

マインドワンダリングと認知制御能力の関連の検討

○山根嵩史¹・西本美花²

(¹川崎医療福祉大学医療福祉学部臨床心理学科・²福山大学心理学科)

認知課題の遂行中に生じる自己生成的思考はマインドワンダリング (以下, MW とする) と呼ばれ, 単語の学習や文章読解といった認知活動を阻害することが示されている (Smallwood et al. 2004)。一方で, MW には未来のプランニング (Schooler et al., 2011) や創造性 (山岡・湯川, 2016) といった適応的な側面もあるとされているが, その機序は明らかでない。課題遂行者が MW の生起に気づき, 制御する機序の解明が求められる。

Schooler (2002) では, 認知課題の遂行と並行して働く意識下のモニタリング機構を仮定し, モニタリング機構が MW の生起を検知した際に, 課題の遂行状況の意識的な評価が行われるとした。意識下のモニタリング機構の駆動には, 注意資源の配分が必要であるとされている。すなわち, 認知課題の遂行中にはメインの認知課題とモニタリング機構の両方に注意資源を配分する必要がある。注意の制御能力が高ければ, MW の生起に気づきやすく, 適切な制御が可能であると考えられる。そこで本研究では, MW と注意制御能力との関連を調査票により検討した。また, 注意制御能力に関連すると考えられる報酬感受性も併せて測定し, 3 者の関係を検討した。

方 法

調査参加者 大学生 72 名 (女性 32 名, 平均年齢 19.50 歳) が調査に参加した。

調査用紙と手続き 個人の MW 傾向を測定する尺度として, 日本語版 MWQ および日本語版 DDFS (梶村・野村, 2016) を用いた。認知制御能力を測定する尺度として, 成人用エフォートフ

ル・コントロール尺度日本語版 (山形・高橋・繁樹・大野・木島, 2005) および BIS/BAS 尺度日本語版 (高橋・山形・木島・繁樹・大野・安藤, 2007) を用いた。調査は大学の講義時間の一部を利用して実施された。回答方法は各尺度の方法に準じた。

結 果

各尺度および下位尺度の信頼性係数と基礎統計量を Table 1 に, 尺度間の相関分析の結果を Table 2 に示した。MWQ はエフォートフル・コントロール尺度の全ての下位尺度と, DDFS は“行動始発”および“注意制御”の下位尺度と負の相関関係あるいは傾向を示した。報酬感受性のうち, BIS は MWQ および DDFS と正の相関関係あるいは傾向を示した。

考 察

MW 傾向を測定する 2 つの尺度について, 注意制御能力とある程度一貫した結果が得られ, MW と注意制御能力の関連が示唆された。また, MW と罰回避傾向を表す BIS との関連も示唆された。BIS は抑うつ・不安との関連も示されており, BIS が高いことで, 課題従事中にネガティブな MW が生じやすくなっている可能性がある。

Table 1 各変数の信頼性係数・平均値・標準偏差

	α	M	SD
1. MWQ	.44	3.99	0.64
2. DDFS	.93	3.13	0.78
3. BIS	.81	3.24	0.54
4. BAS	.82	3.02	0.45
5. ECAS(行動抑制)	.62	2.65	0.42
6. ECAS(行動始発)	.80	2.42	0.49
7. ECAS(注意制御)	.78	2.31	0.46

Table 2 変数間の相関係数

	1	2	3	4	5	6	7
1. MWQ	—	.36**	.22†	.15	-.44**	-.36**	-.51**
2. DDFS		—	.33**	.08	-.13	-.29*	-.22†
3. BIS			—	-.15	-.13	-.21†	-.38**
4. BAS				—	-.15	.17	-.14
5. ECAS(行動抑制)					—	.49**	.51**
6. ECAS(行動始発)						—	.41**
7. ECAS(注意制御)							—

** $p < .01$, * $p < .05$, † $p < .10$