

書評 M. Stolarski・N. Fieulaine・W. Van Beek 編 『時間的展望 概観、研究及び応用』

Book Review of "Time perspective theory; review, research and application." Edited by M. Stolarski・N. Fieulaine・W. Van Beek

田 中 健太郎
TANAKA Kentaro

要旨

本稿が扱う書籍は、Zimbardo & Boyd (1999) のいう「時間的展望 (time perspective)」の研究史と研究動向、その応用に関する論文集である。時間的展望とは、いわゆる見通しを指す概念である。Zimbardo らは、Zimbardo Time Perspective Inventory の 5 つの因子、すなわち、過去－否定的、現在－快楽的、未来指向的、過去－肯定的と現在－運命的という因子から時間的展望の説明を試みている。本書は、非行少年や犯罪者の自立更生支援において、たとえば、彼／彼女らの時間的展望に着目すべきことなど、多くの示唆を得ることができる論文集である。

1. 目的

「時間的展望 (time perspective)」とは、「いわゆる ‘みとおし’ を指す」(白井, 1997, p.1) 概念である。時間的展望の最も一般的な定義は、Lewin (1951) が示した、ある一定時点における個人の心理学的過去及び未来についての見解の総体である(都筑・白井, 2007) が、個々の研究者が微妙なニュアンスの違いを含みながらこれに類似した用語を使ってきた(都筑, 1999) とされる。都筑・白井 (2007) は、複数の時間的展望の定義(たとえば、Hultsch & Bortner (1974) の現時点で知覚された地位との関連における過去及び未来の総体)を示しながら、時間的展望には、少なくとも、認知的な側面、感情・評価的な側面、欲求・動機的な側面が含まれていると論じている。

このような時間的展望について、Zimbardo & Boyd (1999) は、個人的な経験と社会的な経験の一連の流れが、時間的なカテゴリー又は時間の枠組みに割り当てられる、しばしば無意識的なプロセスであり、出来事が順序立たされ、一貫性を持たされ、意味づけられることに役立つものと定義した(第1章)。そして、Zimbardo らは、その時間的展望を、Zimbardo Time Perspective Inventory の 5 つの因子、すなわち、過去－否定的 (Past-Negative)、現在－快楽的 (Present-Hedonistic)、未来指向的 (Future)、過去－肯定的 (Past-Positive) と現在－運命的 (Present-Fatalistic) という因子から説明を試みようとしており(第2章)、この点に特徴がある。Stolarski ら編の『時間的展望 概観、研究及び応用』^{注1}(以下、本書)は、時間的展望、特に Zimbardo & Boyd (1999) の定義する時間的展望の成り立ちや先行研究をレビューするとともに、その時間的展望という概念の臨床場面への応用について論じた論文集である。

本書各章や都筑・白井 (2007) において示されるように、時間的展望は、人の発達や動機づけとの関係、また、うつ病の治療法への応用などについて研究されている。また、非行少年や犯罪者を対象とした研究においても応用されている(小宮山ら, 1976; Shirai, 2000; Teuscher & Mitchell, 2011)。非行少年や犯罪者の時間的展望、特に将来のとりえ方に

関する研究は、彼／彼女らの自立更生支援に特に有用である。自立更生支援とは、非行少年や犯罪者が将来犯罪行為をしないことを目指す働きかけであり、自立更生支援に携わる人には、彼／彼女らの将来のとりえ方を踏まえた対応が求められるためである。非行少年などへの自立更生支援は犯罪の少ない社会の実現につながり得るものであり、その意味で非行少年などの時間的展望に関する研究は、社会的意義が大きいといえよう。

以上を踏まえ、本稿においては、本書の概要を紹介し、非行少年や犯罪者の自立更生支援の観点も含め、本書の学術的意義を位置づけることとする。

2. 本書の概要

本書は 32 の章から構成されている。

第 1 章は、Stolarski, Fieulaine, & Van Beek『時間的展望理論：導入』^{注2}である。Stolarski らは、心理学における時間のとりえ方の研究の歴史的経緯を整理し、また、先述の Zimbardo & Boyd (1999) が時間的展望を研究するに至った経緯とその具体的な内容を概説する。

Stolarski らによれば、古来、人は時間の測定を試みて人生の長さを知り、そして、限定的存在で必滅である自己と、神や永遠の無限性とを比較しようとするに至ったことが、人が時間について考え始める契機となった。そして、1890 年の James の著作『心理学の原則 (The Principles of Psychology)』内にある「時間感覚 (The perception of Time)」という概念を挙げ、これが示された頃に時間のとりえ方を扱う心理学的研究が出始めたと論ずる。また、1957 年の Fraisse の著作『時間の心理学 (The Psychology of Time)』が、時間の本質や機能の徹底的な探求を試みた最初の心理学的研究であるとする。しかし、Stolarski らは、時間的展望は、これらの流れとは異なる経緯で研究され始めたという。すなわち、1940 年前後に Lewin が提唱した「場の理論」が時間的展望研究の基礎となり、その後、1985 年に Nuttin & Lens がその著作『将来の時間的展望と動機付け (Future Time Perspective and Motivation)』において、将来を考えることが動機付けの主な根源だとする主張を契機に、時間的展望研究が発展し、本書各章に上げられるような諸研究につながったと言う。(なお、場の理論とは、人の全ての行動は、その人自身の人格と環境から構成される心理学的な「場」に基づいて生じるとするものである (Lewin, 1951)。Lewin (1951) は、ある一定時間の心理学的な「場」には、その人の過去への見解という意味での心理学的な過去や、その人の未来への希望という意味での心理学的な未来が同時に存在していると述べ、これらも人の行動を方向付ける要素であるとした。) また、Stolarski らは、Zimbardo & Boyd (1999) が、個人的な経験と社会的な経験の一連の流れが、時間的なカテゴリー又は時間の枠組みに割り当てられる、しばしば無意識的なプロセスであり、出来事が順序立たされ、一貫性を持たされ、意味づけられることに役立つもの、と定義したと言う。

第 2 章は、Zimbardo & Boyd『見通しに時間を据える：正当で信頼性のある個人差を測定する尺度』^{注3}である。Zimbardo らは、Zimbardo & Boyd (1999) の時間的展望の尺度である「ZTPI (Zimbardo Time Perspective Inventory)」を紹介する。ZTPI は、先述のように、過去－否定的、現在－快楽的、未来指向的、過去－肯定的と現在－運命的の 5 つの因子からなる。そして、(a) 過去－否定的な時間的展望が強い人は、常にネガティブで過去を嫌悪しているため、不幸又はトラウマ的な出来事はそのまま、良い出来事又は悪いと良いの両者の意味のある出来事はネガティブな出来事としてとらえがちであるという。(b) 現在

一快楽的な時間的展望が強い人は、享樂的でリスクのある行動をとり、楽観的であって、衝動性が高く、自己の行動に起因する結果への関心が低いとする。(c) 未来志向的な時間的展望が強い人は、基本的に将来指向的であり、将来の目標や報酬を得るための努力ができる。(d) 過去一肯定的な時間的展望が強い人は、温厚で、過去に感傷的な態度を取りがちである。そして、(e) 現在一運命的な時間的展望が強い人は、将来は運命づけられていて個人の努力では変更されないが、運命の慈悲による気まぐれのもとにあるので、忍耐を持ち続けるべきだ、と考えがちである。加えて、Zimbardo らは、ZTPI を用いた実証研究として、小児がん患者や乳がん患者、HIV 感染者、睡眠に問題のある人、空軍士官学校の生徒、ホームレスを対象としたものをレビューしている。

第3章は、Stolarski, Wiberg, & Osin『時間的な調和の評価：バランスの取れた時間的展望という課題』^{注4}である。Stolarski らによれば、Zimbardo & Boyd (1999) は、個人の置かれた状況やその資源、個人又は社会の評価に応じて、過去、現在又は未来への指向性を柔軟に切り替えられることを、「バランスの取れた時間的展望 (BTP: balanced time perspective)」があると定義したという。しかしながら、Stolarski らは、BTP について、個人の心理的・身体的健康の維持に関連するものとして複数の研究が行われたものの、その全体像は未解明だと指摘している。

第4章は、Van Beek & Kairy『時間的展望と死後の世界のとらえ方』^{注5}である。Van Beek らは、仏教、キリスト教、ユダヤ教、ヒンズー教、イスラム教の死生観を示すとともに、死生観の心理学的研究の動向を概説する。そのうえで、時間的展望研究では、死生観をも統合した理論構築が必要であるという。しかし、死生観には文化差があるうえ、研究対象の尊厳を守る必要性から研究自体が困難であるため、死生観について更に慎重な検討を要すると述べている。

第5章は、Carelli, Wiberg, & Åström『時間的展望の側面の拡張：将来悲観の時間的展望』^{注6}である。Carelli らによれば、将来の時間的展望について、心理学では、当初、幸福につながるポジティブな面のみに関心が集まっていたものの、心身の不調につながるネガティブな面も併存していることが明らかにされてきたという。そこで、Carelli らは、第2章で示された ZTPI にネガティブな質問項目を加えた尺度を開発した。そして、将来の時間的展望の調査研究には、ポジティブな面とネガティブな面双方への着目を要すると結論づけている。

第6章は、Kairys & Liniauskaitė『時間的展望とパーソナリティ』^{注7}である。Kairys らによれば、パーソナリティに関する諸理論の中で研究者から一定の支持を受けているものは、Matthews, Deary, & Whiteman (2003) の Big Five/Five Factor model であるという。そして、この理論と時間的展望とを比較検討し、次の2点を論じる。すなわち、時間的展望は、(a) 詳細は未解明ながら、パーソナリティと区分可能で、かつ、パーソナリティとは一定の関係を持つ概念であること（具体的には、たとえば、楽観的なパーソナリティを持つ人と未来志向的な時間的展望を持つ人について、パーソナリティと時間的展望という別概念に基づく説明が可能であって、かつ、それらの概念は相互に関係すること）、そして、(b) 更なる研究を要するが、パーソナリティ同様に、人の行動や感情その他の心理的な現象を説明できる安定した概念であることの2点である。

第7章は、Mello & Worrell『過去と現在、未来：思春期の時間的展望の理論モデル』^{注8}

である。Mello らによれば、時間的展望は、過去、現在及び未来という時間の区分けと複数の次元、すなわち、時間的態度（time attitudes）、時間的指向性（time orientation）、過去・現在・未来相互の関係（time relation）、時間を意識する範囲や長さ（time frequency）及び過去・現在・未来の意味づけ（time meaning）から構成されるという。また、Mello らは、思春期以後の成長に伴う時間的展望の各次元の変化に関する研究をレビューし、成長過程において、少なくとも時間的展望の各次元が変化することが示されたと述べる。

第8章は、Husman, Brem, Banegas, Duchrow, & Haque『学習と将来展望：将来の約束—現在における報酬』^{注9}である。Husman らは、生徒の学習への動機付けの研究を通じ、時間的展望は、「時間の泡（time bubble）」という構造でとらえられると述べる。ある人がある時点で中心にいと仮定したとき、左右に現在の出来事を見ながら、前方に未来を、後方に過去を見据えることができ、しかも、それらは関連しあうので、全体として泡のような構造になるという。そして、その構造の大小は、個々人の（a）現在の活動が将来の目標につながっているという感覚、（b）目標に置く重要性の程度、（c）目標達成までの距離感及び（d）目標達成までの速さの感覚から決められるとする。そして、この考え方を生徒の学習への動機付けを高める場面に応用する方法として次の2点を挙げる。一つは、非行へのリスクのある生徒に、将来の時間的展望をどう伸ばし、どう成績を上げるかの具体的な道筋を示すこと、もう一つは、リスクの有無を問わず、生徒に現在の学習が将来にいかに関与するかを示すことである。

第9章は、Maglio, Trope, & Liberman『時間的展望から、心理学的な距離へ（そして後退）』^{注10}である。Maglio らは、（a）時間、（b）地理的な位置、（c）社会的な距離及び（d）実現可能性の4要素が、心理学的な意味での距離の感覚を決定づけ、相互に影響し合い個人の行動決定を左右するという。そして、諸研究をレビューし、広い意味では、この心理学的な距離が時間的展望を形作っていると結論づけている。

第10章は、Dunkel & Kruger『時間的展望の進化論的な心理学』^{注11}である。Dunkel らは、MacArthur & Wilson（1967）が基本的概念を示し、Promislow & Harvey（1990）が概念を拡張した、種々の環境上の制約に基づく資源の割り当てによって個々人の違いを説明しようとする「Life History theory」に注目する。この理論によれば、（a）比較的資源に乏しい環境にある人は、短い人生観のもとで無制限の生殖行動をとって子孫への投資をしないような生存戦略を持ち、（b）豊かな資源のある人は、長期的な人生観のもとで制限的な生殖行動をとって子孫への手厚い投資をするような生存戦略を持つという。Dunkel らによれば、たとえば、これらの生存戦略の違いは、未来志向的な時間的展望を持つか、現在快楽的な時間的展望を持つかの差異から説明できるという意味で、Life History theory と時間的展望とは相互に密接な関係にあると論じている。

第11章は、Sircova, Vijver, Osin, Milfont, Fieulaine, Kislali-erginbilgic, Zimbardo, & 54 members of the International Time Perspective Research Project『時間的展望の文化的側面』^{注12}である。Sircova らは、第2章で示された ZTPI を一部改変した尺度を、24か国の調査協力者に実施した。その結果、ZTPI の示す時間的な指向性に文化差が見られず、ZTPI は、時間的展望の尺度として最も適していると論ずる。

第12章は、Leivine『時間の保持』^{注13}である。Leivine は、社会心理学的見地から、時間のとらえ方には、人口上や経済上、環境上の特徴に基づいた国家差や文化差があるとい

う。このことは、時間のとらえ方の個人差に着目する時間的展望とは異質であるようにもとらえられるが、実は、Lewin (1951) の場の理論によって矛盾なく説明できると述べる。先述のように、場の理論は、自己の環境も含む（また、その人の心理的な過去や現在、未来を含む）心理学的な場が、個人のふるまいを決定すると論ずるため、個人の時間のとらえ方に文化差などの環境による違いが生じることを説明できるのである。

第13章は、Jones & Leitner『サンコファ効果：黒人と白人の、過去について考察する際の差異』^{注14}である。Jonesらは、「未来に備えるために過去を見よ」を意味するガーナの言葉のサンコファ (Sankofa) を用いて、アフリカ大陸の黒人に広く見られる、過去の人生のとらえ方が現在や未来の人生のとらえ方に比べて重視され、それが将来への思考や感覚に影響を与えていることを「サンコファ効果」と名付けた。そして、たとえば、人種差別という事象でいえば、黒人は、過去から今も引き続いていて、より状況が悪化しているのとらえがちである一方、白人は、過去の状況と対比し現在は以前よりはましだととらえがちであると論じる。

第14章は、Fieulaine & Apostolidis『時間的な地平の不安定さ：どのように貧困と社会の不安定さが、個人の時間的展望を形成するか』^{注15}である。Fieulaineらは、複数の実証研究を示しながら、時間的展望は、個人の時間的な経験によって形成されるとしつつ、時間的展望の内容に個人の社会的地位が深く関連すると論じている。たとえば、社会的な地位が低い者は、先が見えない生活を強いられ、将来を指向しづらくなるという。

第15章は、Carelli & Olsson『時間的展望の神経の連関』^{注16}であり、ここでは、脳神経を画像化して行う諸研究と時間的展望との関係が論じられている。Carelliらは、第2章で示された ZTPI を一部省略した S-ZTPI を被験者に実行させながら fMRI 装置で脳神経の活動状況を調べる実験を行った。その結果、S-ZTPI が、脳神経の中の時間に関連する組織を刺激し、かつ、過去・現在・未来ごとに異なるエリアの神経が関係していたという。そして、Zimbardo らの時間的展望の有効性を、脳神経の活動から証明できると結論づけている。

第16章は、Zajenkowski, Carelli, & Ledzińska『時間的展望における認知の過程』^{注17}である。Zajenkowskiらは、時間的展望に関する複数の量的研究を紹介し、次の4点が明らかとなったと述べる。すなわち、(a) 第2章で示された ZTPI の因子の現在一運命的な時間的展望は、知性と負の相関を持ち、同因子である未来指向的な時間的展望は、総合的に能力が高い者に見られる傾向にあること、(b) リスクを取る傾向は時間的な指向性に関係すること、(c) ワーキングメモリーの発達程度が時間的な指向性の内容を強く示唆すること、(d) 時間的展望はメタ認知能力や知識、経験と相関関係にあり、そこから、時間的展望はメタ認知のプロセスから形成される（又はその結果として形成される）と推測できることである。

第17章は、Arnold & Szpunar『時間的展望の差異が将来のシミュレーションの差異を预言する』^{注18}である。Arnoldらは、Tulving (1985) の「想起意識 (Autonoetic Consciousness)」、すなわち、精神的に過去の出来事を生き生きと再体験したり将来の出来事を生き生きと事前に体験したりする意識を紹介する。そして、想起意識と時間的展望との関係では、将来のとらえ方の差異が、想起意識の強度の違いを強く示唆することを論じる。また、想起意識は、個人に精神的な過去又は未来の体験を生み出し、その生み出された体験への個人の解釈と相まって、人の行動選択に影響を与えるとも述べる。

第18章は、Matthews & Stolarski『個人の時間的展望の発達と変動における感情面のプロセス』^{注19}である。Matthewsらは、時間的展望と感情とは深い関係を有すると主張する。たとえば、後悔や悲しみ、苦痛が、第2章で示されたZTPIの因子である過去－否定的な時間的展望を構成するなど、Zimbardoらの時間的展望の種類は、典型的な感情と連関していると論じる。そして、その連関は、認知による評価の偏り、自己意識と自動思考との関係、将来の結果への期待についてのワーキングメモリーの利用など、認知理論から説明できるだろうという。

第19章は、Seginer & Lens『将来の時間的展望将来の方向の動機上の特性：違うアプローチ・違う文化』^{注20}である。Seginerらは、動機付けと時間のとらえ方についての概念である、(a) Lens (1986)などが提唱する概念のFuture time perspectiveの研究と(b) Seginer (1988)などが提唱する概念のFuture orientationの研究とを比較する。Seginerらによれば、Future time perspectiveは、期待する未来をその人の心理学的現在に統合したものであり、どの程度先の未来のことを考えているかという長さ、何を未来に期待しているかという内容によって形成されるという。一方、Future orientationは、将来への期待のみならず恐れも含み、教育や仕事、家族といった人生における一定の領域についての未来のとらえ方を想定する概念だとする。そして、Future orientationとは、それらの領域の将来に対する現時点の評価が、各領域への期待や恐れを引き起こし、その期待や恐れが、各領域に関する情報収集や計画策定につながる（又は、現時点の評価から直接情報収集・計画策定につながる）という構造を想定する概念だと説明する。換言するならば、前者は主に将来に抱く理想によって形成され、後者は、前者に比べてより現実的な未来のとらえ方によって形成される。そのうえで、たとえば、学習や学校教育について考える場合、前者の研究では量的研究によって学習行為に着目しようとするという。一方、後者の研究では質的研究によって学力の到達度に着目しようとする点や、前者の研究では目標の内容が自身の動機の性質を左右する一方、後者の研究では動機の性質自体を直接調べようとする点に差異があると論ずる。

第20章は、Díaz-Morales & Ferrari『遅延しがちな人に、より時間を：時間的展望の役割』^{注21}である。Díaz-Moralesらによれば、西洋文化では、通常、長期的展望のもとに行動できる人が評価され、展望に欠いて判断を後回しにする人は評価されず、両者の差異はその意志から生じると考えられがちだという。Díaz-Moralesらは、両者の差異は時間的展望に起因するとし、関連の先行研究をレビューする。しかしながら、判断を後回しにしがちな人については相反する研究結果、すなわち、(a) 将来展望に欠き、現在享樂的で過去否定的だとする研究のみならず、(b) 過去肯定的だとする研究や現在運命的だとする研究があり、その十分な理解には更なる時間を要すると結論づけている。

第21章は、Zaleski & Przepiórka『目標達成には時間的展望が必要』^{注22}である。Zaleskiらは、目標に関する複数の研究から、目標の達成には、目標設定のみならず、その達成への動機付けを要することが明らかになったとする。また、目標それ自体が本質的に時間的要素を含むゆえに、目標設定と時間的展望との間には関連があるという。つまり、目標は、設定時点よりも時間的に後に置かれるものであるため、人は、目標設定に際して、自然と将来の認識と過去の経験の記憶とを想起することとなり、ここに時間的展望との関連が生じるとする。そして、Zaleskiらは、この観点から、目標設定は、その後の行動を調整す

る働きを持っているといえると結論づけた。

第22章は、Hall, Fong, & Sansone『健康上の振る舞いや病気への介入状態の指標としての時間的展望』^{注23}である。Hallらは、時間的展望と健康維持のための諸活動（たとえば、ダイエットなど）との関係についての複数の実証研究を示す。そして、より長期的な将来志向を持つ者がより低いBMI（Body Mass Index）にあることによって、長期的な将来志向が、健康維持のための諸活動の実施を促すことが示されたと述べている。

第23章は、Klicperová-Baker, Košťál, & Vinopal『消費者の行動における時間的展望』^{注24}である。本稿は、時間と経済との関係の研究史をレビューする。たとえば、最近チェコ共和国で行われた実証研究では、将来志向のある人は、他の時間的展望の人に比べて、より多く貯蓄し、より早くローンを返済する傾向にあることが示されたという。そして、将来を無視しがちな現在の動向（たとえば、経済も政策も短絡的な視点で立案されていること、企業が、判断能力のより低い若年者をターゲットにして収益を得ようとしていること）を問題点として指摘し、長期的視野のある成熟した思考の必要性を訴えている。

第24章は、Milfont & Demarque『現在のレンズから環境問題を理解する：現在の問題と個人の違い』^{注25}である。Milfontらは、環境問題には小さな要因の蓄積から悪い結果が生じ、原因と結果出現との間に長時間を要する特徴があると述べる。また、個人の行動は、その時間的展望に大きく左右されるため、環境問題の解決への熱心さも、個人の時間的展望に影響されるという。そして、環境問題の解決には、(a) 個人と集団の利益の社会内での調整及び (b) 短期的利益と長期的利益の個人内での調整が必要であり、将来展望を持つことが環境問題の解決への手がかりになると結論づけている。

第25章は、Martinez & Fieulaine『時間とはみ出し者：説得できるコミュニケーションにおける、時間的なフレーミングと準備』^{注26}である。Martinezらは、たとえば、宿題や定期的な運動のように、取り組む時点ではコストが発生するが、利益は将来に遅延して生じる物事が存在すると述べる。そして、他者をそのような物事に取り組みさせるための、広報などのコミュニケーションを説得的にする戦略を、時間的展望の観点から論じている。具体的には、現在指向の強い人の例として薬物使用者を挙げ、成果が遅延して生じる物事へのとらえ方次第で、長期的な先を見据えた持続的な行動をとるか否かが変わると述べる。そして、ある人に持続的な行動をとるようコミュニケーションを図る場合、(a) その行動で得られる利益を強調するか、(b) その行動をしないことで生じる損失の予防を強調するか、の2つの戦略があり得るが、前者の方がより説得的に相手方に受けとめられるとする実証研究があるという。加えて、薬物使用に走る人は、現在指向が強く、すなわち、短期的利益を求め長期的利益を求めない傾向があるため、たとえば、今頑張れば後で良いことがあるというコミュニケーションは効果を生みにくいと論ずる。そこで、Martinezらは3つの方法を示す。まず、(a) その人の時間的展望の傾向に合わせ、短期的に利益又は損失予防が得られることを強調することを挙げる。ただし、一般的に、短期で利益を得られる事象が世の中に少なく、かつ、その人の現在指向的な時間的展望をより強固にしてしまうため、効果は限定的であるという。次に、(b) 長期的な将来展望を教育すること、さらに、(c) コミュニケーションの相手方の時間のとらえ方が受け入れられ、価値を見出されていると感じさせることで、相手方の気分がより安定し、コミュニケーションにより敏感になり、相手方の時間的展望上は受け入れがたいことも受け止めやすくなるように促すことを挙げ

ている。

第26章は、Cunningham, Zhang, & Howell『時間的展望と主観的な幸福：並行した筋道の枠組み』^{注27}である。Cunninghamらによれば、幸福の指標と利益を明らかにするものとして、主観的な幸福に関する研究が急速に広がりを見せており、この分野の研究では、過去・現在・未来の受けとめが重要な役割を果たすと考えようになっているという。そして、実証研究の結果、時間的展望は、(a) 過去をどう解釈し未来をどう期待するかに直接影響するという方向と、(b) 間接的に、生活環境を決定づけるふるまいに影響するという方向から、主観的な幸福に影響すると結論づけている。

第27章は、Holman『時間的展望と社会関係：ストレスと、ストレスコーピングの観点から』^{注28}である。Holmanは、PTSD（Post Traumatic Stress Disorder）は単に個人の経験からではなく、社会的孤立の中で起き、また、人生の否定的なイベントの受け止め方も人間関係に影響されるという。加えて、たとえば、不適切な養育を受けた人は、高度な過去否定的時間的展望を持つに至るという研究や、トラウマ的な出来事は、被害者の時間的展望をゆがめて、過去の出来事に執着させるか、未来への感覚を短くするという研究があるなど、他者との関係や社会内での出来事が時間的展望の形成に影響を与えると述べる。そして、3つの実証研究を示し、たとえば、サポートティブな関係が過去肯定的な時間的展望や将来展望をより強めることを示す。

第28章は、Bitti, Zambianchi, & Bitner『時間的展望とポジティブな加齢』^{注29}である。Bittiらによれば、先進国の高齢化が進む中、心理学においては、ポジティブな加齢（positive aging）への関心が高まっており、ポジティブな加齢に関する複数の研究が、時間的展望に関連するという。そして、より幸せな高齢者とは、(a) 過去を、ポジティブなアイデンティティの基礎を構成し、かつ、ポジティブな方向の考え方を提供するための、経験や知識であるにとらえ、(b) 現在を、人間関係をより豊かにしてくれる時間にとらえ、そして、(c) 未来を、人生全体に開かれたものだととらえることができる人であると結論づけている。

第29章は、Boniwell & Osin『時間的展望の訓練』^{注29}である。Boniwellらによれば、(a) 世の中には時間管理能力の向上に関する多数の著作があるものの、実証研究に乏しく、(b) なされた実証研究は、その能力向上をうたう種々の訓練にほぼ効果がないとしているという。そこで、筆者らは、たとえば、過去否定的な時間的展望を持つ人に「過去の経験から学ぶことは何かないか」や「同じ経験をした人にあなたから助言できることはないか」を問いかけるような、クライアントの持つ時間的展望の種類に応じて作られた時間管理能力の向上への訓練法を提唱し、その訓練法は有効であると述べている。

第30章は、Van Beek & Chistopolskaya『友軍か敵軍か？死からの逃避か、逃避としての死か？』^{注31}であり、自殺と時間的展望との関係が論じられている。Van Beekらによれば、自殺は未来からの逃避であって、混乱から脱したい人にとっては敵でも味方でもなく待望する出来事となっているという。そこで、時間的展望の考え方に沿った対応、たとえば、現実的な未来と過去のポジティブな出来事を想起し、目標達成に向けた行動をするよう促すことで、自殺の実行の可能性が減少すると論じている。

第31章は、Sword, Sword, & Brunskill『時間的展望セラピー：Zimbardoの時間の理論を臨床実践に持ち込む』^{注32}であり、第32章は、Kazakina『数値化されない領域：時間的展

望の調査研究の臨床実践への応用 成人から高齢者への心理療法の現在の焦点』^{注33}である。いずれの章も、Zimbardoの時間的展望の考え方を取り入れた心理療法を適用した症例を紹介しながら、この心理療法の有効性や、時間的展望理論とその応用について論じている。

3. 考察

3.1 時間的展望の研究経過

時間的展望に係る研究における本書の意義を論じるため、まず、時間的展望の研究の流れをまとめる。本書第1章によれば、時間的展望は、時間のとらえ方を扱う心理学研究の一連の流れとは異なる研究経過をたどっているという。都筑・白井(2007)は、1930年代にIsraeliが人の時間に対する態度を分類して、時間の前途や見通しなどを意味する"outlook"という用語を用いて過去・現在・未来の重要性について論じ、そして、1940年前後に、LewinやFrankが時間的展望(time perspective)という用語を用いて研究をし始めたとしている。その後、本書第1章によれば、1985年のNuttin & Lensの著作『将来の時間的展望と動機づけ』を契機に、時間的展望の研究が発展したという。

この発展において、本書第1章によれば、Zimbardo & Boyd(1999)は、時間的展望を、個人的な経験と社会的な経験の一連の流れが、時間的なカテゴリー又は時間の枠組みに割り当てられる、しばしば無意識的なプロセスであり、出来事が順序立たされ、一貫性を持たされ、意味づけられることに役立つものと定義した。都筑・白井(2007)は、時間的展望の概念は曖昧であり、複数の研究者によって複数の定義がなされているとしている。そのような中で、Zimbardo & Boyd(1999)の定義する時間的展望は、第2章で示されたZTPIの5因子、すなわち、過去－否定的、現在－快楽的、未来指向的、過去－肯定的と現在－運命的という5因子から説明を試みようとする点が特徴的である。

また、時間的展望の定義が複数あることと同様に、これまで、時間的展望の構造についてもいくつかのモデルが提唱されている。本書第7章では、過去・現在・未来のとらえ方を、(a) 時間的態度、(b) 時間的指向性、(c) 過去・現在・未来相互の関係、(d) 時間を意識する範囲や長さ及び(e) 過去・現在・未来の意味づけという7つの次元が取り囲んでいる構造が図示されている(p.116)。本書第8章では時間の泡(time bubble)という構造が提唱されている。我が国においても、都筑(1999)や勝俣(1996)などが、それぞれ時間的展望の構造モデルを提示している(都筑・白井, 2007)。

時間的展望の概念は未整理でありながら、時間的展望は、たとえば本書第7章や第12章から第14章までにあるように、人の発達や経験、環境、社会的地位によって形成され変化するという多くの研究がある。また、たとえば本書第21章から第26章までにあるとおり、時間的展望の内容は、人の判断や行動に影響を与えることが多くの研究で明らかとなっている。そして、本書第22章から第32章までにあるように、時間的展望の考え方に沿って行動変容や心理的な回復を図ろうとする試みがなされている。

以上をまとめるならば、時間的展望は、今後の検討課題として、定義にコンセンサスが得られておらず、概念の統一の必要性があるものの(都筑ら, 2007)、人の判断や行動に大きな影響を与え、様々な応用可能性があり得るとして活発に研究が行われているテーマであるといえる。

3.2 自立更生支援の観点からの本書の位置づけ

3.2.1 非行少年や犯罪者に関する研究

先述のとおり、時間的展望分野では、国内外において、非行少年や犯罪者を対象とする研究も多くなされてきた。たとえば、非行少年の時間的展望の長さが短い傾向にあるとするもの（大橋・大橋, 1989）や、未来を見る際に楽観的に見る傾向がある又は未来指向的であるとするもの（Shirai, 2000）がある。また、非行少年などの持つ時間的展望の特徴を踏まえ、自立更生支援における留意点等を時間的展望の側面から論ずる研究もみられる。田中（2014）は、非行少年は、将来計画・目標の具体性は乏しいものの、自らの将来を考えていないのではなく、視点がより遠い将来に向かっていているなどと論ずる。そして、少年の保護観察対象者の自立更生支援においては、彼／彼女らが具体的で現実的な目標を立てその実現に向けて実際に進むことができるように働きかけることや、彼らは楽観的であると決めつけて接するのではなく、むしろ、将来計画や目標の具体性の乏しさに注目するべきことなどとした。

本書においては、たとえば、Husman らが、第 8 章で、時間的展望は時間の泡（time bubble）という構造でとらえ得るとし、生徒の学習への動機づけを高める場面への応用の一例として、非行へのリスクのある生徒に、将来の時間的展望をどのように伸ばし、どのように成績を上げるかの具体的な道筋を示すことを挙げている。また、第 25 章で、Martinez らが、薬物使用者が持続的な行動をとるようコミュニケーションを図る場合の方法として、(a) その人の時間的展望の傾向に合わせ、短期的に利益又は損失予防が得られることを強調する方法、(b) 長期的な将来展望を教育する方法、(c) コミュニケーションの相手方の時間のとらえ方が受け入れられ、価値を見出されていると感じさせることで、相手方の気分がより安定し、コミュニケーションにより敏感になり、相手方の時間的展望上は受け入れがたいことも受け止めやすくなるように促す方法を示した。これらは、非行少年の自立更生支援においては、非行少年の持つ将来へのとらえ方に即して、将来計画や目標の具体性の乏しさに注目した指導助言を行う必要があるとした田中（2014）の指摘につながるといえよう。

3.2.2 非行少年や犯罪者の自立更生支援の検討に資する知見

本書各章には、非行少年や犯罪者に直接言及していなくとも、その自立更生支援の参考となるものが多く含まれている。たとえば、本書第 16 章において、Zajenkowski らは、リスクを取る傾向は時間的な指向性に関係すると述べている。このことは、自立更生支援に携わる人、つまり、リスクのある行動である非行行動や犯罪行為をしないことを目標として非行少年や犯罪者に働きかける人は、非行少年等の時間的指向性に着目することが望ましいといえる点で、示唆に富む。加えて、同章において、Zajenkowski らは、時間的展望がメタ認知能力や知識、経験と相関関係にあり、そこから、時間的展望はメタ認知のプロセスから形成される（又はその結果として形成される）と推測できるとも言及している。先述のとおり、非行少年の時間的展望の長さが短い傾向にあるとする研究がある（大橋・大橋, 1989）が、彼／彼女らの時間的展望の短さが、彼／彼女らが持つ不変のものではなく、メタ認知のプロセスから形成される可変のものなのであれば、自立更生支援に携わる者は、その働きかけ次第で、彼／彼女らの時間的展望を育み得ることとなる。犯罪学者の Maruna, Lebel, Naples, & Mitchell（2009）は、犯罪をした人の改善更生が、その人と他者

との相互作用によって生じると論じており、その中で、周囲からあまり期待をかけられない人は低調な経過をたどり、大きな期待をかけられた人はよい経過を辿ると指摘している。Zajenkowski らの推測は、自立更生支援に携わる者に希望を持たせるものであり、このことは、彼／彼女らの改善更生に資することにもつながる。

本書第21章において、Zaleski らが、人は、目標設定に際して、自然と将来の認識と過去の経験の記憶とを受けとめることとなり、ここに時間的展望との関連が生じるという観点から、目標設定は、その後の行動を調整する働きを持っているといえると論じている。非行少年や犯罪者の自立更生支援が彼／彼女らが将来犯罪行為をしないことを目指して行う働きかけであることを踏まえると、Zaleski らの指摘から、自立更生支援においては、彼／彼女らの目標設定や時間的展望に着目すべきことが示唆される。また、非行少年の自立更生支援において、非行少年の持つ将来へのとらえ方に即して、将来計画や目標の具体性の乏しさに注目した指導助言を行うべきであるとした田中（2014）の主張にもつながる指摘である。

3.3 本書の意義

本書は、時間的展望について、その歴史的成り立ちから応用までを体系的に整理しており、本書の精読によって、時間的展望の研究史と理論を概括的に把握できる。また、非行少年や犯罪者の将来のとらえ方という観点から、その自立更生支援に向けた処遇に多くの示唆を得ることができる。

本書は、時間的展望の研究者のみならず、自立更生支援に携わる実務家も参考にすべき重要な文献である。

注

1. Stolarski, M., Fieulaine, N., & Van Beek, W. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. Switzerland: Springer International Publishing.
2. Stolarski, M., Fieulaine, N., & Van Beek, W. (2015). Time Perspective theory: The introduction. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 1-13) Switzerland: Springer International Publishing.
3. Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (2015). Putting time in perspective: A valid, reliable individual-differences metric. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 17-55) Switzerland: Springer International Publishing.
4. Stolarski, M., Wiberg, B., & Osin, E. (2015). Assessing temporal harmony: the issue of a balanced time perspective. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 57-71) Switzerland: Springer International Publishing.
5. Van Beek, W., & Kairys, A. (2015). Time perspective and transcendental future thinking. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 73-86) Switzerland: Springer International Publishing.
6. Carelli, M. G., Wiberg, B., & Åström, E. (2015). Broadening the TP profile: future negative time perspective. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 87-97) Switzerland: Springer International Publishing.

7. Karis, A., & Liniauskaite, A. (2015). Time perspective and personarity. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 99-113) Switzerland: Springer International Publishing.
8. Mello, Z. R., A Worrell, F. C. (2015). The past, the present, and the future: a conceptual model of time perspective in adolescence. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 115-129) Switzerland: Springer International Publishing.
9. Husman, J., Brem, S. K., Banegas, S., Duchrow, D. W., A Haque, S. (2015). Learning and future time perspevtive: the promise of the future — Rewerding in the present. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 131-141) Switzerland: Springer International Publishing.
10. Maglio, S. J., Trope, Y., & Liberman, N. (2015). From time perspective to psychological distance (and back). In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 143-154) Switzerland: Springer International Publishing.
11. Dunkel, C. S., & Kruger, D. J. (2015). The evolved psychology of time perspective. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 157-167) Switzerland: Springer International Publishing.
12. Sircova, A., Van de Vijver, F. J. R., Osin, E., Milfont, T. L., Fieulaine, N., Kislali-Erginbilgic, A., Zimbardo, P. G., & 54 members of the International time perspective research project. (2015). Time perspective profiles of cultures. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 169-187) Switzerland: Springer International Publishing..
13. Levine, R. V. (2015). Keeping time. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 189-196) Switzerland: Springer International Publishing.
14. Jones, J. M., & Leitner, J. B. (2015). The Sanfoka effect: divergent effects of thinking about the past for Blacks and Whites. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 197-211) Switzerland: Springer International Publishing.
15. Fieulaine, N., & Apostolidis, T. (2015). Precariousness as a time horizon: How poverty and social insecurity shape individuals' time perspectives. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 213-228) Switzerland: Springer International Publishing.
16. Carelli, M. G., & Olsson, C. (2015). Neural correlates of time perspective. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 231-242) Switzerland: Springer International Publishing.
17. Zajenkowski, M., Carelli, M. G., & Ledzińska, M. (2015). Cognitive processes in time perspective. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 243-255) Switzerland: Springer International Publishing.
18. Arnols, K. M., & Szpunar, K. K. (2015). Differences in time perspective predict differences in

- future simulations. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 257-268) Switzerland: Springer International Publishing.
19. Matthews, G., & Stolarski, M. (2015). Emotional processes in development and dynamics of individual time perspective. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 269-286) Switzerland: Springer International Publishing.
20. Seginer, R., & Lens, W. (2015). The motivational properties of future time perspective future orientation: different approaches, different cultures. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 287-304) Switzerland: Springer International Publishing.
21. Díaz-Morales, J. F., & Ferrari, J. R. (2015). More time to procrastinators: the role of time perspective. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 305-321) Switzerland: Springer International Publishing.
22. Zaleski, Z., & Przepiórka, A. (2015). Goals need time perspective to be achieved. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 323-335) Switzerland: Springer International Publishing.
23. Hall, P. A., Fong, G. T., & Sansone, G. (2015). Time perspective as a predictor of healthy behaviors and disease-mediating states. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 339-352) Switzerland: Springer International Publishing.
24. Klicperová-Baker, M., Košťál, J., & Vinopal, J. (2015). Time perspective in consumer behavior. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 353-369) Switzerland: Springer International Publishing.
25. Milfont, T. L., & Demarque, C. (2015). Understanding environmental issues with temporal lenses: issues of temporality and individual differences. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 371-383) Switzerland: Springer International Publishing.
26. Martinez, F., & Fieulaine, N. (2015). Time and the misfits: temporal framing and priming in persuasive communication. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 385-402) Switzerland: Springer International Publishing.
27. Cunningham, K. F., Zhang, J. W., & Howell, R. T. (2015). Time perspectives and subjective well-being: a dual-pathway framework. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 403-415) Switzerland: Springer International Publishing.
28. Holman, E. A. (2015). Time perspective and social relations: a stress and coping perspective. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 419-436) Switzerland: Springer International Publishing.
29. Bitti, P. E. R., Zambianchi, M., & Bitner, J. (2015). Time perspective and positive aging. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp.

- 437-450) Switzerland: Springer International Publishing.
30. Boniwell, I., & Osin, E. (2015). Time perspective corching. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 451-469) Switzerland: Springer International Publishing.
31. Van Beek, W., & Chistopolskaya, K. (2015). Friend or foe? Escape from death, or death as an escape?. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 471-480) Switzerland: Springer International Publishing.
32. Sword, R. M., Sword, R. K. M., & Brunskill, S. R. (2015). Time perspective therapy: transforming Zimbardo's temporal theory into clinical practice. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 481-498) Switzerland: Springer International Publishing.
33. Kazakina, Elena. (2015). The uncharted territory: time perspective research meets clinical practice. Temporal focus in psychotherapy across adulthood and old age. In Stolarski et al. (Eds.). (2015). *Time perspective theory; Review, research and application*. (pp. 499-516) Switzerland: Springer International Publishing.

文献

- Frank, L. K. (1939). Time perspective. *Journal of Social Philosophy*, 4, 293-312.
- Fraisse, P. (1957/1963). *Psychologie du temps*. Paris: PUF (ed. 1960).
- Huutsch, D. F., & Bortner, R. W. (1974). Personal time perspective in adulthood: A time sequential study, *Developmental Psychology*, 10, 835-837.
- James, W. (1890). *The principles of psychology*. New York: Henry Holt.
- 勝俣瑛史 (1996). 時間的展望の概念と構造 熊本大学教育学部紀要 (人文科学), 44, 307-318.
- 小宮山要・星 悦子・高橋和雄・川田三夫 (1976). 非行少年の生活意識に関する研究 科学警察研究所報告 (防犯少年編), 17, 18-23.
- Lens, W. (1986). Future time perspective: A cognitive-motivational concept. In D. R. Brown & J. Veroff (Eds.), *Frontiers of motivational psychology* (pp. 173-190). New York: Springer.
- Lewin, K. (1951). *Field theory in social science*. New York: Harper Brothers, 53-54.
- MacArthur, R., & Wilson, E. O. (1967). *The theory of Island Biogeography*. Princeton: Princeton University Press.
- Maruna, Lebel, Naples & Mitchell (2009). Looking-glass identity transformation: Pygmalion and Golem in the rehabilitation process. in B. M. Veysey, J. Christian & D. J. Martinez (Ed.), *How Offenders Transform Their Lives*. Devon: Willan Publishing, pp.30-55.
- Matthews, G., Deary, I. J., & Whiteman, M. C. (2003). *Personality traits*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Nuttin, J., & Lens, W. (1985). *Future time perspective and motivation: Theory and research method*. Leuven/Hillsdale: Leuven University Press/Erlbaum.
- 大橋靖史・大橋和佳 (1989). 非行少年における時間の見透かしの構造の分析 犯罪心理学研究特別号, 27, 50-51.

- Promislow, D. E. L., & Hervey, P. H. (1990). Living fast and dying young: A comparative analysis of life-history variation among mammals. *Journal of Zoology*, 220, 417-438.
- Seginer, R. (1988). Adolescents facing the future: Cultural and socio-political perspectives. *Youth and Society*, 19, 314-333.
- 白井利明 (1997). 時間的展望の生涯発達心理学 勁草書房
- Shirai, T. (2000). Les perspectives temporelles des delinquants: Relier experiences passees et perspectives d'avenir. *Revue quebecoise de psychologie*, 21, 2, 239-253.
- 田中 健太郎 (2014). 非行少年の将来認知の特徴を踏まえた保護観察処遇のあり方について 千葉大学教育学研究科修士論文
- Teuscher, U., & Mitchell, S. H. (2011). Relation between time perspective and delay discounting: A literature review. *The Psychological Record*, 61, 613-632
- Tulving, E. (1985). Memory and consciousness. *Canadian Psychology*, 26, 1-12.
- 都筑 学 (1999). 大学生の時間的展望－構造モデルの心理学的検討－ 中央大学出版部
- 都筑 学・白井利明 (2007). 時間的展望研究ガイドブック ナカニシヤ出版
- Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (1999). Putting time in perspective: A valid, reliable individual differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 1271-1288.