

令和 4 年 6 月 13 日現在

機関番号：32643
研究種目：若手研究(B)
研究期間：2017～2021
課題番号：17K13932
研究課題名(和文) 高不安者におけるマインドワンダリング

研究課題名(英文) Mind-wandering in anxious individuals.

研究代表者

飯島 雄大 (Iijima, Yudai)

帝京大学・文学部・講師

研究者番号：60711398

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,000,000円

研究成果の概要(和文)：本研究では、高不安者におけるマインドワンダリングの認知・感情的な性質について明らかにすることを目的としている。高不安者の日常生活におけるマインドワンダリングの性質について、携帯端末を使用して検証を行った。大学生65名が調査に参加した。参加者は、不安傾向を測定する質問紙に回答した。その次の日から7日間、日常生活中でのマインドワンダリングおよび気分について測定した。分析の結果、マインドワンダリングとネガティブな気分には関連が見られ、マインドワンダリングが起きている際にはネガティブな気分が誘発されていることが明らかとなった。しかし、不安傾向はマインドワンダリングの発生には関連していなかった。

研究成果の学術的意義や社会的意義

高不安者が心配にとらわれてしまう背景には、自己の内部に生じた思考に注意が向いてしまうマインドワンダリングが関連していると考えられる。しかし、日常生活における調査の結果、単純に高不安者はマインドワンダリングの頻度が多いというわけでないことが明らかとなった。よって、高不安者が心配などの内部表象にとらわれてしまうとしても、それは頻度のせいではなく、それらに対する認知的なプロセスが原因として考えられる。

研究成果の概要(英文)：This study aimed to investigate the emotional and cognitive characteristics of mind-wandering in anxious individuals. To investigate these characteristics in daily life setting, mobile devices were used. Participants were 65 undergraduates who had to complete the questionnaire that assessed anxious-trait, and online experience sampling method (ESM) questionnaire that assessed the occurrence of task-unrelated and stimulus-independent thought (i.e. mind-wandering) and anxious-mood that they experienced from the last to current ESM signals. The analyses of multilevel modelling predicting anxious-mood showed that the mind-wandering were significantly associated with anxious-mood after controlling pleasant / unpleasant event. However, anxious-trait was not significantly associated with mind-wandering.

研究分野：感情心理学

キーワード：マインドワンダリング 不安

1. 研究開始当初の背景

心配が発生するメカニズムとして、高不安者の脅威に対する過敏な注意が考えられている (Mogg, McNamara, Powys, Rawlinson, Seiffer, & Bradley, 2000)。しかし、申請者が実施した研究において、このような脅威への過敏な注意と日常生活における不安の関連は確認されたが (Iijima, Takano, & Tanno, 2018)、不安を伴う認知的な思考である心配との関連は確認されなかった。よって、対象となる事象をきっかけとして心配が発生するという観点では心配のメカニズムとして不十分である。そこで、心配が自己の内部から生成され、繰り返し脳裏に侵入してしまう事を考慮に入れ、なぜ自己の内部に乗じた思考に意識が向いてしまうのかを焦点にする必要がある。外部環境や現在の活動とは関係ないことについて考えてしまう現象をマインドワンダリングというが (Smallwood & Schooler, 2006)、高不安者におけるマインドワンダリングはこれまで研究がされていない。

2. 研究の目的

本研究は高不安者におけるマインドワンダリングの認知的な性質 (研究1) および感情的な性質 (研究2) について明らかにすることが目的である。

3. 研究の方法

(1) 研究1では、高不安者の日常生活におけるマインドワンダリングの認知的な性質について実験により検討を行っている。作業中のマインドワンダリングを測定する課題として、持続的注意課題 (Robertson, Manly, Andrade, Baddeley, & Yiend, 1997) が先行研究では用いられている (McVay & Kane, 2009)。この課題は単純な Go/No-Go 課題であり、参加者に一桁の整数を連続し提示した。参加者には決められて数字 (3) 以外が提示された場合にキーを押して反応し、この数字が提示された際には反応しないように教示した。持続的注意課題は、課題が非常に単純なためキー押し反応が自動化されやすく、参加者は課題とは関係ないことを考えることができるため、マインドワンダリングが生じやすいことである。予備実験として12名の大学生を対象に、ターゲットの頻度と呈示時間を調整して3段階の認知的要求度を設定した。

(2) 研究2では、高不安者の日常生活におけるマインドワンダリングの感情的な性質について、携帯端末を使用して検証を行った。大学生65名が調査に参加した。参加者は実験室にて研究協力への同意を行った後に、STAI日本語版 (清水・今栄, 1981) に回答した。次の日から7日間、参加者には90分から120分の間隔で、回答用のURLが記載されたメールを1日に8回送信した。参加者はメールを受信後すぐに、その時のネガティブ感情、マインドワンダリングをしていたか、および前回のメールから現在までのストレスイベントの有無について回答した。

4. 研究成果

(1) 研究1では、12名を対象に予備実験を実施した。持続的注意課題では、3段階の難易度を設定していたが先行研究と比較して正答率が低かった。持続的注意課題は単純な課題であるために、マインドワンダリングが生じやすいと考えられるが、予備実験の難易度では課題がやや難しく、マインドワンダリングが生じにくい可能性が考えられた。今後課題の難易度を再調整し、本実験を実施する予定である。

(2) 研究2によって得られた7日間の日常生活のデータを利用して、マルチレベルモデリングによる分析を行った。その結果、マインドワンダリングとネガティブな気分に関連が見られなかった。しかし、不安傾向はマインドワンダリングの発生とは関連していなかった。よって、マインドワンダリングが起きている際にはネガティブな気分となっていることが明らかとなったが、特に高不安者においてマインドワンダリングが頻発しているわけではないということが明らかとなった。よって高不安者が心配などの内部表象にとらわれてしまうとしても、それは頻度のせいではなく、それらに対する認知的なプロセスが原因として考えられる。現在は、マインドワンダリングが発生した後のネガティブ感情の変化について、高不安者とそうでないもので違いがあるかどうか、研究2のデータを用いて検討を行っている。

<引用文献>

- Iijima, Y., Takano, K., Tanno, Y. (2018). Attentional Bias and Its Association with Anxious Mood Dynamics. *Emotion*, 18, 725-735.
- McVay, J. C., & Kane, M. J. (2009). Conducting the train of thought: working memory capacity, goal neglect, and mind wandering in an executive-control task. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 35, 196-204.
- Mogg, K., McNamara, J., Powys, M., Rawlinson, H., Seiffer, A., & Bradley, B. P. (2000). Selective attention to threat: A test of two cognitive models of anxiety. *Cognition*

and Emotion, 14, 375-399.

Robertson, I. H., Manly, T., Andrade, J., Baddeley, B. T., & Yiend, J. (1997). 'Oops!': performance correlates of everyday attentional failures in traumatic brain injured and normal subjects. *Neuropsychologia*, 35, 747-758.

清水 秀美・今栄 国晴 (1981). STATE-TRAIT ANXIETY INVENTORY の日本語版 (大学生用) の作成 教育心理学研究, 29, 348-353.

Smallwood, J., & Schooler, J. W. (2006). The restless mind. *Psychological Bulletin*, 132, 946-958.

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計5件（うち査読付論文 5件/うち国際共著 3件/うちオープンアクセス 3件）

1. 著者名 石川 武, 飯島 雄大, 橋本 貴充	4. 巻 30
2. 論文標題 二分法思考傾向が質問紙の回答に及ぼす影響を低減させる試み 質問紙の構造による検討	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 パーソナリティ研究	6. 最初と最後の頁 36-38
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.2132/personality.30.1.5	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 -

1. 著者名 Iijima Yudai, Okumura Yasuyuki, Yamasaki Syudo, Ando Shuntaro, Okada Kensuke, Koike Shinsuke, Endo Kaori, Morimoto Yuko, Williams Aya, Murai Toshiya, Tanaka Saori C., Hiraiwa-Hasegawa Mariko, Kasai Kiyoto, Nishida Atsushi	4. 巻 80
2. 論文標題 Assessing the hierarchy of personal values among adolescents: A comparison of rating scale and paired comparison methods	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 Journal of Adolescence	6. 最初と最後の頁 53 ~ 59
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.1016/j.adolescence.2020.02.003	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 該当する

1. 著者名 Iijima Yudai, Okumura Yasuyuki, Yamasaki Syudo, Ando Shuntaro, Nakanishi Miharu, Koike Shinsuke, Endo Kaori, Morimoto Yuko, Kanata Sho, Fujikawa Shinya, Yamamoto Yu, Furukawa Toshi A., Hiraiwa-Hasegawa Mariko, Kasai Kiyoto, Nishida Atsushi	4. 巻 246
2. 論文標題 Response inhibition and anxiety in adolescents: Results from a population-based community sample.	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 Journal of Affective Disorders	6. 最初と最後の頁 89 ~ 95
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.1016/j.jad.2018.12.010	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 Iijima Yudai, Takano Keisuke, Boddez Yannick, Raes Filip, Tanno Yoshihiko	4. 巻 8
2. 論文標題 Stuttering Thoughts: Negative Self-Referent Thinking Is Less Sensitive to Aversive Outcomes in People with Higher Levels of Depressive Symptoms	5. 発行年 2017年
3. 雑誌名 Frontiers in psychology	6. 最初と最後の頁 -
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.3389/fpsyg.2017.01333	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 該当する

1. 著者名 Iijima Yudai, Takano Keisuke, Tanno Yoshihiko	4. 巻 -
2. 論文標題 Attentional Bias and Its Association With Anxious Mood Dynamics.	5. 発行年 2017年
3. 雑誌名 Emotion	6. 最初と最後の頁 -
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.1037/emo0000338	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 該当する

〔学会発表〕 計3件 (うち招待講演 0件 / うち国際学会 0件)

1. 発表者名 西尾 泰、飯島 雄大
2. 発表標題 完全主義はどのような場合に課題成績を向上させるのか？ どうすれば非効率的にならずに済むのか？ 制御焦点理論を援用した実験研究
3. 学会等名 日本心理学会第84回大会
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 井上 のどか、飯島 雄大、国里 愛彦
2. 発表標題 ストレス対処方略としての食行動による気分の認知の変化について
3. 学会等名 日本心理学会第84回大会
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 石川武、飯島雄大
2. 発表標題 二分法的思考と程度量表現が質問紙回答に及ぼす影響
3. 学会等名 日本心理学会第83回大会
4. 発表年 2019年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
--	---------------------------	-----------------------	----

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------