

# Fading affect bias の記憶特性と個人差

— 記憶の主観的特性と感情調節の個人差との関連 —

平井 佑哉

Memory Characteristics and Individual Differences in Fading affect bias:  
Subjective characteristics of memory and individual differences in emotion regulation

Yuya HIRAI

**Key words:** fading affect bias, emotion regulation, autobiographical memory

キーワード：FAB, 感情調節, 自伝的記憶

## 問 題

私たちは日々生活を送るうえで嬉しいことや悲しいことなど様々なことを経験する。そのような出来事は記憶の中でもエピソード記憶や自伝的記憶として貯蔵されていく。自伝的記憶とは、人々が生活していくうえで経験した様々な出来事に関する記憶である(佐藤, 2008)。また自伝的記憶の情報は多様であり、日常的な体験に関するあらゆる情報が混合されている。例えば何を見て、聞いて、味わったかなどに感覚的な経験や、自分の行動や話した内容、どのような感情であったかといった情報も含まれる(Radvansky 2017, 川崎訳 2021)。

Conway & Pleydell-Pearce (2000) の自伝的記憶の Self-memory system (SMS) のモデルによると自伝的記憶には3つの水準があり、階層構造が仮定されている。下位の階層は個々の出来事に関する「出来事的水準」である。中央の階層は中長期的な一連の出来事や共通の構成要素を持ちくり返し起こる出来事に関する「一般

的出来事」で上位の層が広範囲にわたり、テーマごとの人生の部分である「人生の時期」である。自伝的記憶の各事象はこれらの階層の中で存在している。

そのような自伝的記憶の想起において、実際にその記憶の出来事自体がネガティブな出来事であっても今現在思い返してみると当時ほどネガティブに感じないこともある。これには、Fading Affect Bias (以下, FAB) と呼ばれる現象が関連している。FAB とは、ネガティブな出来事に関連した情動の強さが、ポジティブな出来事に関連した情動よりも急速に薄れる傾向があるというバイアスであると定義されている(Walker & Skowronski, 2009)。

また FAB と類似するバイアスとして、自伝的記憶においてはポリアンナの原理に基づくポジティビティ・バイアス (positivity bias) がある。ポジティビティ・バイアスとは、不快な出来事よりも快の出来事の方がより多く想起される傾向が見られることである (Wagenaar, 1986)。動機付けが自伝的記憶のポジティビティ・バイア

スを強化することや、ポジティブ・バイアスは情動制御の戦略であると考えられている (Kennedy, Mather, & Carstensen, 2004)。FABとポジティブ・バイアスの相違点は、FABが自伝的記憶のネガティブ感情の減衰に着目しているのに対し、ポジティブ・バイアスがポジティブ感情を伴った自伝的記憶の想起の方が相対的に増加するという点に着目しているということである。しかしその一方で、この二つのバイアスは感情調節のプロセスであること、および、自己の概念との関わりが根底にあることというメカニズムの類似性が指摘されている (Walker & Skowronski, 2009)。

FABを扱った研究については、Walker, Vogl, & Thompson (1997) が自伝的記憶においてネガティブな出来事に関する記憶の感情が、ポジティブな出来事に関する記憶の感情よりも早く薄れることを報告したことが最初である。またこの現象がFABと命名されたのは2003年のことである (Walker, Skowronski, Gibbons, Vogl, & Thompson, 2003)。以降FABに関して大きく二つの点から研究されてきた。

第一はFAB自体に関する研究である。Ritchie et al. (2015) によると、FABは文化によらず全世界的に見られる現象であると報告している。またポジティブな自伝的記憶とネガティブな自伝的記憶の想起順序はFABに影響を及ぼさないとされている (Landau & Gunter, 2009)。さらにFABに関する研究の多くは、人間の経験の中で比較的ありふれた日常的な出来事を対象にして行われてきたが、Henderson, Bond, Walker, & Alderson (2015) は日常的なネガティブな出来事だけでなく、トラウマとなるような強くネガティブな出来事においてもFABが見られることを示している。Lindeman, Zengel, & Skowronski (2017) は、94名を対象に、特定の場所と時間に起こった特有の記憶を想起させる実験を行った。その結果、ポジティブな出来事はネガティブな出来事と比較して詳細に想起されることが

示された。また記憶の詳細さは記憶のリハーサルの頻度とも関連しており、記憶のリハーサルが頻繁に行われる場合には記憶の詳細さが高く、反対に記憶のリハーサルがあまり行われない場合は記憶の詳細さが低くなる。そのためFABにおいては記憶のリハーサルの頻度が直接的に影響を及ぼしているのではなく、詳細さを媒介として関係しているということを示した。

第二は、FABの生起程度に関わる個人差の研究である。これまで個人差要因を検討する研究は多く行われてきており、FABを低下させるネガティブな個人差要因と、FABを増大させるポジティブな個人差要因の両方が検討されている。ネガティブな個人差としては、Walker et al. (2003) は軽度のうつ状態がFABの低下と関連することを示した。これは軽度のうつ状態の時には、ポジティブな感情を味わうことやネガティブな出来事の意味を再構成するといった感情を適応的な方法で処理する能力が低下しているためであると考えられる。またナルシズム傾向が高い人は自分が達成した出来事の自伝的な記憶に関してはFABを示すが、他者との共同や共同体をテーマとした出来事の自伝的な記憶に関してはFABを反転させることが示されている (Ritchie et al., 2015)。

一方ポジティブな個人差要因としては、高齢者は若年成人に比べて、感情的に満足できる方法で過去を記憶する動機が強いため、若年成人よりFABが見られやすいことが報告されている (Kennedy et al., 2004)。また、グリット (grit) 特性が高いとFABも強く生じること (Walker, Alexander, & Aune, 2020) も示されている。

Lindeman et al. (2017) の研究でもFABと記憶特性との関連は検討されていたが、記憶の詳細さ以外にも記憶の主観的特性は検討の余地があると考えられる。そこで、本研究では、記憶の主観的特性を、記憶経験質問紙 (Memory Experience Questionnaire, MEQ, Sutin, & Robins, 2007; 日本語版 MEQ, 関口・Sutin, 2016) の短

縮版 (Luchetti, & Sutin, 2016) によって測定する。MEQ 短縮版は、自伝的記憶の想起に関する主観的特性を測定する質問紙であり、MEQ 短縮版は 31 項目で構成されており、思い出しやすさ、感覚的詳細さ、感情価、鮮明さ、一貫性、他者との共有、感情強度、視点、時間的遠近感、隔たり感の 10 個の特性を 5 件法で測定するものである。

記憶特性について、Cabeza & St Jacques (2007) は、自伝的記憶の機能的磁気共鳴画像 (fMRI) 研究によって記憶の種類が意味的記憶になるかエピソード記憶になるかを時間の経過ごとにまとめている。彼らによると、自伝的記憶は出来事が起きて初期の段階であるとエピソード記憶であるが、徐々に意味記憶に変容していくことが示されている。これらの結果を FAB 研究にあてはめると、自伝的なエピソード記憶が自伝的な意味記憶に変容する過程で、感覚的詳細さや鮮明さを失っていき、その結果出来事が起こった当時のオリジナルな感情と現在の感情に違いが生じるのではないかと考えられる。つまり FAB は出来事の記憶の詳細さが失われていくことで生じると考えられる。

また FAB の生起について人間の適応的な機能の観点から考えていくと、ネガティブな出来事の記憶をネガティブなまま保持し、想起する度に当時を思い出してネガティブな感情を持ち続けるよりも、ネガティブな出来事の記憶であっても、それを想起した際にネガティブにならない方がより心理的に良いと考えられる。そのため FAB はメンタルヘルスにおいて重要な役割を担っていると考える。そこで本研究では、FAB は効果的な情動調節機能の結果であるかを検討するために、感情調節方略が個人差要因として FAB に関わるかどうかを検討する。

日常生活の中で、感情を適切に制御して調節することは精神的健康を保つために重要なことであり、その調節方略には個人差があることが示されている (Gross & John, 2003)。感情の

プロセスモデル (a process model of emotion regulation, Gross, 1998) に基づき作成された感情調節方略の個人差を測定する尺度が感情調節尺度 (Emotion Regulation Questionnaire, Gross & John, 2003, 日本語版は吉津・関口・雨宮, 2013) であり、感情を抑制する方略 (suppression strategy) と再評価する方略 (reappraisal strategy) の個人差を測定することができる。感情調節の研究では、再評価方略によってポジティブ感情は増加され、抑制方略によってポジティブ感情を減少されること (Gross & Levenson, 1997) や、抑制方略がエピソード記憶の忘却に寄与していることが示されている (Richards & Gross, 1999)。また D'Argembeau & Linden (2006) が行った研究によると、感情調節で抑制方略をとることが習慣となっている人は過去と未来の出来事を表現するときに感覚的、文脈的、感情的な詳細を保持していないことが報告された。このことは日常的に感情を調整するために抑制方略をとる人は自伝的な記憶の鮮明さが低くなることを示している。

本研究の目的は以下の二点である。第一に、FAB の認知メカニズムを考察するために、FAB における記憶の主観的特性、特に記憶の詳細さに関わる「鮮明さ」と「感覚的詳細さ」について検討する、第二に、個人差要因として感情調節方略を検討することである。

本研究の仮説は以下の二つである。第一の仮説は、FAB の発生メカニズムとして記憶の詳細さが関係している。そのため FAB を最も生じやすい記憶は、ネガティブな出来事で、鮮明度・感覚的詳細さが低い記憶である。また、感情価は当時と比較して現在の方がポジティブな方向に変化していると予測される。第二の仮説は、日常的に感情を抑制する人は記憶自体を思い出しにくくなるため、ネガティブやポジティブな出来事の想起自体が困難であり、当時の感情価が曖昧になっている。そのため感情抑制の強い人は現在の感情価と当時の感情価の両方でネガ

タイプとポジティブのどちらも低く、その結果 FAB が見られないと予測される。

## 方法

**調査対象者** 20代の男女200名（男女各100名）を対象とした。平均年齢は25.09歳（ $SD=8.39$ ）で、男性の平均年齢は24.55歳（ $SD=9.02$ ）、女性の平均年齢が25.63歳（ $SD=7.27$ ）であった。

**質問紙の構成** 質問紙は3つの質問で構成された。質問1として「過去（1年以上前5年以内）にご自身が、嬉しい・楽しいなどと感じられた出来事を1つ思い出してください。その出来事について、以下の質問に回答してください。」と教示文を提示し、それぞれの項目に回答してもらった。最初に、「思い出した出来事について支障のない範囲で詳しく説明してください」と提示し、ポジティブな出来事について内容の記述を求めた。次に、想起した出来事の記憶年齢について自由記述での回答を求めた後に、出来事が起こった当時の感情（初期感情）と現在の感情について回答を求めた。初期感情と現在の感情は、「非常にネガティブ」を1、「非常にポジティブ」を5とする5段階で評定された。次に想起した出来事の記憶に関して日本語版 MEQ の31項目に回答を求めた。またこの日本語版 MEQ の31項目の中に適当に回答している回答者を除外するために「この項目は [4. そうである] を選んでください」という項目を設定した。質問項目は日本語版 MEQ にダミーの質問を合わせて32項目であった。項目の提示順序はランダムになるように設定した。「全くそうでない」を1、「非常にそうである」を5とする5件法で評定された。

次に質問2として「過去（1年以上前5年以内）にご自身が、辛い・悲しいなどと感じられた出来事を1つ思い出してください。その出来事について、以下の質問に回答してください。」

と教示文を提示した後に質問1と同様の手順で回答を求めた。質問2ではダミーの質問項目は設定しなかったため MEQ は31項目であった。

最後に質問3として「日頃のあなた自身の感情の調節について教えてください。肯定的な感情とは、喜びや愉快さなどの好ましい感情のことで、否定的な感情とは、悲しさや怒りなどの好ましくない感情のことです。」と教示を提示した後に感情調整尺度の10項目に回答を求めた。感情調整尺度は10項目で構成されており、再評価方略に関わる6項目、抑制方略に関わる4項目である。評定は「全くあてはまらない」を1、「非常にあてはまる」を7とした7件法で測定された。項目の提示順序はランダムになるように設定した。

なお質問1と質問2は想起の順番による影響を除外するために100名にはポジティブを質問1、ネガティブを質問2として提示し、残りの100名にはネガティブを質問1、ポジティブを質問2として提示することでカウンターバランスをとった。

**配布・回収方法** 実施は無記名式でWEB調査会社（Freeasy）を通して募集し回答を求めた。

**実施時期** 2021年12月上旬に実施した。

**手続き** 調査は「記憶と感情に関する調査」とタイトルをつけた。調査のはじめに参加承諾文を明示し、同意を得た。実施は無記名式でWEB調査会社（Freeasy）を通して募集し回答を求めた。回答はWEB調査会社の回答フォームから各自のデバイスを用いて行われた。

## 倫理指針

本研究は関西大学文学部心理学専修内の倫理規定に従い調査を行った。

## 結果

本研究では調査参加者200名中、適当に回答している回答者を除外するための項目を正確に回答していたのは128名であった。また分析に

は 128 名の内ポジティブな出来事とネガティブな出来事の両方を想起できていた 80 名 (男性 31 名, 女性 49 名) のデータを使用した。平均年齢は男性が 24.65 歳,  $SD=9.37$ , 女性が 25.08 歳,  $SD=7.70$  だった。想起した出来事はポジティブが平均 1.47 年 ( $SD=2.33$ ), ネガティブが 1.63 年前 ( $SD=2.21$ ) であった。

Walker et al. (2020) を参考にして, 感情価を肯定的な感情で得点が高く, 「どちらでもない」を 0 とするように計算し, その感情価の得点を元に, 現在の感情から初期感情を引いた差分を FAB 得点とした。

最初に FAB に感情調節方略が影響を及ぼすか検討するために, 感情調節方略 (高・中・低, 参加者間変数) と出来事の感情価 (ポジティブ・ネガティブ, 参加者内変数) を独立変数とし, FAB 得点を従属変数とする 2 要因混合計画による分散分析を行った。なお感情調節方略は全体の 25% 未満を低群に, 全体の 25% 以上 75% 未満を中群に, 全体の 75% 以上を高群とした。各群の人数と尺度得点を Table 1 に示した。

また, 感情調節尺度の各下位尺度の Cronbach の  $\alpha$  係数を求めたところ, 抑制が  $\alpha = .80$ , 再評価が  $\alpha = .78$  となり信頼性係数として十分な値が得られた。

分散分析の結果 (Figure 1), 出来事の感情価の主効果 ( $F(1,79) = 21.36, p < .001, \eta_p^2 = 0.12$ ) と抑制方略の主効果 ( $F(2,79) = 3.36, p = .04, \eta_p^2 = 0.04$ ) は有意であり, 抑制方略が高いと FAB 得点が低かった。交互作用は有意ではなかった ( $F(2,79) = 0.93, p = .40, \eta_p^2 = 0.01$ )。

再評価方略についても同様の分散分析を行った (Figure 2)。その結果, 出来事の感情価の主効果 ( $F(1,79) = 20.85, p < .001, \eta_p^2 = 0.12$ ) は有意だが, 再評価方略の主効果 ( $F(2,79) = 0.80, p = .45, \eta_p^2 = 0.01$ ) および交互作用は有意ではなかった ( $F(2,79) = 0.38, p = .69, \eta_p^2 = 0.01$ )。

次に, 記憶の詳細さが薄れているかどうかを検討するために, 記憶の主観的特性 (高・低)

Table 1 感情調節方略各群の人数と尺度得点

	低群	中群	高群
再評価	n=27 1.3-4.0	n=33 4.0-5.1	n=20 5.1-6.5
抑制	n=24 1.0-3.5	n=32 3.5-5.0	n=24 5.0-7.0

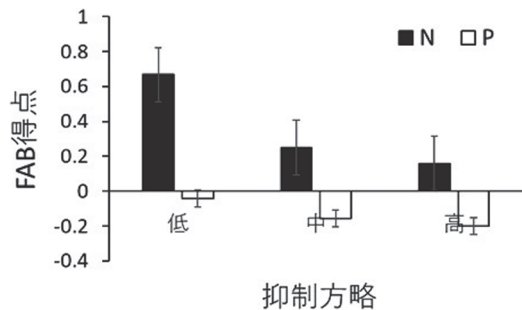


Figure 1 抑制方略の各群におけるポジティブ・ネガティブ出来事の FAB 得点の平均。

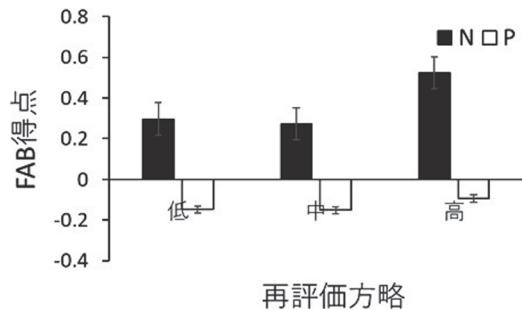


Figure 2 再評価方略の各群におけるポジティブ・ネガティブ出来事の FAB 得点の平均。

と感情調節方略 (高・中・低) を独立変数, ネガティブな出来事の FAB 得点を従属変数とする 2 要因混合計画の分散分析を行った。ここでは記憶の主観的特性は「鮮明さ」「感覚的詳細さ」「感情強度」であり, 感情調節方略は抑制と再評価であった。なお記憶の主観的特性は全体の 50% 以上を高群に, 50% 未満を低群とした。それぞれの主観的特性ごとの各群の人数と尺度得点は Table 2 に示した。また, 尺度の信頼性係数の推定値として Cronbach の  $\alpha$  係数を求めたところ, 鮮明さが  $\alpha = .72$ , 感覚的詳細さが  $\alpha = .53$ , 感情強度が  $\alpha = .67$  であった。

Table 2 記憶特性各群の人数と尺度得点

	低群		高群	
感覚的詳細さ	n=49	0.5-2.5	n=31	2.5-4.5
鮮明さ	n=45	1.0-3.3	n=35	3.3-4.7
感情強度	n=41	1.0-3.0	n=39	3.0-4.7

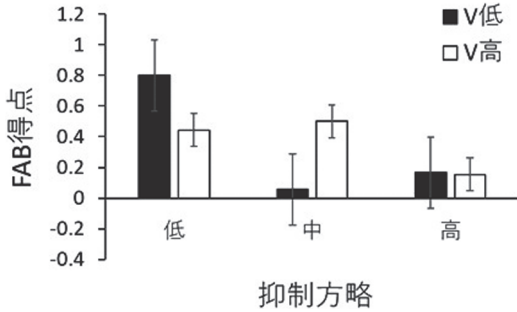


Figure 3 抑制方略の各群における、鮮明さ各群の FAB 得点の平均。

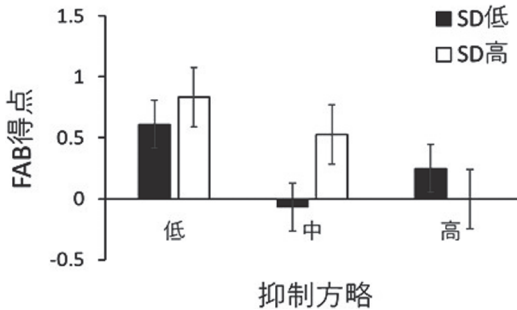


Figure 4 抑制方略の各群における感覚的詳細さ各群の FAB 得点の平均。

鮮明さ×抑制の分散分析は交互作用 ( $F(2,79) = 2.19, p = .12, \eta_p^2 = 0.06$ )、鮮明さの主効果 ( $F(1,79) = 0.03, p = .85, \eta_p^2 = 0.00$ ) は有意ではなかったが、抑制の主効果 ( $F(2,79) = 2.68, p = .08, \eta_p^2 = 0.07$ ) は 10% 水準で有意であった (Figure 3)。

感覚的詳細さ×抑制の分散分析の結果、感覚的詳細さの主効果 ( $F(1,79) = 1.27, p = .26, \eta_p^2 = 0.02$ ) は有意ではなかったが、抑制の主効果 ( $F(2,79) = 4.17, p = .02, \eta_p^2 = 0.10$ ) は有意であり、交互作用 ( $F(2,79) = 2.40, p = .10, \eta_p^2 = 0.06$ ) は有意傾向であった (Figure 4)。

感情強度×抑制の分散分析の結果、抑制の主

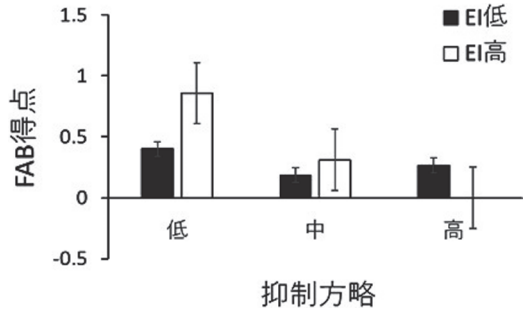


Figure 5 抑制方略の各群における感情強度各群の FAB 得点の平均。

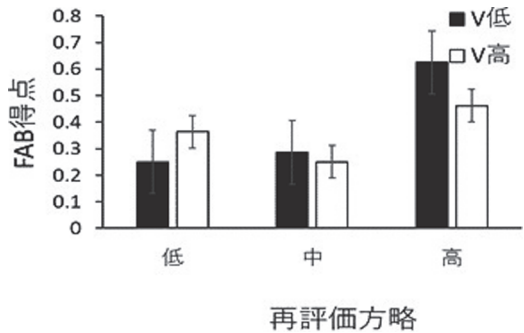


Figure 6 再評価方略の各群における鮮明さ各群の FAB 得点の平均。

効果 ( $F(2,79) = 3.16, p = .05, \eta_p^2 = 0.08$ ) は有意であり、多重比較を行った。その結果、抑制高群と低群間には有意 ( $p = .04$ )、抑制中群と低群間に有意傾向であった ( $p = .08$ )。しかし、感情強度の主効果 ( $F(1,79) = 0.42, p = .52, \eta_p^2 = 0.01$ ) と交互作用 ( $F(2,79) = 1.51, p = .23, \eta_p^2 = 0.04$ ) は有意ではなかった (Figure 5)。

鮮明さ×再評価の分散分析の結果、交互作用 ( $F(2,79) = 0.15, p = .86, \eta_p^2 = 0.00$ )、鮮明さの主効果 ( $F(1,79) = 0.01, p = .93, \eta_p^2 = 0.00$ )、再評価の主効果 ( $F(2,79) = 1.00, p = .37, \eta_p^2 = 0.03$ ) のいずれも有意でなかった (Figure 6)。

感覚的詳細さ×再評価の分散分析の結果、交互作用 ( $F(2,79) = 3.74, p = .03, \eta_p^2 = 0.09$ ) は有意であったので、単純主効果検定を行ったところ、感覚的詳細さ高群における再評価中群と高群間に有意差が認められ、再評価高群で有意に FAB 得点が高かった (Figure 7)。

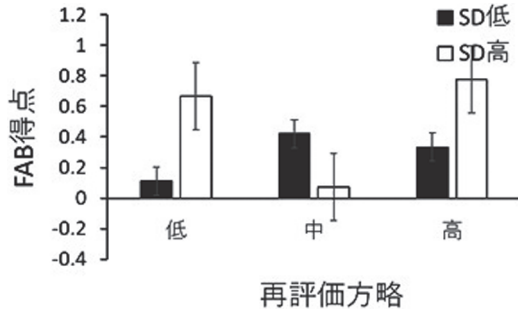


Figure 7 再評価方略の各群における感覚的詳細さ各群のFAB得点の平均。

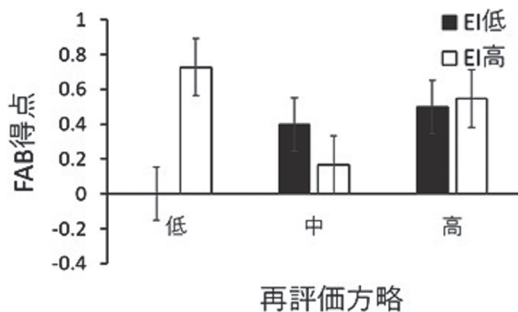


Figure 8 再評価方略の各群における感情強度各群のFAB得点の平均。

感情強度×再評価の分散分析の結果、交互作用 ( $F(2, 79) = 3.36, p = .04, \eta_p^2 = 0.08$ ) は有意であったので単純主効果検定を行ったところ再評価低群における感情強度の高低群間に有意差が認められ、感情強度高群で有意にFAB得点が高かった (Figure 8)。

## 考 察

本研究では、FABにおける記憶の主観的特性、特に記憶の詳細さに関する「鮮明さ」と「感覚的詳細さ」とFABの関連を明らかにすることと、個人差要因としての感情調節方略との関連を明らかにすることを目的とし、これらの関連を回顧法による調査研究を通じて検討した。

仮説1は「FABの発生メカニズムの1つとして記憶の詳細さが関係している」であった。仮説からFABを最も生じやすい記憶は、ネガティ

ブな出来事で、鮮明度・感覚的詳細さが低い記憶である。また、感情価は当時と比較して現在の方がポジティブな方向に変化していることが予測された。しかし分析の結果、FABと記憶の主観的特性の間にはあまり関連が見られなかった。このことから、FABと記憶の主観的特性とは関連があまり見られないことが示唆され、仮説1は支持されなかった。しかし再評価方略と感覚的詳細さまたは感情強度では交互作用が見られた。したがって、再評価方略をよく行う個人（再評価高群）は、想起された感覚的詳細さが高い場合の方が低い場合よりFABがより生じていることが示された。これは仮説とは反対に感覚的詳細さが高い方がFABを生じやすいことが示唆される。

仮説2は「日常的に感情を抑制する人は記憶自体を思い出しにくくなるため、ネガティブやポジティブな出来事の想起自体が困難であり当時の感情価が曖昧になっている。」仮説から感情抑制方略をとる場合はFABが見られないことが予測された。仮説2の結果、感情調整方略とFABの関連においては抑制高群でFABが見られなかった。この結果は、抑制方略をよく行う人においてFABが生じにくいことが示めされた。まとめると結果は予測と一致しており、仮説2が支持された。

本研究の結果はLindeman et al. (2017) が示した、記憶の詳細さとFABの関連と同様の結果は再現しなかった。その原因としてLindeman et al. (2017) はD'Argembeau & Linden (2006) の使用した尺度で記憶の主観的特性を測定していたことによる方法論の違いによるものか、別の要因による影響を受けたものかは今後の研究による検討が求められる。

また、感情調節方略とFABの関連として、抑制方略がFABを生じにくくすることが示された。これはD'Argembeau & Linden (2006) による感情抑制方略をとる人は記憶の想起が困難であるという結果に関連するものである。つまり

記憶の想起が困難であるため FAB 自体も起こりづらいということが示唆される。非適応的とされる抑制方略を行うことで FAB が生じにくいことから、Gibbons, Horowitz, Dunlap (2017) の FAB がメンタルヘルスを健康に保つ上での機能であることを示すという主張も支持するものであった。

本研究におけるネガティブな出来事全体の想起に対して情動の変化のパターンを見てみると、感情の減衰 (FAB) が 28.8% (23 件)、初期感情と現在感情の感情が変化しない、固定された感情が 67.5% (52 件)、初期感情と比較して現在感情の方が強くネガティブである情動の強化が 3.8% (3 件) であり、感情価が変化する反転感情は見られなかった。これは先行研究の研究結果とは大きく異なる結果である。Muir et al. (2017) では感情の薄れが最も多く、560 件 (52%) であった。次に多いのが固定された感情で 418 件 (41%)。最も少なかったのは反転感情で 11 件 (1.1%) であった。Muir et al. (2017) は出来事のポジティブ・ネガティブで分けておらず、情動の強化の件数は報告されていなかったが残りの件数から考えると全体の 5% 程度であり本研究とは大きく異なる結果となった。これは、想起に関する教示が不十分、もしくは調査参加者の理解が不十分であったために現在の感情を軸としてポジティブな出来事とネガティブな出来事を想起したことが考えられる。そのため今後の研究では調査参加者には現在の感情は別にしてポジティブ・ネガティブな出来事の想起を促すか、東日本大震災 (3.11) やアメリカ同時多発テロ (9.11) のような直接的に関わっているかによらずに多くの人が記憶している出来事を用いて想起を促すことが必要だと考える。

本研究は、自伝的記憶を過去に遡って回想させる回顧法を用いて行われており、想起時に選択的なバイアスがあったのではないかという指摘も考えられる。実際、Ritchie, Skowronski, Hartnett, Wells & Walker (2009) は、回顧的な

研究は日記研究と比較して FAB を過小評価する可能性を示唆している。そのため本研究で得られた結果が日誌法においても再現されるのか検討を行う必要がある。

今後の展望としては、FAB を引き起こすメカニズムを検討する研究が求められる。これには FAB を実験的に検討する必要があるため、現状の研究手法では限界があるだろう。そこで新たに実験的に FAB を検討する継時的な研究が求められる。

## 結 論

本研究では FAB と感情調節や記憶の主観的特性との関連を検討した。その結果、FAB に関する先行研究の結果を一部支持または展開可能な結果を得られた。特に感情調節方略が FAB に影響を及ぼすという知見は、FAB が精神衛生にポジティブな効果をもたらすことを示す結果である。その一方で先行研究では見られていた記憶の主観的特性とは関連が見られなかった。この点においてはさらなる検討が求められる。

## 引用文献

- Cabeza, R., & St Jacques, P. (2007). Functional neuroimaging of autobiographical memory. *Trends in cognitive sciences, 11*, 219-227.
- Conway, M. A., & Pleydell-Pearce, C. W. (2000). The Construction of Autobiographical Memories in the Self-Memory System. *Psychological Review, 107*, 261-228.
- D'Argembeau, A., & Van der Linden, M. (2006). Individual differences in the phenomenology of mental time travel: The effect of vivid visual imagery and emotion regulation strategies. *Consciousness and Cognition, 15*, 342-350.
- Gibbons, J. A., Horowitz, K. A., & Dunlap, S. M. (2017). The fading affect bias shows positive outcomes at the general but not the individual level of analysis in the context of social media. *Consciousness and Cognition, 53*, 47-60.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regula-



- tion: *An integrative review. Review of General Psychology*, 2, 271-299.
- Gross, J.J., & John, O.P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 348-362.
- Gross, J.J., & Levenson, R.W. (1997). Hiding Feelings: The Acute Effects of Inhibiting Negative and Positive Emotion. *Journal of Abnormal Psychology*, 106, 95-103
- Henderson, D.X., Bond, G.D., Alderson, C.J., & Walker, W.R. (2015). This Too Shall Pass: Evidence of Coping and Fading Emotion in African Americans' Memories of Violent and Nonviolent Death. *OMEGA- Journal of Death and Dying*, 71, 291-311.
- Kennedy, Q., Mather, M., & Carstensen, L.L. (2004). The Role of Motivation in the Age-Related Positivity Effect in Autobiographical Memory. *Psychological Science*, 15, 208-214.
- Landau & Gunter (2009). "Don't worry; you really will get over it": Methodological investigations of the fading affect bias. *The American Journal of Psychology* 122: 209-17
- Lindeman, M.I.H., Zengel, B., & Skowronski, J.J. (2017). An exploration of the relationship among valence, fading affect, rehearsal frequency, and memory vividness for past personal events. *Memory*, 25, 724-735.
- Luchetti, M. & Sutin, A.R. (2016). Measuring the phenomenology of autobiographical memory: A short form of the Memory Experiences Questionnaire. *Memory*, 24, 592-602.
- Muir, K., Madill, A., & Brown, C. (2017). Individual differences in emotional processing and autobiographical memory: Interoceptive awareness and alexithymia in the fading affect bias. *Cognition and Emotion*, 31, 1392-1404.
- Radvansky, A. Gabriel 川崎恵里子 監訳 (2021). 記憶の心理学—基礎と応用 誠信書房
- Richards, J.M., & Gross, J.J. (1999). Composure at Any Cost? The Cognitive Consequences of Emotion Suppression. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25, 1033-1044.
- Ritchie, T.D., Batteson, T.J., Bohn, A., Crawford, M.T., Ferguson, G.V., Schrauf, R.W., Vogl, R.J., & Walker, W.R. (2015). A pancultural perspective on the fading affect bias in autobiographical memory. *Memory*, 23, 278-290.
- Ritchie, T., Skowronski, J.J., Hartnett, J., Wells, B., & Walker, W.R. (2009). The fading affect bias in the context of emotion activation level, mood, and personal theories of emotion change. *Memory*, 17, 428-444.
- 佐藤浩一. (2008). 自伝的記憶の構造と機能 風間書房
- 関口理久子・Sutin, A.R. (2016). 日本パーソナリティ心理学会第25回大会発表論文集, 65
- Sutin, A.R., & Robins, R.W. (2007). Phenomenology of autobiographical memories: The Memory Experiences Questionnaire. *Memory*, 15, 390-411.
- Wagenaar, W.A. (1986). My memory: A study of autobiographical memory over six years. *Cognitive psychology*, 18, 225-252.
- Walker, W.R., Alexander, H., & Aune, K. (2020). Higher levels of grit are associated with a stronger fading affect bias. *Psychological reports*, 123, 124-140.
- Walker, W.R., Skowronski, J., Gibbons, J., Vogl, R., & Thompson, C. (2003). On the emotions that accompany autobiographical memories: Dysphoria disrupts the fading affect bias. *Cognition & Emotion*, 17, 703-723.
- Walker, W.R., & Skowronski, J.J. (2009). The Fading affect bias: But what the hell is it for? *Applied Cognitive Psychology*, 23, 1122-1136.
- Walker, W.R., Vogl, R.J., & Thompson, C.P. (1997). Autobiographical memory: Unpleasantness fades faster than pleasantness over time. *Applied Cognitive Psychology*, 11, 399-413.
- 吉津潤・関口理久子・両宮俊彦 (2013). 感情調節尺度 (Emotion Regulation Questionnaire) 日本語版の作成, 感情心理学研究, 20, 56-62.

## 謝辞

調査にご協力いただきました調査対象者の方々に心から感謝申し上げます。また、ご指導いただきました関西大学社会学部 関口理久子教授、文学部 比留間太白教授に深く御礼申し上げます。

