明を受け、本研究への参加に関する同意書への署名が求められた。次に、調査が行われ、そのあとに参加協力への謝金の支払いに関する事務手続きが行われた。

分析方法

本研究における調査に関するすべてのデータは、表計算ソフトウェア Microsoft Office Excel 2013 によって集計・整理され、統計的分析は統計解析ソフトウェア IBM SPSS Statistics 26 によって行われた。ただし、MAQ については、予備分析によって共通性が低く、先行研究（楠見, 1991）でも除外されている 1 項目（「記憶力が良い方である」）を除いて、基礎集計以降の分析が行われた。質問紙調査によって得られた回答に対して以下の得点化が行われた。MAQ については「全くあてはまらない」から「非常にあてはまる」までの、ZTPI については「全くあてはまらない」から「よくあてはまる」までのそれぞれの 5 段階の評定反応に対して、順に 1 ~ 5 の得点を与えられて得点化された（いずれも逆転項目については得点化を反転させた）。MAQ の得点が高いほど、自身の記憶能力が高いと評価していることを示す。ZTPI ではいずれの項目においても評定値が高いほど、時間的展望に関連した特定の態度や認識の傾向が強いことを示す。

倫理的配慮

本研究は、筆者の所属する神戸学院大学の「ヒトを対象とする研究等倫理委員会」に対して事前審査を申請し、2010 年 12 月に承認を受けた（承認番号 HEB101207-2）。研究調査に先立って、すべての参加者に対して、研究参加に関するさまざまな権利を保障する文書を示し、そうした理解のうえで本研究への参加協力に同意する文書を研究者（筆者）との間で取り交わした。そのなかで、(1) 実験等への参加は、個人の自由意思によるもので、参加しなくても不利益を受けないこと（授業科目の単位認定や成績評価とも関係しないこと）、(2) 実験等の開始後も、いつでも自由に中断・辞退でき、その場合も不利益を受けないこと、(3) 実験等の途中または終了後に本実験に関して疑問が生じたときは、すぐに連絡し、適切な対応・措置が受けられること、(4) 本研究によって得られたデータは統計処理を加えたうえで学術雑誌などに公表されることがあるが、その場合も参加者の個人情報には厳格に保護され、個人を特定し得る情報は公表されないこと、が記載されていた。これらについて、研究者（筆者）と調査参加者の両者の

署名入りの同一の同意書が2通作成され、双方が1通ずつ保管するという手続きがとられた。

憶想起の失敗」が最も低かった [いずれも $p_s < .05$]。したがって、本研究における調査参加者の全体的な記憶能力の自己評価の特徴として、過去の出来事の

結果

記憶能力質問紙 (MAQ) の結果

MAQ の 31 項目のそれぞれに対する全調査参加者の評定値について、平均と標準偏差を算出した結果を Table 1 に示す。質問項目の全体平均は 3.04 (標準偏差 1.30, 範囲 1.76-4.07) であった。

清水他 (2006, 2007) の研究結果に基づいて、調査参加者ごとに各因子別の評定値の平均と標準偏差を算出し、Figure 1 に示す。試みに因子間の平均評定値を比べると、全体として因子の主効果の有意性が認められた [$F(3, 363) = 71.24, p < .001, \eta_p^2 = .371$]。因子間で平均評定値の差を見てみると、主として、平均評定値が最も高いのが「検索困難, 意図的想起の失敗経験」で、次に「頭から離れない記憶, 回想的記憶, 無意図的想起」と「人名の想起困難」が同程度で、「もの忘れ, 無意図的忘却, 回想・未来記

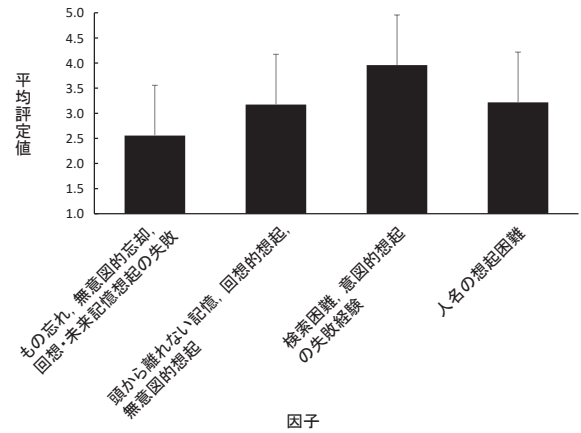


Figure 1

記憶能力質問紙 (MAQ) MAQ の因子別平均評定値 (エラーバーは 1 標準偏差を示す)

Table 1 記憶能力質問紙 (MAQ) の因子ごとの質問項目と評定値

因子	項目番号	質問項目	平均	標準偏差
もの忘れ, 無意図的忘却, 回想・未来(展望)記憶想起の失敗	4	お金を何に使ったかを忘れてしまう	2.53	1.16
	1	よく忘れものをする	3.11	1.01
	13	お金の貸し借りをよく忘れる	1.82	1.04
	16	待ち合わせの時間や場所を忘れてしまうことがある	1.76	0.96
	22	買う予定であった物が思い出せないことがある	2.84	1.34
	9	カギをかけたかどうか, コンセントを抜いたかを忘れてしまう	3.27	1.24
	19	自分が昔言ったことを忘れる	3.15	1.26
頭から離れない記憶, 回想的想起, 無意図的想起	2	見た絵画(写真, テレビ, 映画など)のイメージが忘れられない	3.36	1.03
	8	現前しない光景(旅行した時に見た風景)をありありと思い浮かべることができる	3.16	1.19
	24	小説の一節やドラマのセリフをすぐに覚える	2.73	1.34
	3	家に帰ってから, その日の出来事を思い出せる	3.50	1.05
	11	電車やバスで会った人の顔が忘れられないことがある	2.02	1.20
	5	聞いた音楽のメロディが頭から離れない	4.07	0.85
	28	おいしいものを食べて, その味を覚えている	3.37	1.16
	17	身近な人の噂話をよく覚えている	3.35	1.23
	26	見た夢を覚えているほうである	3.11	1.23
	10	知人の家族の人数を覚えている	3.11	1.37
検索困難, 意図的想起の失敗経験	30	テストが終わると覚えたことをすぐに忘れる	3.66	1.20
	20*	英語の文法や数学の公式をいつまでも覚えている	1.81	0.82
	14	テストのとき, 覚えたことが思い出せないで困ることがある	4.03	0.97
	23	先週の授業がどこまで進んだかを覚えている	2.93	1.11
	27	本を読んでいるとき, 前ページに書いてあったことがわからなくなる	2.73	1.25
	12	書こうと思う漢字が思い出せないことがある	3.79	1.01
	15	神経衰弱(同じ数字の組を当てるトランプ・ゲーム)が得意である	2.54	1.07
	7	調べた電話番号をかけるまでに忘れてしまう	3.00	1.20
	18	初恋の人の顔を思い出せることができる	3.50	1.36
	29	のどまで出かかっていることが出てこないことがある	3.52	1.13
	21	いやな思い出が忘れられない	3.80	1.28
人名の想起困難	6	知人の名前が思い出せないことがある	2.81	1.24
	25	紹介されたばかりの人の名前を忘れてしまうことがある	3.62	1.28
		全体	3.04	1.30

注) 項目番号にアスタリスクの付いた項目は逆転項目。
 評定反応から評定値への数値変換(得点化)は以下のとおりである。
 全くあてはまらない=1
 あまりあてはまらない=2
 どちらでもない=3
 かなりあてはまる=4
 非常にあてはまる=5

想起に関する失敗や困難が比較的顕著で、無意図的想起や人名の想起困難の経験に思いあたり、展望記憶に関連した予定や約束事の失敗は相対的に高くはないことが示された。

ジンバルド一時的展望尺度 (ZTPI) の結果²

ZTPI の 56 項目のそれぞれに対する全調査参加者の評定値について、平均と標準偏差を算出した結果を Table 2 に示す。質問項目の全体平均は 3.30 (標準偏差 1.22, 範囲 2.27-4.36) であった。下島他 (2012) の研究結果に基づいて、調査参加者ごとに各因子別の評定値の平均と標準偏差を算出し、Figure 2 に示す。試みに因子間の平均評定値を比べると、全体として因子の主効果の有意性が認められた [$F(4, 484) = 56.15, p > .001, \eta_p^2 = .317$]。因子間で平均評定値の差を見てみると、平均評定値の高いものから、順に、「現在快樂」、「過去否定」、「過去肯定」、「未来」、「現在運命」であった。すべての平均評定値の間に有意差が認められた [いずれも $ps < .05$]。したがって、本研究における調査参加者の全体的な時間的展望の特徴として、ZTPI への回答の結果から、快樂的で向こう見ずな態度をとったりすることが相対的に多く、次いで、自己の一貫性に対して否定的に捉える傾向にあることがうかがわれる。それらに比べて、自己を肯定することや将来の目標や見返りのために努力することはまれであるが、運命を受け入れるといった無力感を伴った態度に終始しているわけではないことが示された。

記憶能力質問紙 (MAQ) とジンバルド一時的展望尺度 (ZTPI) における因子別項目評定値間の相関

MAQ の 4 因子と ZTPI の 5 因子における因子別平均評定値の間の相関係数を算出し、Table 3 に示す。MAQ と ZTPI のそれぞれを構成する 4 因子と 5 因子の間で因子別平均評定値の相関関係について、有意水準 5% 以下の相関を示す因子の組み合わせを中心に見ていくと、次のようになる。すなわち、(a) ZTPI の「過去否定」は、MAQ の「もの忘れ、無意図的忘却、回想・未来記憶想起の失敗」と「頭から離れない記憶、回想的記憶、無意図的想起」と「検索困難、意図的想起の失敗経験」との間で、それぞれ有意な正の相関が見られた。(b) ZTPI の「未来」は、MAQ のすべての因子との間で有意な相関が見られたが、「頭から離れない記憶、回想的記憶、無意図的想起」との間にはのみ正の相関が見られ、それ以外はすべて負の相関が見られた。(c) ZTPI の「過去肯

定」は MAQ の「頭から離れない記憶、回想的記憶、無意図的想起」との間で有意な正の相関が見られたのに対し、「人名の想起困難」との間では有意な負の相関が見られた。(d) ZTPI の「現在快樂」は、MAQ の「頭から離れない記憶、回想的記憶、無意図的想起」との間には有意な正の相関が見られ、「人名の想起困難」との間には負の相関が見られた。(e) ZTPI の「現在運命」は、MAQ の「もの忘れ、無意図的忘却、回想・未来記憶想起の失敗」と「検索困難、意図的想起の失敗経験」との間で、それぞれ有意な正の相関が見られた。

考 察

本研究は、大学生 122 名を対象に、記憶能力の自己評価に関するメタ記憶質問紙 (MAQ) と時間的展望に関する質問紙 (ZTPI) を用いた調査を実施し、回答データを収集した。それらの回答データをもとに、それぞれの質問紙を構成する因子間の平均評定値の相関関係について整理・分析を行った。

分析の結果、日常生活場面における記憶能力の自己評価と時間的展望との関係に関して、得られた主要な知見は次の 3 点にまとめることができる。

(1) ZTPI の「過去否定」と「現在運命」はともに、MAQ の「もの忘れ、無意図的忘却、回想・未来記憶想起の失敗」との間で、および「検索困難、意図的想起の失敗経験」との間で、それぞれ有意な正の相関が見られた。

(2) ZTPI の「過去肯定」と「現在快樂」はともに、MAQ の「頭から離れない記憶、回想的記憶、無意図的想起」との間で有意な正の相関が見られた。しかしながら、ZTPI の「過去肯定」と「現在快樂」はともに、MAQ の「人名の想起困難」との間には有意な負の相関が見られた。

(3) ZTPI の「未来」は、MAQ の「頭から離れない記憶、回想的記憶、無意図的想起」との間にはのみ有意な正の相関が見られ、それ以外はすべて有意な負の相関が見られた。

以上の 3 点について、順に考察を進めていく。

上記 (1) より、時間的展望に関連して、自己の一貫性や連続性における否定的な側面、および宿命論に由来する無力感を伴う態度は、日常生活のさまざまな回想記憶や展望記憶に関する記憶能力の乏しさの自覚に基づいていることが示唆される。清水 (2018a) は、EMQ と MIA という 2 種類のメタ記憶質問紙と ZTPI との関係を検討しているが、ZTPI の「過去否定」と「現在運命」が一般的な物忘れや会話時での失念経験の多さとの間で相関が見られている。清水 (2018b) もまた、CFQ と ZTPI の因子間相関の分析を通して、ZTPI の「過去否定」と「現在運命」は、日常生活でのうっかりミスや検索の失敗、予定・約束事の失念といった認知的失敗との関連性を指摘している。したがって、本研究の結果は、いずれの先

2 本研究の ZTPI の結果については、すでに清水 (2018a, 2018b) で発表している。

Table 2
 ジンバルドー時間的展望質問紙 (ZTPI) の因子ごとの質問項目と評定値
 (清水 (2018a) の表 3 および清水 (2018b) の表 2 を改変して再掲)

因子 番号	質問項目	平均	標準偏差
過去否定 (Past-Negative, PN)			
50	過去に起きた嫌な出来事について考えることがある	3.67	1.16
16	過去のつらい経験が、繰り返し頭に浮かぶ	3.24	1.31
34	若い頃の嫌なイメージを忘れる事は難しい	3.68	1.05
4	人生の中で、ああすべきだったのに、と思うことが多い	3.96	1.15
27	取り消してしまいたい間違いを過去に犯したことがある	3.66	1.25
36	今を楽しんでいるときでも、つい過去のよく似た経験と比べてしまう	3.06	1.30
54	人生の中でやりそこなった楽しいことについて考えることがある	3.50	1.21
5	私の決断は、周りの人や出来事によって大いに影響される	3.43	1.13
未来 (Future, F)			
40	コツコツと取り組んで時間通りに課題を完了する	2.60	1.18
45	やるべきことがあるとき、誘惑に耐えることができる	2.89	1.10
24 *	毎日を計画的というよりは成り行きで過ごす	3.71	1.03
10	何かをやり遂げようとするとき、目標を決めてそれに到達するための具体的な方法を	3.36	1.08
13	夜遊びに行くことよりも、明日までにやるべき事や必要なことを終える方が大切だ	3.42	1.18
21	友人や上司・教師などに対する義務は遅れずに果たす	3.72	0.88
51	前進するためならば、難しくてもおもしろくない課題に取り組むことができる	3.20	1.00
6	人は毎朝、その日の予定を計画するべきだと思う	2.73	1.19
18	約束の時間に遅れるのは嫌いだ	3.93	1.15
43	やるべきことをリストにする	2.94	1.36
52 *	稼いだお金は、明日のために貯金するよりも今日の楽しみに使う	2.91	1.20
30	決断する前に、メリットとデメリットを比べてみる	3.66	1.14
過去肯定 (Past-Positive, PP)			
7	昔のことを考えるのは楽しい	3.19	1.08
11	昔のことを思い出すと、悪い思い出よりも良い思い出の方が全体的に多い	2.95	1.28
25 *	嫌な思い出が多いので、過去のことは思い出したくない	2.61	1.20
20	楽しかった思い出が、すぐに心に浮かぶ	3.51	1.09
29	若い頃が懐かしいと思う	3.95	1.01
49	何度も繰り返される家族の行事や伝統が好きだ	3.54	1.13
22 *	過去に虐待や拒絶をそれなりに経験した	2.27	1.30
41 *	家族が昔はあであった、こうだった、と話し出しても耳を貸さない	2.81	1.21
2	懐かしい光景、音、臭いによって、若い頃のよい思い出がよみがえることがよくある	3.98	1.12
現在快楽 (Present-Hedonistic, PH)			
42	人生の刺激を得るために冒険をする	3.31	1.20
26	人生に刺激は重要だ	4.36	0.78
31	危険をおそれないからこそ、人生は退屈でなくなる	2.42	1.14
28	時間内に終えることよりも、やっていることを楽しむことの方が大切だと思う	3.64	1.00
44	自分の頭ではなく気持ちに従う事が多い	3.53	1.15
8	衝動的に行動することがある	3.98	0.93
32	人生のゴールだけを考えるよりも、その道のりを楽しむことが大切だ	4.18	0.69
55	親密な関係は情熱的な方がいい	3.51	1.09
現在運命 (Present-Fatalistic, PF)			
38	人生の進路は、自分ではどうしようもない力によって決められている	2.42	1.14
14	なるようにしかならないので、自分が何をしてもあまり関係ない	2.66	1.11
3	私の人生は運命によって定められるところが多い	2.57	1.07
39	どうしようもないことなので、将来について心配しても仕方がない	2.96	1.18
37	物事は変わるので、将来の計画を立てるのは実際には不可能だ	2.93	1.02
53	成功は努力よりも運で決まることが多い	2.89	1.04
全 体		3.30	1.22

注) 項目番号にアスタリスクの付いた項目は逆転項目。
 評定反応から評定値への数値変換(得点化)は以下のとおりである。
 全くあてはまらない=1
 あてはまらない=2
 どちらでもない=3
 あてはまる=4
 よくあてはまる=5

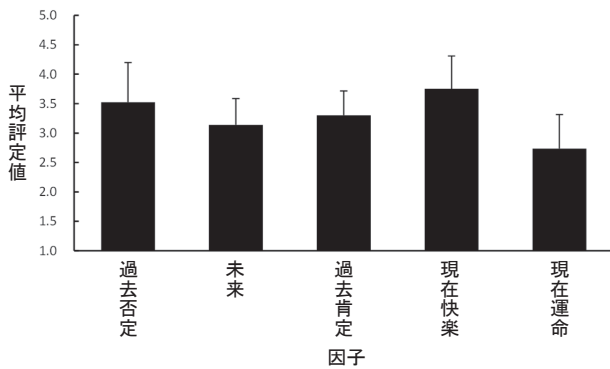


Figure 2

ジンバルドー時間的展望尺度 (ZTPI) の因子別平均評定値 (エラーバーは 1 標準偏差を示す)
(清水 (2018a) の図 3 および清水 (2018b) の図 2 を一部修正して再掲)

行研究とも一致していると考えられる。

すでに述べたように、EMQ や CFQ は、特定の問題行動・失敗現象の絶対的出現頻度あるいは相対的出現頻度を問う質問紙であるが、自己の適合度を問う MAQ を用いた本研究でも、ZTPI の「過去否定」および「現在運命」との関係については、同様の結果が得られた。もしかしたら、日常生活場面での記憶に関する失敗や困難の経験が多いと認識している人ほど、記憶能力に関する自己評価が低く、時間的展望においても総じて過去を否定的・悲観的に捉えがちで、自らの努力の価値や成果を低く見積もり、努力の及ばない部分を過大視していると解釈できるかもしれない。言い換えれば、過去の出来事の想起が得意でないという自覚は、予定や約束事を失念しやすいという自覚と同じように、自身の過去を否定的・回避的に捉える見方や、人生は定められた運命によって決まるといった無力感を伴った見方とつながっていることが示唆される。ただし、先行研究の結果も本研究の結果も、それぞれの質問紙を構成する因子間での評定値の相関分析に基づいているため、こうした因果的な解釈が一定の合理性をもつかどうかは、今後の研究を待たなければならない。

一方、誰かの名前を想起することに関する記憶能力の自覚は、自身の過去を否定的に捉えることとも、人生が運命に支配されていると捉えることとも関係しなかった。このことは、清水他 (2006, 2007) において、個人の自己の記憶能力に関するメタ記憶判断が回想記憶、展望記憶、人名記憶の三つに大きく

分かれることが指摘された点と符合している。もしかしたら人名の記憶想起困難に関しては、回想記憶の困難や展望記憶の失敗に比べて人は自己の記憶能力特性の問題として帰属することが少ないのかもしれない。しかしながら、その一方で、清水 (2019) は、個人の認知的失敗傾向と記憶自己効力感との関係を調べているが、MIA の因子と CFQ の因子との間の相関に基づいて、とくに展望記憶と人名記憶に関連した認知的失敗経験が記憶自己効力感と深く関係していることを報告している。つまり、この研究では、回想記憶の失敗経験よりも人名記憶の失敗経験のほうが記憶自己効力感と深く関係していることが示されている。認知的失敗傾向の場合は、対人コミュニケーションの場面での展望記憶や人名記憶に関連した失敗の出来事 (相手に迷惑をかけたり、不愉快な気持ちにさせたりといったネガティブな感情を伴う出来事など) を強調して捉えていた可能性が考えられる。本研究の場合は、全般的な記憶能力の自己評価に関する評定を求めたので、その点が結果の違いに影響しているのかもしれない。

上記 (2) より、ZTPI の「過去肯定」に反映される自己の一貫性・連続性の肯定的側面、および「現在快樂」に反映される快樂主義的態度はともに、MAQ の無意図的想起に関する記憶能力の自己評価との間で正の相関が認められた。したがって、自身の過去を肯定的に捉える態度や現状の楽しみを進んで享受しようとする態度と、自分は過去の出来事がいつまでも心に残って忘れられないといった自己評価とが関係しているようである。先行研究では、こうした時間的展望と無意図的想起の自己評価に関する研究知見は得られておらず、今回の調査で初めて MAQ を用いたことで明らかになった。これまでの、とくに臨床心理学の視点に基づく記憶研究では、心的外傷後ストレス障害 (post-traumatic stress disorder, PTSD) や急性ストレス障害におけるフラッシュバック現象のように、以前の出来事が意図せず急に鮮明に想起されるという場合は過去のつらく悲しい出来事に焦点が当てられることが多かった (e.g., 亀岡, 2020; van der Kolk, 2014)。しかしながら、本研究の結果では、自分には無意図的想起の傾向があると答えた調査参加者ほど、過去の出来事を温かくなつかしく肯定的に捉える態度を併せもっていることが示された。おそらく本研究の調査参加者の場合、とくに顕著なストレスを伴うトラウマの経験が比較的少

Table 3

記憶能力質問紙 (MAQ) とジンバルドー時間的展望尺度 (ZTPI) の各因子別評定値間の相関

MAQの因子	ZTPIの因子				
	過去否定	未来	過去肯定	現在快樂	現在運命
もの忘れ、無意図的忘却、回想・未来 (展望) 記憶想起の失敗	.332**	-.333**	-.141	-.017	.186*
頭から離れない記憶、回想的想起、無意図的想起	.187*	.259**	.375**	.401**	.019
検索困難、意図的想起の失敗経験	.283**	-.366**	-.008	.005	.204*
人名の想起困難	.138	-.275**	-.188*	-.181*	.086

* $p < .05$ ** $p < .01$

なく、フラッシュバック現象とは関係しなかったことは十分に推察できる。

山本（2013）は、大学生を対象に日誌法によって得られた無意図的想起に関するデータを分析し、アイデンティティの達成度が高い群が低い群よりも重要でかつ感情喚起度の高い自伝的記憶を想起する傾向にあることを示した。すなわち、無意図的想起はアイデンティティの維持や促進に貢献していることが示唆されている。ただし、ZTPIの「過去否定」がMAQの「頭から離れない記憶、回想的記憶、無意図的想起」との間にわずかながらも有意な正の相関が見られたことから、無意図的想起が過去に経験した出来事の肯定的な側面だけでなく、否定的な側面の認識ともつながっている可能性が示唆される。したがって、一般の大学生において、自己評価による無意図的想起の出現の多少と、想起された過去の出来事に関する肯定的な捉え方との関連性や、現状の快樂を進んで享受する態度との関連性については、今後の研究の進展が望まれる。

なお、ZTPIの「過去肯定」と「現在快樂」はMAQの「人名の想起困難」との間に有意な負の相関が見られたが、CFQを用いた先行研究ではZTPIの「過去肯定」と「現在快樂」はCFQの「人名記憶の失敗」との間に有意な相関は認められていない（清水, 2018b）。このことについては、やはりMAQが人名の失念に関する自己の適合度の評価を尋ねるのに対して、CFQが人名記憶の失敗経験の出現頻度を尋ねていることの違いに帰属せざるを得ない。つまり、人名想起の場面において困難が生じたという経験の頻度ではなく、自らが人名の想起が得意または不得意であると自覚しているかどうか、過去の出来事を肯定的に捉えるかどうか、あるいは現状の樂しみを享受する態度をもつかどうかと関係しているようである。換言すれば、本研究の結果から、人名想起困難の実際の経験の多少よりも、自己の人名想起の能力そのものを低く捉えていない者ほど、過去に対して親和的な態度をもち、快樂を求める傾向にあることが示唆される。一般に、過去肯定指向の強い人ほど温かく、楽しく、しばしば感傷的でノスタルジックに過去を回想し、家族や友人との関係の維持を重要視しがちであるとされている（Zimbardo & Boyd, 1999）。このことは、本研究の結果と深く結びついていると考えられる。

上記（3）より、ZTPIの「未来」に反映される、将来の目標や見返りのために努力する態度は、MAQの「頭から離れない記憶、回想的記憶、無意図的想起」に反映される、意図せずに過去の出来事を想起したり、過去の出来事を忘れられないと考えたりする態度との間に正の相関が見られた。このことは、認知心理学の分野で比較的最近注目されているマインドワンダリング（mind wondering）と関係していると考えられる。マインドワンダリングは一般に、何

らかの認知活動の実行中に、注意が外界の事象から離れて内的世界へと向かう現象のことを指す（関口, 2014; Smallwood & Schooler, 2006）。実験室場面では、与えられた実験課題には関係しないことを考え、呈示された刺激とは独立した意識をもつことに対応しているが、日常生活場面では無意図的な思考に関連している。さらに、これまでの研究では、マインドワンダリングは未来に関する事柄を多く含み、未来に関する思考は環境への適応と生存にとって重要であるとされている（伊藤, 2014; Stawarczrk, Majerus, Maj, Linden, & D'Argembeau, 2011）。このマインドワンダリングの性質を考慮に入れると、本研究の結果は次のような意味をもつ。すなわち、MAQの「頭から離れない記憶、回想的記憶、無意図的想起」は個人のマインドワンダリングの一端を表しており、意図せずに過去の出来事を想起することと、将来の目標や見返りのために努力する態度とは深く結びついている可能性が高い。過去の出来事に関する無意図的想起は、未来指向的思考のための対象や材料を提供するだけでなく、将来の目標や見返りに向けて実際に努力することにつながっているのかもしれない。

その一方で、ZTPIの「未来」は、回想記憶や展望記憶、人名記憶における失敗や困難に関連した自己評価の低さとの間で、いずれも負の相関が認められた。この結果は、展望記憶や人名記憶の失敗を頻繁に経験する者ほど未来を指向する態度に乏しいという清水（2018b）の結果と符合している。このことはまた、自己の記憶能力に関する自己評価が高い者ほど予定や約束事の失敗が少なく、人名の失念・想起困難を経験する頻度が少ないという清水（2019）の結果とも符合している。これらの結果を考え合わせると、もしかしたら未来を指向するためには、無意図的想起を契機として、過去の人生を肯定的に捉え、記憶に関する失敗や困難の経験に由来する自己評価の低さを克服する必要があるのかもしれない。

今後の研究課題としては、過去から現在を経て未来に至る時間的展望との関連において、回想記憶や展望記憶、人名記憶に関する能力の自己評価と、日常生活場面での無意図的想起やマインドワンダリングの出現頻度・発生傾向との関係を検討する必要があると考えられる。

利益相反

本論文に関して、開示すべき利益相反関連事項はない。

引用文献

Beaudoin, M., & Desrichard, O. (2011). Are memory self-efficacy and memory performance related? A meta-

- analysis. *Psychological Bulletin*, 137, 211-241.
- Boniwell, I., Osin, E., Linley, P. A., & Ivanchenko, G. V. (2010). A question of balance: Time perspective and well-being in British and Russian samples. *Journal of Positive Psychology*, 5, 24-40.
- Boniwell, I., & Zimbardo, P. G. (2004). Balancing time perspective in pursuit of optimal functioning. In P. A. Linley & S. Joseph (Eds.), *Positive psychology in practice* (pp. 165-178), Hoboken, NJ: Wiley.
- Broadbent, D. E., Cooper, P. F., FitzGerald, P., & Parkes, K. R. (1982). The Cognitive Failures Questionnaire (CFQ) and its correlates. *British Journal of Clinical Psychology*, 21, 1-16.
- Dixon, R. A., & Hulstsch, D. F. (1983). Structure and development of the Metamemory in Adulthood Scale. *Journal of Gerontology*, 38, 682-688.
- Dixon, R. A., Hulstsch, D. F., & Hertzog, C. (1988). The metamemory in adulthood (MIA) questionnaire. *Psychopharmacology Bulletin*, 24, 671-688.
- Drake, L., Duncan, E., Sutherland, F., Abernethy, C., & Henry, C. (2008). Time perspective and correlates of wellbeing. *Time & Society*, 17, 47-61.
- 伊藤 友一 (2014). 未来の出来事への思考－エピソード的未来思考 関口 貴裕・森田 泰介・雨宮 有里 (編著) ふと浮かぶ記憶と思考の心理学－無意図的な心的活動の基礎と臨床 (pp.74-108) 北大路書房
- 亀岡 智美 (2020). 子ども虐待とトラウマケア－再トラウマ化を防ぐトラウマインフォームドケア 金剛出版
- 金城 光・井出 訓・石原 治 (2013). 日本版成人メタ記憶尺度 (日本版 MIA) の構造と短縮版の開発 認知心理学研究, 11, 31-41.
- van der Kolk, B. (2014). *The body keeps the score: Brain, mind, and body in the healing of trauma*. Penguin Random House. (ベッセル・ヴァン・デア・コーク 柴田裕之 (訳) (2016). 身体はトラウマを記録する－脳・心・体のつながりと回復のための手法 紀伊國屋書店
- 楠見 孝 (1991). ‘心の理論’としてのメタ記憶の構造：自由記述，記憶のメタファに基づく検討。日本教育心理学会第 33 回総会発表論文集, 705-706.
- Lewin, K. (1951). *Field theory in social science: Selected theoretical papers*. New York: Harper and Brothers. (猪股 佐登留 (訳) (1979). 社会科学における場の理論 誠信書房)
- Nelson, T. O., Leonesio, R. J., Landwehr, R. S., & Narens, L. (1986). A comparison of three predictors of an individual's memory performance: The individual's feeling of knowing versus the normative feeling of knowing versus base-rate item difficulty. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 12, 279-287.
- Nelson, T. O., & Narens, L. (1990). Metamemory: A theoretical framework and new findings. In G. H. Bower (Ed.), *The psychology of learning and motivation*, Vol. 26 (pp.125-173). Academic Press.
- 関口 貴裕 (2014). さまよう思考－マインドワンダリング 関口 貴裕・森田 泰介・雨宮 有里 (編著) ふと浮かぶ記憶と思考の心理学－無意図的な心的活動の基礎と臨床 (pp.74-94) 北大路書房
- Shimizu, H. (1996). Rehearsal strategies, test expectancy, and memory monitoring in free recall. *Memory*, 4, 265-287.
- 清水 寛之 (2012). 記憶 箱田 裕司 (編) 心理学研究法 2 認知 (pp.47-96) 誠信書房.
- 清水 寛之 (2013). メタ記憶 日本認知心理学会 (編) 認知心理学ハンドブック (pp.154-155) 有斐閣
- 清水 寛之 (2018a). 日常場面におけるメタ記憶と時間的展望－日常記憶質問紙 (EMQ), 成人メタ記憶尺度 (MIA), および時間的展望尺度 (ZTPI) による分析－ 人文学部紀要 (神戸学院大学人文学部), 38, 103-120.
- 清水 寛之 (2018b). 日常生活場面における認知的失敗行動の自己評価と時間的展望－認知的失敗質問紙 (CFQ) とジンバルドー時間的展望尺度 (ZTPI) の関係－ 神戸学院大学心理学研究, 1, 33-41.
- 清水 寛之 (2019). 日常生活場面における認知的失敗傾向と記憶自己効力感の関係－認知的失敗質問紙 (CFQ) と成人用メタ記憶尺度 (MIA) の因子間の相関分析－ 神戸学院大学心理学研究, 2, 21-29.
- 清水 寛之・金城 光 (2015a) 成人期における日常記憶の自己評価に関する発達の変化－日常記憶質問紙 (EMQ) による検討－ 認知心理学研究, 13, 13-21.
- 清水 寛之・金城 光 (2015b) 日常記憶の自己評価に関する成人期の加齢変化: 日常記憶質問紙 (EMQ) への評定反応の分析から 人間文化 (神戸学院大学人文学会), 38, 59-69.
- 清水 寛之・高橋 雅延・齊藤 智 (2006). 日常記憶に関する自己評価の分析－メタ記憶質問紙による検討－ 心理学研究, 77, 366-371.
- 清水 寛之・高橋 雅延・齊藤 智 (2007). メタ記憶質問紙を用いた日常記憶に関する自己評価－日常記憶質問紙, 認知的失敗質問紙, 及び記憶能力質問紙の標準データと因子構造－ 人文学部紀要 (神戸学院大学人文学部), 27, 143-166.
- 下島 裕美・佐藤 浩一・越智 啓太 (2012). 日本版 Zimbardo Time Perspective Inventory (ZTPI) の因子構造の検討 パーソナリティ研究, 21, 74-83.
- Smallwood, J., & Schooler, J. W. (2006). The restless mind. *Psychological Bulletin*, 132, 946-958.

- Stawarczrk, D., Majerus, S., Maj, M., Van der Linden, M., & D'Argembeau, A. (2011). Mind-wandering: phenomenology and function as assessed with a novel experience sampling method. *Acta Psychologica*, *136*, 370-381.
- Sunderland, A., Harris, J. E., & Baddeley, A. D. (1983). Do laboratory tests predict everyday memory? A neuropsychological study. *Journal of Verbal Learning and Verbal Behavior*, *22*, 341-357.
- Sunderland, A., Harris, J. E., & Baddeley, A. D. (1984). Assessing everyday memory after severe head injury. In J. E. Harris & P.E. Morris (Eds.), *Everyday memory, actions, and absent-mindedness*. London: Academic Press. Pp.193-212.
- 山本 晃輔 (2013). アイデンティティ確立の個人差が意図的および無意図的に想起された自伝的記憶に及ぼす影響 発達心理学研究, *24*, 202-210.
- Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (1999). Putting time in perspective: A valid, reliable individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, *77*, 1271-1288.

—2020.8.31 受稿 2020.10.30 受理—