

なつかしさを支える心理的メカニズム

—レトロ・ノスタルジー展示のために

京都大学大学院教育学研究科教授

楠見 孝

本稿の目的は、第1に、博物館のレトロ・ノスタルジー展示において、来館者に喚起されるなつかしさ感情を支える心理的メカニズムとその年齢差について、第2に、来館者にとって、博物館において、過去をなつかしく思うことの意義とその機能を、心理学の観点から検討することである。

これまでの心理学におけるなつかしさ (nostalgia) 研究は、大きく2つに分けることができ、本稿の目的と対応する。第1は、なつかしさ感情を喚起する手がかり (trigger) や、その思い出の中身に関する研究である^{1,2}。これは博物館展示のどのような要素がなつかしさを喚起するかに関わる。第2は、なつかしさ感情が個々人の感情や行動に与える機能や影響に関する研究である²。これらは、ノスタルジア展示の効果や意義に関わる研究につながる。

1. なつかしさとは何か

「なつかしさ」の語源である古語「なつかし」は、「なつく」という動詞が形容詞化したものである。古くは「心が魅かれて離れがたい」という意味で、奈良時代の『万葉集』で使われている。そして鎌倉時代には、「かつて慣れ親しんだ人や事物を思い出して昔に戻ったようで楽しい」という現代と近い意味で使われるようになった。そこで、本稿では、なつかしさを、「過去に頻繁に接触することによって親近感が高く、かつ最近では接触していない対象 (例：子どもの頃に使っていたおもちゃ、昔の電化製品、風景の写真) を手がかりに、過去のことを思い出す時に伴う感情」と定義する。その時に起こることが、メンタルタイムトラベル (心の時間旅行) でもある。たとえば、ある展示物が手がかり (例：昔の道具) となって、その道具を使っていた過去の時間と場所に帰って、当時の出来事をありありと思い浮かべて、再体験することである。なつかしさとはメンタルタイムトラベル (心の時間旅行) をしている時に感じる感情である。来館者は、展示物の昔の道具を見ながら、「これは、小学生の頃、居間にあって、いつも使っていた…」等と、同伴者に話していることからわかる。

ここでは、なつかしさを、図1に示すように、人の記憶システムに対応させて、自伝的なつかしさと文化的なつかしさに分ける⁴。

自伝的なつかしさは、過去の個人的経験についての

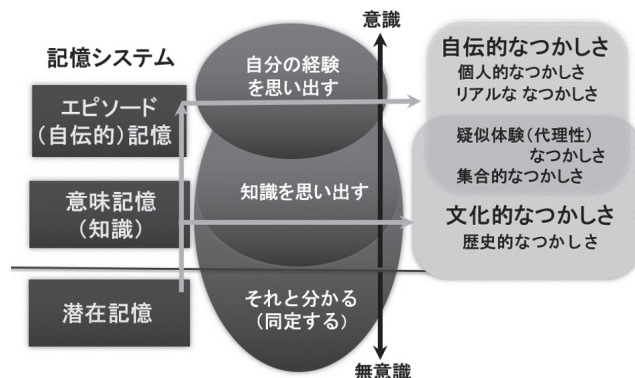


図1 自伝的-文化的なつかしさを支える3つの記憶³

エピソード記憶に基づく。エピソード記憶とは、時間と場所が特定できる長期的記憶であり、思い出す時には、自分の経験を思い出しているという想起意識を伴う。エピソード記憶の中でも自伝的記憶は、自分が生まれてから現在に至るまでに経験した出来事のエピソードを含む記憶である。つまり、自分が主役で、ある時間と場所で起こった出来事で構成され、自己を支える自分史の記憶である。そうした個人が実際に経験した出来事の記憶に支えられているという意味で個人的なつかしさ、リアルなつかしさともいう。

一方、文化的なつかしさは、知識の記憶 (意味記憶) に基づく。私たちの文化における日常の経験 (家庭、学校、テレビを見る等) の中で長期にわたって形成されたなつかしいモノや風景、ことがら等に関する知識である。思い出す時には、「知っている」という感覚 (既知意識) とともに一般的な知識として想起される。したがって、自己と結びついた特定の場所と時間の出来事は思い出されないことが多い (思い出されることもあるので、両者は重なりがある)。たとえば、都会育ちの人にとって、日本の田園風景は、そこで育った自伝的記憶はなくても、日本の文化においてテレビ等で小さい時から何度も接することによって、なつかしい風景として、知識が形成されている。とくに、生まれた以前のことがらについてのなつかしさを指す時は、歴史的なつかしさともいう。これは、時代 (世代) や文化を共有する人々に共有されている点で、集合的なつかしさ (collective nostalgia) に支えられている⁵。なお、集合的なつかしさには、小学生の頃の友人や家族等、他の人と共有した経験についての自伝的記憶に基づくなつかしさもある。

博物館の展示物によって、来館者に喚起されるの

は、「知っている」というレベルの文化的なつかしさのこともあれば、その展示物を手がかりに自伝的なつかしさが喚起されることもある。そして、両者の境界にあるのが、展示物を見た時に、個人的出来事を思い出せない、あるいは個人的経験のない展示物に対して既知感やなつかしさ、安らぎを感じることである。これをリアルななつかしさに対して疑似体験なつかしさ (real vs. simulated nostalgia)⁶、もしくは他者の経験を自分のなつかしい経験のように感じるという意味で代理的ななつかしさ (vicarious nostalgia) という⁷。

なお、「なつかしさ」とは外来語「ノスタルジア」(英語等) や「ノスタルジー」(nostalgie: フランス語) の訳として扱われることが多いが、つぎのようなニュアンスの差がある。すなわち、「なつかしさ」は、自伝的記憶に基づいて、子どもの時の思い出を想起する時に起こる感情をさす時に使われる。たとえば、昔の電化製品の展示室では、来館者の「これ、なつかしい」という言葉があちこちで発せられている。一方、「ノスタルジア」は、過去という時代に憧れる気持ち(「あの頃は良かった」等と語られる)等、文化的・歴史的なつかしさに使われる傾向がある^{4,8}。

最後に紹介するのが、エピソード記憶と意味記憶の土台にある潜在記憶である。知覚的にモノに接したり、コトバを聞いた時、それと何となくわかる(同定する)時に働く記憶である。これは、過去経験や知識について、思い出しているという感覚がない無意識に働いている潜在記憶である。以前に何度も経験しても忘れてしまい、無意識のうちに、親しみや好きという感情を引き起こす現象(例: 味の好み)が関わる。

この潜在記憶は、図1で示すように、すべてのなつかしい記憶の土台として基底にあり、その上に、ある文化の中で形成される知識の記憶があり、一番上に自伝的記憶がある三層構造として考えることができる。

2. なつかしさが起こる心理学的メカニズムは

なつかしさが起こるメカニズムは図2で示すように2段階によって成立する: (i) 過去において、ある対象(電化製品、日用品、流行した歌等)と何度も接触することによって、慣れ親しみ、好きになる単純接触効果が起こる第1段階と、(ii) つぎに、長い間の空白期間があって、再び遭遇した時に、その対象が手がかりになって、過去のことを思い出すとともに、なつかしさを感じる第2段階である。これをなつかしさの「単純接触-空白期間モデル」という⁴。

たとえば、古いブラウン管テレビの展示物は、(i) 昔居間で毎日接していたものであり、(ii) 買い換えによって廃棄されるので、長い間見ていないため、強いなつかしさを喚起することになる。この段階では、そ

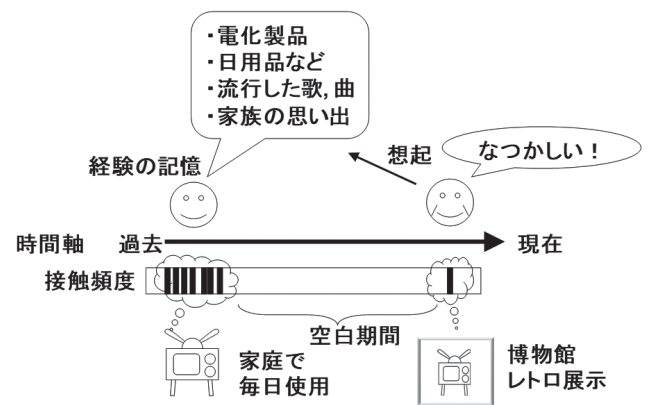


図2 なつかしさの単純接触-空白期間モデル⁹

の当時の個人的思い出だけでなく、家族のことや、社会的出来事等が連鎖的に思い出されることもある。

なお、これまで心理学では、自伝的なつかしさを喚起する手がかりとしては、場所(例: 学校、実家の家)や人(例: 昔の友達)、メディアに関わること(例: 昔のテレビ番組、アニメの主人公、音楽)、昔のモノ(例: おもちゃ、道具)、食べ物(例: 母親が作った料理)、出来事(例: 休日に出かけたこと)等が研究されてきた^{2,10}。これらは、なつかしさを引き起こす刺激の条件として、過去の頻繁な接触とその事象との接触のない空白期間の存在の2つを満たしている。

つぎに、必ずしも個人的な経験に依拠しない文化的なつかしさを喚起する手がかりについて考えてみる。大学生451名に対してなつかしさを感じるTV CM、風景、出来事等7項目に関する自由記述を求めた⁴。その結果、[セピア色や白黒・モノクロ写真]、[夕焼け、田舎、田んぼ]等があがった。これらは、文化的なつかしさとの関わりが大きい。博物館のレトロ展示においても、モノクロ写真や夕焼けのイメージ等の要素は、なつかしさ感情を高めると考えられる。

それでは、どのような要素をもつ博物館展示が、実際に、なつかしさを高めているだろうか。Anderson他(2021)¹¹は、昭和日常博物館(北名古屋市歴史民俗資料館)、交通科学博物館、宝塚市立手塚治虫記念館の計87名の来館者に対して退館時に面接調査を行った。3館を比較した結果、昭和日常博物館は他の2館に比べて来館者が最もなつかしく感じ、記憶の鮮明さも高いことが見出された。これは、昭和日常博物館が展示している昭和30~40年代の日用品等の幅広い展示が、昔の鉄道やマンガ・アニメよりも、来館者が幼少期に日常生活で頻繁に使用していたものであり、かつ何年も見ていないものであること、家族等の大切な人との結びつきが想起されることから説明できる。

3. なつかしい時代は昭和30年代なのか

昭和30年代(高度経済成長期前半)は、なつかしい

時代として映画『ALWAYS：三丁目の夕日』（2005）等のテーマになっている。しかし、若い人を含めて、すべての人にとってなつかしさを喚起するのだろうか。

そこで、20～79歳の700人に、昭和20年代から平成20年代までの各時代について、どのくらいなつかしいと感じるかを8件法で尋ねた¹²。各年代は、「昭和30年代（1955-1964、高度経済成長期前半、石橋・岸・池田内閣、東京オリンピック〔昭和37年〕の時代）」のように、時代を表す言葉と、内閣名、重要な出来事からなる短い説明を入れた。その結果、図3に示すとおり、どの年齢群においても、なつかしい時代は、回答者にとって、現在から10年以上前の10代から20代に経験した時代であった。昭和30年代をなつかしく思うのは、その時代を過ごした自伝的記憶をもつ70代、60代群の回答者であった。すなわち、生まれる前の時代についてのなつかしさ評価は低かった。

4. なつかしさのポジティブ感情は加齢で強まるか

なつかしいことを思い出す時には、強い感情や持続的な気分を引き起こす。その感情の中身は、ポジティブな感情である楽しさ、心地よさ、満足、幸福等とともに、弱いネガティブな感情である感傷、後悔、甘酸っぱさ、ほろ苦さ等が起こる。このように、なつかしさは、ポジティブな感情とネガティブな感情が入り交じった複雑な感情である^{4,5,8}。

そこで、ポジティブな感情とネガティブな感情のなつかしさのどちらが優勢なのか、それが年齢によってどのように変化するかを検討した。調査は、20～79歳の男女700人に対して実施した¹²。この調査では、昔を思い出した時に、ポジティブ感情のなつかしさ（例：幸福な気分になる）とネガティブ感情のなつかしさ（例：悲しみや憂鬱を感じる）がどの程度起こるかの評価を求めた。その結果、ポジティブ感情が喚起される傾向は加齢によって上昇した。一方で、なつかしさによるネガティブ感情が喚起される傾向は、加齢によって低下した。このことは、歳を取るほど、自分のポジティブ感情を高める情報に注目する社会情動的选择理論によって説明できる。

以上の結果を踏まえると、レトロ・ノスタルジー展示を見た時に、高齢になるほど良かったことの記憶が、嫌な記憶よりも思い出されやすいと考えられる。

5. なつかしい記憶のポジティブな機能とは

なつかしさ感情は人の感情や行動にどのような影響を与えるのだろうか。なつかしさのポジティブな機能は、これまでの研究から大きく3つに分かれる^{2,8}。

1つめは、社会的絆を強化する機能である。なつか

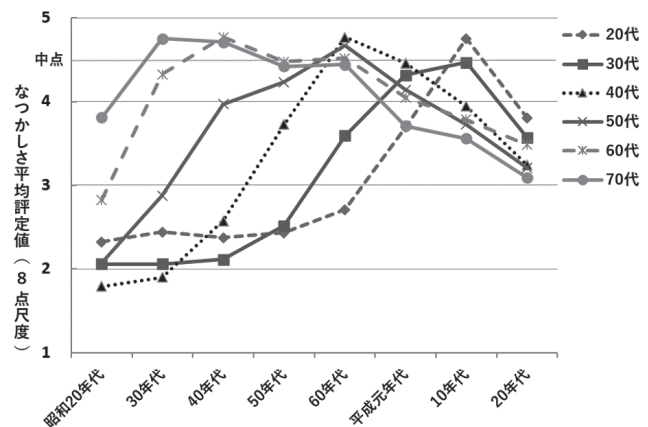


図3 年齢群別の「時代に対するなつかしさ」平均評価値（8点尺度、1:まったくなつかしくない-8:非常になつかしい、中点4.5）¹²

しさは、親密な他者との思い出を想起させ、他者とのつながりを認識させ、孤独感を低減する。2つめは、自己関連づけの機能である。なつかしさは、自分が主人公となる自伝的記憶の想起に伴う感情であり、自己の時間的連続性の認識を高め、自己を明確化させて、自尊心を向上させる。3つめは、実存的機能であり、なつかしさは人生の過去の様々な時期の出来事の想起をとめない、人生の意味を認識させることになる。

そこで、こうしたポジティブなことがらを、なつかしい出来事を思いだしてもらった時に感じるかを、20～89歳の男女1,001人に対して、当てはまる程度を5段階で評価を求めた¹³。その結果、時間的連続性（例：昔の自分とつながっている）、人生の意味（例：人生には意味がある）、社会的結びつき（例：愛する人たちとつながっている）、自己の明確性（例：自分自身のことを知っている）の順で高く、いずれも加齢に伴い、あてはまると評価する程度が高まった。ここで、なつかしいことを思い出すことによって、ポジティブな感情が高まるという傾向性が高い人は、これらのなつかしさのポジティブな機能が高まった。さらに、なつかしさの社会的な結びつきが強く、自己が明確化されているほど、人生の満足度が高いことが明らかになった。

以上の結果から、レトロ・ノスタルジー展示によって、なつかしさが喚起された来館者は、とくに、高齢になるほど、過去から現在への自分の結びつきや、人生の意味、そして、人との結びつきを再認識することが考えられる。生まれ育った地域に関わる昔の写真等の展示であれば、昔関わりをもった人や場所とのつながりは、一層強く思い出されると考えられる。また、来館者は、自らの過去を物語ることによって、同伴者が同世代であれば、共同想起というお互いに記憶をつなぎ合わせるが行われ、同伴者が若い世代であれば、自らの直接経験を継承していくことになる。

また、こうしたなつかしい記憶の想起のポジティブ

な効果に着目して、高齢者におけるメンタルヘルス、認知能力などをサポートする回想法の実践が、昭和日常博物館をはじめとして、全国各地の博物館で実践が行われている。どのような実践の効果が大きいかを明らかにする研究が、今後の展開のために重要である。

6. まとめ：レトロ・ノスタルジー展示のために

本稿では、心理学におけるなつかしさ研究の観点から、レトロ・ノスタルジー展示が手がかりとなって自伝的ななつかしさと文化的ななつかしさが喚起され、来館者にポジティブな影響を与え、それが加齢によって強まる傾向があることを述べた。

なつかしさのもつポジティブな機能により、来館者が展示物を手がかりにバラ色の時代の過去を想起し、幸福な気分になり、自分の昔の物語を語り、同伴者との世代内・世代間の絆を深め、その地域・場所とのつながりをもつ自己を再認識することになる。そこには、人がポジティブな出来事に注意を向けて想起する

というバイアスがある。このことは、自伝的ななつかしさについては、ポジティブな感情を高めるという効用がある。これは、レトロ・ノスタルジー展示の人気を支える強力な武器であるが、諸刃の剣でもある。展示自体がポジティブで理想化された側面だけに光を当てることになると、来館者のポジティブなバイアスは一層強まることも起こるため、歴史を正確に伝えるという博物館の機能を考えると留意が必要である。博物館は、なつかしさを喚起して来客数を増やすことを目指すテーマパークや町おこしとは異なるからである。

レトロ・ノスタルジー展示の短期的－長期的なポジティブ－ネガティブな効果を実証的に検討した研究^{7,11}はまだ少ない。今後、来館者対象の実証研究を進め、それを踏まえて展示のレベルを向上させること、そして、来館者にも、なつかしさが引き起こす心理学的効果について展示で知らせて、なつかしい記憶のメカニズムについて自覚的になることが必要と考える¹⁴。

(くすみ・たかし)

- 1 Batcho, K. I. (1998). Personal nostalgia, world view, memory, and emotionality. *Perceptual and Motor Skills*, 87 (2), 411-432.
- 2 Wildschut, T., Sedikides, C., Arndt, J., & Routledge, C. (2006). Nostalgia: Content, triggers, functions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91, 975-993.
- 3 川口 潤 (2014). 人はなぜなつかしさを感じるのか 楠見 孝 (編) なつかしさの心理学：思い出と感情 (pp.23-40) 誠信書房における図2-1を大幅に改変
- 4 楠見 孝 (2014). なつかしさの心理学：記憶と感情,その意義 楠見 孝 (編) なつかしさの心理学：思い出と感情 (pp.1-22) 誠信書房
- 5 Davis, F. (1979). *Yearning for yesterday: A sociology of nostalgia*. The Free Press. 間場寿一・荻野美徳・細辻恵子 (訳) (1990) ノスタルジアの社会学 世界思想社.
- 6 Baker, S. M., & Kennedy, P. F. (1994). Death by nostalgia: A diagnosis of context-specific cases. *NA-Advances in Consumer Research*, 21, 169-174.
- 7 Anderson, D., Shimizu, H., & Campbell, C. (2016). Insights on how museum objects mediate recall of nostalgic life episodes at a Shōwa era museum in Japan. *Curator: The Museum Journal*, 59 (1), 5-26.
- 8 楠見 孝 (2021). なつかしさの認知-感情的基盤と機能：個人差と年齢変化 心理学評論, 64 (1), 5-28.
- 9 脚注4の図1-8を改変
- 10 脚注8の研究2
- 11 Anderson, D., Shimizu, H., Liu, Y., & Grover, R. (2021). Psychological factors influencing the vividness and affect of visitors' recall of nostalgic life memories in museums. *Current Psychology*, 40, 3585-3595.
- 12 脚注8の研究1B
- 13 脚注8の研究4
- 14 付記：草稿にコメントをいただいた神戸学院大学心理学部清水寛之教授と京都大学大学院教育学研究科博士課程池田寛香さんに感謝します。