イメージ心理学研究　2019, 17, 1－12
〔原著論文〕

空想傾性（Fantasy Proneness）が well-being に与える影響
―内的統制感およびフロー体験との関連性―[1]

山　崎　有　望

（東洋大学大学院社会学研究科）

本研究は，空想傾性（日常生活において空想や想像に深く入り込む傾向）が，どのような人格特性および条件下でフロー体験と well-being に促進的作用をもたらすかについて，大学生を対象とした質問紙調査を行い検討した。研究１では，空想傾性と内的統制感がどのようにフロー体験に影響を与えるかについて検討した。その結果，空想傾性および内的統制感が高い人ほどフローを多く体験すること，空想傾性が高くかつ外的統制感が高い人はフローを体験しにくいこと，空想傾性が低ければ統制の位置はフロー体験に影響を与えないことが示された。研究２では，共分散構造分析によって空想傾性と内的統制感がフロー体験に影響を与えることで well-being を促進するという因果モデルの作成を試み，そのモデルが感情的（快楽志向的）well-being と認知的（意味志向的）well-being の場合でどのように異なるか比較検討を行った。その結果，感情的 well-being の促進には内的統制感の高さやフロー体験の頻度が関わってくるが，認知的 well-being への到達にはフローの体験頻度ではなくフローを体験しやすい人格特性が関わってくるなど well-being への関与の仕方に差異が認められた。
キーワード：空想傾性，フロー体験，内的統制感，well-being

問題と目的

空想傾性（Fantasy Proneness）[2] とは，極めてリアルで鮮明なイメージの想起，空想・想像世界への深い没入，幼少期の鮮明な記憶，子供のころの想像上の遊び友達の存在，催眠感受性の高さ，イメージによる身体反応，現実と空想の区別の困難さなどによって特徴付けられる傾向（Wilson & Barber, 1981; Lynn & Rhue, 1987）を指す。

この空想傾性はポジティブな側面とネガティブな側面の両側面を有している。空想傾性のポジティブな側面として Wilson & Barber（1981；1983）は，自身の研究で対象とした空想傾性者はほとんどが高学歴で社会的に認められる立場に立っており，感情の安定性や精神的健康の観点からも社会に良く適応している人々であったと述べている。また，空想傾性は創造性（Lynn & Rhue, 1986），共感性（Wilson & Barber, 1983），創作活動（Singer & Singer, 1990），IQ 及び創造的筆記能力（Dunn, Corn, & Morelock, 2004）の高さと結びつくことが指摘されている。一方，ネガティブな側面としては統合失調症傾向や解離傾向などの精神障害（Merckelbach, Horselenberg, & Muris, 2001），悪夢頻度（Rauschenberger & Lynn, 1995; 2002-2003），虚構的作話傾向（Schelleman-Offermans & Merckelbach, 2010）との関連性が報告されている。

空想傾性の高さがポジティブ，ネガティブどちらの側面に結びつくかは人格特性や認知特性などの様々な媒介要因によって異なってくることが示唆されている。例えば，松岡・岡田（2004）は媒介要因として神経症的傾向の重要性を指摘しており，空想傾性の高さが神経症的傾向と結びついた者では解離性傾向が強く，悪夢をみる頻度が高いのに対して，それと結びつかない空想傾性者では明晰夢をみる頻度が高くなることを報告している。また，松岡・堀毛（2006）の研究では神経症的傾向が低い群では空想傾性は well-being と自尊感情を高める効果をもつが，神経症的傾向が高い群では逆に空想傾性は well-being を低減させる効果があることが確認されている。そのほかにも空想傾性の機能に影響を与える媒介要因として，統制の位置（Locus of Control）や対処スタイルなどの検討も行われている（Cuper & Lynch, 2009）。

---

[1] 本研究の一部は日本イメージ心理学会第 18 回大会（2017）にて発表された。

[2] Fantasy proneness の訳語については「空想傾向」と訳されることもあるが，本論文では中井久夫に倣い「空想傾性」という訳を用いることとする（Patnum,1997 中井訳 2001）。

[3] well-being は「幸福感」と訳されることが多いが，本研究では西田（2000）に倣い，「be well（良く在る）」という状態そのものを表す概念として用いることとし，well-being を邦訳しないこととする。

[4] 調査の実施にあたり，ご協力を賜りました研究参加者の皆様に心より御礼申し上げます。

本研究では，ポジティブ心理学の立場から空想傾性の肯定的な機能に着目し，空想傾性がwell-beingおよびフロー体験に与える影響について検討する。ポジティブ心理学の領域ではwell-beingに影響を与える心理現象としてフロー体験（flow experience）が注目されている。フロー体験とはCsikszentmihalyi（1975 今村訳2000）によって提唱された「全人的に行為に没入している時に人が感ずる包括的感覚」であり，「深く没入しているので他の何ものも問題とならなくなる状態，その経験それ自体が非常に楽しいので純粋にそのことをするために多くの時間や労力を費やすような状態」を指す（Csikszentmihalyi, 1990 今村訳1996）。フロー体験は明確な目標とフィードバックが存在する環境で個人の能力と挑戦のレベルのバランスがつりあっている場合に生じやすいとされている。フロー体験時の具体的な主観的状態は，「行為と意識の融合」「極度の注意集中」「内省的自意識の喪失」「環境や行為を統制できる感覚」「時間経験のゆがみ」「内発的報酬を伴う経験」に特徴づけられる（チクセントミハイ・ナカムラ，2003）。フロー体験は生産的活動への参加意欲や学習意欲，創造性との関係があること（Nakamura & Csikszentmihalyi, 2002），フローを体験しやすい人はストレス対処において困難な状況でさえ肯定的な意味を見つけ積極的な対処をすることが報告されている（石村，2008）。このようにフロー体験は人々が日々のwell-beingを維持・促進していくために重要な機能をもつと考えられている。

well-being[3]とは，be well（良く在る），つまり身体的・精神的・社会的に完全に満たされた状態のことをいい，本邦では幸福感と訳されることが多く，特に個人の幸福感や充実感に関する問題は心理学では「主観的well-being」として取り上げられてきた。堀毛（2019）によれば，この主観的well-beingは大きく「感情的（快楽志向的）well-being」と「認知的（意味志向的）well-being」という2つの側面に区別されるという。前者の感情的well-beingは，快楽が多く苦痛が少ないことを幸福の前提とするhedonic（快楽主義的）な考え方に基づいており，日常のポジティブ感情の高さとネガティブ感情の低さ，人生満足感によって構成されている。一方で後者の「認知的（意味志向的）well-being」は，「幸福とは自己の理性を善く働かせ，潜在的な能力を十分に生かすことである」というeudaimonic（理性主義的）な幸福観に基づくものである。これまでwell-beingを測定するためにいくつかの尺度が開発されているが，それらは上記2つの側面にそれぞれ対応すると考えられる。例えば，伊藤・相良・池田・川浦（2003）が作成した「主観的幸福感尺度（SWBS/Subjective Well-Being Scale）」は「人生に対する前向きな気持ち」「達成感」「自信」「至福感」「人生に対する失望感」という人生満足感と感情的測面の領域から構成されている。この尺度から測定されるwell-beingは，堀毛（2019）のいう感情的well-beingに対応すると考えられる。一方でRyff（1989）の開発した「心理的well-being（psychological well-being）」の尺度は，「自己受容」「個人的成長」「人生の目的」「環境制御」「自律」「他者とのポジティブな関係」という6つの側面から構成されており，この尺度によって測定されるwell-beingは認知的well-beingに対応するものである。すなわち感情的well-beingは感情と生活の質の全体的な評価を指し，認知的well-beingは実存的な人生における挑戦を経て得られた成長や生きがいを調査するための指標といえる（Keyes, Shmotokin, & Ryff, 2002）。本研究では，これら2つの異なるwell-beingに対する空想傾性とフロー体験の影響の仕方について比較検討する。

フロー体験とwell-beingの関係について，石村（2008）はフロー体験とRyff（1989）の心理的well-beingにおける「個人的成長」「人生の目的」「環境制御」「他者とのポジティブな関係」との間に関連性を見出している。また，奥上・西川・雨宮（2012）によって，フロー体験は主観的幸福感や肯定感情，自尊感情とも有意な相関があることが確認されている。フロー体験がもたらすwell-beingについて，Waterman（1993）はhedonic（快楽主義的）な感情的well-beingとeudaimonic（理性主義的）な認知的well-beingの「混合物（amalgam）」であると述べている。一方Peterson, Park & Seligman（2005）は感情的well-beingおよび認知的well-beingとは区別される「没頭の追及（The pursuit of engagement）」によってもたらされる第三のwell-beingの存在を提案しており，一貫した見解は得られていない。

空想傾性とフロー体験は，どちらも行為への深い没入性という性質を有していることから，空想傾性者はフロー意識状態に入りやすいことが予想され，空想傾性とフロー体験は密接に関連していると考えられる。空想とフロー体験との関連性について検討した研究として，松下・村上（2010）は多面的空想特徴質問紙（松井・小玉，2004）を用いて空想体験とフローおよび精神的健康感との関連性について検討しているが，そこではこれら相互の影響関係を示す明確なモデルは得られていない。

本研究では空想傾性とフロー体験およびwell-beingとの関連性について検討する上で，影響を与える他の要因として統制の位置（Locus of Control）に着目する。Rotter（1966）は，社会的学習理論の立場から，自分の行動に随伴する結果について自分の能力や比較

的に永続的な特性など内的要因によって獲得しているとする認知様式を「内的統制（internal control）」と呼んでいる。一方，行動の結果は 運や環境もしくは影響力を持つ他者など外的な要因によって生じているとする認知様式を「外的統制（external control）」と呼んでいる。このような自己コントロール感の程度の違いはしばしば統制の位置（Locus of Control）と呼ばれており，以後この概念を用いた多くの研究が行われている。例えば Cuper & Lynch（2009）は，空想傾性が抑うつ傾向に結びつくかどうかは統制の位置によって左右されるという仮説について検証した。その結果，空想傾性の高さが外的統制感と結びついた場合に抑うつ傾向は高くなるが，内的統制感と結びついた場合には抑うつ傾向に影響しないことを示した。また，石村（2008）はフロー体験の程度と統制の位置との関連について検討しているが，そこには僅かな相関関係しか見出されていない。その理由として，石村（2008）はフロー体験を生起させる活動内容の多様性が影響を与えている可能性を挙げている。一方で Keller & Blomann（2008）は，テトリスゲーム課題を用いて，フロー体験と内的統制感との関連性について検証した。その結果，課題の難易度と自己の技能とのバランスが釣り合っている条件において，内的統制感の高い人はフローを体験しやすいのに対して，内的統制感の低い人はフロー状態に入りにくいという結果が得られた。これらの研究から空想傾性およびフロー体験には，内的統制感が密接にかかわってくることが予測される。

イメージは感情との結びつきが強く，感情増幅機能をもつことが知られており，イメージ機能が感情に影響を及ぼす作業モデルも提案されている（Holmes, Geddes, Colom & Goodwin, 2008；松岡，2010）。このことから，空想傾性者が有する強いポジティブな結果イメージと内的統制感が相互に影響し高め合うことで，目的意識や達成可能感がさらに強まり，フローを体験しやすくなり，最終的に well-being にも影響を与えることが考えられる。

以上より，本研究では第一研究として空想傾性と内的統制感がどのようにフロー体験に影響を与えるかについて検討する。第二研究では空想傾性と内的統制感がフロー体験に影響を与えることで well-being を促進するという因果モデルの作成を試みる。さらにそのモデルが感情的 well-being と認知的 well-being の場合でどのように異なるかについて比較検討する。

研究 1：空想傾性および内的統制感とフロー体験との関連性

方法

調査対象者と手続き　集団法および配布回収法による質問紙調査を行った。調査対象者は A 県内の大学生および専門学校生の計 442 人（男性 280 人，女性 162 人）であった。平均年齢は 19.39 歳（*SD*=2.07）であった。ただし，質問紙によって回答者数が異なるため分析によって有効数は異なる。

倫理的配慮　質問紙配布時に調査内容，データの処理方法，プライバシーは守られること，調査協力は本人の自由意志に基づき，強制ではないことを書面および口頭で教示し，調査を実施した。

調査内容

1. 空想傾性　Creative Experience Questionnaire 日本語版（CEQ-J）（岡田・松岡・轟木，2004）を用いた。空想傾性を測定する 25 項目について（1：当てはまらない，2：あまり当てはまらない，3：やや当てはまる，4：当てはまる）の 4 件法で回答を求めた。本尺度は岡田他（2004）の主成分分析の結果，“ 異常な体験 ”“ 空想の鮮明性 ”“ 子どもの頃の体験 ” の 3 つの主成分が抽出されているが，本研究では CEQ-J の合計得点を分析に用いた。以後空想傾性得点と表記する。

2. フロー体験頻度とフロー人格特性　フロー体験チェックリストとフロー体験の個人傾向を測定する質問紙（石村，2008）を用いた。

(a) フロー体験チェックリスト：本チェックリストは「あなたの好きな活動のうち，完全に没入することができ，行うこと自体が楽しいものを思い浮かべてください。その活動がうまくいっているときのあなたの考えや気持ちをできるだけ思い出してください。」という教示文の呈示後に，日常生活でのフロー体験頻度，フロー体験時の活動名，フロー体験の特徴について尋ねる項目で構成されている。回答はフロー体験頻度を（1：全くない，2：ほとんどない，3：あまりない，4：どちらともいえない，5：ややある，6：よくある 7：すごくある）の 7 件法，フロー体験時の活動名を自由記述，フロー体験の特徴 10 項目を（1：全く当てはまらない，2：当てはまらない，3：あまり当てはまらない，4：どちらともいえない，5：少し当てはまる，6：当てはまる，7：非常に当てはまる）の 7 件法で求めた。本研究では，フロー体験頻度のみを分析に用いた。

(b) フロー体験の個人傾向質問紙：日常生活におけるフロー体験の個々人の特性・傾向を測定する 32 項目について，（1：全く感じない，2：感じない，3：あまり感じない，4：少し感じる，5：感じる，6：非常

に感じる）の6件法で評定を求めた。本尺度は「充実感」「無我感」「向上感」「一体感」「統制感」の5つの下位尺度で構成されているが，石村（2008）の分析に倣い，本研究では合計得点を分析に用いた。以後この合計得点をフロー人格特性得点と表記する。

3. 内的統制感　Locus of Control 尺度（鎌原・樋口・清水，1982）を用いた。この尺度は，ある出来事の原因が自分のコントロール下にあると内的に帰属する傾向（内的統制感）を測定する9項目と，反対に原因が自分のコントロール下にないと外的に帰属する傾向（外的統制感）を測定する9項目の全18項目で構成されている尺度である。回答は（1：そう思わない，2：ややそう思わない，3：ややそう思う，4：そう思う）の4件法で求めた。また，外的統制感項目は逆転項目として扱い，この尺度の加算得点が高ければ高いほど内的統制感が高く，反対に得点が低いほど外的統制感が高いことを示す。

結果

空想傾性，内的統制感，フロー体験頻度，フロー人格特性の各尺度間の相関を算出し，その結果を Table 1 に示した。空想傾性とフロー人格特性との間に正の相関がみられた（r=.370，p<.01）。また内的統制感とフロー特性，フロー体験頻度との間に正の相関がみられた（r=.316，p<.01；r=.175，p<.01）。そして，フロー体験頻度とフロー特性の間に正の相関がみられた（r=.257，p<.01）。

Table 1　Correlations between fantasy proneness, internal locus of control and flow.

	1	2	3	4
1. 空想傾性	−	.020	.370 **	.093
2. 内的統制感		−	.316 **	.175 **
3. フロー人格特性			−	.257 **
4. フロー体験頻度				−

注）N=410-433　**p<.01

単相関分析の結果をもとに空想傾性，内的統制感，フロー体験間の相互関連性について全体的に把握するために，構造方程式モデリングソフト Amos. を用いてパス解析を行った。まず欠損値データについて，欠測はランダムに生じているという仮定（missing at random: MAR）のもと，単一補完法である平均値代入法によって欠損データの処理を行った。次に有意水準5%で偏回帰係数が有意でなかったパスを削除しモデルを構成し，分析から得られた適合指数や標準化偏回帰係数などの指標から以下に示すモデルを採択した。その結果，フロー体験頻度には内的統制感が直接的に影響を及ぼし，また空想傾性と内的統制感がフロー人格特性に結びつくことでフロー体験頻度に影響を与えていることが示された（Figure 1）。このモデルの適合度は，GFI=1.000；AGFI=.999；CFI=1.000；RMSEA=.000 であった。GFI，AGFI は1に近いほど，RMSEA は0に近いほどデータの当てはまりが良いとされており，得られた適合度指標の値は許容できる範囲であると判断した。

次に空想傾性得点の上位4分の1を空想傾性高群，下位4分の1を空想傾性低群（高群 M=62.47，SD=6.36；低群 M=36.90，SD=4.20，t =35.68，df=229，p< .001），内的統制得点の上位4分の1を内的統制群，下位4分の1を外的統制群とした（高群 M=53.26，SD=2.66；低群 M=37.11，SD=3.79，t =38.17，df=239，p<.001）。これらを組み合わせて空想傾性高＆内的統制群（36人），空想傾性高＆外的統制群（34人），空想傾性低＆内的統制群（28人），空想傾性低＆外的統制群（27人）に分類し，空想傾性と統制の位置を独立変数に，フロー体験頻度を従属変数とした2要因分散分析を行ったところ，空想傾性と統制の位置間の交互作用に有意傾向が認められた（F（1,121）=3.51，

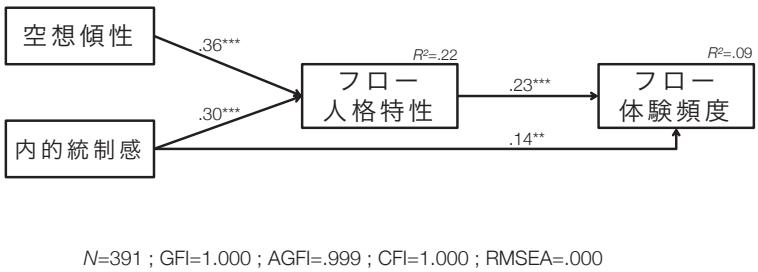


Figure 1　The effects of fantasy proneness and internal locus of control on flow.

注）図中の数値は標準偏回帰係数を示し，実線は正のパスを示す。図の煩雑化を避けるため，誤差は省略した。
***p<.001，**p<.01，*p<.05**

p<.10）。下位検定として単純主効果の検定を行なった結果，空想傾性が高い場合，内的統制感が高い人は外的統制感の高い人よりも，フローを体験しやすい傾向にあった。また，空想傾性が低い場合，統制の位置によってフローの体験頻度に差は見られなかった（Figure 2）。

続いてフロー人格特性を従属変数とし2要因分散分析を行ったところ，空想傾性と内的統制感それぞれに有意な主効果が認められた（F（1,120）=29.80，p<.001；F（1,120）=29.22，p<.001）。空想傾性の主効果は，空想傾性の高い人は空想傾性が低い人よりもフロー人格特性の度合いが高いことを示した。また，統制の位置の主効果は，内的統制感の高い人は外的統制感の高い人よりもフロー人格特性の度合いが高いことを示した（Figure 3）。

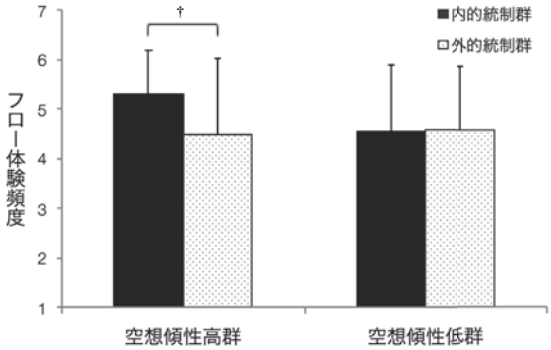


Figure 2　Means score for flow frequency across fantasy proneness and locus of control.

† p<.10（Error bars reflect SD.）

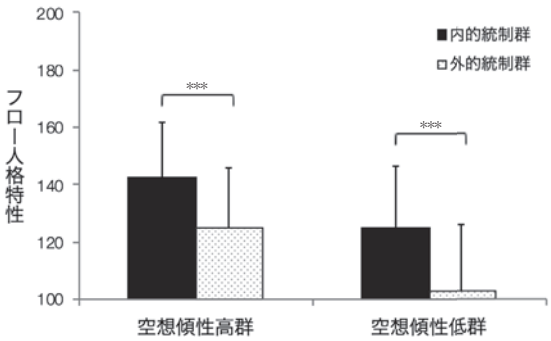


Figure 3　Means score for flow personality trait across fantasy proneness and locus of control.

*****p<.001（Error bars reflect SD.）**

まとめ

研究1の結果からフロー体験頻度には内的統制感が直接的に影響を及ぼすこと，空想傾性と内的統制感がフロー人格特性に結びつくことでフロー体験頻度に影響を与えていることが示された。

また，空想傾性および内的統制感が共に高い人はフローを体験する頻度が多く，空想傾性が高く外的に統制する人はフローを体験する頻度は少ない傾向が見られた。一方，空想傾性が低ければ統制の位置はフローを体験する頻度に影響を及ぼさない傾向が示された。

研究2：空想傾性と内的統制感によるフロー体験および well-being への影響

方法

調査対象者と手続き　集団法および配布回収法による質問紙調査を行った。調査内容が多いため調査は2回に渡って行った。1回目の調査では空想傾性，フロー体験頻度，内的統制感，感情的 well-being について調査し，2回目にフロー人格特性と認知的 well-being について調査した。なお1回目の調査と2回目の調査時期の間隔は約1カ月であった。調査対象者はA県内の大学生140人（男性74人，女性66人）を対象とし，平均年齢は18.99歳（SD=0.91）であった。

倫理的配慮　質問紙配布時に調査内容，データの処理方法，プライバシーは守られること，調査協力は本人の自由意志に基づき，強制ではないことを書面および口頭で教示し，調査を実施した。

調査内容

1. 空想傾性　研究1と同様に Creative Experience Questionnaire 日本語版（CEQ-J）（岡田他，2004）を用いた（25項目，4件法）。ただし，宗教的経験が日常生活の基盤にない多くの日本人にとって馴染みにくいと考えられる項目は尺度から除外し，本研究では計24項目の合計得点を分析に用いた。

2. フロー体験頻度とフロー人格特性　研究1と同様にフロー体験チェックリストおよびフロー体験の個人傾向質問紙（石村，2008）を用いた。ただし，フロー特性について，研究2では合計得点とともに，フロー特性を構成する5つの下位尺度得点を分析に用いた。フロー人格特性を構成する下位尺度は「充実感（e.g. 自分が今ここでこうしていることが楽しくてしょうがない）」「無我感（e.g. 何かの流れに身をまかせているような感覚を感じる）」「向上感（e.g. 自分のやりたいことは何かを強く意識している）」「一体感（e.g. 同じ目的をもった仲間と時間を共有することで，強い一体感を感じる）」「統制感（e.g. 自分を中心にし

て，すべてのことがまわっているような感覚を感じる)」である。

3. 内的統制感　研究1と同様に Locus of Control 尺度（鎌原他，1982）を用いた（18項目，4件法)。

4. well-being

(a) 感情的 well-being：主観的幸福感尺度（SWBS/Subjective Well-Being Scale）（伊藤他，2003）を用いた。この尺度は「人生に対する前向きな気持ち」「自信」「至福感」「達成感」「人生に対する失望感」という5つの領域各3項目から構成されているが，大学生を対象とした場合に内容が実感とかけ離れていると考えられる項目や，宗教的経験が日常生活の基盤にない多くの日本人にとって馴染みにくいと考えられる項目は尺度から除外し，本研究では「人生に対する前向きな気持ち（3項目)」「自信（3項目)」「至福感（1項目)」「達成感（2項目)」「人生に対する失望感（3項目)」の計12項目の合計得点を指標として用いた。回答法は4件法であり，選択肢は項目により異なる。

(b) 認知的 well-being：心理的 well-being 尺度（西田，2000）を用いた（43項目，6件法)。本尺度は Ryff（1989）が提唱した心理的 well-being 概念を基に西田（2000）が作成した尺度であり，「人格的成長（発達と可能性の連続上にいて新しい経験に向けて開かれている感覚)」「人生における目的（人生における目的と方向性の感覚)」「自律性（自己決定し，独立，内的に行動を調整できるという感覚)」「自己受容（自己に対する積極的な感覚)」「環境制御力（複雑な周囲の環境を統制できる有能さの感覚)」「積極的な他者関係（温かく，信頼できる他者関係を築いているという感覚)」の6次元の下位尺度で構成されている。人格的成長，人生における目的，自律性はそれぞれ8項目，自己受容は7項目，環境制御力と積極的な他者関係はそれぞれ6項目から構成されている。回答は（1：全く当てはまらない，2：当てはまらない，3：あまり当てはまらない，4：やや当てはまる，5：当てはまる，6：非常によく当てはまる）の6件法で評定を求めた。本研究では空想傾性およびフロー体験との関係について，感情的 well-being と比較検討するため合計得点を指標として用いた。なお，西田（2000）が作成した本尺度は成人期の女性を対象としているが，Ryff（1989）の研究や後の本邦での研究（e.g. 細越・小玉，2006；e.g. 伊藤・小玉，2005）では大学生男女を対象に本尺度を用いて検討し，有効な結果が出ている為，本研究の調査対象者にも有用と判断した。

結果

各尺度間の相関を算出したところ，Table 2のようになった。空想傾性とフロー人格特性，フロー体験頻度との間に正の相関が認められた（r=.352，p<.01；r=.178，p<.05)。また，内的統制感とフロー人格特性，フロー体験頻度，感情的 well-being および認知的 well-being との間に正の相関が認められた（r=.311，p<.01；r=.202，p<.05；r=.443，p<.01；r=.444，p<.01)。そしてフロー人格特性とフロー体験頻度，感情的 well-being，認知的 well-being との間に正の相関が認められ（r=.300，p<.01；r=.275，p<.01；r=.450，p<.01)，フロー体験頻度と感情的 well-being および認知的 well-being との間に正の相関が認められた（r=.348，p<.01；r=.245，p<.01)。また，感情的 well-being と認知的 well-being との間に正の相関が認められた（r=.603，p<.01)。

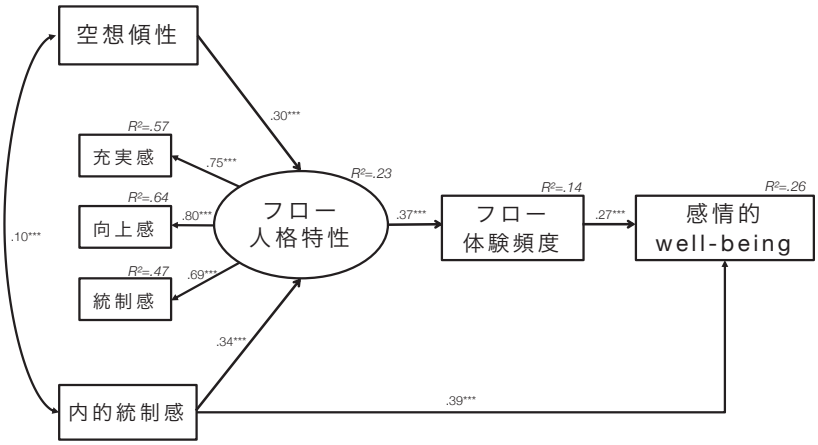
空想傾性，内的統制感，フロー体験，well-being（感情的 well-being および認知的 well-being）間のより詳細な相互関連性について明らかにするために，構造方程式モデリングソフト Amos. を用いて共分散構造分析を行った。モデルの推定には最尤法を用いた。なお，研究1と同様に欠損値データは平均値代入法によって処理した。有意水準5%で偏回帰係数が有意でなかったパスを削除してモデルを構成し，分析から得られた適合度指数や，標準化偏回帰係数などの指標から以下に示すモデルを採択した（Figure 4-a，4-b)。

まず感情的 well-being に対する影響の仕方について検討した。フロー人格特性は潜在因子として取り扱い，この潜在因子を構成する観測変数として「充実

Table 2　Correlations between fantasy proneness, internal locus of control, flow and well-being.

	1	2	3	4	5	6
1. 空想傾性	−	.095	.352 **	.178 *	.044	.016
2. 内的統制感		−	.311 **	.202 *	.443 **	.444 **
3. フロー人格特性			−	.300 **	.275 **	.450 **
4. フロー体験頻度				−	.348 **	.245 **
5. 感情的 well-being					−	.603 **
4. 認知的 well-being						−

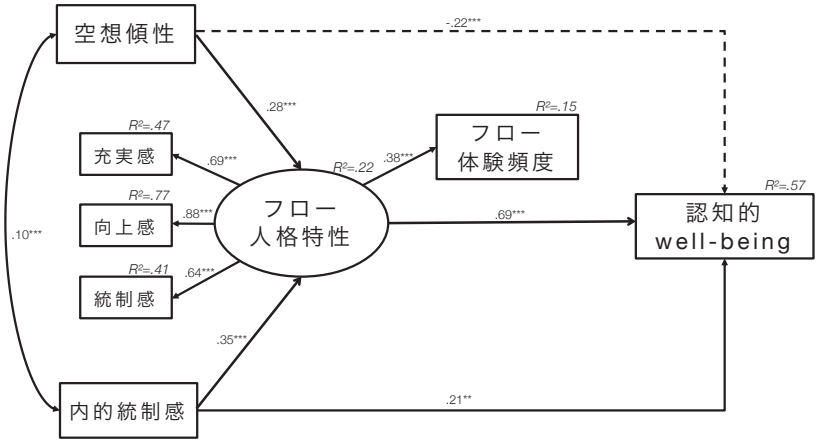
注）N=140　**p<.01，*p<.05



N=140, GFI=.953 ; AGFI=.890 ; CFI=.945 ; RMSEA=.084

Figure 4-a　Emotional well-being model：The effects of fantasy proneness, internal locus of control and flow on well-being.

注）図中の数値は標準偏回帰係数を示し，実線は正のパスを示す。
注）図の煩雑化を避けるため，誤差は省略した。
*****p<.001，**p<.01，*p<.05**



N=140, GFI=.957 ; AGFI=.890 ; CFI=.953 ; RMSEA=.090

Figure 4-b　Cognitive well-being model：The effects of fantasy proneness, internal locus of control and flow on well-being.

注）図中の数値は標準偏回帰係数を示し，実線は正のパス，破線は負のパスを示す。
注）図の煩雑化を避けるため，誤差は省略した。
*****p<.001，**p<.01，*p<.05**

感」「向上感」「統制感」の３つの下位尺度を選択し，採用した。その結果，空想傾性と内的統制感がフロー人格特性に影響を与え，フロー人格特性がフロー体験頻度を経由し感情的 well-being を促進することが示唆された。フロー人格特性から感情的 well-being へ直接影響を及ぼすパスは観測されなかった。また，内的統制感が感情的 well-being へ直接的に作用していることも示唆された。この感情的 well-being モデルの適合

度はGFI=.953 ; AGFI=.890 ; CFI=.945 ; RMSEA=.084であった。

次に認知的well-beingに対する影響の仕方について検討した。感情的well-beingモデルと同様，フロー人格特性は，観測変数「充実感」「向上感」「統制感」の3つの下位尺度から構成される潜在因子として取り扱い，検討した。その結果，空想傾性と内的統制感がフロー人格特性に作用し，フロー体験頻度に影響を与えているものの，フロー体験頻度から認知的well-beingに影響を及ぼすパスは観測されなかった。その代わりに認知的well-beingには内的統制感とフロー人格特性が直接的な影響を与えていた。さらに空想傾性は認知的well-beingに直接的に負の影響を与えていた。この認知的well-beingモデルの適合度はGFI=.957 ; AGFI=.890 ; CFI=.953 ; RMSEA=.090であった。

得られた適合度指標の値について，いずれのモデルもRMSEA値が.05を超えていることから必ずしも十分に良好な値とはいえないが，積極的に棄却を要するほどでもなく，概ね許容できる範囲の適合度であると判断した。

まとめ

研究2では空想傾性と内的統制感がフロー体験に影響を与え，さらにwell-beingを促進するという因果モデルについて検討した。また，well-beingの指標として感情的well-beingと認知的well-beingそれぞれのモデルについて比較した。その結果，感情的well-beingモデルではwell-beingに対して内的統制感の高さとフロー体験頻度が関わっていたことが示唆された。一方，認知的well-beingモデルではwell-beingに対するフロー体験頻度の関与は見られず，内的統制感の高さとフロー人格特性が直接的な影響を与えること，空想傾性は認知的well-beingに対し負の作用を及ぼすことが示唆された。

総合考察

本研究の目的は，第一に空想傾性と内的統制感がどのようにフロー体験に影響を与えるかについて検討すること第二に空想傾性と内的統制感がフロー体験に影響を与えることでwell-beingを促進するという因果モデルの作成を試み，さらにそのモデルが感情的well-beingと認知的well-beingの場合でどのように異なるかについて比較検討することであった。

空想傾性および内的統制感とフロー体験との関連性

研究1ではフロー体験頻度には内的統制感が直接的に影響を及ぼすこと，空想傾性と内的統制感がフロー人格特性に結びつくことでフロー体験頻度に影響を与えていることが示された。従来，フロー体験はその状態や生起条件が注目され，フローを体験する個人特性に関する研究は数少なかった（石村，2008）。しかしパス解析の結果，空想傾性と内的統制感からフロー人格特性に，フロー人格特性からフロー体験頻度にパスが伸びていることから，本研究で用いた日常生活におけるフロー体験の個々人の特性・傾向を示すフロー人格特性とは，フローを体験しやすい個人要因，すなわち「自己目的的パーソナリティ（Autotelic Personality/Csikszentmihalyi, 1975 今村訳2000）」を反映していると考えられる。また，石村（2008）の研究では内的統制感とフロー体験との間にはわずかな相関関係しか見られなかったが，本研究の結果から，内的統制感は空想傾性とともに「自己目的的パーソナリティ」に影響を与え，フロー体験を生起するための重要な要素であると考えられる。そして，空想傾性者特有のイメージ能力の強さと内的統制感の強さとの相互作用によって，目標意識や行為可能性が強化されることが，フロー人格特性（自己目的的パーソナリティ）の形成やフロー体験頻度に影響を与えたことが推測される。

また，空想傾性および内的統制感が共に高い人はフローを体験する頻度が多く，空想傾性が高く外的に統制する人はフローを体験する頻度は少ない傾向がみられた。一方で空想傾性が低ければ，統制の位置はフローを体験する頻度に影響を及ぼさない傾向が示された。この結果は，空想傾性の高さがポジティブ・ネガティブな側面のどちらに結びつくかは統制の位置という認知様式によって影響を受けることを示している。この点において，Cuper & Lynch（2009）による空想傾性の高さが外的統制感と結びついた場合に抑うつ傾向は高くなるが，内的統制感と結びついた場合には抑うつ傾向に影響しないという先行研究の結果と共通している。

研究1の結果を総合すると以下のようになる。まずパス解析の結果から，空想傾性の高さと内的統制感はそれぞれ独立しながらフロー人格特性に正の影響を及ぼし，さらに内的統制感は直接フロー体験頻度に作用していた。このことから，内的統制感の高さはフローを実際に体験するための重要な要素であると思われる。しかし，分散分析の結果から空想傾性が低い場合にはその内的統制感の効力が無効化する傾向が見られた。したがって，空想傾性の高さとは，フローを実際に体験するための補助的な役割を持っている認知特性および人格特性であると考えられる。そして，Cuper & Lynch（2009）の研究結果も踏まえると，内的統制感はフロー体験に限らず，空想傾性の高さがポジティ

ブな機能をもつための重要な条件であると考えられる。

空想傾性と内的統制感がフロー体験および well-being へ与える影響

研究 2 では空想傾性と内的統制感がフローの体験のしやすさを強めることで well-being（感情的 well-being・認知的 well-being）に正の影響を与えることが示された。

両モデルに共通して見られた点は，内的統制感が直接的に well-being と正の関連を示していたという点であった。このことから，内的統制感は well-being を規定する重要な要素であると考えられる。

一方，両モデルの間にはいくつかの相違点も見られた。第一に感情的 well-being に対しては，フロー人格特性からフロー体験頻度を介した影響があったが，認知的 well-being に対しては，フロー人格特性からの直接的な影響が見られた。このことから感情的 well-being を高めるためには，内的統制感の強さと実際にフローを体験することが特に重要になってくると考えられる。しかし認知的 well-being に対しては，内的統制感の強さは関与するものの，フローの実際の体験というよりは，体験を引き起こすベースとなる人格特性（「充実感」「向上感」「統制感」といったフローへのポジティブな態度や考え方）が，フロー体験頻度を経由せずに影響を与えると考えられる。

このような結果が得られた要因として，フロー体験頻度を尋ねる際に呈示した教示文が「あなたが好きな活動のうち，完全に没入することができ，行うこと自体が楽しいものを思い浮かべてください」という体験の楽しさといった感情的な側面を想起させる文章であったことが考えられる。

一方，本研究で認知的 well-being を測定するために用いた心理的 well-being 尺度（西田，2000）では，人生における意味などを重視しており，発達的な観点が積極的に取り入れられているため，本研究の調査対象者である大学生にとって回答しにくい内容であった可能性も考えられる。

また，第二の相違点として，感情的 well-being に対する空想傾性からの直接的影響は見られなかったが，認知的 well-being に対しては空想傾性からの直接的な負の影響が見られた。

このことについては，空想傾性を測定する CEQ-J の性質が影響していると推測される。CEQ-J には「何かを歌ったり書いたりする時，自分以外の誰かや何かに自分が操られているという感覚を持つことが時々ある」，「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，一体感を持ったりすることができた」といった自意識の消失に関わるような項目が含まれている。そのため CEQ-J は理性，つまり意識的な思考を必要とする認知的 well-being とは反対の性質を備えているからであると考えられる。

このように本研究で得られた両モデルにおける構造の相違から，感情的 well-being と認知的 well-being が質的に異なる性質を持つことが改めて確認された。想定されたモデルからは，実際にフローを体験するだけでは認知的 well-being には到達しないことが示されている。したがって本研究で用いた主観的幸福感尺度（伊藤他，2003）は感情的 well-being，心理的 well-being 尺度（西田，2000）は認知的 well-being に対応する質の異なる well-being を測定していたと考えられる。

フロー体験がもたらす well-being が Waterman（1993）のいうように hedonic（快楽主義的）な感情的 well-being と eudaimonic（理性主義的）な認知的 well-being の「混合物」なのか，それとも Peterson et al.（2005）が指摘するように「没頭の追求によってもたらされる well-being」なのかという問題については，本研究では明らかにすることができなかった。したがって，今後の研究では調査対象者の年齢層を拡大してより多様なフロー体験を検討することが必要である。そして感情的 well-being と認知的 well-being のほかに「没頭の追求によってもたらされる well-being」（Peterson et al., 2005）を含めた尺度（e.g. 熊野，2011）を用いて，フロー体験と well-being との関連性を明確にしていく必要があると思われる。

今後の課題と展望

主観的 well-being に感情的 well-being と認知的 well-being という 2 つの側面があるように，フロー体験にも「浅いフロー」と「深いフロー」が存在し，これらのフローの型は 1 つの連続体であると考えられている（Csikszentmihalyi, 1975 今村訳 2000）。そもそもフロー体験とは，芸術家，競技者，音楽家，チェスの名人，外科医などエキスパートの優れたパフォーマンスにおける説明の中から見出された現象である。Csikszentmihalyi（1975 今村訳 2000）によって，これらの構造化された活動から生じるフローは「深いフロー」と呼ばれている。一方，「深いフロー」と比較すると，構造化と挑戦の程度が低いと思われる日中の余暇活動のようなほとんど自動的に行われる行為の中から生じるフローは「浅いフロー」として取り上げられている。つまり，課題が高度に構造化されており，無我夢中で困難な状況に立ち向かい，結果として楽しいと感じるものが「深いフロー」，課題の難度はそれほど高くなく行為時に楽しさを感じる余裕のあるような体験が「浅いフロー」に対応すると考えられる。

しかし本研究1でフローを体験する活動内容を自由記述にて回答を求めたところ，スポーツ・ゲーム・パフォーマンス活動（歌う，演奏する）などが約半数を占めていたが，残りの半数にはテレビ・音楽鑑賞，読書，飲み会などの社交活動などが含まれていた。そのため本研究では，「深いフロー」に加えて相対的に「浅いフロー」まで測定してしまった可能性がある。したがって今後はフロー体験の質を統制した上で，空想傾性と「深いフロー」との関係について検討する必要がある。そのためには奥上他（2012）が指摘するように，フロー体験時の活動について質問紙法だけでなく面接法を用いて詳しく調査する必要がある。そのような手法を用いて「深いフロー」を抽出し再検討するならば，「深いフロー」が発生するような困難な状況や難度の高い課題へ立ち向かう場合には，フロー人格特性の中の「向上心」の高さなどが重要な要素となり，eudaimonic（理性主義的）な認知的 well-being への関与が深くなると考えられる。

また，フロー状態は「挑戦」を伴う難しい課題に取り組む時に生じやすいとされるが，挑戦することはそれ自体がリスクを伴うことから，フローは必ずしもポジティブな状態に限定されるものではない（Csikszentmihalyi, 1990 今村訳 1996）。そのため，空想傾性者が挑戦時に生ずる課題の困難さなどに感情が振り回されると，イメージの感情増幅機能によって，空想傾性者のネガティブ感情や外的統制感が強化されると考える。その結果，否定的なフィードバックに偏るなど，適切なフィードバックを得ることが出来なくなり，フローを体験することが難しくなると予想される。したがって，今後空想傾性とフロー体験ならびに well-being に影響を与える他の要因について検討するならば，困難な課題に直面した際の思考様式について注目する必要がある。例えば破局的な思考を緩和し冷静に己を客観視するスキルである「認知的統制」（杉浦，2007）や，能力や素質は成長できるとする思考様式「グロース・マインドセット」（Dweck, 2006 今西訳 2016）である。これらのような認知様式の関与の仕方について検討することで，空想傾性とフロー体験ならびに well-being との関連性をさらに明らかにすることができると思われる。

引用文献

Csikszentmihalyi, M.（1975）. *Beyond Boredom and Anxiety : Experience Flow in Work and Play*. Jossey-Bass.
（チクセントミハイ , M. 今村浩明訳（2000）. 楽しみの社会学 新思索社）

Csikszentmihalyi, M.（1990）. *Flow: The Psychology of optimal experience*. Harper & Row.
（チクセントミハイ , M. 今村浩明訳（1996）. フロー体験――喜びの現象学―― 世界思想社）

チクセントミハイ M・ナカムラ J（2003）. フロー理論のこれまで 今村浩明・浅川希洋志（編）フロー理論の展開（pp.1-39）世界思想社

Cuper, P.F., & Lynch, T.R.（2009）. When is fantasy proneness associated with distress? An examination of two models. *Imagination, Cognition and Personality*, *28*, 251-268.

Dunn, L.W., Corn, A.L., & Morelock, M.J.（2004）. The relationship between scores on the ICMIC and selected talent domains: An investigation with gifted adolescents. *Gifted Child Quarterly*, *48*, 133-142.

Dweck, C.S.（2006）. *MINDSET: The New Psychology of Success*, Random House.
（ドゥエック , C.S. 今西康子訳（2016）. マインドセット――「やればできる」の研究―― 草思社）

Holmes, E.A., Geddes, J.R. Colom, F., & Goodwin, G.M.（2008）. Mental imagery as an emotional amplifier : Application to bipolara disorder. *Behaviour Research and Therapy*, *19*, 1-8.

堀毛一也（2019）. ポジティブなこころの科学――人と社会のよりよい関わりをめざして――　安藤清志・松井豊（編）セレクション社会心理学－31 サイエンス社

細越寛樹・小玉正博（2006）. 対処的悲観者の心理的 well-being および主観的 well-being の検討，心理学研究，*77*，141-148.

石村郁夫（2008）. フロー体験の促進要因とその肯定的機能に関する心理学的研究 筑波大学人間総合科学研究科 博士論文

伊藤正哉・小玉正博（2005）. 自分らしくある感覚（本来感）と自尊感情が well-being に及ぼす影響の検討，教育心理学研究，*53*，74-85.

伊藤裕子・相良順子・池田政子・川浦康至（2003）. 主観的幸福感尺度の作成と信頼性・妥当性の検討　心理学研究，*74*，3，276-281.

鎌原雅彦・樋口一辰・清水直治（1982）. Locus of Control 尺度の作成と，信頼性，妥当性の検討 教育心理学研究，*30*，302-307.

Keller, J & Blomann, F.（2008）. Locus of control and the flow experience: An experimental analysis. *European journal of personality*, *22*, 589-607.

Keyes, C.L.M., Shmotkin, D. & Ryff, C.D.（2002）. Optimizing well-being : The empirical encounter of two traditions. *Journal of personality and social*

psychology, *82*, 1007-1022.

熊野道子（2011）. 日本人における幸せの３志向性――快楽・意味・没頭志向性――，心理学研究，*81*，6, 619-624.

Lynn, S.J., & Rhue, J.W.（1986）. The fantasy-prone person: Hypnosis, imagination, and creativity. *Journal of Personality and Social Psychology*, *51*, 404-408.

Lynn, S.J., & Rhue, J.W.（1987）. Fantasy proneness and psychopathology. *Journal of personality and Social Psychology*, *53*, 327-336.

松井めぐみ・小玉正博（2004）. 空想の多面的特徴と精神的健康との関連 健康心理学研究，*17*，38-46.

松岡和生（2010）. 空想傾性（Fantasy Proneness）のポジティブ機能 堀毛一也（編）現代のエスプリ ポジティブ心理学の展開 ――「強み」とは何か それをどう伸ばせるか――（pp.48-59）ぎょうせい

松岡和生・岡田斉（2004）. 空想傾向（Fantasy Proneness）と悪夢，明晰夢および解離性体験 日本心理学会第 68 回大会発表論文集，362.

松岡和生・堀毛一也（2006）. 空想傾向（Fantasy Proneness）のポジティブ機能――主観的充実感と自尊感情に及ぼす効果―― 日本心理学会第 70 回大会発表論文集，1017.

松下姫歌・村上碧海（2010）. 空想への心的態度とフロー体験および精神的健康観との関係 広島大学大学院教育学研究科紀要，*59*，83-92.

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.

Nakamura, J. & Csikszentmihalyi, M.（2002）. The concept oh flow. In C.R.Snyder & Lopez（Eds.）, *Handbook of positive psychology*,（pp.89-105）. New York:Oxford University Press.

西田裕紀子（2000）. 成人女性の多様なライフスタイルと心理的 well-being に関する研究 教育心理学研究，*48*，433-443.

岡田斉・松岡和生・轟木知佳（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，*26*，153-161.

奥上紫緒里・西川一二・雨宮俊彦（2012）. 大学生のフロー体験と性格特性および Well-being との関係性について　大手前大学論集，*13*，29-41.

Peterson, C., Park, N., & Seligman, M.E.P.（2005）. Orientation to happiness and life satisfaction : The full life versus the empty life. *Journal of Happiness Studies*, *6*, 25-41.

Putnam, F.W.（1997）. *Dissocitation in children and adolescents.:A developmental Perspective*. New York: GuilfordPress.
（パトナム , F.W.　中井久夫訳（2001）. 解離――若年期における病理と治療――　みすず書房）

Rauschenberger, S., & Lynn, S.J.（1995）. Fantasy proneness, DSM-Ⅲ Axis I psychopathology, and dissociation. *Journal of Abnormal Psychology*, *104*, 373-380.

Rauschenberger, S., & Lynn, S.J.（2002-2003）. Fantasy proneness, negative affect, and psychopathology. *Imagination, Cognition and Personality*, *22*, 239-255.

Rotter, J.（1966）. Generalized expectancies for internal versus external reinforcement. *Psychological Monographs*, *80*, 1-28.

Ryff, C.D.（1989）. Happiness is everything, or is not?; Explorations on the meaning of pychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, *57*, 1069-1081.

Schelleman-Offermans, K. & Merckelbach, H.（2010）. Fantasy proneness as a confounder of verbal lie detection tools. *Journal of investigative psychology and offender profiling*, *7*, 247-260.

Singer, D.G., & Singer, J.L.（1990）. *The House of Make-Believe: children's play and the developing imagination*. Cambridge, M.A., : Harvard University Press.

杉浦知子（2007）. ストレスを低減する認知的スキルの研究　風間書房

Waterman, A.S.（1993）. Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness（eudaimonia）and hedonic enjoyment. *Journal of personality and social psychology*, *64*, 678-691.

Wilson, S.C., & Barber, T.X.（1981）. Vivid fantasy and hallucinatory abilities in the life histories of excellent hypnotic subjects（"SOMNAMBLES"）: preliminary report with female subjects. In E. Klinger（Ed.）, *Imagery : concepts, results, and Applications*. Vol. Ⅱ. New York &London: Plenum Press.（pp.133-149）.

Wilson, S.C., & Barber, T.X.（1983）. The fantasy-prone personality: Implications for understanding imagery, hypnosis, and parapsychological phenomena. In A.A. sheikh（Ed.）, *Imagery: Current theory, research, and application*. New York : John Wiely & Sons.（pp. 340-387）.

（2020.1.10　受稿，2020.3.19　受理）

The Effects of Fantasy Proneness on Well-being: Relationships with Locus of Control and Flow Experience

Yumi Yamazaki
(Toyo University)

The Japanese Journal of Mental Imagery, 2019, 17, 1－12.

The purpose of this study was to investigate the relationship between fantasy proneness, flow experience, locus of control, and well-being, especially focusing on the positive effect of fantasy proneness on well-being through questionnaire surveys taken by college students. In Study 1, we examined how fantasy proneness and locus of control affect flow experience. The results showed that a person with a higher fantasy proneness or an internal locus of control has more flow experience, while one with a higher fantasy proneness and an external locus of control has less flow experience, and the locus of control does not affect the flow experience for someone with low fantasy proneness. In Study 2, we attempted to develop a causal model by using the covariance structure analysis in which fantasy proneness and internal locus of control were supposed to enhance well-being through the effect of flow experience. The causal models for two different types of well-being were scrutinized and compared: emotional (pleasure-oriented) well-being and cognitive (semantic orientation) well-being. As a result, these different causal models suggested the following: the emotional well-being is enhanced by the internal control and the frequency of flow experiences while the cognitive well-being is promoted by the flow personality trait rather than the frequency of flow experience.

Keywords：fantasy proneness, locus of control, flow experience, well-being.