

研究論文

イメージの鮮明性と統御性および常用性の関連

The relationship among vividness of imagery,
controllability of visual imagery, and verbalizer-visualizer

田村 英恵¹⁾
Hanae Tamura

本研究では、イメージ想起に関わる個人差として鮮明性、統御性、常用性（視覚型 - 言語型）を取り上げ、それらの関連を検討することを目的とした。194名の大学生に Questionnaire upon Mental Imagery の短縮版（QMI；Sheehan, 1967）、Test of Visual Imagery Control (TVIC；Gordon, 1949)、Verbalizer-Visualizer Questionnaire (VVQ；Richardson, 1977) を実施した。結果、QMI と TVIC については弱い正の相関が認められたが、VVQ と QMI および VVQ と TVIC については有意な相関が示されなかった。したがって視覚イメージの常用性は、鮮明性や統御性とは異なる側面を捉えていることが示唆された。

【キーワード】 イメージ、鮮明性、統御性、常用性、視覚型 - 言語型

問題と目的

イメージの定義はこれまで様々になされているが、Richardson (1969) による「(1) 次のようなすべての準感覚的または準知覚的体験を指す。すなわち (2) われわれが自己意識的にそれに気づいている経験であり、(3) 対応する純粹の感覚あるいは知覚の経験を生起させると分かっているような刺激条件が存在しないのに、われわれに生起する経験であり、(4) 感覚あるいは知覚の刺激条件とは異なった結果が期待されるような経験である」という定義が広く用いられている。心理臨床で用いられるイメージは準感覚的・知覚的側面が不可分に関係しているため、本研究のイメージの定義も Richardson (1969) にしたがってすすめていく。

心理臨床においては、クライアントの理解やアセスメントのためにイメージが用いられることも多い。また、イメージを媒介とした心理療法も数

多く存在する。そこでは、イメージの内容やイメージの体験の仕方に着目しながら心理療法を展開させたり、現実刺激の代用として扱ったりするなど、イメージの有する多様な機能を活かしながら、心理面接のなかで中心的にあるいは補助的に用いられている。

臨床場面でイメージを利用した諸技法を行う場合、鮮明性等イメージ想起に関わる個人差がその効果に大きな影響を及ぼすといわれてきた (Lazarus, 1964；Lang, 1977；Dyckman & Cowan, 1978；Foa & Kozak, 1986等)。例えばイメージを用いた脱感作の場合、鮮明なイメージによって強い不安や恐怖が生じ、生理的覚醒が誘発されなければ、治療効果は期待できないことが知られている (Lazarus, 1961；Lazarus, 1964；小泉, 2009等)。また、イメージによって心理生理的な鎮静化や安定化を図るためには、イメージを操作する能力等のイメージの統御性が重要であるといわれる

1) 立正大学心理学部 Faculty of Psychology, Rissho University

(種田, 1988)。

これまでイメージは、その現象的特性あるいは想起に関わる個人差として鮮明性、統御性、自律性、没入性、常用性等の諸側面から検討されてきた。なかでも、鮮やかさや明瞭性の程度を示すイメージの鮮明性や、イメージの操作の程度を示す統御性に着目する研究は多く、イメージの鮮明性を測定する A shortened form of Betts' Questionnaire upon Mental Imagery (QMI; Sheehan, 1967)、視覚イメージの統御性を測定する Test of Visual Imagery Control (TVIC; Gordon, 1949) 等の尺度が広く利用されている。

また、Richardson (1969) が鮮明性と統御性の二次元からイメージに関わる様々な事象を説明しているように、鮮明性と統御性の組み合わせやその関連性から心的過程や治療効果を検討する必要のあることも知られている。例えば、鮮明なイメージが統御されていればメンタルリハーサルの助けになるが、統制されていない場合は反対に妨害されることが示されている (水島, 1983)。

一方、鮮明性や統御性とは別に、イメージ想起に関わる個人差として、日常のなかでイメージをどの程度用いるかという常用性が取り上げられることもある。イメージの常用性については、これまでに個人の偏向を示す指標として言語型-視覚型が注目されてきた。言語型-視覚型とは、日常の問題解決などの場面において、専ら言語的手段を用いるかそれとも視覚的イメージを利用するかといった習慣的な思考のスタイルを調べ、それによってイメージの個人差を捉えるものである。イメージの常用性を測る尺度としては Verbalizer-Visualizer Questionnaire (VVQ; Richardson, 1977) 等が開発されている。

イメージ想起に関わる個人差として鮮明性や統御性、常用性を上げる場合、イメージがある程度鮮明でなければその統御は困難であるため、イメージの鮮明性と統御性とは関連することが想定され、さらに、習慣的な思考スタイルとしてイメージをよく利用するためにイメージの鮮明性や統御性が高い、あるいは鮮明性や統御性が高いた

めにイメージを常用するといった三つの特性の関連性を考えることも可能である。

そこで本研究では、イメージの諸側面のなかから鮮明性、統御性、言語型-視覚型といったイメージの常用性について取り上げ、それらの関連を検討することを目的とした。

方 法

調査対象者

心理学関連の授業を受講する大学生のうち、以下3種の質問紙にすべて回答した194名(男性70名、女性124名)の結果を分析の対象とした。年齢の範囲は19~27歳であり、平均年齢は20.1歳(SD=1.1)であった。

質問紙の構成

1. イメージの鮮明性

イメージの鮮明性を測る QMI (Sheehan, 1967) を用いた。視覚、聴覚、皮膚感覚、運動感覚、味覚、嗅覚、身体感覚の7つの感覚モダリティについてそれぞれ5項目ずつ、計35項目で構成されている。視覚は“太陽が水平線下に沈んでいく光景”，聴覚は“ネコの鳴き声”，皮膚感覚は“砂”，運動感覚は“高い棚に手を伸ばす”，味覚は“塩”，嗅覚は“革製品”，身体感覚は“空腹”等の項目についてイメージ想起を求め、各領域の得点と合計得点を算出する。“イメージは全然あらわれない。その対象について考えているという体験のみ(1点)”から“完全に明瞭で、現実の体験と同じ鮮明さである(7点)”までの7件法で回答を求めた。得点が高いほど鮮明であることを示す。

2. イメージの統御性

視覚イメージの統御性を測る尺度である TVIC (Gordon, 1949) を使用した。“家の前の道路にある車を見ることが出来ますか”，“その色を見ることが出来ますか”，“その車が美しいカップルを乗せて道を走って行くのを見ることが出来ますか”，“その車がすっかり古くなり分解されて、車捨て場に捨てられているのを見ることが出来ますか”等、自動車の形態や動きに関する一連のイメージ操作

を必要とする12項目から構成されている。各項目について“いいえ（1点）”“はっきりしない（2点）”“はい（3点）”の3件法で回答する。得点が高いほど、視覚イメージの統御性が高いことを示している。

3. イメージの常用性

イメージの常用性として言語型－視覚型質問紙VVQ (Richardson, 1977; 長谷川訳, 1993)を用いた。視覚化に関する能力や好みを示す項目(例: “想像力は普通の人よりも高い”)や言語に関する能力や好みの欠如を示す項目(例: “本を読むのがかなり遅い”), 言語に関する能力を示す項目(例: “同義語を簡単に思いつくことができる”)や視覚化に関する能力の欠如を示す項目(例: “空想ははっきりせず, ぼんやりしている”), 計15項目で構成されている。

原版は“いいえ”“はい”の2件法で回答するよう作成されているが, 本研究では他の尺度との相関について検討するため, “いいえ”“どちらともいえない”“はい”の3件法で回答を求めた。視覚化に関する能力や好みを示す項目, 言語に関する能力や好みの欠如を示す項目に対して“はい”と回答した場合に3点を与え, 反対に, 言語に関する能力を示す項目と視覚化に関する能力の欠如を示す項目に対して“はい”と回答した場合は1点とした。各項目とも“どちらともいえない”と回答した場合は2点として, 15項目の合計得点を算出した。得点が高いほど視覚型であることを示す。

手続き

講義時間の中で集団で実施した。倫理的配慮として, 調査は無記名とし, 回答は任意であること, 回答の拒否や中止は自由であり, そのことによる不利益は生じないこと, 質問紙への回答をもって同意したとみなすことなどを紙面および口頭で調査対象者に伝え, 同意する場合にのみ回答を行うよう教示した。実施時間はおよそ15分であった。

結果

基礎統計

QMIの各感覚モダリティ得点(5-35)および合計得点(35-245)の平均と標準偏差を表1に示した。QMI合計得点の最小値は62, 最大値は231であった。

TVIC得点(12-36)の平均値は30.28, 標準偏差は5.40, 最小値は12, 最大値は36であった。VVQ得点(15-45)の平均値は32.37, 標準偏差は3.89, 最小値は17, 最大値は42であった。

相関の検討

TVICとVVQ, QMIとの関連性を検討するために, TVIC全項目の得点, VVQ全項目の得点, QMI合計得点および各感覚モダリティ得点との間でPearsonの積率相関係数を算出した(表2)。

QMI合計得点とTVIC得点の相関は $r = .33$ ($p < .01$)であった。QMIの各感覚モダリティの得点とTVIC得点の相関は, 視覚, 聴覚, 皮膚感覚, 運動感覚, 味覚, 嗅覚でそれぞれ $r = .31, r = .28, r = .25, r = .32, r = .26, r = .27$ となり, 全て1%水準で有意な正の相関が認められた。身体感覚との有意な相関は認められなかった。

QMI合計得点とVVQ得点との相関は $r = .03$, 各感覚モダリティ得点との相関は $r = -.11 \sim .08$ の範囲であり, いずれも有意ではなかった。TVIC得点とVVQ得点との相関は $r = .01$ であり, 有意な相関は認められなかった。

表1 QMI平均値および標準偏差

	M	(SD)
視覚	24.43	(5.01)
聴覚	25.24	(5.36)
皮膚感覚	21.70	(5.68)
運動感覚	25.30	(5.74)
味覚	22.16	(6.15)
嗅覚	20.00	(6.46)
身体感覚	26.21	(5.34)
合計	165.05	(30.63)

表2 TVIC・VVQ・QMI 得点の相関

	TVIC	VVQ	QMI 計	QMI							
				視覚	聴覚	皮膚感覚	運動感覚	味覚	嗅覚	身体感覚	
TVIC											
VVQ	.01										
QMI 計	.33 **	.03									
視覚	.31 **	.03	.65 **								
聴覚	.28 **	-.11	.75 **	.43 **							
皮膚感覚	.25 **	.03	.81 **	.43 **	.56 **						
QMI 運動感覚	.32 **	.05	.84 **	.52 **	.61 **	.65 **					
味覚	.26 **	.08	.86 **	.45 **	.55 **	.69 **	.70 **				
嗅覚	.27 **	-.02	.77 **	.39 **	.45 **	.60 **	.53 **	.62 **			
身体感覚	.07	.08	.69 **	.35 **	.44 **	.40 **	.54 **	.54 **	.47 **		

** $p < .01$

なお、QMI 合計得点と各感覚モダリティ得点との相関は、 $r = .65 \sim .86$ の範囲であり、特に味覚 ($r = .86$)、運動感覚 ($r = .84$)、皮膚感覚 ($r = .81$)、嗅覚 ($r = .77$)、聴覚 ($r = .75$) においては強い正の相関が認められた。また感覚モダリティ間では、視覚と嗅覚、視覚と身体感覚以外の組み合わせは全て $r = .40$ 以上の比較的強い正の相関が認められた。

考察

本研究では、イメージの鮮明性と統御性および視覚型－言語型というイメージの常用性との関連について検討することを目的としていた。

まず、QMI と TVIC との全般的な関係については、有意な弱い正の相関が示された。先行研究においてもイメージの鮮明性と統御性については相関が認められており (吉沢・長谷川, 1975; Richardson, 1999 西本訳, 2002; 田村, 2011)、本研究の結果はそれを追証したものとなった。

各感覚モダリティの鮮明性と TVIC との相関に着目すると、運動感覚、視覚が比較的高く、身体感覚では有意な相関は認められていない。田村 (2011) は、QMI の皮膚感覚、視覚、聴覚領域と TVIC 得点の相関が比較的高く、身体感覚領域では低い傾向にあったことを示しており、今回の結果と類似点が多い。TVIC は視覚イメージの統御

性を測るための尺度であるため、視覚イメージの鮮明性と関連することは十分に考えられる。また、TVIC の項目には「車が操縦できなくなって、家に突っ込むのを見ることができますか」、「車が橋を横断し、欄干を越えて下の川に墜落するのを見ることができますか」等のような、車の操縦を想起する可能性のある場面が含まれていることが運動感覚等との相関につながったとも考えられる。

Lorenz & Neisser (1985) は9種類のイメージ測度の得点や幼少期の記憶に関して因子分析を行い、鮮明性と統御性を一つの因子として抽出しているが、先行研究および本研究の結果からは、鮮明性と統御性とは弱い相関関係にはあるものの、一つの因子や同一次元のものとして捉えることはできないといえる。

身体感覚イメージの鮮明性と統御性との相関が認められなかったことは、「疲れ」、「空腹」、「のどの痛み」、「眠気」、「満腹」といった項目から構成される身体感覚イメージの鮮明性と視覚イメージの統御性とは、互いに関連しないことを示すものである。さらに、他の感覚モダリティ間の相関に比して、身体感覚イメージと視覚イメージの鮮明性とは相関が低い傾向にあった。したがって身体感覚は他の感覚のイメージ想起とは異なる側面をもっていることも示唆される。臨床場面では、「胃のあたりがドロドロする感じ」、「お腹がずっしり

重たいイメージ」など身体感覚イメージが生起することも多い。イメージ技法を用いる場合、身体感覚イメージの鮮明性と他の感覚イメージの鮮明性や統御性とは必ずしも関連しないということ踏まえる必要も生じるだろう。

イメージの常用性を示すVVQは、QMI、TVICとは関連を示さなかった。つまり、日常のイメージ利用をあらわす常用性と、イメージの鮮明性、統御性とは関連しないといえる。視覚イメージを頻繁に利用していたとしても、それは必ずしも鮮明性の高さやイメージを統御できる能力の高さを示すことにはならない。

以上、イメージの鮮明性および統御性との関連は認められたが、常用性との関連は示されなかった。鮮明性と統御性はイメージ想起に関わる個人差ではあるが、イメージの現象的あるいは形式的特性を反映しており、常用性は習慣的な思考スタイルあるいは適性、好みといった特性を反映していると考えられる。イメージという共通の心的過程でありながらも、鮮明性・統御性と常用性とはそれぞれ異なる側面を捉えていることが示唆された。

本研究で取り上げた統御性および常用性は主に視覚イメージであったが、臨床場面においては現実感を伴う多感覚的なイメージ想起が重要視されることも多い。したがって今後は聴覚や身体感覚などの他の感覚モダリティのイメージにも焦点をあてつつ、検討を行っていく必要があるだろう。イメージに関わるいくつかの側面を同時にあるいは全体的に捉えていくことで、イメージを媒介とした心理療法の体験がより豊かになると思われる。

文 献

Dyckman, J.M., & Cowan, P.A. (1978). Imaging vividness and the outcome of in vivo and imagined scene desensitization. *Journal of Counseling and*

Clinical Psychology, **46**, 1155-1156.

- Foa, E.B., & Kozak, M.J. (1986). Emotional processing of fear: Exposure to corrective information. *Psychological Bulletin*, **99**, 20-35.
- Gordon, R. (1949). An investigation into some of the factors that favour the formation of stereotyped images. *British Journal of Psychology*, **39**, 156-167.
- 長谷川浩一 (1993). 心像の鮮明性尺度の作成に関する研究. 風間書房.
- 小泉晋一 (2009). 情動心像の鮮明性に関する実験臨床心理学的研究. 風間書房.
- Lang, P.J. (1977). Imagery in therapy: An information processing analysis of fear. *Behavior Therapy*, **8**, 862-886.
- Lazarus, A.A. (1961). Group therapy of phobic disorders by systematic desensitization. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, **63**, 504-510.
- Lazarus, A.A. (1964). Crucial procedural factors in desensitization therapy. *Behaviour Therapy and Research*, **2**, 65-70.
- Lorenz, C., & Neisser, U. (1985). Factors of imagery and event recall. *Memory and Cognition*, **13**, 495-500.
- 水島恵一・上杉喬 (1983). イメージの基礎心理学. 誠信書房.
- Richardson, A. (1969). *Mental imagery*. London: Routledge & Kegan Paul. 鬼沢貞・滝浦静雄 (訳) (1973). 心像. 紀伊国屋書店.
- Richardson, A. (1977). Verbalizer-Visualizer: A Cognitive Style Dimension. *Journal of Mental Imagery*, **1**, 109-126.
- Richardson, J.T.E. (1999). *Imagery*. UK: Psychology Press. 西本武彦 (訳) (2002). イメージの心理学——心の動きと脳の働き. 早稲田大学出版部.
- Sheehan, P.W. (1967). A shortened form of Betts' questionnaire upon mental imagery. *Journal of Clinical Psychology*, **23**, 386-389.
- 田村英恵 (2011). イメージの鮮明性と統御性および没入傾向の関連. 立正大学臨床心理学研究, **9**, 31-37.
- 種田真砂雄 (1988). 認知精神医学序説 言語・イメージ・精神. 金剛出版.
- 吉沢幸夫・長谷川浩一 (1975). 自律訓練法イメージの鮮明性と統御可能性に関する一実験 (予備的検討). 催眠学研究, **19**, 30-32.