想起のプロセス

学校でのテストでは，英単語の意味や歴史的な事象など，記憶していた情報を思い出すことがしばしば要求されます。このプロセスは想起（remembering）あるいは検索（retrieval）と呼ばれます。

想起（検索）される情報は人が持つ知識の一部です。人が持つ知識は，心理学の記憶研究では長期記憶と呼ばれます。テストでは，長期記憶にある膨大な量の情報から，目の前の問題に必要な情報を想起して利用します。このとき，長期記憶内の情報に活性化の水準を仮定し，ある活性化水準を超えた情報が想起され利用されると考えます。長期記憶内のほぼすべての情報は，普段はこの活性化水準に達しておらず，非活性記憶（inactive memory）と呼ばれます。これに対して，長期記憶から検索され利用可能となっている情報は活性記憶（active memory）と呼ばれます。コンピュータでの作業でたとえると，ハードディスクなどの記憶装置に保存されているファイルの内容は非活性記憶，ファイルが開かれコンピュータのメモリ上に展開された情報は活性記憶です。

心理学の記憶理論では，想起にはそのきっかけとなる何らかの手がかり（cue）が必ず存在すると仮定されています。学校のテストでは問題が手がかりとなって，その問題に関連した知識が検索されます。この場合には必要な知識を思い出そうとする明確な意図がありますが，そうした意図なくふいに浮かぶ記憶もあります。たとえば，旅行先で景色を見ていて，以前にそこを訪れたときのことや，別の旅行で訪れた類似の景色をふと思い出したという経験は，おそらく誰にでもあるでしょう。

長期記憶の情報は要素がリンクで結ばれた構造をしていると考えられます。たとえば，日本史での出来事，年，関連人物はリンクで結ばれているでしょう。想起のプロセスでは，リンクで結ばれた要素の一部が手がかりによって活性化し，その活性化がリンクを介して他の要素を活性化させると考えられます。たとえば，大宝律令の制定という出来事と，701年という年がリンクで結ばれていれば，一方が手掛かりとして与えられて活性化するともう一方にも活性化が伝搬します。「大宝律令の制定は何年ですか」とたずねられると，「701年です」と答えることができます。

何らかの手がかりが与えられたとき，必要な情報の想起に成功するかどうかは，長期記憶の情報がどのように構造化されているかに依存します。ある手がかりが与えられたとき，必要な情報が想起されるためには，その情報が手がかりとリンクされている必要があります。これは符号化特定性原理（encoding specificity principle）[[1]](#endnote-1)と呼ばれる記憶の原理です。このリンク構造は学習時に構成されるはずですから，学習時にどのような情報をどのように関連づけて記憶したかによって，のちの想起が成功するかどうかが決まることになります。

テストでの問題が，歴史上の出来事に対してその年を答えたり，英単語に対してその意味（日本語）を答えたりする単純なものであれば，「AはX」のような単純な連合を記憶しておけば対処できるかもしれません[[2]](#endnote-2)。しかし，問題がもう少し複雑になると，それでは対処できないでしょう。高校で日本史を学んだ人は，次の問題[[3]](#endnote-3)に正解できるでしょうか？

次のものを年代が古い順に並べてください

1. 墾田永年私財法
2. 三世一身法
3. 荘園の成立
4. 班田収授法

正解は4-2-1-3です。この問題を含む調査によって，大学生が行ってきた学習方法を研究した西林によると，この問題に正答できた人とできなかった人では学習方法が異なっていたそうです。正答できなかった学生は，歴史上の出来事を個別に，年代は語呂合わせで覚えるという学習を行っていました。これに対して，正答できた学生は，公地公民といった土地制度の規制が穏やかになり，徐々に崩れていって荘園制が成立したという過程の中で，それぞれの出来事をとらえていました。こうした学習法の違いは，当然ながら，長期記憶の構造を異なったものにしたはずです。この違いがこの問題に正答できるかどうかを分けます。

出来事と年の単純な連合を学習する方が，歴史の流れに個々の出来事を関連づける学習よりも，記憶すべき情報は少なくて単純であることに注意してください。たくさんの情報を記憶することは大変なように思いますが，情報の要素間にうまくリンクを作ることができれば，想起は容易になります。英単語の学習では，単語と日本語の意味をペアで繰り返し覚えるという学習が行われがちです。これは必ずしも間違った学習ではありませんが，想起しやすく，さまざまな問題形式に対応できるようにするためには，学習方法を工夫するとよいでしょう。

学習方法の工夫は学習方略（learning strategy）と呼ばれます。単純な繰り返しも学習方略のひとつですが，たくさんの情報を整理して検索しやすい構造の知識を獲得するには，異なった学習方略を試す価値があるでしょう。

1. あたりまえのことを述べているようですが，「原理」ですから例外なく成立しなければなりません。ここで符号化（encoding）とは，生体の外部にある情報を内部に取り込むことを意味します。理解とは既有知識を用いて外部の情報が解釈されること，学習とは新しい情報が内部の知識に組み込まれることであると考えられます。 [↑](#endnote-ref-1)
2. 心理学の記憶実験では，単語のペアを記憶し，ペアの一方を手がかりとして呈示してもう一方の想起を求める，対連合学習（paired associate learning）という方法があります。 [↑](#endnote-ref-2)
3. 西林克彦 (1994) 間違いだらけの学習論 新曜社 p.4 [↑](#endnote-ref-3)