

## 音楽鑑賞と自尊感情（4）

—— 中学生における「音楽」授業が自尊感情の  
高揚に及ぼす効果に関する試論的検証 ——

平岡 清志

### 1. 自尊感情の定義とその行動

自尊感情 (self-esteem) が高い人は、何事にも積極的に行動し自信を持っているのに対し、自尊感情が低い人は、とかくその行動が消極的で、自信が持てない。また学業でも自尊感情の高い人は優れた成績をとり活動的であるのに対して、低い人は成績においても劣り、行動が消極的である。しかし学業成績が低くても「運動能力」やスポーツ、趣味の面で優れておれば満足感を覚え自尊感情を高く保持し、自分自身を「好ましい人間」と感じ自分の行動を積極的に「価値あるもの」と評価すると考えられる。要するに自分自身の何らかの行動に対する自己評価が高ければ自尊感情が高く、あるいは自己評価が高くなれば自己の行動を積極的に「価値あるもの」と評価する。逆に成績やスポーツの自己評価が平均もしくは自分が期待していた以下の結果であれば「自分ではできない」と評価し、自尊感情が否定的もしくは低い評価になってしまう(荒木, 2007)。

自尊感情とは、自分自身についてどんな風を感じ、どのように考えているかという自己に対する評価を伴う感情で、自分自身を基本的に価値あるものとする感覚で、自己価値や自己尊重とも言われる。この自尊感情の高い人は、自己の存在や「生」を価値あるものとして自己評価し信頼することによって積極的かつ意欲的に行動し、満足感を持ち、自己に対しても他者に対しても寛容になる。いわゆる「自信」である。それに対して自尊感情の低い人は、自己を否定的に評価し、行動が消極的で常に不満を持ち、他者を受け入れがたい傾向がある。そういう意味でも自尊感情は精神的健康や適応の基盤をなすものと言える。

ジェームズ (James, W. 1890) によれば、個人が願望をもっている領域で成功したと思えることがあるいは満足感が、自分に対する評価を高めるといふ。従って、何かを獲得しよう、あるいは学ぼうとするとき、その結果によって自己評価は上下すると考えられる。その自己評価の上下に伴い、自尊感情が上下

する。自尊感情が高い人は、困難に出会っても粘り強く努力し、他人からの賞賛や批判にさほど左右されず、自己の存在感を適度にもち、感情が比較的安定していて、自己コントロールの能力が高く、将来的な見通し能力もある。しかし、自尊感情が高すぎると「うぬぼれ」と見なされ、負のイメージをもたれることもある。また自尊感情が低い人は、自己の存在感をあまり感じず、すぐに諦めてしまう傾向があり、何事にも悲観的で褒められたりするとその相手がよい人に思え、けなされるとその人を悪い人に思え、感情的にも不安定なところがある。自己コントロール能力が比較的低いのが特徴である。自尊感情の低い人は、いわゆる「自己卑下」と見なされ、何事にも達成への努力に欠け、目標達成に向けて動機付けられない傾向がある。自尊感情が高すぎても協調性に欠け良くないが、低過ぎると自信もなく、達成への意欲に欠け、協調性も欠け問題児として扱われることがよくある。

現在の教育現場では、不安の高い生徒は自尊感情が低く、不安が低い生徒は自尊感情が比較的高いといわれている(荒木&牧田 1997)。そこで、「自尊感情が低い生徒即ち不安が比較的高い生徒の自尊感情を如何にして上げるか?」ということが大きな研究課題になっている。自尊感情が低い生徒はその為に将来への明確な目標を持っていないか、もしくは漠然としており、目標達成に向けて十分に動機づけられていないのが現状である。そこで、昨今、文部省は、動機づけ効果が十分に期待され、将来の、あるいは数年先、直前の目標を持たせるためのキャリア教育を推し進めている。

では、その自尊感情をどのようにして高めていくのか? そう簡単な問題ではない。日々の諸経験の積み重ねが自尊感情の高揚につながるものと思われる。1つや2つの出来事で自尊感情が高まるほど安易な感情ではない。正の諸経験の積み重ね即ち快経験の累積によるものと思われる。

最近では、道徳授業において「モラルジレンマ」授業を実施し、生徒に認知的不協和(矛盾、拮抗)を引き起こし、自分の意見を自発的に言わざるを得ないような状況に陥れ、その結果、「自分の意見をみんなの前で言うことができた」ということで自己効力感(自信)を持ち、自尊感情が高まることが報告されている(平岡、竹田 2010, 2012, 2015)。勉強はもちろん、スポーツでも趣味でもいい、何か自慢が出来ること、満足感を持つこと、自己実現ができることで自尊感情を高めることが期待される。これは、その人の特性を見つけて伸ばしてやる、そしてそれを将来の職業選択に結び付けていくことによって自ずから目標を設定し、その結果、自尊感情が高まっていくことが期待される。

## 2. 「音楽」のもつ魅力?

「音楽療法」が分野として存在するが、それは音楽が何らかの支援効果を持つことの証左であると思われる。心身の健康回復・治療に利用する音楽療法は、音楽を健康のために利用するという発想は古くからの発想であり、さまざまな文化において広く認められているが、実証科学的な研究の歴史は比較的浅い。音楽が持つ魅力が、どのような効果を提供してくれるのか? 現在、音楽療法などで利用されているのは、(1) 神経症や心身症の患者に心身のリラクゼーションを促進するために音楽を用いる方法、(2) 発達障害や情緒障害児に対し音楽を楽しむことによるカタルシス効果などを生かす遊戯療法的利用、(3) 身体機能の回復をめざすリハビリテーション領域での利用、(4) 精神障害者に対する心理療法的利用、(5) 老人施設などで交流促進や心身機能増進のためのレクリエーション療法的利用などである。これらの治療法は、音楽のどんな魅力・特性を利用しているのか? 音楽なら何でも効果があるのか? 音楽を聴くということがなぜ健康的にいいのか、あるいは演奏するということがいいのか、音楽のどんな特性がストレスの緩和に役立っているのか? それは、まだまだ明確ではない。音楽には引き付けるものがある。クラシック音楽にしても童謡にしても、また葬送曲やカラオケ、歌謡曲にしても、我々の注意力をその一点に集中させるものがある。恐らく、歌うことや、演じることに集中させ、リラクゼーション効果が大きいのではないかと思われる。

## 3. 音楽と自尊感情との関連性についての推論

音楽の魅力についての心理学的、科学的論理はまだまだ深められていず、あくまで推測に過ぎないが、音楽を聞いたり、自ら演奏したり、歌ったり、即ち「音楽鑑賞」が、聞く或いは歌う、演じることに集中させ、リラクゼーションをもたらし、快感情を喚起し、自尊感情を高揚させるのではないだろうか。クラシック音楽でもいい、カラオケや歌謡曲、葬送曲、童謡歌でもいい、聞いたり歌ったり、自ら演奏したり、自ら音楽に浸っているうちに曲に酔い、快の感情をもたらしてくれるのではないだろうか? そして、その楽曲の中に、聞いている人、演奏している人、歌っている人の心の中に深く入り込み、うれしいとき、悲しいとき、つらいとき、どんなときもその曲に埋没させ何もかも忘れさせてくれるのではないか。「音楽は、人心を酔わせてくれる!」とはそういうことを言うのではないだろうか? その結果、うれしい時は一層の勇気もらい、

辛い時、悲しい時は、一時を忘れさせてくれたり、勇気をもたらったり、鼓舞されたりするのではないだろうか？ そのことが自尊感情の高揚に繋がっているのではないかと思われる。

音楽を鑑賞することが自尊感情を高めてくれる大きな要因ではないかと思う。自尊感情を高めていくことは、児童、生徒、高校生にとっては将来への展望を立てるためにも急務である。達成感や成功感、満足感を経験することによって自尊感情を高めると言われるが、「音楽」そのものが持つ魅力が、高揚感を高め前向きな思考を促進し、将来への希望を持ち、自尊感情を高めることが予想される。極論かもしれないが、音楽には、悲しみや怒り、鬱、寂しさといった負の感情を喚起するマイナス効果は存在しないのではないだろうか？

竹田、平岡（2018）の研究において、大学生の合唱練習において、練習前と練習後では有意に自尊感情が上がったことが示されている。この研究から、調査協力者が大学生であったが、音楽に関しては、大学生も小学生、中学生、高校生に関係なく、誰もが前向きな思考を促進させ、自尊感情を高めることが推測される。

ではこの自尊感情は、何によって高められるのだろうか。試合に勝つ、テストでいい点数を取り順位を上げることもいいかもしれない。しかし、日常生活の中でこの感情を高めていくにはどんなことが考えられるだろうか。最近では道徳授業での「モラルジレンマ授業」が指摘されているが、他に何かがあるのか。この種の研究は、未だ十分でなく、十分な研究は行われていない。どんなことが自尊感情を高めていくのだろうか。

#### 4. 音楽の持つ効果

音楽の魅力は、音楽療法の中心を成している「リラクセーションをもたらしてくれる」ことが大きな効果要因ではないだろうか？ 音楽は、人の感情を高揚したり、鎮静したりする効果を持っているが、悲しませたり苦しませたり、悩ませたりはしない。例えば、ベートーベンの交響曲「第九」は、人の精神状態を高揚させ、特に「歓喜」の部分などは演奏したり歌ったりしている人だけでなく、聞いている人にも高揚感を与え、日本では年末の締め括りだけでなく、翌年への高揚感をも掻き立ててくれる。歌謡曲も同じような高揚・鎮静、共感の効果を与えてくれる。歌は、時には励まし、またある時には悲しみや寂しさの心に共感し、心を慰めてくれたり、その当時のことを思い出させ、条件刺激のような役割をもして励ましてくれる。クラシック音楽は、最初はわからない

かもしれないが、聴けば聞くほど「高尚な音楽」というイメージを持ち、自身の高揚感を感じさせてくれ、自尊感情を掻き立ててくれる。歌謡曲も聴いている我々の気持ちを奮い立たせてくれたり慰められたりする、また、唱歌も同じ、心を純粹無垢な気持ちにしてくれ、清しい気持ちにしてくれる。またカラオケがいつまでも長く、根強く、しかも楽しいままに流行しているのはその証左ではないか。音楽がそういう効果を持っているのは誰もが認めるであろう。音楽は、それを自分で歌ったり演奏したりするだけでなく、またクラシックであっても歌謡曲であっても、また楽器演奏にしても合唱にしても、我々の心を奮い立たせたり、我々の心に共感したり、何か大きな効果を持っているように思われる。その魅力は誰もが認めるところだろう。

しかし、そういう音楽の魅力については、普段、語られたりしているかもしれないが、「音楽と自尊感情の高揚との関係を明確にする」といったような研究は見当たらない。「音楽」を演じたり聞いたりすることによってリラクゼーション(快)をもたらし、自己の存在感を確認し、自己の否定的側面を忘却し、音楽に酔い浸っていくのではないか、そして究極は自己の肯定的側面を強化していくのではないだろうか？ その結果、自尊感情の高揚につながるのではないか。

本研究では音楽と自尊感情の高揚との関係を検証し、自尊感情の高揚のノー・ハウを模索する。

## 5. 中学校音楽授業と自尊感情高揚の有無に関する試論的研究

### 【研究目的】

“歌を歌う” 或いは「聴く」ということは、もちろんその曲を楽しむということもあるが、音楽療法の1つの治療法でもあるように、リラックスさせて心の中にある蟠りなどを「吐き出す」という浄化効果(カタルシス)があると思われる。心の中にある「負の感情を吐き出す」という効果が多分に存在すると思われる。

音楽の授業では、1教科として学んでいるが、そこには上記のような効果もあることが想像される。たかが教科として学ぶ学校の「音楽」授業であっても、そこには心理的効果が存在するものと思われる。そしてその効果が、生徒にリラクゼーションをもたらし、自らを前向きに思考させ、結果的に自尊感情を高めていくのではないかと思われる。

仮説：音楽を聴いたり演じたりする中学3年生の音楽授業が、リラクゼーション、満足感、高揚感等を掻き立て、自尊感情の高揚につながる。

## 6. 調査方法

6-1. 実施日時 2019年9月11日

6-2. 調査協力者

兵庫県内の公立中学校3年生26名（男子14名、女子12名）

6-3. 自尊感情テスト

以下の2種類の自尊感情テスト実施

- (1) 小学生版学校生活充実検査（以下標準テストとする）（荒木、2003）に含まれる自尊感情尺度（29項目、4因子構造－自己肯定感、自己価値観、幸福感、責任感から成る）を使用。回答は、①全く思わない、～④強く思う、までの4段階の評定尺度法で評価してもらった。質問項目数は、29項目である。
- (2) ローゼンバーグ（1965）の「自尊感情尺度」を使用。質問紙（10項目）を「どちらでもない」を削除し、①全く思わない、～④強く思う、までの4段階の評定尺度法で実施した。質問項目数は、10項目である。

質問項目：合計39項目

6-4. 課題曲

中学校3年生の「音楽」授業で、当日は1か月後に行われる文化発表会に向けての合唱指導で、課題曲として2部合唱「旅立ちの時」、自由曲として「親知らず子知らず」とか「手紙～拝啓 十五の君へ～」であった。「旅立ちの時」は、NHK全国学校音楽コンクールの課題曲であり、長野で行われた第7回パラリンピックのテーマソングであった。近年合唱曲としてよく歌われ、日本的な音階を用いて作曲されたメロディで、とても美しく多くの人々の心に感動を与えている曲で、言葉と音楽が見事に合わさり、感動を呼ぶ、声高々に歌いたい曲である。課題曲の「親知らず、子知らず」は、母の気持ちを訴え、他方子どもの気持ちを訴える、思春期の気持ちを表した曲である。「手紙～拝啓 十五の君へ～」は、アンジェラ・アキの歌で、中学生に「未来の自分」に手紙を書いたことがありますか、と問いかけ、自分を信じて生きていくためのメッセージ・ソングである。いずれも音楽の授業の一環の中で普段通りに実施されたもの

で、特別に実施されたものではない。

### 6-5. 手続き

自尊感情テストは、授業前のテストはクラスの担任のもとで実施、音楽授業後のテストは音楽担当の教員の元で、音楽の授業終了後に実施された。所要時間はいずれも10分ほどであった。授業前・後の調査では、「このテストは、皆さんの成績や評価には全く関係しません。正直に気楽に答えてくだされば結構です。難しい言葉とか用語、難解な言葉があれば手を上げて質問してください。」と教示し、このテストが「自尊感情を図るテストである」ことを一切触れずに実施した。学校生活充実検査（標準テスト）（29項目）とローゼンバーグ（1965）の自尊感情テスト（10項目）を1枚にまとめ、合計39項目について4段階で評定してもらった。

## 7. 結果及び考察

本研究結果の処理において、自尊感情テストを荒木（荒木、2003）の学校生活充実検査（29項目）とローゼンバーグ（1965）の自尊感情テスト（10項目）の両方のテストを実施して音楽授業の前・後の自尊感情の変化を検証し、それぞれのテストを別々に、(1) 自尊感情得点全体における授業前・後の差及び(2) 各質問項目毎の授業前・後の得点の差を検証した（t検定）。

### (1) 自尊感情得点全体における授業前・後の差

〔学校生活充実検査による自尊感情総得点（29項目）〕

学校生活充実検査（荒木、2003）の授業前・後の自尊感情全体の総得点とSD（Standard Deviation；標準偏差）をFig.1-1、Table.1-1に示す。

音楽の授業前では、自尊感情総得点が73.04点だったのに対して授業後の総得点が73.00で、授業前・後の自尊感情得点間に有意差がみられず、ほぼ平衡状態であった。

〔自尊感情テストの各項目毎の検証〕

学校生活充実検査（標準テスト）の自尊感情項目毎に音楽の授業前と授業後の得点をFig.1-2、Table.1-2に示す。項目番号No.1（「何かをしようとするとき、難しそうに見えると他の人に手伝ってもらいたくなると思いますか。（逆転項目）」（ $t = 2.31$ 、 $df = 25$ ； $P < 0.05$ ）とNo.26（ $t = 2.29$ 、 $df = 25$ ； $P < 0.05$ ）

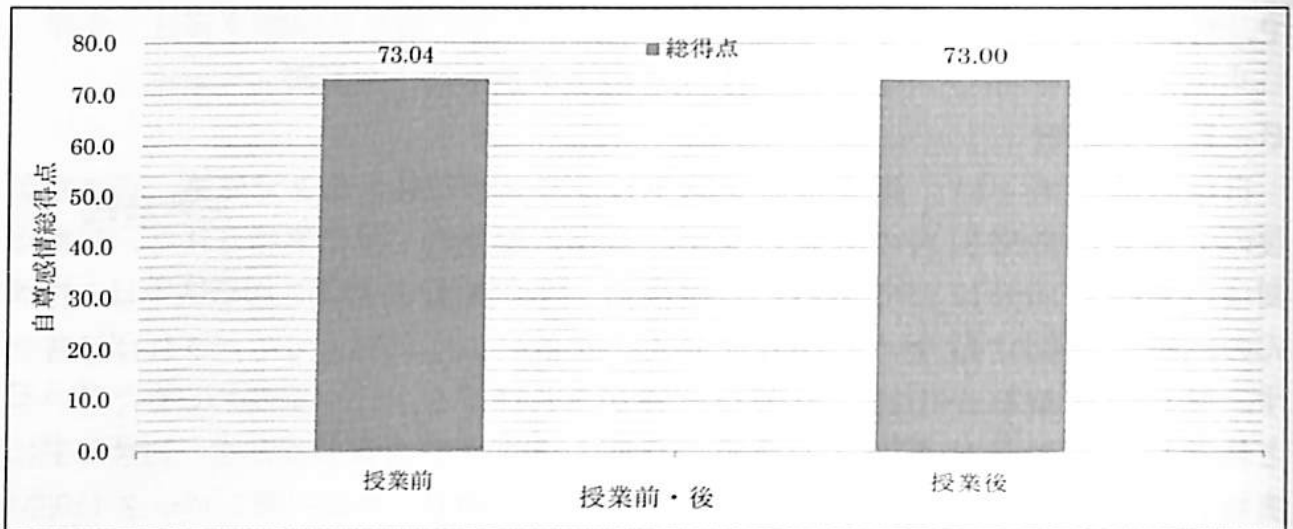


Fig.1-1. 音楽授業前・後自尊感情の全自尊感情得点 (学校生活充実検査)

Table.1-1. 音楽授業前・後自尊感情の変容 (標準テスト)

26名	全得点	t 値	有意水準
授業前	73.04	0.039	
SD	7.99		
授業後	73.00		
SD	7.99		

\* :  $P < 0.05$     \*\* :  $P < 0.01$

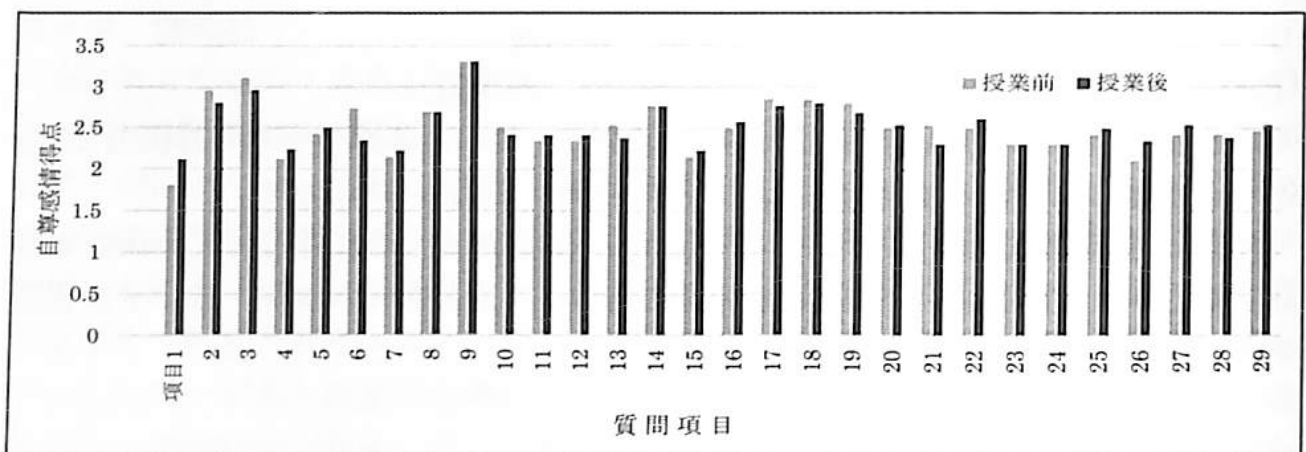


Fig.1-2. 各項目ごとの音楽授業前・後自尊感情の変容



Table.1-2. 音楽授業前と後の自尊感情得点の変容

質問項目	授業前	SD	授業後	SD	t 値	有意水準
人数	26		26			
全体	73.04	7.99	73.00	7.99		
項目 1	1.81	0.63	2.12	0.65	2.31	*
2	2.96	0.66	2.81	0.69	1.28	
3	3.12	0.65	2.96	0.66	1.69	
4	2.12	0.86	2.23	0.86	0.83	
5	2.42	0.86	2.50	0.76	0.70	
6	2.73	0.83	2.35	0.80	2.00	
7	2.15	0.78	2.23	0.82	0.53	
8	2.69	1.01	2.69	0.97	0.00	
9	3.31	0.68	3.31	0.55	0.00	
10	2.50	0.99	2.42	0.99	0.70	
11	2.35	0.80	2.42	0.76	0.70	
12	2.35	0.75	2.42	0.81	0.44	
13	2.54	0.90	2.38	0.80	1.44	
14	2.77	0.76	2.77	0.71	0.00	
15	2.15	0.88	2.23	0.86	0.44	
16	2.50	0.81	2.58	0.81	1.00	
17	2.85	0.78	2.77	0.76	0.53	
18	2.85	0.61	2.81	0.63	0.44	
19	2.81	0.85	2.69	0.84	1.81	
20	2.50	0.76	2.54	0.76	0.37	
21	2.54	0.90	2.31	0.68	1.14	
22	2.50	0.65	2.62	0.70	1.00	
23	2.31	0.84	2.31	0.84	0.00	
24	2.31	0.84	2.31	0.84	1.44	
25	2.42	0.90	2.50	0.81	0.53	
26	2.12	0.82	2.35	0.94	2.29	*
27	2.42	0.90	2.54	0.86	0.77	
28	2.42	1.03	2.38	0.98	0.37	
29	2.46	0.81	2.54	0.81	0.81	

\* : P&lt;0.05 \*\* : P&lt;0.01

(「どんな不幸にあっても、くじけないだろうと思いますか。」)の2項目において音楽授業前と授業後の変化において有意差がみられた。それ以外の質問項目においては授業前・後に有意差は認められなかった。

No.1は、逆転項目であり、これは、何かをしようとするとき、する前に難しそうに見えても他の人に手伝ってもらいたいとは思わないことを示している。音楽の効果によって高揚感や自立心が向上したことを示していると思われる。No.26は、どんな不幸にあってもくじけない信念の強さ、芯の強さを示し、音楽の効果によって勇気とか高揚感が高められていることを示す結果である。

自尊感情全体では音楽授業の前と後では自尊感情の高揚はみられないが、平衡状態にあると言える。1コマ50分ほどの授業だけで自尊感情が高揚するとは思えないが、低下の傾向、即ち音楽授業のマイナスの効果は示されていない。

#### 〔ローゼンバーグ (1965) の自尊感情テストの総得点の比較 (10項目)〕

ローゼンバーグ (1965) の自尊感情テスト (10項目) における音楽の授業前・後自尊感情総得点の差を比較した結果を Fig.1-3、Table.1-3 に示す。音楽授業の前と後の総得点の差の検証 (t 検定) の結果、音楽の授業前の自尊感情の総得点の平均は、25.2点であったが授業後は27.2点で、授業の前・後の総得点間に有意差は認められなかった ( $t = 1.57$ 、 $p < 0.05$ 、 $df = 30$ ) が、これは、上記の学校生活充実検査の結果とはやや異なる結果であるが、自尊感情の高揚がみられ、音楽授業の前と後では音楽授業が自尊感情の高揚に貢献する傾向が見られた。

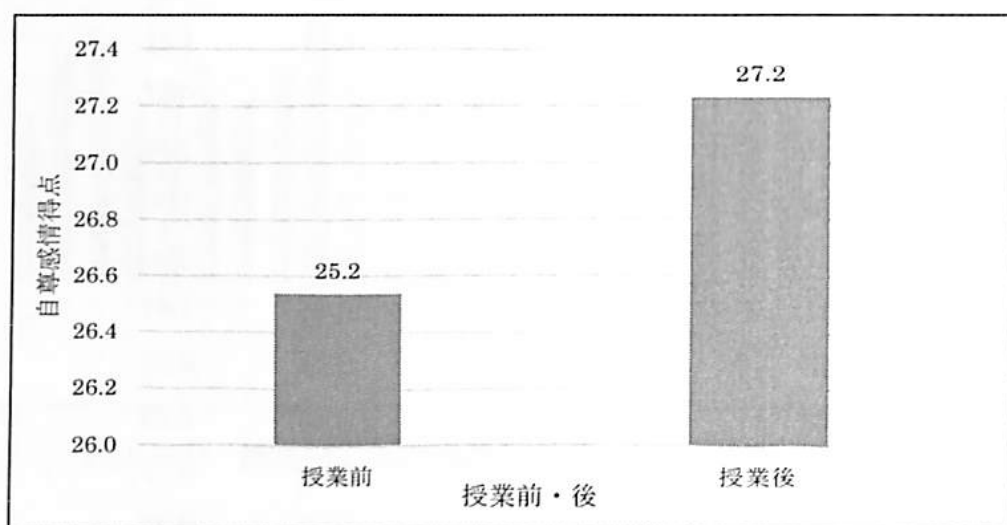


Fig.1-3. ローゼンバーグの全自尊感情得点

## 〔ローゼンバーグの自尊感情テストの各項目毎の検証〕

ローゼンバーグの自尊感情テストの各項目毎の授業前・後の得点の平均点を Fig.1-4、Table.1-3 に示す。No.3は「自分は敗北者だと思ふことがよくある」（逆転項目）という質問項目で、授業前は、2.81点であったが授業後は3.19点に上がり、これは、音楽授業前・後の自尊感情総得点の上昇（高揚）という結果

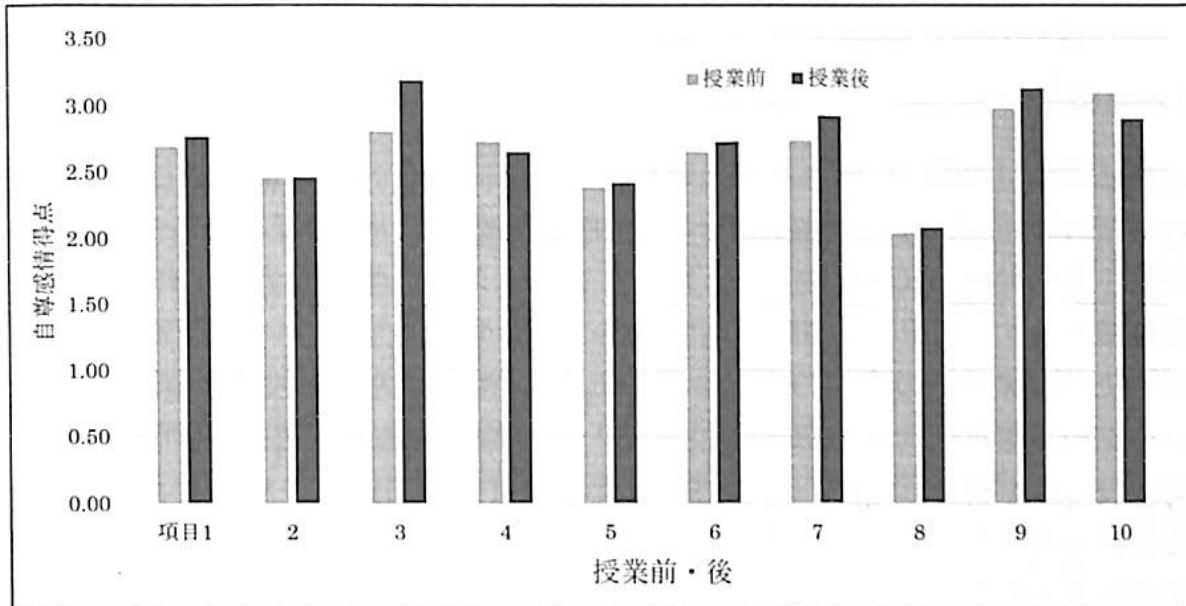


Fig.1-4. ローゼンバーグの音楽授業前と後の項目ごとの自尊感情得点

Table.1-3. ローゼンバーグの自尊感情得点の変容

	授業前	SD	授業後	SD	t 値	有意水準
人数	26		26			
全体	26.5	3.8	27.2	2.7	1.58	
項目 1	2.69	0.74	2.77	0.71	1.44	
2	2.46	0.71	2.46	0.76	0.00	
3	2.81	0.85	3.19	0.80	2.30	*
4	2.73	0.67	2.65	0.69	1.00	
5	2.38	0.85	2.42	0.81	0.27	
6	2.65	0.69	2.73	0.60	0.81	
7	2.73	0.83	2.92	0.69	1.55	
8	2.04	0.77	2.08	0.89	0.89	
9	2.96	0.72	3.12	0.59	0.89	
10	3.08	0.69	2.88	0.82	1.10	

\* : P &lt; 0.05    \*\* : P &lt; 0.01

から鑑みて「自分は、敗北者だと全く思わない」あるいは「自分は勝者であると思う」という自己肯定感もしくは自信の表れを示しており、これは、自分を否定的には見ず、自分自身を強く前向きに肯定的に見ていることを示していると思われる。自尊感情の有無を検証する代表的な項目であり、音楽に触れる（音楽の授業）ことによって自尊感情が高揚したことを示していると思われる。

## 8. 総括

本研究は、「音楽」に触れることが自尊感情を高めるのではないかという仮説の下で、音楽授業の自尊感情高揚への効果の有無について検証したものである。学校生活充実検査（標準検査）とローゼンバーグの自尊感情テストの2つの自尊感情テストを使用し、自尊感情の高揚への音楽の効果について音楽の授業の前・後の自尊感情の高揚の有無を検証した。学校生活充実検査及びローゼンバーグの自尊感情テストの音楽授業前・後の総合得点間の差と質問項目毎の前・後の差を検証したが、前者では有意な差は認められず、平衡であったが、後者のテストでは両テストにおいて音楽の授業前よりも授業実施後に自尊感情が上昇する傾向が認められた。つまり音楽の授業によって共感性や自己肯定感、幸福感を感じさせ、自己肯定感や自己価値観を上げていった、その結果、これらの要素からなる自尊感情得点を高めたと考えられる。即ち、音楽は自尊感情を高揚させる効果があることを示唆した結果である。各項目毎に見た場合、No.1（「何かをしようとするとき、難しそうに見えるると他の人に手伝ってもらいたくなると思いますか。（逆転項目）」）においてのみ、授業前よりも授業後において有意に上昇していたことが認められ、さらに No.26では、どんな不幸にあってもくじけない信念の強さ、芯の強さを示す。ローゼンバーグの自尊感情テストでは、自分は敗北者だとは思っていない、むしろ意志の強さや粘り強さ、勇気、高揚感を示していると思われる。これらの結果から、音楽によって自尊感情が高められる傾向があることを示していると言える。わずか1コマ（50分）の授業で自尊感情が高揚することは期待できないが、自尊感情高揚の傾向がみられるとは言えるであろう。

音楽と心理学との関係は、音楽療法とか音楽心理学などの領域で研究され、特に音楽と感情・情動との関係は切り離すことができない関係にあるように思われるが、その研究は決して十分とは思えない。音楽が我々の高揚感を高めてくれることは主観的には理解できるが、それがなぜ自尊感情を高めるのか、論

理的にはまだ十分に説明できない。

どんな音楽がどんな効果をもたらすのか？ 音楽が注意を一点に集中させてくれることは明らかである。音楽はどんな要素があるのか、「第九」や「英雄」などクラシック音楽はどんな効果をもたらすのか？ カラオケがなぜ流行し、我々を楽しませてくれるのか。応援歌は確かに我々の心を鼓舞してくれる。校歌は生徒の心に寄り添い、愛校心を養ってくれる。葬送曲は、心を沈ませたりはしない、その時の心の状態に寄り添ってくれ、慰められる。確かに音楽はそれに触れているときは、リラクゼーションをもたらしてくれる。

今回、試論的研究として、音楽授業と自尊感情の高揚との関係を検証し、一部積極的な関係が見られたが、音楽の魅力とは何か？ その構造はどんな要素から構成されているのか？ など多くの明確にしなければならない課題が残されている。

#### 《引用文献》

- 荒木紀幸編 2007 教育心理学の最先端 第7章「自尊感情」(p.155-p.182)
- 上寺常和編 2010 教職課程研究第20集 姫路獨協大学教職課程研究室編  
平岡清志、竹田レイ子、高原哲史、藤田裕一著 第2章 道徳「モラルジレンマ授業の勧め」(1) —コールバーグの理論とモラルジレンマ授業実践による効果— (p27-p44) 株式会社ティー・エム・ピー
- 上寺常和編 2012 教職課程研究第22集 姫路獨協大学教職課程研究室編  
平岡清志、竹田レイ子、高原哲史、藤田裕一著 第2章 道徳「モラルジレンマ授業の勧め」(2) —モラルジレンマ授業が自尊感情の発達に及ぼす効果— 高校生の「道徳」授業を通して (p47-p57) 株式会社ティー・エム・ピー
- 上寺常和編 2013 教職課程研究第23集 姫路獨協大学教職課程研究室編  
平岡清志、竹田レイ子、高原哲史、藤田裕一著 第3章 道徳「モラルジレンマ授業の勧め」(3) —モラルジレンマ授業が自尊感情の発達に及ぼす効果— 高校生の「道徳」授業を通して (p41-p56) 株式会社ティー・エム・ピー
- 中嶋佐恵子 2018 教職課程研究第28集 姫路獨協大学教職課程研究室編  
竹田景子、平岡清志、第1章 音楽鑑賞と自尊感情 —混声合唱とその曲による音楽演奏が自尊感情に及ぼす効果に関する試論的検証— (p1-p12)  
株式会社ティー・エム・ピー
- 中嶋佐恵子 2020 教職課程研究第30集 姫路獨協大学教職課程研究室編  
平岡清志、第1章 音楽鑑賞と自尊感情(2) —小学生における音楽授業が自尊感情の高揚に及ぼす効果に関する試論的検証— (p1-p13) 株式会社ティー・エム・ピー
- 中嶋佐恵子 2020 教職課程研究第30集 姫路獨協大学教職課程研究室編  
平岡清志、第1章 音楽鑑賞と自尊感情(3) —少年少女合唱団の合唱前・後の自尊感情の変容— (p15-p26) 株式会社ティー・エム・ピー

Rosenberg, M. 1965 Society and the adolescent self-image. Princeton Univ. Press.

### 〈参考文献〉

- 荒木紀幸・牧田昭典 1997 「中学生用学校内不安検査の標準化に関する基礎的研究—学校内不安検査の指標と自尊感情及び成績の関連について— 実技教育研究 第11号 pp129-135 兵庫教育大学学校教育学部附属実技教育研究センター
- 荒木紀幸 (2002) 『中学生版フェアネスマインドによる道徳性の診断と指導』 正進社
- 荒木紀幸編 2002 モラルジレンマによる討論の授業—中学校編— 第一部 理論編 3. 認知能力と役割取得能力 (p18~p19) 明治図書
- 荒木紀幸編 2002 モラルジレンマによる討論の授業—中学校編— 第二部 実践編 伊藤裕康・永田成文著 Ⅶ. 高等学校三年生の実践【もう一つの犬の消えた日】 (p168-188) 明治図書
- 永田成文・伊藤裕康 Ⅷ. 高等学校三年生の実践【独生子女】 (p189-208) 明治図書
- 荒木紀幸 (2003) 『ウエルライフ (小学生・中学生・高校生) 学校生活充実検査—診断と指導— (上)』: 67
- 荒木紀幸 (2004) 『中学生版フェアネスマインド (道徳性発達検査) による道徳性の診断と指導—中学生の心と生き方の調査—』: 6-19 正進社

### 音楽療法 music therapy 【オンガクリョウホウ】

音楽がもつさまざまな効果を心身の健康回復・治療に利用する療法の総称。音楽を健康のために利用するという発想は古くから、さまざまな文化において広く認められるが、実証科学的な研究の歴史は比較的浅い。治療の対象と音楽のどのような効果を利用するかという点から、以下の五つに整理することができる。(1) 神経症や心身症の患者に心身のリラクゼーションを促進するために音楽を用いる方法、(2) 発達障害や情緒障害児に対し音楽を楽しむことによるカタルシス効果などを生かす遊戯療法的利用、(3) 身体機能の回復をめざすリハビリテーション領域での利用、(4) 精神障害者に対する心理療法的利用、(5) 老人施設などで交流促進や心身機能増進のためのレクリエーション療法的利用。

芸術療法 音楽心理学