

自我体験研究の概観と展望

千 秋 佳 世

1. はじめに

“我々はどこから来たのか、我々は何者か、我々はどこへ行くのか”。これは画家ゴーギャンが、タヒチ島移住後の1987年に描いた作品のタイトルである。筒井（2004）によるとこの問いかけは、紀元前1世紀頃から流布し始めたかなり普遍的な言い回しであり、2世紀頃にはキリスト教グノーシス主義のデオドトス、1世紀にはローマの詩人ペルシウス、5世紀にはキリスト教教父アウグスティヌスが、それぞれの著書で引用し、答えることを試みていると言う。紀元前の昔から、人は自らのルーツ、存在の意味を問い続けており、それは今なお、宗教、芸術、哲学、心理学と様々な分野に広がりながら、引き継がれていると考えられる。

それでは、このように「私の存在について問うことができる私」、いわばメタ的な「私」の意識は、いつ頃、どのような形で、私たちの中に生まれるのだろうか。

生まれたばかりの乳児は、自他未分化な状態に生まれ、原初的一体感の中に生まれている。それ以降も、Piagetが指摘するように自己中心性の強い世界観の中に生きているが、次第にそこを脱し、自己と他者、外界との関係を相対的に見ることができる視点を獲得できるようになると考えられてきた。しかし、こうした自己認識や世界観の変化が急激な形で訪れ、それが大きな体験として記憶に残る場合があるらしいとい

うことが、自我体験（Ich-Erlebnis）という現象として報告されている。

科学としての心理学において、主体としての自己を研究対象とするのは長らく困難とされてきたと言える（榎本, 2008）。James（1892）は、知者であると同時に被知者であり、主体であると同時に客体でもある自己の二重性を指摘し、自己を知る主体としての自己（主我）と知られる客体としての自己（客我）の2側面に分けたが、心理学が対象とできるのは、“客体としての自己”に限定されていると考えられてきた。この立場はその後も引き継がれ、例えばJaspers（1913）は、“一体個々の人間がその本来の自己がなんであるかという問題には、心理学的に答えられない”と述べている。

自我体験の研究は、このように心理学の対象外とされてきた「主体としての自己」の領域に踏み込むことであり、さらには、それを個人の主観的体験から検討しようという、二重の困難を有している。しかし、上述のように人は、数千年の昔から「私とは何か」について問い続けずにはいられないし、その問いの生起が個人の体験の中に認められるのだとしたら、それは検討に値するものと考えられる。

本論ではこれまでの研究の歴史を振り返ると同時に、今後の研究の展開可能性について検討する。自我体験研究の近年のレビューとしては高石（2016）が挙げられるが、本論では筆者自身の研究における視点を明らかにすることも目

的としたい。

2. “自我体験”のはじまり

第一次世界大戦の後、ドイツにおいて Spranger (1882-1963) が火付け役となり、青年心理学が盛んとなった。その潮流の一人である Bühler (1893-1974) は、それまで多用されてきた質問紙調査法に対して、より青年の深層心理に迫るために日記を材料とした青年心理学研究法をはじめて導入した (山田, 2005)。Bühler (1921) は著書『青年の精神生活 (*Das seelenleben des jugendlichen*)』の中で、ルドルフ・フォン・デリウスという青年の次のような日記を紹介している。

夏の盛りであった。私はおよそ 12 歳になっていた。(中略) 私は起き上がり、ふり向いて膝をついたまま外の樹々の葉をじっと見た。この瞬間に私は自我体験をした。すべてが私から離れ、私は突然孤独になったように感じた。妙な浮かんできているような感じであった。そして同時に自分自身に対する不思議な問い、お前はルディ・デリウスか、お前はお前の友達がそう呼んでいるのと同じ人間か、学校での一定の名前をもち一定の評価を受けるその同じ人間なのか、お前は同一人物か。私の中の第二の私が、ここでまったく客観的に名称としてはたらくこの別の私に向かい合った。それは、今まで無意識的にそれと一体をなして生きてきた私の周囲の世界からのほとんど肉体的な分離のごときものであった。私は突然自分を個体として、取り出されたものとして感じた。私はそのとき、何か永遠に意味深いことが私の内部に起こったのをぼんやり予感した。それゆえその部屋、ベッドにひざまずいたこと、ふりむいたこと、この瞬間がやはり鮮明に記憶に残った。何か精神的

閃光が突然私の中に射し込んだようだった。(そして今なおたびたびくりかえされるこの体験からの結論は) 血縁関係をもった古い自然—父という概念、兄弟という概念—が突然なんの意味も持たなくなってしまう。そして強くしぼりつける力をもった故郷も離れ落ちた。それははぎとられた皮膚のように下に横たわった。—自我は自由となり、解放され、漂い、自分自身の中に憩い、それゆえに無責任で、独自で、価値があり、世界にとって到達しがたく、破壊しがたいものとなった。—自我体験は第二の誕生のごときものである。精神的な臍の緒が切れる。われわれはもう環境という母胎の血にほんやりと養われるのではない。血の循環は今や自分自身の中だけで行われなければならない。自立して鼓動する心臓が生まれる。

Bühler (1921) はこの青年の体験を、日記の中の言葉から“自我体験 (Ich-Erlebnis)”と名付け、“思春期に起こる自我の構造的変化の突然の意識化”、“自我が突如その孤立性と局限性において経験されること”と定義した。しかし、第二次世界大戦へと向かう社会情勢を背景に、青年心理学も衰退し、自我体験に関する研究も潰えてしまうこととなった。

3. 日本における研究調査の展開

(1) 研究の萌芽

ドイツ青年心理学の影響を受けていた戦前の日本の心理学界では、自我体験に言及した研究報告もみられたようだが (榎本, 2008)、戦後、アメリカの影響が心理学にも及ぶ中、行動主義全盛の時代を迎え、自我体験の研究は見られなくなる。

その後、哲学者、現象学者である Spiegelberg (1961) が、日本で刊行されていた雑誌『ブシコロ

ギア (*Psychologia*)』に、“I-am-me'experience”として、Bühler (1921) の言う自我体験に近い体験についての質問紙調査結果を寄稿したのだが、上記のような時勢もあってか、ほとんど注目を浴びなかったようである。

その後、再び自我体験が取り上げられたのは、臨床心理学の領域においてであった。西村 (1978) は Bühler (1921) の事例に加え、棟方志功や土井健郎らの自伝的事例を紹介し、自我体験を“自分が自分自身であるという、内なる自己との出会いの体験である”と定義した。さらに、自我体験は精神病理学的に見れば離人体験にきわめて近いものであり、“その裏には自分が自分でないというもう一つの世界が広がっている”として、自我体験の危機的側面に注目した。自我体験を意識化するとき、人は絶対的安定と絶対的不安の境界に立っており、そのどちらが見えているかによって、体験の意義が異なってくると指摘している。危険性を教えるひとつの例として、数々の詩を遺して12歳で自死した岡真史少年の例を紹介している (岡, 1976)。しかし、危機的側面の一方で、自我が確立された例として、Jung (1963) の自伝における次の記述を挙げている。

私は長い道をたどって学校へ行っていた。その時ふいに、ほんの一瞬間だったが、私は濃い雲から出てきたばかりだという抗しがたい強い印象を受けた。私にはすぐにすべてのことがわかった。今や、私は私自身なのだ！それまでは、まるでやの壁が私の背後にあるようだった。そしてその壁の後には、まだ“私”はなかった。けれどもこの瞬間、私は自分自身に出くわしたのである。以前、私は存在はしていたけれども、すべてがたまたま私に起こっただけだったのである。それが、今や私は、私自身に出くわした。今や私は、私が今自分自身であり、今、私は存

在しているのだということを知った。以前は、これやあれやするように命じられていたのだったが、今や私は、自分の意思を働かせるようになったのである。... つまり、私の中に“権威者”がいたのである。

この Jung (1963) の体験について、“自我体験をもつということは自分を取りまいていたひとつの世界から抜け出して独立性を獲得することを前提としているらしい”“自我体験がときとして離人体験とか自殺等を伴う危うい体験でありながら、真に個人の独立を支え、その人の一生の方向付けをするのは内なる自己の認識が絶対的な安心感とエネルギーを与えるからではないかと思われる”と考察している。また、これらの検討を通し、自我体験は一種の啓示的体験で宗教体験にも近いものであり、一般には起こりにくいものと結論付けている。

(2) 調査研究の開始

このように自我体験は、日本において、臨床心理学の思春期危機の文脈の中で再び検討されることとなった。西村 (1978) の報告の後、例えば田畑 (1985) は、臨床事例の考察の中で自我体験に言及している。田畑 (1985) によると、不登校を主訴に来談した高校生のクライアントから、面接が深まる中で児童期の自我体験が語られ、“あまりにも早い、しかも、安定した基盤がない自我体験は、危険をはらんでいる”と指摘している。

こうした流れの中で、実証的な調査研究も開始される。高石 (1988, 1989) は西村 (1978) の考察から、自我体験を“青年期初期の自我意識の変容と危機との関係を探る有効な鍵” (高石, 1989) と考え、探索的に調査研究を開始した。高石 (1989) は、Bühler (1921) や西村 (1978) の考察をふまえ、自我体験を以下の7つの下位

概念に分類した。

- ①孤独性（自我を外界から分離隔絶されたものとして感じること）
- ②独自性（自我を単一・独自の有限な個体として認識すること）
- ③自我意識（自我の対象的把握）
- ④自律性（内的権威の発見とその重視）
- ⑤変化の意識（過去との断絶感、及び未来への展望）
- ⑥空想嗜好（内界への集中的関心及び一人で空想に耽ること）
- ⑦自然体験（自己の気分の外界への投影として、自然を幸福と美として意識すること）

これら7つの下位概念から“自我体験尺度”を作成し、中学・高校の女子学生622名を対象に体験の有無を問う質問紙調査を実施したところ、殆どの回答者から体験に関わる想起が得られ、最初の体験の生起は10歳頃としたものが最も多いという結果が得られた。この結果は、自我体験が西村（1978）が言うような特殊な体験とは必ずしも言えず、しかも思春期・青年期心理学の枠組みに収まらない可能性を示唆し、後に続く研究に大きな影響と方向性を与えたと考えられる。しかし、後に高石自身が言及しているが、“自然体験”や“空想嗜好”など自我体験としては弁別力の低い項目が混在しており、議論の余地を残している（高石, 2004a）。また、臨床心理学に立脚する高石は、自我体験の研究動機として、“生き方すら大きく変わらざるを得ないような、個人の内面における心理的解体と再構成の危機的体験が、いつ頃、どのようにして、どのような人に起こり、どんなふうにしてその後の人格形成に影響を及ぼすかという、変容の体験過程”にこそ関心があり、「私とは何か」といった自我体験の問いに答えるこ

とや、体験者がどのような論理的・哲学的解決を得たかのか等には主眼がないことを明言している（高石, 2004a）。

一方、渡辺（1992、1995、2002、2009）は“体験の明確な理解なしには的を射た心理学研究も成立しがたい”（渡辺, 2009）という立場から、自我体験の構造を分析し明示化することを目指している。渡辺・小松（1999）では345名の大学生を対象に質問紙調査を実施し、自由記述から140の自我体験の事例を得た。そこから自我体験の4つの下位側面として、“自己の根拠への問い”“自己の獨一性の自覚”“主我と客我の分離”“独我論的懷疑”の4つを抽出している。また、体験の初発時期は児童期にほぼ集中するという結果を得ている。渡辺の特徴的な点は、“独我論的懷疑”（後に“独我論的体験”）（渡辺, 2009）に注目している点である。“独我論的懷疑”とは、“他人も自分と同じようにものを考えたり感じたりするのだろうかとか、私だけが本当に生きていて他人はみんな機械のようなものではないかとか、思ったことがある”というように表現される体験であり、渡辺・小松（1999）ではその定義について、“「私」の孤立性・唯一性・例外性が強く意識され、さらにこうした「私」の性質と整合するように「私」を中心とした独特な世界観が形成されていること”としている。また、渡辺は近年ではSpiegelberg（1961）の報告を見直し、これまでの自我体験研究を現象学的な研究へと読み替える試みを行っている（渡辺, 2012）。

次に、天谷による一連の研究（2001、2002、2004、2005、2011）では、自我体験の“私はなぜ私なのか”という問いにおいて、第1に出てくる“私”を“私1”、第2に出てくる“私”を“私2”に分け、概念化している。“私1”とは、その人の属性や身体といった諸規定から成る、具体的に現在ある個人としての“私”とは独立したも

のである。James (1892) の主我や、永井 (1991) による“この私という特別なあり方そのもの”を示す<私>に相当するとする。一方“私2”とは、“ここにいる、この時代にいる、このような体で、このような特性をもつ”私である。その上で、自我体験とは“私1”についての“なぜ”という問いとして定義し、下位側面として“存在への問い”“起源・場所への問い”“存在への感覚的違和感”の3つを設定した。この定義に基づいた中学生、高校生、大学生を対象とした調査結果からは、自我体験は約半数前後の人に見られる、かなり身近なものであることが明らかになった。また、初発時期は小学校半ばから後半という、児童期後期に多いことが報告されている。このような検討を経て、天谷 (2011) は、“自我体験は、感情を伴うことが多いが、基本的には認知的な体験で、個人差のある知的活動の一つ”と位置付けるに至っている。

なお、西村 (1978) の報告以降、自我体験の研究は日本のみにおいて展開されていると考えられてきたが、オランダの発達心理学者である Kohnstamm (2004) の著作が渡辺・高石によって邦訳され、オランダ・ドイツ・スイス・オーストリア・ベルギーの自我体験の事例が紹介された。事例の内容はこれまで日本で報告されてきたものと大きな違いはなく、自我体験は文化を超え、一般的に生じる体験であることが確認されたと考えられる。しかしながら、それにも関わらず、自我体験の研究は1980年代以降の日本以外においてはほとんど積み重ねてこられなかったと言える。なお、1980年代の高石の研究を嚆矢として、日本において自我体験研究が展開した背景として、高石 (2016) は、1970年代末頃より、それまでの近代科学の在り方を見直すパラダイムシフトが日本のアカデミズム全体に生じつつあったこと、その動きに注目した臨床心理学者の河合隼雄が、客観的事実のみ

ではなく、「私」という主体を入れ込んだ新しい方法論を構築しようとする中、事例研究をその一つとして展開したことを挙げている。さらに、2000年代以降の質的心理学研究の発展も追い風となったことを指摘している。

4. 自我体験研究の課題と可能性

(1) 自我体験の多様な捉え方

これまでの研究から、当初は青年期、思春期のものと考えられていた自我体験が、それよりもかなり早く児童期後半を中心に生じやすいこと、およそ半数の人が経験する、決して特殊な体験では無いことが分かってきたと言える。しかし、すべての人が体験するわけではないため、共通した発達上のテーマや発達課題として扱うことはできず、また、病理的世界に近接するとは言え、全ての自我体験が病的体験とは言えない。こうした自我体験にまわりつくどこか「おさまりの悪さ」のようなものが、自我体験が広く研究対象とされてこなかった一つの背景として考えられる。また、何を持って自我体験とするか、自我体験のどこに着目するかは研究者によって異なっている点も、課題として挙げられる。臨床心理学的アプローチから個人の変容過程としての側面を捉えようとする高石、哲学的・現象学的に体験の明示化・構造化を目指し、独我論的体験にも関心を寄せる渡辺、発達心理学の枠組みから、知的活動の一つとして自我体験の諸相を研究する天谷の研究等、主要な研究者でもアプローチは多様である。高石 (2004b) は、“研究対象としての“自我体験”を明確に定義し、研究者間で共有できる概念を構築するのは難しい作業である”と述べている。

千秋・市原 (2014) では、高石 (2004b) のこの指摘を受け、先行研究によって作成されて

きた自我体験尺度を併せて実施することで、自我体験を包括的に捉えることを試みている。渡辺・小松(1999)、高石(2004a)、天谷(2004)より自我体験に関する項目(各19項目、34項目、15項目)を集め、項目の持つ要素を幅広く残すことを方針として、52項目の自我体験尺度を作成した。これを大学生226名に施行し因子分析を行ったところ、抽出された5因子のうち2因子は高石(2004a)の項目のみで構成され、天谷(2004)の項目は1因子のみに全て含まれる等、研究者が自我体験のどの側面を重視するかという、捉え方の差を示す結果となった。

しかしこの結果は、自我体験の定義の難しさや混乱のみを示すものだろうか。むしろ、こうした多様な側面を持つ体験が、自我体験として捉えられている状況自体に、ひとつの意味があるのではないかと考える。自我体験は、心理学上の操作的定義や構成概念としての「私」ではない、主観的体験から見出される「私」を問題にしている。捉え方や定義の多様性を、主観的体験としての多様性、すなわち「私」の成り立ちの多様性としても考え得るのでは無いだろうか。捉え方が多様であるとは言え、自我体験が「それまで自明であった私や世界の認識に疑問や違和感などの変化が生じる体験」であることは、少なくとも共通していると言って良いだろう。その上で、自我体験という語が指し示す現象には幅の広さを与え、臨床心理学、発達心理学、自己心理学、そして心理学の枠組みを越えて学際的なアプローチを試みるのが今後の研究可能性を広げていくのではないかと考える。

(2) 自我体験の「身体性」について

「はじめに」で述べたように、自我体験は発達の過程における自己認識の変化や、相対的な世界観の獲得という、大きな認知的転回のひとつとして考え得る。そうした意味では、体験に

伴う感情や周辺的な状況描写などを削ぎ落していけば、純粋な知的活動の一つとして捉えられるかもしれない。しかし、これまでの自我体験の報告例や、筆者自身が出会った調査事例を考えると、体験に伴ういわば枝葉の部分にこそ、語り手の生き生きとした個性が宿っているように感じられる。そもそも、自我体験の事例では、私という存在への違和感や疑問に加え、体験時の状況が詳細に想起される場合が多い。それは、その時の自分の目や耳、身体で捉えた感覚と分かちがたく結びついているからではないだろうか。

体験内容自体に、身体感覚への言及が含まれることもある。千秋(2009)の調査では、中学一年生の頃、自分が存在しているということを急に実感し、“もどかしいような恥ずかしいような不思議な感覚”に襲われたという事例が報告されている。その際、“鼓動が早まったり、心拍数があがったり、汗をかいたり、ものすごい生理反応”が生じたという。また、千秋(2009)の別の事例では、小学校3、4年生の頃、一人で留守番をしている際の孤独の中での体験が、次のように語られている。

心臓の音だとか、自分が生きていることを意識してしまう。(中略)自分自身がしっかりいるんだ、と意識すると、ああ、人間てこういうものなんだ、って思ってしまったてこわくなる。これからずっとこの体で生きてくんだと思うと、どうして、じゃあなんで私はこういう存在として生まれてきたんだろう、これからどうなるんだろうかと考えると、何か途方もない感じになってくるというか…。内臓感覚みたいなものを意識してしまう。心臓が動いてて、血が流れてて…。体の中がどうなってるかという知識もあったので、自分の中まで意識してしまう。なんか…泣きたくなってしま…。

自我体験が「思考」ではなく（体験の内容として哲学的な思考過程があったとしても）「体験」としてとらえられる所以は、一つにはその非言語的なイメージも含む生々しい身体性を有するからではないかと考えられる。「体験」としての成り立ちに立ち返り、身体性へ着目することも、自我体験を捉えるひとつの手がかりとなるのではないかと考える。

(3) 「語られるもの」としての自我体験

自我体験が上述のような身体やイメージの次元を含みこんだものであるならば、記述式の質問紙調査では限界があることは明白である。面接調査の中で、個々の「語り」としての扱いが適していると考えられる。高石（2016）が“臨床心理学領域での第二世代”と呼ぶ一群の研究、千秋（2008、2009、2010）、清水（2008a、2008b）などは、こうした語りとしての自我体験について事例研究的な考察が行われているのが特徴と言える。

高石（2013）は、自我体験が“瞬時に焼き付けられたイメージ体験”である場合があり、それは“ヴィジョン（vision）”としての性質を持つと述べる。“これらヴィジョンとしての自我体験は、おそらくその瞬間には自分にとって重要で決定的な何かが起きている……という感覚的体験でしかない（新たに生じた”私”の視点から、まだその体験を言語化できない）という点では、トラウマ性の記憶に近いメカニズムで刻まれるものと言ってよいのかもしれない”と述べている。誰しものように、ヴィジョンに近い印象的な自我体験をしているわけではないが、体験の最中での言語化の難しさは、先行研究でも示されてきている。自我体験とは、振り返りの中で「あれは何だったのだろう」という形で意識化されるのかもしれない。これまでの自我体験の調査では、体験の現場を捉えるので

はなく、回想法という遡及的な方法をとっている点も課題として考えられてきた（高井、2004など）。しかし、自我体験とはむしろ、回想として語られることで始めて輪郭を取り、意味づけられる性質の現象なのではないかと考えられる。

ここで注意しなければならないのが、基本的に他者に開示されることはないという自我体験の一つの特徴である、千秋（2010）の調査では、“何と伝えて良いのか分からない”、“忌まわしいことのような気がした”、“こんなことを考えているのは自分だけに違いないと思っていた”という感覚を体験者が有し、他者への開示を留まらせていたことが報告された。すなわち、調査の場で初めて体験が語られる可能性が高いことが考えられる。調査者には倫理的な配慮が必要となると同時に、自我体験が語られる場で一体何が生じているのか、場そのものの検討も重要になってくると考えられる。また、主観的体験であり、主体的な自己の成立という側面が注目される自我体験であるが、聞き手としての調査者が、他者としてどのように立ち現れてくるのかという点も検討すべきであろう。

5. おわりに

ドイツ青年心理学の潮流の中で見出されたものの、その後長く注目を集めることのなかった自我体験は、時を経て日本において、再び検討されることとなった。青年心理学という枠組みすらも早々に飛び出し、手探りで調査研究が進んできたと言える。本論ではこうした歩みを振り返るとともに、今後の研究可能性として、自我体験の身体性、語りの場で生じることや、他者性への注目という視点を示した。

最後に、“世界のひみつ”（作詞：淵上純子、作曲：サキタハジメ）という歌の詞を引用し、

本論を閉じたい。独我論的懷疑を歌うこの曲は、NHKの子供番組『シャキーン!』で毎朝放送されていた。自明性の揺らぎがこのように、気付けばふと身近にあるように、「私とは何か」という古代より先人たちが抱え続けた謎は、幼い子どもたちの日常の中に突然現れ、時に鮮烈な印象を残し、その人の核を作っていく。この事実こそが不思議であり、大きな謎と言えるのではないだろうか。

目を閉じているあいだ
世界は ほんとにあるのだろうか
開けてるときだけあるふりを
してるってことはないのかな

今日こそ たしかめよう
今日こそ たしかめたくて
ゆっくりゆっくり 目をとじる

薄目でながめる
世界はまだある
目を閉じたら
いつの間にか眠って
また朝がきた
世界はあった

まばたきの瞬間の
世界は いつも同じだろうか
ものすごい速さで 知らない世界に
変わってないかな

開けた世界と
閉じた世界が
あべこべに あらわれるかも

いつもの教室 いつものみんな
目が乾いて眠いな

鉛筆の音 足音 校庭の音 風
窓側の手が暑い
誰かの声 先生の声
しまった!授業中!

文献

- 天谷祐子 (2001) 自我体験に関する縦断研究—小学校高学年生・中学1年生を対象として— 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要 (心理発達科学), 48, 97-106.
- 天谷祐子 (2002) 「私」への「なぜ?」という問いについて: 面接法による自我体験の報告から 発達心理学研究, 13 (3), 221-231.
- 天谷祐子 (2004) 質問紙調査による「私」への「なぜ」という問い—自我体験—の検討 発達心理学研究, 15 (3), 356-365.
- 天谷祐子 (2005) 自己意識と自我体験—「私」への「なぜ」という問い—の関連 パーソナリティ研究, 13 (2), 197-207.
- 天谷祐子 (2011) 私はなぜ私なのか 自我体験の心理学 ナカニシヤ出版
- Bühler Ch. (1921) *Das Seelenleben des jugendlichen*. Stuttgart-Hohenheim: Fisher verlag. 原田茂 (訳) (1969) 青年の精神生活 協同出版
- 榎本博明 (2008) 自己心理学の位置づけと可能性 榎本博明・岡田努編 自己心理学 I 自己心理学研究の歴史と方法 金子書房
- James, W. (1892). *Psychology*. Briefer Course. 今田寛 (訳) (1992/1993) 心理学上・下 岩波書店
- Jaspers, K. (1913/1948) *Allgemeine Psychologie*. 内村祐之ほか (訳) (1953/1955/1956) 精神病理学総論 (上・中・下) 岩波書店
- Jung, C.G. (1963) *Memories, Dreams, Reflections*. New York: Pantheon Books. 河合隼雄他 (訳) ユング自伝 I—思い出・夢・思想 みすず書房
- 永井均 (1991) <魂>に対する態度 勁草書房
- 西村洲衛男 (1978) 思春期の病理—自我体験の考察— 中井久夫・山中康裕編 思春期の精神病理と治療 岩崎学術出版社 pp255-285.
- 岡真史 (1976) ほくは 12 歳—岡真史詩集 高史明・岡百合子編 筑摩書房
- 千秋佳世 (2008) 自我体験とノスタルジーに関する一考察 京都大学教育学研究科附属臨床教育実践研究センター紀要, 11, 50-56.

- 千秋佳世 (2009) 自我体験と身体 伊藤良子・大山泰宏・角野善宏編 心理臨床における身体 創元社
- 千秋佳世 (2010) PAC 分析を応用した自我体験の語りに関する一考察 心理臨床学研究, 28 (4), 434-444.
- 千秋佳世・市原有希子 (2014) 自我体験の体験類型および離人感との関連に関する研究 心理臨床学研究, 32 (1), 72-84.
- 清水亜紀子 (2008a) 自我体験について「語り—聴く」体験をめぐる一考察 京都大学大学院教育学研究科紀要, 54, 464-124.
- 清水亜紀子 (2008b) 「体験の語り」においてイメージが果たす機能—「自我体験の語り」現れるイメージを素材にして 藤原勝紀・田中康裕・皆藤章編 心理臨床における臨床イメージ体験 創元社
- Spiegelberg, H. (1961) On the "I-am-me experience" in childhood and adolescence. *Psychologia*, 4, pp135-146.
- 田畑洋子 (1985) “お前は誰だ!” の答えを求めてある登校拒否女子高生の自我体験 心理臨床学研究, 2 (2), 8-19.
- 高井弘弥 (2004) 紙上シンポジウムへの補足とコメント (指定討論2) 渡辺恒夫・高石恭子編 <私> という謎 自我体験の心理学 新曜社 pp190-193
- 高石恭子 (1988) 青年期の自我発達と自我体験について 京都大学教育学部紀要, 34, 210-220.
- 高石恭子 (1989) 初期及び中期青年期の女子における自我体験の様相 京都大学学生懇話室紀要, 19, 29-41.
- 高石恭子 (2004a). 子どもが <私> と出会うとき 渡辺恒夫・高石恭子 (編) <私> という謎 自我体験の心理学 新曜社 pp43-72.
- 高石恭子 (2004b) 紙上シンポジウムへの補足とコメント (指定討論1). 渡辺恒夫・高石恭子 (編) <私> という謎 自我体験の心理学 新曜社 pp185-190.
- 高石恭子 (2013) 青年期初期からみた子ども時代の記憶—自我体験の想起と語りの意義—森茂起編 自伝的記憶と心理療法 平凡社 pp111-137.
- 高石恭子 (2016) 訳者解説—自我体験研究の展望
- Kohnstamm, D. (2004) Und plötzlich wurde mirk lar: Ich bin ich!: Die entdeckung des Selbst im Kindersalter. Aus dem Niederländischen übersetzt von Matthias Wengeroth. Bern: Verlag Hans Huber. 渡辺恒夫・高石恭子 (訳)*
- (2016) 子どもの自我体験 ヨーロッパ人における自伝的記憶 金子書房 pp246-263.
- 筒井賢治 (2004) グノーシス 古代キリスト教の <異端思想> 講談社選書メチエ
- 山田剛史 (2005) 青年期固有の文脈を考慮した自己形成の構造とプロセスに関する研究 神戸大学大学院総合人間科学研究科 (人間形成科学専攻 発達基礎論講座) 博士学位論文 (未公刊)
- 渡辺恒夫 (1992). 自我の発見とは何か—自我体験の調査と考察 東邦大学教養紀要, 24, 25-50.
- 渡辺恒夫 (1995) 再論 自我の発見とは何か—その意義と方法論的問題 東邦大学教養紀要, 27, 63-85.
- 渡辺恒夫 (2002) 自我体験の類型、判定基準、およびアイデンティティとの関係 東邦大学教養紀要, 34, 9-25.
- 渡辺恒夫 (2009) 自我体験と独我論的体験 自明性の彼方へ 北大路書房
- 渡辺恒夫 (2012) 自我体験研究への現象学的アプローチ 質的心理学研究, 11, 116-135.
- 渡辺恒夫・小松栄一 (1999) 自我体験：自己意識発達研究の新たな地平 発達心理学研究, 10 (1), 11-22.

Abstract

Review of Literature on “I-experience”

Kayo SENSYU

The purpose of this study was to review the literature on “I-experience,” which was first investigated by Bühler (1921). I-experience is an important phenomenon, because it is deeply related to the establishment of “I: Self as knower” (James, 1892). Nevertheless, little attention had been given to I-experience for a long time, because of historical factors and difficulties studying a subjective experience. In Japan, interestingly, several studies have been conducted on I-experience over the past few decades. They began with a report by the clinical psychologist Nishimura (1978), who discussed the concept of “I-experience” and was concerned with the crisis aspect of I-experience, that is, it influenced the establishment of the “I”; however, it also caused confusion and was related to depersonalization. After this proposal by Nishimura, empirical studies using questionnaires or semi-structured interviews were initiated. There was some confusion, because each researcher had a different point of view. In this article, I attempted to examine each viewpoint and share my thoughts. For one thing, I proposed that it is important to note the physical sensation involved in I-experience, because many people who had an I-experience remembered vivid sensations and that it was not a conceptual phenomenon. For another, it is necessary to examine what happens in the narrative of an I-experience from the viewpoint of clinical psychology, because it is possible that I-experience involves a traumatic memory.

Key words : I-experience, Self as knower, narrative