

空想傾向とレジリエンスの関連

—— 日本人青年期データによる検討

坂田 浩之 ・ 川上 正浩 ・ 小城 英子

臨床心理学専攻教授 臨床心理学専攻教授 聖心女子大学
カウンセリングセンター相談員

要約

本研究は、空想傾向の健康的、適応的で、心理的機能を高める側面について検討するために、空想傾向とレジリエンスの関連について検討することを目的とした。CEQ-J (岡田ら, 2004) と 2次元レジリエンス要因尺度 (平野, 2010) を用いた質問紙調査に日本人大学生、高校生 290 名が参加した。相関分析の結果、空想傾向と資質的レジリエンス要因の「社交性」、「行動力」の間、獲得的レジリエンス要因の「問題解決志向」、「他者心理の理解」の間に効果量小の正の関連が認められた。本研究の結果から、空想傾向に健康的、適応的で、心理的機能を高める側面があることが示唆された。

キーワード：空想傾向、レジリエンス、不思議現象に対する態度

I 問題と目的

空想傾向 (Fantasy Proneness) とは、Wilson & Barber (1982) が催眠感受性の高い人々を “Fantasy-Prone personality” として取り上げたことで注目され、研究されてきた人格傾向である。空想傾向は、一日の大半の時間を白昼夢の中で過ごし、鮮明な空想に没頭し、空想したことを身体的に体験し、体外離脱などの異常な体験をしがちな、ふり遊びに従事する、安定的な特性様の症候群と説明される (Merckelbach et al., 2021; Wilson & Barber, 1982)。本研究においてもこの説明を空想傾向の定義とする。

Merckelbach et al. (2021) のレビューによれば、Wilson & Barber (1982) では人口の 2% から 4% だと推定されていた空想傾向は、その後の研究では、より多くの者に該当することが示され、空想や白昼夢は一般には健康的、適応的で、心理的機能を高めるものであると捉えられるようになってきた。たとえば、Plante et al. (2017) では、空想関与 (Fantasy Engagement) をポジティブなもの、ネガティブなものに分けて測定し、ウェ

ルビーイングとの関連を検討した結果、空想することが人生に肯定的な影響を及ぼしていると捉えるポジティブな空想関与とウェルビーイングの間に正の関連が示されている。また、Sugiura & Sugiura (2020) は、代表的な空想傾向に関する尺度であり、本研究においてもその日本語版が使用されている Creative Experience Questionnaire (Merckelbach et al., 2001) から抽出した 6 項目を用いて白昼夢を測定し、人生満足感との間に正の関連を見出している。さらに Sugiura & Sugiura (2020) は、アニメやゲームのためにどれくらいお金を使うか (オタク消費) とマインドフルネスの調整効果に関して検討し、オタク消費が高くかつ経験を判断する (マインドフルネスが低い) 者、あるいは、オタク消費が低くかつ経験を判断しない (マインドフルネスが高い) 者において、白昼夢と人生満足感および心理的ウェルビーイングの正の関連を見出している。

しかし一方では、Wilson & Barber (1982) 以来、空想への没入が過度であることが、苦痛を生じさせ、日常生活を損なう場合には不適応になり

うることも指摘されている。そして、空想傾向が適応的なものになるか不適応的な苦痛をもたらすものになるかは、それを自分でコントロールできるか、あるいはコントロールできると感じているか否かが鍵となることが指摘されている (Merckelbach et al., 2021)。

また、空想傾向は、逆境的小児期体験 (ACEs) から逃れるために生み出され、習慣化された自動的な防衛反応の一つとして、解離症状をはじめとするトラウマ関連の精神病理と重ねられて考えられてきた (Merckelbach et al., 2021)。Irwin (1993) も、子どもの頃の外傷体験が、コントロール感への希求を生み、それが空想傾向につながり、それが社会的文脈を背景として、不思議現象信奉 (Paranormal Beliefs) や超心理学的体験に結びつくというモデルを描いている。しかし、こうしたメカニズムとは独立に、創造性や適応的で楽しい空想活動を刺激する養育環境の中でも空想傾向が生じることも示されてきた (Merckelbach et al., 2021)。

以上のように、これまでの研究知見からは、空想傾向は対照的な側面を有していることが示されている。したがって、空想傾向を病的なもの、あるいは、創造的なものと一面的に捉えず、それぞれの人にとっての空想傾向の特徴や由来を適切に理解することは、空想傾向の強い子どもや大人を適切に支援する上で必要であると考えられる (坂田ら, 2021)。

日本においては、空想傾向と病的側面との関連について、岡田ら (2004) が、空想傾向と解離性体験の間に有意な正の相関が認められることを明らかにしている。一方、空想傾向の健康的、適応的、心理的機能を高める側面に関する日本における研究は、先述の Sugiura & Sugiura (2020) の他少ない。その中で、空想傾向の健康的、適応的、心理的機能を高める側面について、近年日本では、マインドワンダリングという概念を用いて検討されている。マインドワンダリングとは、注意がしばしば目の前の状況と直接関係のない思考や身体感覚 (空腹、眠気、嫌悪感など) に逸れ

てしまう現象を指す (梶村・野村, 2016)。山岡 (2022) は、デザイナー、研究者、音楽家などの創造的な職業従事者 269 名と一般職従事者 254 名に対する web 調査から、創造的な職業従事者の方が一般職従事者よりもマインドワンダリング傾向が高いことを明らかにしている。

そこで本研究では、日本人における空想傾向の健康的、適応的、心理的機能を高める側面について検討することを目的とする。そして、空想傾向の健康的、適応的、心理的機能を高める側面として、レジリエンスに着目する。

レジリエンスは、概念的な明確さに欠けている (Troy et al., 2023) が、概ね、あるシステムが、その機能、生存能力、発達を脅かす重大な試練にうまく適応する能力と定義できる (Masten, 2018)。徳田・杉若 (2022) は、大学生 230 名のデータを用いて、既存の 12 のレジリエンスを測定する尺度から抽出された 294 項目を整理して構成されたレジリエンス尺度と、青年用適応感尺度 (大久保, 2005) および GHQ-28 (中川・大坊, 1985) との関連を検討した結果、「他者の尊重・困難に対する肯定的評価」が青年用適応感尺度のすべての下位尺度 (居心地の良さの感覚、課題・目標の存在、被信頼・受容感、劣等感のなさ) と正の関連を示し、「切り替え・楽観性」が GHQ-28 のすべての下位尺度 (身体的症状、不安と不眠、社会的活動障害、うつ傾向) と負の関連を示すことを明らかにしている。また、平野 (2010) は多様なレジリエンス要因の中で、資質的な性質の強い要因と獲得的な性質の強い要因を分けて捉えることで、レジリエンスを後天的に高める方法を考えるための視座を得ることを目的として、2次元レジリエンス要因尺度を開発している。そして、この2次元レジリエンス要因尺度を用いて、心理的敏感さが高い人 (Highly Sensitive Person: HSP) のレジリエンスについて検討し、資質的レジリエンス要因は HSP 傾向の高い人の方が低いこと、HSP 傾向の高い人は資質的レジリエンス要因が高い方が心理的適応感が高いこと、獲得的レジリエンス要因は HSP 傾向の高さと関係なく高めていける可

能性があることを明らかにしている(平野, 2012)。

本研究においても、レジリエンスの測定に2次元レジリエンス要因尺度を用い、空想傾向の強い人におけるレジリエンスについて、資質的な性質の強い要因と獲得的な性質の強い要因を分けて検討する。そして、空想傾向の強い人のレジリエンスを後天的に高める方法を考えるための視座を得ることをめざす。

II 方法

1. 調査参加者

中部圏の2大学に所属する大学生198名および近畿圏の1女子高校に所属する高校生92名計290名(女性195名(67.2%), 男性94名, 不明1名)が調査に参加した。調査参加者の年齢の範囲は、17歳から24歳までであり、平均年齢はCreative Experience Questionnaire 日本語版を含む質問紙調査に関しては19.1歳、 $SD=1.5$ 、2次元レジリエンス要因尺度を含む質問紙調査に関しては、19.2歳、 $SD=1.5$ であった。

2. 調査時期

調査は2016年9月から2022年11月の間に実施された。

3. 質問紙の構成

1) Creative Experience Questionnaire 日本語版 (岡田ら, 2004) 25項目

Creative Experience Questionnaire 日本語版(CEQ-J)は、Merckelbach et al. (2001)が作成したCreative Experience Questionnaire (CEQ) 25項目を岡田ら(2004)が日本語に訳して構成した尺度である。岡田ら(2004)の大学生433名のデータによると、CEQ-J全25項目の尺度におけるCronbachの α 係数は.83である。坂田ら(2021)が、大学生女子244名に対して「まったくあてはまらない」を1、「どちらかといえばあてはまらない」を2、「どちらともいえない」を3、「どちらかといえばあてはまる」を4、「よくあてはまる」を5とする5段階評定で回答を求めて得られたデータに関して、探索的因子分析および確認的因子分析を行い、その結果に基づき、「異常

な体験」「子どもの頃の体験」「空想の鮮やかさ」の3下位尺度を構成している(α 係数は、それぞれ、.727, .690, .730)。確認的因子分析の適合度は、 $\chi^2(41)=79.114$, $p<.001$, GFI=.948, AGFI=.916, RMSEA=.061, CFI=.938である(坂田ら, 2021)。「異常な体験」は、「人生の中で、非常に強いやり方で自分に影響を与えた強烈的な宗教体験がある。」などの5項目により構成される。「子どもの頃の体験」は「子どもの頃、小人や妖精や、ほかのおとぎ話に出てくるような登場人物が実在していると強く信じていた。」などの3項目により構成される。「空想の鮮やかさ」は「自分の空想の多くは、現実のような鮮やかさ(リアリティ)をもっている。」などの3項目により構成される。本研究では、坂田ら(2021)と同じ5段階評定で回答を求めた。

2) 2次元レジリエンス要因尺度(平野, 2010) 21項目

2次元レジリエンス要因尺度(Bidimensional Resilience Scale: BRS)は資質的な性質の強いレジリエンス要因と獲得的な性質の強いレジリエンス要因の2次元を測定する尺度として平野(2010)が構成したものである。資質的レジリエンス要因を測定する下位尺度は、「楽観性」、「統御力」、「社交性」、「行動力」の4尺度である。獲得的レジリエンス要因を測定する下位尺度は、「問題解決志向」、「自己理解」、「他者心理の理解」の3尺度である。「楽観性」は、「困難な出来事が起きても、どうにか切り抜けることができると思う」など3項目により構成される。「統御力」は、「つらいことでも我慢できる方だ」など3項目により構成される。「社交性」は、「交友関係が広く、社会的である」など3項目により構成される。「行動力」は、「自分は粘り強い人間だと思う」など3項目により構成される。一方、「問題解決志向」は、「人と誤解が生じたときには積極的に話をしようとする」など3項目により構成される。「自己理解」は、「自分の性格についてよく理解している」など3項目により構成される。「他者心理の理解」は、「人の気持ちや、微妙な表情の変化

を読み取るのが上手だ」など3項目により構成される。平野(2010)の大学、専門学校、学生サークルに所属する18歳以上の男女759名のデータによると、「楽観性」は $\alpha = .77$ 、「統御力」は $\alpha = .48$ 、「社交性」は $\alpha = .85$ 、「行動力」は $\alpha = .72$ 、「問題解決志向」は $\alpha = .58$ 、「自己理解」は $\alpha = .54$ 、「他者心理の理解」は $\alpha = .67$ と下位尺度によると値の低いものも見られるが、確認的因子分析の適合度は、 $GFI = .933$ 、 $AGFI = .908$ 、 $RMSEA = .056$ と良好である。

項目間の順序は一通りのランダムな配置で並べられた。なお、APPLE改訂版(小城ら, 2017)などの他の複数の尺度と組み合わせで質問紙が構成された。質問紙に含まれるその他の尺度については、本研究では言及しない。

4. 手続き

心理学系の講義における授業時間内に、集団で質問紙への回答が求められた。所要時間はいずれも10分程度であった。

5. 倫理的配慮

回答に際しては、研究の目的が集団の傾向を把

握するものであること、調査の結果は統計的に処理され、個人の結果が問題とされたり、評価されたりすることはないこと、結果が研究の目的以外に使用されることはないこと、調査への参加は自由意思によるものであること、調査に参加しないことで不利益が生じることは一切ないことをフェイスシートに記載していた。フェイスシートに記載されたこれらの記載事項に同意する場合にのみ、調査に参加してもらった。また、フェイスシートに記名欄を設けず、無記名で回答してもらった。その代わりに各参加者にIDを割り振り、フェイスシートにはそのIDを記入してもらった。そして、複数回に分けて行われた調査データのマッチングは、そのIDを用いて行った。

6. 分析方法

本研究の分析にはHAD(清水, 2016)が使用された。

III 結果

1. 尺度の構成と得点の算出

CEQ-Jに関しては、岡田ら(2004)および坂

表1 各尺度の平均値、標準偏差、 α 係数

尺度	<i>M</i>	<i>SD</i>	α	Range	
				Potential	Actual
CEQ-J					
CEQ-J全体	2.49	0.56	.82	1-5	1.00 - 4.32
異常な体験	1.92	0.68	.54	1-5	1.00 - 3.80
子どもの頃の体験	2.86	1.05	.60	1-5	1.00 - 5.00
空想の鮮やかさ	3.05	0.96	.60	1-5	1.00 - 5.00
BRS					
(資質的レジリエンス要因)					
楽観性	3.42	0.92	.67	1-5	1.00 - 5.00
統御力	2.93	0.93	.54	1-5	1.00 - 5.00
社交性	3.00	0.87	.60	1-5	1.00 - 5.00
行動力	3.21	0.94	.71	1-5	1.00 - 5.00
(獲得的レジリエンス要因)					
問題解決志向	3.50	0.82	.58	1-5	1.00 - 5.00
自己理解	3.38	0.80	.48	1-5	1.00 - 5.00
他者心理の理解	3.69	0.84	.73	1-5	1.00 - 5.00

注) $N = 290$.

田ら (2021) において信頼性・妥当性の検討が行われているので、全体尺度に関しては岡田ら (2004) に倣い全 25 項目により構成し、下位尺度に関しては坂田ら (2021) に倣い構成した。BRS に関しては、平野 (2010) において信頼性・妥当性の検討が行われているので、平野 (2010) に倣い下位尺度を構成した。また、CEQ-J 全体および各下位尺度の α 係数を算出したところ、表 1 に示したように、CEQ-J 全体では $\alpha = .84$ と十分な値が示されたが、CEQ-J および BRS の各下位尺度に関しては、 $\alpha = .54$ から $.73$ と必ずしも十分ではない値が示された。しかし、 α 係数が大きいことを一元性 (等質性) の証拠とはできないことや、 α 係数は項目数の単調増加関数となることが指摘されている (岡田, 2015)。また、CEQ-J に関しては坂田ら (2021) において、BRS に関しては平野 (2010) において、良好な適合度が示されている。そこで、全ての下位尺度をそのまま以後の分析において使用することとした。CEQ-J 全体得点および CEQ-J, BRS の各下位尺度得点は、平均得点により算出した。

2. CEQ-J と BRS の相関

空想傾向とレジリエンスの関連について検討するために、CEQ-J の全体尺度および各下位尺度と、BRS の各下位尺度の間の相関係数を算出した。その結果を表 2 に示す。CEQ-J 全体に関しては、資質的レジリエンス要因の「社交性」、「行

動力」との間、獲得レジリエンスの「問題解決志向」、「他者心理の理解」との間に、有意な正の相関が認められた。「異常な体験」に関しては、資質的レジリエンス要因の「社交性」、「行動力」との間、獲得レジリエンスの「他者心理の理解」との間に、有意な正の相関が認められた。「子どもの頃の体験」に関しては、資質的レジリエンス要因の「楽観性」、「社交性」、「行動力」との間、獲得レジリエンスの「問題解決志向」との間に、有意な正の相関が認められた。いずれも効果量小の相関であった。一方、「空想の鮮やかさ」に関しては、BRS のどの下位尺度との間にも有意な相関は認められなかった。

IV 考察

本研究は、空想傾向の健康的、適応的で、心理的機能を高める側面について検討するために、空想傾向とレジリエンスの関連について検討することを目的とした。特に、空想傾向の強い人のレジリエンスを後天的に高める方法を考えるための視座を得ることをめざしていた。

本研究の結果から、空想傾向と資質的レジリエンス要因の「社交性」、「行動力」との間に正の相関が認められた。このことから、空想傾向が強い者は、社交性や行動力といったレジリエンス要因が高いことが示唆される。空想傾向の因子で見ると、「子どもの頃の体験」と「楽観性」との間に

表 2 CEQ-J 各尺度と BRS 各尺度の相関係数

	CEQ-J全体	異常な体験	子どもの頃の体験	空想の鮮やかさ
資質的レジリエンス				
楽観性	.05	.00	.13 *	.01
統御力	-.02	.05	.01	-.05
社交性	.20 **	.13 *	.18 **	.08
行動力	.17 **	.14 *	.18 **	.05
獲得的レジリエンス				
問題解決志向	.19 **	.09	.15 *	.08
自己理解	-.06	-.06	-.04	.05
他者心理の理解	.15 *	.13 *	.09	.08

** $p < .01$, * $p < .05$

も正の関連が認められた。このことは、楽観性という資質的レジリエンス要因を備えた者は、「子どもの頃、非常に容易に物語や映画の主人公に感情移入したり、一体感をもったりすることができた」などの体験を持ちやすいことを示唆する。

また、空想傾向と獲得的レジリエンス要因の「問題解決志向」、「他者心理の理解」との間に正の関連が認められた。空想傾向の因子で見ると、「異常な体験」は「他者心理の理解」との間に正の関連が認められた。このことから、「腐った食べ物を食べてしまったと想像すると、本当に吐き気をもよおしてしまうことがある」といった異常な体験を経験している者は、思いやりを持って人と接するなど他者心理の理解を獲得しやすいことが示唆される。また、「子どもの頃の体験」は「問題解決志向」との間に正の関連が認められた。このことは、「子どもの頃、非常に容易に物語や映画の主人公に感情移入したり、一体感をもったりすることができた」などの体験を持つ者は、嫌な出来事があったとき、今の経験から得られるものを探すなどの問題解決志向を獲得しやすいことが示唆される。

いずれも、空想傾向とレジリエンスとの間には、効果量は小さいながらも正の関連が認められており、このことは空想傾向が健康的、適応的で、心理的機能を高める側面を有することを示唆する。また、空想傾向と獲得的レジリエンス要因である自己理解の間に明確な関連が認められなかったことから、空想傾向の強い人に対して、自分の性格や感情の原因についての理解を促進することで、後天的にレジリエンスを高めることができることが示唆される。さらに、20歳から69歳の日本人成人5,043名のデータを用いてBRSによるレジリエンスと年齢の関連を検討した上野ら(2018)において、獲得的レジリエンス要因のみでなく資質的レジリエンス要因に関しても、年齢とともに上昇することが示されていることを踏まえると、空想傾向との関連が認められなかった資質的レジリエンス要因である統御力に関しても、その発達を促すことで、空想傾向の強い人のレジリエンス

を後天的に高めることができる可能性がある。上野ら(2018)の知見を踏まえると、本研究の結果において「空想の鮮やかさ」が資質的、獲得的両方のレジリエンス要因と明確な関連が認められなかったことに関しても、現実的な鮮やかさをもつ空想をすることが多い者のレジリエンスを後天的に高められる可能性を意味するものとして解釈できる。

本研究の限界と今後の課題は以下の通りである。本研究のデータは女性に偏っており、特に高校生データに関してはすべて女性のものであった。本研究における知見が、特に高校生男子にまで一般化可能であるかどうかはさらなる検討が必要である。また、本研究における知見が、「一日の大半の時間を白昼夢の中で過ごし、鮮明な空想に没頭し、空想したことを身体的に体験し、体外離脱などの異常な体験をしがちな、ふり遊びに従事する、安定的な特性様の症候群」という空想傾向の典型群に対して適用できるものであるのかに関してはさらなる検討が求められる。

以上のような、限界や課題はありつつも、本研究において、日本人においても空想傾向が健康的、適応的で、心理的機能を高める側面を有する可能性を示したことで、空想傾向が強い人の自己理解や統御力の発達を促進することが、後天的にレジリエンスを高めることにつながる可能性を示したことは、空想傾向の強い子どもや大人を適切に理解し、支援する上で有用であるといえる。

付記

本研究の一部は、科学研究費補助金基盤C「不思議現象と心理学教育(課題番号15K04038 研究代表者 小城英子)」の助成を受けて行われたものである。

文献

- 平野真理(2010). レジリエンスの資質的・獲得的要因の分類の試み. パーソナリティ研究, 19, 94-106.
- 平野真理(2012). 心理的敏感さに対するレジリ

- エンスの緩衝効果の検討. 教育心理学研究, **60**, 343-354.
- Irwin, H. J. (1993). Belief in the paranormal: A review of the empirical literature. *Journal of the American Society for Psychical Research*, **87**, 1-39.
- 梶村昇吾・野村理朗 (2016). 日本語版 DDFS および MWQ の作成. 心理学研究, **87**, 79-88.
- 小城英子・坂田浩之・川上正浩 (2017). 不思議現象に対する態度改訂版尺度の妥当性検証 (2) — 不思議現象に対する態度 (52) 日本心理学会第 81 回大会発表論文集, 156.
- Masten, A. S. (2018). Resilience theory and research on children and families: Past, present, and promise. *Journal of Family Theory & Review*, **10**, 12-31.
- Merckelbach, H., Horselenberg, R., & Muris, P. (2001). The Creative Experiences Questionnaire (CEQ): A brief self-report measure of fantasy proneness. *Personality and Individual Differences*, **31**, 987-995.
- Merckelbach, H., Otgaar, H., & Lynn, S. J. (2021). Empirical research on fantasy proneness and its correlates 2000-2018: A meta-analysis. *Psychology of Consciousness: Theory, Research, and Practice*, **8**, 1-25.
- 中川泰彬・大坊郁夫 (1985). 日本版 GHQ 精神健康調査票手引き. 日本文化科学社.
- 岡田斉・松岡和生・轟知佳 (2004). 質問紙による空想傾向の測定 — Creative Experience Questionnaire 日本語版 (CEQ-J) の作成. 人間科学研究, **26**, 153-161.
- 岡田謙介 (2015). 心理学と心理測定における信頼性について. 教育心理学年報, **54**, 71-83.
- 大久保智生 (2005). 青年の学校への適応感とその規定要因 青年用適応感尺度の作成と学校別の検討. 教育心理学研究, **53**, 307-319.
- Plante, C. N., Reysen, S., Groves, C. L., Roberts, S. E., & Gerbasi, K. (2017). The fantasy engagement scale: A flexible measure of positive and negative fantasy engagement. *Basic and Applied Social Psychology*, **39**, 127-152.
- 坂田浩之・川上正浩・小城英子 (2021). Creative Experience Questionnaire 日本語版 (CEQ-J) の因子構造の再検討. 大阪樟蔭女子大学大学院人間科学研究科臨床心理学専攻・附属カウンセリングセンター研究紀要, **14**, 55-61.
- 清水裕士 (2016). フリーの統計分析ソフト HAD — 機能の紹介と統計学習・教育, 研究実践における利用方法の提案. メディア・情報・コミュニケーション研究, **1**, 59-73.
- Sugiura, Y. & Sugiura, T. (2020). Relation between daydreaming and well-being: Moderating effects of Otaku contents and mindfulness. *Journal of Happiness Studies*, **21**, 1199-1223.
- 徳田文美・杉若弘子 (2022). 適応回復プロセスに対応したレジリエンス要因の抽出. パーソナリティ研究, **31**, 35-38.
- Troy, A. S., Willroth, E. C., Shallcross, A. J., Giuliani, N. R., Gross, J. J., & Mauss, I. B. (2023). Psychological resilience: An affect-regulation framework. *Annual Review of Psychology*, **74**, 547-576.
- 上野雄己・平野真理・小塩真司 (2018). 日本人成人におけるレジリエンスと年齢の関連. 心理学研究, **89**, 514-519.
- Wilson, S. C. & Barber, T. X. (1982). The fantasy-prone personality: Implications for understanding imagery, hypnosis, and parapsychological phenomena. *PSI Research*, **1**, 94-116.
- 山岡明奈 (2022). 創造的な職業従事者と一般職従事者におけるマインドワンダリング傾向の違い. パーソナリティ研究, **31**, 75-86.