

合唱活動の充実と well-being に関する研究 2

— 尺度モデル構成・調査結果の分析を通して —

高橋 雅子^{*1}・沖林 洋平^{*2}・白地めぐみ^{*3}・藤原 由佳^{*4}・原田 美穂^{*5}

Research on “Well-being” and Enhancing Choral Activities 2:
Composition of Scale Models and Analysis of Survey Results

TAKAHASHI Masako^{*1}, OKIBAYASHI Yohei^{*2}, SHIRAJI Megumi^{*3}, FUJIWARA Yuka^{*4}, HARADA Miho^{*5}
(Received March 21, 2025)

キーワード：合唱活動、I / WE・SOCIETY / UNIVERSE、well-being の尺度開発、授業改善

はじめに

well-being は、国際的な 2030 年に向けた教育に関する取組「Education2030」事業:OECD(経済協力開発機構)の存在から、近年注目されるようになった。これは、知識、スキル、態度・価値を一体的に捉え、これからの時代に求められるコンピテンシー(行動特性)を検討し、時代の変化に対応した新たな教育モデルの開発を目指しているもので、重要なキーワードである。

筆者らのこれまでの well-being 研究においては、筆者らが開発した「深い学び」の項目から well-being の尺度を抽出(2021 年度)、先行研究の中でもマーティン・セリグマン Seligman, Martin E. P. の PERMA 理論をもとに尺度を検討(2022 年度)、さらに A(Achievement, 達成)の因子につながる尺度を検討(2023 年度)してきた。

2024 年度は、合唱活動の充実が well-being につながることを目指した研究を推進していく。渡邊ら(2020)は、国内の約 1300 人の大学生を対象として well-being を決定する要因を挙げてもらい、回答を「I(個人的なこと) / WE・SOCIETY(他人との関係性や社会的なこと) / UNIVERSE(超越的な世界との関わり)」という 3 つのカテゴリに分類している。2024 年度の well-being 調査は、開発した尺度による測定と合唱活動における well-being に関する自由記述を実施した。自由記述の分析は研究論叢に投稿した論文(2025)で執筆済みであるが、本研究では合唱における well-being 尺度(30 項目)の開発の経緯を詳述した上で(分担：高橋)、分析結果を考察することにより(分担：沖林)、合唱活動における well-being の実態と授業改善の方向性を明らかにしていく(分担：附属学校教員)。

1. 合唱における well-being の尺度開発

1-1 マーティン・セリグマン Seligman, Martin E. P. の PERMA 理論

本研究においては、2022 年度から継続してマーティン・セリグマン Seligman, Martin E. P. の PERMA 理論に基づいて尺度を開発している。

ポジティブ心理学の創始者であるセリグマン(2014)は、well-being を構成する 5 つの要素として、以下を挙げている。(pp. 33-42)

- ・ P (Positive Emotion, ポジティブ感情) ・ E (Engagement, 没頭・物事への積極的な関わり)
- ・ R (Relationship, 関係性) ・ M (Meaning, 意味・意義) ・ A (Achievement, 達成)

*1 山口大学教育学部音楽教育選修 *2 山口大学教育学部小学校総合選修 *3 山口大学教育学部附属光中学校
*4 山口大学教育学部附属光小学校 *5 山口大学教育学部附属山口中学校

1-2 合唱における well-being 尺度

合唱における well-being の調査項目を表 1 に示す。渡邊ら (2020) は、国内の約 1300 人の大学生を対象として well-being を決定する要因を挙げてもらい、回答を「I (個人的なこと) / WE・SOCIETY (他人との関係性や社会的なこと) / UNIVERSE (超越的な世界との関わり)」という 3 つのカテゴリに分類している。本研究では、合唱活動について、「I」のみではなく「WE」の要因が鍵である活動としてその在り方について検討した結果、「WE」と関わる R (Relationship, 関係性) の項目を中心に検討して加筆・修正した。R の項目では、「WE」を意図して「仲間」「つながり」「一緒」等の用語をなるべく使用するようにした。

表 1 合唱における well-being 項目

番号	合唱における well-being 尺度	要素
4	合唱の活動をとおして、自分の思いや意図を表現することができた	A
11	作詞者・作曲者の思いや意図に共感して、合唱することができた	A
16	この曲の合唱をとおして、音楽のことをますます知りたくなった	A
29	学年合唱・全校合唱で優れた成果を挙げるために、今まで以上に成長しようと努力した	A
30	この曲の合唱の経験によって、達成感を得ることができた	A
27	この曲の合唱で曲にふさわしい表現を工夫できた	A
2	この曲の合唱をとおして、だんだん授業が楽しくなった	E
5	合唱の授業に、自ら進んで意欲的に取り組むことができた	E
8	合唱の授業で新しいことを学ぶことが大好きだ	E
9	合唱の活動をしていると、音楽と一体になったように感じる時がある	E
14	合唱に集中すると我を忘れ、あるいは意識全体が鮮やかに変化したように感じる時がある	E
18	人々が心動かされる音楽体験について語るとき、それが何を意味しているか理解できる	E
21	合唱の活動では、時間を短く感じる	E
6	音や音楽の世界は、価値あるものだ	M
12	生活の中にある合唱や音環境の存在を大切に思うようになった	M
20	合唱の授業で自分のやっていることは、有益で価値のあることだ	M
24	合唱には他の活動では得られない価値がある	M
28	合唱活動を通して、自分には価値があると感じた	M
1	合唱の活動において、むずかしいことでも頑張れば解決することができる	P
7	合唱の授業では、なにごとにも良いほうに考えながら活動ができた	P
13	合唱の活動において、自分の取り組みに満足している	P
17	合唱の活動に取り組むことは、幸せだ	P
22	合唱をすることは、気持ちが良いことだ	P
25	少し落ち込んだときでも、合唱の活動によって気持ちが前向きになる	P
3	仲間と一緒に協力して合唱することに、大いなる喜びを感じる	R
10	合唱を一緒に歌う仲間たちに受け入れられている	R
15	全体練習やパートの活動で自分のことを心から気にかけてくれる人がいる	R
19	合唱の活動をすることで、私たち仲間はより繋がることできる	R
26	合唱がうまくいくためには、仲間との心と声のつながりが大事だ	R
23	この仲間の一員になりたいという願望を持って合唱に取り組んでいる	R

2. 調査方法

本研究の調査方法は、次の通りである。

【調査時期】

本調査は、2024 年 9 月 9 日～9 月 12 日に実施された。9 月 6 日が附中祭（合唱コンクール）だったため、その直後ということになる。

【調査対象者】

本調査の対象者は、附属光中学校 1 年生 59 名（男子 27 名、女子 32 名）、2 年生 78 名（男子 38 名、女子 40 名）、3 年生 60 名（男子 27 名、女子 33 名）。因子分析にあたっては調査対象者全員のデータを使用し、その因子を適用し、分析・考察を行なった。

【調査項目】

本研究では、2024 年度に新たに開発した合唱における well-being 項目を使用した。尺度作成にあたっては、高橋ら（2023）・RERMA 理論・渡邊ら（2020）の 3 つのカテゴリを尺度構成のベースにした。回答は、5 件法（当てはまらない 1、とても当てはまる 5）であった。

なお、自由記述の項目は下記の通りである。

Q1 合唱活動における良い状態 (well-being) とはどのようなイメージだと思いますか。あなたの考えを自由に書いてください。思いついたことをなんでも書いてください。

Q2 あなたは合唱活動においてどんなときに良い状態 (well-being) であると感じますか。どんな些細なことでも良いので、合唱活動において「良い状態」と感じることを 3 つ挙げてみてください。

【分析方法】

合唱における well-being の調査用に開発した 30 項目（5 件法）及び自由記述。自由記述の分析には KH Coder を使用、30 項目の分析には R, jamovi を使用した。

3. 分析結果

3-1 項目の記述統計量

項目の記述統計量を表 2 に示す。

表 2 項目の記述統計量

記述統計	N	欠損値	平均値	中央値	標準偏差
q1	197	0	4.26	4	0.8
q2	197	0	4.11	4	0.96
q3	196	1	4.35	5	0.85
q4	195	2	3.78	4	1.01
q5	196	1	4.17	4	0.88
q6	197	0	4.55	5	0.76
q7	196	1	4.01	4	0.87
q8	196	1	4.09	4	1.01
q9	196	1	3.92	4	1.13
q10	196	1	4.19	4	0.85
q11	197	0	3.76	4	0.99
q12	196	1	4.06	4	1.02
q13	197	0	4.05	4	0.91
q14	197	0	3.6	4	1.15
q15	197	0	3.69	4	1.12
q16	197	0	3.83	4	1.07
q17	197	0	4.01	4	1.04
q18	197	0	3.65	4	1.01
q19	195	2	4.17	5	1
q20	197	0	4.1	4	0.89
q21	197	0	3.88	4	1.21
q22	197	0	4.32	5	0.9
q23	197	0	4.01	4	1.04
q24	197	0	4.34	5	0.87
q25	194	3	3.65	4	1.11
q26	197	0	4.31	5	0.91
q27	197	0	4.05	4	0.81
q28	197	0	3.51	4	1.11
q29	196	1	4.26	4	0.8
q30	197	0	4.48	5	0.84

3-2 スクリーンプロットと因子分析結果

(1) スクリーンプロット

スクリーンプロットを、図1に示す。

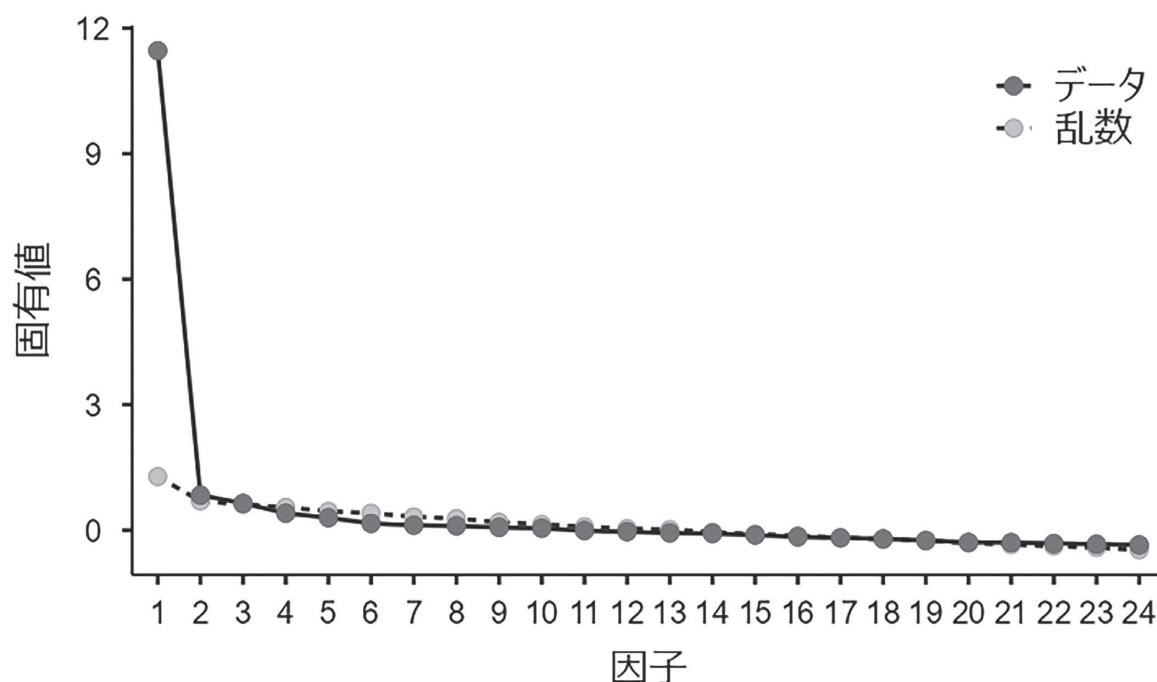


図1 スクリーンプロット

(2) 因子分析結果

因子分析結果を、表3に示す。

表3 因子分析結果

		1	2	3	独自性
22 合唱をすることは、気持ちが良いことだ	P	0.96			0.24
21 合唱の活動では、時間を短く感じる	M	0.81			0.3
8 合唱の授業で新しいことを学ぶことが大好きだ	E	0.65			0.34
2 この曲の合唱をとおして、だんだん授業が楽しくなった	E	0.62			0.45
17 合唱の活動に取り組むことは、幸せだ	P	0.61			0.21
20 合唱の授業で自分のやっていることは、有益で価値のあることだ	M	0.54			0.46
6 音や音楽の世界は、価値あるものだ	M	0.5			0.63
3 仲間と一緒に協力して合唱することに、大いなる喜びを感じる	R	0.47			0.38
24 合唱には、他の活動では得られない価値がある	M	0.44			0.52
18 人々が心動かされる音楽体験について語るとき、それが何を意味しているか理解できる	E		0.68		0.46
16 この曲の合唱をとおして、音楽のことをますます知りたくなった	A		0.68		0.26
11 作詞者・作曲者の思いや意図に共感して、合唱することができた	A		0.65		0.59
15 全体練習やパートの活動で自分のことを心から気にかけてくれる人がいる	R		0.64		0.48
4 合唱の活動をとおして、自分の思いや意図を表現することができた	A		0.61		0.4
25 少し落ち込んだときでも、合唱の活動によって気持ちが前向きになる	R		0.46		0.41
10 合唱を一緒に歌う仲間たちに受け入れられている	R			0.67	0.54
30 この曲の合唱の経験によって、達成感を得ることができた	A			0.66	0.39
29 学年合唱・全校合唱で優れた成果を挙げるために、今まで以上に成長しようと努力した	A			0.53	0.5
13 合唱の活動において、自分の取り組みに満足している	P			0.51	0.69
28 合唱活動を通して、自分には価値があると感じた	P			0.48	0.53
19 合唱の活動をすることで、私たち仲間はより繋がることができた	R			0.47	0.43
26 合唱がうまくいくためには、私たちの心と声のつながりが大事だ	R			0.47	0.67
23 この仲間の一員になりたいという願望を持って合唱に取り組んでいる	R			0.46	0.41
5 合唱の授業に、自ら進んで意欲的に取り組むことができた	E			0.42	0.52

注。「最尤法」で抽出した因子に「プロマックス回転」を適用した結果です

(3) 因子分析結果の解釈

表3で示した各々の因子は、PERMA理論の5つの要素からは下記の通り構成されている。

因子1	R (関係性) プラス E (没頭), M (意味・意義)
因子2	R (関係性) プラス A (達成)
因子3	R (関係性) プラス A (達成), P (ポジティブ)

因子分析結果から、図2の解釈が可能であると考えられる。

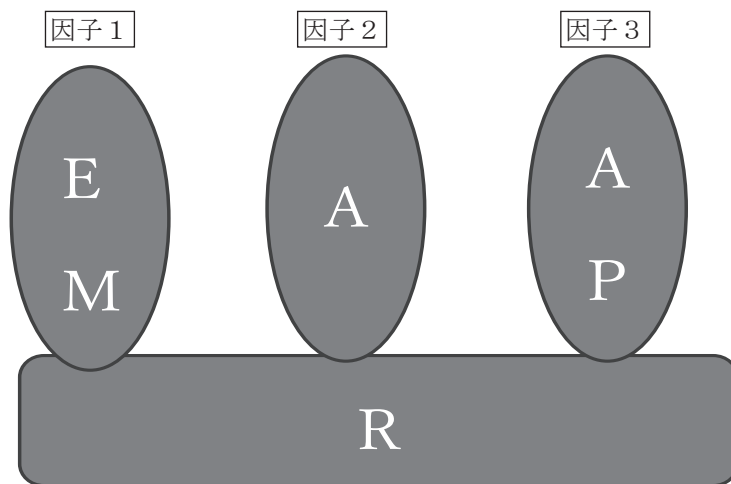


図2 因子分析結果の解釈

3-3 性別による因子と学年

(1) 男子の因子と学年

男子の因子と学年を、図3に示す。

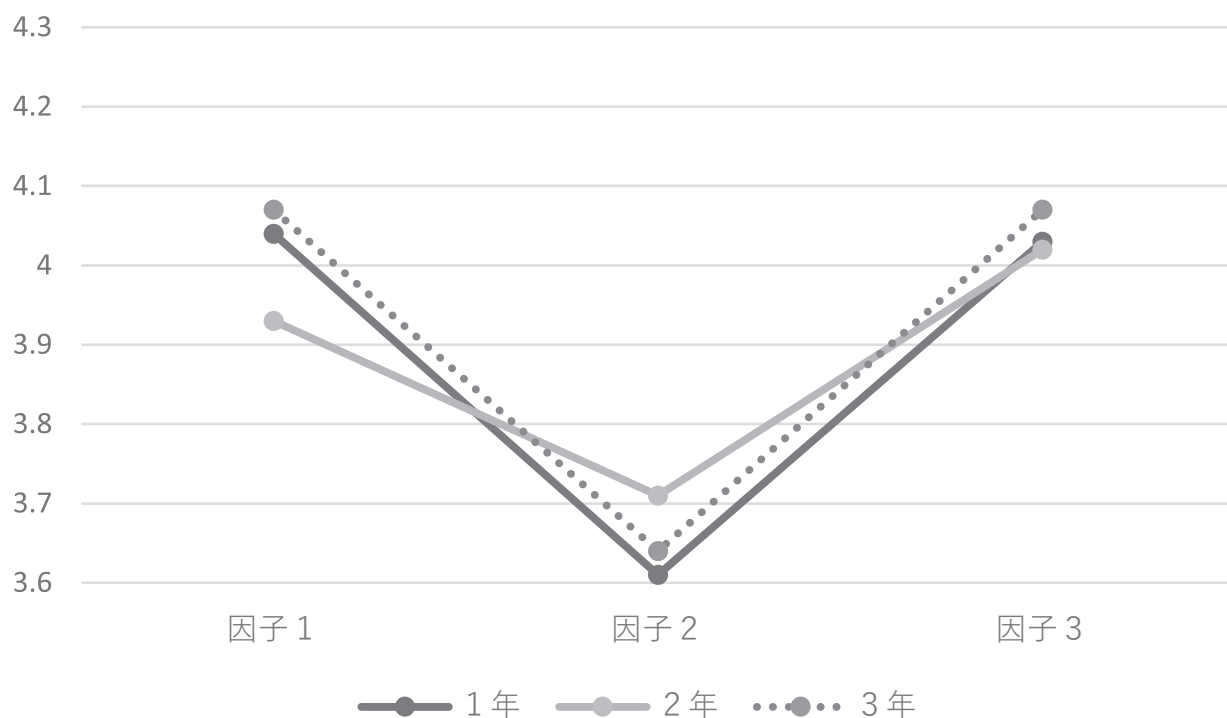


図3 男子の因子と学年

(2) 女子の因子と学年

女子の因子と学年を、図4に示す。

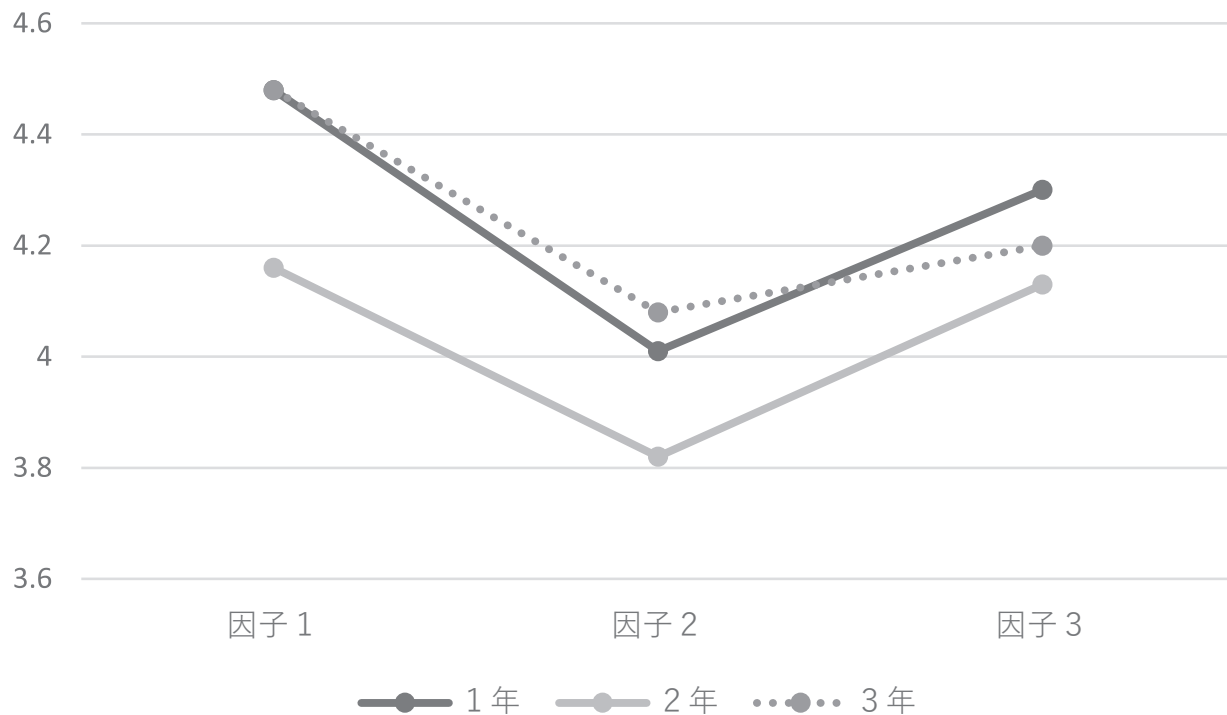


図4 女子の因子と学年

3-4 有志合唱団の経験と因子

有志合唱団の経験と因子を、図5に示す。なお、有志合唱団の経験がある生徒は1、経験なしは0である。

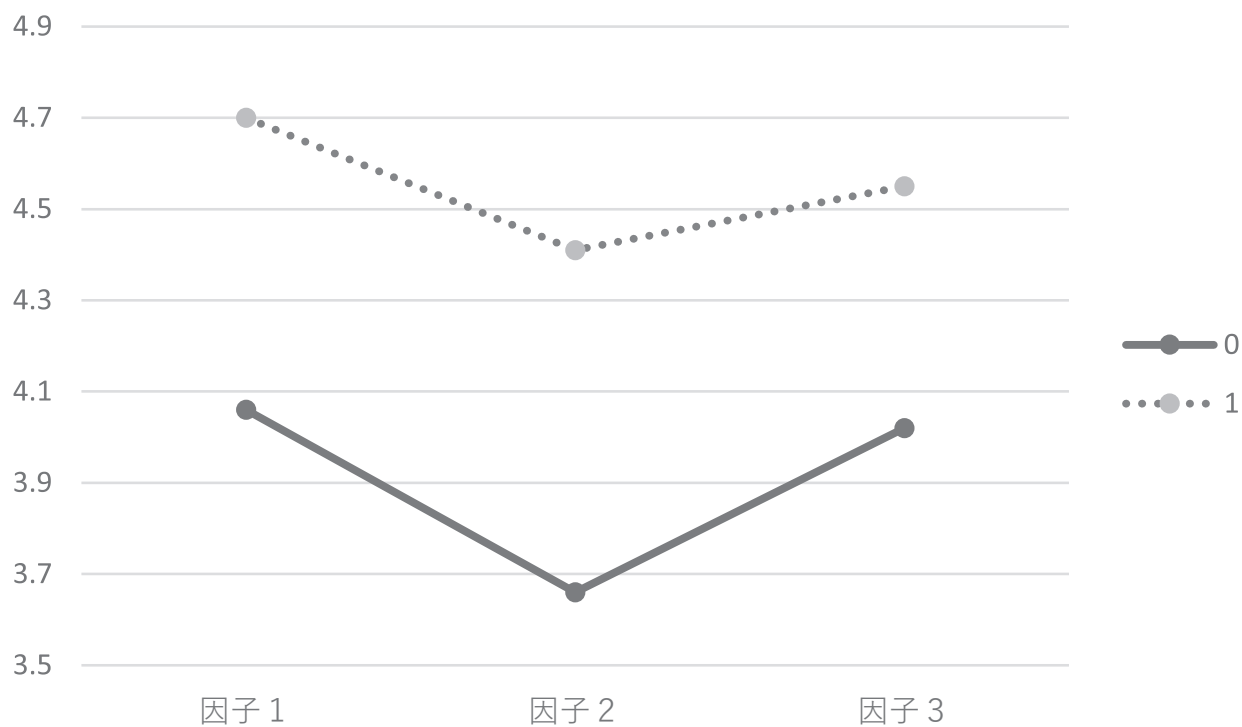


図5 有志合唱団の経験と因子

おわりに

(1) 調査結果の考察

2024年度は、合唱活動の充実が well-being につながることを目指した研究を推進してきた。渡邊ら(2020)は、国内の約 1300 人の大学生を対象として well-being を決定する要因を挙げてもらい、回答を「I (個人的なこと) / WE・SOCIETY (他人との関係性や社会的なこと) / UNIVERSE (超越的な世界との関わり)」という 3つのカテゴリに分類している。2024年度の well-being 調査は、開発した尺度による測定と合唱活動における well-being に関する自由記述による調査を実施した。

開発した尺度による調査結果に基づく図 2 の因子の解釈において、全ての因子に PERMA 理論の R (関係性) が含まれていることから、R (関係性) が合唱における well-being を構成する重要な要素であると言える。

開発した尺度の R (関係性) に関する具体的な文言は、次の通りである。

- ・仲間と一緒に協力して合唱することに、大いなる喜びを感じる
- ・合唱を一緒に歌う仲間たちに受け入れられている
- ・全体練習やパートの活動で自分のことを心から気にかけてくれる人がいる
- ・合唱の活動をすることで、私たち仲間はより繋がることができる
- ・合唱がうまくいくためには、仲間との心と声のつながりが大事だ
- ・この仲間の一員になりたいという願望を持って合唱に取り組んでいる

「合唱における well-being 尺度」でも述べた通り、本研究で開発した尺度は、「WE」と関わる R (Relationship, 関係性) の項目を中心に検討したものである。R の項目では、「WE」を意図して「仲間」「つながり」「一緒」等の用語をなるべく使用するようにした。これまでの結果を踏まえると、合唱における well-being を決定する要因は、「I」のみではなく「WE」に意味や意義を見出していると結論付けることができる。渡邊ら(2020)の調査では、ウェルビーイングの心理的要因の分類として、I (73%)、WE (24%)、UNIVERSE (3%) となっていることから、合唱における well-being の決定要因として「WE」の重要性は明らかである。

図 3、図 4 においては、性別による因子と学年の平均値を示している。男子は 3 学年ともに因子 2 : R (関係性)・A (達成) が低く、2 年生男子の因子 1 : R (関係性)・E (没頭)・M (意味・意義) が 1・3 年生男子よりやや低いことが明らかである。女子も男子と同様に、3 学年ともに因子 2 : R (関係性)・A (達成) が低く、因子 1 : R (関係性)・E (没頭)・M (意味・意義)、因子 3 : R (関係性)・A (達成)・P (ポジティブ) の平均値が高いという特徴がある。

図 5 から、有志合唱団の経験がある生徒について、全ての因子の平均値が高いことはある程度予測できたものの、特筆される結果であろう。有志合唱団の経験の有無に関わらず、因子 2 : R (関係性)・A (達成) の平均値が低いことは、「自分の思いや意図を表現することができた」「今まで以上に成長しようと努力した」「達成感を得ることができた」等の項目に対する目標が高く、自己評価が低いことが考えられる。

一方、合唱活動における well-being に関する自由記述による調査において、学年が上がるにつれ、さらに有志合唱団の経験によって、合唱における well-being を決定する要因として「WE」のカテゴリに価値を見出すようになるという結果が明らかになった。

開発した尺度による測定結果と合唱活動における well-being に関する自由記述による調査結果から、合唱における well-being を決定する要因として「I」のみではなく「WE」に意味や意義を見出していると結論付けることができ、「WE」こそが合唱活動の充実の鍵とも言えるだろう。さらに合唱活動の充実を目指すにあたり、また合唱における well-being を解明する鍵として、「UNIVERSE」としての「没頭」が重要になることが予測できる。

(2) 合唱活動における well-being の実態と授業改善の方向性

2024年度に生徒会を中心として立ち上げた有志合唱団は、4月より合唱活動を重ねてきた。有志合唱団立ち上げ以降、白地めぐみ教諭の日々の指導に加え、高橋が発声のしくみや、合唱の基礎技法について指導に関わってきた。発声の基本を学んだ生徒は、日々の短い時間を活用しながらではあるが、合唱コンクールに出場することを目標に技能の向上に励んだ。この合唱コンクールに出場するための練習過程で、生徒の音楽に対する姿勢に変化が現れたと感じている。音楽を心から楽しみ、仲間と時を共有することで仲が深まり、

歌う表情に輝きが増してきた。まさに、音楽に没頭している状態である。合唱団のなかには、弦楽部も多く存在していることもあり、比較的音楽への興味・関心が高いと言えるだろう。そのため、音楽に没頭している状態が見えやすくなることも考えられる。

今後の課題は、有志合唱団を経験していない生徒の音楽に対するモチベーションをどう高めるかである。本研究の分析結果（担当：沖林）から、合唱活動における well-being について比較的高い数値が表れている一方で、音楽によって世界が変わるような感動的な学びにはまだまだ結びついていないことが分かる。この調査結果を踏まえて、音楽を心から楽しむためには A（達成）の実現、すなわち音楽技能の向上が必要であると考えられる。できるようになる、分かるようになることは、主体的な学びにつながり、身に付けた知識や技能を基盤にして、音楽性を高めていくことができるのではないかと考える。日々の授業において、合唱活動の充実と「楽しさ」の質を向上するために、well-being 調査の結果をもとに授業改善に繋げたい。また、有志合唱団を中心とした学年・全校の合唱活動による更なる可能性を探っていきたいと思う。

引用・参考文献

- 高橋雅子（2025）：「合唱活動の充実と well-being に関する研究－尺度モデル構成・調査結果の分析を通して－」、『山口大学教育学部研究論叢』, Vol. 74, pp. 241-249.
- 高橋雅子・沖林洋平（2024）：「合唱における没入感と well-being に関する研究－尺度モデル構成・調査結果の分析を通して－」、『山口大学教育学部研究論叢』, Vol. 73, pp. 127-133.
- 高橋雅子・沖林洋平（2023）：「合唱における『深い学び』と没入感に関する研究－尺度モデル構成・調査結果の分析を通して－」、『山口大学教育学部研究論叢』, Vol. 72, pp. 265-274.
- 高橋雅子・沖林洋平・石田千陽・白地めぐみ・藤原由佳（2023）：「音楽科における『深い学び』と well-being に関する研究－小中学生の尺度モデル構成・調査結果の分析を通して－」、『山口大学教育学部附属教育実践総合センター研究紀要』, Vol. 56, pp. 43-52.
- 高橋雅子・沖林洋平（2022）：「コロナ禍における合唱活動の不自由感に関する研究－大学生の尺度モデル構成・調査結果の分析を通して－」、『山口大学教育学部研究論叢』, Vol. 71, pp. 301-310.
- 高橋雅子・沖林洋平・石田千陽・門田集二・品川美佐枝・金光修一（2021）：「歌えない子どもたちの心理的ストレスに関する研究－コロナ禍における尺度のモデル構成・調査結果の分析を通して－」、『山口大学教育学部附属教育実践総合センター研究紀要』, Vol. 52, pp. 11-21.
- 高橋雅子・沖林洋平（2021）：「合唱におけるオンライン授業に関する一試論－学習態度と Zoom 利用意識の分析－」、『山口大学教育学部研究論叢』, Vol. 70, pp. 255-264.
- 高橋雅子・沖林洋平・石田千陽・門田集二・品川美佐枝・金光修一（2021）：「音楽科における『深い学び』に関する研究－ディープ・アクティブラーニング理論に基づく尺度開発－」、『山口大学教育学部附属教育実践総合センター研究紀要』, Vol. 51, pp. 1-10.
- 松下佳代（2015）：『ディープ・アクティブラーニング』, 勁草書房.
- 溝上慎一（2020）：『社会に生きる個性 自己と他者・拡張的パーソナリティ・エージェンシー』, 東信堂.
- 渡邊淳司・ドミニク・チェン（2020）：『わたしたちのウェルビーイングをつくりあうために－その思想、実践、技術』, ビー・エヌ・エヌ.
- Martin E.P.Seligman, *Flourish*, A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being
- 邦訳：マーティン・セリグマン著 / 宇野カオリ訳（2014）：『ポジティブ心理学の挑戦 “幸福” から“持続的幸福” へ』, ディスカヴァー・トゥエンティワン.