



# この人を たずねて

京都大学大学院教育学研究科 准教授

## 齊藤 智氏

インタビュー  
田中紗枝子



### Profile—さいとう さとる

1993年、京都大学大学院教育学研究科博士後期課程学修認定退学。博士（教育学）。鳴門教育大学助手、大阪教育大学助手、助教授を経て、2002年より現職。専門は認知心理学、記憶科学。著書は『ワーキングメモリと教育』（分担執筆、北大路書房）、『認知心理学ハンドブック』（分担執筆、有斐閣）、『幸福感を紡ぐ人間関係と教育』（分担執筆、ナカニシヤ出版）など。

### ■齊藤先生へのインタビュー

—先生のご研究の内容について教えてください。

私は人間の記憶の機能とかメカニズムに興味があります。なぜか、ということなんです。私はそこに「人間らしさ」が凝縮されているような気がするんです。たとえば、人はこれから起こることを想像して不安になったり、あるいはポジティブなことを期待したりすると思うんですが、こうした想像したり期待したりする心の働きは、たぶん記憶から導かれているんだろうと思うんです。記憶を研究対象にするということは、そんな「人間らしさ」を研究しているんだと考えています。

その中でも特にワーキングメモリ（working memory, 以下WM）に興味があります。WMの重要な働きのひとつに「課題目標の保持」があります。今自分は何をしなければならないのかという目標をたとえ短時間でも失ってしまうと、不適切な行動が出てきてしまう。言い換えると、課題目標の

保持をWMが担っていて、それがまた私たちの行動を制御する働きを一方で担っているんだと思います。そういうWMの働きにすごく関心があります。

—WMの研究をされていて、先生が特に「ここは面白い」と思われる部分はどこでしょうか。

たとえばWMの課題目標の保持に焦点を当てると、それは私たちの行動すべてに関わってくるんですね。さらに行動の制御だけでなく、たとえば計算をしたり、あるいは他人とコミュニケーションをとったりというあらゆる場面で重要な役割を担っている。WMの研究をしていると、さまざまな問題を考えていくことができるので、いろいろな研究、研究者と接することができるんです。その幅広さがすごく面白いんじゃないかなと、私自身は思います。

—「いろいろな研究との接点」というお話でしたが、今後ここに応用していくと面白いと思われる分野はありますか。

いくつかあるんですが、そのひとつとして、教育の分野でさらに

研究が発展していくと思います。その場合おそらくアプローチが二つあって、ひとつは具体的な学習活動の中で必要になってくるWMの役割、読解や計算で使用されるWMについての研究ですね。もうひとつは、先ほども出てきた課題目標の保持に関わるものです。たとえば、マインドワンダリングと呼ばれる、やらなければならない課題を行っている最中に、別のことを考えてしまうという状態についての研究があります。これはまさに課題目標から逸脱した思考が生じているということなんです。これとWMが関わっていることが、多くの研究からわかっています。授業中にこれが起こるのを防ぐためには、適切なタイミングで小テストのようなものを実施するというような対策が考えられますが、このようなWMの理論を用いた教育的介入研究がこれから重要になると思いますし、もっと増えていこうと思います。

—学校現場など、研究者以外の方々にもっと知ってもらいたいWMの側面はありますか。

大事なことは、記憶が関わっていると一般に思われている部分が、本当はもっと広いということです。計算や読解にWMが関わっているという認識は正しいですし、非常に重要です。ですが、記憶が関わっているとは思えないような現象、たとえばちょっと注意が欠けているというような、一般的な意味での注意にも、実際にはWMが関わっていることがあるということですね。今何をしなければならないかということをしつかりと意識できず、別なことを考えてしまうということは、一見記憶とは関係なさそうですが、実際には記憶が非常に重要な役割を果たしている現象だととらえられる。そういうことも、実は問題

の解決には重要だろうと思います。  
——「WMは鍛えられるか」どうかについて教えてください。

これはなかなか難しい問題なんです。まずWM課題を用いてトレーニングを行うと、その課題の成績は向上しますし、別のWM課題の成績も向上します。このような、ある種の訓練効果は確実に存在します。ただ、本当にWMそのものが鍛えられていたのであれば、課題目標の保持などWMが関与していると想定される他の課題にも効果がみられるはずですがこちらについては結果がかなり錯綜しています。

——ではWM容量が小さい場合にはどうしたらよいでしょうか。

たとえばステレオタイプ脅威によってWM容量が低下すると言われています。逆に言えば、ステレオタイプ脅威が顕在化することを抑制すれば、WMの機能が十分に働くということです。そういうちょっとした介入で、WMの機能を低下させないことはできるだろうと思います。個人的な見解ですが、向上させるというのはそう簡単ではなさそうです。しかし、このように低下するのを防ぐ手立てはあると思います。消極的ですが、そういうことも大事だと思います。

——最後に、これから心理学を学ぶ人・研究する人へメッセージをお願いします。

心理学がこの社会の問題解決に役立つかという観点とはとても大切だと思います。しかしそれ以上に、心理学から得られた知見は、私たちが持っている人間観や世界観を大きく変化させていく可能性を秘めているのではないかと、そこに心理学の学問的な意義があるのではないかと考えています。これから研究しようという人たちが心理学の研究の一つひとつをご覧に

なっていくと、とても細かいことをやっていると感じることもあると思います。そんな時にこそ、そこから構築されてくる理論や仮説が、どのように私たちの人間観や世界観に影響を与えるのかを考えてみてほしいと思います。それによって、研究に対する夢やロマンが広がっていくんじゃないかと思っています。私これから心理学を学ぶ人に何かお伝えするとすれば、この観点かなと思います。

私自身のことを少しお話すると、WMという記憶の働きがやっていることというのは、実は自分が蓄積してきた「過去」との戦いなんですよ。過去から形成されてきた習慣や癖にいかにして抗っていくのかということをWMは行っている。人間というのはそうやって過去を蓄積しながらも、それから何とか解放たれようとしている、そういう存在なんだという見方をしたりしています。

## ■インタビューの自己紹介

### インタビューを終えて

今回のインタビューでは、齊藤先生にWMについてのさまざまなお話を伺いました。具体的な研究例なども交えてのお話はとても興味深く、約1時間に及ぶインタビューの全てをお伝えできないことが残念でなりません。

インタビュー中、特に印象深かったのは、「記憶に『人間らしさ』が凝縮されている」や「心理学の研究とは人間観、世界観を変えていく」という、先生のお考え

でした。そもそも私が心理学を学び始めたきっかけは、「自分と他人の違い、個人差があるのはなぜだろうか」という点に興味があったからであり、「人間」についての興味から始めたはずの心理学でした。ですが、そのような大きな括りで捉えることは少なくなっていたように思います。今の研究が、私の人間観や世界観をどのように変えていくのか、そんな点からもっと自分の研究を見つめなおしたいと改めて感じました。

### 現在の関心

理解や記憶について興味を持っており、現在は特にテストに対する誤答など、「間違い」が記憶に及ぼす影響について研究しています。行動主義における学習理論など、これまで間違いは学習を阻害すると考えられてきましたが、正しい内容の記憶を促進する場合もあることが知られています。ですが、なぜそのようなことが起きるのかというメカニズムについては、まだ一貫した結論が得られていないのが現状です。メカニズムを明らかにすることで、たとえば効率的な学習方法などが提案できるのではないかと考えています。また、学習、特に算数・数学の苦手な子どもに対する、認知カウンセリングの手法を用いた支援にも興味を持っています。子どもが学習方法を身に付け、自立した学習者になるためには、どのようなことをどのような方法で伝えればよいか、記憶に関する研究成果も踏まえながら明らかにしたいと考えています。



### Profile—たなか さえこ

2014年、広島大学教育学研究科博士課程前期心理学専攻を修了し、同研究科博士課程後期教育人間科学専攻心理学分野に在学中。専門は認知心理学。論文は「事前テストと記憶定着：対連合学習を用いたプレテスト効果の検討」、「数学の学習に困難を示す中学生への認知カウンセリング：計算問題に関する援助を通して」など。