Japanese Journal of Applied Psychology
2025, Vol. 50, No. 3, 227-236

資　料

大学生を対象としたポジティブ・ネガティブな出来事の自伝的推論とアイデンティティ，well-being との関連

中園佐恵子*

The Relationship between Autobiographical Reasoning of Positive and Negative Events and the Achievement of Identity, Well-being on Students

Saeko NAKAZONO*

This study focused on a work of autobiographical reasoning, and it examined that autobiographical reasoning which positive and negative events were integrated in life stories, related with the achievement of identity and life satisfaction, psychological well-being of students. Participants were 228 students. They remembered the most important memory in their lives and they participated a questionnaire survey. They were divided into 2 groups which they remembered a positive event or a negative event. A positive event group was 115 students, and a negative event group was 79 students. The result of analysis showed that a relationship of autobiographical reasoning and identity and well-being. A work of autobiographical reasoning of positive events constructed a life story and affected the achievement of identity and well-being. It affected “Purpose in Life” of psychological well-being directly. A work of autobiographical reasoning of negative events just constructed a life story, and affected the achievement of identity and well-being. However, it didn’t affect “Purpose in Life”.

key words: autobiographical memory, life story, life satisfaction, psychological well-being

問題と目的

本研究では，自伝的推論によってポジティブな出来事，もしくはネガティブな出来事の自伝的記憶をライフストーリーに統合することが，アイデンティティと well-being にどのような影響を与えるのか検討した。

自伝的記憶（autobiographical memory）とは，自己にとって重要な意味をもつ出来事の記憶である（川口, 1999）。自伝的記憶はバラバラに並んで記憶されているのではなく，ストーリーの形式でまとまって記憶されているという特徴がある（佐藤，2014）。

自伝的記憶をストーリーにまとめる過程は自伝的推論（autobiographical reasoning）と呼ばれる（Habermas & Bluck，2000）。自伝的推論は自伝的記憶を意味づけ，自伝的記憶同士をつなげてライフストーリーを構成する（Habermas & Bluck，2000；中園・相澤，2023）。

* 神戸大学大学院人間発達環境学研究科
Graduate School of Human Development and Environment, Kobe University, 3-11 Tsurukabuto, Nada-ku, Kobe, 657-8501, Japan.
（saeko.nakazono@gmail.com）

ライフストーリー(life story)とは，人生に意味と統一性と目的を与える自己についての物語であり(家島，2012)，アイデンティティの基盤になる。McAdamsはアイデンティティのライフストーリーモデルを提示しており，アイデンティティはライフストーリーの形式をとる(家島，2012；McAdams, 2001)。青年期に人はアイデンティティを探す発達課題に直面し，自伝的推論を使ってライフストーリーを作ることで人生の見方に一貫性を作る（Bluck & Habermas，2001)。

自伝的推論によって，自伝的記憶をライフストーリーにまとめる過程は精神的健康にも影響すると考えられる。Rubin & Berntsen (2008 仲訳　2008) はトラウマなどの極端にネガティブな出来事がライフストーリーに統合されると，精神的健康を損なう可能性があると指摘している。Rubin & Berntsen (2008 仲訳 2008)は，人生の各時期でどのような出来事が起こるかについての知識をライフスクリプトと言い，ライフスクリプトの知識をもとにライフストーリーが構成されると述べている。ライフスクリプトは理想化された人生を表現しているので，ポジティブな出来事が含まれるため，ライフストーリーにも基本的にポジティブな出来事が含まれる。しかし，ポジティブな出来事の代わりに極端にネガティブな出来事がライフストーリーに統合されると，精神的健康を損なうという。自伝的推論によってネガティブな出来事がライフストーリーに統合されると精神的健康に悪い影響を及ぼすとあるが，反対にライフスクリプトに含まれるようなポジティブな自伝的記憶がライフストーリーに統合されると精神的健康に良い影響を及ぼすと推測される。

自伝的記憶とwell-beingは関連がある。well-beingには人生への満足や主観的な幸福感など感情の面に焦点を当てる捉え方と，自己実現などwell-beingの機能面に焦点を当てる2つの捉え方がある(松村，2014；Ryan & Deci，2001)。感情面に焦点を当てたwell-beingの指標の一つがDiener et al. (1985)の人生満足度であり，自己実現など機能面に焦点を当てた指標の一つがRyff（1989）の心理的well-beingである。心理的well-beingは自分が成長できるという感覚である「人格的成長」，人生に目的があるという感覚である「人生における目的」，自己決定ができるという感覚である「自律性」，周囲の環境を自分でコントロールできるという感覚である「環境制御力」，自己を受け容れられるという感覚である「自己受容」，他者と温かい人間関係を築くことができるという感覚である「積極的な他者関係」という6次元からなるポジティブな心理的機能である(西田, 2000)。自伝的推論と精神的健康を検討した研究は多くはないが，佐藤(2017)はアイデンティティの確立, 自尊感情, 人生満足度と自伝的推論の関係を検討している。それによると失敗経験に比べて, 成功経験の記憶に対する自伝的推論はアイデンティティの確立，自尊感情，人生満足度と強い関連があった。しかし，佐藤（2017）では心理的well-beingとの関連は検討されていない。木谷・岡本(2016)は包括的にwell-beingを検討するには，心理的well-beingとの関連も検討する必要があると述べている。

自伝的推論によって自伝的記憶をライフストーリーに統合することが，アイデンティティと精神的健康に何らかの影響があることが考えられる。青年期がライフストーリーを構成し，アイデンティティを確立する時期であると考えると，ライフストーリーを構成する自伝的推論が，青年のアイデンティティと精神的健康にどのような影響を与えるか検討するのは有意義であろうと考えられる。

そこで，本研究は自伝的推論が自伝的記憶をライフストーリーにまとめる過程を測定できる出来事中心性尺度（Centrality of Event Scale；以下，CESとする；Berntsen & Rubin，2006；松本，2022）を用いて，ポジティブな出来事とネガティブな出来事の記憶がライフストーリーに統合されることが，アイデンティティ，精神的健康にどのような影響があるかを検討する。精神的健康の指標としては，佐藤(2017）で自伝的推論の関連が検討されているwell-beingを取り上げる。本研究では佐藤(2017)が取り上げた感情的なwell-beingである人生満足度のみならず，心理的well-beingについても検討する。

CESは自伝的推論の指標の一つである（佐藤，2014)。CESはある出来事の記憶を一つ想起してもらい，その記憶がライフストーリーの中心に位置づく程度を測定する尺度である（Berntsen & Rubin，2006)。自伝的記憶をライフストーリーに統合する自伝的推論の過程そのものを，端的に測定することができると考えられる。

従来, 自伝的記憶研究ではCESを用いて自伝的記

憶とアイデンティティがどのような関係にあるか検討されてきた。山本（2015）は重要な自伝的記憶はCESの得点が高くなることを示している。また，重要な自伝的記憶を想起するとアイデンティティ尺度得点が高くなることも示している。特に山本(2015)はポジティブで重要な自伝的記憶を想起すると，ネガティブな重要な自伝的記憶を想起した場合と比べてアイデンティティの確立の尺度得点が高くなることも示している。CESは自伝的推論，アイデンティティ，well-beingを検討する本研究の目的に適切な尺度であると考えられる。

本研究の目的はCESを用いてポジティブな自伝的記憶とネガティブな自伝的記憶がライフストーリーに統合されることが，アイデンティティとwell-beingにどのような関連があるのかを検討し，CESがアイデンティティとwell-beingに関連する自伝的推論を測定する指標となりうるかを検討することである。

本研究の仮説は以下の通りである。山本(2015)によるとポジティブな重要な自伝的記憶を想起すると，ネガティブな重要な自伝的記憶を想起した場合と比べてアイデンティティの確立の尺度得点が高くなるという。Rubin & Berntsen(2008仲訳　2008)は本来，ポジティブな出来事が含まれるライフストーリーにトラウマなどの極端にネガティブな出来事が統合されると，精神的健康を損なう可能性があると指摘している。そこから以下の相関関係に関する仮説が予測される。

仮説1：ポジティブな自伝的記憶の出来事の中心性はアイデンティティの確立と正の相関があり，ネガティブな自伝的記憶の出来事の中心性はアイデンティティの確立と負の相関がある。

仮説2：ポジティブな自伝的記憶の出来事の中心性は人生満足度，心理的well-beingと正の相関があり，ネガティブな自伝的記憶の出来事の中心性は人生満足度，心理的well-beingと負の相関がある。

また，出来事の中心性，アイデンティティの確立，well-beingの関連を検討するために共分散構造分析を行う。ライフストーリーの中心に出来事が位置づき，ライフストーリーが出来上がることでアイデンティティが確立し，well-beingに関連すると考えられる。ライフストーリーは人生の目的を与えるものであるため，特に心理的well-beingの下位尺度のうち「人生における目的」が理論的に最も自伝的推論と関連が深いと考えられる。アイデンティティの確立が人生満足度を維持・増進する上で重要な要因になっている（畑野他，2020）。

そこから以下の共分散構造分析に関する仮説が考えられる。

仮説3：自伝的推論の指標である出来事の中心性がアイデンティティの確立に関連し，アイデンティティの確立が人生満足度と心理的well-beingの「人生における目的」に関連する。また，自伝的推論の指標である出来事の中心性と理論上，最も関連の深い心理的well-beingの「人生における目的」は直接，関連する。

方　　法

調査対象者

近畿地方の大学において，心理学の講義終了後に大学生にグーグルフォームで作成した質問フォームにアクセスできるQRコードを印刷した用紙を配布し，その場で質問フォームにスマートフォンでアクセスして回答してもらった。調査対象者は大学生232名で，そのうち，データの不備があるものを除いた228名（男性36名，女性189名，その他3名）を分析の対象とした。年齢は平均20.07歳(SD=1.25)であった。

質問項目

人生において最も重要な出来事　重要度の高い記憶はアイデンティティの確立を促進する記憶である(山本，2015)。そこで本研究は人生において，自分にとって最も重要な出来事を1つ想起するよう求め，その内容とその出来事が起こった時期について負担にならない範囲で，自由記述で回答を求めた。記憶特性の項目として，先行研究である佐藤(2017)と山本(2015)の記憶特性の項目を参考に，記憶の鮮明度は「1：その出来事の記憶は，ぼんやりしている」から「5：その出来事の記憶は，はっきりしている」まで，詳細度は「1：その出来事は，おおざっぱである」から「5：その出来事は，詳細である」，現在の時点での快・不快度は「1：その出来事の感情は不快である」から「5：その出来事の感情は快である」，重要度は「1：その出来事は自分にとって，全く重要ではない」から「5：その出来事は自分にとって，とても重要だ」の5件法で回答を求めた。

出来事の中心性　Berntsen & Rubin（2006）のCES日本語短縮版を使用した(松本，2022)。本尺度は7項目から構成されており,「この出来事が私の人生の物語の中心的な部分になっていると感じる」などの項目から構成されていた。対象者には先ほど回答した人生において最も重要な出来事について，各項目に当てはまる程度を「1：全くそうではない」から「5：非常にそうである」までの5件法で回答を求めた（得点の範囲は7-35点，α＝.855)。

人生満足度　Diener et al.(1985）が作成した人生満足度尺度の日本語版を使用した(子安他，2012)。本尺度は「大体において,私の人生は理想に近いものである」など5項目で構成されており,人生満足度を測定する。対象者には普段の自分自身の状態について，「1：全くあてはまらない」から「5：非常にあてはまる」までの5件法で回答を求めた(得点の範囲は5-25点，α＝.781)。

心理的well-being　西田(2000)が作成した心理的well-being尺度を使用した。本尺度は「私の人生は,学んだり,変化したり,成長したりする連続した過程である」などの8項目から成る「人格的成長」(得点の範囲は8-40点，α＝.780),「私はいつも生きる目標を持ち続けている」などの8項目から成る「人生における目的」(得点の範囲は8-40点，α＝.872),「私は，自分の行動は自分で決める」などの8項目から成る「自律性」(得点の範囲は8-40点，α＝.804),「私は，自分に対して肯定的である」などの7項目から成る「自己受容」(得点の範囲は7-35点，α＝.872),「私は，周囲の状況にうまく折り合いをつけながら，自分らしく生きていると思う」など6項目から成る「環境制御力」(得点の範囲は6-30点，α＝.792),「私は，あたたかく信頼できる友人関係を築いている」など6項目から成る「積極的な他者関係」(得点の範囲は6-30点，α＝.812)の6下位尺度43項目から構成されている。対象者には普段の自分自身の状態について，「1：全くあてはまらない」から「5：非常にあてはまる」までの5件法で回答を求めた。

アイデンティティの確立　先行研究である渡邊(2020)と同様に下山(1992)が作成したアイデンティティ尺度のうち，アイデンティティの確立の程度を測定する下位尺度,10項目を使用した。「自分の生き方は,自分で納得のいくものである」などの項目から構成されていた。対象者には,現在の自分自身の状態について，「1：全くあてはまらない」から「5：よくあてはまる」までの5件法で回答を求めた(得点の範囲は10-50点，α＝.890)。

倫理的配慮

調査時に,調査協力は任意であり,調査に協力をしなくても不利益を被ることはないこと，調査は無記名で行われること，得られたデータは適切に管理されること，質問紙に回答することをもって調査協力の同意を得ることを説明し,質問紙調査を実施した。本調査は神戸大学大学院人間発達環境学研究科の倫理審査委員会の承認を受けて実施した（承認番号：588-2)。

結　　果

人生において最も重要な出来事の記憶　先行研究である山本(2015)を参考に，人生において最も重要な出来事について，現在の時点での快・不快度で1-2点（不快）と答えた対象者をネガティブ群，4-5点（快）と答えた対象者をポジティブ群に分けた。3点と回答した対象者はネガティブ群，ポジティブ群のどちらにも分類されないため以後の分析から除外した。本研究は現在の自伝的記憶がネガティブかポジティブかで群分けを行うため，山本(2015)の群分けの方法を参考にした。ネガティブ群は79名(34.65%)で，ポジティブ群は115名(50.44%)であった。それぞれの出来事の起こった時期は自由記述の内容から分類すると,ポジティブ群が,小学生以前が0ケース，小学生の時期が30ケース(26.09%)，中学生の時期が16ケース(13.91%)，高校生の時期が51ケース（44.35%)，大学生の時期が18ケース(15.65%)で，受験の成功，コンクールでの入賞，部活動などについて挙げていた。ネガティブ群が,小学生以前が1ケース(1.27%)，小学生の時期が20ケース(25.32%)，中学生の時期が16ケース(20.25%)，高校生の時期が33ケース（41.77%)，大学生の時期が9ケース（11.39%）で，受験の失敗，病気，身近な人の死などについて挙げていた。ポジティブ群とネガティブ群で記憶特性の得点に差がみられるかを検討するため，対応のないt検定を行った。結果をTable 1に示す。詳細度（t（139）=2.46，p<.05）と快不快度（t（192）=47.63，p<.001）はポジティブ群の方が有意に高かった。

各群の基礎統計量と相関関係　ポジティブ群とネ

Table 1　ポジティブ群とネガティブ群の記憶特性

評定値	ポジティブ群（n＝115）	ネガティブ群（n＝79）	t 値
鮮明度	4.44（0.69）	4.22（0.92）	1.88
詳細度	4.26（0.88）	3.89（1.14）	2.46*
快不快度	4.68（0.47）	1.37（0.49）	47.63***
重要度	4.63（0.61）	4.62（0.61）	0.07

（ ）内は SD。***p< .001 *p< .05

Table 2　ポジティブ群の各変数の平均，標準偏差，相関関係

変数	*M*	*SD*	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1　出来事の中心性	26.82	5.89	—								
2　アイデンティティの確立	35.12	6.82	.235*	—							
3　人生満足度	16.37	3.75	.101	.419**	—						
4　人格的成長	32.90	4.25	.201*	.436**	.383**	—					
5　人生における目的	26.30	6.53	.322**	.611**	.378**	.534**	—				
6　自律性	23.30	5.24	.107	.359**	.096	.160	.235*	—			
7　自己受容	21.62	5.65	−.069	.657**	.496**	.371**	.470**	.267**	—		
8　環境制御力	21.35	3.60	.236*	.621**	.324**	.378**	.478**	.303**	.529**	—	
9　積極的な他者関係	22.90	4.25	−.031	.252**	.260**	.346**	.227*	−.283**	.289**	.248**	—

** p< .01 *p< .05

Table 3　ネガティブ群の各変数の平均，標準偏差，相関関係

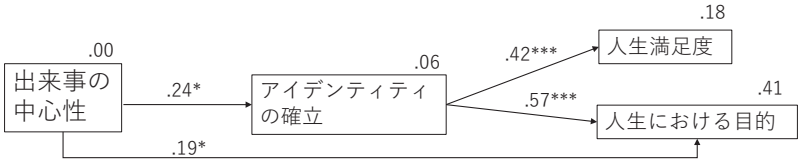
変数	*M*	*SD*	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1　出来事の中心性	25.29	5.98	—								
2　アイデンティティの確立	33.78	8.90	.256*	—							
3　人生満足度	14.86	4.24	.093	.559**	—						
4　人格的成長	32.91	5.00	.143	.640**	.402**	—					
5　人生における目的	24.57	8.01	.289**	.648**	.444**	.578**	—				
6　自律性	23.62	5.71	.336**	.408**	.165	.403**	.334**	—			
7　自己受容	20.23	6.56	.059	.780**	.611**	.540**	.521**	.369**	—		
8　環境制御力	20.46	4.90	.103	.738**	.436**	.568**	.519**	.342**	.659**	—	
9　積極的な他者関係	21.94	5.12	−.122	.581**	.440**	.547**	.506**	.082	.514**	.576**	—

** p< .01 *p< .05

ガティブ群のそれぞれについて，出来事の中心性，well-being，アイデンティティの確立の関係を調べるため，それぞれの尺度ごとに尺度得点を求め，各群ごとに基礎統計量と相関係数を算出した。結果をTable 2 と Table 3 に示す。

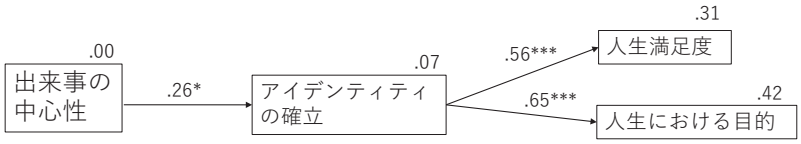
出来事の中心性とアイデンティティの確立に関しては，ポジティブ群は出来事の中心性とアイデンティティの確立に有意な正の相関関係がみられ（r＝.235, p<.05），ネガティブ群も同様に出来事の中心性とアイデンティティの確立に有意な正の相関関係が見られた（r＝.256，p<.05）。一方，出来事の中心性と心理的 well-being の各下位尺度との相関に関してはポジティブ群とネガティブ群で違いが見られた。ポジティブ群の出来事の中心性は心理的 well-being の下位尺度である「人格的成長」（r＝.201，p<.05），「人生における目的」（r＝.322, p<.01），「環境制御力」（r＝.236，p<.05）と有意な正の相関関係にあった。ネガティブ群の出来事の中心性と心理的 well-being の下位尺度である「人生における目的」（r＝.289，p<.01），「自律性」（r＝.336，p<.01）と有意な正の相関関係にあった。出来事の中心性と人生満足度に関しては，ポジティブ群でもネガティブ群で

Figure 1　ポジティブ群の出来事の中心性，アイデンティティの確立，well-being の関係



注）図中の数値は標準化推定値を示す。有意でないパスおよび誤差は省略した。
$*p < .05$，$***p < .001$

Figure 2　ネガティブ群の出来事の中心性，アイデンティティの確立，well-being の関係



注）図中の数値は標準化推定値を示す。有意でないパスおよび誤差は省略した。
$*p < .05$，$***p < .001$

も相関関係が見られなかった。加えて，ポジティブ群とネガティブ群のアイデンティティの確立と人生満足度，心理的 well-being の全ての下位尺度に有意な正の相関関係が見られた。

共分散構造分析　ポジティブ群とネガティブ群それぞれにおいて，出来事の中心性，アイデンティティの確立，well-being の関係を検討するため，共分散構造分析を行った。仮説通り出来事の中心性からアイデンティティの確立へパスを設定し，アイデンティティの確立から人生満足度と心理的 well-being の共通していた下位尺度である「人生における目的」へパスを設定した。また，出来事の中心性から「人生における目的」へパスを設定した。

このモデルを初期モデルとし，ポジティブ群において変数間の関連を検討したところ，モデルの適合度は以下のような値が得られた（$\chi2$（2）＝3.466，p =.177（ns），GFI＝.985，AGFI＝.926，RMSEA＝.080）。Figure 1 に得られたモデルを示した。

ポジティブ群では，出来事の中心性がアイデンティティの確立に関連し，アイデンティティの確立が人生満足度と心理的 well-being の「人生における目的」に関連していた。また，出来事の中心性が直接，「人生における目的」に関連していた。ポジティブ群と同じ初期モデルでネガティブ群の変数間の関係を検討したところ，出来事の中心性から「人生における目的」へのパスが有意ではなかった。有意ではなかったパスを削除し，再度分析を行ったところ，Figure 2 のモデルを得た。モデルの適合度は以下のような値が得られた（$\chi2$（3）＝4.085，p=.252（ns），GFI＝.976，AGFI＝.921，RMSEA＝.068）。ネガティブ群では，出来事の中心性がアイデンティティの確立に関連し，アイデンティティの確立が人生満足度と心理的 well-being の「人生における目的」に関連していたが，出来事の中心性は直接，「人生における目的」に関連していなかった。

考　　察

ポジティブな出来事とネガティブな出来事の相違

記憶特性はポジティブ群の方が詳細度と快不快度が有意に高かった。鮮明度，重要度に差はないが，ポジティブ群の方がネガティブ群よりも詳細な記憶を想起していた。これはポジティブ群はネガティブ群

に比べて高校生・大学生の時期の記憶が多く想起されていることから，レミニセンス・バンプが顕著に見られたためであると考えられる。レミニセンス・バンプは10～30代の記憶を多く想起する現象である（槙，2008；Rubin & Berntsen，2008，仲　訳　2008）。Rubin & Berntsen（2008仲訳　2008）は人生で重要な記憶やポジティブな記憶を想起する場合に顕著に見られる現象であると述べている。ポジティブ群は人生で最も重要なポジティブな自伝的記憶を想起している群なので，レミニセンス・バンプが顕著に見られたと考えられる。快不快度はポジティブ群とネガティブ群を群分けするためのものであり，ポジティブ群の方が有意に得点が高いことから，適切に群分けできていることが示されている。

相関関係については，ポジティブ群とネガティブ群の出来事の中心性とアイデンティティの確立が正の相関関係にあった。仮説1は一部，支持された。これは自伝的推論によってライフストーリーが構成され，人生の最も重要な出来事がライフストーリーに統合されることで，アイデンティティの確立が促されたと考えられる。森岡（2002）はアイデンティティには自己の連続性という時間感覚が必要で，物語の形式が必要であると述べている。自伝的推論によってライフストーリーを構成することが，アイデンティティの確立を高める一要因になっていると考えられる。

ポジティブ群とネガティブ群のアイデンティティの確立と人生満足度，心理的well-beingの全ての下位尺度が正の相関関係にあった。アイデンティティの確立が人生満足度を維持・増進する上で重要な要因になっている（畑野他，2020）。また，アイデンティティの確立と心理的well-beingに正の相関があったのは，複数のポジティブな心理的機能が関わるためであると考えられる。大野（2011）によると，充実感が高い青年ほどアイデンティティが健康的であるという。充実感の中でも主体的に生きていると感じる「自立・自信」，周囲の人との連帯を感じる「連帯」，自己を肯定的に感じる「信頼」の3因子がアイデンティティに影響するという。心理的well-beingにおける自分の成長を肯定的に捉える「人格的成長」は，自己を肯定的に捉える点で「信頼」と類似している。また，自己決定できるという感覚である「自律性」や，周囲の環境をコントロールできる感覚である「環境制御力」は，主体的に行動する点で「自立・自信」と類似している。更に周囲の他者と暖かい人間関係を築ける感覚である「積極的な他者関係」は「連帯」と類似している。上村（2007）はアイデンティティには自己受容と他者受容が重要な機能を果たし，この2つをバランス良く持つことが適応的であるとしている。心理的well-beingの下位尺度にも「自己受容」があり「積極的な他者関係」には他者と共感できるという他者受容と類似した働きが見られる。「人生における目的」については，自伝的推論によって構成されるライフストーリーが，アイデンティティと人生の目的を与えるものであるため相関がみられたと考えられる（家島，2012；森岡，2002）。

ポジティブ群とネガティブ群で違いがあったのは，出来事の中心性と心理的well-beingの相関関係である。ポジティブ群の出来事の中心性は心理的well-beingの「人格的成長」，「人生における目的」，「環境制御力」と正の相関関係にあった。ネガティブ群の出来事の中心性は心理的well-beingの「人生における目的」，「自律性」と正の相関関係にあった。ポジティブ群とネガティブ群に共通して相関があったのは「人生における目的」であった。以上から仮説2は一部，支持された。

ポジティブな重要な出来事の記憶が統合されたライフストーリーを持つことで，自分を成長し続けることができる，人生に目的がある，周りの環境をコントロールできるなど自己を肯定的に捉える感覚が高まる可能性がある。

池田（2015）によると，ネガティブな出来事の記憶には本来，個人の意思決定に関連する記憶の方向づけ機能が内在されているという。特にネガティブな出来事をポジティブに語り直すことで，方向づけ機能を活用することを示している。ネガティブな出来事であってもポジティブに捉えなおしたり，記憶の方向づけ機能が働いている場合は，人生に目的がある，自己決定できるという感覚を持ちやすくするのかもしれない。

ポジティブ群とネガティブ群で共通していたのは，「人生における目的」である。ポジティブ，ネガティブな出来事に関わらず，重要な出来事の記憶がライフストーリーの中核に位置づくことで，人生に目的があるという感覚をもちやすくなると考えられる。家島（2012）の，ライフストーリーが人生の目的

を与えるものという指摘と一致している。

自伝的推論，アイデンティティ，well-being の関連

共分散構造分析の結果，ポジティブ群でもネガティブ群でも，出来事の中心性がアイデンティティの確立と関連し，アイデンティティの確立が人生満足度と心理的 well-being の「人生における目的」に関連しているモデルが示唆された。ネガティブ群と違い，ポジティブ群は出来事の中心性が「人生における目的」に直接，関連するパスも見られた。仮説 3 は一部，支持された。

ポジティブな出来事であってもネガティブな出来事であっても重要な出来事の記憶であれば，ライフストーリーの中核に位置づくことで，アイデンティティの確立に寄与する。そして，アイデンティティの確立が，人生満足度と心理的 well-being の「人生における目的」に影響を与えると考えられる。渡邊(2020)はポジティブな出来事とネガティブな出来事の自伝的記憶を比較し，CES，肯定的な意味づけ，アイデンティティの確立との関係を検討している。ポジティブな自伝的記憶は，ライフストーリーに統合されると直接，アイデンティティの確立を促進し，ネガティブな自伝的記憶は，肯定的な意味づけをすることでアイデンティティの確立を促進していることを示している。その理由をポジティブな自伝的記憶もネガティブな自伝的記憶も自伝的推論を引き起こすからだと説明している。ネガティブな出来事であっても，肯定的な意味づけを行うなど，その出来事に意味を見出してライフストーリーに統合された場合，アイデンティティの確立に寄与することが考えられる。ネガティブな出来事の後にポジティブな結果が続くライフストーリーの構造に救済シーケンスがある（McAdams，2013）。ネガティブな出来事をライフストーリーに統合する際，救済シーケンスのような構造でライフストーリーを構成している場合は，ネガティブな出来事であっても，アイデンティティの確立に寄与する場合があると考えられる。ネガティブな出来事は，出来事への意味づけ方やライフストーリーの構造次第で，アイデンティティの確立に寄与する場合があると考えられる。Rubin & Berntsen（2008 仲訳 2008）は極端にネガティブな出来事がライフストーリーに統合されると精神的健康を損なう可能性があると指摘していた。Rubin & Berntsen（2008 仲訳 2008）はライフスクリプトの知識をもとにライフストーリーが構成されるので，ライフストーリーにも基本的にポジティブな出来事が含まれる。しかし，ポジティブな出来事の代わりに極端にネガティブな出来事がライフストーリーに統合されると精神的健康を損なうという。ネガティブな出来事の自伝的記憶であっても肯定的な意味づけをしたり，ライフストーリーの構造自体を救済シーケンスにしている場合は精神的健康を損なわず，アイデンティティの確立に寄与し，精神的健康にも悪い影響を及ぼしにくいと考えられる。

ポジティブな出来事の重要な記憶の特徴として，ライフストーリーの中核に位置づくことで，「人生における目的」の感覚を直接，高めるということが考えられる。ポジティブな出来事の記憶がライフストーリーの中心に位置づくことで，自分の人生に目的があるという肯定的な感覚を持ちやすいと考えられる。

結論と今後の課題

本研究ではポジティブな出来事でもネガティブな出来事でも，人生で最も重要な出来事の記憶はライフストーリーの中核に位置づくと，アイデンティティの確立に寄与し，精神的健康に影響することが示唆された。特にポジティブな出来事は，アイデンティティの確立を介さず，直接，「人生における目的」と関連する。ネガティブな出来事の自伝的推論は直接，「人生における目的」と関連することはないが，肯定的意味づけや救済シーケンスの構造でライフストーリーを構成し，アイデンティティの確立に寄与すると，精神的健康に悪い影響を及ぼしにくい場合があると考えられる。

最後に本研究の限界を述べる。本研究は出来事の中心性，アイデンティティの確立，精神的健康の各指標に関連が見られたが，因果関係がどのようになっているかは更に検討を重ねる必要がある。

第一に，本研究は一時点の研究であったので，因果関係を追究するために，今後は縦断的な調査を行う必要がある。Erikson（1980 西平・中島訳 2011）はアイデンティティの発達は青年期だけで終わるのではなく，生涯にわたって発達し続けることを指摘している。本研究は青年期の対象者で検討したが，成人期や老年期など別の発達段階のアイデンティティの発達が精神的健康に青年期とは異なる影響を及ぼすか

も検討していく必要がある。

第二に，本研究はポジティブな出来事のみならずネガティブな出来事であっても，アイデンティティの確立に寄与すると，精神的健康に悪影響を及ぼしにくいという結果になった。このことは，ネガティブな出来事に肯定的な意味づけをした場合や，ライフストーリーが救済シーケンスの構造をとる場合などの要因が現時点では考えられる。しかし，本研究ではネガティブな出来事が精神的健康に悪影響を及ぼしにくい場合，どのような要因が影響するのかについては検討していないので，今後の研究で検討していく。また，ポジティブな出来事はアイデンティティの確立に寄与し，精神的健康に安定して影響するのかも併せて検討することで因果関係を追求していく。

いずれにしても中長期的な研究を行い，因果関係を把握するため検討していく必要がある。

引用文献

Berntsen, D., & Rubin, D.C. (2006). The centrality of event scale: A measure of integrating a trauma into one's identity and its relation to post-traumatic stress disorder symptoms. *Behavior Research and Therapy*, *44* (2), 219-231. https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.01.009

Bluck, S.,& Habermas, T. (2001). Extending the study of Autobiographical Memory: Thinking Back About Life Across the Life Span. *Review of General Psychology*, *5* (2), 135-147. https://doi.org/10.1037/1089-2680.5.2.135

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, *49* (1), 71-75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13

Erikson, E.H. (1980). *Identity and The Life Cycle*. W.W. Norton & Company, Inc.（エリクソン，E.H. 西平　直・中島 由恵（訳）(2011).アイデンティティとライフサイクル（pp.123-139）誠信書房）

Habermas, T., & Bluck, S. (2000). Getting a Life: The Emergence of the Life Story in Adolescence. *Psychological Bulletin*, *126* (5), 748-769. https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0033-2909.126.5.748

畑野快・杉村和美・中間玲子・溝上慎一・都筑学（2020）．青年期・成人期初期におけるアイデンティティの発達傾向と人生満足感の関連――大規模横断調査に基づく検討――　発達心理学研究，*31*（1），26-36．https://doi.org/10.11201/jjdp.31.26

家島 明彦（2012）．マクアダムスのナラティヴ・アイデンティティ　梶田 叡一・溝上 慎一（編）自己の心理学を学ぶ人のために（pp.63-72）世界思想社

池田 和浩（2015）．何のために語り直すのか？：転換的語り直しの目的に関する言語分析　尚絅学院大学紀要，*69*（69），67-79．https://doi.org/10.24511/00000277

川口 潤（1999）．自伝的記憶 中島 義明・安藤 清志・子安 増生・坂野 雄二・繁桝 算男・立花 政夫・箱田 裕司（編）　心理学辞典（p.354）有斐閣

木谷 智子・岡本 祐子（2016）．自己概念の多面性と心理的well-beingの関連 青年心理学研究，*27*（2），119-127．https://doi.org/10.20688/jsyap.27.2_119

子安 増生・楠見 孝・de Carvalho Filho, M. K.・橋本 京子・藤田和生・鈴木晶子・大山泰宏・Becker, C.・内田由紀子・Dalsky, D.・Mattig, R.・櫻井里穂・小島 隆次（2012）．幸福感の国際比較研究――13カ国のデータ――　心理学評論，*55*（1），70-89. https://doi.org/10.24602/sjpr.55.1_70

槙 洋一（2008）．ライフスパンを通じた自伝的記憶の分布 佐藤 浩一・越智 啓太・下島 裕美（編）自伝的記憶の心理学（pp.76-89）北大路書房

松本 昇（2022）．トラウマティックなライフイベントについての出来事中心性尺度日本語版の作成　心理学研究，*93*（1），32-42．https://doi.org/10.4992/jjpsy.93.20204

松村 治（2014）．自然とのふれあいが多面的な主観的well-beingにあたえる影響について――地域社会に対するポジティブな認知を含めて――　健康心理学研究，*27*（2），113-123．https://doi.org/10.11560/jahp.27.2_113

McAdams, D.P. (2001). The Psychology of Life Stories. *Review of General Psychology*, *5* (2), 100-122. https://doi.org/10.1037/1089-2680.5.2.100

McAdams, D.P. (2013). *The Redemptive Self Stories Americans Live By Revised and Expanded Edition*. New York: Oxford University Press. (Original work published 2006, Oxford University Press)

森岡 正芳（2002）．自己の物語　梶田 叡一（編）　自己意識研究の現在　（pp.29-44）ナカニシヤ出版

中園 佐恵子・相澤 直樹（2023）．自伝的推論が自己のストーリーを構成する過程の検討　神戸大学大学院人間発達環境学研究科研究紀要，*16*（2），19-27．https://doi.org/10.24546/0100481766

西田 裕紀子（2000）．成人女性の多様なライフスタイルと心理的well-beingに関する研究　教育心理学研究，*48*（4），433-443．https://doi.org/10.5926/jjep1953.48.4_433

大野 久（2011）．アイデンティティと充実感　榎本 博明（編）自己心理学の最先端――自己の構造と機能を科学する――（pp.23-33）あいり出版

Rubin, D. C., & Berntsen, D. (2008). How Memory for Stressful Events Affects Identity.（ルービン，D.C.・バーントセン，D. 仲　真紀子（訳）ストレスフルな出来事の記憶――アイデンティティへの影響――仲　真紀子（編）　自己心理学 4　認知心理学へのアプローチ　（pp.105-117）金子書房）

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, *52*, 141-166. https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, *57* (6) , 1069-1081. https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.57.6.1069

佐藤 浩一（2014）．自伝的推論――概念ならびに評価方法の整理と包括的な枠組みの提案――　群馬大学教育学部紀要　人文・社会科学編, *63*, 129-148. http://hdl.handle.net/10087/8357

佐藤 浩一（2017）．成功経験と失敗経験に対する自伝的推論とアイデンティティ発達，適応との関連　認知心理学研究，*14*（2），69-82. https://doi.org/10.5265/jcogpsy.14.69

下山 晴彦（1992）．大学生のモラトリアムの下位分類の研究――アイデンティティの発達との関連で――　教育心理学研究，*40*（2），121-129. https://doi.org/10.5926/jjep1953.40.2_121

上村 有平（2007）．青年期後期における自己受容と他者受容の関連：個人志向性・社会志向性を指標として　発達心理学研究，*18*（2），132-138. https://doi.org/10.11201/jjdp.18.132

渡邊 ひとみ（2020）．青年期のアイデンティティ発達とネガティブ及びポジティブ経験に見出す肯定的意味　心理学研究，*91*（2），105-115. https://doi.org/10.4992/jjpsy.91.19010

山本 晃輔（2015）．重要な自伝的記憶の想起がアイデンティティの達成度に及ぼす影響　発達心理学研究，*26*（1），70-77. https://doi.org/10.11201/jjdp.26.70

（受稿: 2024.2.29; 受理: 2024.10.27）