

構成的グループ・エンカウンターによる
感情面の効果測定尺度
「ファンタジー尺度」
作成の試み

岩田将英 平宮正志

(千葉県柏市立柏第一小学校)(文教大学・二松學舎大学)

問題と目的

- 構成的グループ・エンカウンター (SGE) の感情面の
変容そのものを、現場の教師が投映法など
の査定方法を用いてとらえることは困難
SGEの感情面における効果を測定できる、
現場の教師が使用可能な質問紙形式の尺度
作成
感情面に焦点を当てたエクササイズ「ファン
タジー・好きなところ」の有効性の検証

方法と対象 (対象者)

【予備調査】

A小学校3年生～6年生 児童681名
(男子364名, 女子317名; 3年生180名,
4年生182名, 5年生152名, 6年生167名)

【本調査】

同校4年生 児童183名
(男子103名, 女子80名)

方法と対象 (調査時期)

【予備調査】

2009年2月～3月

【本調査】

事前調査: 2009年2月
事後調査: 2009年2月

方法と対象 (質問紙の作成)

- 平宮(2007)から16個の質問項目「ファンタ
ジー尺度」を作成
- 併存的妥当性を検討するために「リラックス
感尺度」(小池ら, 2007)15項目(「気分M」
因子, 「緊張T」因子, 「身体感覚S」因子より
構成), 「豊かな感情体験尺度」(中田,
2006)の「感情に対する尊重性」因子7項目
を合わせた合計38項目からなる4件法の質
問紙を作成

方法と対象 (質問項目)

【ファンタジー尺度】

音楽をきくのは楽しい
絵をかくのは楽しい
友だちの絵を見るのは楽しい
いろいろなことを想像するのは楽しい
心の中のせいかいによろみがある
目をつぶってじっくり考えることがある
心の中で思ったことが絵になったらあもしろい
気分がいい
目をつぶると頭の中にけしきがかんてくることが
ある
気持ちがゆったりしている
友だちとなかよくできそうだ
目をつぶると頭の中に音楽が流れてくることが
ある
友だちはやさしい
自分はやさしい気持ちになっている
クラスの友だちはあたたかい
リラックスしている

【リラックス感尺度】(小池ら, 2007)

楽しい
気分よく行動できる
景色ががやいで見える
自然と笑顔になる
しあわせな
不安がある
なやみことがある
あせりがある
ゆとりがない
まわりに気をつかう
ふわつとする
体の力がぬけている
体の筋肉がほくれている
何も考えずにいる
ふーっと思つく

【豊かな感情体験尺度】(中田, 2006)を一部改変

自分の気持ちをはたかめて、何をしたいのか考えようとする
ぶらぶらと「自分は本当はこう感じているんだな」と気づ
くことがある
自分の気持ちを感じながら、考えたり行動を決めたりする
そのときそのときの自分の気持ちを大切にしている
自分の中の気持ちをあまり考えようとは思わない
自分の中のことはとても深く豊かだと感じられる
本当につらくないとき、その気持ちをじゅうぶん感じら
れる

方法と対象（実施エクササイズ）

- 伊東・河津(1982)「ファンタジー・好きなところ」を参考
喜多郎作「シルクロード」という曲を、横になり目を閉じているときに流し始める
音楽を聴きながら自分の好きなところを想像する
目を開けた後、想像したものを各自、クレヨンで画用紙に描く
他児童の作品を鑑賞する

結果（予備調査の結果）

質問項目のフロマックス法後の因子マトリクス

質問項目	因子1	因子2
第1因子「空想」 = .81		
5 心の中のせがいにきょうみがある	.69	.34
4 いらいちなことを想像するのは楽しい	.61	.29
9 目をつぶると頭の中に行きがうかんでくることがある	.60	.26
12 目をつぶると頭の中に音楽が流れてくることがある	.57	.34
10 何も浮かんでいない	.56	.40
6 目をつぶってじっくり考えることがある	.52	.21
1 音楽をきくのは楽しい	.50	.38
3 友だちの絵を見るのは楽しい	.50	.44
7 心の中で思ったことが絵になったらおもしろい	.46	.34
2 絵をかくのは楽しい	.37	.31
第2因子「リラックス」 = .81		
15 クラスの友だちがあなたがいい	.34	.73
13 友だちは楽しい	.21	.68
11 友だちとなかよくできそう	.37	.66
14 自分はやさしい友だちになれている	.47	.64
8 気分がいい	.52	.63
16 リラックスしている	.50	.59

因子寄与 5.26 1.72
因子間相関 .56 -

他尺度との相関

	気分M	緊張T	身体感覚S	感情尊重
空想	.66***	-.06	.29**	.68**
リラックス	.73***	.22***	.17***	.54***

***:p<.001

結果（本調査の結果）

事前と事後の下位尺度得点の平均

	空想	リラックス
事前	3.27	3.44
事後	3.51***	3.57***

***:p<.001

事前と事後の他尺度得点の平均

	気分M	緊張T	身体感覚S	感情尊重
事前	3.35	2.64	2.49	3.08
事後	3.46**	2.71*	2.67***	3.21***

*:p<.05, **:p<.01, ***:p<.001

考察

- ファンタジー尺度は「空想」因子(=.81)、「リラックス」因子(=.81)の2因子で構成されている。
 - 「空想」因子は、「気分M」因子・「身体感覚S」因子・「感情に対する尊重性」因子と0.1%水準で有意な正の相関
 - 「リラックス」因子は、「気分M」因子・「緊張T」因子・「身体感覚S」因子・「感情に対する尊重性」因子と0.1%水準で有意な正の相関
- 「ファンタジー尺度」の併存的妥当性を確認

考察

- Ex.「好きなところ」実施前後において、「空想」因子および「リラックス」因子の2つの因子が有意に変化していた。
- 「気分M」因子・「緊張T」因子・「身体感覚S」因子・「感情に対する尊重性」因子の4つの因子が有意に変化していた。

Ex.「好きなところ」の有効性が示された

考察

- エクササイズの効果
横になり目を閉じ音楽を聴く等によるリラックス効果
想像したものをクレヨンで描くことによる自己表現効果
描いた作品を周りから鑑賞してもらうことによる承認効果

それぞれの質問（しつもん）について、あまり深く考えないで
あなたにもっともあてはまる数字（1～4）にをつけてください。

	かなりあてはまる	すこしあてはまる	あまりあてはまらない	まったくあてはまらない
1 音楽をきくのは楽しい.....	4	3	2	1
2 絵をかくのは楽しい.....	4	3	2	1
3 友だちの絵を見るのは楽しい.....	4	3	2	1
4 いろいろなことを想像（そうぞう）するのは楽しい.....	4	3	2	1
5 心の中のせかいにきょうみがある.....	4	3	2	1
6 目をつぶってじっくり考えることがある.....	4	3	2	1
7 心の中で思ったことが絵になったらおもしろい.....	4	3	2	1
8 気分がいい.....	4	3	2	1
9 目をつぶると頭の中にけしきがうかんでくる.....	4	3	2	1
10 気もちがゆったりしている.....	4	3	2	1
11 友だちとなかよくできそうだ.....	4	3	2	1
12 目をつぶると頭の中に音楽が流れてくる.....	4	3	2	1
13 友だちはやさしい.....	4	3	2	1
14 自分はやさしい気もちになっている.....	4	3	2	1
15 クラスの友だちはあたたかい.....	4	3	2	1
16 リラックスしている.....	4	3	2	1
17 楽しい.....	4	3	2	1
18 気分よく行動できる.....	4	3	2	1
19 景色（けしき）がかがやいて見える.....	4	3	2	1
20 自然（しぜん）と笑顔（えがお）になる.....	4	3	2	1

あと18問です。右上の21にジャンプします。

	かなりあてはまる	すこしあてはまる	あまりあてはまらない	まったくあてはまらない
21 しあわせな.....	4	3	2	1
22 不安（ふあん）がある.....	4	3	2	1
23 なやみごとがある.....	4	3	2	1
24 あせりがある.....	4	3	2	1
25 ゆとりがない.....	4	3	2	1
26 まわりに気をつかう.....	4	3	2	1
27 ふわっとする.....	4	3	2	1
28 体の力がぬけている.....	4	3	2	1
29 体の筋肉（きんにく）がほぐれている.....	4	3	2	1
30 何も考えずにいる.....	4	3	2	1
31 ふーっと一息（ひといき）つく.....	4	3	2	1
32 自分の気持ちをたしかめて、何をしたいのか考えようとする.....	4	3	2	1
33 ふとした時に「自分は本当はこう感じているんだなぁ」と気づくことがある... 4	3	2	1	
34 自分の気持ちを感じながら、考えたり行動を決めたりする.....	4	3	2	1
35 そのときそのときの自分の気持ちを大切にしている.....	4	3	2	1
36 自分のこころの中の気持ちをあまり考えようとは思わない.....	4	3	2	1
37 自分のこころの中はとても深く豊（ゆた）かだと感じられる.....	4	3	2	1
38 本当につらくかなしいとき、その気持ちをじゅうぶんに感じられる.....	4	3	2	1

以上でおわりです。どうもありがとうございました。