

# 誰かをふと思い出す傾向と情動伝染との関連

申 崎 真 志 関西大学文学部

## The Relationship between Emotional Contagion and the Tendency to Accidentally Remember Someone

Masashi KUSHIZAKI

(Faculty of Letters, Kansai University)

We are often reminded of someone unexpectedly. For example, people who are prone to unintentional recall in their daily lives, or who are prone to ruminating, or who are good at calling up images, may be more likely to suddenly remember someone. In addition, a certain kind of empathy may be associated with this. In the present study, three surveys were conducted among adults in their 40s. The results showed significant positive correlations with emotional contagion (Study 1,  $N = 198$ ) and spiritual life views (Study 2,  $N = 211$ ; Study 3,  $N = 216$ ). These results suggest that the tendency to accidentally remember someone is associated with empathic and spiritual attitudes.

**Keywords:** tendency to accidentally remember someone, emotional contagion, spirituality.

### 問 題

私たちはしばしば、誰かのことを、ふと思い出す。何も関係ないことをしているときに、ある人のことが、頭にぱっと浮かぶ。例えば、遠距離恋愛中の二人が、相手のことを「今どう過ごしているのかな」と空想する、などである。その体験は、「思い出す」という能動的な思考というより、「意識にのぼる」「心に浮かぶ」「ふと思い出される」というように、受動的な経験といったほうが適切かもしれない。

記憶研究においては、「想起の意図がないにもかかわらず、自伝的記憶が意識にのぼってくること」を、無意図的想起 (involuntary remembering) と呼ぶ (雨宮, 2011)。誰かのことをふと思い出した内容が、自伝的記憶であった場合、無意図的想起の一つといえるだろう。無意図的想起は、想起のきっかけとなるような刺激が存在することが多い。例えば、あるラーメン店の前を通りかかったときに、「ああ、この店に彼女が行ったことがある」と思い出されるなどである。

本研究で取り上げるのは、自伝的記憶としてではなく、「あの人は今どうしているのかな」というように、他者の現在の様子を想像することである。もちろんこれは、「この店に彼女が行ったことがある。彼女は今どうしているかなあ」というように、無意図的想起に続いて生じることもあるだろう。この場合、ノスタルジックな経験 (長峯・外山, 2019) を伴う (ある過去の出来事を懐かしく感じ、感傷的な気持ちになる) ことが多いと考えられる。

そして、もう一つ注目したいのは、その人に無関係な作業をしているときに、ふと、「今どうしているかな」と思い出される現象である。弓削 (2006) は、大学生を対象に、現在つきあいのない人物を想起する状況を調査したところ、その人と関係のある出来事や場所に出会ったり、その人が話題となったときのほか、自分が悩み苦しんでいるときや、一人でぼんやりしているとき、寂しいときにも生じていた。Berntsen (2021) によると、刺激に依存しない、課題に関連しない、制約されない自発的思考 (spontaneous

thought) は、無意図的記憶というより、マインドワンダリング (mind wandering) に近いという。彼女によると、マインドワンダリングは、退屈な状況、リラックスしているとき、日常的な作業のときなど、外部環境からの要求が減少したときに戻る思考の流れが、人間の内部にあることを意味する<sup>1)</sup>。

臨床心理学においては、マインドワンダリングが、(深層心理的) 心理療法の過程に必要な、想像機能 (imaginative function) に関連するという論考 (Alcaro & Carta, 2019) や、カウンセラーのマインドワンダリングが、付加的共感 (additive empathy) に必要だという指摘 (Gonçalves, 2015) もある<sup>2)</sup>。また、セラピストが面接時間外にふと浮かんだイメージが、クライアントの状況を的確に表していたというエピソードも報告されている (Suchet, 2016)。誰かをふと思い出すという現象は、共感的な性質あるいは共感的な関係を背景に、生じやすいのかもしれない<sup>3)</sup>。

そこで本研究では、誰かのことをふと思い出す傾向の高い人は、どのような人であるかを探っていく。上述したように、日常生活で無意図的想起が浮かびやすい人、あるいは考え込みやすい人、イメージを思い浮かべるのが得意な人は、おそらくそうであろう。それらに加えて、ある種の共感性が関連する可能性もある。共感性が高い人ほど、「あの人は今どうしているのかな」と、思い出しやすいかもしれない。目の前にいない他者の現在を想起することが、共感的作用であるとしたら、それは共感研究にとっても大きな意義をもつ。以上のことから、本研究では、日常生活において、誰かのことをふと思い出す傾向を測る尺度を作成し、それに関連する諸要因を検討する。

## 研究1

### 目的

研究1では、日常生活において、誰かをふと思い出す傾向の個人差を測定する尺度を作成し、無意図的想起の頻度、反すうしやすい (考え込みやすい) 傾向、視覚的イメージスタイル (日常生活でどれくらいイメージを思い浮かべているか) との関連を検討する。これらに加え、共感性の指標として、情動伝染の高さ (目の前にいる人の気持ちに同調しやすい) やエンパス傾向 (人の気持ちを直感的に感じ取る傾向, Orloff, 2017) との関連も見ると。また、尺度の妥当性の検討として、ノスタルジックな経験との相関を確認する。この調査は、人生経験がある程度

あったほうが回答しやすいと思われるので、40代の一般成人を対象にする。

### 方法

**参加者** 一般成人40代198名 (男性90名,  $M=44.7$  歳,  $SD=2.9$ , 女性108名,  $M=44.8$  歳,  $SD=2.6$ ) が参加した (実施時期 2022年2月)。

**質問紙** (a) 誰かをふと思い出す傾向 筆者の経験を元に、「ふだんの生活で、身近な人 (家族や友人など) は今どうしているかなと、ふと思い出す」「ふだんの生活で、自分にとって特別な人 (親友など) は今どうしているかなと、ふと思い出す」「ふだんの生活で、自分にとって思い出深い人 (昔、親しかった人など) は今どうしているかなと、ふと思い出す」「ふだんの生活で、最近会っていない知人は今どうしているかなと、ふと思い出す」「ふだんの生活で、遠くに住んでいるさまざまな知り合いは今どうしているかなと、ふと思い出す」の5項目を作成し、「めったに思い出さない」を1、「かなり頻繁に思い出す」を7とする7件法で評定した。

(b) 情動伝染尺度 Carré, Stefaniak, D'Ambrosio, Bensalah, & Besche-Richard (2013) の基本共感尺度 (basic empathy scale) から情動伝染の5項目「何かで悲しくなっている友だちと一緒にいたあと、私はいつも悲しい気持ちになる」「私は、ほかの人の気持ちに引っ張られやすい」「私はテレビや映画で悲しい場面を観ると、しばしば悲しくなる」「怖がっている友だちと一緒にいると、私も恐怖を感じやすい」「私はときどき、友だちと同じ気持ちで心がいっぱいになる」について、「全くあてはまらない」を1、「非常によくあてはまる」を5とする5件法で評定した。

(c) エンパス尺度改訂版 (Revised Empath Scale)。串崎 (2022) から気疲れ4項目 (「雑踏や人混みは、気疲れするので好きではない」「大勢の人と一緒にいると、ぐったり疲れて一人になりたいと思う」「雑踏や人混みに出かけるのは気疲れするので、できれば避けたい」「雑踏や人混みに出かけると、気分や体調が悪くなることがある」)、情動吸収3項目 (「相手の気持ちやストレスを、知らないあいだに取り込んでいる」「相手の気持ちやストレスの影響を、知らないあいだに受けている」「痛みを抱えている人のそばにいますと、自分の身体も痛くなってくる」)、情動直感3項目 (「相手を見るだけで、相手の気持ちがぱっとわかる」「相手を見るだけで、相手の抱えているスト

レスがなんとなくわかる」「相手を見るだけで、気が合うかどうかをなんとなくわかる)」について、「全くあてはまらない」を1、「非常にあてはまる」を7とする7件法で評定した<sup>4)</sup>。

(d)無意図的想起尺度 Berntsen, Rubin, & Salgado (2015) の The Involuntary Autobiographical Memory Inventory から、内的整合性の高い5項目「リラックスしているときや日常的な作業をしているときに、意識して思い出そうとしなくても、過去の出来事が頭に浮かんでくる」「歩いたり、自転車に乗ったり、走ったりして体を動かしているとき、意識して思い出そうとしなくても、過去の出来事が頭に浮かんでくる」「個人的な出来事について、意識して思い出そうとしなくても、頭に浮かんでくる」「ある種の感情、気分、思考は、意識的に思い出そうとしなくても、過去の出来事の記憶を呼び起こす」「退屈していると、意識して思い出そうとしなくても、過去の出来事が頭に浮かんでくる」について、「全くない」を1、「非常によくある」を5とする5件法で評定した。

(e)反すう尺度 高野・丹野 (2008) の Ruminative Reflection Questionnaire 日本語版から、因子負荷量の高い5項目「本当に長い間、自分に起こったことを繰り返し考えたり、つくづくと考えたりしがちだ」「最近自分が言ったことやしたことについて、頭の中でいつも思い返しているように思う」「私は、恥ずかしい、あるいはがっかりした瞬間を思い返すのに、非常に多くの時間を費やしている」「時々、自分自身について考えるのをなかなかやめることができない」「過去にあった場面で、自分がどう振舞ったかを頭の中でよく思い返している」について、「全くない」を1、「非常によくある」を5とする5件法で評定した。

(f)視覚的イメージスタイル尺度 川原・松岡 (2009) の物体イメージ尺度から因子負荷量の高い5項目「映像的なイメージを思い浮かべながら本を読むことが多い」「ラジオのアナウンサーやDJが話すのを聞いているとき、いつもその情景や様子を具体的に思い浮かべている自分に気づく」「日常生活のなかで、いつも映像的なイメージが浮かんでいる」「目を閉じると過去に経験した光景を容易に思い出すことができる」「人の体験談を聞いているとき、私はときどきその状況を生き生きと想像している自分に気づくことがある」に対して、「全くあてはまらない」を1、「非常によくあてはまる」を5とする5件法で回答した。

(g)Southampton Nostalgia Scale 日本語版 妥当

性の検証のため、長峯・外山 (2019) から1項目「一般的に、あなたはどのくらいの頻度でノスタルジックな経験(ある過去の出来事を懐かしく感じ、感傷的な気持ちになる)を思い出しますか」のみ実施し、「めったに思い出さない」を1、「かなり頻繁に思い出す」を7とする7件法で評定した。

手続き 調査会社(アイブリッジ株式会社)に、40代の成人それぞれ男女150名ずつ300名を調査することを指定して依頼した。参加者は、任意の参加であることに同意したうえで、オンラインの回答フォーム(Freeasy)に回答した。指定の人数に達するまで先着順で回答し、参加者には会社から報酬としてポイントが付与されるしくみであった。300名の回答者のうち、ダミー項目「項目をよく読んでいることを確認するため、ここは全員“かなり頻繁に思い出す(7)”を選択してください」に適切に回答した198名を分析した。

## 結果と考察

基本統計量 まず、各尺度の信頼性係数(ノスタルジアは1項目のため算出せず)、平均値と標準偏差、性差の分散分析(Welch's test)の結果をTable 1に示した。各尺度について性差を検定した結果、気疲れは女性が男性に比べて有意に高かった。また、誰かをふと思い出す傾向得点のヒストグラムをFigure 1に示した。

相関係数 次に、各尺度間のSpearman順位相関係数を算出してTable 2~3に示した。男女ともに、誰かをふと思い出す傾向は、情動伝染、情動吸収、情動直感、無意図的想起、視覚的イメージ、ノスタルジアと正の相関がみられ、女性においてはそれらに加えて、反すうも有意であった。

重回帰分析 共感性が、無意図的想起や反すうに比べて、ふと思い出す傾向にどの程度影響するのかを検討するため、誰かをふと思い出す傾向を目的変数、情動伝染・気疲れ・情動吸収・情動直感・無意図的想起・反すう・視覚的イメージを説明変数とする重回帰分析を行った。その結果、男性においては情動直感と視覚的イメージが、女性においては情動伝染と情動直感が有意であった(Table 4)。

以上の結果から、誰かをふと思い出す傾向は、思い出しやすく、考え込みやすい性質よりも、共感的な性質(特に情動直感)が関連していることが示唆される。

Table 1 各尺度の平均値と標準偏差 (N=198)

	$\alpha$	$\omega$	男性 n=90		女性 n=108		性差 $p$
			$M$	$SD$	$M$	$SD$	
1. ふと思出す	.94	.94	17.7	6.5	19.5	6.3	.053
2. 情動伝染	.83	.83	14.0	3.6	14.9	4.0	.126
3. 気疲れ	.88	.89	18.1	5.9	19.7	5.2	.045
4. 情動吸収	.85	.86	9.8	3.9	10.2	3.9	.466
5. 情動直感	.86	.87	10.4	3.8	10.0	4.0	.546
6. 無意図的想起	.91	.91	14.1	4.3	15.0	4.6	.183
7. 反すう	.89	.89	14.2	4.1	13.8	4.5	.468
8. 視覚的イメージ	.84	.84	15.2	3.3	15.0	4.3	.844
9. ノスタルジア			3.9	1.3	3.9	1.4	.904

注. 性差のpはWelchのt検定の結果を示す

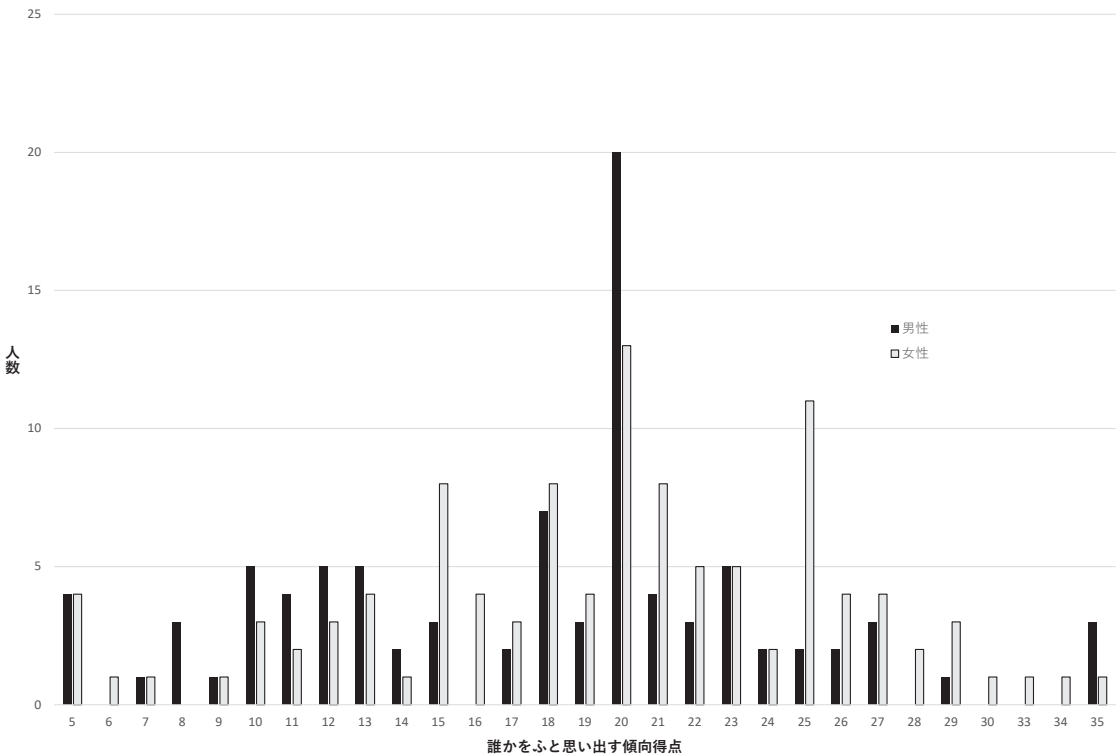


Figure 1 誰かをふと思出す傾向得点のヒストグラム (研究1)

Table 2 各尺度の Spearman 相関係数 (男性 n=90)

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. ふと思出す								
2. 情動伝染	.239*							
3. 気疲れ	.125	-.090						
4. 情動吸収	.242*	.368***	.226*					
5. 情動直感	.375***	.152	.091	.356***				
6. 無意図的想起	.218*	.332**	.111	.426***	.248*			
7. 反すう	.119	.293**	.248*	.385***	.312**	.702***		
8. 視覚的イメージ	.330**	.205	.087	.167	.310**	.316**	.251*	
9. ノスタルジア	.545***	.354***	.289**	.252*	.507***	.402***	.433***	.329**

注. \*\*\* $p < .001$ , \*\* $p < .01$ , \* $p < .05$

Table 3 各尺度の Spearman 相関係数 (女性 n=108)

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. ふと思い出す								
2. 情動伝染	.466***							
3. 気疲れ	.123	.130						
4. 情動吸収	.354***	.454***	.390***					
5. 情動直感	.368***	.288**	.168	.562***				
6. 無意図的想起	.379***	.427***	.058	.288**	.244*			
7. 反すう	.396***	.584***	.199*	.435***	.292**	.758***		
8. 視覚的イメージ	.394***	.483***	.082	.326***	.257**	.525***	.477***	
9. ノスタルジア	.657***	.485***	.157	.358***	.251**	.568***	.570***	.336**

注. \*\*\* $p < .001$ , \*\* $p < .01$ , \* $p < .05$

Table 4 各尺度から誰かをふと思い出す傾向への重回帰分析

	男性 (n=90)		女性 (n=108)	
	$\beta$	95%CI	$\beta$	95%CI
1. 情動伝染	.187	-.041, .716	.322**	.186, .820
2. 気疲れ	.073	-.142, .303	.028	-.177, .243
3. 情動吸収	.100	-.247, .582	.040	-.330, .460
4. 情動直感	.246*	.055, .789	.223*	.032, .667
5. 無意図的想起	.084	-.361, .616	.080	-.246, .463
6. 反すう	-.087	-.612, .336	.019	-.372, .425
7. 視覚的イメージ	.230*	.046, .869	.146	-.076, .504
adjusted $R^2$	.233***		.350***	

注. \*\*\* $p < .001$ , \*\* $p < .01$ , \* $p < .05$

## 研究 2

### 目的

研究 1 の結果、誰かをふと思い出す傾向は、無意図的想起などに加えて、共感的な性質が関連していることが示唆された。そこで研究 2 では、共感性がどのように、ふと思い出す傾向につながるのかを検討する。

ここでは、共感性とスピリチュアルな人生観の関連に注目したい。例えば、ブラジルの医学生を対象にした調査では、共感性 (Jefferson Scale of Empathy の視点取得) は人生の意味を感じる (WHOQOL-SRPB の S2) と弱い正の相関 ( $r = .236$ ) があった (Lacombe et al., 2021)。同じくブラジルの医学生を対象にした調査では、共感性 (Jefferson Scale of Empathy のコンパッションと視点取得) は人生の意味を感じる (WHOQOL-SRPB の S2) とそれぞれ弱い正の相関 ( $r = .203, .261$ ) があった (Damiano, de Andrade Ribeiro, Dos Santos, Da Silva, & Lucchetti, 2017)。また、ポルトガルの労働者を対象にした調査では、共感性・情動伝染 (Emotional Intelligence

Scale の下位因子) は、職場におけるチーム感覚や仕事の楽しさ (Workplace Spirituality の下位因子)<sup>5)</sup> とそれぞれ弱い正の相関 ( $r = .225, .229$ ) があった (Mónico, Mellão, Nobre-Lima, Parreira, & Carvalho, 2016)。そして、日本の看護師を対象にした調査においても、共感性 (多次元共感性尺度) は私的スピリチュアリティ<sup>6)</sup> と関連していた (杉山・比嘉・田中・山田, 2015)。

スピリチュアリティは、目に見えないつながりを大切にする人生観 (世界観) である。情動伝染が、目の前にいる人の気持ちに同調しやすい傾向であるなら、誰かをふと思い出す傾向は、目の前にいない人の気持ちに同調していることかもしれない。そこで研究 2 では、誰かをふと思い出す傾向の背景に、スピリチュアルな人生観 (人生の意味を探求する姿勢) があるかどうかを検討する。

### 方法

**参加者** 一般成人 40 代 211 名 (男性 92 名,  $M = 44.4$  歳,  $SD = 3.0$ , 女性 119 名,  $M = 44.8$  歳,  $SD = 2.9$ ) が参加した (実施時期 2022 年 2 月)。

**質問紙** (a)Big Question 尺度 村上 (2013) の「人生の意味の希求」因子を修正した以下の5項目「ふだん、人生で本当に大切なこと、すべきこと、したいことは何か、について、よく考える」「ふだん、本当の幸せとは何なのか、について、よく考える」「ふだん、生きることや人生に意味や目的はあるのか、について、よく考える」「ふだん、自分とはどのような存在なのか、について、よく考える」「ふだん、苦難や不安、怖れにどのように向き合えばよいのか、について、よく考える」に対して、「全くあてはまらない」を1、「非常によくあてはまる」を5とする5件法で回答した。この他、(b)誰かをふと思出す傾向5項目、(c)情動伝染尺度5項目、(d)

Southampton Nostalgia Scale 日本語版1項目は、研究1と同様であった。

**手続き** 研究1と同様であった。300名の回答者のうち、ダミー項目「項目をよく読んでいることを確認するため、ここは全員“かなり頻繁に思い出す(7)”を選択してください」に適切に回答した211名を分析した。

### 結果と考察

**基本統計量** まず、各尺度の信頼性係数(ノスタルジアは1項目のため算出せず)、平均値と標準偏差、性差の分散分析(Welch's test)の結果をTable 5に示した。各尺度について性差を検定した結果、誰

Table 5 各尺度の平均値と標準偏差 (N=211)

	$\alpha$	$\omega$	男性 n=92		女性 n=119		性差 $p$
			M	SD	M	SD	
1. ふと思出す	.95	.95	17.9	6.7	19.9	6.3	.029
2. 情動伝染	.87	.87	14.4	4.2	14.9	4.4	.468
3. Big Question	.91	.92	14.8	4.1	14.7	4.7	.894
4. ノスタルジア			3.9	1.3	3.9	1.4	.676

注. 性差の $p$ はWelchの $t$ 検定の結果を示す

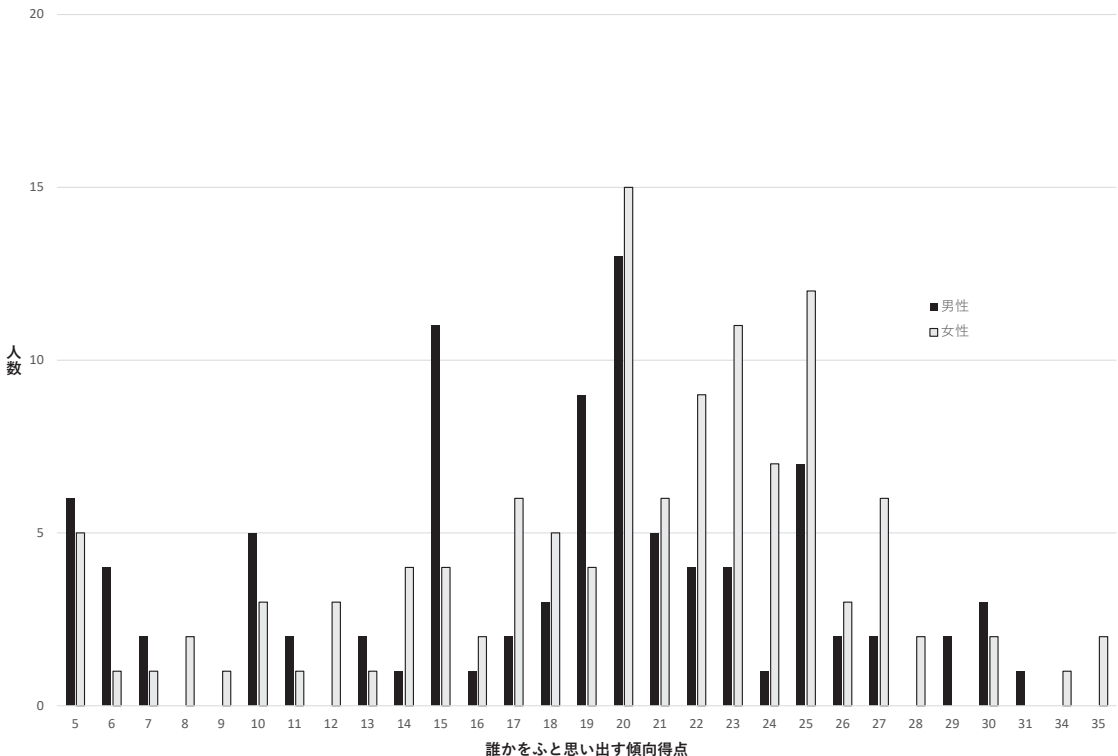


Figure 2 誰かをふと思出す傾向得点のヒストグラム (研究2)

Table 6 各尺度の Spearman 相関係数 (男性 n=92)

	1	2	3
1. ふと思い出す			
2. 情動伝染	.451***		
3. Big Question	.449***	.133	
4. ノスタルジア	.684***	.410***	.373***

注. \*\*\* $p < .001$

Table 7 各尺度の Spearman 相関係数 (女性 n=119)

	1	2	3
1. ふと思い出す			
2. 情動伝染	.446***		
3. Big Question	.346***	.394***	
4. ノスタルジア	.651***	.476***	.451***

注. \*\*\* $p < .001$

Table 8 媒介分析の結果 (N=211)

	推定値	標準誤差	z値	p	95%下限	上限	R <sup>2</sup>
1. 男性 (n=92)							
直接効果	.678	.131	5.169	< .001	.366	.942	
間接効果	.117	.069	1.690	.091	-.004	.312	
総合効果	.796	.144	5.509	< .001	.454	1.074	.400
2. 女性 (n=119)							
直接効果	.586	.117	5.019	< .001	.315	.854	
間接効果	.133	.053	2.505	.012	.032	.299	
総合効果	.719	.112	6.396	< .001	.449	.968	.310

注. 説明変数：情動伝染，媒介変数：Big Question，目的変数：ふと思い出す傾向

かをふと思い出す傾向は女性が男性に比べて有意に高かった。また、誰かをふと思い出す傾向得点のヒストグラムを Figure 2 に示した。

**相関係数** 次に、各尺度間の Spearman 順位相関係数を算出して Table 6 ~ 7 に示した。情動伝染とビッグクエスチョン（人生の意味の探求）との相関は、女性サンプルにおいてのみ、有意であった。また、誰かをふと思い出す傾向は、男女ともに、情動伝染、ビッグクエスチョン、ノスタルジアと中程度の正の相関がみられた。

**媒介分析** 誰かをふと思い出す傾向を目的変数、情動伝染を説明変数、ビッグクエスチョンを媒介変数とする媒介分析（ブートストラップ法、2000 回リサンプリング）を行った (Table 8)。その結果、女性においては、情動伝染が高いほどビッグクエスチョンを考えることが多く、そのことが誰かをふと思い出すことにつながる、という間接効果が有意であった。

### 研究 3

#### 目的

研究 1 の結果、誰かをふと思い出す傾向は、無意図的想起などに加えて、共感的な性質が関連していること、研究 2 の結果、誰かをふと思い出す傾向は、スピリチュアルな人生観（人生の意味の探求）を背景に生じている可能性が示唆された。研究 3 では、誰かをふと思い出す傾向と（研究 1 で検討していな

かった）マインドワンダリングの関連を検討し、さらにスピリチュアルな人生観（命の永続性）との関連を検討する。

#### 方法

**参加者** 一般成人 40 代 216 名（男性 102 名、 $M=44.2$  歳、 $SD=2.7$ 、女性 114 名、 $M=45.1$  歳、 $SD=2.9$ ）が参加した（実施時期 2022 年 3 月）。

**質問紙** (a) 自己超越傾向尺度 中村 (1998) の self-transcendence scale (STS-2) から、村上 (2013) による超越性因子 4 項目「人のいのちは、姿形を変えて永遠に存在すると思う」「人が死んでも、自然の一部になって生き続けることができると思う」「人の心の中には人間を超えた『神』のような存在が宿っていると思う」「人は何か大きな見えない力によって『生かされている』という実感がある」に対して、「全くあてはまらない」を 1、「非常によくあてはまる」を 5 とする 5 件法で回答した。

(b) マインドワンダリング 山岡・湯川 (2019) 意図的 / 非意図的マインドワンダリング傾向尺度から、以下の 8 項目「私は、わざと自分の思考をさまよわせることがある」「私は、心がさまよふのを楽しんでいる」「私は、心がさまよふのは暇つぶしに丁度良いと思う」「私は、わざと楽しい空想にふけることがある」(以上、意図的マインドワンダリング)、「気がつくと、私の思考はいつのまにかさまよっている」「心

がさまようとき、次から次へと話題が飛んでしまいがちである」「私は、いつ心がさまようかを、制御できないと感じる」「私は何かしているはずの時でも、心がさまようことがある」(以上、非意図的マインドワンダリング)について、「めったにない」を1、「非常によくある」を7とする7件法で評定した。この他、(c)誰かをふと思い出す傾向5項目、(d)情動伝

染尺度5項目、(e)エンパス尺度10項目は、研究2と同様であった。

手続き 研究1、研究2と同様であった。300名の回答者のうち、ダミー項目「項目をよく読んでいることを確認するため、ここは全員“かなり頻繁に思い出す(7)”を選択してください」に適切に回答した216名を分析した。

Table 9 各尺度の平均値と標準偏差 (N=216)

	$\alpha$	$\omega$	男性 $n=102$		女性 $n=114$		性差 $p$
			$M$	$SD$	$M$	$SD$	
1. ふと思い出す	.95	.95	17.1	7.2	21.4	6.4	<.001
2. 情動伝染	.89	.89	12.7	4.2	15.1	4.2	<.001
3. 気疲れ	.88	.89	18.0	5.9	19.7	5.4	.028
4. 情動吸収	.84	.86	9.5	4.0	11.8	4.1	<.001
5. 情動直感	.86	.87	9.2	3.9	10.6	4.0	.010
6. 意図的マインド	.85	.85	10.4	4.9	11.5	5.0	.108
7. 非意図的マインド	.94	.94	10.8	5.8	11.9	5.8	.169
8. 自己超越傾向	.90	.90	9.4	4.3	10.5	4.0	.048

注. 性差の $p$ はWelchの $t$ 検定の結果を示す

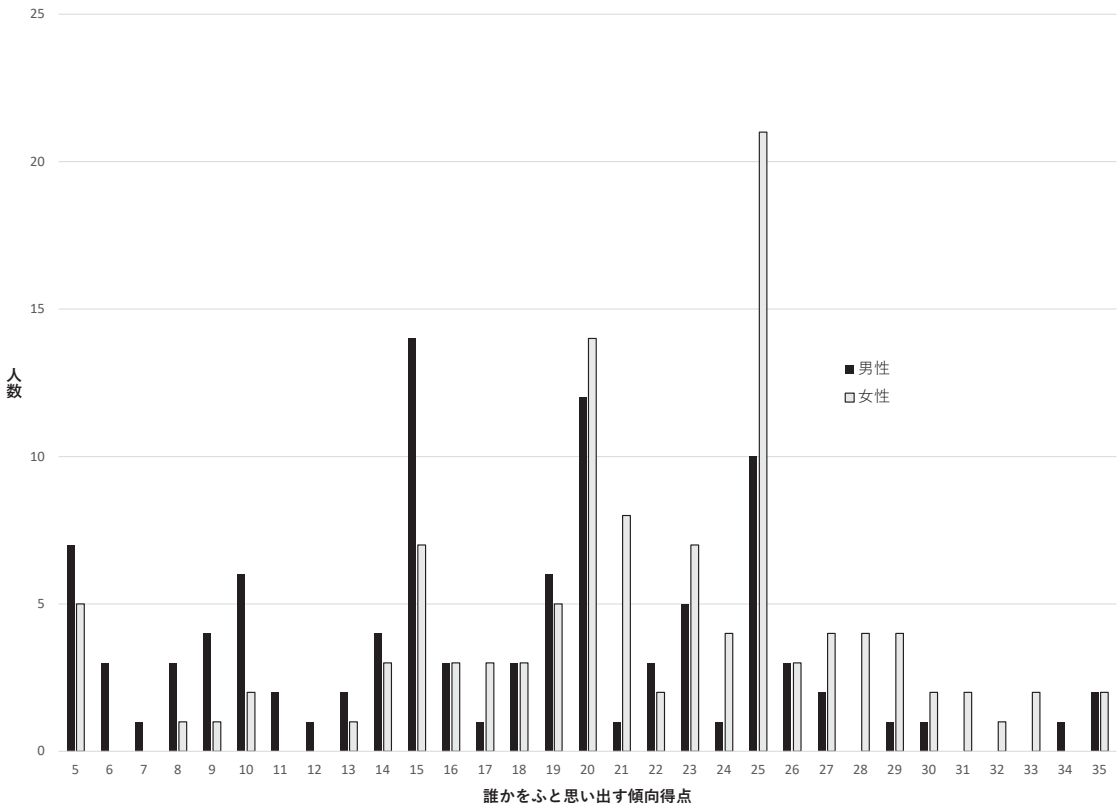


Figure 3 誰かをふと思い出す傾向得点のヒストグラム (研究3)



Table 10 各尺度の Spearman 相関係数 (男性 n=102)

	1	2	3	4	5	6	7
1. ふと思い出す							
2. 情動伝染	.504***						
3. 気疲れ	-.021	.009					
4. 情動吸収	.439***	.496***	.267**				
5. 情動直感	.555***	.326***	.065	.503***			
6. 意図的マインド	.338***	.415***	.051	.570***	.407***		
7. 非意図的マインド	.365***	.399***	.166	.615***	.355***	.702***	
8. 自己超越傾向	.522***	.486***	.019	.354***	.506***	.492***	.302**

注. \*\*\* $p < .001$ , \*\* $p < .01$

Table 11 各尺度の Spearman 相関係数 (女性 n=114)

	1	2	3	4	5	6	7
1. ふと思い出す							
2. 情動伝染	.466***						
3. 気疲れ	.239*	.154					
4. 情動吸収	.503***	.466***	.602***				
5. 情動直感	.332***	.264**	.152	.529***			
6. 意図的マインド	.243**	.408***	.037	.306***	.461***		
7. 非意図的マインド	.400***	.435***	.157	.429***	.396***	.705***	
8. 自己超越傾向	.300***	.367***	-.022	.323***	.443***	.411***	.299**

注. \*\*\* $p < .001$ , \*\* $p < .01$ , \* $p < .05$

Table 12 各尺度から誰かをふと思い出す傾向への重回帰分析

	男性 (n=102)		女性 (n=114)	
	$\beta$	95%CI	$\beta$	95%CI
1. 情動伝染	.283**	.173, .794	.360***	.257, .823
2. 気疲れ	-.061	-.266, .118	.004	-.234, .242
3. 情動吸収	.022	-.372, .450	.203	-.091, .715
4. 情動直感	.356***	.316, .998	.019	-.287, .347
5. 意図的マインド	-.077	-.429, .203	-.147	-.475, .099
6. 非意図的マインド	.127	-.103, .416	.219	-.002, .482
7. 自己超越傾向	.212*	.034, .670	.157	-.025, .527
adjusted $R^2$	.445***		.370***	

注. \*\*\* $p < .001$ , \*\* $p < .01$ , \* $p < .05$

## 結果と考察

**基本統計量** まず、各尺度の信頼性係数、平均値と標準偏差、性差の分散分析 (Welch's test) の結果を Table 9 に示した。各尺度について性差を検定した結果、誰かをふと思い出す傾向、情動伝染、気疲れ、情動吸収、情動直感、自己超越傾向は女性が男性に比べて有意に高かった。また、誰かをふと思い出す傾向得点のヒストグラムを Figure 3 に示した。

**相関係数** 次に、各尺度間の Spearman 順位相関係数を算出して Table 10 ~ 11 に示した。誰かをふと思い出す傾向は、男性の気疲れを除いて、すべての尺度と正の相関がみられた。

**重回帰分析** 自己超越傾向が、他の尺度に比べて、ふと思い出す傾向にどの程度影響するのかを検討するため、誰かをふと思い出す傾向を目的変数、その他を説明変数とする重回帰分析を行った。その結果、男性においては情動伝染、情動直感、自己超越傾向が、女性においては情動伝染のみが有意であった (Table 12)。

以上の結果から、男性においては、誰かをふと思い出す傾向は、共感的な性質に加えて、スピリチュアルな人生観 (命の永続性) が、(マインドワンダリングよりも) 関連していることが示唆される。

## 総合考察

本研究では、誰かをふと思い出す傾向の個人差を測る尺度を作成し、諸要因との関連を検討した。研究1の結果、誰かをふと思い出す傾向は、無意図的想起、日常生活でイメージを思い浮かべる傾向に加えて、情動伝染など共感性の指標にも相関を示した。研究2の結果、誰かをふと思い出す傾向は、情動伝染に加えて、ビッグクエスチョン（人生の意味の探求）にも相関を示した。研究3の結果、誰かをふと思い出す傾向は、マインドワンダリング、そして情動伝染など共感性の指標に加えて、自己超越傾向（命の永続性）にも相関を示した。

これらの結果は、誰かをふと思い出す傾向が、共感性（とくに情動伝染）と関連することを意味している。そして、誰かをふと思い出す傾向が、目の前にいない人と（共感的な）つながり（絆）を感じている現象であることを示唆する。情動伝染が、目の前に「いる人」の気持ちに同調（attunement）しやすい傾向とするなら、誰かをふと思い出す傾向は、目の前に「いない人」との同調といえるかもしれない。もしそうであるなら、生命に対してスピリチュアルな態度をもち、あらゆるものに絆を感じやすい傾向、例えば成人用アニミズム尺度（池内, 2010）との関連も、検証する必要がある。

臨床心理学においては、セラピストがクライアントと一体となって作られる心のリアリティを直感的に感じる事が、（精神的分析的）心理療法に重要な要素である、という指摘がある（Ogden, 2015）<sup>7)</sup>。また、精神分析のセッションは、無意識と意識、身体と心、過去と未来の間の膜のような場であり、そこではお互いの精神が感応するような現象が生じるという（Rabeyron, Evrard, & Massicotte, 2021）<sup>8)</sup>。日常生活における誰かをふと思い出す傾向も、これと似た性質を背景に生じているのかもしれない。

今回の尺度は、筆者の経験を元に項目を構成した。尺度作成の手続きとしては、自由記述やインタビューで、「どのような状況で何についてふと思いついたのか」「ふと思いついた結果、あなたはどうなったか」を聴取し、項目を構成するほうが、丁寧であったと思われる。また、妥当性については、ノスタルジックな経験の頻度1項目との相関のみであり、十分とは言えない。誰かをふと思い出す傾向得点の高い人が、本当に思い出しているかどうかを、例えば生態学

的アセスメント（ecological momentary assessment）いわゆる経験サンプリングによって、検討する必要もある。そして、今回の調査は、ある程度の人生経験をもつ40代の一般成人を対象にしたが、それ以外の年齢についても検討することが望ましい。

## 注

- 1) ただし、意図的なマインドワンダリングも提唱されている。「私は、わざと自分の思考をさまよわせることがある」「私は、心がさまよふのを楽しんでいる」「私は、心がさまよふのは暇つぶしに丁度良いと思う」などの項目で測定される（山岡・湯川, 2019）。
- 2) 想像機能として、著者らはdreaming, fantasy processing, remembering and thinkingを挙げている。また付加的共感性は、クライアントの体験を考慮に入れたうえで、カウンセラーがそれを補うような視点を伝え返すことを指す。
- 3) ただし、マインドワンダリングが他者の痛みに対する感受性を低くしたという実験結果もある（Kam, Xu, & Handy, 2014）。マインドワンダリングが共感性につながるかどうかについては、マインドワンダリングの中身によるのだろう。
- 4) 串崎（2022）では、因子分析の結果、「雑踏や人混みに出かけると、気分や体調が悪くなることがある」「痛みを抱えている人のそばにいと、自分の身体も痛くなってくる」「相手を見るだけで、気が合うかどうかになんとなくわかる」を削除したが、本研究では想定どおりの因子構造であったため、以下の結果には下位因子ごとに合計した得点を用いた。
- 5) 職場スピリチュアリティは、内面生活次元（inner life dimension）、目的次元（purpose dimension）、コミュニティ次元（community dimension）に分類される（Fernandes Bella, Gonçalves Quelhas, Toledo Ferraz, & Soares Bezerra, 2018）。
- 6) 私的スピリチュアリティは、「自分自身および自分以外との非物質的な結びつきを志向する内発的なつながり性」と定義され、例えば「探心」因子では、「自分と自然（宇宙）との間にはつながりがあると、どの程度思いますか」「自分と自分の先祖（未来の世代）とは結びつきがあると、どの程度思いますか」「自分の人生は超自然的な力（見えない力）によって導かれていると、どの程度思いますか」という項目で測定される。なお、著者らのモデルでは、私的スピリチュアリティから共感性へのパスを想定している。
- 7) 原文はThe analyst's work is to intuit that unconscious psychic reality by becoming at one with it. (p.294)
- 8) 原文はThe analytic session can be likened to a matrix that generates meaning, a field constituted of analytic matter and populated by characters whose psychic frontiers become porous, much like the membranes between the unconscious and consciousness, between body and mind, between past and future, which could favor the emergence of telepathic phenomena. (p.550)

## 引用文献

- Alcaro, A., & Carta, S. (2019). The “instinct” of imagination. A Neuro-ethological approach to the evolution of the reflective mind and its application to psychotherapy. *Frontiers in Human Neuroscience*, *12*, 522.
- 雨宮 有里 (2011). ふと意識にのぼる記憶：無意図的想起研究の展望 埼玉大学紀要 (教養学部), *47*, 1-15.
- Berntsen, D. (2021). Involuntary autobiographical memories and their relation to other forms of spontaneous thoughts. *Philosophical Transactions of the Royal Society B*, *376* (1817), 20190693.
- Berntsen, D., Rubin, D. C., & Salgado, S. (2015). The frequency of involuntary autobiographical memories and future thoughts in relation to daydreaming, emotional distress, and age. *Consciousness and Cognition*, *36*, 352-372.
- Carré, A., Stefaniak, N., D'Ambrosio, F., Bensalah, L., & Besche-Richard, C. (2013). The basic empathy scale in adults (BES-A): Factor structure of a revised form. *Psychological Assessment*, *25*, 679-691.
- Damiano, R. F., de Andrade Ribeiro, L. M., Dos Santos, A. G., Da Silva, B. A., & Lucchetti, G. (2017). Empathy is associated with meaning of life and mental health treatment but not religiosity among Brazilian medical students. *Journal of Religion and Health*, *56*, 1003-1017.
- Fernandes Bella, R. L., Gonçalves Quelhas, O. L., Toledo Ferraz, F., & Soares Bezerra, M. J. (2018). Workplace spirituality: Sustainable work experience from a human factors perspective. *Sustainability*, *10*, 1887.
- Gonçalves, Ó. F. (2015). The counselor's wandering mind: Being empathic by default. *Counseling Today*, *April 2015*, 12-15.
- 芳賀 道匡・高野 慶輔・坂本 真士 (2015). 大学生活における主観的ソーシャル・キャピタルが、抑うつや主観的ウェルビーイングに与える影響—ネットワーク・サイズとの比較から— ストレス科学研究, *30*, 102-110.
- 池内 裕美 (2010). 成人のアニミズム的思考—自発的喪失としてのモノ供養の心理— 社会心理学研究, *25*, 167-177.
- Kam, J. W., Xu, J., & Handy, T. C. (2014). I don't feel your pain (as much): The desensitizing effect of mind wandering on the perception of others' discomfort. *Cognitive, Affective, and Behavioral Neuroscience*, *14*, 286-296.
- 川原 正広・松岡 和生 (2009). 視覚的イメージスタイル質問紙作成の試み イメージ心理学研究, *7*, 19-21.
- 申崎 真志 (2022). エンパス傾向とスピリチュアリティ 関西大学人権問題研究室紀要, *84*, 1-10.
- Lacombe, J. B., Valadares, E. S., Catani, R. R., Mendonça, T., Paro, H. B. M. D. S., & Morales, N. M. O. (2021). Spirituality of medical students: Associations with empathy and attitudes in the doctor-patient relationship. *Revista Brasileira de Educação Médica*, *45*, e066
- Mónico, L., Mellão, N., Nobre-Lima, L., Parreira, P., & Carvalho, C. (2016). Emotional intelligence and psychological capital: What is the role of workplace spirituality. *Revista Portuguesa de Enfermagem e Saúde Mental*, *3*, 45-50.
- 長峯 聖人・外山 美樹 (2019). Southampton Nostalgia Scale 日本語版の作成 心理学研究, *90*, 389-397.
- 中村 雅彦 (1998). 自己超越と心理的幸福感に関する研究—自己超越傾向尺度作成の試み— 愛媛大学教育学部紀要第I部教育科学, *45*, 59-79.
- Ogden, T. H. (2015). Intuiting the truth of what's happening: On Bion's “Notes on memory and desire”. *The Psychoanalytic Quarterly*, *84*, 285-306.
- Orloff, J. (2017). *The empath's survival guide: Life strategies for sensitive people*. Boulder, CO: Sounds True.
- Rabeyron, T., Evrard, R., & Massicotte, C. (2021). Psychoanalysis and telepathic processes. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, *69*, 535-571.
- Suchet, M. (2016). Surrender, transformation, and transcendence. *Psychoanalytic Dialogues*, *26*, 747-760.
- 杉山 由香里・比嘉 勇人・田中 いずみ・山田 恵子 (2015). 看護師の援助的コミュニケーションスキルと私的スピリチュアリティおよび共感性の関連 富山大学看護学会誌, *15*, 17-27.
- 高野 慶輔・丹野 義彦 (2008). Rumination-Reflection Questionnaire 日本語版作成の試み パーソナリティ研究, *16*, 259-261.
- 山岡 明奈・湯川 進太郎 (2019). 日本語版意図的/非意図的マインドワンダリング傾向尺度の作成と信頼性・妥当性の検討 教育心理学研究, *67*, 118-131.
- 弓削 洋子 (2006). 日常場面において他者を想起する状況及び想起内容の検討 鳴門教育大学研究紀要, *21*, 183-189.

## 付記

本研究は研究・投稿に関する協力者の同意を得て実施した。また研究1は、日本心理学会第86回大会(日本大学, 2022年9月)においてポスター発表した。

## 利益相反

著者はいかなる利益相反もないことを表明する。

**著者紹介**

申崎真志 1970年生まれ。1999年大阪大学大学院人間科学研究科修了，博士（人間科学）。2004年から関西大学文学部に勤務。2011年，教授。Highly Sensitive Personの共感的側面に関心がある。著書に「共鳴する心の科学」（風間書房）。

Correspondence concerning to this article should be addressed to Mr. Masashi Kushizaki at mkushizaki@goo.jp.

**要 旨**

私たちはしばしば，誰かのことを，ふと思い出す。例えば，日常生活で無意図的想起が浮かびやすい人，ある

いは考え込みやすい人，イメージを思い浮かべるのが得意な人は，誰かのことをふと思い出す傾向が高いかもしれない。それらに加えて，ある種の共感性が関連する可能性もある。本研究は，40代の成人を対象に，3回の調査を実施した。その結果，情動伝染（研究1， $N=198$ ）やスピリチュアルな人生観（研究2， $N=211$ ；研究3， $N=216$ ）と有意な正の相関を示した。これらの結果は，誰かをふと思い出す傾向が，共感的でスピリチュアルな態度と関連することを示唆している。

キーワード：誰かをふと思い出す傾向，情動伝染，スピリチュアリティ