

---

## FMS ver.a.j の妥当性と信頼性の検討

### The Reliability and Validity of FMS ver.a.j

---

青木 剛

関西大学大学院心理学研究科

Tsuyoshi AOKI

Graduate School of Psychology, Kansai University

#### ◆要約◆

福盛・森川(2003)によってフォーカシング的態度を測定する体験過程尊重尺度(the Focusing Manner Scale; FMS)が開発されて以来、FMSを用いた研究が日本国内では盛んになされてきた。それらの研究結果は、Aoki, Kawasaki & Miyake(2009)によって英語で概観が発表されるまでは日本語でのみ発表されており、海外の研究者に知られることはなかった。筆者は日本国内外の研究者らと共に、英語版を試作したが、その過程で改定が成され、原版のFMSとは異なる点がいくつかできた。筆者は、この改訂版FMSを体験過程尊重尺度青木版(the Focusing Manner Scale version a; FMS ver.a.)と名付け、英語版をFMS ver.a.eとし、日本語版をFMS ver.a.jとした。本研究では、ひとまず日本語版の信頼性と妥当性を検討した。因子分析の結果、原版と同様の因子構造が認められ、因子的妥当性が示された。信頼性については、 $\alpha$ 係数が尺度全体で.75、各因子で.66、.55、.64であった。原版同様にGHQ28との相関分析を行った結果、両尺度の総得点では有意な弱い負の相関( $r=-.26$   $p<.001$ ,  $N=287$ )、FMS ver.a.jの各因子とGHQの下位項目群との間では $r=-.17$  ( $p<.01$ )から $r=-.40$  ( $p<.001$ )と、原版とおおよそ同程度の負の相関が認められた。GHQ28は心理学的、医学的な症状を測定するものであるため、これらの結果から、FMS ver.a.jの併存的妥当性が示された。

キーワード：体験過程尊重尺度(FMS)、体験過程尊重尺度青木日本語版(FMS ver.a.j)、フォーカシング、フォーカシング的態度

#### Abstract

Since the Focusing Manner Scale (FMS) which measures Focusing Attitudes has been developed by Fukumori & Morikawa (2003), FMS had been utilized in many researches. The outcomes of those FMS researches had been reported only in Japanese until Aoki, Kawasaki & Miyake (2009) reviewed them in English. In collaboration with English speaking researchers, the author attempted to make an English version of FMS which entailed some revisions in the original FMS. This revised FMS is named the Focusing Manner Scale version a. (FMS ver.a.),

“version a.” signifies the version revised by Aoki, and its Japanese and English versions are named FMS ver.a.j, and FMS ver.a.e, respectively. In this paper, the author demonstrated the validity and reliability of FMS ver.a.j. Factor analysis showed that FMS ver.a.j had an almost identical 3-factor structure as the original FMS and confirmed the factorial validity of FMS ver.a.j. The Cronbach alpha coefficient of the whole scale was .75 and each of the 3 factors was .66, .55, and .64. These Cronbach alpha coefficients confirmed the reliability of FMS ver.a.j. Finally, correlation analysis with GHQ28 a measure of psychological and somatic symptoms, revealed almost the same correlations as FMS did in the original study. FMS ver.a.j correlated negatively with GHQ28 total ( $r=-.26$   $p<.001$ ,  $N=287$ ), and the negative correlations of the subscales of FMS ver.a.j and GHQ items were between  $r=-.17$  ( $p<.01$ ) and  $r=-.40$  ( $p<.001$ ). Since GHQ28 measures psychological and somatic symptoms, these results confirm the concurrent validity of FMS ver.a.j.

**Key Words:** Focusing Manner Scale (FMS), Focusing Manner Scale version a. in Japanese (FMS ver.a.j), Focusing, Focusing Attitudes

## 1. 問題と目的

福盛・森川 (2003) が体験過程尊重尺度 (The Focusing Manner Scale; FMS) を開発し、GHQ との相関分析を行った結果、FMS で測定されるフォーカシング的態度と精神的健康との間の関連が明らかになった。それ以来、FMS は多くの研究で用いられてきた。FMS 研究の多くは、各種精神的健康尺度との関連を見るものが多く、どの研究でもそれぞれの精神的健康尺度と FMS との関連が示唆されていた。河崎・青木 (2008) は、それらの相関研究のレビューから、フォーカシング的態度がフォーカシングの理論を越えて、各種理論で説明されている精神的健康と関連していると論じた。このことは、フォーカシング指向心理療法が、各種理論を越えて用いられるものであるとのジェンドリン (1999) の論述を支持するものであった。さらに、相関分析だけにとどまらず、精神的健康との間での因果関係の検討もなされており (山崎 2004; 山崎・内田・伊藤ら 2008)、フォーカシング的態度が精神的健康に寄与する機序の理解につながるものであった。

精神的健康との相関研究や、因果関係の検討がなされたことから、フォーカシング的態度が産業メンタルヘルス領域で注目され、メンタル

ヘルス研修の効果測定に用いられることもあった (三上・弥園・玉木ら 2008; 星・平野・大貴ら 2009)。その他にも、FMS は改良版がいくつか作成され、日常生活の中での各フォーカシングの態度間の機序の研究 (上西 2009) などなされてきた。

しかし、これらの研究は日本語でのみ発表されており、海外の研究者たちの目に触れることがなかった。そこで Aoki, Kawasaki & Miyake (2009) はこれらの研究結果を概観し、海外の研究者らに向けて発表した。その結果、FMS の有用性が海外の研究者らにも認められ、英語版作成が期待された (青木 2010)。

そうした期待を受けて、筆者は他の日本の研究者らと海外の研究者らとともに原版 FMS の英訳を行った。その際、これまでの発表を振り返って改善する必要がある点、また、海外の研究者の質問紙作成上のアイデアが挙げられ、原版 FMS とは異なる質問紙となった。そこで、筆者は、この日本語と英語の両言語で使用可能となりうる、本質問紙を体験過程尊重尺度青木版 (the Focusing Manner Scale version a.; FMS ver.a.) とし、日本語版、英語版をそれぞれ FMS ver.a.j、FMS ver.a.e とした。本論文では、FMS ver.a.j の標準化を行うために、妥当性と信頼性を検討することを目的としている。

## 2. 方法

### 2-1 FMS ver.aj作成手順

まず、原版作成者の許可を得て、原版 FMS の英訳を筆者が行い、それについて、フォーカシングの分野で英語の通訳と翻訳経験のある、2名のフォーカシング研究者に推敲を依頼した。その後、推敲された英語版を元に、英語が母国語のフォーカシング研究者（英国人研究者2名、米国人研究者2名）と先の推敲を依頼した日本人研究者2名と筆者と共に英語版について討論した。

最初に原版に沿った英語版の英語をイギリス、アメリカ両国の研究者によってネイティブチェックがなされた。

その後、Uenishi & Nakata (2009) の発表でもあったように、これまでの研究で、項目の内容が分かりにくいことから調査中に質問を受けやすく、無回答になりやすい特定の項目もあったため、筆者からあらかじめ本質問紙上の特有の言い回しについて、日常生活範囲内の言葉で説明した教示文を加えることを提案し、全研究者に承認され、教示文の追加がなされた。また、英国人研究者1名より、二重否定文になる項目（項目4,9）が指摘され、逆転項目にすることで二重否定文になることを避けることが提案され改定がなされた。また、米国人研究者1名より、原版 FMS 開発後に発表されているフォーカシング的態度に関する知見（Rappaport 2009）から、新たに2つの逆転項目の追加が提案され、加えられた。最後に、その時点で、全体で25項目となり、英国人研究者より、全体のバランスを考えて、もう1項目を逆転項目に変更する提案がなされ、逆転項目に変更しやすいと考えられた項目19が逆転項目とされた。

英語版でこのような変更がなされ、今後の国際比較研究での使用も視野に入れ、日本語版も同じく変更を行った。

最終的に、英語版をフォーカシングの分野で英語の通訳と翻訳経験のある、また別のフォー

カシング研究者1名により、バックトランスレーションを依頼し、英語版、日本語版の間に、大きな違いがないことを確認した。その時点で、FMS ver.ajの日英両版の作成を終え（表1）、次に妥当性と信頼性の検討のために原版 FMS と同様の分析手順を踏むこととした。日本国内で、日本人大学生と同年齢のネイティブの英語話者の十分なデータをとることが難しかったため、ひとまず、日本語版のみで妥当性と信頼性の検討を行うこととした。

### 2-2 分析方法

調査手続き：大阪市内のA大学にて、2010年12月および2011年6月にそれぞれ2つ、合計4つの心理学の講義を利用して各講義中に一斉に配布・回収を行った。全ての受講生に、フェイス項目で調査を実施した講義間での重複した受講の有無を質問し、重複の可能性のない受講生を判別できるようにした。

倫理的配慮：心理学研究科倫理委員会に属する指導教員より心理学研究科の倫理規定に則っていることが承認され、調査を実施した。質問紙配布の際に、質問紙冒頭に記載していた調査協力依頼の文章を読み上げた。当該文章には、調査内容の説明と、調査内容が本研究の目的以外には使用しないこと、個人情報には本研究が終了し次第裁断処理されることに加え、質問紙に記入し提出することで、記入者本人の協力を得たと判断する旨の記載があった。協力できない場合は白紙で提出することも併せて伝えた。

調査協力者：大学生503名に調査協力を依頼した。回収率は83.30%であった。最終的に因子分析用にFMS ver.ajだけについて回答に不備のない18歳から23歳（平均年齢 = 18.92、 $SD = 0.94$ ）の大学生328名（男性121名、女性207名）のデータと、GHQとの相関分析用にFMSとGHQのどちらにも回答に不備のない18歳から23歳（平均年齢 = 18.99、 $SD = 0.97$ ）の大学生287名（男性103名、女性184名）のデータを調査対象とした。

表 1 FMS ver.a.j

FMS ver.a.j 日本語版

## 〈教示文〉

これから、日常での気持ちの持ち方についてお聞きします。わたしたちは、日常生活の中で、さまざまな気持ちがあきおこって、それが内側で感じられることもあります。例えば、イライラしたときに、胸のあたりがむしゃくしゃしたり、何か気がかりなことがあるときにお腹や背中などでモヤモヤした感じがあたり、その他にも、楽しいときに胸がはずむ感じがしたりというように。時にはこのように感じることもあれば、感じないこともあります。また、感じ方も人それぞれにあります。下記の質問は正解や不正解、また良し悪しありません。ご自分で思われるままに回答ください。

## 〈質問文〉

それぞれの質問を読み、4つの頻度のうち自分にあてはまるものを選んでください。

まったくない (1) ほとんどない (2) ととききある (3) よくある (4)

	ま た く な い	ほ と ん ど な い	と き き あ る	よ く あ る
1. 自分の内面に注意を向けると、豊かないろいろな感情がある。	1	2	3	4
2. 生活のなかで、自分の内面に落ち着いて注意を向ける時間を持っている。	1	2	3	4
3. 悩み事は、いったん距離を置いてみた方が良いこともあると思う。	1	2	3	4
4. 自分を責めることがある。	1	2	3	4
5. 自分の話す言葉は、自分の気持ちとぴったりしている。	1	2	3	4
6. 生活のなかで、困難な事が出てきたときには、考えすぎないようにしている。	1	2	3	4
7. 自分の気持ちに正直に行動している。	1	2	3	4
8. 生活のなかで、漠然とした気分を把握している。	1	2	3	4
9. 「こう思ふべきだ」と自分に強制することがある。	1	2	3	4
10. 休みの日に何をするかは、自分の感じに問いかけて決めている。	1	2	3	4
11. 困難におつかったときは、落ち着いて自分自身に尋ねれば何とか方向性が出てきそうだ。	1	2	3	4
12. 頭であれこれ考えるよりも、自分の気持ちに尋ねることにしている。	1	2	3	4
13. 生活のなかで、何か悩み事があるときには、距離をおいてみるようにしている。	1	2	3	4
14. 他人と一緒にいるときにも、自分のなかに出てくるいろいろな気持ちを大切にしている。	1	2	3	4
15. 自分の感覚は信頼できると思っている。	1	2	3	4
16. 自分のなかのまだはっきりしないものも大切にしている。	1	2	3	4
17. 食べ物を選ぶときに、そのときの自分にぴったりするものを選ぶように心がけている。	1	2	3	4
18. 自分の気持ちに自信をもって発言している。	1	2	3	4
19. 自分はどんな気持ちで何を感じているかが、わからない。	1	2	3	4
20. 自分の感じていることを、「こう感じているんだなあ」とありのまま受け取っている。	1	2	3	4
21. 何か悩み事があるときには、ちょっとやめて、間をとれる。	1	2	3	4
22. 生活の中で折に触れて「どんな風を感じているのかなあ」とゆっくり自分に問いかけている。	1	2	3	4
23. 人と話すときに、内側の感じに照らし合わせながら言葉を選ぶ。	1	2	3	4
24. 怒りや悲しみが湧き起ると、それに耐えられない。	1	2	3	4
25. 幸せな感じや楽しさといった良い感じ以外は受け入れられない。	1	2	3	4

調査内容：FMS ver.a.jとGHQ28を用いた。前者は、25項目で構成されており、「よくある」～「まったくない」の4件法であった。後者は中川・大坊（1985）の原版のままの28項目4件法で構成されていた。また、フェイス項目として、所属学部、性別、年齢、フォーカシング経験の有無、重複受講の有無を質問する項目を作成した。

分析手続き：調査結果の分析にはSPSS19Jを使用した。小塩（2005）にのっとり、まずFMS ver.a.jの因子的妥当性の検討を行うため、探索的因子分析を行った。また、因子分析によって得られた結果について、信頼性の検討のために、クロンバックの $\alpha$ 係数を求めた。次に、FMS ver.a.jの総得点と各因子で男女差についてt検定を用いて検討した。その後、原版FMS同様に精神的健康と関連すると考えられたため、原版で用いられたGHQ28とFMS ver.a.jで、双方の総得点及び各因子間でのピアソンの積率相関

係数を求めた。なお、原版では、総得点の比較では、GHQ28の項目をすべて含むGHQ60が、各下位項目群との検討にはGHQ28が用いられていたが、協力者の負担を考え、本研究では、項目数ができるだけ少ないGHQ28のみを使用することとした。

### 3. 結果

#### 3-1 FMS ver.a.jの因子分析（表2）

まず、FMS ver.a.jの全25項目に対して男女込で平均値、標準偏差を算出し、天井・フロア効果を検討した。その結果、天井・フロア効果は認められなかったため、全25項目で因子分析を行った。

因子分析（重み付けない最小二乗法・バリマックス回転）を行った際に、付け加えられた2項目（項目24、25）の影響を受けて、原版と同じ因子構造を保たず、因子数の決定も困難であ

表2 FMS ver.a.jの因子分析結果（重み付けのない最小二乗法、バリマックス回転）

項目	第1因子	第2因子	第3因子
<b>第1因子「体験過程を受容し行動する態度」</b>			
18 自分の気持ちに自信をもって発言している。	.55	.17	.19
15 自分の感覚は信頼できている。	.49	.31	.08
7 自分の気持ちに正直に行動している。	.48	.20	.20
19* 自分はどんな気持ちで何を感じているかが、わからない。	.44	.03	-.02
5 自分の話す言葉は、自分の気持ちとぴったりしている。	.44	.08	.19
4* 自分を責めることがある。	.37	-.11	.00
<b>第2因子「体験過程に注意を向けようとする態度」</b>			
2 生活のなかで、自分の内面に落ち着いて注意を向ける時間を持っている。	.07	.57	.12
1 自分の内面に注意を向けると、豊かないろいろな感情がある。	.01	.50	-.03
23 人と話すときに、内側の感じに照らし合わせながら言葉を選ぶ。	.05	.41	.35
8 生活のなかで、漠然とした気分を把握している。	.04	.37	.06
16 自分のなかのまだはっきりしないものも大切にしている。	.25	.37	.16
11 困難にぶつかったときは、落ち着いて自分自身に尋ねれば何とか方向性が出てきそうだ。	.27	.36	.29
22 生活のなかで折に触れて「どんな風を感じているのかなあ」とゆっくり自分に問いかけている。	.04	.36	.34
<b>第3因子「問題との距離を取る態度」</b>			
13 生活のなかで、何か悩み事があるときには、距離をおいてみるようにしている。	.09	.04	.69
21 何か悩み事があるときには、ちょっとやめて、間をとれる。	.30	.02	.44
3 悩み事は、いったん距離を置いてみた方が良いこともあると思う。	.06	.17	.39

\*；逆転項目



表3 FMS ver.a.jの平均値と標準偏差

	<i>M</i>	<i>SD</i>
総得点	42.39	4.89
第1因子	15.06	2.14
第2因子	18.90	2.87
第3因子	8.43	1.55

ったことから、この2項目を除いて再度因子分析を行ったところ、原版FMSとほぼ同じ因子構造が確認された。そこで、項目24、25を除いて原版と同じ23項目で因子分析を続けることとした。その結果、固有値の減衰状況と因子の解釈可能性から3因子が妥当であると考えられた。そこで、因子負荷量が.35以下で、各因子に十分な負荷量を示さない項目と、複数の因子に高い負荷量をもつ項目を削除し、残り16項目に対し再度因子分析を行った。16項目による全分散のうち回転前の3因子によって説明できる割合は40.35%であった。各因子の因子寄与率は、第1因子が21.99%、第2因子が10.15%、第3因子が8.22%であった。表2にバリマックス回転後の因子パターンを示す。本研究では全25項目のうち、16項目を分析の対象とすることにした。また、16項目での総得点と各因子の得点の男女差を、t検定を用いて検討した結果、全てにおいて有意差がなかった。当該16項目でのFMS ver.a.jの総得点と各因子得点の平均値と標準偏差を表3に示す。

各因子の解釈は、以下のようになされた。第1因子は、6項目で構成されており、原版FMSと比較すると、「体験過程を受容し行動する態度」と一致する項目であった。原版と異なる点は、原版の項目9と項目20が削除された点だけで、この因子を構成している項目は全て原版と同じであった。当該2項目が除かれても、「体験過程を受容し行動する態度」という因子名と合致すると考えられた。そこで、この因子を原版同様に、「体験過程を受容し行動する態度」（以下「受容」）と命名した。

第2因子は、7項目で構成されており、原版

FMSと比較すると、「体験過程に注意を向けようとする態度」とおおよそ一致する項目であった。原版と異なる点は、原版の項目17が削除されており、原版で付加項目であった項目8が加わったことであった。つまり、第2因子については、7項目中6項目は原版と同じ項目で構成されており、今回新たに、原版では付加項目となっていた1項目が追加されていた。原版の項目8は、第1因子と第2因子のどちらにも同程度の因子負荷量を示していた（第1因子：.27、第2因子：.26）。また、項目の内容「生活の中で、漠然とした気分を把握している」は、「把握」することが、注意を向けている状態とも考えられた。そのため、項目14が加わっても、原版同様に、この因子を「体験過程に注意を向けようとする態度」と捉えることができるため、第2因子についても原版同様に「体験過程に注意を向けようとする態度」（以下「注意」）と命名した。

第3因子は、3項目で構成されており、原版FMSと比較すると、「問題との距離を取る態度」と一致する項目であった。原版と異なる点は、原版の項目6が削除された点だけで、全て原版と同じ項目で構成されていた。当該1項目が除かれても、原版と同様の因子名と合致すると考えられたため、第3因子についても、「問題との距離を取る態度」（以下「距離」）と命名した。

信頼性を検討するために、全17項目および各因子の $\alpha$ 係数を算出したところ、尺度全体.75、第1因子「受容」では.64、第2因子「注意」では.66、第3因子「距離」では.55であった。総得点、各因子でも、 $\alpha$ 係数が.50以下で再検討が必要（小塩2005）とされるものはなかった。

### 3-2 FMS ver.a.jとGHQ28との相関分析（表4）

まず、GHQ総得点とFMS ver.a.j総得点および各因子のピアソンの積率相関係数を求めた。両総得点間の相関については、原版ではGHQ60を用いており、今回とは単純に比較できないが、原版と同様に有意な負の相関が認められた。本

表4 FMS ver.a.j と GHQ との相関係数 ( &lt; &gt; 内は原版 FMS と GHQ との相関係数)

	FMS ver.a.j 総得点	「受容」	「注意」	「距離」
GHQ 総得点 (原版はGHQ60、FMS ver.a.jはGHQ28使用)	-.26*** (<-.40***>)	-.34*** (<-.48***>)	-.06 (<-.04 >)	-.23*** (<-.32***>)
GHQ28 各下位項目群				
身体症状	-.08	-.15 (<-.21* >)	-.02 (<.06 >)	-.04 (<-.20* >)
不安と不眠	-.17**	-.27*** (<-.43***>)	.02 (<.04 >)	-.21*** (<-.31***>)
社会的活動障害	-.40***	-.35*** (<-.35***>)	-.25*** (<.05 >)	-.30*** (<-.24* >)
うつ状態	-.19**	-.29*** (<-.47***>)	-.01 (<-.08 >)	-.18*** (<-.26**>)

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

研究では、両総得点間には弱い相関 ( $r = -.26$ ,  $p < .001$ ) であった。GHQ 総得点と FMS ver.a.j 各因子得点の相関については、原版と同様に、「注意」は有意な相関は認められなかった。本研究では、「距離」と「受容」で有意な負の弱い相関が認められ(「距離」;  $r = -.23$ ,  $p < .001$ 、「受容」;  $r = -.34$ ,  $p < .001$ )、「受容」が最も高い相関を示していた。

さらに、原版同様に「フォーカシング的態度」が精神的健康のどの側面と関連があるかを調べるために、FMS ver.a.j 各因子と GHQ28 の「身体的症状」、「不安と不眠」、「社会的活動障害」、「うつ状態」の下位項目群得点の相関を求めた。

「注意」では、原版はどの GHQ 下位項目群とも有意な相関は見られなかったが、今回は、「社会的活動障害」との間に有意な弱い負の相関 ( $r = -.25$ ,  $p < .001$ ) が認められた。

「距離」では、原版で負の弱い相関のあった「身体的症状」には本研究では相関は認められなかったが、それ以外の下位項目群については、原版同様に、全てに有意な負の相関を示した。「社会的活動障害」、「不安と不眠」については原版と同程度の有意な負の相関を示したが(「社会的活動障害」;  $r = -.304$ ,  $p < .001$ 、「不安と不眠」;  $r = -.205$ ,  $p < .001$ )、「うつ傾向」については、原版よりも弱い相関であった ( $r = -.18$ ,  $p < .01$ )。

「受容」では、原版で負の弱い相関があった「身体的症状」には本研究では相関がみられなかつ

たが、それ以外の項目については、原版同様に全ての項目に有意な負の相関を示した。相関の強さを見てみると、「不安と不眠」、「うつ傾向」については、原版が比較的強い相関であったのに対し、本研究の方が弱い相関を示し(「不安と不眠」;  $r = -.27$ ,  $p < .001$ 、「うつ傾向」;  $r = -.29$ ,  $p < .001$ )、「社会的活動障害」については、原版と同様の弱い相関を示していた ( $r = -.35$ ,  $p < .001$ )。

#### 4. 考察

FMS ver.a.j は、英訳の過程で教示文の追加以外にも、2つの逆転項目の追加、3つの項目の逆転項目化という改訂が原版 FMS よりなされた。本研究では、この改定された FMS ver.a.j の標準化を目的としており、信頼性と妥当性の検討がなされた。最初に行われた因子分析結果は、原版 FMS とおおむね同様の構成であることが示され、因子的妥当性が確保されたと考えられる。

次に検討された信頼性については、ある程度の信頼性は確保された。信頼性が原版 FMS より下がったことについては、総得点に関して、原版 FMS では、付加項目の4項目も含めた総得点での信頼性となっているが、本研究では付加項目は作らず、各因子に負荷量が一定基準以上のものみの総得点としたことがまず一つ目の要因と考えられる。また、因子分析の結果、

項目数が減ったことも、各因子の信頼性が原版 FMS より低くなる要因であったと考えられる。

最後に原版 FMS と同様に、GHQ28 との相関分析を行った。その結果、原版 FMS の時に出示された結果と、総じておおよそ同様の結果が得られた。フォーカシングにおいて重要とされるフォーカシングの態度が精神的健康に寄与するということが、原版 FMS 同様に支持された。

以上から、本研究によって FMS ver.aj の妥当性と信頼性が示されたといえよう。また、因子構造や GHQ28 との相関結果が原版 FMS とおおよそ一致する結果であったことから、FMS ver.aj は原版 FMS の改訂版と言える。FMS ver.aj は英語版 (FMS ver.a.e) が作成されており、FMS ver.a.e については標準化がまだなされてはいないが、英語圏での研究にも将来的に用いることが可能になるだろう。日英両版の尺度があるということは、文化間の比較研究が可能になるなど、今後の研究の幅を広げるうえで非常に有益である。

今後の課題とすると、本研究で妥当性や信頼性、GHQ28 との相関が実証されたとはいえ、その数値は原版 FMS に比べて低かった。本研究のデータについて、欠損が多く有効回答率が 65.21% と低かったが、調査の実施時間が限られていたため、急いで回答する必要があったこともあり、欠損が多くなり欠損のないデータでも、適当に答えた可能性のあるものもあったと考えられた。そのため、今後は調査実施について、十分な時間を確保したり、配布・回収について一斉に行うのではなく一人一人から受け取れるような方法をとったりするなど、正確なデータがとれるような実施をして、再検討する必要もあると思われる。

#### 付記 (Acknowledgments)

I appreciate 2 professors Mr. Hideaki Fukumori (Kyusyu University) and Ms. Tomoko Morikawa (Kyusyu Snagyo University) allowing us to translate and revise original FMS. I would like to express my

gratitude to all the people who participated in this research and 2 faculty members, Dr. Masashi Kushizaki and Dr. Maki Miyake who allowed me to administer FMS ver.aj to students in their classes. I am also indebted to 2 researchers from the United Kingdom, Dr. Judy Moore and Mr. Alan Tidmarsh (University of East Anglia), 2 researchers from the United States of America, Dr. Doralee Grindler-Katona (Institute of Transpersonal Psychology), and Dr. Laury Rappaport (Notre Dame de Namur University), and 3 researchers from Japan, who helped with the translation of FMS, Dr. Maki Miyake, Ms. Tomoko Hirano and supervising professor, Dr. Akira Ikemi (Kansai University).

#### 文 献

- 青木剛 (2010) : フォーカシングに関する数量的研究の国際動向をめぐって—2009年フォーカシング国際会議シンポジウムでの発表から— 関西大学心理臨床『カウンセリングルーム紀要』1 : 1-7.
- Aoki A., Kawasaki T. & Miyake M. (2009) : Review of Current Research on FMS and Presentation of an English version of the FMS, *Proceeding of The 21st Focusing International Conference*, Awajishima, (Japan), p. 18.
- 福盛英明、森川友子 (2003) : 青年期における「フォーカシング的態度」と精神的健康との関連—「体験過程尊重尺度」(The Focusing Manner Scale : FMS) 作成の試み『心理臨床学研究』20(6) : 580-587.
- ジェンドリン、E. (1999) : 『フォーカシング指向心理療法 (下)』村瀬孝雄、池見陽、日笠摩子 (監訳) 金剛出版. Gendlin E. T., *Focusing-oriented Psychotherapy A Manual of the Experiential Method*. New York, The Guilford Press, 1996.
- 星光子、平野智子、大貴絵莉、青木剛、玉木登志枝、池見陽 (2009) : 企業のメンタルヘルス研修の効果を促進する要因について—アンケート結果の比較から—『日本人間性心理学会第28回大会発表論文集 (法政大学)』pp. 190-191.
- 河崎俊博、青木剛 (2008) : 体験過程尊重尺度 (FMS) に関する研究の現状と課題『日本人間性心理学会第27回大会発表論文集 (関西大学)』p. 136.
- 三上智子、弥園祐子、玉木登志枝、池見陽 (2008) : フォーカシングの発想に基づいたメンタルヘルス研修の効果—FMSを用いて—『日本人間性心理学会第27回大会発表論文集 (関西大学)』p. 93.
- 中川泰彬、大坊郁夫 (1985) : 日本版 GHQ28 精神健康調査票 日本文化科学社.
- 小塩真司 (2005) : 『SPSS と Amos による心理・調査データ解析—因子分析・共分散構造分析まで—』東京図



書.

Rappaport L. (2009): *Focusing-Oriented Art Therapy*.  
London, Jessica Kingsley Publisher.

上西裕之 (2009)：日常生活におけるフォーカシング的  
態度の構造についての一考察『人間性心理学研究』27  
(1・2)：69-80.

Uenishi H. & Nakata Y. (2009): The structure of the  
focusing attitude in daily life, *Proceeding of The  
21st Focusing International Conference*, Awajishima,  
(Japan), p.16.

山崎暁 (2004)：フォーカシング的態度と自己注目、抑  
うつとの関連『日本心理学会第68回大会発表論文集  
(関西大学)』p.358.

山崎暁、内田利宏、伊藤義美 (2008)：フォーカシング  
的態度と自己注目が抑うつに与える影響『心理臨床学  
研究』26(4)：488-492.