

**【原著論文】 懐かしさと音楽の関連についての研究の動向**  
**— システマティックレビューを用いて —**

**宇佐美 桃子**

金城学院大学大学院人間生活学研究科博士課程後期課程

**Trends in Studies of the Relation between Nostalgia and Music:**  
**A Systematic Review**

**Momoko Usami**

Graduate School of Human Ecology, Kinjo Gakuin University

Nostalgia is a complex emotion comprising multiple elements such as pleasant emotions and autobiographical memories (Shimada, 1997; Barrett et al., 2010). This study systematically reviews previous research on the relation between nostalgia and music to clarify its nature and characteristics. Autobiographical memories were also focused on in the research as they were assumed to be associated with both nostalgia and music. Out of 125 papers on nostalgia and music, 17 were selected for the analysis. The results showed that many prior studies focused on the emotions and social connections of nostalgic music. Additionally, some studies used scales to measure nostalgia. In future studies, it would be useful to consider the various elements and qualities of nostalgia rather than simply determining whether nostalgia occurs.

Keywords : nostalgia (懐かしさ),  
music (音楽),  
Systematic Review (システマティックレビュー)

## I. 問題と目的

### 1-1. 懐かしさの定義

「懐かしい」とは動詞「懐く」を形容詞化したものである。意味としては、「1. そばについていたい。親しみがもてる。2. 心がひかれるさまである。しっくりとして優しい感じである。3. かわいい。いとしい。4. 思い出されてたわしい。」と記載されている（新村，2018）。懐かしさに関する研究では、快感情や自伝的記憶を反映している感情など、複数の感情要素からなる複合的な感情であることが示されている（寫田，1997）。また、自伝的記憶とは、「1. エピソード記憶の一種で、出来事の起こった時と場所の想起を伴う鮮明な個人的記憶。2. 自己に関する物語的、事実に基づく知識。」と記載されている（G.R.ファンデンボス，2013）。また、今野・上杉（2003）は、懐かしさとはそれぞれの人の中に息づいている心的リアリティであり、正負の情動感情が融合したものであるとしている。

ところで、懐かしさと類似する意味を持つ言葉として「nostalgia（ノスタルジア）」が挙げられる。ノスタルジアは“a sentimental longing for one's past”と定義されている（Sedikides, Wildschut, Arndt, & Routledge, 2008）。ノスタルジアに関する研究でも懐かしさと同様に、ノスタルジア経験は複合的な感情であり、ポジティブ感情は必須の要素であるが、ネガティブ要素も構成要素となっていると示されている（Barrettら，2010）。長峯（2017）はノスタルジアの邦訳として、“感傷を伴う懐かしさ”を提唱している。瀧川・仲（2011）や石井（2014）は、懐かしさをノスタルジアと同義で扱った研究を行なっているが、一方で石井（2014）は、今後の展望として海外で言われる“nostalgia”と日本で言うところの「懐かしさ」は完全に一致しないことを考える必要があると述べている。

### 1-2. 懐かしさの喚起

前述したように「懐かしさ」は「たのしい」「いとしい」などポジティブな意味で用いられている。一方で、「nostalgia」は「感傷的」といった意味合いが含まれているため、厳密には意味が異なってくると考えられる。しかし、本研究では「懐かしさ」の英

訳として「nostalgia」を用いることとする。これは、広義の解釈を採用することで海外の研究についても検討をし、多文化間における研究成果の比較を行いやすくするためである。

懐かしさを喚起する場合にも、ポジティブ・ネガティブな感情と関わる特性が影響することが示されている（小林・大竹，2018）。さらに、楠見（2014）は懐かしいという感情状態に自分や他人があることを理解するためには、先に述べた手がかりとなる文脈が必要だと示している。つまり、旧友と会った、昔聴いた曲を聴いた、という文脈があって、懐かしいという感情が起こると述べており、音楽と懐かしさの関連について検討することは有用であると考えられる。

懐かしさと音楽に関する研究では、特に懐かしい音楽を聴取させる研究が行われている。瀧川・仲（2011）は、懐かしい音楽を聴取した場合、その音楽を聴いた時期の記憶の想起量、想起時間に促進効果があるとし示している。つまり、音楽そのものではなく、音楽によって喚起された懐かしさが自伝的記憶の想起を促したと示唆している。小林ら（2002）は、懐かしい音楽を聴取した際の感情反応と自伝的記憶の想起との関連を検討した。その結果、音楽がもたらす懐かしさを強く感じると、主観的には活動的なポジティブ感情が高まるが、生理的な覚醒が低下しリラックスすること、及び自伝的記憶を多く想起することが示唆された。

以上より、懐かしさを喚起する音楽は何らかの心理的効果をもたらすと示唆される。しかし、懐かしさと音楽の関連については個々に様々な研究が行われているが、研究結果を概観し、総括が詳細になされていないことが課題であると考えられる。そこで本研究では、システマティックレビューの手法により、懐かしさと音楽の関連性について検討されている先行研究を選定し、懐かしさと音楽の関連性と特徴を明らかにすることを目的とする。加えて、懐かしさ感情と自伝的記憶の想起は双方向に影響しあっていることが示されており（瀧川・仲，2011）、懐かしさは、音楽の感情価や好みよりも自伝的記憶の想起量に強く影響を及ぼしているとされている（小林ら，2002）。つまり、懐かしさと音楽には自伝的記憶

が関連していることが推察され、懐かしさと音楽の関連を検討していくうえで、自伝的記憶について考察を深めることは必要だと考えられる。そこで、本研究では、自伝的記憶にも焦点をあて、検討することとした。

## II. 方法 (Figure.1)

本研究では、特定の疑問に関して先行研究を網羅的に調査し、同質の研究をまとめて再評価しながら分析を行うシステムティックレビュー(牧本, 2013; 渡辺, 2017)の方法を応用して行うこととした。懐かしさと音楽の関連について検討を行っている論文を選定するために、第一回のスクリーニングを行った。検索エンジンは、CiNii, J-Dream, PsycINFO, Med lineとした。キーワードとして、懐かしさ (nostalgia) と音楽 (music) を入力し、データベースを検索し重複等を消去した結果125件の先行研究が残された。これらの中には、最新の知見を取り込むため、学会発表抄録も含むこととした。次に、これらの研究タイトルを検討した。選定基準は、文化差に関する研究、民族的な音楽や特定のアーティストの音楽に関する研究、広告に関する研究は除外することとした。また、懐かしさ (nostalgia) がタイトルにない場合は、自伝的記憶と音楽の関連について検

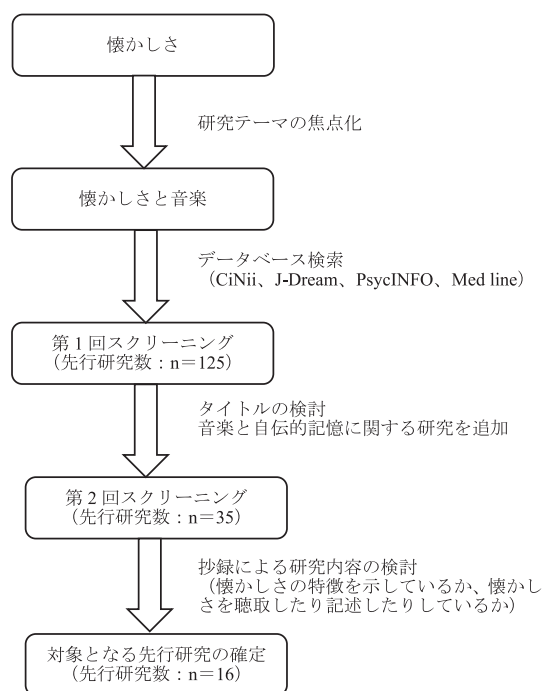


Figure.1 先行研究の選定方法

討していると思われる研究とした。その結果、35件の研究が残った。これらの先行研究について、abstractによって研究内容を検討した。懐かしさの特徴を示している論文であること、調査対象者に懐かしい音楽を聴かせたり、懐かしい音楽を記述させたりしていることを基準として選定した。その結果、16件の先行研究が選定された。これらの16件の研究について、Abstract formを作成し (Table.1), タイトル, 著者, 量的or質的, 対象人数, キーワード, 研究の概要についてまとめた。

## III. 結果と考察

### 3-1. 懐かしい音楽がもたらす感情

懐かしい音楽を聴取させた研究では、懐かしい音楽がポジティブ感情を喚起させることが示されている (Janata, Tomic, & Rakowski, 2007; 柴田・岩永, 2009; Grrideo, 2018)。柴田・岩永 (2009) は、ポジティブ感情の中でも特に「親和感」という快感情を高めることを示した。さらに小林・岩永 (2002) は、音楽によって懐かしさを感じる時には、快活感といったポジティブ感情に加えて生理的にも覚醒することを示した。

一方で、林・斎藤 (2013) は、懐かしさは楽しさとリラックスをもたらすとした。懐かしさによって生じるリラックスはどちらかといえばまどろみに近い静的な安らぎをもたらしているとし唆した。懐かしさによる安らぎを感じ、温かくリラックスした状態になることで、様々な過去を受け入れやすくなると推察した。つまり、懐かしい音楽は快活感とリラックス感をもたらすと考えられる。

石井 (2014) は、懐かしさを構成する感情を多面的にとらえる尺度を作成し、音楽によってもたらされる懐かしさのどの側面がポジティブ感情の喚起と関連しているかを検討した。その結果、懐かしさの中の「親しみ」と「おかしさ」は沈んだ気分を活性化させることを明らかにした。また、懐かしさの中の「せつなさ」は落ち着かない気分を落ち着けることができることを示した。「せつなさ」は「ほろ苦さ」に関連するような、個人にとって大切な思い出の存在を反映して生じる感情であり、さらにそれに加えてもう元には戻れない、という喪失感をもって経験さ

れる感情であるため、低覚醒のポジティブ感情を喚起させたと推察された。

つまり、懐かしさはポジティブ感情を喚起すると考えられ、懐かしさの構成要素によってもたらされる感情が異なると考えられる。今後、懐かしさの構成要素に着目し、各要素がもたらす感情について検討していくことが求められるだろう。

### 3-2. 懐かしい音楽と社会的つながり

懐かしさは社会的つながりと関連があることがいくつかの研究において示されている。Batcho(2007)は、ノスタルジックな歌詞の音楽は友人関係など他者とのつながりを高めることを示した。しかし、高いノスタルジア傾向を示す人は孤独な歌詞を好むことも明らかにしている。そして、ノスタルジアと社会的つながりと個性化の関連について検討することの重要性を示している。

さらにBatchoら(2008)は、個人的ノスタルジアと歴史的ノスタルジアと社会的つながりについて考察している。個人的ノスタルジアを高く示した人は、他者とのつながりを好むアイデンティティであるとしている。また、個人的ノスタルジアが高い人ほど幸せな歌詞を好む傾向があることを示した。一方で、歴史的ノスタルジアを高く示した人は、社会的皮肉を抱くアイデンティティであるとしている。また、歴史的ノスタルジアが高い人ほど、孤独な歌詞を好むことが示された。これらの結果から、個人的ノスタルジアを感じることは、社会的つながりを高め、孤独を防ぐことに役立つと示唆した。さらに、歴史的ノスタルジアを感じることは、個性を促進することで社会から自立する力をはぐくむことができると推察している。

Blais-Rochette & Miranda(2016)は大学生に調査を行い青年期における懐かしさと社会的つながりについて考察している。感情を強く表出する人は他者と音楽によってもたらされる自伝的記憶を共有する傾向にあることが示され、感情表現が豊かな人は他者とのつながりを好む開放的な性格をしていると推察している。また、社会的つながりは幸福感をもたらすとされていることから、自伝的記憶を共有することは社会的つながりを高め、幸福感へ影響を与

える可能性が示唆された。さらに、重要な他者と自伝的記憶を共有する傾向がある人は、過去をポジティブに振り返ることが示された。つまり、音楽を聴く際に親しい人と大切な思い出を共有することは青年期にとってポジティブな影響があると考察した。これらの結果から、音楽によってもたらされる自伝的記憶がWell-Beingと関連があると推察した。

以上より、懐かしさや自伝的記憶が社会的つながりと関連があると示唆される。懐かしさには、個人的な出来事の記憶に基づく個人的ノスタルジアと、自身が体験していないにも関わらず生じる歴史的ノスタルジアがあることが示されているが(楠見, 2014)、上記の先行研究から懐かしさの質の違いによって社会的つながりを高めたり、個性化をはかたりすることができる可能性が示唆された。さらに、音楽によってもたらされる自伝的記憶の共有と社会的つながりに関連があることが示された。懐かしい音楽によって想起される自伝的記憶に関して、想起時間や想起内容に関して検討した研究は散見されるが(瀧川・仲, 2011; Barrettら, 2010; 小林ら, 2002)、今後は自伝的記憶の共有など、想起された自伝的記憶を活用した研究も求められるだろう。加えて、コンサートホールで聞いた弦楽器の響き、競技場で体感した歓声の迫力など、多くの人が音を聴いて複合的情動である感動を体験することがあるとされており(大出ら, 2009)、音楽聴取による感動はごく一般的な現象であるといわれている(安田・中村, 2008)。つまり、情動の喚起されやすさや体験の共有のされやすさなど、音楽の特性に着目した検討が必要だと考えられる。

### 3-3. 懐かしい音楽と自伝的記憶

懐かしい音楽と自伝的記憶の関連については、様々な研究において検討されている。畠田(1997)は、音楽に対する懐かしさは、快感情や自伝的記憶を反映している感情など、複数の要素からなる複合的な感情だと示した。Barrettら(2010)は、自伝的記憶に関連する音楽は、懐かしさを強く感じさせることを明らかにし、喜びの感情を抱きやすいと推察した。加えて、喜びの感情が高まるとともに、喜びといったポジティブ感情と悲しみといったネガティ

感情が混在した複合的な感情を体験することを示した。ノスタルジックな体験をすることで、複数の感情を同時に体験することができるとした。また、ノスタルジアは複数の感情の集まりだと示唆した。一方で、ノスタルジックではなく自伝的記憶にも関連しない音楽は、馴染みがなくあまり好まない音楽だったためいらだちなどネガティブな感情を感じたと考察している。

瀧川ら(2007)も、聴取経験がある音楽が自伝的記憶の想起を促すのではなく、懐かしさを喚起する音楽が自伝的記憶の想起を促すことを示した。また、小学校高学年のある学年時に聞いていた音楽を聴くことで想起された自伝的記憶は、高学年のそれ以外の学年の記憶の想起が促進されることが示された。この結果から、懐かしさがもたらす自伝的記憶は1, 2年の記銘時期の差に影響がみられず、時間的に体制化されていることを推察した。畠田(1996)も同様に、自伝的記憶は、個々の状況やエピソード等の詳細な情報が時間と共に消失し、総括的な記憶になると示した。つまり、自伝的記憶の想起には、音楽の聴取経験だけでなく、懐かしさを感じるような体験が必要だと示唆される。

さらに、感情的な記憶を喚起する音楽を聴いた際により詳細な記憶を報告することが明らかにされた(Janata, Tomic, & Rakowski, 2007)。懐かしさをより強く体験することで、感情的な出来事をより想起し、鮮やかな記憶を表出することが示された。よって、感情的な記憶に関連する懐かしい音楽を聴取することで、自伝的記憶の想起が促されると推察された。

以上より、自伝的記憶想起には音楽が懐かしさを喚起することが重要であり、懐かしさを感じる際の感情的な記憶の関連も必要不可欠だと考察される。つまり、自伝的記憶を想起させる音楽においては、聴取経験だけでなく、音楽の経験時にどのような体験をし、どのような感情を抱いたかという点が重要な視点だと考えられる。

さらに、さまざまな研究において音楽が生じさせる過去の自己に関する出来事、つまり音楽が喚起する自伝的記憶はMusic-evoked autobiographical memories (MEAMs) と呼ばれている。Belfi (2016)

は、音楽によってもたらされる自伝的記憶(MEAMs)と有名人の顔写真によってもたらされる自伝的記憶との差を検討した。その結果、音楽と顔写真はともに自伝的記憶を想起させることが明らかになった。しかし、MEAMsと顔写真がもたらす自伝的記憶の質に違いがあるとし、MEAMsは有名人の顔写真よりも強い感情を引き出し、MEAMsは幸福感をもたらす、顔写真は悲しみや怒りを喚起させることが示された。さらに、MEAMsがもたらす記憶は自身に関する内的な気持ちが喚起され、顔写真はその人の外的な周辺記憶をより引き出すことを示した。顔写真はその人の職業や活動といった実質的な情報が含まれているため、顔写真がもたらす自伝的記憶の周辺情報に注目すると考察しており、顔写真は音楽よりもその時期の一般的情報になりやすいと示唆した。

Blais-Rochette & Miranda (2016) はMEAMsが感情調整と社会性に影響を与えていることを示し、それによりメンタルヘルスが向上することを示唆した。音楽によって自伝的記憶を想起することでポジティブな感情を抱くことがメンタルヘルスへ影響を与えると考察している。加えて、感情表現が豊かな人は他者とのつながりを好む開放的な性格をしていると推察している。MEAMsを共有することは社会的つながりを高め、さらに幸福感へ影響を与える可能性が示唆された。一方で、ネガティブな記憶への固着など、柔軟性のないMEAMsは幸福感を妨げることが示された。ネガティブな過去を振り返ることはMEAMsの固着に繋がり、過去を考へてより詳細な出来事を思い出すためだと考えられている。

以上より、MEAMsは感情と関連する可能性が示された。MEAMsは内的感情がより喚起する可能性があると考えられ、想起された自伝的記憶から抱く感情によってよりポジティブな気分になったりネガティブな気分になったりすると考えられる。

ところで、青年期の心理社会的発達課題の一つにアイデンティティの確立があり、内省を通して自己形成をしていくとされており(三浦ら, 2010)、青年期は自己を振り返る過程でネガティブな気持ちを抱く場合もあると考えられる。Blais-Rochette & Miranda (2016) はMEAMsの固着について考察してい

Table.1 懐かしさと音楽に関する主な先行研究の概要

※本文の引用順序で掲載

タイトル	著者	量的	人数	キーワード
Characterisation of music-evoked autobiographical memories.	Janata, Tomic, & Rakowski	量的		music ; autobiographical memories ; emotions
高齢者が懐かしさを感じる音楽が引き出す回想内容と気分との関連	柴田 (小林) 麻美・岩永誠	量的	n = 16	music ; reminiscence ; nostalgia ; category ; mood
「懐かしさ」を感じる音楽が高齢者の気分と回想に及ぼす影響	小林麻美・岩永誠	量的	n = 18	music ; the aged ; reminiscence therapy ; nostalgia
音楽のもたらす懐かしさが安らぎと認知的作業に与える影響	林美都子・斎藤英基	量的	n = 79	nostalgia ; rest ; calculation ; music ; NEMURICO hypothesis
音楽に対する懐かしさ感情の多面的側面がポジティブ感情喚起に及ぼす効果	石井 あゆ美	量的	n = 41	nostalgia ; musical mood ; pleasant emotion ; multilevel model analysis
The influence of personality and coping style on the affective outcomes of nostalgia: Is nostalgia a healthy coping mechanism or rumination?	Garrido, S.	量的	研究 1 n = 213 研究 2 n = 664	nostalgia ; Rumination ; Coping style ; Depression
Nostalgia and the emotional tone and content of song lyrics.	Batcho, K. I.	量的		nostalgia ; emotional tone ; song lyric contents ; social connectedness ; pathology
Nostalgia and identity in song lyrics.	Batcho, K. I.ら	量的		lyrics ; nostalgia ; identity ; social connectedness

大多数の音楽が主にポジティブな感情であるノスタルジアを引き起こした。記憶は一般的及び特定の自伝的記憶だと示された。また、社会的文脈と記憶の文脈は多くの記憶と関連していることが示された。

高齢者が懐かしさを感じる曲を聞いた際には、自分の生い立ちや体験が報告されやすいことが分かった。また、音楽によって生い立ちや体験について回想した際には、音楽を聴く前と比べてポジティブな感情が高まることも分かった。

「懐かしさ」を感じる音楽は、快活感を高め、自伝的な回想の量を多く促していた。さらに、明るい印象よりも静かな印象の音楽を聞いた時の方が、回想内容に対してポジティブな再評価をしていた。

懐かしい音楽から生じる懐かしさは、記憶を含む心象風景から生じ、楽しさとリラククスをもたらす。しかし、計算量が低くなったことから、懐かしさによって生じるリラククスはどちらかといえばまどろみに近い静かな安らぎをもたらしていると考えられる。”眠り子”仮説を提唱し、懐かしさによる安らぎを感じ、温かくリラククスした状態で過去を受け入れやすくなると示唆された。

「親しみ」「せつなさ」「おかしさ」という3つの因子を持つ、懐かしさ感情を多面的に捉える尺度を作成した。「せつなさ」は過去に接触した特定の対象に関係するような、個人にとつて重要な意味を持つ自伝的記憶と結びついており、低覚醒のポジティブ感情を想起させる。

抑うつ傾向の人や不適応なコーピングスタイルの人はネガティブな感情の表出に影響を与えている可能性がある。ノスタルジアはパーソナリティと個々のコーピングスタイルに応じて、適応的にも不適応的にもコーピングが変化する。

個人的ノスタルジアを高く示した調査協力者は、幸せな歌詞を好む。ノスタルジアと社会的つながりは関連があるとされており、高いノスタルジアを示す人は、孤独よりも他者とのつながりを好むことが示された。歴史的ノスタルジアは、より悲しい歌詞に近いものだということが示された。

個人的ノスタルジアを感じやすい人と社会的つながりの関連について示された。一方で、歴史的ノスタルジアは、より孤独な特徴を持つ歌詞と関連していると考えられる。

タイトル	著者	人数	キーワード	MEAMsの現象論的特徴を評価する尺度であるMEMOSを開発し、十分な信頼性と妥当性が得られた。MEAMsのソーシャルシェアは感情調節と幸福の関係に影響を与えていることが示された。しかし、MEAMsの自己概念とソーシャルシェアと一貫性は、感情調整と内面的症状との関連は認められなかった。また、MEAMsのソーシャルシェアと一貫性はポジティブな過去とメンタルヘルスに関連していることが示された。しかし、自己概念とソーシャルシェアと一貫性は、ネガティブな過去とメンタルヘルスの関連には媒介していなかったことが示された。
Music-evoked autobiographical memories, emotion regulation, time perspective, and mental health.	Blais-Rochette, C. & Miranda	n = 397	Autobiography ; emotion ; well-being ; mental health ; music ; youth ; memory	MEAMsの現象論的特徴を評価する尺度であるMEMOSを開発し、十分な信頼性と妥当性が得られた。MEAMsのソーシャルシェアは感情調節と幸福の関係に影響を与えていることが示された。しかし、MEAMsの自己概念とソーシャルシェアと一貫性は、感情調整と内面的症状との関連は認められなかった。また、MEAMsのソーシャルシェアと一貫性はポジティブな過去とメンタルヘルスに関連していることが示された。しかし、自己概念とソーシャルシェアと一貫性は、ネガティブな過去とメンタルヘルスの関連には媒介していなかったことが示された。
懐かしさ感情が自伝的記憶の想起に及ぼす影響—反応時間を指標として	瀧川真也・仲真紀子	n = 57	nostalgia ; autobiographical memory ; temporal organization ; reaction times	懐かしさを感じたときは、懐かしさを感じさせる時期の自伝的記憶のみが想起されやすくなることが明らかになった。また、小学校高学年の時に聞いた音楽に対し、より懐かしさが喚起されると、中学校の記憶に対する誤反応が増加することが示された。
Music-evoked nostalgia: Affect, memory, and personality.	Barrett, F. S., ら	n = 226	popular music ; Big Five Inventory ; Affective Neurosciences Personality Scale ; autobiographical ; mixed emotions	ノスタルジア傾向はAffective neuroscience Personality Scaleの悲しみとBig-Fiveの神経症傾向との関連が示唆された。ノスタルジアは喜びと悲しみの両方が関連しており、一方でノスタルジックでなく、自伝的体験ではないものは、いらいら（焦燥）との関連があるだろう。
音楽に対するなつかしさの構成感情について	寫田久美	n = 165		懐かしさを構成する感情要素について検討した結果、懐かしさは快感情や自伝的記憶を反映している感情など、複数の感情要素からなる複合的な感情であることが示された。最も懐かしさを規定する感情要素は「親しみ」であると考えられる。
「懐かしさ」が自伝的記憶の想起に及ぼす影響—懐かしい音楽を用いて—	瀧川真也ら	n = 33	自伝的記憶, 懐かしさ, 回想法	懐かしい音楽を聴いて懐かしさを感じたときは、懐かしさを感じさせる時期の自伝的記憶のみが想起しやすくなることが明らかになった。また、懐かしい音楽は1, 2年の記名時期の差に影響を及ぼさないことが示され、自伝的記憶が時間的に体制化されていることが示唆された。
音楽に対する懐かしさと自伝的記憶における感情価との関係	寫田久美	n = 120		小学校高学年より以前で、懐かしさ感情の強さについて記憶の内容の違いによる差が見られなかった。このことから、個々の状況やエピソード等の詳細な情報時間が共に消失し、総括的な記憶になっていると考えられた。
A neuropsychological investigation of music, emotion, and autobiographical memory.	Belfi, A. M.		neuropsychology ; music ; emotion ; autobiographical memory	研究1, 音楽への感情反応を示す脳領域が損傷した場合、脳損傷の後の方が音楽に対する喜びの感情反応が低下することが示された。研究2, 音楽がもたらす自伝的記憶 (MEAMs) は有名人の顔写真がもたらす記憶よりもより鮮やかなものだということが明らかになった。加えて、音楽によって喚起された記憶は、皮膚電位を高めることが示された。
Neural responses to nostalgia-evoking music modeled by elements of dynamic musical structure and individual differences in affective traits.	Barrett, F. S.		emotion ; autobiographical memory ; tonality ; music information retrieval	ノスタルジアは、個人的記憶と社会的記憶に関連した感情である。脳の感情調整は音楽によって喚起された複雑な感情体験によりもたらされると考えられる。本研究より、音楽が喚起する経験に関する研究において、特異的な刺激の使用は実用的だと示唆した。

るが、大学生を対象に調査を行ったため、調査協力者にとって自伝的記憶を想起し過去を追体験することが負担になった可能性が考えられる。一方で、老年期において自伝的記憶を想起させる回想法などが人生の再評価や統合を促し、心理的安定やQOLの向上を図ることができるとされている（野村，1998）。また、老年期は大学生に比べて人生におけるポジティブな出来事もネガティブな出来事も、共に懐かしく受け止める傾向があると示されている（今野・吉川，2011）。加えて、懐かしい音楽によって想起された思い出から肯定的な気持ちや快活感が感じられ、情緒が安定し、心理的なゆとりができ、健康感が高まることを示した研究もみられる（奥田ら，2017）。よって、年代によってMEAMsと感情の関連には共通点や相違点があると考えられる。今後MEAMsについて様々な年代で研究を行い、自伝的記憶の質や関連する感情について検討していくことが重要である。

#### 3-4. 音楽に関連した懐かしさ尺度

多くの研究において、懐かしさは複数の感情要素からなる複合的な感情であることが示されており、研究者によって懐かしさの定義は異なり、懐かしさには諸説あるといえる。よって、懐かしさを構成する要素を検討した尺度は今後の懐かしさ研究における指針となり、懐かしさの効果を多面的に検討する上で重要である。音楽に関連した懐かしさ尺度の研究を検討すると、いくつかの尺度が用いられていることが明らかになった。

畠田（1997）は懐かしさを規定する感情要素として、「親しみ」「やさしさ」「せつなさ」「おかしさ」「新鮮さ」を述べており、最も懐かしさを規定する感情要素は、快感情を含んだ「親しみ」であるとあげている。さらに、既知感が懐かしさをもたらす要因であることを明らかにした。

石井（2014）は音楽に対する懐かしさ構成感情を検討した。その結果、「親しみ」「せつなさ」「おかしさ」の3因子に分類した。3因子は、辞書的定義を反映した快感情を含む「親しみ」、自伝的記憶を反映している「せつなさ」、時間的な空白感を反映している「おかしさ」に解釈をできるとしている。また、

「親しみ」は「ポジティブな調子を帯びた感情」と「過去に頻繁に経験したことによって引き起こされる」因子であり、「せつなさ」は「ほろ苦さ」に関連した因子、「おかしさ」は「経験からの長い空白時間によって引き起こされる」因子とだと示した。特に「せつなさ」について考察を深めており、せつなさは過去に接触した特定の対象に関係するような、個人にとって重要な意味を持つ自伝的記憶と結びついていると推測している。

ノスタルジア傾向を測定する尺度として、Southampton Nostalgia Scale (SNS) が多くの研究で使用されている。SNSは5項目からなる自己記入式の尺度であり、日常的にどの程度ノスタルジアを感じるかという点でノスタルジアを測定する（Routledgeら，2008）。Barrettら（2010）は、ノスタルジア傾向が高い人ほど、音楽がもたらす懐かしさを強く感じることを示し、ノスタルジア傾向はBig-5の神経症傾向と悲しみを感じやすい人との関連があったとした。しかし、自伝的記憶の感じ方は開放性や誠実性との関連が示されたため、今後もノスタルジアとパーソナリティの関連は検討すべきだとしている。Barrett & Janata（2016）では、SNSを用いて、ノスタルジア傾向と感情に関連があることを示した。さらに、長峯・外山（2019）によってSNS日本語版が作成された。SNS日本語版は、SNSと同様に5項目で構成され、構成概念妥当性の一部が確認されている。

MEAMsを測定する尺度としてThe Music Evoked Memory Orientation Scale (MEMOS)がある（Blais-Rochette & Miranda, 2016）。自伝的記憶を測定するものとして、現実的か想像的かを判断するMemory Characteristic Questionnaire（Johnson, Foley, Suengas, & Raye, 1998）、想起されたものか確信的なものかの程度を測定するAutobiographical Memory Questionnaire（Robin, Boals, & Berntsen, 2008）があるとしている。Blais-Rochette & Miranda（2016）は特に自伝的記憶をどのように経験するかを測定するSutin & Robins,（2007）のMemory Experiences Questionnaire (MEQ)をもとにMEMOSを作成した。MEMOSは、音楽を聴く際の自伝的記憶の正確さではなく、どのような体験をしているかを測定するものだと示した。また、MEQは一般的な自伝的記



憶に関する尺度であるが、MEMOSは音楽聴取によって想起される自伝的記憶、つまりMEAMsに関連する尺度として作成された。MEMOSはMEQをもとに、11項目で測定するとされている。11項目の観点として、鮮やかさ・一貫性（固着）・想起の速さ・時間的展望・追体験の感覚・感情の強さ・視覚的視点・他者との共有・距離（その人自身と記憶の差）・ポジティブ感情・ネガティブ感情を挙げている。なお、MEQでは、ポジティブ感情とネガティブ感情は1つの項目とされていた。その結果、2因子が抽出され、1つは、MEAMsの組織的で感覚的な質を問う“体験性”で、1つはMEAMsの感情的で社会的側面を測定する“社会的感情”であると示した。さらに、MEAMsの自己概念とソーシャルシェアと一貫性（固着）という3つの側面は一般的な自伝的記憶と区別できることが明らかになった。また、MEMOSの8つの項目がノスタルジア傾向と関連があったが、ポジティブ感情とネガティブ感情とノスタルジア傾向には関連が認められなかった。懐かしさは複合的な感情であるといわれているが、MEMOSの研究からもMEAMsが複合的な感情である可能性が示唆された。

以上より、音楽に関連した懐かしさ尺度は、懐かしさの要素に関する尺度と、懐かしさの感じやすさに関する尺度、MEAMsの体験の質に関する尺度に大別されるだろう。多くの研究において、懐かしさは複数の感情要素からなる複合的な感情であることが示されているため、懐かしさを構成する要素を検討した尺度は今後の懐かしさ研究において重要な指針となると考えられる。懐かしさと関連する感情や社会的つながりなど、懐かしさがもたらす心理的効果を検討する上で、懐かしさの感じ方をパーソナリティとして測定したり、もたらされた懐かしさを質的に測定したりする尺度は有用であると示唆される。しかし、懐かしさに関する尺度の先行研究は未だ十分でないと推察される。今後、懐かしさと音楽に関する知見を広げていくためには、懐かしさに関する尺度について研究し、活用していくことが重要であると考えられる。

### 3-5. 総合考察

本研究では、懐かしさと音楽に関する125件の先行研究のうち、16件の論文を選定した。先行研究より、懐かしい音楽に着目した研究が多くみられ、様々な心理的効果をもたらすと考えられた。また、ポジティブ感情やネガティブ感情など複数の感情や質の異なる自伝的記憶との関連があると考えられた。本研究で先行研究を概観したことにより、懐かしい音楽に関する研究では各研究の焦点によって結果が異なり、さらに両面的な側面があることが示唆され、懐かしさと音楽に関する研究における特徴を示すことができたろう。

特に、懐かしさがもたらす感情と社会的つながりに関する研究が多くみられた。また、懐かしい音楽と自伝的記憶に関する研究では、内的な感情が喚起されることが示唆されており、年代による自伝的記憶の質やもたらされる感情が異なる可能性が考えられた。つまり、懐かしい音楽がもたらす心理的効果について検討していくことは、様々な年代への理解を深め、臨床的支援への一助となるだろう。さらに、懐かしさの研究を行う上で、懐かしさが複合的な感情であるということは重要な視点になると推察される。懐かしさに関する尺度を検討した研究もみられたが、懐かしさの有無という単一的な観点ではなく、懐かしさの要素や質の視点を取り入れることが、今後の研究において有用であるだろう。

## IV. 文献

- Barrett, F. S., Grimm, K. J., Robins, R. W., Wildschut, T., Sedikides, C., & Janata, P. (2010). Music-evoked nostalgia: Affect, memory, and personality. *Emotion*, 10(3), 390-403.
- Barrett, F. S., & Janata, P. (2016). Neural responses to nostalgia-evoking music modeled by elements of dynamic musical structure and individual differences in affective traits. *Neuropsychologia*, 91, 234-246.
- Batcho, K. I. (2007). Nostalgia and the emotional tone and content of song lyrics. *The American Journal of Psychology*, 120(3), 361-381.
- Batcho, K. I., DaRin, M. L., Nave, A. M., & Yaworsky, R. R. (2008). Nostalgia and identity in song lyrics. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 2(4), 236-244.
- Belfi, A. M. (2016). A neuropsychological investigation of music, emotion, and autobiographical memory. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*. ProQuest Information &

- Learning.
- Blais-Rochette, C., & Miranda, D. (2016). Music-evoked autobiographical memories, emotion regulation, time perspective, and mental health. *Musicae Scientiae*, 20(1), 26-52.
- Garrido, S. (2018). The influence of personality and coping style on the affective outcomes of nostalgia: Is nostalgia a healthy coping mechanism or rumination? *Personality and Individual Differences*, 120, 259-264.
- G.R.ファンデンボス (監修) (2013). APA心理学大辞典 培風館
- 林美都子・斎藤英基 (2013). 音楽のもたらす懐かしさが安らぎと認知的作業に与える影響 北海道教育大学紀要 人文科学・社会科学編 64, 39-48.
- 石井あゆ美 (2014). 音楽に対する懐かしさ感情の多面的側面がポジティブ感情喚起に及ぼす効果 生老病死の行動科学 17-18, 15-23.
- Janata, P., Tomic, S. T., & Rakowski, S. K. (2007). Characterisation of music-evoked autobiographical memories. *Memory*, 15(8), 845-860.
- Johnson, M. K., Foley, M. A., Suengas, A. G., & Raye, C. L. (1988). Phenomenal characteristics of memories for perceived and imagined autobiographical events. *Journal of Experimental Psychology: General*, 117(4), 371-376.
- 小林麻美・岩永誠 (2002). 「懐かしさ」を感じる音楽が高齢者の気分と回想に及ぼす影響 日本音楽療法学会誌 2, 163-172.
- 小林麻美・岩永誠・生和秀敏 (2002). 音楽の「懐かしさ」と感情反応・自伝的記憶の想起との関連 広島大学総合科学部紀要 理系編 28, 21-28.
- 小林正法・大竹恵子 (2018). 主観的幸福感と抑うつ傾向がノスタルジア状態の喚起に与える影響——音楽によるノスタルジア状態喚起を用いて パーソナリティ研究 27, 155-158.
- 今野義孝・上杉喬 (2003). 懐かしさの感情体験に及ぼす動作法による快適な心身の体験の効果：脳波の快適度と感情イメージ尺度による検討 人間科学研究 25, 63-72.
- 今野義孝・吉川延代 (2011). 高齢者の回想に及ぼす動作法の効果—過去の「想起様式」と懐かしさの「体験型」との関係— 人間科学研究 文教大学人間科学部 33, 185-196.
- 楠見孝 (2014). なつかしきの心理学—思い出と感情 誠信書房
- 牧本清子編 (2013). エビデンスに基づく看護実践のためのシステムティックレビュー 日本看護協会出版会
- 三浦巧也・橋本創一・林安紀子 (2010). 青年期における自己の気づきに関する調査研究：大学生の過去の振り返りを通して 東京学芸大学紀要 総合教育科学系 61, 167-173.
- 長峯聖人 (2017). 日本におけるノスタルジアの定義に関する一検討—アンビバレントな感情に着目して— 感情心理学研究 24.
- 長峯聖人・外山美樹 (2019). Southampton Nostalgia Scale 日本語版の作成 心理学研究 90, 389-397.
- 新村出 (編) (2018). 広辞苑 第七版 岩波書店 p2175.
- 野村豊子 (1998). 回想法とライフレビュー 中央法規
- 奥田淳・橋本顕子・鈴木佑典ら (2017). 閉じこもり傾向にある地域在住高齢者への心理ケアに関する研究：—懐メロを用いた回想法による介入の評価— 日本看護研究学会雑誌 40, 1-15-1-23.
- 大出訓史・今井篤・安藤彰男ら (2009). 音楽聴取における「感動」の評価要因—感動の種類と音楽の感情価の関係 情報処理学会論文誌 50, 1111-1121.
- Routledge, C., Arndt, J., Sedikides, C., & Wildschut, T. (2008). A blast from the past: The terror management function of nostalgia. *Journal of Experimental Social Psychology*, 44, 132-140.
- Rubin, D. C., Boals, A., & Berntsen, D. (2008). Memory in posttraumatic stress disorder: Properties of voluntary and involuntary, traumatic and nontraumatic autobiographical memories in people with and without posttraumatic stress disorder symptoms. *Journal of Experimental Psychology: General*, 137(4), 591-614.
- Sedikides, C., Wildschut, T., Arndt, J., & Routledge, C. (2008). Nostalgia: Past, present, and future. *Current Directions in Psychological Science*, 17, 304-307.
- 柴田 (小林) 麻美・岩永誠 (2009). 高齢者が懐かしさを感じる音楽が引き出す回想内容と気分との関係 日本音楽療法学会誌 9, 136-143.
- 寫田久美 (1996). 音楽に対する懐かしさと自伝的記憶における感情価との関係 日本教育心理学総会発表論文集 38, 403.
- 寫田久美 (1997). 音楽に対するなつかしきの構成感情について 日本教育心理学総会発表論文集 39, 374.
- Sutin, A. R., & Robins, R. W. (2007). Phenomenology of autobiographical memories: The Memory Experiences Questionnaire. *Memory*, 15(4), 390-411.
- 瀧川真也・鴨野元一・仲真紀子 (2007). 「懐かしさ」が自伝的記憶の想起に及ぼす影響：—懐かしい音楽を用いて— 日本心理学会大会発表論文集 71, 3PM051
- 瀧川真也・仲真紀子 (2008). 懐かしさ尺度作成の試み 日本心理学会大会発表論文集 726.
- 瀧川真也・仲真紀子 (2011). 懐かしさ感情が自伝的記憶の想起に及ぼす影響—反応時間を指標として 認知心理学研究 9, 65-73.
- 渡辺恭子 (2017). 高齢者を対象とした心理学的検査のシステムティックレビュー：認知症スクリーニング検査を中心に 金城学院大学論集 人文科学編 14, 85-94.
- 安田晶子・中村敏枝 (2008). 音楽聴取による感動の心理学的研究：身体反応の主観的計測に基づいて 認知心理学研究 6, 11-19.