



既視体験（デジャヴュ体験）が生じる「時」および 体験内容の個人内共通性についての検討：1年間の 調査結果から

著者	川部 哲也
引用	心理臨床センター紀要. 9, p.9-20
URL	http://doi.org/10.24729/00005280

既視体験（デジャヴ体験）が生じる「時」 および体験内容の個人内共通性についての検討

—1年間の調査結果から—

川部 哲也

I 問題と目的

1. はじめに

既視体験（デジャヴ体験；*déjà vu experience*）とは，“any subjectively inappropriate impression of familiarity of a present experience with an undefined past”と定義される（Neppe, 1983a）（足立ら（2001）による和訳は“過去との関連がない出来事に遭遇したときに生じる，すべての主観的で不適切な懐かしさの感情”），主観的体験である。具体的に換言すれば，初めての場面であるにもかかわらず，「まったく同じことが前にもあった」と感じる体験のことである。これまでに認知科学，精神医学，脳神経学，文学など多様な学問領域により既視体験のメカニズムが考察されてきている（川部，2004）が，筆者は臨床心理学の立場から既視体験の質的側面に着目し，研究を進めている。臨床心理学的観点からは Freud（1901/2007）が，既視体験の分析によって無意識的願望を知ることができるという事例を挙げたほか，Schneck（1961, 1962）は既視体験と反復夢との関連性を指摘しており，既視体験が反復強迫と同等のものとして理解される視点を提示している。このように，既視体験は人間の深層意識に通じるものであると考えることができるだろう。

Sno（1992）は，さまざまな文学作品において既視体験が描写されていることを指摘している。その中には，ディケンズ，プルススト，トルストイなど世界を代表する文学者の作品も挙げられている。このことから既視体験という現象は，文学作品の中に記されるほどの，人間の心におけるある普遍的な動きを示している可能性が示唆されているといえよう。そして，筆者からみると，近年さまざまな媒体で既視体験の表現を目にしたたり，耳にしたたりする機会が増加してきていると考えられる。例えば，映画『マトリックス』では，主人公たちがホテルの階段を上っている時に，ある階上の戸口で黒猫が首を振り，右から左へ歩いていくという「二度，まったく同じ」シーンが現れる。それを見てキアヌ・リーブス演じる主人公ネオは，“Whoa, déjà vu.”という言葉を目にするのである。また映画だけでなくテレビ番組（主に漫才やバラエティー番

組）の中でも「デジャヴ」という言葉をよく耳にするようになった。「全く同じことが，二度繰り返される」ことを「デジャヴ」と呼ぶことが一般的に認識されてきたのがこの10年ほどの動きであり，筆者が既視体験研究を始めた頃よりも，デジャヴという言葉は人口に膾炙してきたという印象がある。この変化は，既視体験における普遍的な心の動きが，現代人の心に響きやすくなっていると考えられることも可能であろう。

では，そのような体験である既視体験が生じるのは，どのような「時」なのであろうか。また，その時体験者の内面ではどのようなことが生じているのか。そして，その出来事全体を体験者はどのように意味づけ，理解しているのであろうか。本稿はそのような問題意識の下，1年間にわたる調査研究を行い，検討したものである。

2. 既視体験の頻度

本稿ではまず，既視体験の頻度について検討したい。Brown（2004）によると，既視体験の頻度の問い方には3通りあり，Absolute Frequency（絶対頻度），Relative Frequency（相対頻度），Temporal Frequency（時間的頻度）である。絶対頻度とは，これまでに何回既視体験を経験したかを問うものであり，相対頻度とは，「全く無い」「一度か二度ある」「数回ある」「しばしばある」など，相対的カテゴリーに基づいて問うものである。時間的頻度とは，「少なくとも1年以内にあった」「少なくとも1ヶ月以内にあった」など，時間的なカテゴリーに基づいて問うものであるとされている。これまでの既視体験についての質問紙を見ると，相対頻度と時間的頻度がよく用いられている。

この2つの頻度はいずれも一長一短があると考えられる。相対頻度の場合を考えてみると，既視体験がどの程度しばしばあるかを回答することになるが，この「しばしば」という感覚は，あくまで私にとっての「しばしば感」とでも呼ぶべき主観的感覚であって，他者の「しばしば感」と同じ感覚を指すかどうかは，結局のところ検証できないものであろう。つまり，主観的

感覚は人によって異なるため、相対頻度においては個人間比較が難しくなるという問題があると考えられる。続いて、時間的頻度を問う場合を考えてみよう。既視体験自体の特徴として、その体験があったかなかったかという位置づけを考えることが難しいと感じる場合がある（川部，2012）ほど、徹底して主観的な体験である（既視体験はまた、体験していることが他者には決して知りえないことから、主観的体験であると考えて差し支えないであろう）。このように、既視体験はきわめて主観的な体験であるため、その体験を客観的時間の指標である「年」「月」「日」という物差しに載せて考えることは、まるで重さを定規で測るかのような、合わない物差しで測定する作業に近い困難さを有すると考えられる。極言すれば、主観的体験の頻度は、主観的にしか測定できないのではないかとも思えてくるほどである。このように、2つの頻度は一長一短なのであり、どちらが良いとは一概に言えない。

よって本稿では、日誌法を用い、相対頻度でもなく時間的頻度でもない、Brown (2004) のいう第三の頻度、絶対頻度を採用し、既視体験の回数の正確な測定を行うこととする。

3. 既視体験が起こる時期

本稿の目的の第二は、既視体験が起こる時期についての検証である。Brown (2004) によると、1年間既視体験を記録し続ける日誌法的手法はこれまでも2つ行われている。ひとつは、Heymans (1904, 1906) の調査である。大学生に対して、1学年の期間に体験した既視体験の詳細を記録してもらう日誌法を採用しており、1904年の調査では、42人中6人（14%）が1年に合計13の既視体験を記録し、1906年調査では、88人中55人（62%）が合計59の既視体験を記録したとある。単純計算すると1回目の調査では1人あたり年に平均2.17回の既視体験が生じたのに対し、2回目の調査では1人あたり年に平均1.07回の既視体験が生じたことになる。この結果にはかなり大きい差があるが、その理由については述べられていない。日誌法のみを用いた場合には報告される既視体験数の誤差が大きくなってしまふのであろう。よって、頻度を正確に測定しようとするならば、日誌法以外の方法を組み合わせる必要があると考えられる。そこで本研究では、日誌法に加えて月に1回、つまり年間12回の面接調査を加えることとした。この方法により、1年を通して既視体験が起こりやすい時期、起こりにくい時期について詳細に測定することができる。

日誌法的手法を用いた研究のもう一つは、Leeds (1944) による、自分自身の既視体験を12ヶ月記録したのがある。1年間で144個の既視体験を記録した。これは2.5日に1つという割合となり、Heymansの調査よりはるかに多くなっている。そして、季節ごとの月平均回数は、秋に11.5個、冬に8.3個、春に14.2個、夏に11.5個となっており、明確な差があるとはいえないが、やや春に多く、冬に少ない傾向が示唆されている。このように、Leedsの結果は貴重な記録ではあるが、被験者が1名であるため、この体験回数の差が、季節要因によるものなのか、個人要因によるものなのかを決定するのが困難であるといえる。その点を踏まえ、より客観的に頻度を測定するためには、複数人のデータを集めることが望ましいと考えられる。

他に留意しておく点として、既視体験は単に季節の影響を受けるだけでなく、心身状態の影響も受けることが挙げられる。よって、単に日時を測定するだけでなく、その時の体験者の心身状態や、その人が置かれた状況についても聴取することが必要であろう。

4. 既視体験内容についての個人内バリエーションについて

従来の既視体験研究の多くは、調査協力者一人につき、一つの既視体験を聴取するという方法が取られている。しかし、語られた一つの既視体験がその人にとって唯一のものではないという問題点があると考えられる。つまり、既視体験は複数回体験されることが大半であり、一人あたり一つの既視体験を聴取するだけでは不十分なのである。従って、その複数ある既視体験同士の関係はどうなっているのかという研究もこれまでなされていない。本研究は、その点に着目し、「調査協力者一人」が体験する既視体験について、二つ以上の既視体験を聴取し、その体験同士の関係について、検討を加えることを目的とする。そのために、本研究では、複数の既視体験同士の関係について、インタビュー調査を行うこととした。

5. 本研究の目的

本研究の目的は、以下の3つとなる。

- 1) これまで正確に測定されてこなかった、既視体験の頻度について日誌法および面接法を用いて測定する。
- 2) 1)で測定したデータを踏まえ、既視体験が起こりやすい時期について、検証する。
- 3) 一人あたり二つ以上の既視体験を聴取し、その体験同士の関係について面接調査によって検討

する。

II 方法

この調査研究は、質問紙調査と面接調査の二つから成る。なお、この調査結果の一部は既に川部（2012, 2013）にて報告している。本稿では既視体験についての結果を報告する。

【質問紙調査】心理学関連の講義の授業後に講義室にて質問紙調査を実施した。質問紙調査は「記憶と体験に関する心理学調査」として実施され、①プルスト現象の経験有無と頻度の質問、②既視体験の経験有無と頻度の質問、③離人感尺度（松下, 2000）から構成されていた。なお、①と②については、その体験内容について自由記述を求めた。最後に面接調査の依頼、募集を行った。調査協力者は本学大学生176名（男性64名、女性111名、性別無記入1名、平均年齢19.3歳、SD2.7）であった。

【面接調査・日誌法】上記質問紙調査の回答者から、調査協力者12名を決定した。なおこの調査は、調査期間が1年間と長く、調査協力者、調査者双方に負担がかかるため、12名が限度であると考えた。なお、その12名は質問紙調査の回答内容の多様性の観点から抽出した。内訳は、既視体験の経験がない人が4名、経験がある人が8名であった。その12名に対し、原則1ヶ月に1回、それぞれ個別に面接調査を行った。調査場所は、本学内の研究室であった。面接内容は調査協力者の許可のもと、ICレコーダーによって記録された。

1回目の面接調査時に、1年間にわたる日誌調査の概略を説明し、既視体験が生じたら速やかにその内容（日時、場所、状況、感覚）についての記録を残すようメモ帳を配付した。そして、2回目以降に、毎回、過去1ヶ月に既視体験が生じたかを質問し、あった場合にはその詳細について聴取する面接を行った。既視体験があった場合も、なかった場合も、必ず面接調査を実施した（報告すべき既視体験がなかった場合は、記憶やイメージに関する別の調査課題に取り組んでもらった）。

なお、1回目の面接調査時に、質問紙調査時に記入してくれた「印象に残っている既視体験」についての体験内容の聴取と、主観的体験内容尺度への回答も求めた。

調査の実施にあたっては、大阪府立大学人間社会学部研究倫理審査委員会の承認を得た。

III 結果と考察

面接・日誌調査に協力してくれた12名のうち、1名は都合が合わず途中辞退したが、11名については1年間の調査期間に継続して協力してくれた。そして、既視体験の経験がないと答えたのは11名中4名であったが、そのうち3名は1年間の調査期間を通して既視体験が生じなかったため、今回の分析対象からは除外した。残る1名については、既視体験は生じなかったものの、「既視体験のような体験」は生じたため、便宜上、これを本稿では既視体験にカウントし、分析対象に加えることとした。よって、本稿の研究対象者は8名となった。以下、この8名について検討していくこととする。

1. 既視体験の頻度、および既視体験が生じた時期

質問紙調査(N=176)の結果、相対頻度については「かなりある」22名(12.5%)、「時々ある」110名(62.5%)、「どちらでもない」9名(5.1%)、「あまりない」16名(9.1%)、「全くない」19名(10.8%)であった。また、「全くない」と回答した19名を除いた157名についての時間的頻度については、「毎日」3名(1.9%)、「週に数回程度」7名(4.5%)、「月に数回程度」48名(30.6%)、「年に数回程度」76名(48.4%)、「年に一度以下」22名(14.0%)、無回答1名(0.6%)であった。

既視体験について「全くない」と回答した人を除くと、既視体験の体験率は89.2%となり、これまでの調査よりやや高い値となった。この10年間に既視体験がポピュラーになっている可能性を支持するデータである。そして、半数以上の人が「時々ある」と感じていることがわかった。客観的頻度についての回答はばらつきが見られたが、「年に数回程度」「月に数回程度」を合わせると79.0%となり、大半の回答はその2つに集中していたといえる。

面接調査の分析対象8名の相対頻度は、「かなりある」が1名、「時々ある」が5名、「どちらでもない」が1名、「全くない」が1名であった。なお、「全くない」の1名は、前述のように「既視体験のような体験」であるため、ここでは「全くない」と回答している。そして、既視体験の時間的頻度については、「月に数回程度」が1名、「年に数回程度」が6名であった。

表1に、面接調査協力者8名における1年間の既視体験回数を示した。この表から読み取れることは、以下の3つである。

- 1) 1年を通していずれの時期にも、既視体験は生じている。
- 2) 既視体験の体験平均回数は、年に4.5回であった。

表1 面接調査協力者8名における既視体験の発生時期

協力者	X年						X+1年							合計
	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	
A				1		1								2
B		1		1		1			1					4
C		2		1	1		1	1				1	3	10
D														0
E				1		2	1					1	1	6
F		1	1	1		1						1		5
G	1			1						1	1			4
H		1							1	1	1	1		5
合計	1	5	1	6	1	5	2	1	2	2	2	4	4	36

3) 既視体験を体験しやすい時期がある。特に10月に多い。また、強いていえば春（3月～5月）に少ない傾向がうかがえる。

これらの結果より、1年を通していずれの時期においても既視体験は生じていることがわかる。Leeds (1944) が示唆したような、春に多く、冬に少ないという傾向は、今回は見られなかった。また、調査の前半と後半を比較しても、差は見られない。1年間の既視体験の体験数は個人差が大きく、最少で0回、最多で10回であった。平均すると、年間に4.5回となる。Heymans (1904, 1906) のデータよりは多く、Leeds (1944) のデータよりは少ないという結果となった。

また、この表から、既視体験を体験しやすい時期があることが推察される。10月に、8名中6名が既視体験を体験していることは注目に値する。大学生にとって10月は夏季休業が終わり、後期の授業が始まる時期である。休みモードから学業モードへの切り替えの時期であることが関連するのかもしれないが、もしそうであれば、4月にも既視体験が増加しているはずである。しかし、今回の結果は春に少ないため、10月のもつ意味あいについて今後検討する必要があるだろう。

2. 既視体験の体験回数と自己評定した頻度との関係

表2に、面接調査の分析対象8名における、質問紙調査時に回答した既視体験の頻度と、日誌法により実際に報告した1年間の既視体験の回数の関係を示した。

これを見ると、「年に数回程度」と回答した6名のうち5名が、実際に年に数回程度の既視体験を報告していることがわかる。また、この8名のうち最も体験回数の多かった人は、自己評定においても「かなり

表2 既視体験回数と自己評定した頻度との関係

協力者	体験回数	相対頻度	時間的頻度
A	2	時々ある	年に数回程度
B	4	全くない	
C	10	かなりある	月に数回程度
D	0	時々ある	年に数回程度
E	6	時々ある	年に数回程度
F	5	時々ある	年に数回程度
G	4	どちらともいえない	年に数回程度
H	5	時々ある	年に数回程度

ある」「月に数回程度」と回答しており、8名中、最も頻度が高い回答であった。この2点より、自己評定と実際の体験回数はおおむね一致していると考えられた。このことは、質問紙調査における体験頻度の自己評定が、あながち誤っておらず、一定程度の信頼性を有する可能性が示された。

3. 個人内における複数の既視体験同士の関連

面接調査協力者8名について、最終回12回目の面接調査時に、それまでの面接調査で語られた複数の既視体験同士の共通点や相違点について語ってもらった半構造化面接を行った。なお、1回目の面接調査時に語ってもらった、今までの印象に残っている既視体験も合わせて、比較検討してもらったため、1年間に体験したもののプラス1個の体験についてここでは触れることになっている。以下、8名の語りを引用しながら、一人の体験者のなかに、複数の既視体験同士がどのように関連しているのかを検討していくこととする。

(1) Aさんの語り

〈3つの既視体験の共通点について〉あくまでも普段通りの生活の中でしか起こってないですね。うーん、いつもと違う動きをした中で起こったわけではなく。(中略)あと、完全に忘れてしまえるくらいどうでもいいっていうとこ…ですかね。

Aさんにとっては、既視体験は特別なものではなく、日常生活の中のごくありふれた一場面において生じるものであることが語られている。共通点としては「はっきりした頭の状態じゃないとき」「ぼんやりしているっていう感じ」が挙げられた。また、調査期間後半(12月以降)に入ると1つも体験が生じなくなったことについて、Aさんは次のように語っている。

〈半年前からデジャヴの報告がないことについて〉そうですね、もうその頃から(部活動が)若干忙しくなり始めてたんですけどね。それまではけっこう暇やったんですけど…。〈デジャヴは暇なときしか起こらない?〉んー、どうなんでしょうね。でも無いです。とりあえず最近は。(中略)やっぱり忙しいというか、人の入り乱れというか、出入りが激しかったりすると、わーっとなる…忙しいと無いのかもしれないですね。密度でいったら、この半年の凝縮がすごい。X回生とX+1回生を4分の1くらいに圧縮したのを半年でやってる感じですね。

Aさんは調査前半の10月と12月に既視体験を1つずつ報告して以降は、既視体験が報告されなかった。調査者側から〈デジャヴは暇な時しか起こらない?〉と問うてみると、最初Aさんは積極的に同意はしなかったが、後に「忙しいと、無いのかもしれない」と語る。Aさんはこの半年で部活動が多忙になっており、その忙しさは2年分の活動を半年に圧縮したように感じられるほどの激務である。そうなると、Aさんには既視体験が起こらないことが示唆されている。心に余裕がある時にしか、既視体験は生じないという一つの可能性が示されているといえよう。

(2) Bさんの語り

〈4つの体験同士の共通点?〉共通することは、比較的、私自身が思い出すことが多くて、今こうして言っていたとしても、すぐに「ああ、そうそう」と言えることですかね。(中略)あとは、どれもこれもデジャヴウなのかどうかかわからないというか、自分では何とも定義づけができない体験だということは共通していますね。〈相違点?〉うーん…ほとんど異なっているような気もするんですが(笑)。〈別々の体験という感じ?〉表面的には。〈感覚的には?〉感覚的には、すべてが同じではないんですけど、つながるところもあります。

体験を想起しやすいというBさんの語りは、Aさんが「完全に忘れてしまえる」と語ったのと対照的であり興味深い。Bさんにとってその体験の共通特徴は、第一に自分がよく思い出すことが多い体験であり、思い出しやすい体験であるということ。そして第二に、自分では定義づけができない体験であるということが挙げられている。そして、表面的には別々であるが、感覚的には体験同士がつながっているところがあると語られる。その「感覚」についてその後尋ねると、「少し先がわかるような感じ」がいくつかの体験において共通していることが語られた。しかし、その感じが生じたからといって、必ずしもその通りになるとは限らず、外れることもあるのだという。

ここでは紙数の都合で詳細については触れることができないが、Bさんの「既視体験のような体験」は、共通して「少し先がわかるような感じ」がベースになっている体験である。ふと、この先起こることがわかるような感じが起こり、不思議な感覚に捉われるという。川部(2006)より、この「予知できる感じ」は、既視体験の主観的体験内容の6因子の中の1つを形成するほど重要なものであることが示されているが、既視体験にその感覚が伴う割合は3割程度であり、多いとはいえないものである。そのように、この感覚が重要なものでありつつも、典型的な感覚とはいえないため、Bさんの体験は「既視体験のような体験」に留まると考えられる。

表3 Aさんの既視体験についての情報

	時	場所	内容
0	約1年前	駅の改札	定期を通すときの光景が同じ
1	10月	大学からの帰り道	前に描いた絵を想起
2	12月	ショッピングモール	音楽を「前にもここから聞き始めた」

しかし、見方を変えたとこの語りは、Bさんがいつも「同じタイプの既視体験を体験している」ということになるのではないだろうか。既視体験の中では「予知できる感じ」はメジャーではないにもかかわらず、Bさんの体験には複数回、その感覚を伴っているからである。既視体験のいくつかの体験タイプがある中で、Bさんの体験するものは「予知できる感じ」を伴うタイプであることが示唆される。

(3) Cさんの語り

〈体験同士の共通点、相違点について〉これ、やっぱりこれです。これ（11月の体験）だけは、画像がない。他全部見てみたら、ワンシーン、パッパッとちゃんと思い出せるんです。これやっていう絵が出てくるんです。（中略）これ（11月の体験）だけはわからないんです。でも色がある。（中略）これが白で、これ（印象に残っている体験）が茶色で、これ（1月の体験）は黒なんです。夜やったから。これ（2月の体験）は黒か茶色か。たぶん扉が茶色やったから。〈色の記憶がある〉色はすごい残ってます。

Cさんの語りで興味深いのは、1つの体験を除き、

どの既視体験も「画像」が残っているという語りであった。ワンシーンが記憶に焼きついている。人によっては、そのような強烈な一瞬が脳裏に刻まれた視覚記憶になっていることが示されている。そして例外的に画像が残っていない体験があるが、他の既視体験と同様にそこには「色」が残っているという（既視体験が起こった場所の床が白かったため、その白のイメージが残っているとCさんは語る）。つまり、Cさんの既視体験の共通点は、色のイメージが強烈な印象と共に記憶に保存されているところであり、きわめて視覚的なイメージであるといえよう。しかし一方で、視覚的だけではない語りも出てくる。

〈既視体験に共通する感覚について〉感情のたかぶり？〈どきどき？〉どきどきはします、たまに。うおーって。その場面が長ければ長いほど、どきどきは大きいんです。

Cさんの既視体験の中でも印象的なものは、「画像」が静止画ではなく、「動画」なのだという。その動画の長さが長ければ長いほど、どきどきは大きいと語られた。つまり、視覚的イメージだけでなく、「うおーっ」

表4 Bさんの既視体験についての情報

	時	場所	内容
0		図書館	この先何が起こるかわかる感じ
1	8月	大学の教室	この先何が起こるかわかる感じ
2	10月	大学内の道	景色、雰囲気が前にもあった
3	12月	大学の教室	授業中の不思議な感じ
4	3月	他大学の廊下	学生の多い景色

表5 Cさんの既視体験についての情報

	時	場所	内容
0	高校	教室	プリントを回している場面
1	8月	自分の部屋	本をリュックに入れる光景
2	8月	部活遠征時の宿舎	仲間との会話
3	10月	覚えていない	あったことは覚えているが内容忘却
4	11月	部活遠征時の宿舎	ミーティング時の会話
5	1月	自分の部屋	テレビCMに出てきた写真
6	2月	旅行先の宿	友人との会話と状況
7	6月	大学の教室	授業中の質問内容と質問者の横顔
8	7月	覚えていない	あったことは覚えているが内容忘却
9	7月	覚えていない	あったことは覚えているが内容忘却
10	7月	部活の帰り道	仲間と自転車で帰っている光景

という擬音で表現されるほど言語化が困難で、かつ身体に根差した感覚が湧き上がる様子が語られている。Cさんの既視体験の共通点は、「言語化不能な強烈な感覚」が、勢いよく湧き出てくるところにあると考えられる。

(4) Dさんの語り

Dさんは、ずっとメモを携帯していたのに、既視体験は1回も生じなかったと語ってくれた。これもまた、貴重な報告である。多くの協力者と同様に「年に数回」体験すると書いてくれていたが、既視体験が起こらない1年というものがあることが示された。ちなみに、Dさんは調査開始1ヶ月前(X年6月)に既視体験を経験していたため、長いこと既視体験から遠ざかっているわけではない。むしろ、年に1回程度のペースで生じているが、今回はたまたま調査期間内に起こらなかったのかもしれない。あるいは、Dさんは生活が充実していると既視体験が生じないのかもしれないとも語っている。ある程度余裕がある時でないといふ既視体験が生じないという説明はAさんが語った内容に類似している。

(5) Eさんの語り

〈体験同士の共通点、相違点について〉思い返して、おじいさんと男の子の(12月の体験)は一つ少し異質だなと思います。他のと比べると。実際に目の前になくて、かつ、自分が見たという経験も思い出せないようなものがなぜか出てくるという点において。

Eさんの12月の体験は、アルバイト中に、おじいさんと男の子の映像が頭の中に浮かんだ、という内容であった。不思議なことに、目の前におじいさんと男の子がいたわけではなく、「前にもこれを連想したことがある」という体験だったのである。Neppe(1983b)

によると、これは déjà vu のサブタイプであり、 déjà pensé (already thought) という体験と定義される。ここでは、一人の体験者が複数のサブタイプの既視体験を体験しうることが確認されたといえる。

全体の共通点は…なんかどれも時間にするとうごく短いです。例えば、学校(印象に残っている既視体験)にしても、ここを通ってここを通ってじゃなくて、ただ一つの曲がり角であったり、バイト(10月の体験、12月の体験)も一瞬であったり、本屋(1月の体験)も本の1ページであったり、ほんとに一瞬のこと…一瞬のことですね。

共通点として挙げられたのは、「一瞬のこと」という特徴である。このことについて、以下の語りも参照しつつ、さらに検討を加えたい。

(最近の既視体験についての語りの中で)(実習先のある施設で)その従業員さんが集まる部屋でお弁当とか一緒に食べるんですけど、お昼。まあその、特になんか会話に入れるわけでもなく食べてたんですけど、その人たちが話していて、なんかたぶんその施設の利用者さんとかのこのことについて話してたんですけど、あの人はどうだとか、どういう性格だとか。ある女の人が「あの正直よね」って。その「あの正直よね」にすごく覚えを感じて、でも何も思い出せないんですけど。〈その一言に〉その一言だけですね、その女の人もその場面も何も。〈その前後も?〉前後…あー、その、会話の中においてその一言がほんと前に出てくるというか、なんていうのかな、文脈じゃないんですけど。

Eさんのこの既視体験は、「一言」に対してだけあって、あとの人や場面には何も既視感を感じなかったというものである。先ほどの、既視体験は一瞬であ

表6 Eさんの既視体験についての情報

	時	場所	内容
0	小学3,4年	学校からの帰り道	曲がり角を曲がる光景
1	10月	アルバイト先	アルバイト仲間との会話
2	12月	アルバイト先	おじいさんと男の子の場面を想起
3	12月	焼肉屋の前の道	ゴムのおもちゃのような匂い
4	1月	書店	雑誌に載っている1ページ
5	6月	実習先の施設	従業員との会話時の一言
6	7月	大学の教室	授業時に板書された図

るということだけでなく、Eさんの体験の特徴に共通しているのは「ただ一つの曲がり角」「本の1ページ」といった、部分的要素に既視感を感じる、細部に絞られた既視体験である点と考えられる。

(6) Fさんの語り

〈体験同士の共通点、相違点について〉そうですね…一番最初の電車のやつ（印象に残っている既視体験）は、しばしば…しばしばっていうほどじゃないけど、デジャヴとして一般的かなっていう。（中略）ちょっと普通な感じがします。で、2回目の駅（8月の体験、9月の体験）とかは、駅の話とかそういうのは、自分の過去にけっこうつながってる。1回目の夢（10月の夢の中の既視体験）とは深いところにあるのかな、みたいな感じはありますね。こういう、過去に本当に似たようなものを見て、それが想起されてきたみたいな。過去の強烈な印象とか、好きなものがぐいっとせりあがってきたみたいな。そんな感じですね。

Fさんの既視体験には、「一般的」なもの「深いところにある」ものがあるようである。そして、後者は自分の過去の「強烈な印象とか、好きなもの」につながっているという。この語りで筆者の印象に残るのは「ぐいっとせりあがってきたみたいな」感じの部分である。川部（2006）で挙げた既視体験の事例において「自分の脳の一部がどこかにぐいっと引きずり出されて、自分の知らない記憶を埋め込まれてしまったような不安を感じた。」という記述があったのを想起させる。それぞれの「ぐいっと」には差異もある（一方は体験の発生に関わり、他方は身体の違和感に関わっている）が、既視体験にまつわる感覚を同様の擬音語で語っているところが興味深い。既視体験には擬音語で表現せざるをえないような、言語化困難な力が働いていると考えることもできるだろう。

〈相違点については？〉うーん、原理というか、デジャ

ヴーを感じたときの、あっという感じは夢（の中での既視体験）も現実（での既視体験）も同じだと思うんですよ。（中略）ただやっぱり夢のほうはもっとリアルというか、映像が本当に流れてくるみたいな感じなんですよね。深さが違うのかなという、同じ体験ではあるんだけど…（中略）ちょっと階層が違っていたりとか。（中略）現実のほうは地下1階のほうで、地下1階のほうでも、レベルがだーっと分かれていて。夢のほうは地下2階で、そこでもレベルが違うのかなと。でも微妙に階段でつながっている部分があるみたいな。

現実で生じた既視体験よりも、夢の中の既視体験のほうが、ひとつ深い階層にある現象であるとFさんは語る。この語りから、一人の人が、このように深さの異なる既視体験を経験するということが示されているといえる。つまり、人は体験の深さという点において、何種類かの既視体験を体験する可能性があると考えられる。既視体験のことを「夢見ている時のような状態」と表現しているのはよく目にするが、夢の中の既視体験のほうが、「もっとリアル」という表現は、筆者には初めてで新鮮であった。曖昧な体験か、鮮明な体験かにかかわらず、既視体験は夢に近縁の現象であることが示唆されているといえよう。

(7) Gさんの語り

〈体験の共通点について？〉起こってることは全然別なんですけど、あれ？っていうのから始まって、あ、知ってるってなって。（中略）そういうデジャヴみたいなやつかって思うところまでの、なんていうかその…経緯は一緒だと思う。〈アルバイトの時の体験も、ただ同じ人が来たという体験ではなくて、なんか知ってるというのはある〉はい。〈それはどういう感じ？〉不思議な…現実味がない感じですよ。〈何かに似てる感覚？〉あの…本とかを読んですごい世界観が作られている本とかで、ものすごいめり込んで読んで、読み

表7 Fさんの既視体験についての情報

	時	場所	内容
0	約1年前	電車の車内	友人との会話内容と光景
1	8月	初めて行った町	商店街を抜けて町並に出た光景
2	9月	初めて行った駅	プラットホームの光景と雰囲気
3	10月	夢の中	X教授と調査同行する物語
4	12月	夢の中	宇宙服を着た人との会話
5	6月	初めて行った町	白いマンション

表8 Gさんの既視体験についての情報

	時	場所	内容
1	7月	アルバイト先	テーブルを片付けている状況
2	10月	アルバイト先	数時間前にも来たようなお客さん
3	4月	自分の家	寝起きに思い出した景色
4	5月	アルバイト先	前にも来たようなお客さん

終えた後の浸ってるくらいの現実味のない感じ。

Gさんの既視体験にはアルバイト中の体験が多いのが特徴的である。体験内容も「同じお客さんが来る」という内容が複数あった。Gさんに確認すると、リーズナブルな飲食店であることがわかったため、同じお客が来ることは十分にありうるといえる。しかし、Gさんは、単にリピーターのお客が来たという体験ではなく、読書に「ものすごいめり込んで」本の世界観にどっぷりと浸っているくらいという、かなり強い程度の「現実味のなさ」を体験していることがわかった。これがおそらく、Gさんの既視体験の中核にある感覚と思われ、離人感との近縁性をうかがわせる。そして、興味深いのはGさんの次の語りである。

現実味がないっていうのと、本を読んで没頭している時って、本を読んでそこに入り込んでいる自分っていうのがあるような気がして。それをなんか別のところから自分がそっちに入り込んでるっていう感覚がするっていう、分離したような。(自分の意識が二つに分離した図を調査者が示し) こういう感じ? (中略) こっちが、入り込んでる時のやつみたいに見えて。こっちが、客観的にそれを見てみたい。(中略) 現実味がなくなるのは、客観的に離れてみるから現実味がなくなるんですけど、あれ? って思ったときにはもう既に違和感っていうのかなんか、違うっていうのがあって。それをあれ? ってなった時に客観的に見たら現実味がなくて、離れたとこで見てる感じがして、不思議

な感じとかがするんですけど、あ!これデジャヴュみたいなやつか知ってる!とか、これデジャヴュか!ってなったらそれが戻るみたいな。

Gさんは、既視体験に伴う二重意識について、詳細に言語化してくれた。既視体験のあり方のひとつとして、「状況への没頭」が挙げられる。既視体験時には「没入的解離」が生じている可能性があるとして川部(2011)においても論じたが、Gさんの事例はまさにそれに合致すると考えられる。離人感が先にあるのではなく、まずGさんは「あれ?」という違和感を契機に、その状況に没頭するという現象が起こる。その後、没入した自分を客観的に捉える「もう一つの意識」が生じたため、初めて離人感が生じたという順序になるだろう。そしてもう一つ興味深いのは「これデジャヴュか!」と認識すると、解離状態から元に戻るという動きである。すなわち、デジャヴュの概念がFさんのように「地下2階への通路」と考える方向に作用する場合もあれば、Gさんのように、解離していた意識が合流し、ずっと現実に戻ってくる方向に作用する場合もあることが明らかになった。

(8) Hさんの語り

〈体験同士の共通点や相違点〉うーん、どちらかといえば、神経心理(8月の体験)と自転車のチェーン(3月の体験)とかは、ほんまにその日のうちに消えてしまいそうな感じ。デジャヴュの強さっていうものなんですかね。本来ならもう忘れちゃうんじゃないかな

表9 Hさんの既視体験についての情報

	時	場所	内容
0	小学5,6年	遠足で行った山	下山する時の町の風景
1	8月	図書館	本に載っている図
2	3月	自分の家	自転車の修理作業
3	4月	買い物の帰り道	荷物を載せて自転車を漕いだ場面
4	5月	自分の部屋	クローゼットに懐かしい匂い
5	6月	自分の部屋	クローゼットに懐かしい匂い

て感じ。〈他の体験は？〉何かまた思い出しそうな感じ。遠足（印象に残っている体験）なんかけっこう前のことでした。

Hさんがまず指摘するのは、既視体験のなかにも「強さ」があり、弱いものは忘れてしまうという点である。このように、一人の人が印象の強さの違いを語ってくれることは多くはないため、貴重な語りであるといえる。そして、それは時間的に離れているかということとは関係がないことも、Hさんは説明してくれている。つまり、既視体験には、体験そのものに内在する「体験強度」のようなものがあると考えられる。

〈遠足（印象的な体験）とクローゼット（5月の体験）の共通点はあるか？〉遠足とクローゼット…どちらかといえば近いほうですね。何が近かってその…懐かしさの程度が。〈懐かしさの程度が似ている？〉（中略）懐かしさという部類において似ている…別に視覚だけが匂いだから違って違いますが、どっちでもいいような。なんなんでしょう…。〈Hさんにとってそれはどんなもの？〉（沈黙）自分の中の愛情的な、感じに。愛情っていいですかね、なんか…自分でただ…うーん、めっちゃ難しい。こういうのを受けたいとか、こういう愛情に接してもらいたいとか、逆に接してあげたい…っていう気持ちになるんですかね。〈？〉こういう街に住みたいとか、誰かこういう街に住んでもらいたいとか。こういう匂いで接してあげたい、接してもらいたいのな…ここはもうめっちゃわかりにくいところですけど、どちらかかといえば、こういう匂いがいいとかになっちゃうかもしれないですけど。（中略）だから自分の中の良いことの詰め合わせと言いますか…でもなんとなく、実際に受けた愛情に近いものがあるのかなって思いましたね。

少し長い引用になってしまったが、Hさんの語り徐徐に深まっていく過程も含めて示したかったため、このように引用した。一見しただけでは、「見たことがある」体験と「この香りを知っている」体験は異なっているが、そこに「懐かしさ」という共通点がある。さらにその懐かしさは自分の中の「愛情的な感じ」につながっていることが語られる。これらの語りから、Hさんにとっての既視体験は、原初的な愛着関係のような感覚を喚起させられるものといえよう。それは単なる愛着ではなくて、「こういう街に住みたい」という表現に見られるような「場所論」的の愛着から、匂いに包まれるような、自他分離以前の段階の愛着まで、

非常に幅広い意味での「愛着」といえるのではなからうか。

(9) 8名の語りについてのまとめ

以上、8名の面接調査から、既視体験の共通点、相違点についての語りを抜粋した。一人の人が、自分に生じた複数の既視体験を比較検討しながら語るというスタイルの調査は初の試みであったため、半構造化面接ではあるが、自由度の高い面接になっていることがこの調査の特徴である。ゆえに、この語りをもって何か結論を出すというよりは、既視体験の多様性、パリエーションについて提起できればと考える。

まず、既視体験が生じる「時」がどのようなときかについて検討する。第一に、AさんやDさんのように、生活が充実していて忙しい時には、既視体験は生じないということはある。換言すると、既視体験が生じるためには、自身の心の動きを内省する程度に余裕がある状態が必要であると考えられる。しかし一方で、Cさんは部活動が忙しい時、EさんとGさんはアルバイトが忙しい時（内容を聞くと、どちらもかなり忙しい部類の仕事であると筆者には感じられた）に、既視体験が生じている。これをどのように考えれば良いのだろうか。おそらく、既視体験の発生に関わっているのは、実際の多忙さではなく、心理的多忙さであろうと考えられる。つまり、「その時置かれた状況にどれだけ没入しているか」という、その人の意識のありように関連しているのである。AさんとDさんは状況に没入しており、まさにその状況を生きている。そのような時には既視体験は生じない。一方で、Cさん、Eさん、Gさんは、状況に没入してはいるが、同時にその没入している自分を冷静に見ている自分が存在していると推測される。Gさんはその「没入的解離」の様相を詳細に語ってくれたが、CさんとEさんも同様の解離に近い意識状態があったのではないかと考えられる。

既視体験が4月は少なく10月は多いというのも、この結果に関連しているかもしれない。すなわち、4月は本当に初めてのことが多く、状況に没入することになる一方で、10月は学年が新しくなるわけではないため「これからまた（自分の知っている）忙しい半年が始まる」と思いながらの没入、つまり没入する自分と、それを冷静に見ている自分との分離（没入的解離）が起こりやすいのかもしれない。

第二に、多くの人が、同じような場所で既視体験を複数経験していることが明らかになった。例えばBさんはほとんどが大学での体験であり、Cさんは部活

動関連のものがほとんど、Fさんは初めて行った町が夢の中がほとんど、Gさんはアルバイト先がほとんどである。現在のところ理由は不明であるが、人によって、既視体験が生じやすい場所というものがあるようである。つまり、「場所」が既視体験発生の一つのキーになっている可能性が示唆されているといえる。

第三に、複数の既視体験を聴取している際に、体験内容が感覚的に近い印象を受けるものが多いことが示唆された。例えばBさんの既視体験にはほぼ「少し先がわかる感じ」が伴っていたり、Cさんの既視体験には強烈な色彩の記憶が伴っていたり、Eさんの既視体験には、部分的要素に対する既視感であったりする。仮説の域を出るものではないが、個人にとっての複数の既視体験は、互いに感覚的な類似点が多いと考えられる。そしてこのことは、その「ある感覚」が生じる時が、その人にとっての「既視体験が生じるとき」であることを意味する可能性がある。

次に、複数の既視体験同士の関係について検討する。第一に（上記の第三点で述べたように）、一人の体験者が語る既視体験は、いずれも感覚的に類似した印象を与えるものであるといえる。もちろん、体験の語り手が同一人物であるからという理由も考えられるだろう。しかしそれを超えて、「既視体験自体の構造」が似ているように筆者には感じられた。すなわち、既視体験が生じる瞬間において、既に体験者の意識の指向性が関与していると考えるのが適切ではないかと思われるのである。Fさんが示唆してくれたように、既視体験は夢と近縁の現象であると考えると、夢分析において夢内容自体に、夢見手の意識の指向性が関与していると考えるところと同様に、既視体験もまた、体験内容に体験者の意識の指向性が関与していると考えても良いのではないかと思われる。

第二に、何人かの体験者は、既視体験の中にも「強度」があるという考え（Hさん）や、「深さ」があるという考え（Fさん）、記憶が動画になっているかどうかによる違いがあるという考え（Cさん）などを語ってくれた。表現は多様であるが、個人の心の中に、程度の異なる既視体験があるということが確認された。

第三に、個人内の既視体験同士は類似しているが、個人間すなわち他人同士の既視体験は正反対の内容を含むことが示唆された。例えばBさんにとっては記憶に残りやすい体験であるのに対し、Aさんは忘れやすい体験であると述べる。Aさんをはじめ多くの人が、曖昧でぼんやりした体験であると語るのに対し、Fさんにとっての既視体験はリアルな感覚を伴うものである。上記の第二点とあわせて考えると、一個人の既視

体験は、程度の異なる複数の体験から成るが、それは「程度」の違いであって、「感覚のタイプ」としては違っておらず、むしろ同一のものであると推測される。この点については今後、複数の既視体験について、「感覚のタイプ」に着目して分析を進めることが必要であると考えられるが紙数の関係で今回は見送る。今後の課題である。

IV 結論

本論の結論としては、以下の4つが挙げられる。

- 1) 日誌法および面接法を用いた調査によって、1年間の正確な既視体験の回数のデータを8名分、測定することができた。成功した理由は、月1回の面接の設定によるところが大きいと考えられるため、今後も正確な測定を期す場合は、日誌法単独ではなく、月1回の面接調査を設定することが推奨されると考えられる。
- 2) 今回の調査結果においては、既視体験が起りやすい時期は特定されなかった。ただし、体験者個人レベルのデータを見ると、人により体験回数が集中する時期が見られた。このことにより、既視体験回数の増減が月や季節などの物理的環境要因によってではなく、多忙さや心理状態など、心理社会的環境要因によって影響を受けることが示唆されている。
- 3) 一個人の複数の既視体験同士を比較検討した結果、既視体験が起こる「時」として有力なのは、「没入的解離」の状況であることが示唆された。また、個人にとっての意味のある「場所」や意味のある「感覚」がキーになって既視体験が発生するという可能性も示唆された。
- 4) 一個人の複数の既視体験同士は、体験強度の程度には差がある一方で、感覚のタイプとしては類似しているものが多かったため、一個人は類似した「感覚のタイプ」の既視体験を経験している可能性が高いことが示唆された。ただし本論は少人数のデータによる考察であり、仮説の域を出るものではないため、今後の精査が必要である。

付記

インタビュー内容の記載を許可いただきました調査協力者の皆さんに感謝申し上げます。また、本研究は、科研費（課題番号 23730660）の助成を受けました。

文献

- 足立直人・足立卓也・木村通宏・赤沼のぞみ・加藤昌明 (2001). 既視感 (déjà vu) 体験評価尺度日本語版の作成とその妥当性の検討. *精神医学*, 43 (11), 1223-1231.
- Brown, A.S. (2004). *The déjà vu experience*. New York, Psychology Press.
- Freud, S. (1901). Zur Psychopathologie des Alltagslebens. 高田珠樹 (訳) (2007): 日常生活の精神病理学にむけて. フロイト全集7. 岩波書店.
- Heymans, G. (1904). Eine Enquête über Depersonalisation und 'Fausse Reconnaissance'. *Zeitschrift für Psychologie*, 36, 321-343.
- Heymans, G. (1906). Weitere Daten über Depersonalisation und 'Fausse Reconnaissance'. *Zeitschrift für Psychologie*, 43, 1-17.
- 川部哲也 (2004). 既視体験研究の歴史. 京都大学大学院教育学研究科紀要, 50, 399-412.
- 川部哲也 (2006). 既視体験における主観的体験内容についての一考察. *心理臨床学研究*, 24, 99-109.
- 川部哲也 (2011). 既視体験における離人感の特徴. 大阪府立大学大学院人間社会学研究科心理臨床センター紀要, 4, 59-66.
- 川部哲也 (2012). 既視体験 (デジャヴ体験) の有無判断についての一考察. 大阪府立大学大学院人間社会学研究科心理臨床センター紀要, 5, 21-28.
- 川部哲也 (2013). 半構造化面接法によるブルースト現象の特徴の検討. 大阪府立大学大学院人間社会学研究科心理臨床センター紀要, 6, 53-60.
- Leeds, M. (1944). One form of paramnesia: The illusion of déjà vu. *Journal of American Society for Psychological Research*, 38, 24-42.
- Neppe, V.M. (1983a). *The Psychology of Déjà vu: Have I Been Here Before?* Johannesburg: Witwatersrand University Press.
- Neppe, V.M. (1983b). The concept of déjà vu. *Parapsychological Journal of South Africa*, 4, 1-10.
- Schneck, J.M. (1961). A contribution to the analysis of déjà vu. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 132, 91-93.
- Schneck, J.M. (1962). The psychodynamics of 'déjà vu'. *Psychoanalysis and the Psychoanalytic Review*, 49, 48-54.
- Sno, H.N., Linszen, D.H., de Jonghe, F. (1992). Art imitates life: Déjà vu experiences in prose and poetry. *British*