

懐かしさの喚起：喚起法，測定，個人差¹⁾

小林 正 法

山形大学

Nostalgia induction: Induction methods, measurements, and individual differences

Masanori KOBAYASHI

Yamagata University

Nostalgia is a common emotion that people frequently feel in daily life. Nostalgia is typically defined as “sentimental longing for (one’s) past.” Previous studies have examined its characteristics, function, and individual differences. Nostalgia can be induced by a variety of triggers such as remembering nostalgic events, listening to nostalgic music, viewing nostalgic pictures, and being in certain types of state. A questionnaire is the most popular method used to assess the degree of induced nostalgia, although some studies have used physiological measurements. Furthermore, previous evidence reveals individual differences that affect the degree of induced nostalgia and sometimes alter nostalgia function. In this paper, I review the literature regarding nostalgia induction and suggest future nostalgia research.

Key words: nostalgia, memory, emotion, episodic memory, individual differences

キーワード：懐かしさ，記憶，感情，エピソード記憶，個人差

懐かしさの喚起：喚起法，測定，個人差

日常生活の中で、ふとした時に「懐かしい」と感じることは多くの人が経験する出来事だろう。実際に、1週間で「少なくとも1回は懐かしいと感じる」と報告した人の割合は79%にも上ることが知られている（Wildschut et al., 2006）。このような高い頻度で懐かしさを感じる背景には、懐かしさを喚起する様々な手がかり・トリガー（trigger）が存在するためだと考えられる。報告数の多いトリガーとして、孤独感といったネガティブ感情状態、他者との過去の感情的な出来事についての会話といった社会的相互作用、音楽や匂いといった感覚刺激との遭遇などが挙げられている（Wildschut et al., 2006）。懐かしさの喚起時にはポジティブ感情とネガティブ感情を伴うことが知れており、ネガティブ感情よりもポジティブ感情が優勢という特徴は *bittersweet* と表現される（e.g., Sedikides et al., 2015）。このような特徴を持

つ懐かしさの詳細を明らかにするため、これまでの研究の多くで懐かしさの実験的な喚起が行われ、喚起された懐かしさの特徴や懐かしさの喚起に伴う認知、行動、感情の変化についての研究が進められている。さらに、ある種の状態が懐かしさを喚起するかどうかについても検討が行われている。懐かしさに限らず、特定の感情状態を研究する際には、標的感情を十分に喚起しなくてはならない。そのため、懐かしさの喚起は懐かしさ研究において必要不可欠な手続きの1つだと言える。さらに、懐かしさが喚起されたかどうかを確認するためには、妥当性の高い測定手法によって懐かしさを測定する必要がある。測定手法の妥当性は、懐かしさの実験的喚起を行う場合だけではなく、どのような状態において懐かしさが生じやすいのかを調べる上でも重要である。加えて、懐かしさの喚起の程度や懐かしさ喚起による変化を調整する個人差要因も明らかになっており、懐かしさ喚起に関する研究において個人差要因の影響を無視することはできないと考えられる。そこで、本稿では、懐かしさの喚起を中心的に扱いつつも、懐かしさ喚起と密接に関わる測定と個人差

1) 本論文執筆にあたり、JSPS 科研費（18K13377, 18K18692, 19H01766）と YU-COE「山形大学先進的研究拠点」(M) による支援を受けた。

の2つについても取り上げる。まず、懐かしさの喚起法を概観した上で、懐かしさの測定や懐かしさ喚起に影響を与える個人差について紹介する。これらの懐かしさの喚起を中心とした「これまで」の知見を踏まえた上で、懐かしさ喚起法の選択基準、新たな測定方法や今後検討すべき個人差要因などの提案を通して、「これから」期待される懐かしさ研究について論じたい。

懐かしさにはいくつかの分類が提案されているため、最初に本稿で主として扱う懐かしさを明確にしたい。これまで提案された懐かしさの分類として、個人の経験に基づく懐かしさである個人的懐かしさ (personal nostalgia)、個人の経験に基づかない社会・文化に基づく懐かしさである歴史的懐かしさ (historical nostalgia; または組織的懐かしさ, organizational nostalgia) が提案されている (Batcho et al., 2008; Gabriel, 1993; 川口, 2011; Stern, 1992)。個人的懐かしさは Wildschut et al. (2006) による「(個人の) 過去に対する、感傷的または哀愁的な思慕」と定義されるような個人的経験を元にした懐かしさを指す。一方で歴史的懐かしさとは、例えば、セピア色の写真や田園風景といった画像刺激によって喚起されるそれらの場所に過去に自分が訪れた経験がなかったとしても感じる懐かしさを指す。本稿では、この2つの懐かしさのうち、これまでの研究知見が蓄積されてきた個人的懐かしさの喚起に関する研究を中心として紹介する。また、取り上げる研究の中にはどちらの懐かしさを想定して喚起しているかを明示していないものも含まれるが、本稿では、個人的懐かしさと歴史的懐かしさが区別可能な場合は、それぞれを明示的に述べ、両者の区別が曖昧な場合や包括的に扱う場合は懐かしさと述べることにする。

懐かしさの喚起法

実験室において特定の感情を誘導する手法は様々であるが、懐かしさの喚起も同様である。懐かしさを喚起するトリガーは大きく分けて、懐かしい記憶の想起や懐かしい刺激の呈示といった知覚・認知過程が関与するものを含む外的要因と、孤独感や回避動機づけの誘導といった心的状態変化を含む内的要因の2つがあるとされる

(Sedikides et al., 2015)。これらの懐かしさを喚起する様々なトリガーの詳細と特徴を以下紹介する。

記憶想起による懐かしさ喚起 (Event Reflection Task)

数多くある懐かしさ喚起法の中で最も代表的な手法は、懐かしい個人的経験を思い出すことで個人的懐かしさを喚起する手続きである Event Reflection Task (ERT; Sedikides & Wildschut, 2018; Wildschut et al., 2006) である。典型的な ERT において、参加者は懐かしい過去の出来事を視覚的に想起する (visualize) よう求められる。その際、懐かしさの定義として「個人の過去に対する感傷的な思慕 (sentimental longing for one's past)」という説明が与えられることが多い (Sedikides & Wildschut, 2018)。そして、懐かしい出来事を想起した後、その出来事に関するキーワードを5つ記述するよう求められる。キーワードの記述とともに、出来事の詳細な記述を5分間求める場合もある。ERT は個人的懐かしさの喚起を行った多くの研究で利用されており (レビューとして Sedikides et al., 2015)、個人的懐かしさ喚起法のゴールドスタンダードである。

ERT は個人的懐かしさを喚起するための手段として用いられるため、想起対象は「最も懐かしい」出来事とされる場合が多い。その際、想起対象の出来事が起きた年代や出来事の内容はあまり指定されない傾向にあるが、一部の研究では想起する内容の指定が行われている。これまでに、肥満者 (Turner, Wildschut, & Sedikides, 2012)、移民 (Gravani, Soureti, & Stathi, 2018)、高齢者 (Turner, Wildschut, & Sedikides, 2018)、精神疾患患者 (Turner et al., 2013) といった特定の対象者に関する出来事を想起対象とした ERT が行われている。これらの研究では、各対象との過去に交流した懐かしい出来事を思い出すよう教示するという手続きが用いられている (例えば、高齢者と過去に交流した懐かしい出来事を思い出すように求める)。また、親しい他者 (家族、友人など) に関する懐かしい出来事か、物事 (子供時代のおもちゃ、風景など) に関する懐かしい出来事かのいずれかを思い出してもらうことで、社会的繋がり (social connectedness) の程度が異なる個人的懐かしさを喚起するという研究も行われている (Juhl et al.,

2020)。この研究では、前者の他者に関する個人的懐かしさを社会的な個人的懐かしさ、後者の物事に関する個人的懐かしさを非社会的な個人的懐かしさとしてサブタイプ化している。これらの研究は、特定の出来事の想起によって喚起した個人的懐かしさがどのような機能を持つのかを明らかにするために実施されたものであるが、このような内容を指定したERTは個人的懐かしさのサブタイプの特徴を明らかにする上でも重要であるため、このような操作によって、懐かしさのサブタイプに関する研究が進展することが期待される。

ERTにおいては、個人的懐かしさ喚起条件だけでなく、統制条件についても着目すべきである。個人的懐かしさ喚起条件に対して、統制条件は日常的な出来事（ordinary events；例えば、毎日繰り返して行われる出来事）を想起するように求められることが一般的だが、研究によっては日常的な出来事ではなく、ポジティブな過去の出来事などを想起するように求める条件が設定される場合がある。どのような条件と比較したかによって、個人的懐かしさ喚起条件の特徴づけられ方が異なるため、比較対象の条件設定に注意しなければならない。統制条件として日常的な出来事を思い出すように求める研究においても、研究間で教示に細かな違いが存在する。初期の研究では「先週の間に起きた日常的な出来事に対して、観察者視点で歴史的な記録のように思い出す（例、37番バスに乗った）」よう求めるという教示が用いられてきた（Wildschut et al., 2006）。しかし、この手続きでは、「先週」のように（現在からの）時間的距離の近い出来事を想起する条件と、（多くの場合は先週よりも）時間的距離の遠い懐かしい出来事を想起する条件を比較することになる。このような事態では、両条件の間で想起される出来事の時間的距離に大きな差が生まれるという問題が生じやすい。したがって、「先週」という出来事の発生時期を指定した教示を与えてしまうと、条件間で想起対象の出来事の懐かしさと時間的距離が交絡してしまう。さらに、統制条件と懐かしさ喚起条件の教示を比較してみると、「観察者視点」と「歴史的事実のように」の2点が特徴的である。この2つの教示は、主観的体験としてではなく客観的事実として、過去の出来事を思い出すよう求めていると解釈できる。これらの教示に従った場

合、エピソード記憶想起に伴う再体験感（Tulving, 2002）が生じにくく、出来事を再体験することに伴う感情反応である個人的懐かしさが喚起されにくいと考えられる。この教示は統制条件で懐かしさの喚起を防ぐという点では有効な手続きではあるものの、先ほどの時間的距離の指定と同様に、どのような視点で想起するのかという操作は懐かしさ条件と統制条件の交絡要因になると思われる。そのためか、その後の研究（Sedikides et al., 2015）ではこれらの点を削除した統制条件の教示が提案されている（表1）。このように、統制条件に関してつぶさに見ていくと、教示内容に変遷があり、近年は個人的懐かしさ喚起条件との差異を減らした教示が用いられている。また、先に述べたように統制条件として日常的な出来事の想起する条件だけでなく、ポジティブな出来事を想起する条件が設定されることもある（長峯・外山, 2019；Stephan, Sedikides, & Wildschut, 2012）。懐かしさはポジティブ感情を伴いやすいため（e.g., Hepper et al., 2012；Wildschut et al., 2006；Wildschut et al., 2010）、得られた結果が懐かしさとポジティブ感情のどちらに起因するのかを独立して検討する際には、ポジティブな出来事を思い出す条件が統制条件として用いられるようである。このように統制条件にはいくつかのバリエーションが存在するが、ERTを用いて個人的懐かしさの喚起を行う場合はSedikides et al. (2015)による教示（表1）の利用を第一とし、研究目的に合わせた修正を行うとよいだろう。

想像による懐かしさ喚起

過去の経験（エピソード記憶）を心的に再構成し、再体験できるように（Suddendorf & Corballis, 2007；Tulving, 2002）、我々の記憶システムは過去の経験を元に将来起こりうる出来事をありありと想像（構成）するという機能も持つ（Schacter, Benoit, & Szpunar, 2017）。ERTでは過去の懐かしい出来事を想起するように求めることで個人的懐かしさを喚起しているが、将来の想像によっても懐かしさは喚起されることが知られている。

現在の経験が未来で喪失または変化すると想像することで喚起される感情は先行懐かしさ（anticipatory nostalgia）と定義されている（Batcho, 2020；Batcho & Shikh, 2016）。Batcho and Shikh

表 1 Sedikides et al. (2015) による Event Reflection Task の教示

懐かしさ喚起条件	統制条件
「懐かしさ (nostalgia)」は「過去に対する感傷的な思慕」と定義されます。あなたのこれまでの人生の中で起きた懐かしい出来事について考えてください。具体的には、あなたが最も懐かしいと感じる過去の出来事について考えてみてください。その懐かしい経験を心に思い浮かべてください。その懐かしい経験に浸ってみてください。その経験はあなたをどのように感じさせますか？ どのように感じるかを数分間考えてみてください。その懐かしい出来事に関する4つのキーワード（その出来事を表す単語）を書き出してください。次の数分間、その懐かしい出来事について書いていただきます。その懐かしい経験に浸ってみてください。その経験についてとその経験があなたをどのように感じさせるのかを書いてください。	あなたの人生の中で起きたありふれた出来事を思い浮かべてください。具体的には、過去の何気ない出来事について考えてみてください。その日常的な経験を思い浮かべてください。そのありふれた経験に浸ってください。その経験はあなたをどのように感じさせますか？ どのように感じるかを数分間考えてみてください。その日常的な出来事に関する4つのキーワード（その出来事を単語）を書き出してください。次の数分間、その日常的な出来事について書いていただきます。その経験に浸ってみてください。その経験についてとその経験があなたをどのように感じさせるのかを書いてください。

注：著者により一部修正

(2016) によって先行懐かしさを測定する尺度として先行懐かしさ調査 (survey of anticipatory nostalgia) も作成されており、項目例として「あなたが愛する人はいくつか離れていく」や「あなたはいつかペットを失う (例、ペットの死や脱走)」といったものが挙げられる。個人的懐かしさは *bittersweet* と表現されるように、ネガティブ感情とポジティブ感情を含む混合感情であることが知られているが、先行懐かしさはネガティブ感情、特に喪失 (loss) に焦点を当てた概念だとされる (Batcho & Shikh, 2016)。失われた過去の出来事に対する感情反応である懐かしさと対比するように、(将来) 失われるかもしれない現在の出来事に対する感情反応が先行懐かしさである。すなわち、先行懐かしさは将来の喪失をテーマとして現在生じる感情反応だと捉えられている。個人的懐かしさは幸福と関連する一方で、先行懐かしさは悲しみと関連することが明らかになっている (Batcho & Shikh, 2016)。先行懐かしさはネガティブな経験を繰り返し考えるという考え込み (brooding) と共通点があると述べられる点も (Cheung et al., 2019)、先行懐かしさが喪失と関連するという特徴と一致する。

先行懐かしさとは異なる、想像によって喚起される懐かしさとして予期懐かしさ (anticipated nostalgia) も定義されている (Cheung et al., 2019)。先行懐かしさと予期懐かしさは名称や未来という視点を取り入れたという点では類似しているものの、その特徴は異なっている。(将来の喪失の想

像によって) 「現在」生じる感情が先行懐かしさであるのに対し、「将来」感じる懐かしさの予期が予期懐かしさだとされる (Cheung et al., 2019)。我々は未来を想像する際、想像した行動を行った際にどのような感情が生じるのかを予期することができ (Mellers & McGraw, 2001)、そのような感情の予期は予期感情 (anticipated emotions) と呼ばれ、様々な状況における自己制御と関連した研究が行われている (Gross & Thompson, 2007)。例えば、予期後悔 (anticipated regret) といったネガティブ感情の予期はそれを生起するような行動の回避を促すが (e.g., Zeelenberg, 1999)、その一方で、予期喜び (anticipated pleasure) のようなポジティブ感情の予期はそれを生起するような行動への接近を促すことが知られている (Mellers & McGraw, 2001)。このように予期感情は(現在の) 行動の選択に影響を与えることが知られている。さらに、現在の感情よりも予期感情の方が行動の選択に与える影響が大きいとされる (Baumeister et al., 2007)。予期懐かしさはこのような予期感情に含まれると考えられている (Cheung et al., 2019)。Cheung et al. (2019) は実際に懐かしさが予期されるかを検討するため、参加者に対して将来、現在を懐かしく感じるかどうかを考えるよう求め、予期懐かしさを測定した。その結果、個人的懐かしさは予期され、さらに、(現在に対する) 予期懐かしさは実際にその後の(現在に対する) 個人的懐かしさを予測することが示された。すなわち、Time1 (例、高校卒業前)

における Time1 に対する予期懐かしさは、Time2（例、高校卒業後）における Time1 に対する個人的懐かしさを予測していた。さらに、個人的懐かしさの予期は（過去の）個人的懐かしさの喚起と同様に、自尊感情、社会的繋がり、人生の意義を高めるという機能を持つことも明らかにされている。このように、先行懐かしさは悲しみや不安と関わる一方で、予期懐かしさは個人的懐かしさと類似したポジティブな機能を持っている。これは、個人的懐かしさは過去指向（past-oriented）の感情だが、その機能は将来指向（future-oriented）とされている点（Fiorito & Routledge, 2020）とも一致している。予期感情は現在の感情よりも行動の選択に影響するとされるため（Baumeister et al., 2007）、懐かしさの機能を探る上でも予期懐かしさに関する今後の研究が期待される。また、記憶想起による懐かしさの喚起には懐かしい出来事の経験が必要となるが、想像による懐かしさ喚起にそのような経験を持たなくても喚起されうる点も特徴である。

このように、先行懐かしさと予期懐かしさという違いはあるものの、記憶想起と同様に想像によって懐かしさが喚起されることが示されている。時間方向が「過去」と「未来」という点で異なるものの、これらの懐かしさの喚起法には、過去の経験の再構成（記憶想起）や未来の経験の構成（想像）という記憶システムが担う機能が密接に関わっている。

刺激呈示による懐かしさ喚起

懐かしさ喚起法として、前述した記憶想起や想像といった手法以外にも音楽や画像などといった刺激を呈示するという方法も利用されている。音楽を用いた懐かしさ喚起法では、懐かしい曲や懐かしい歌詞（のみ）の呈示などが行われている（e.g., Barrett et al., 2010 ; Janata, Tomic, & Rakowski, 2007 ; 小林・大竹, 2018 ; Routledge et al., 2011 ; Zentner, Grandjean, & Scherer, 2008）。Barrett et al. (2010) は、参加者の年齢に合わせて、参加者が 7～19 歳だった頃のビルボードチャート TOP100 に入っていた曲の中から、15 歳時をピークとした分布となるように、30 曲をランダムに選出し懐かしさを喚起する刺激として用い、懐かしさの喚起を行っている。また、大学生など参加者の年齢

などが一定の範囲に収まる場合に各参加者で共通した 1 曲を用いるという方法も行われる（e.g., 小林・大竹, 2018）。音楽を懐かしさ喚起に利用する利点として、視覚を用いる課題中でも呈示が可能という点が挙げられる。懐かしさ喚起による課題成績の変化を調べる実験では、課題の実施中は対象となる感情状態を可能な限り維持できるような手続きを用いるべきであるが、音楽であれば感情喚起刺激として呈示しながら、課題を実施することができる。そのため、喚起された感情状態を維持することを目的に感情喚起後の課題中も喚起刺激の呈示を継続できる（e.g., Bruyneel et al., 2013）。懐かしさを喚起する実験においても、懐かしさの維持を目的として課題中に懐かしさを喚起する音楽を継続して呈示するという手続きも利用できるだろう。ただし、背景音楽は感情状態の変化だけでなく、注意を捕捉することがあるため（Kämpfe, Sedlmeier, & Renkewitz, 2011）、背景音楽が（注意を補足することで）課題を妨害する可能性について留意した上で懐かしさを喚起する音楽と課題を組み合わせる必要がある。

刺激呈示による懐かしさ喚起は、画像刺激によっても行われている。音楽同様に、参加者全員の年齢、文化、性別に共通性が高い場合は、子供時代に関する物（筆箱など）の写真を共通して呈示することで懐かしさの喚起が行われている（e.g., Oba et al., 2015）。また、参加者の個人的経験とは関連しない画像刺激を用いた懐かしさの喚起も行われている（Cox et al., 2015）。この研究では、刺激として過去の風景の写真と現在風景を組み合わせた写真が用いられている。この写真は Dear photograph (<https://dearphotograph.com/>) というサイトなどから選出されたものであり、現在の風景に昔の写真をその風景に合うようにかざして撮影された写真である（例えば、故人の祖父がそのキッチンで料理していた写真を手に持ち、現在のキッチンの風景にうまく重なるようにして撮影された写真など）。つまり、現在（現在のキッチン）と過去（過去のキッチン）が対比された 1 枚の写真である。これらの写真の呈示によって懐かしさが喚起されることが既に確認されている（Cox et al., 2015）。参加者にとってこれらの写真の風景や人物は個人的な経験と関連しないものであるため、この手続きでは個人的懐かしさではなく歴史

的懐かしさが喚起されると考えられる。

音楽、画像に加えて、匂いも懐かしさを喚起する刺激として利用されてきた。匂いによる自伝的記憶想起は、プルースト現象として知られるように、匂いは自伝的記憶の強力な手がかりの1つであるが (Chu & Downes, 2002; Ehrlichman & Halpern, 1988), 匂いによっても懐かしさは喚起されることが明らかになっている (Matsunaga et al., 2013; Reid et al., 2014)。このように音楽、画像、匂いといった聴覚、視覚、嗅覚といった多様なモダリティの刺激の呈示によって懐かしさが実験的に喚起されることが明らかになっている。

さらに、これらの刺激呈示に加えて、気温や天候といった環境刺激も懐かしさを喚起する (Van Tilburg, Sedikides, & Wildschut, 2018; Zhou et al., 2012)。Zhou et al. (2012) は温度 (室温) が懐かしさを喚起させるかどうかを検討し、室温が低い部屋 (20°C) に割り当てられた参加者はそれよりも室温が高い二部屋 (24°C または 28°C) に割り当てられた参加者よりも懐かしさの喚起量が大きいことを示している。悪天候に関連する音 (豪雨, 強風, 雷) の聴取が懐かしさを喚起することも明らかになっている (Van Tilburg et al., 2018)。これらの気温や天候の懐かしさへの影響は、日常生活での測定した場合でも同様であり、日常生活での気温の低さや天候の悪さが1日単位の懐かしさの高さと関連していた (Van Tilburg et al., 2018; Zhou et al., 2012)。気温や悪天候が懐かしさをなぞ生じさせるかについては、不快さ (discomfort) という心理的に乱れた状態を安定させるために懐かしさが喚起されると考えられている (Sedikides et al., 2015; Zhou et al., 2012)。本稿では刺激呈示として温度や天候を紹介したが、これらの環境の変化が不快さという心的状態変化を誘導すると解釈すれば、後述する心的状態変化による懐かしさ喚起に含まれると捉えることも可能であろう。

懐かしさ喚起では利用されていないものの、刺激呈示による懐かしさ喚起について、ここまでで紹介した以外の新たな刺激呈示として仮想現実 (Virtual Reality) を用いた手法の利用も期待される。昨今の技術発展に伴い、Oculus Quest (Facebook 社) や Vive Pro (htc 社) といった 360 度 VR ヘッドセットが安価に利用できるようになり、3D (360 度) 動画・画像という主観的体験感

(sense of presence) の高い刺激を呈示できるようになってきた。これまでの刺激呈示で用いられてきた 2D 画像・動画と比較して、3D 動画・画像とより効果的な感情喚起法だと考えられる (Song et al., 2018; Visch, Tan, & Molenaar, 2010)。実際に、様々な感情状態が仮想現実を用いて喚起されており、例えば、ポジティブ感情や畏敬 (awe) の喚起に VR ヘッドセットを用いて 3D 映像を呈示した研究 (Chirico et al., 2018; Takano & Nomura, 2020) が行われている。例えば、畏敬 (awe) の喚起では、エンジェルフォール (angel falls) として知られる風光明媚な滝をドローンで撮影した 3D 映像を VR ヘッドセットで呈示するという手法が用いられている (Takano & Nomura, 2020)。懐かしさ喚起においても仮想現実を用いた喚起は有効だと考えられる。各参加者に対し、それぞれに特有の懐かしい 3D 画像 (例えば、卒業した小学校など) を呈示することで、より主観的体験感の高い刺激呈示によって個人的懐かしさを喚起できると考えられる。

心的状態変化による懐かしさの喚起

これまで述べてきた記憶想起や刺激呈示による懐かしさの喚起は、懐かしさ喚起に伴う認知的・行動的な変化や喚起された懐かしさの特徴の記述などを主な関心とする研究で利用されてきた。これらの研究では、いずれかの手法で懐かしさを十分に喚起することが研究目的を検討するための前提であった。一方で、心的状態変化による懐かしさの喚起について研究では、ある種の心的状態が懐かしさを喚起するトリガーになるかどうかを検討することが主な関心となっている。これらの研究で用いられた手続きは懐かしさを実験的に喚起する目的には適していないものが多いが、懐かしさがどのような心的状態で喚起されるかを明らかにすることは、懐かしさの特徴・機能を解明する上では重要である。これまで行われた様々な研究から、心理的脅威 (psychological threat) という心的状態が懐かしさを喚起することが明らかになっている (Routledge et al., 2013)。例えば、ネガティブなニュース (2004 年 12 月に発生したスマトラ沖津波のニュース) を読むよう求めることでネガティブ気分を誘導した参加者は、ニュートラル気分やポジティブ気分を誘導した参加者に

比べて、誘導の2分後に測定した懐かしさの喚起量が多いことが示されている (Wildschut et al., 2006)。同様に、Routledge et al. (2011) では、人生の無意味さ (meaninglessness of life; Routledge et al., 2011) を高める操作として人生が無意味であることを綴った文章を読むよう求めた参加者は、統制条件 (コンピュータに関する文章) の参加者と比較して、人生の意味を低く評定すること、そして、懐かしさの喚起量が多いことが明らかにされている。これら以外の心的状態変化として孤独感 (Wildschut et al., 2006; Zhou et al., 2008), 回避動機づけ (Stephan et al., 2014), 死の恐怖 (Juhl et al., 2010) の誘導によっても懐かしさは喚起される。また、コンクリートに関する文献情報を Wikipedia から複写するという課題を10分間実施することで退屈を誘導した群では、同様の課題を2分間のみ実施した統制群と比較して、(内容を指定せずに) 過去の記憶を想起しよう求める場合に、懐かしい出来事が想起されやすく、その結果、懐かしさが喚起されることも報告されている (Van Tilburg, Igou, & Sedikides, 2013)。この背景には、退屈を感じることが懐かしさを誘導し、喚起された懐かしさが退屈を感じる状況に何らかの意義 (meaning) を見出すような認知を促進するためだと考察されている (Van Tilburg et al., 2013)。これらの心的状態がなぜ懐かしさを高めるのかについては、懐かしさが心的脅威に対する抵抗として生じることで心理的ホメオスタシス (psychological homeostasis) を維持する機能を持つためだと説明されている (Sedikides et al., 2015; Zhou et al., 2012)。懐かしさの喚起は人生の意義を高める機能を持つため、孤独感や人生の無意味さという心的脅威への抵抗として懐かしさが喚起されると考えられている (Sedikides & Wildschut, 2018)。懐かしさの喚起が心理的な快適さ (psychological comfort) を導くため、懐かしさは苦痛や脅威を和らげる機能を持つと主張されている。心的脅威状態によって懐かしさが喚起されるという機序においては、刺激呈示などによって心的脅威状態は誘導されているため、刺激呈示による懐かしさ喚起とも捉えることは可能である。しかしながら、心的脅威状態を誘導する手法が直接懐かしさを喚起しているわけではなく、あくまでも間接的に懐かしさを喚起している。そのため、心的脅

威状態は懐かしさのトリガーの外的要因ではなく、内的要因として位置づけられている (Sedikides et al., 2015)。心的脅威状態が懐かしさ喚起のトリガーとなるという事実は、懐かしさの喚起を実験操作として行う研究においても重要な知見である。例えば、室温が低い実験室であれば、ERTなどによる懐かしさの喚起を行う前に懐かしさが喚起されてしまう可能性がある。懐かしさの喚起を実験操作として行う場合には、心的状態についても考慮した上で実験を実施する必要があるだろう。

懐かしさ喚起法のまとめと今後の展望

ここまで、懐かしさの喚起法について、先行研究で用いられた様々な手法を概観してきた。先に述べたように、懐かしい記憶を思い出すという ERT (Wildschut et al., 2006) が利用されることが多いが、音楽や画像などの懐かしい刺激呈示も利用されてきた (e.g., 小林・大竹, 2018)。また、主として懐かしさの機能を探るために、心的状態変化も扱われてきた (e.g., Wildschut et al., 2006)。これまで述べた中で、ERT、想像、刺激呈示はそれぞれ懐かしさの実験的喚起を意図して利用される手法である。一方で、心的状態変化は主として懐かしさの心的ホメオスタシス維持機能について調べる際に利用される手法であるため、前者3つとは異なる利用が行われる。ここでは、懐かしさ喚起のまとめとして、懐かしさの実験的な喚起を行う際にどの手法を選択して利用すべきであるかについて、ERTと刺激呈示の比較を通して考えたい。なお、想像による懐かしさ喚起については先行懐かしさと予期懐かしさという新たに提案された構成概念を扱う手法であるため、ここでは扱わないこととする。

ERTの特徴は、最も懐かしい出来事というエピソード記憶の想起を求めることで、個人的懐かしさを喚起できることである。さらに、想起対象となる出来事の内容を指定することで個人的懐かしさのサブタイプを喚起することもできる (e.g., Turner, Wildschut, & Sedikides, 2012)。その一方、「最も懐かしいと感じる出来事」は参加者ごとに異なるため、想起対象となる出来事の発生時期や内容を統制することは難しい。音楽や画像といった懐かしい刺激の呈示による懐かしさの喚起については、参加者ごとに異なる刺激を用いる場合と

参加者全員で同一の刺激を用いる場合で統制の程度は異なる。前者の場合は、ERTのように参加者ごとに最も懐かしいと感じる刺激を利用することで、懐かしさを十分に喚起できると考えられる。必然的に参加者間で異なる刺激が用いられるため、ERTと同様に実験的な統制には限界がある。後者のすべての参加者に対して同一の刺激を呈示する手法は、ERTや参加者ごとに異なる懐かしい刺激を呈示する手法よりも、実験的統制に関しては優れている。しかしながら、同一刺激呈示は刺激の統制という点では優れているものの、各参加者の刺激に対する評価の違いによって喚起される懐かしさの種類や喚起量が参加者間で異なる事態が起こりえる。例えば、参加者が喚起刺激に関連する個人的経験を有するかどうかによって、個人的懐かしさと歴史的懐かしさのどちらが喚起されるかが異なる可能性がある。また、個人的懐かしさが喚起された場合でも、喚起刺激と関わる個人的経験の重要性が異なる場合、個人的懐かしさの喚起量に参加者間の差が生じるだろう。例えば、懐かしさを喚起するための呈示された刺激が、ある参加者にとっては過去の重要な経験と関わる場合（例えば、小学校の卒業式で合唱した曲）もあれば、ある参加者に取ってはそうではない場合（例えば、過去にCMで聞いたことのある曲）もあるだろう。ERTや参加者ごとに異なる刺激を呈示する手法と比較して、参加者間で同一刺激を呈示する手法は刺激の統制という点では有利である一方、懐かしさの喚起量の統制という点では不利だと考えられる。ERTや参加者ごとに異なる刺激呈示における統制の限界に対しては、懐かしさを喚起する出来事や刺激の特徴量を分析することでも一定の対応は可能だと考えられる。想起した出来事の記述を求め、記述内容の特徴量を分析することで、想起した出来事に影響をある程度調べることができるであろう。音楽や画像といった刺激においても、テンポや歌詞、画像統計量といった刺激の特徴量を測定することで同様に対応できると考えられる。

また、刺激呈示には方法の再現性に関して限界がある点も留意すべきである。人生における懐かしいと感じる時期は年代を問わず、10代後半から20代がピークだとされる（楠見, 2014b）。そのため、大学生においては小・中学校で触れた音

楽など（楠見, 2014a）、参加者が10代～20代の頃に流行した音楽や事物の画像が懐かしさを喚起する刺激として用いられやすい。これらの刺激には時代性があり、ある研究の参加者にとって懐かしい刺激が他の研究において同様に懐かしい刺激と利用できる場合は少ないと考えられる。例えば、小林・大竹（2018）は懐かしさを喚起する音楽刺激として「ハナミズキ／一青窈」を利用していたが、この刺激が将来においても同様に懐かしさを喚起する刺激として利用できるとは限らないだろう。また、文化・社会によっても懐かしい刺激は異なるため、海外の研究で用いられた懐かしさを喚起する刺激をそのまま本邦の研究で用いることは難しい場合も多いだろう。例えば、Barrett et al. (2010) は参加者が7～19歳だった頃のビルボードチャートTOP100から曲をランダムに呈示していたが、それらの曲の多くは海外で流行したものであるため、同様の刺激を日本の参加者に呈示しても懐かしさは喚起されにくいだろう。このような時代性や社会・文化への依存性という懐かしさ喚起刺激の特徴は、先行研究と同一の刺激や手続きを用いた直接的追試（direct replication）を困難とするという問題を生じさせる。一方で、ERTについては教示によって行う操作であるため、直接的追試は可能であろう。したがって、再現性に対する限界を理解した上で刺激呈示を利用するべきであろう。

ここまで述べたことを踏まえ、懐かしさ喚起法の選択基準をまとめたい。まず、懐かしさ喚起による知覚・認知の変化といった機能を探るための研究においては、懐かしさの十分な喚起が不可欠である。その場合はERTや参加者ごとに異なる刺激を用いた刺激呈示といった最も懐かしさを喚起する出来事・刺激を利用した喚起法が適しているだろう。先の再現性の問題を加味すれば、喚起する場合にはゴールドスタンダードであるERTが第一の選択となるだろう。特定の対象と関わる個人的懐かしさ（Gravani et al., 2018；Turner et al., 2012, 2018, 2013）や社会的な個人的懐かしさ（Juhl et al., 2020）といった懐かしさのサブタイプを喚起したい場合にも想起対象を指定したERTが有用である。ERTには懐かしい出来事の想起と個人的懐かしさの喚起と2つの過程が含まれるため、懐かしい出来事が想起される事態を回避し

たい場合には参加者ごとに異なる刺激を用いた刺激呈示が有用だと考えられる。ただし、刺激呈示においては喚起される懐かしさが個人的懐かしさか歴史的懐かしさなのかを分離しづらいという点、刺激呈示に伴う懐かしい出来事の無意図的想起までは防ぐことができない点などに留意すべきであろう。また、刺激呈示においては、懐かしさ喚起刺激を視覚刺激、聴覚刺激、嗅覚刺激などの中から選択する必要がある。懐かしさ喚起後に何らかの課題を実施する場合には、それらの課題と干渉しないようなモダリティの刺激を利用する方が望ましいだろう。例えば、懐かしさ喚起後に食物の摂取を求め、懐かしさが食物評価に与える影響を調べるという実験では、嗅覚刺激は後の食物評価に干渉してしまうため、懐かしさ喚起刺激としての呈示は避けるべきであろう。また、刺激については、懐かしさ喚起刺激の顕著性に基づく刺激選択も可能であろう。例えば、参加者に気づかれないように懐かしさ喚起刺激を呈示したい場合、視覚刺激では参加者が刺激に注意を向けていない事態や視線が誘導されていない事態が生じうるため、感覚の遮断が困難な聴覚刺激や嗅覚刺激が適していると考えられる。また、刺激呈示において特に刺激の実験的統制を優先したい場合は、参加者全員に同一の刺激を呈示する手法がよいだろう。その際には、参加者間における喚起刺激に対する評価の違いを考慮した刺激設定が重要である(手塚, 2017)。すなわち、参加者の年齢、社会・文化的背景などを踏まえて、喚起刺激が懐かしさを十分に喚起できるかどうかあるかを予備実験・予備調査などによって確認しておくべきであ

ろう。

ここまで述べたように、各喚起手法にはそれぞれの特徴と限界がある。それらの点を踏まえた上で、研究目的に合わせて喚起法を選択したい。紹介した様々な手法は、あくまでも懐かしさの喚起を意図して利用されるものであり、いずれかの手法を用いて得られた知見は懐かしさの喚起によって説明されると考えられる。したがって、先行研究で利用されていない喚起法によって研究知見が再現できるかどうかを調べるといった試みなどを通して、喚起法を超えて一般化した懐かしさ研究の知見を蓄積していくことが重要である。

懐かしさの測定

先に述べたように様々なトリガーによって懐かしさは喚起されるが、懐かしさが喚起されたかどうかを確認するためには、何らかの指標によって懐かしさを測定する必要がある。

質問紙による測定

これまでの研究のほとんどにおいて、懐かしさの測定は質問紙によって行われている。特に、Wildschut et al. (2006) が作成した懐かしさ状態を測定する3項目7件法からなる質問紙が広く利用されている(表2)。この質問紙で測定した懐かしさ状態得点を懐かしさの喚起前(プレ)と喚起後(ポスト)で比較し、喚起前よりも喚起後に懐かしさ状態得点が向上していれば、懐かしさが喚起されたと判断される。この質問紙は主に懐かしさ喚起の操作チェックとして利用されることが

表2 懐かしさ状態を測定する質問項目 (Sedikides et al., 2015 ; Wildschut et al., 2006)

以下の項目はあなたが現在どのように感じているかについて問うものです。各項目について、あなたが当てはまるかどうかを、番号を選択することで回答してください。以下の基準をもとに1から6のいずれかを番号を選んでください。						
1	2	3	4	5	6	
まったく 当てはまらない	当てはまらない	あまり 当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	よく当てはまる	
1. いま、私は非常に懐かしく感じている				1-2-3-4-5-6		
2. いま、私は懐かしい気分である				1-2-3-4-5-6		
3. いま、私は懐かしいと感じている				1-2-3-4-5-6		

注：著者により一部修正

多いが、懐かしさの喚起自体に着目した研究では主要な従属変数として扱われることもある。質問紙による懐かしさの測定は、紙と筆記道具があれば実施できるという簡便さや大人数に同時に実施可能という利点があり、多くの研究で利用されている。

生理指標による測定

懐かしさの喚起の測定は様々な生理指標を用いても行われている。懐かしさに関しては、神経画像、脳波、自律神経反応を用いた測定がこれまで行われている。小林ら (2018) は前頭の α 帯域 (8 ~ 13 Hz) のパワー値といったポジティブ感情、ネガティブ感情または接近/回避動機づけを反映するとされる指標 (Davidson, 1984; Davidson et al., 1990) などを取り上げ、懐かしい音楽によって懐かしさを喚起した場合の脳活動と自律神経反応について調べた。統制条件 (懐かしくない音楽) と懐かしさを喚起した条件を比較したところ、前頭の α 帯域 (8 ~ 13 Hz) のパワー値の左右差、皮膚コンダクタンス水準 (SCL)、心拍数に条件間の差はなく、心拍変動の高周波成分 (%HF) のみ懐かしさを喚起した条件の方が低いことが明らかになっている。幸福な出来事や怒りを感じた出来事の想起時に心拍変動の高周波成分が低下するという報告 (Brugnera et al., 2018; Marci et al., 2007) から、懐かしさの喚起に伴う過去の出来事の想起が反映されていた可能性がある。しかしながら、記憶想起と心拍変動の対応については研究間で知見が一貫していないため (e.g., Kop et al., 2011)、より詳細な検討が今後必要であろう。脳画像については、PET (Position Emission Tomography) を用いた研究 (Matsunaga et al., 2013) と fMRI (functional Magnetic Resonance Imaging) を用いた研究 (Barrett & Janata, 2016; Oba et al., 2015; Trost et al., 2012) が行われている。懐かしさの喚起刺激として、それぞれ、匂い (Matsunaga et al., 2013)、画像 (Oba et al., 2016)、音楽 (Barrett & Janata, 2016; Trost et al., 2012) が使用された。これら一連の研究の結果、海馬 (hippocampus) や楔前部 (precuneus) といった記憶の想起に関わる領域と腹側線条体 (ventral striatum) などを含む報酬系 (reward network) が懐かしさを喚起した際により強く賦活することが明らかになっている。

懐かしさ測定のまとめと課題

ここまで、懐かしさの測定について、質問紙と生理指標について紹介してきた。質問紙による懐かしさ状態の測定は、利用の簡便性から数多くの研究で用いられてきた。これからの研究においても既存の尺度 (表2) を用いることで、研究知見を蓄積していくことができるだろう。しかしながら、質問紙による測定は要求特性 (Orne, 1962) などによって回答が歪むという問題がある。懐かしさの測定においても、この問題は完全に排除することはできないだろう。一般的に、感情を喚起する手続きでは、喚起前に感情状態を測定し、その後、標的とする感情を喚起した後に感情状態を再び測定する。そして、喚起の前後で感情状態を比較し、標的の感情状態への誘導が成功したかどうかを確認する。懐かしさ状態を測定する質問紙は質問項目の内容から、当該研究が「懐かしさ」に着目していることは明らかである。そのため、ポスト測定時に、要求特性の影響から懐かしい刺激を呈示された参加者は (実際よりも) 懐かしさ得点を高く評定する可能性がある。この問題を避けるための方法の1つは、ブレ測定の際に懐かしさ以外の感情状態を測定する質問項目をダミーとして挿入することであるが、項目数の増加が問題となる場合もあるだろう。この問題に対する他の対策として、懐かしさの研究ではこれまで利用されていないものの、感情状態の間接的な測定は有効かもしれない。感情状態の間接的な測定手法はいくつか提案されている。例えば、Implicit Positive Affect and Negative Affect Test (IPANAT; Quirin, Kazén, & Kuhl, 2009; 下田ら, 2014) では、現在の感情状態が無意味綴り (例. SAFME) に対する評価に反映されると仮定し、無意味綴りに対するポジティブ・ネガティブ感情に関する評定 (例. 幸福な, 無力な) を求めることで、現在の感情価 (ネガティブ, ポジティブ) を間接的に測定できる。IPANAT と同様に参加者の感情状態が選択に反映されるという仮定をおき、個別感情 (discrete emotions) を間接的に測定する手法も提案されている (Brugnera et al., 2018)。この手法では、抽象的な絵画刺激が呈示され、参加者は絵画の作者が絵画で表現しようとした感情を選択肢から選ぶよう求められる。選択肢として、4つの個別感情ラベル (怒り, 恐怖, 悲しみ, 幸せ) と感情表現な

しの5つが与えられる。このような試行を複数回実施し、参加者によって選択された回数の多い感情ラベルを感情状態の間接的指標とする。この手法を応用し、抽象的な絵画を呈示し、懐かしさを含めたいくつかの感情ラベルと感情表現なしの中から選択するよう求めることで、質問紙による測定の問題を低減した上で懐かしさを間接に測定できる可能性がある。

また、生理指標に関しては、懐かしさ喚起時の生理的特徴を調べた研究から、懐かしさの神経基盤については徐々に明らかにされているものの（懐かしさの神経基盤については堀・高橋論文を参照）、他の生理指標を用いた知見は十分とは言えないのが現状である。そのため、懐かしさ状態質問紙のように懐かしさ喚起の操作チェックとしての生理指標を利用することは現段階では難しいと考えられる。さらに、感情反応においては、生理指標は単独で用いるのではなく、各指標のパターンによって特徴づけるべきとされる（Levenson, 2014）。さらに、同一の感情を喚起した研究間で自律神経反応が一致しないといった感情反応と自律神経反応の対応についての一貫性の低さも指摘されている（大平, 2017; Quigley & Barrett, 2014）。したがって、懐かしさに関しても様々な喚起法や様々な生理指標を用いた知見の蓄積が重要である。それらの研究知見を蓄積し、喚起法や統制条件の違いを考慮した上で、懐かしさの生理的特徴が存在するのかどうかを含め、より詳細に検討行っていくべきであろう。懐かしさの生理的特徴については、喚起法、個人特性、機能などの様々な要因との関連を含め、今後の研究の進展を期待したい。

個人差

ここまで、様々な喚起法や測定方法について紹介してきたが、懐かしさの喚起に関しては様々な個人差要因によって調整されることも明らかにされている。

懐かしさ傾向

個人的懐かしさの感じやすさを反映した個人特性として懐かしさ傾向（nostalgia proneness）が知られている。この懐かしさ傾向は特性 nostalgia

（trait nostalgia；長峰・外山, 2019）と呼ばれる場合もある。懐かしさ傾向を測定する尺度として、Batcho Nostalgia Inventory（BNI; Batcho, 1995）や Southampton Nostalgia Scale（SNS; Routledge et al., 2008）が作成され、広く利用されている。BNIは音楽や玩具といった対象に対してどの程度、懐かしさを感じやすいかを問うものであり、具体的な対象について懐かしさを感じやすいかどうかを懐かしさ傾向として測定している。一方で、SNSは、「あなたはどのくらい、ノスタルジックな気持ちになりがちですか？」（Routledge et al., 2008；長峰・外山, 2019）といった項目例に表れているように、より広く日常生活における懐かしさの感じやすさを測定している。SNSは日本語版も作成され、十分な信頼性と構成概念妥当性のいくつかの側面の証拠が示されている（長峰・外山, 2019）。また、BNI, SNSともに個人的懐かしさの感じやすさを測定しているのに対し、歴史的懐かしさの感じやすさを測定する尺度として Holbrook and Schindler（1994）による尺度も存在している。なお、個人的懐かしさの傾向と歴史的懐かしさの傾向は独立とされている（Batcho, 2007）。BNI, SNSのいずれか、または両方を用いて、（個人的）懐かしさ傾向という個人特性に焦点を当てた様々な研究がこれまで行われているが（e.g., Batcho, 2007; Hepper et al., 2020; Routledge et al., 2008, 2011）、この懐かしさ傾向は懐かしさの喚起量と正に関連することも明らかになっている（Barrett et al., 2010; Cheung, Sedikides, & Wildschut, 2016）。

懐かしさに付随する感情の個人差

ここまで懐かしさの喚起と関連する個人差として懐かしさ喚起傾向について紹介してきたが、懐かしさ喚起に伴って生じる種々の感情についても個人差による調整が生じることが知られている。懐かしさは *bittersweet* と表現されるように、ネガティブ感情とポジティブ感情からなる相反感情（ambivalent emotion）とされている（Wildschut et al., 2006）。主観的幸福感と抑うつ傾向という異なる感情に関する個人特性は共に懐かしさの喚起量の高さと関連するが（小林・大竹, 2018）、両特性間で懐かしさと共起するネガティブ・ポジティブ感情の割合は異なる可能性があるだろう。実際に、心配傾向（Verplanken, 2012）、反すう（Garrido,

2018), レジリエンス (Wildschut, Sedikides, & Alowidy, 2019) といった個人特性によって懐かしさと共に生じる感情が異なることが報告されており, 懐かしさの喚起量が同程度であっても, その苦さ (bitter) と甘さ (sweet) の割合が個人特性によって異なることが知られている。これらの知見は, 懐かしさ喚起時の脳活動が懐かしさ傾向によって調整されることを示した Barrett and Janata (2016) とも一致している。この研究は音楽呈示による懐かしさを喚起した際の脳活動を測定し, 懐かしさ傾向が低い群は懐かしさを感じるほど報酬系や扁桃体の賦活が増加する一方で, 懐かしさ傾向が高い群には懐かしさを感じるほどこれらの領域の賦活は低下することが明らかにしている。この結果は, 懐かしさ傾向の高い群は懐かしさ喚起時にネガティブ感情を伴いやすく, 懐かしさ傾向の低い群は懐かしさ喚起時にポジティブ感情を伴いやすいと解釈されている (Barrett & Janata, 2016)。これに関連して, 楠見 (2015) は懐かしさに付随する感情のうち, ポジティブ感情とネガティブ感情のどちらが生じやすいのかという個人ごとの傾向性を懐かしさのポジティブ・ネガティブ傾向として概念化し, 測定する尺度を開発している (詳しくは楠見論文を参照)。懐かしさ傾向だけでなく, 懐かしさのポジティブ・ネガティブ傾向と懐かしさ喚起時の脳活動の関連を調べることで, 懐かしさ喚起の脳活動と個人差の関連をより詳細に理解できる可能性があるだろう。

また, 懐かしさが持つ様々な機能の背景として (懐かしさ喚起による) 楽観性や社会的繋がりの上向といったポジティブ感情に関連する要因の寄与が想定されているが (Sedikides et al., 2015), もし, 懐かしさ喚起に伴う感情の種類が個人によって異なるのであれば, 自ずと懐かしさ喚起による認知, 感情, 行動の変化も異なると考えられる。この点に関しても, 懐かしさ傾向 (Cheung et al., 2016), レジリエンス (Wildschut et al., 2019), Savoring (Biskas et al., 2018), 懐かしさのポジティブ・ネガティブ傾向 (楠見, 2015, 2021) が懐かしさの機能を調整することが明らかにされている。Savoring は個人的懐かしさの喚起量とも関連することが示されている (Biskas et al., 2018)。Savoring とは, 現在の経験に注意を向け「味わう」傾向とされるため (Bryant, 2009), 想起した懐か

しい経験をより「味わう」ことにより強い再体験感が生まれ, それがより強い懐かしさが生じさせたと考えられる (Biskas et al., 2018)。一方で, 懐かしさを喚起するネガティブ気分状態 (Wildschut et al., 2006) と関連する個人特性としてビッグファイブパーソナリティ (McCrae & Costa, 1987) の神経症傾向 (Neuroticism) があるが, 神経症傾向は懐かしさが持つポジティブな機能には影響しないことが示唆されている (Frankenbach et al., 2020)。このように, 喚起量だけでなく, 個人特性が懐かしさに付随する感情や懐かしさの機能にどのように影響するのかを詳細に調べることも個人特性と懐かしさの関連を明らかにする上では重要である。

懐かしさに関わる個人差のまとめと今後の展望

ここまで, 懐かしさの喚起に関して, 懐かしさの喚起量や懐かしさ喚起時に付随する感情に影響する様々な個人差要因を紹介してきた。特に, 懐かしさ傾向は最も多く研究で扱われた個人差要因であり, BNI では特定の対象に対する懐かしさの感じやすさ, SNS では日常的な懐かしさの感じやすさを主として測定し, 懐かしさ傾向としている。この懐かしさ傾向は懐かしさの喚起量と関連することが明らかにされてきた。懐かしさ傾向は主として日常生活における懐かしさの感じやすさや頻度を反映しているが, ある感情の感じやすさは敏感性として解釈した場合, 敏感性は必ずしも喚起時の強度 (喚起量) を予測するわけではないと考えられる。そのため, 懐かしさ傾向がなぜ懐かしさの喚起量の高さと関連するのかという疑問が生まれる。この点に関連して, 感情反応に対する反応性の高さと感情反応性 (emotion reactivity; Nock et al., 2008) という個人特性が知られている。感情反応性は個人における感情反応を敏感性 (sensitivity), 強度 (intensity), 持続時間 (persistence) の3因子から説明している (Nock et al., 2008)。感情反応性はネガティブ感情と精神疾患傾向との関連から研究が行われてきたが, 近年, ネガティブ感情とポジティブ感情それぞれに対する感情反応性として区別して概念化する試みが行われている (Becerra et al., 2019)。敏感性は強度や持続性と因子間相関を持つことが示されている。感情反応性と同様に, 懐かしさ傾向という

懐かしさの敏感性の背後に共通要因として懐かしさ反応性を仮定すれば、懐かしさ傾向が懐かしさの強度と関連することを説明できるのではないだろうか。さらに、懐かしさに影響する個人差要因として懐かしさの反応性を仮定することで、懐かしさと個人差の関連の理解が進む可能性がある。その際には、楠見（2015）によって提案されたポジティブ・ネガティブ懐かしさ傾向のように、懐かしさのポジティブ・ネガティブ反応性という異なる側面から懐かしさ反応性が仮定できるかどうかについても考慮すべきであろう。これらを踏まえて、今後の研究で懐かしさ感情の反応性に関して検討することが期待される。

ま と め

日常生活においても実験室環境においても懐かしさは様々なトリガーによって喚起される。本稿では、懐かしさの喚起するトリガーについて概観した上で、懐かしさ喚起の測定と調整要因としての個人差について論じた。懐かしさの喚起は、懐かしい出来事を想起するという ERT を利用して行われることが多いが、音楽や画像といった懐かしい刺激呈示も利用されてきた。これらの確立された手法を利用することで、実験的に懐かしさを十分に喚起できると考えられるが、様々な喚起法の特徴と限界を理解した上で喚起法を選択することが重要である。標的感情となる懐かしさが喚起されたかどうかを妥当性の高い方法で用いて測定することが必要であるが、これまでは質問紙、生理指標による懐かしさの測定が行われてきた。質問紙による測定が最も多くの研究で利用されている確立された測定法である。生理指標による懐かしさ状態の測定については研究の蓄積が必要な段階である。懐かしさ状態の間接的測定も今後期待される。懐かしさ傾向に代表される個人特性によって懐かしさ喚起の程度や喚起による変化（機能）が調整されることも明らかになっている。懐かしさ傾向については、懐かしさ傾向を懐かしさの敏感性と位置づけることで、懐かしさ反応性として総合的に理解できる可能性を提案した。このように、本稿では懐かしさの喚起とそれに関わる測定と個人差について論じてきたが、懐かしさの喚起を行う研究の関心は「懐かしさ」の特徴の理

解や機能の解明にある。したがって、喚起法や測定方法を超えて一般化された懐かしさに関する研究知見が今後蓄積されていくことを期待したい。

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*, 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. (1995). Nostalgia: A Psychological Perspective. *Perceptual and Motor Skills, 80*, 131–143.
- Batcho, K. I. (2007). Nostalgia and the emotional tone and content of song lyrics. *The American Journal of Psychology, 120*, 361–381.
- Batcho, K. I. (2020). When Nostalgia Tilts to Sad: Anticipatory and Personal Nostalgia. *Frontiers in Psychology, 11*, 1186. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01186>
- 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*, 236–244.
- Batcho, K. I., & Shikh, S. (2016). Anticipatory nostalgia: Missing the present before it's gone. *Personality and Individual Differences, 98*, 75–84.
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., DeWall, C. N., & Zhang, L. (2007). How Emotion Shapes Behavior: Feedback, Anticipation, and Reflection, Rather Than Direct Causation. *Personality and Social Psychology Review, 11*, 167–203.
- Becerra, R., Preece, D., Campitelli, G., & Scott-Pillow, G. (2019). The Assessment of Emotional Reactivity Across Negative and Positive Emotions: Development and Validation of the Perth Emotional Reactivity Scale (PERS). *Assessment, 26*, 867–879.
- Biskas, M., Cheung, W.-Y., Juhl, J., Sedikides, C., Wildschut, T., & Hepper, E. (2018). A prologue to nostalgia: savouring creates nostalgic memories that foster optimism. *Cognition and Emotion, 33*, 1–11.
- Brugnera, A., Adorni, R., Compare, A., Zarbo, C., & Sakatani, K. (2018). Cortical and Autonomic Patterns of Emotion Experiencing During a Recall Task. *Journal of Psychophysiology, 32*, 53–63.
- Bruyneel, L., Steenbergen, H. van, Hommel, B., Band, G. P. H., Raedt, R. D., & Koster, E. H. W. (2013). Happy but still focused: failures to find evidence for a mood-induced widening of visual attention. *Psychological Research, 77*, 320–332.

- Bryant, F. (2009). Savoring Beliefs Inventory (SBI): A scale for measuring beliefs about savouring. *Journal of Mental Health, 12*, 175–196.
- Cheung, W.-Y., Hepper, E. G., Reid, C. A., Green, J. D., Wildschut, T., & Sedikides, C. (2019). Anticipated nostalgia: Looking forward to looking back. *Cognition and Emotion, 34*, 511–525.
- Cheung, W.-Y., Sedikides, C., & Wildschut, T. (2016). Induced nostalgia increases optimism (via social-connectedness and self-esteem) among individuals high, but not low, in trait nostalgia. *Personality and Individual Differences, 90*, 283–288.
- Chirico, A., Ferrise, F., Cordella, L., & Gaggioli, A. (2018). Designing Awe in Virtual Reality: An Experimental Study. *Frontiers in Psychology, 8*, 2351.
- Chu, S., & Downes, J. J. (2002). Proust nose best: Odors are better cues of autobiographical memory. *Memory & Cognition, 30*, 511–518.
- Cox, C. R., Kersten, M., Routledge, C., Brown, E. M., & Enkevort, E. A. (2015). When past meets present: the relationship between website-induced nostalgia and well-being. *Journal of Applied Social Psychology, 45*, 282–299.
- Davidson, R. J. (1984). Affect, cognition, and hemispheric specialization. In C. E. Izard, J. Kagan, & R. B. Zajonc (Eds.), *Emotions, cognition, and behavior* (pp. 320–365). New York: Cambridge University Press.
- Davidson, R. J., Ekman, P., Saron, C. D., Senulis, J. A., & Friesen, W. V. (1990). Approach-withdrawal and cerebral asymmetry: Emotional expression and brain physiology I. *Journal of Personality and Social Psychology, 58*, 330–341.
- Ehrlichman, H., & Halpern, J. N. (1988). Affect and Memory: Effects of Pleasant and Unpleasant Odors on Retrieval of Happy and Unhappy Memories. *Journal of Personality and Social Psychology, 55*, 769–779.
- Fiorito, T. A., & Routledge, C. (2020). Is Nostalgia a Past or Future-Oriented Experience? Affective, Behavioral, Social Cognitive, and Neuroscientific Evidence. *Frontiers in Psychology, 11*, 1133.
- Frankenbach, J., Wildschut, T., Juhl, J., & Sedikides, C. (2020). Does Neuroticism Disrupt the Psychological Benefits of Nostalgia? A Meta-analytic Test. *European Journal of Personality*. Advance online publication.
- Gabriel, Y. (1993). Organizational nostalgia: Reflections on the golden age. In S. Fineman (Ed.), *Emotion in organizations* (pp. 118–141). London, UK: Sage.
- 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.
- Gravani, M., Soureti, A., & Stathi, S. (2018). Using nostalgia to reduce prejudice toward immigrants. *European Journal of Social Psychology, 48*, 168–174.
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotional Regulation: Conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation* (pp. 3–24). New York: NY: Guilford Press.
- Hepper, E. G., Ritchie, T. D., Sedikides, C., & Wildschut, T. (2012). Odyssey's end: Lay conceptions of nostalgia reflect its original homeric meaning. *Emotion, 12*, 102–119.
- Hepper, E. G., Wildschut, T., Sedikides, C., Robertson, S., & Routledge, C. D. (2020). Time capsule: Nostalgia shields psychological wellbeing from limited time horizons. *Emotion*. Advance online publication.
- Holbrook, M. B., & Schindler, R. M. (1994). Age, sex, and attitude toward the past as predictors of consumers' aesthetic tastes for cultural products. *Journal of Marketing Research, 31*, 412–422.
- Janata, P., Tomic, S. T., & Rakowski, S. K. (2007). Characterisation of music-evoked autobiographical memories. *Memory, 15*, 845–860.
- Juhl, J., Routledge, C., Arndt, J., Sedikides, C., & Wildschut, T. (2010). Fighting the future with the past: Nostalgia buffers existential threat. *Journal of Research in Personality, 44*, 309–314.
- Juhl, J., Wildschut, T., Sedikides, C., Xiong, X., & Zhou, X. (2020). Nostalgia promotes help seeking by fostering social connectedness. *Emotion*. Advance online publication.
- Kämpfe, J., Sedlmeier, P., & Renkewitz, F. (2011). The impact of background music on adult listeners: A meta-analysis. *Psychology of Music, 39*, 424–448.
- 川口 潤 (2011) ノスタルジアとは何か—記憶の心理学研究から *JunCture, 2*, 54–61.
- 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.
- 小林正法・真田原行・片山順一・大竹恵子 (2018) ノスタルジア状態の生理的特徴 第81回日本心理学会大会 (2A-075).
- Kop, W. J., Synowski, S. J., Newell, M. E., Schmidt, L. A., Waldstein, S. R., & Fox, N. A. (2011). Autonomic nervous system reactivity to positive and negative mood induction: The role of acute psychological responses and frontal electrocortical activity. *Biological Psychology, 86*, 230–238.
- 楠見 孝 (編) (2014a) なつかしさの心理学：思い出と感情 誠信書房.
- 楠見 孝 (2014b) なつかしさ経験に及ぼす加齢の影響：ノスタルジアとの差異の検討と傾向尺度の作成 日本社会心理学会第55回大会発表論文集, 106,

- 北海道大学。
- 楠見 孝 (2015) なつかしさをポジティブ-ネガティブ傾向性とトリガー：孤独感と幸福度に及ぼす影響 日本社会心理学会第56回大会発表論文集，東京女子大学。
- 楠見 孝 (2021) なつかしき傾向性と加齢がなつかしきの機能に及ぼす影響 日本認知心理学会第18回大会，金沢工業大学。
- Levenson, R. W. (2014). The Autonomic Nervous System and Emotion. *Emotion Review*, 6, 100–112.
- Marci, C. D., Glick, D. M., Loh, R., & Dougherty, D. D. (2007). Autonomic and prefrontal cortex responses to autobiographical recall of emotions. *Cognitive, Affective, & Behavioral Neuroscience*, 7, 243–250.
- Matsunaga, M., Bai, Y., Yamakawa, K., Toyama, A., Kashiwagi, M., Fukuda, K., ... Ohira, H. (2013). Brain-Immune Interaction Accompanying Odor-Evoked Autobiographic Memory. *PLoS One*, 8, e72523.
- McCrae, R. R., & Costa, P. X., Jr. (1987). Validation of the five-factor model of personality across instruments and observers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 81–90.
- Mellers, B. A., & McGraw, P. A. (2001). Anticipated Emotions as Guides to Choice. *Current Directions in Psychological Science*, 10, 210–214.
- 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.
- Nock, M. K., Wedig, M. M., Holmberg, E. B., & Hooley, J. M. (2008). The Emotion Reactivity Scale: Development, Evaluation, and Relation to Self-Injurious Thoughts and Behaviors. *Behavior Therapy*, 39, 107–116.
- Oba, K., Noriuchi, M., Atomi, T., Moriguchi, Y., & Kikuchi, Y. (2015). Memory and reward systems coproduce ‘nostalgic’ experiences in the brain. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 11, 1069–1077.
- 大平英樹 (2017) 生理心理学の歴史 坂田省吾・山田登美雄 (編) 生理心理学と精神生理学 第1巻 基礎 (pp. 9–15.) 北大路書房。
- Orne, M. (1962). On the social psychology of the psychological experiment: With particular reference to demand characteristics and their implications *American Psychologist*, 17, 776–783.
- Quigley, K. S., & Barrett, L. F. (2014). Is there consistency and specificity of autonomic changes during emotional episodes? Guidance from the Conceptual Act Theory and psychophysiology. *Biological Psychology*, 98, 82–94.
- Quirin, M., Kazén, M., & Kuhl, J. (2009). When nonsense sounds happy or helpless: The Implicit Positive and Negative Affect Test (IPANAT). *Journal of Personality and Social Psychology*, 97, 500–516.
- Reid, C. A., Green, J. D., Wildschut, T., & Sedikides, C. (2014). Scent-evoked nostalgia. *Memory*, 23, 157–166.
- 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.
- Routledge, C., Arndt, J., Wildschut, T., Sedikides, C., Hart, C. M., Juhl, J., ... Schlotz, W. (2011). The past makes the present meaningful: Nostalgia as an existential resource. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101, 638–652.
- Routledge, C., Wildschut, T., Sedikides, C., & Juhl, J. (2013). Nostalgia as a Resource for Psychological Health and Well-Being. *Social and Personality Psychology Compass*, 7, 808–818.
- Schacter, D. L., Benoit, R. G., & Szpunar, K. K. (2017). Episodic future thinking: mechanisms and functions. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 17, 41–50.
- Sedikides, C., & Wildschut, T. (2018). Finding meaning in nostalgia. *Review of General Psychology*, 22, 48–61.
- Sedikides, C., Wildschut, T., Routledge, C., Arndt, J., Hepper, E. G., & Zhou, X. (2015). To nostalgize: Mixing memory with affect and desire. *Advances in Experimental Social Psychology*, 51, 189–273.
- 下田俊介・大久保暢俊・小林麻衣・佐藤重隆・北村英哉 (2014) 日本語版 IPANAT 作成の試み 心理学研究, 85, 294–303.
- Song, Y., Jordan, J. I., Shaffer, K. A., Wing, E. K., McRae, K., & Waugh, C. E. (2018). Effects of incidental positive emotion and cognitive reappraisal on affective responses to negative stimuli. *Cognition and Emotion*, 33, 1–14.
- Stephan, E., Sedikides, C., & Wildschut, T. (2012). Mental travel into the past: Differentiating recollections of nostalgic, ordinary, and positive events. *European Journal of Social Psychology*, 42, 290–298.
- Stephan, E., Wildschut, T., Sedikides, C., Zhou, X., He, W., Routledge, C., ... Vingerhoets, A. (2014). The mnemonic mover: Nostalgia regulates avoidance and approach motivation. *Emotion*, 14, 545–561.
- Stern, B. B. (1992). Historical and Personal Nostalgia in Advertising Text: The Fin de siècle Effect. *Journal of Advertising*, 21, 11–22.
- Suddendorf, T., & Corballis, M. C. (2007). The evolution of foresight: What is mental time travel, and is it unique to humans? *Behavioral and Brain Sciences*, 30, 299–313.
- Takano, R., & Nomura, M. (2020). Awe liberates the feeling that “my body is mine.” *Cognition & Emotion*, Advance online publication.
- 手塚洋介 (2017) ネガティブ感情の精神生理学 片山順一・鈴木直人 (編) 生理心理学と精神生理学 第II巻 基礎 (pp. 3–13.) 北大路書房。
- Trost, W., Ethofer, T., Zentner, M., & Vuilleumier, P. (2012). Mapping Aesthetic Musical Emotions in the Brain.

- Cerebral Cortex*, 22, 2769–2783.
- Tulving, E. (2002). Episodic Memory: From Mind to Brain. *Annual Review of Psychology*, 53, 1–25.
- Turner, R. N., Wildschut, T., & Sedikides, C. (2012). Dropping the weight stigma: Nostalgia improves attitudes toward persons who are overweight. *Journal of Experimental Social Psychology*, 48, 130–137.
- Turner, R. N., Wildschut, T., & Sedikides, C. (2018). Fighting ageism through nostalgia. *European Journal of Social Psychology*, 48, 196–208.
- Turner, R. N., Wildschut, T., Sedikides, C., & Gheorghiu, M. (2013). Combating the mental health stigma with nostalgia. *European Journal of Social Psychology*, 43, 413–422.
- Van Tilburg, W. A. P., Igou, E. R., & Sedikides, C. (2013). In Search of Meaningfulness: Nostalgia as an Antidote to Boredom. *Emotion*, 13, 450–461.
- Van Tilburg, W. A. P., Sedikides, C., & Wildschut, T. (2018). Adverse Weather Evokes Nostalgia. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 44, 984–995.
- Verplanken, B. (2012). When bittersweet turns sour: Adverse effects of nostalgia on habitual worriers. *European Journal of Social Psychology*, 42, 285–289.
- Visch, V. T., Tan, E. S., & Molenaar, D. (2010). The emotional and cognitive effect of immersion in film viewing. *Cognition & Emotion*, 24, 1439–1445.
- Wildschut, T., Sedikides, C., Arndt, J., & Routledge, C. (2006). Nostalgia: Content, Triggers, Functions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91, 975–993.
- Wildschut, T., Sedikides, C., & Alowidy, D. (2019). Hanin: Nostalgia among Syrian refugees. *European Journal of Social Psychology*, 49, 1368–1384.
- Wildschut, T., Sedikides, C., Routledge, C., Arndt, J., & Cordaro, F. (2010). Nostalgia as a Repository of Social Connectedness: The Role of Attachment-Related Avoidance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98, 573–586.
- Zeelenberg, M. (1999). Anticipated Regret, Expected Feedback and Behavioral Decision Making. *Journal of Behavioral Decision Making*, 12, 93–106.
- Zentner, M., Grandjean, D., & Scherer, K. R. (2008). Emotions Evoked by the Sound of Music: Characterization, Classification, and Measurement. *Emotion*, 8, 494–521.
- Zhou, X., Sedikides, C., Wildschut, T., & Gao, D. (2008). Counteracting Loneliness: On the restorative function of nostalgia. *Psychological Science*, 19, 1023–1029.
- Zhou, X., Wildschut, T., Sedikides, C., Chen, X., & Vingerhoets, A. J. J. M. (2012). Heartwarming Memories: Nostalgia Maintains Physiological Comfort. *Emotion*, 12, 678–684.

— 2020. 9. 30 受稿, 2021. 3. 2 受理 —