

## 尺度使用マニュアル

### <尺度名>

日本語版 PANAS

### <測定概念>

ポジティブ情動 8 項目、ネガティブ情動 8 項目の計 16 項目からなる簡易気分評定尺度である。目的に応じて「現在の気分を評定してください」、「普段のあなたの気分を評定してください」など、教示を変えて使用いただいても構わない。

### <適用範囲>

高校生以上であれば、使用が可能です。

### <尺度構成手続き>

1000 名を超える被験者を対象に現在の気分を評定してもらい、探索的因子分析、確認的因子分析双方において、ポジティブ情動(PA)、ネガティブ情動(NA)の 2 因子からなることを確認した。また、200 名を超える被験者を対象に 1 ヶ月間の各気分の体験頻度を評定してもらい、同様の分析を行ったが、ここでも 2 因子構造が確認された。

### <信頼性>

現在の気分評定における PA 尺度の  $\alpha$  係数は.90、NA 尺度の  $\alpha$  係数は.91、1 ヶ月間の体験頻度における PA 動尺度の  $\alpha$  係数は.83、ネガティブ NA 尺度の  $\alpha$  係数は.82 であった。

### <妥当性>

気分導入実験を行い、各尺度が目的通りの気分を測定しているかを検討した。PA 尺度得点はポジティブ気分導入条件において、NA 尺度得点はネガティブ気分導入時においてのみ大幅にベースライン値より上昇しており、各尺度がそれぞれポジティブ情動、ネガティブ情動を測定する妥当な尺度であることが確認された。

### <採点方法>

PA 尺度項目は、「活気のある」、「誇らしい」、「強気な」、「きっぱりとした」、「気合いの入った」、「わくわくした」、「機敏な」、「熱狂した」の 8 項目、NA 尺度は、「びくびくした」、「おびえた」、「うろたえた」、「心配した」、「びりびりした」、「苦悩した」、「恥じた」、「いらだった」の 8 項目であり、それぞれ合計点を算出する。得点が高ければ、それぞれの気分が高いと解釈する。

<尺度の使用について>

項目はランダム順に並べ替えて使用すること。教示の変更は目的に応じて行って構わない。「1. 全く当てはまらない」から「6. 非常によく当てはまる」までの6件法である。

(出典文献)

佐藤 徳・安田朝子 2001 日本語版 PANAS の作成 性格心理学研究, **9**, 138-139.

<連絡先>

佐藤 徳 富山大学人間発達科学部

<無料・有料の別>

無料

<著作権関連情報>

転載は著者の承諾を得ること。