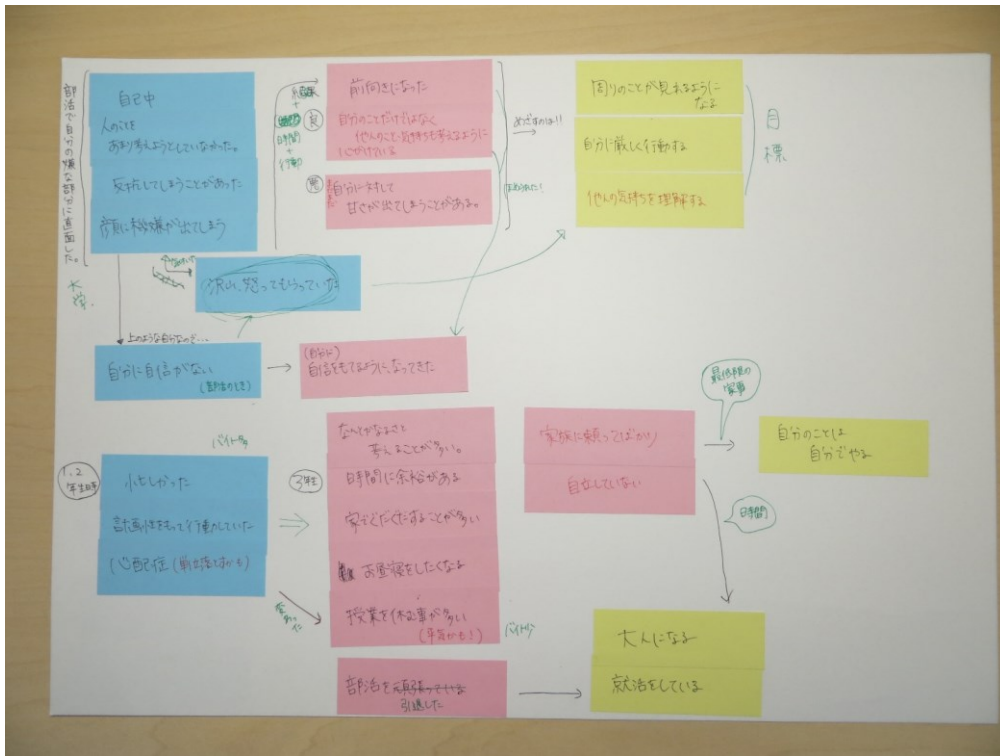
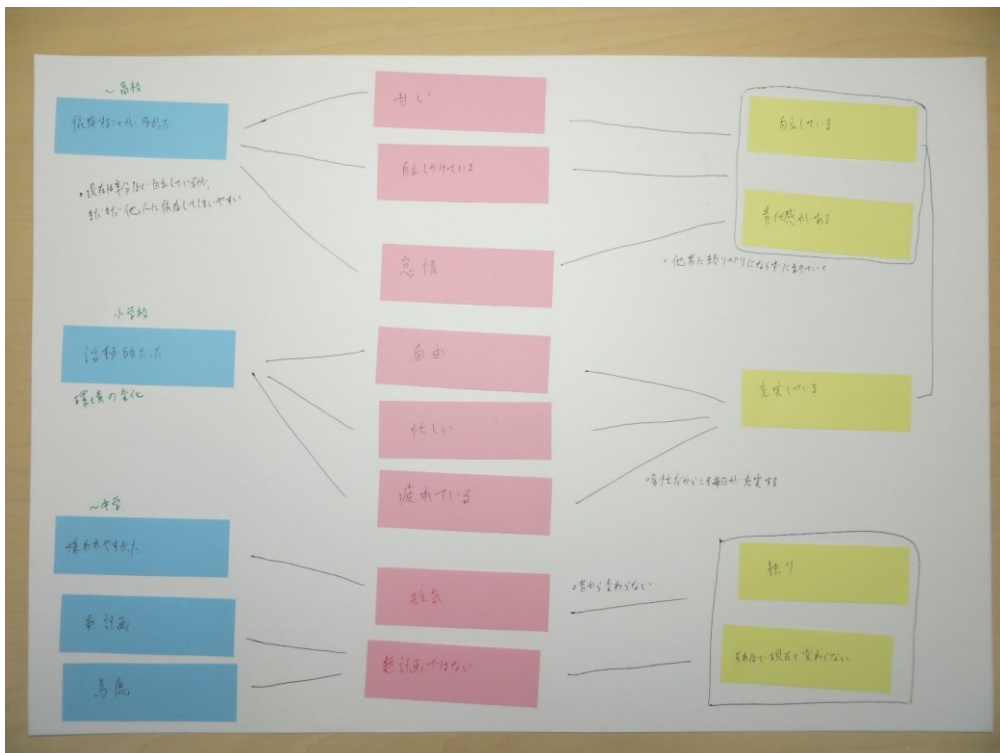


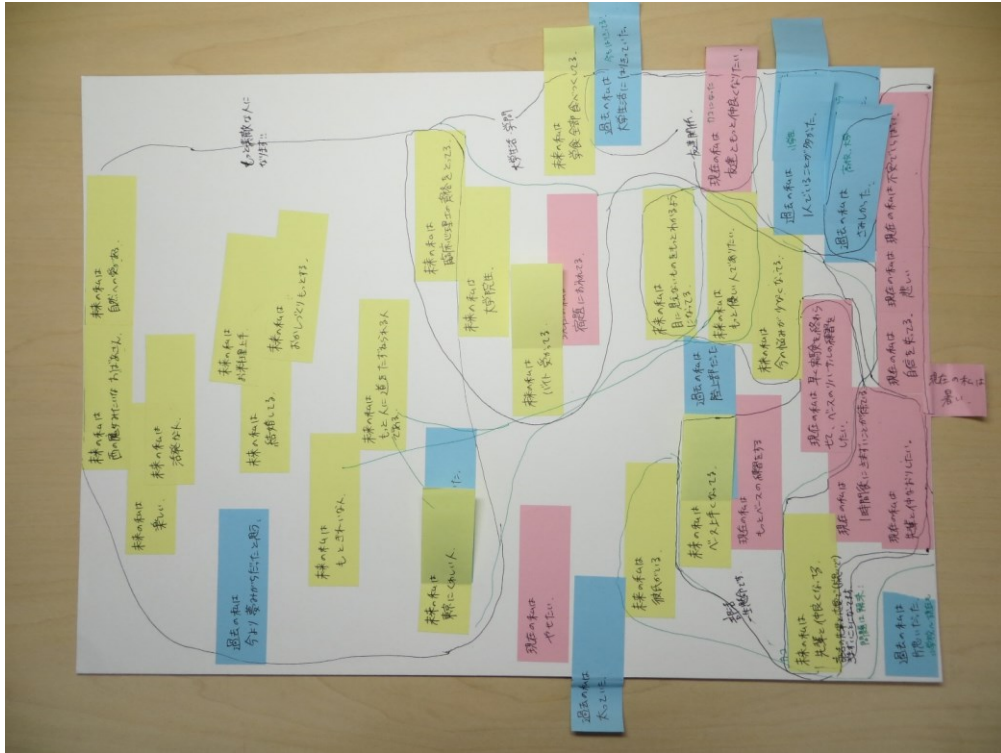
資料 展望地図法 (園田, 2011) に基づいて作成された展望地図 (29 名分)



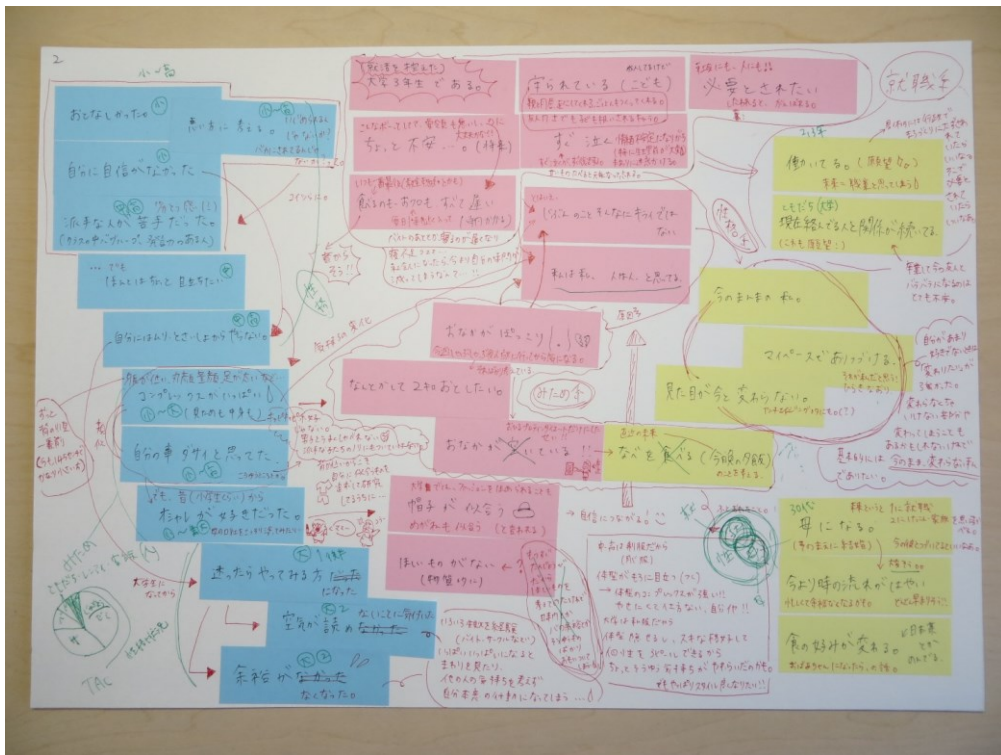
Map - 1



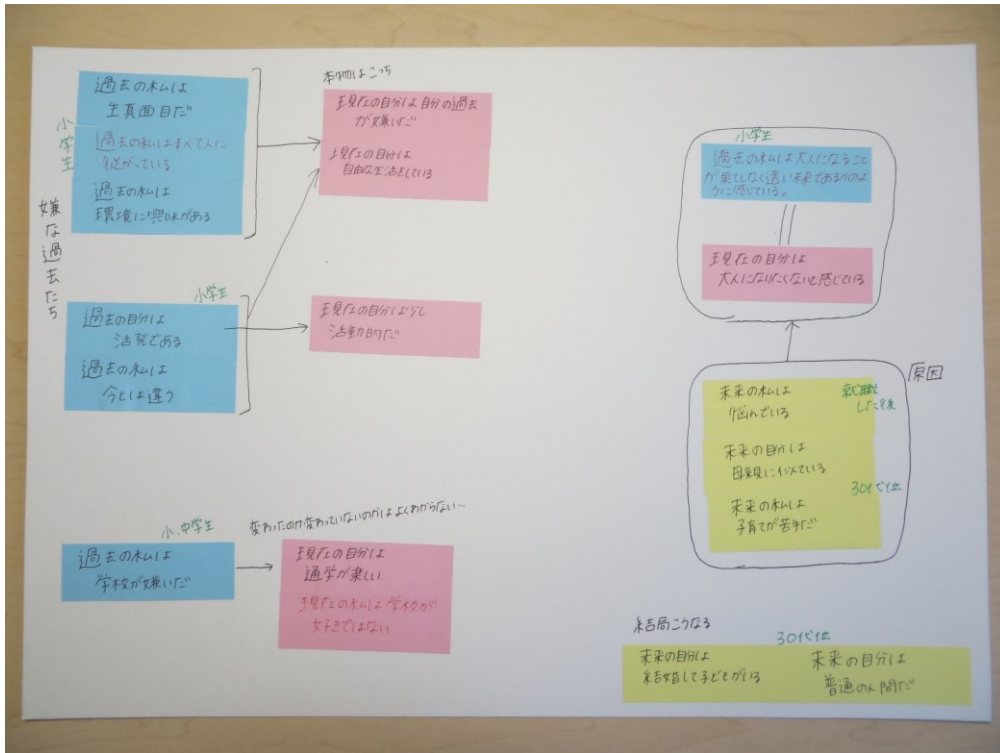
Map - 2



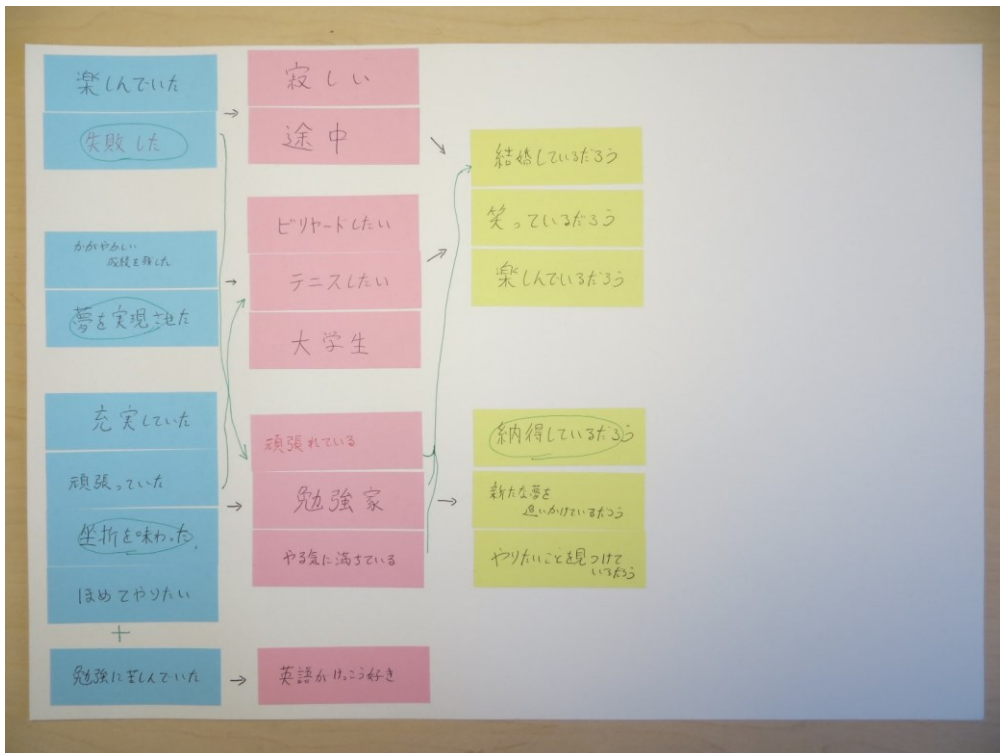
Map - 3



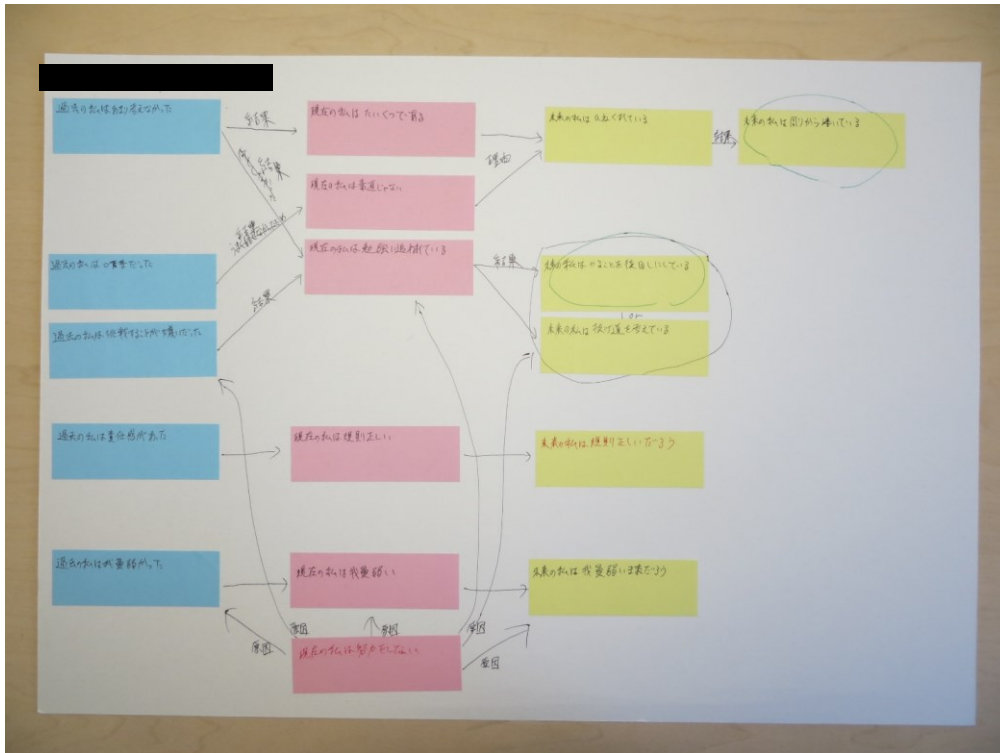
Map - 4



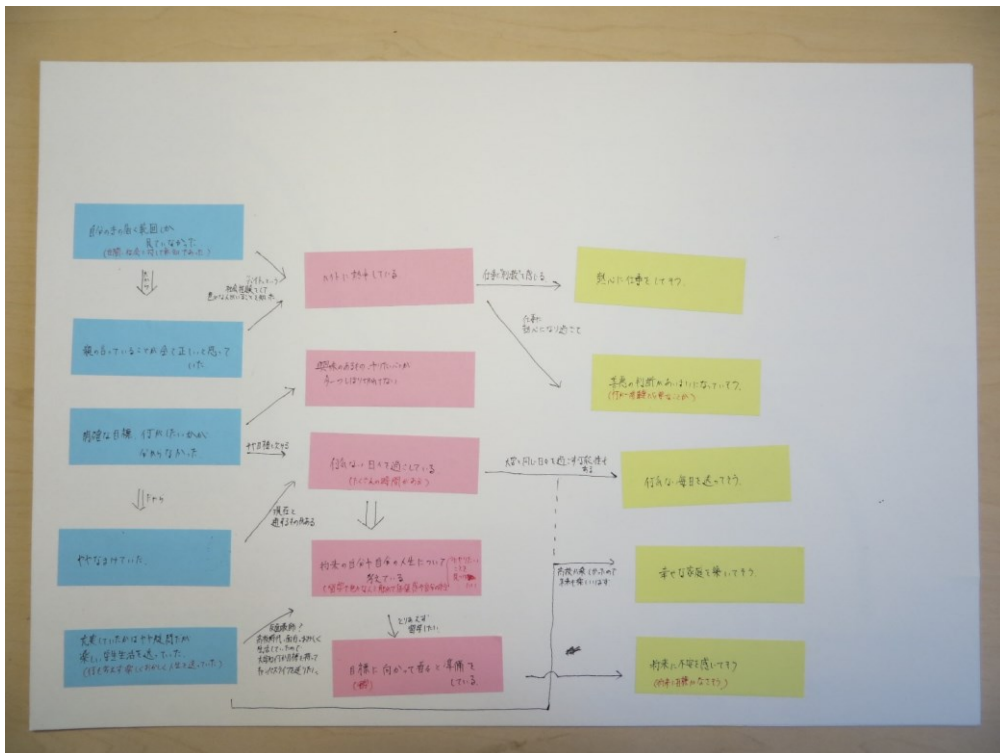
Map - 5



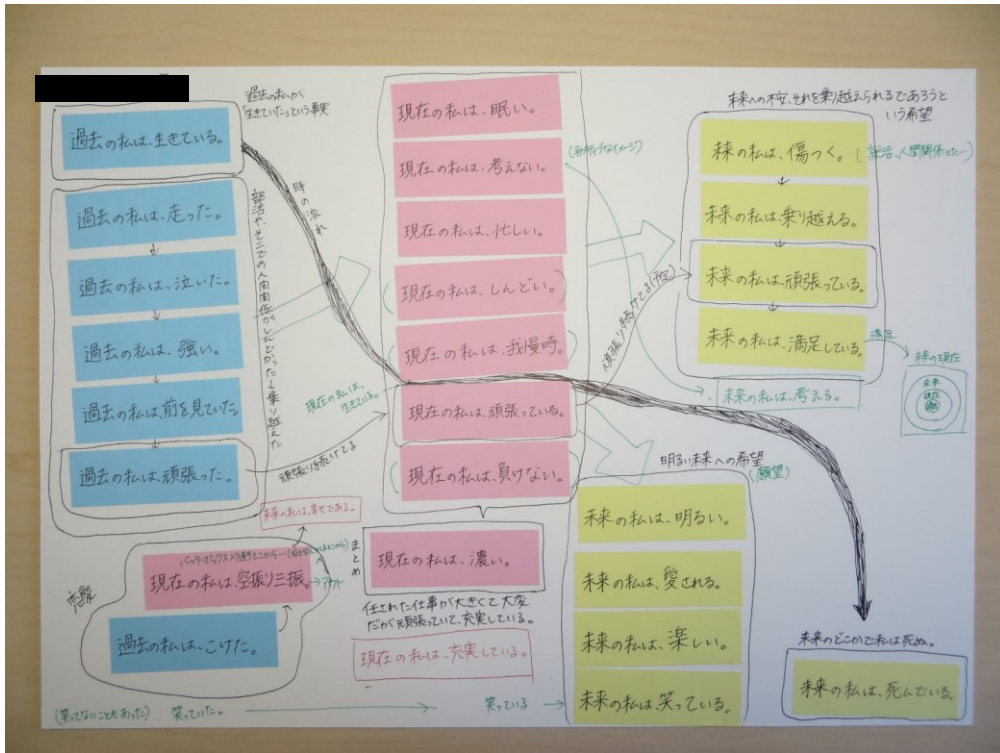
Map - 6



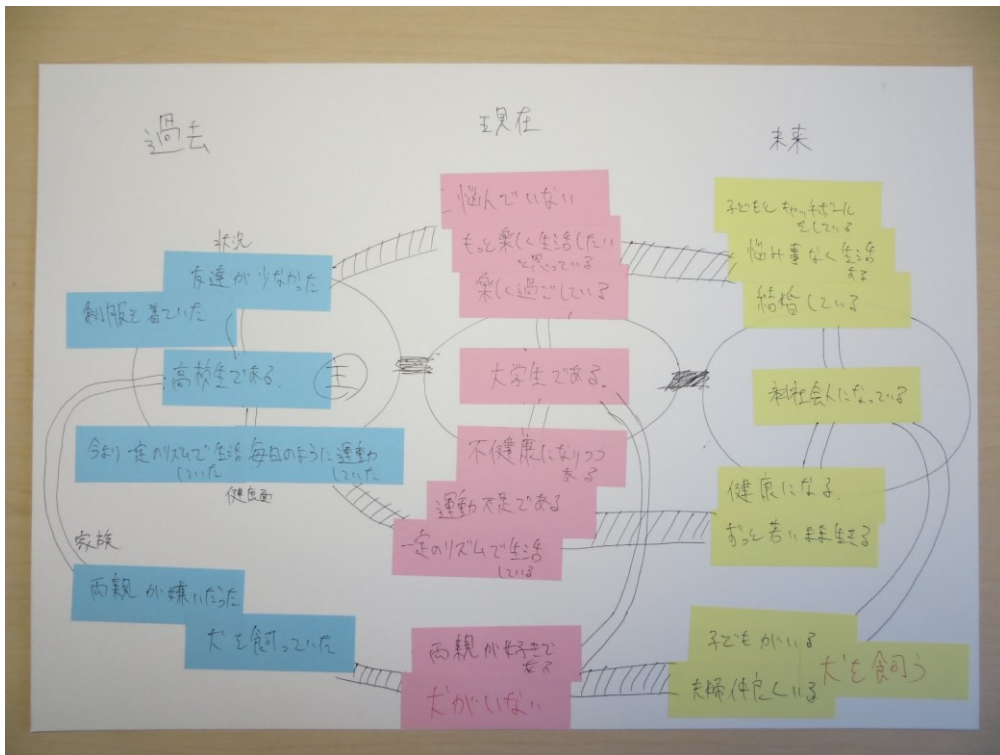
Map - 7



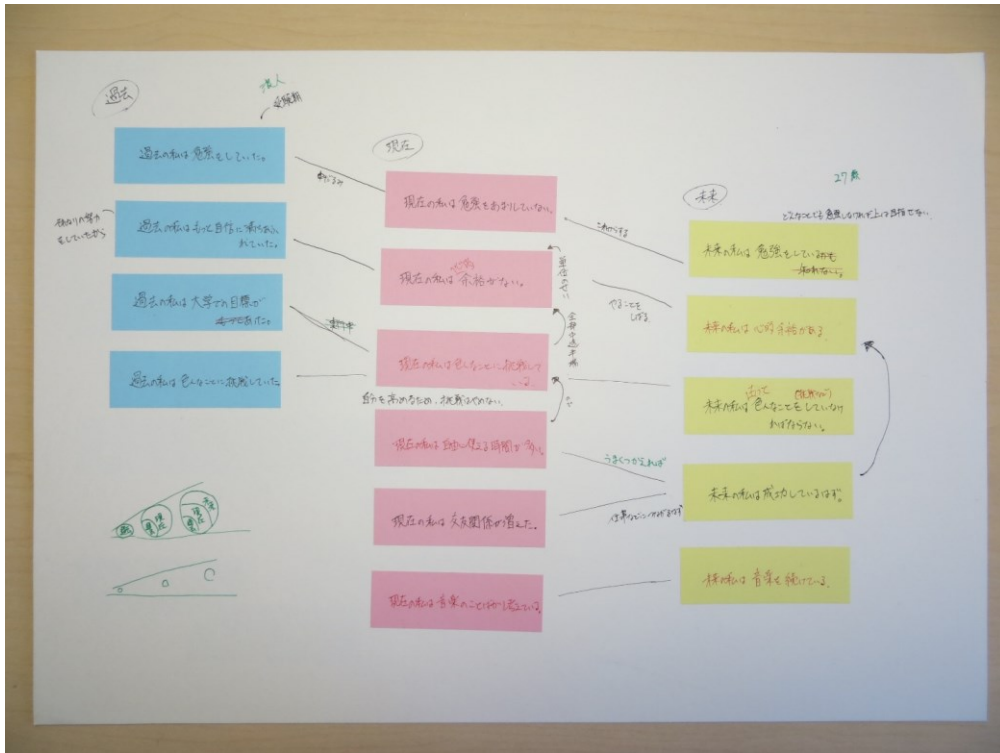
Map - 8



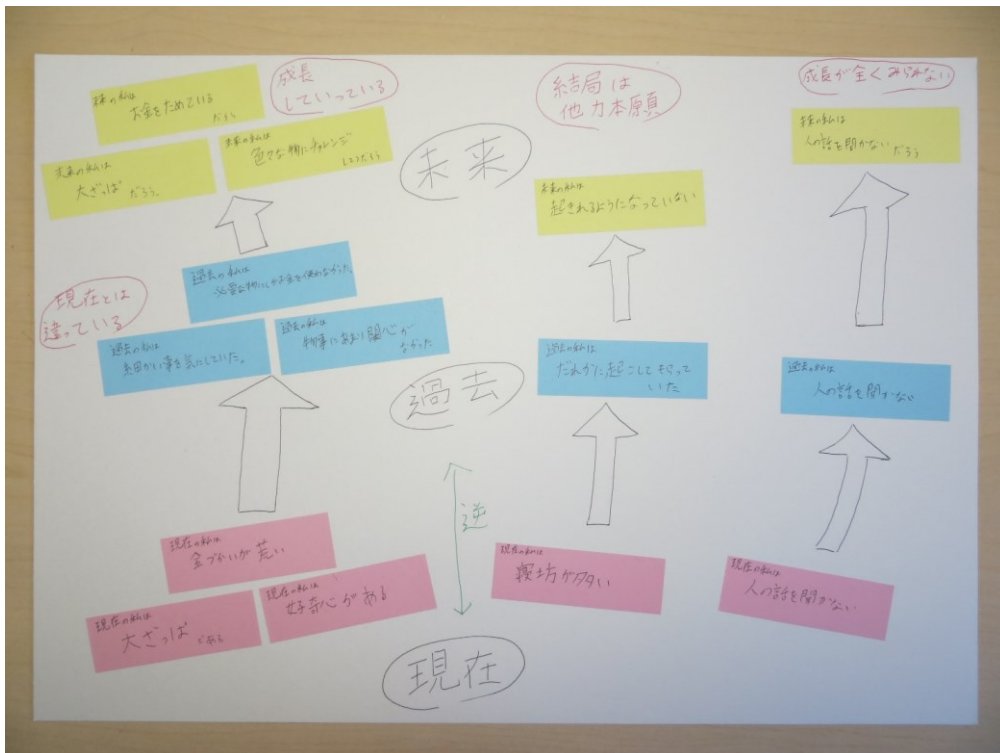
Map - 9



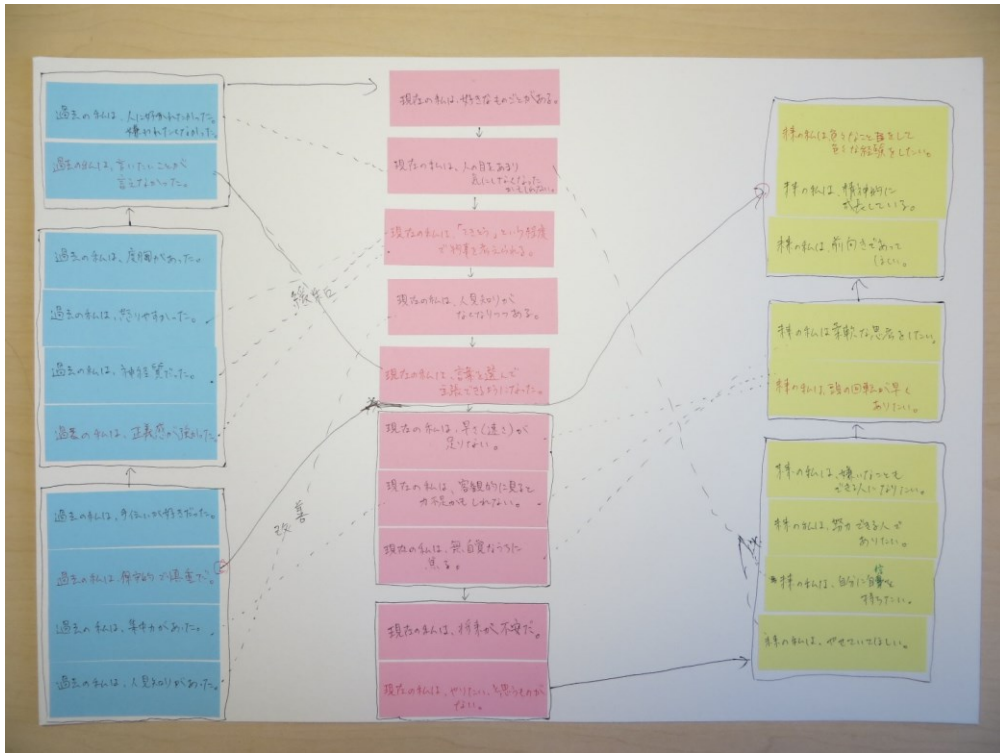
Map - 10



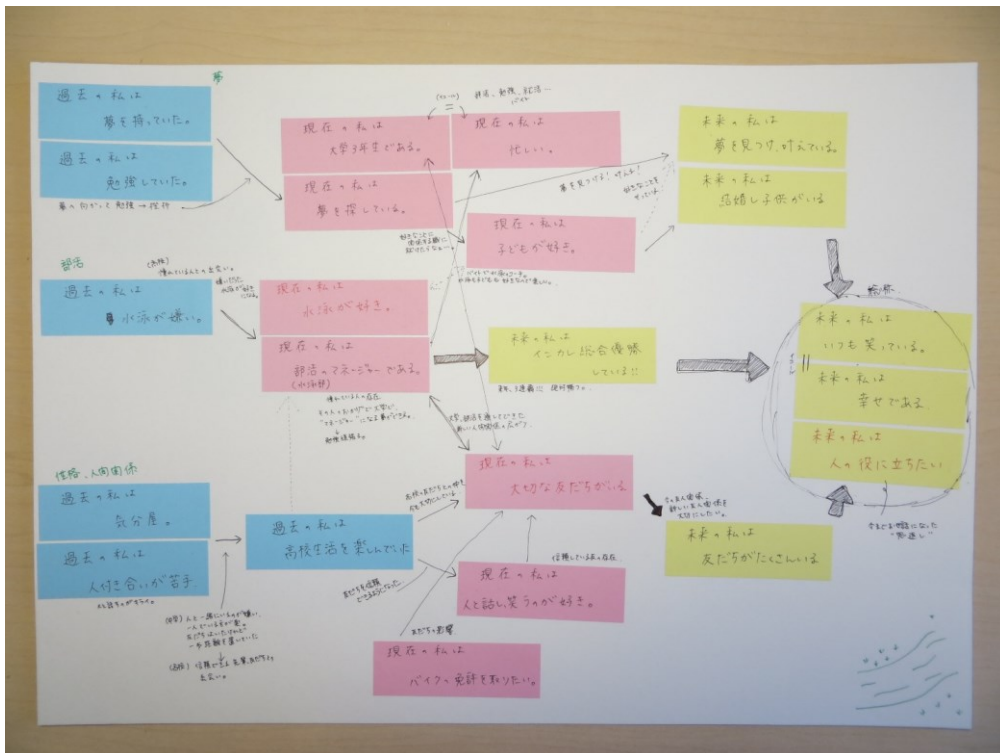
Map - 11



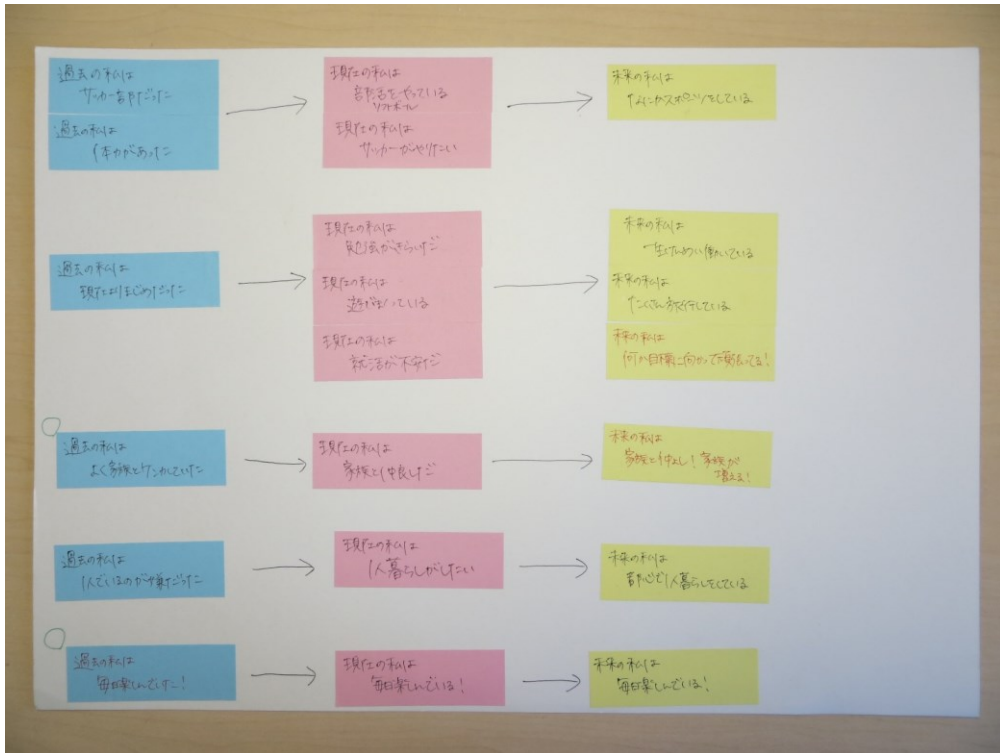
Map - 12



Map - 13



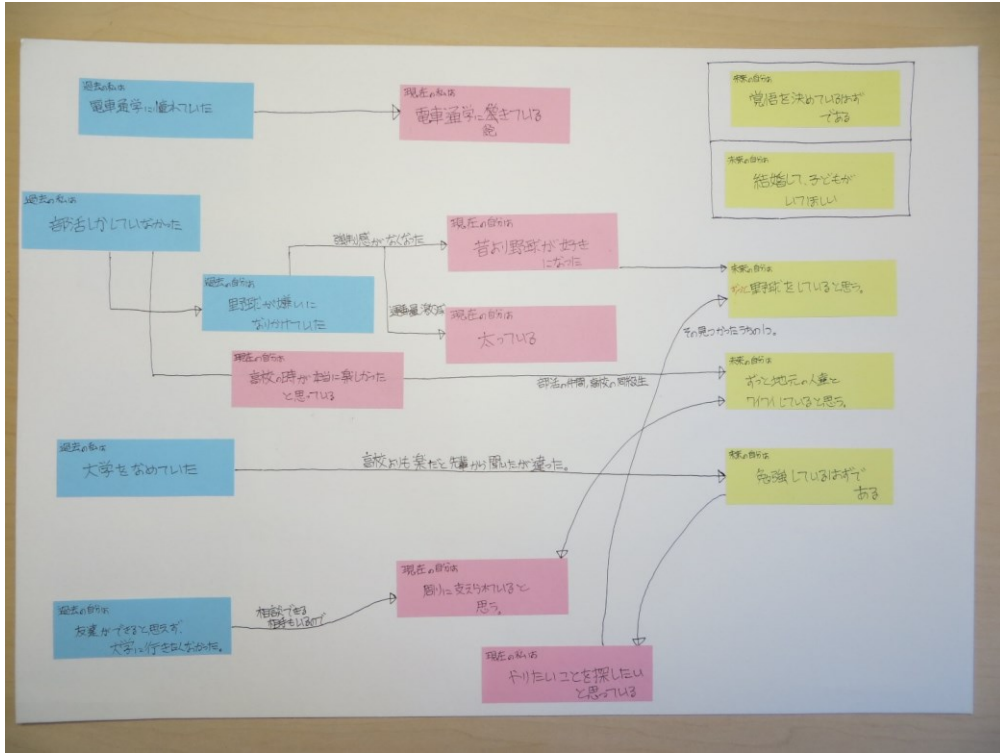
Map - 14



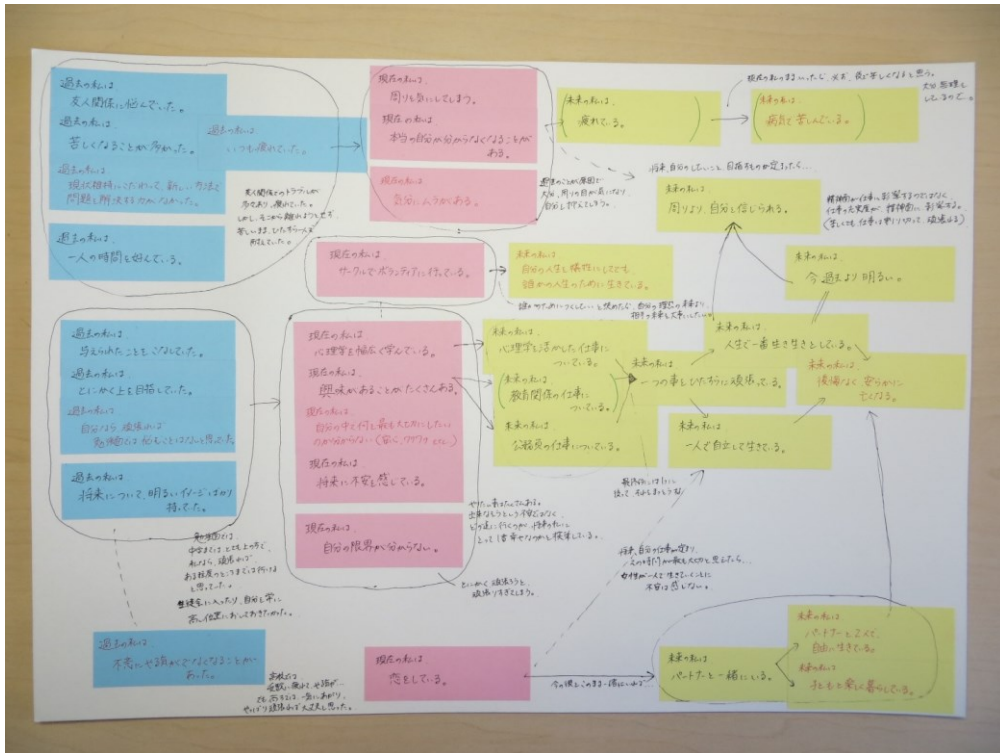
Map - 15



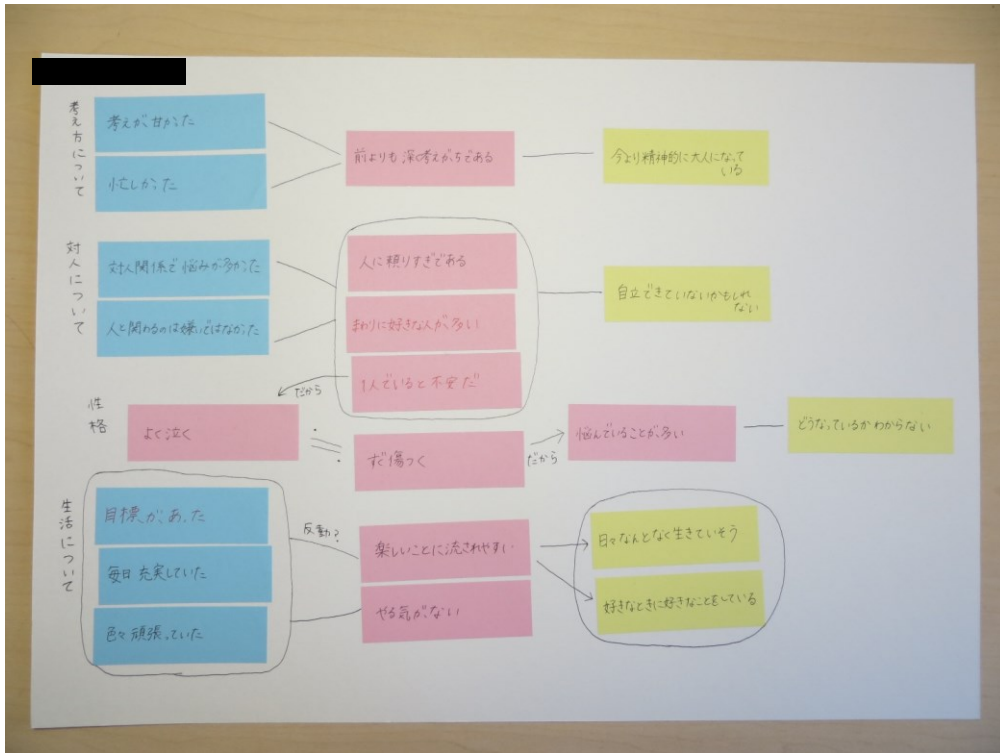
Map - 16



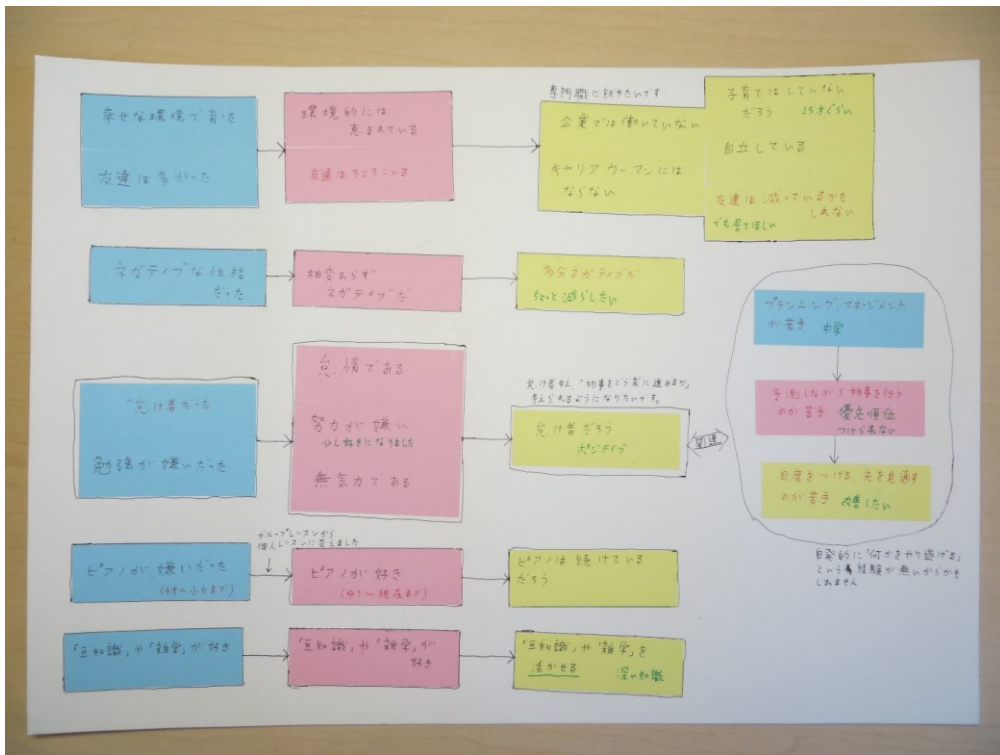
Map - 17



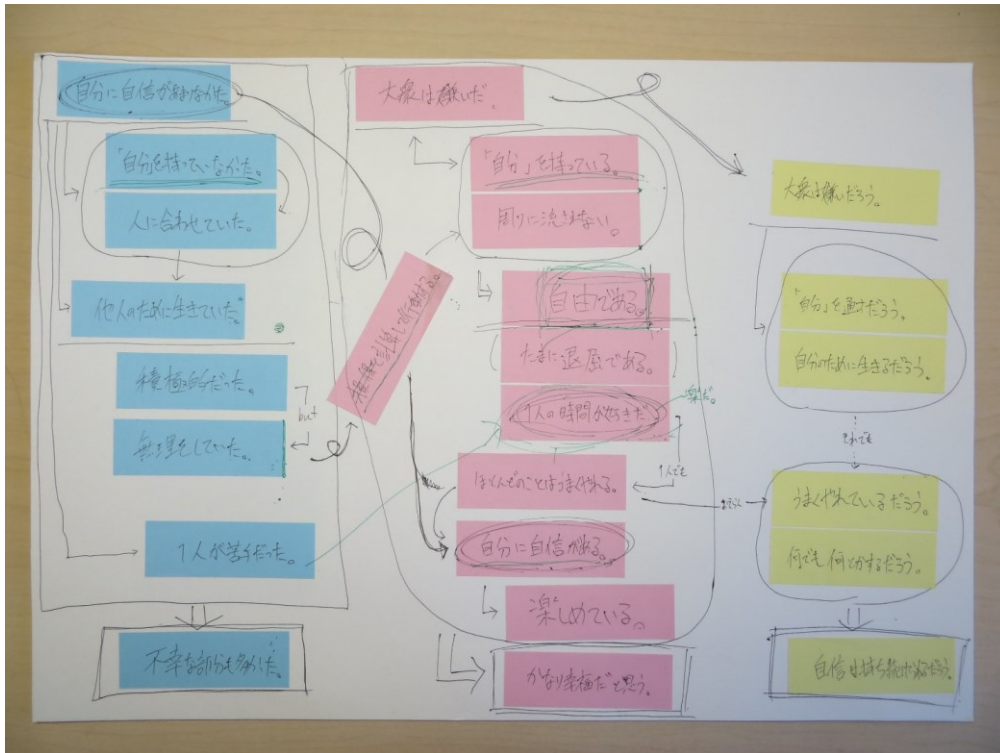
Map - 18



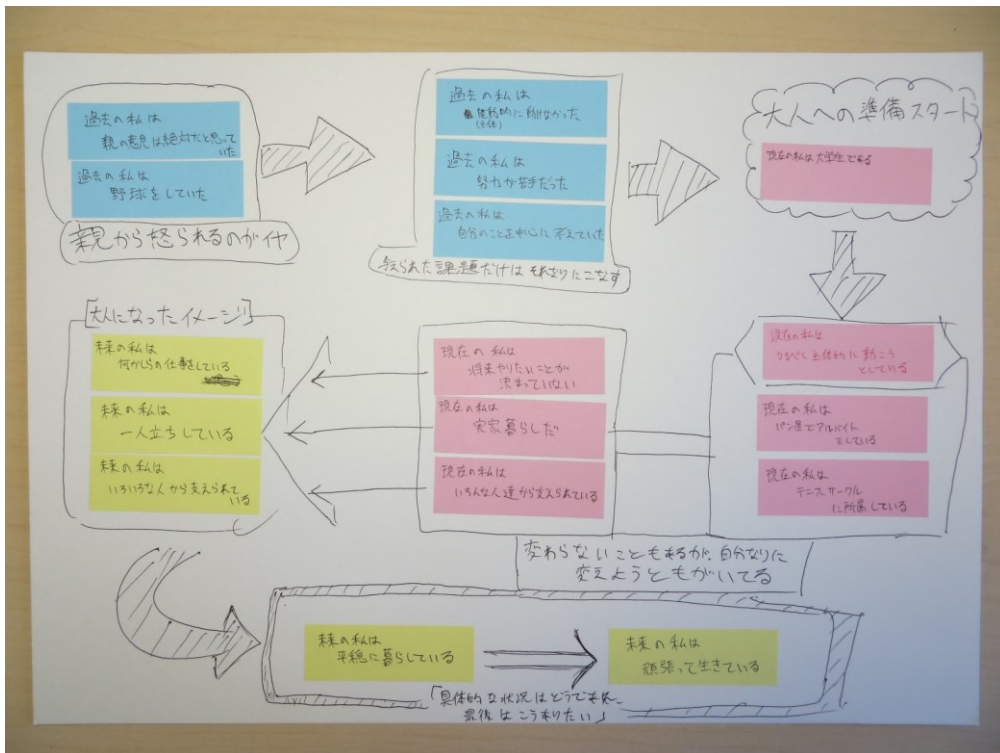
Map - 19



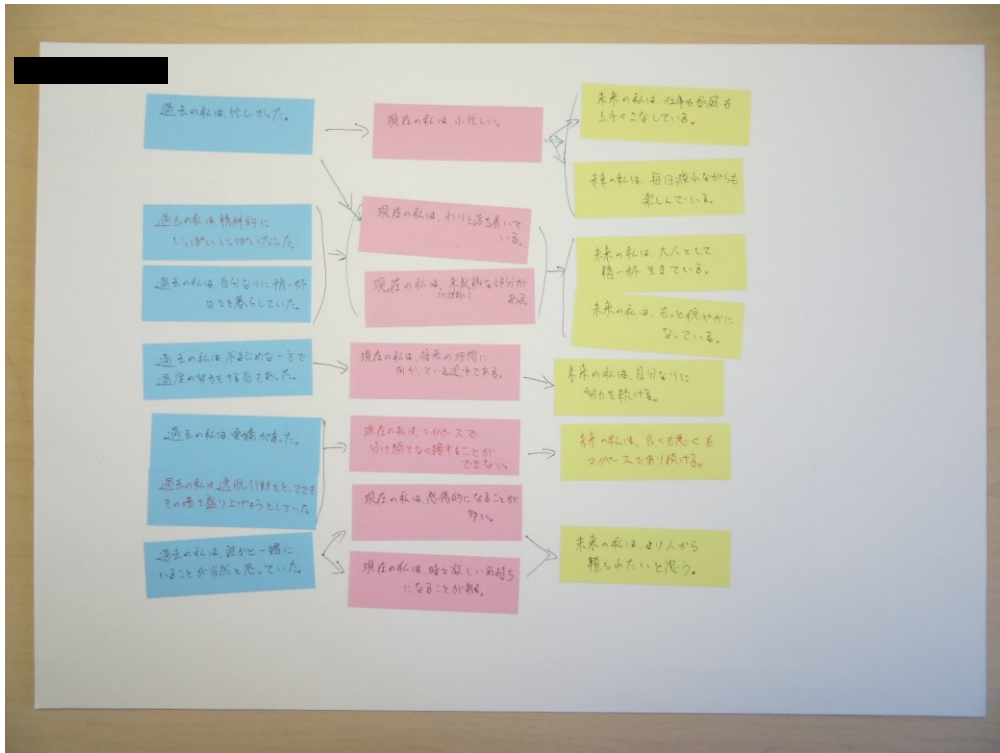
Map - 20



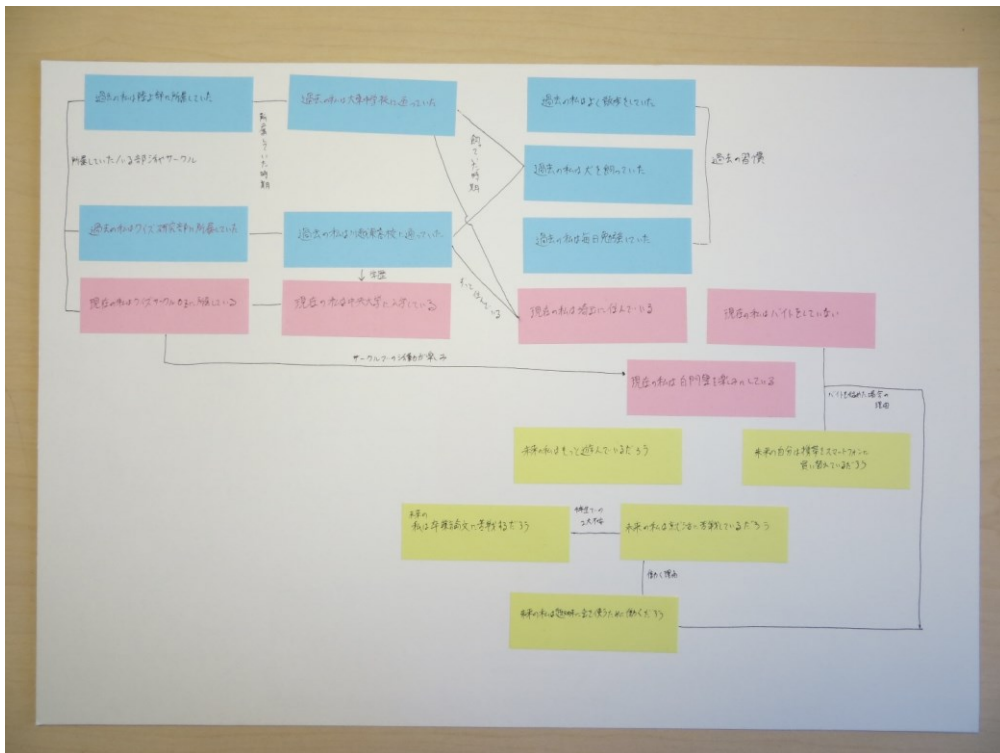
Map - 21



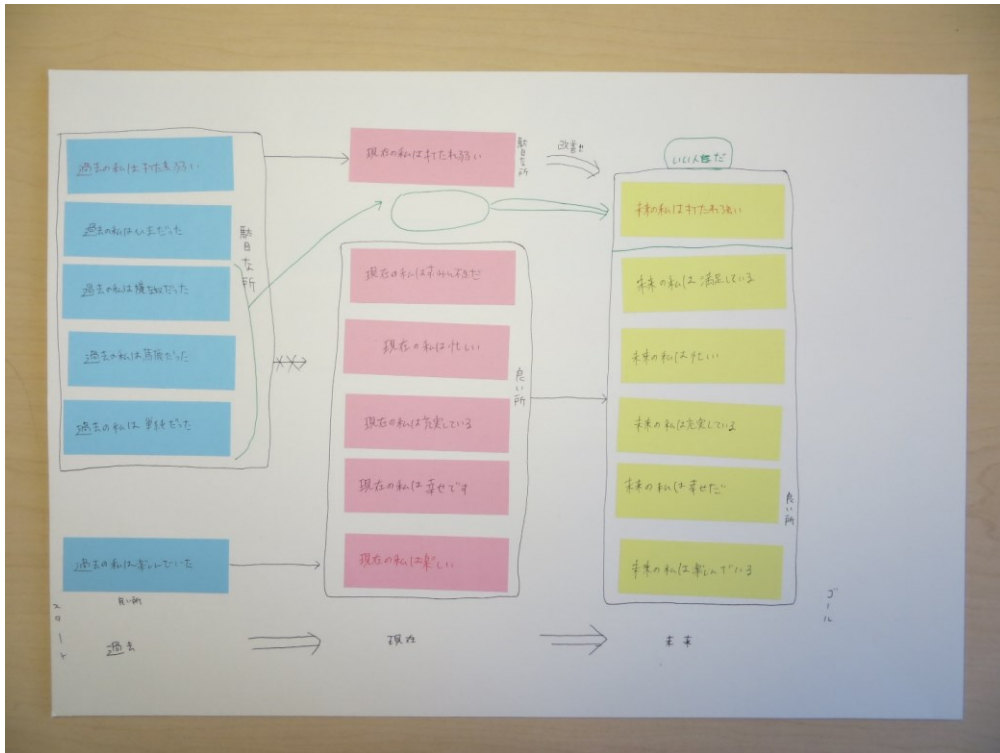
Map - 22



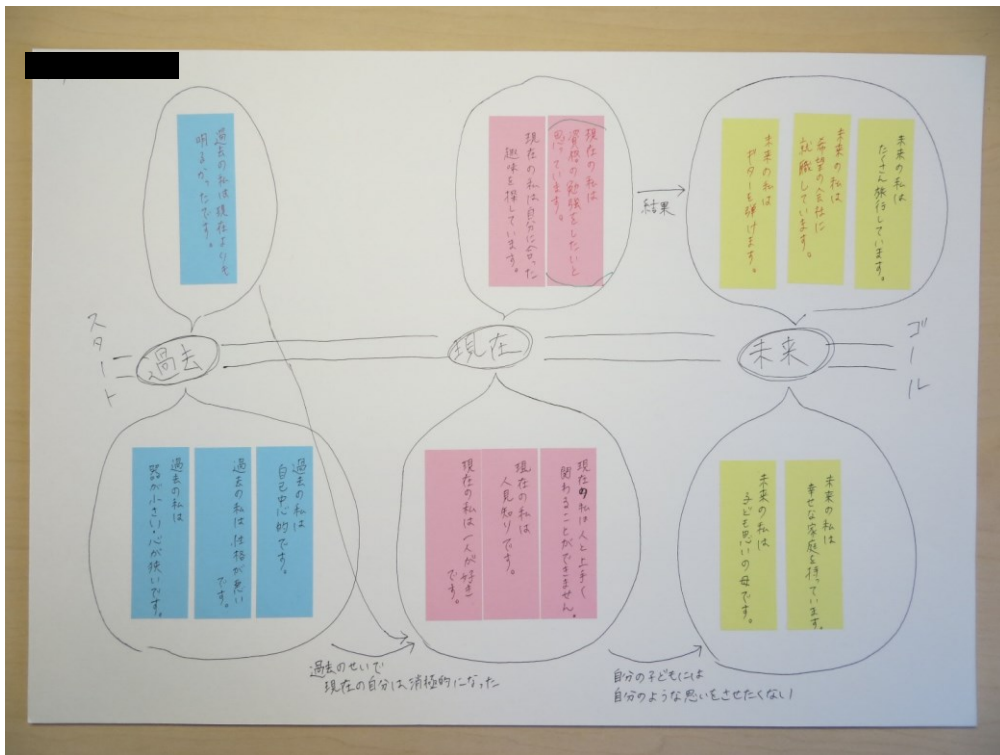
Map - 23



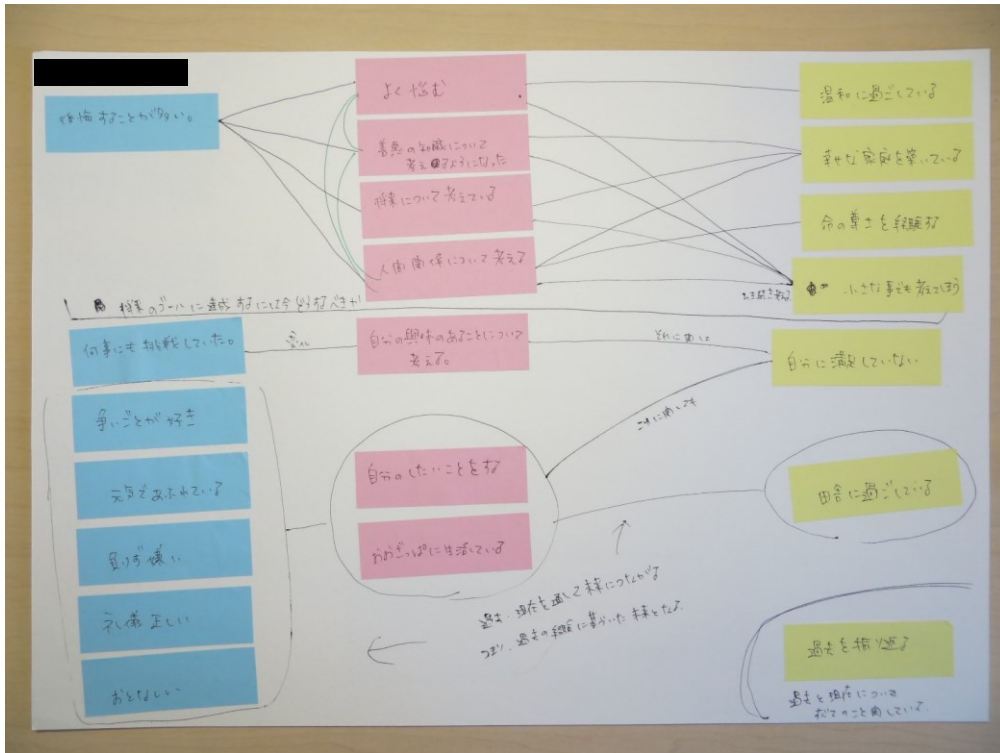
Map - 24



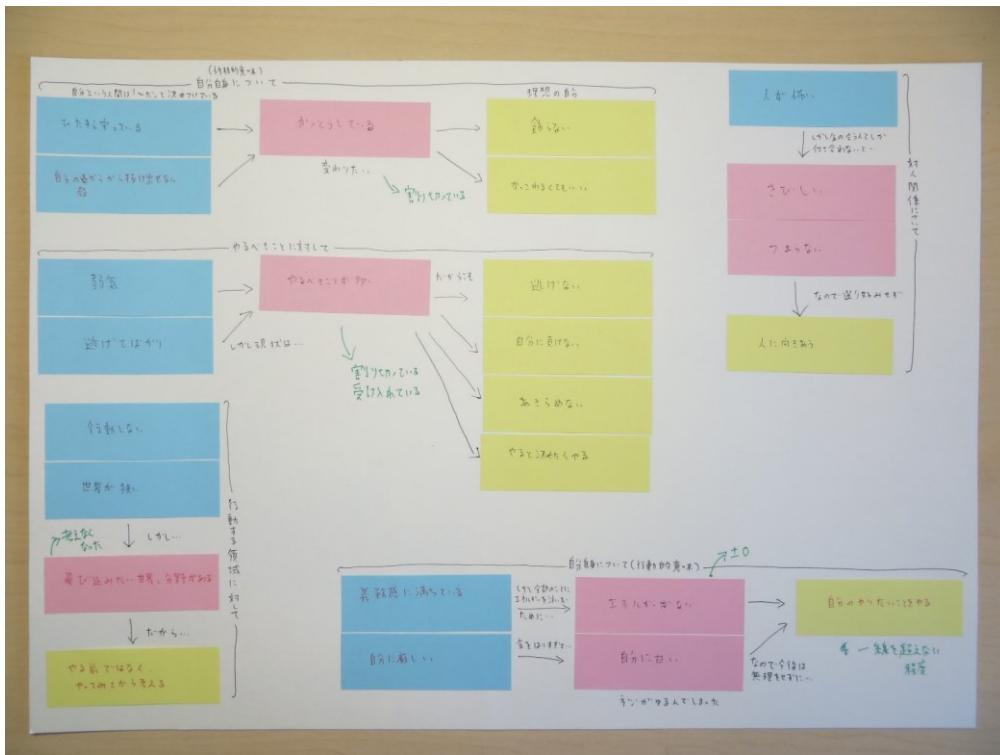
Map - 25



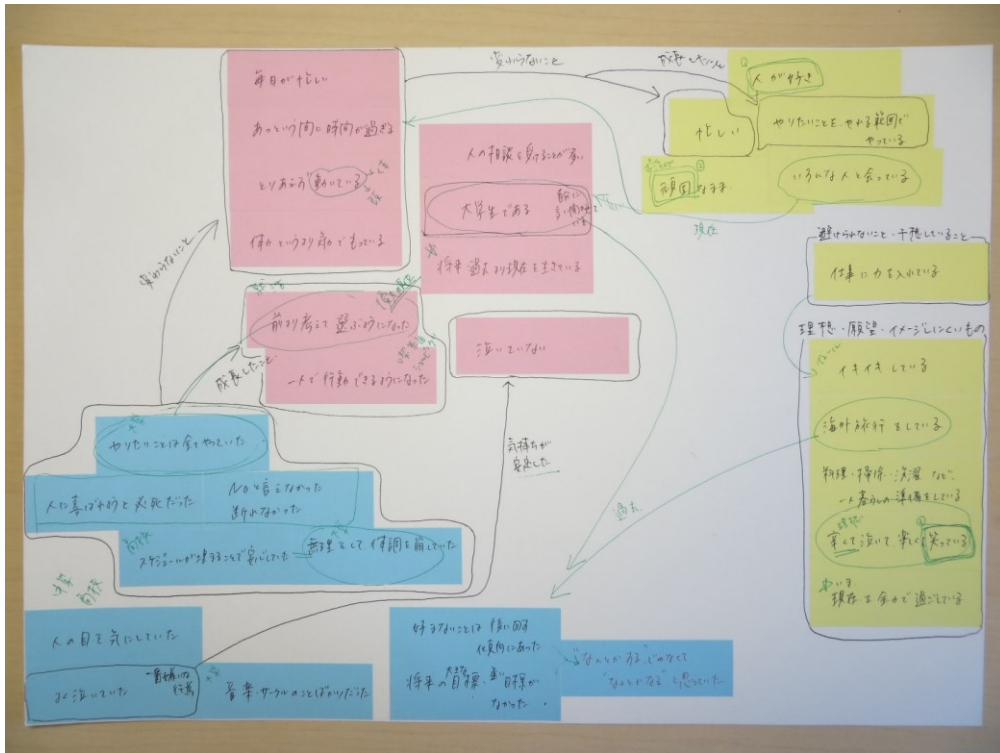
Map - 26



Map - 27



Map - 28



Map - 29

付録 使用した質問紙等

付録1 調査1において使用された質問紙

付録2 調査2, 調査5, 調査8において使用された質問紙

付録3 調査6, 調査9において使用された質問紙

付録4 調査7, 調査10において使用された質問紙

付録5 調査3, 調査11, 調査13の調査協力者を募集する際に掲示及び配布されたポスター

付録6 調査13において使用された質問紙

付録7 調査4, 調査12において使用された質問紙

注) 付録におけるページ数は、質問紙調査で用いられた際のページ数である。

アンケートのお願い

過去のとらえ方に関する調査

中央大学大学院文学研究科心理学専攻博士前期課程 2 年

石川茜恵

私は、中央大学大学院文学研究科心理学専攻に所属している石川茜恵と申します。現在、「大学生の過去のとらえ方」を修士論文のテーマに、研究をしています。

このアンケートは、そのために作成されたもので、皆様の「過去のとらえ方」に関してお伺いするものです。

以下の、性別、年齢、学年にお答えいただいた後、次のページから始まるアンケートにお答えください。質問部分は大きく分けて 1～4 まであり、全部で 4 ページになっています。質問文をよく読み、記入漏れがないようお願いいたします。

答えていただいたアンケートは、全体で集計され、個人が特定されることはありません。また、どうしても答えたくない場合には、無理をなさらないでください。お手数ですが、ご協力お願いいたします。

*まず最初に、以下の性別・年齢・学年にお答えください。

性別（ 男・女 ） 年齢（ ） 学年（ ）

1. 以下の文を読んで、「はい／そう思います」または「いいえ／そう思いません」の、当てはまる方に○をつけて下さい。

私は、「自分の過去」を肯定的にとらえています。

() はい／そう思います

() いいえ／そう思いません

2. 1で答えた回答について、お聞きします。

あなたは、どうして「はい／そう思います」または「いいえ／そう思いません」と答えたのでしょうか？以下の問いに続けて、その理由を思いつく限り答えて下さい。以下に、3個以上、書くようにしてください。

1. それはなぜですか。

2. それはなぜですか。

3. それはなぜですか。

4. それはなぜですか。

5. それはなぜですか。

4. あなたが、過去についてどのように思っているか、お聞きします。

以下の文章を読んで、もっとも当てはまると思う番号に○をつけて下さい。

	あてはまらない	どちらかといえ あてはまらない	どちらでもない	どちらかといえ あてはまる	あてはまる
私は、自分の過去を受け入れることができる。	1	2	3	4	5
過去のことはあまり思い出したくない。	1	2	3	4	5
私の過去はつらいことばかりだった。	1	2	3	4	5
私は過去の出来事にこだわっている。	1	2	3	4	5

*最後に、何か感想・ご意見などありましたら、以下の枠内にご自由にお書きください

以上でアンケートは終了です。

ご協力ありがとうございました。

アンケートのお願い

大学生の過去・現在・未来への意識に関する調査

中央大学大学院文学研究科心理学専攻博士前期課程 2 年

石川茜恵

連絡先 : akane.i@hotmail.co.jp

私は、中央大学大学院文学研究科心理学専攻に所属している石川茜恵と申します。現在、「大学生の過去・現在・未来への意識」を修士論文のテーマに、研究をしています。

このアンケートは、そのために作成されたもので、皆様が、「過去・現在・未来に対してどのよう
にみているのか」に関してお伺いするものです。

以下の、性別、年齢、学年にお答えいただいた後、次のページから始まるアンケートにお答えください。質問部分は大きく分けて 1～6 まであり、全部で 8 ページ になっています。質問文をよく読み、記入漏れがないようお願いいたします。

答えていただいたアンケートは、全体で集計され、個人が特定されることはありません。
また、どうしても答えたくない場合には、無理をなさらないでください。
お手数ですが、ご協力お願いいたします。

○はじめに、以下の性別・年齢・学年にお答えください。

性別(男 ・ 女) 年齢() 学年()

[1] あなたが、自分の過去についてどのようにとらえているのか、お聞きします。

以下の文章を読んで、あなたの考えにもっとも当てはまると思う番号に○をつけて下さい。以下、質問文に出てくる「過去」は、あなた自身の過去のことです。

	あてはまらない 全く	あてはまらない あまり	どちらでもない	あてはまる やや	あてはまる とても
(回答例) 私は、小説を読むのが好きである	1	2	3	4	5
過去の出来事から学んでいる	1	2	3	4	5
過去の良い出来事は、これからのプラスになると思う	1	2	3	4	5
過去と今を比較することがある	1	2	3	4	5
嫌なことは時間がたつと忘れる	1	2	3	4	5
過去を前向きにとらえている	1	2	3	4	5
過去の自分の行動を、認めている	1	2	3	4	5
過去のことはあまり思い出したくない	1	2	3	4	5
悪い出来事は、わりきっている	1	2	3	4	5
過去を思い出すと、暖かい気持ちになることが多い	1	2	3	4	5
自分の過去はマイナスな出来事ばかりだった	1	2	3	4	5
過去に後悔はしていない	1	2	3	4	5
過去のマイナスな出来事は、学べることが多い	1	2	3	4	5
過去を将来につなげていこうと思っている	1	2	3	4	5
過去をどのようにとらえるかは、未来に影響を与えると思う	1	2	3	4	5
過去の経験は、他者を理解するためのものである	1	2	3	4	5
過去のマイナスな出来事を、前向きにとらえている	1	2	3	4	5
過去の出来事全てに、意味があると思っている	1	2	3	4	5
マイナスな出来事は、思い出したくない	1	2	3	4	5
「過去は過去」と、わりきっている	1	2	3	4	5
自分の過去をよく人に話す	1	2	3	4	5
マイナスな出来事ばかり覚えている	1	2	3	4	5
過去は肯定的なイメージと否定的なイメージの間である	1	2	3	4	5
過去の良い出来事は、学べることが多い	1	2	3	4	5
過去の失敗や後悔を繰り返さないようにしている	1	2	3	4	5
過去にこだわる必要はないと思う	1	2	3	4	5
嫌なことがあったとき、過去の良い思い出を思い出す	1	2	3	4	5
過去のマイナスな出来事を、前向きにとらえるようにしている	1	2	3	4	5
過去はあって良かったと思う	1	2	3	4	5
これまでの自分に後悔している	1	2	3	4	5
過去にとらわれないようにしている	1	2	3	4	5

→[1]の続きです

	あてはまらない 全く	あてはまらない あまり	どちらでもない	あてはまる やや	あてはまる とても
良い出来事を、よく人に話す	1	2	3	4	5
嫌だった出来事が忘れられない	1	2	3	4	5
過去の全てが嫌ではない	1	2	3	4	5
過去を教訓にしている	1	2	3	4	5
過去の失敗などについて、反省している	1	2	3	4	5
過去のことを考えても先に進まないと思う	1	2	3	4	5
過去の良い経験を、自分の励みにしている	1	2	3	4	5
過去に対して、肯定的にとらえるようにしている	1	2	3	4	5
過去の出来事に感謝している	1	2	3	4	5
過去に対して、後悔をしていることが多い	1	2	3	4	5
過去を深く考えたりしない	1	2	3	4	5
マイナスな出来事を、よく人に話す	1	2	3	4	5
「過去」という言葉を聞くと、明るい過去より暗い過去が先に浮かぶ	1	2	3	4	5
過去をどのようにとらえているかは、あまり考えたことがない	1	2	3	4	5
過去は、自分を成長させてくれた	1	2	3	4	5
過去があるから、今の自分があると思う	1	2	3	4	5
過去よりも未来のことを考えていたい	1	2	3	4	5
過去をふり返ることは大切なことであると思う	1	2	3	4	5
過去は良い思い出である	1	2	3	4	5
過去は総合的に良かったと思う	1	2	3	4	5
過去を引きずっている	1	2	3	4	5
自分の過去は明るい思い出が多い	1	2	3	4	5
過去には、マイナスな出来事があった	1	2	3	4	5
過去の自分が嫌いである	1	2	3	4	5
過去のマイナスな出来事は、自分の糧になった	1	2	3	4	5
過去のマイナスな出来事があるの、今の自分だと思う	1	2	3	4	5
現在が一番大切である	1	2	3	4	5
過去に向き合うようにしている	1	2	3	4	5
マイナスな過去でも、今では良い思い出になっている	1	2	3	4	5
過去を思い出さないようにしている	1	2	3	4	5
今の状況などを、過去のせいに行っていることがある	1	2	3	4	5
過去のマイナスな出来事を、乗り越えてきた	1	2	3	4	5

続きます→

→[1]の続きです

	あてはまらない 全く	あてはまら あまり	ど ちら でも ない	あてはまる やや	あてはまる とても
思い出したくない過去がある	1	2	3	4	5
過去のマイナスな出来事を思い出すと、気分が落ちこむ	1	2	3	4	5
過去の良い出来事は、良い経験だと思う	1	2	3	4	5
過去の良い経験が、今の自信につながっている	1	2	3	4	5
過去は大切である	1	2	3	4	5
過去を忘れないようにしている	1	2	3	4	5
良い出来事は、良い思い出として残っている	1	2	3	4	5
マイナスな出来事は、忘れるようにしている	1	2	3	4	5
過去のマイナスな出来事を、次に活かすことができない	1	2	3	4	5
過去の出来事で、誇りに思うことがある	1	2	3	4	5
自分の過去は暗い思い出が多い	1	2	3	4	5
過去は否定的なイメージである	1	2	3	4	5
過去の出来事は、これからにつながると思う	1	2	3	4	5
過去の良し悪しは、今の自分の状態によって変わると思う	1	2	3	4	5
過去の悪い出来事でも、今では良く思えることがある	1	2	3	4	5
過去の過ちを忘れないようにしている	1	2	3	4	5
私は、自分の過去を受け入れることができる	1	2	3	4	5
マイナスな出来事は、忘れてしまうことが多い	1	2	3	4	5
良い思い出をあまり覚えていない	1	2	3	4	5
過去を思い出すと、楽しいことが先に出てくる	1	2	3	4	5
無かった事にしたい過去がある	1	2	3	4	5
過去がぼんやりしている	1	2	3	4	5
過去のマイナスな出来事は、教訓としてこれからに活かそうと思う	1	2	3	4	5
過去の自分と今の自分は、違うものである	1	2	3	4	5
何事も時間が解決してくれると思う	1	2	3	4	5
過去の楽しかった思い出は、忘れないようにしている	1	2	3	4	5
過去の悪い出来事を、受け止めている	1	2	3	4	5
過去のことはあまり覚えていない	1	2	3	4	5
過去は、もう変わらないものである	1	2	3	4	5
良い出来事を強く覚えている	1	2	3	4	5
過去に戻ってやり直したいと思う出来事がある	1	2	3	4	5
過去に戻りたいとは思わない	1	2	3	4	5

[2]あなたが、自分が成長することについてどのように思っているか、お聞きします。

以下の文章を読んで、あなたの考えにもっとも当てはまると思う番号に○をつけて下さい。

	あてはま らない <small>全く</small>	あてはま らない <small>あまり</small>	ど ち ら も な い	あてはま る <small>やや</small>	あてはま る <small>とても</small>
(回答例) 私は、小説を読むのが好きである	1	2	3	4	5
自分の能力を最大限に伸ばせるよう、いろいろなことをやってみたい	1	2	3	4	5
努力さえすればものごとはかなうと思う	1	2	3	4	5
新しいことや違うことをいろいろしてみたい	1	2	3	4	5
一度自分で決めたことは途中でいやになってもやり通すよう努力する	1	2	3	4	5
他の人に認められなくても、自分の目標に向かって努力したい	1	2	3	4	5
何でも手がけたことは最善を尽くしたい	1	2	3	4	5
自分の理想に向かってたえず向上していきたい	1	2	3	4	5
どんな不幸に出会ってもくじけないだろうと思う	1	2	3	4	5
努力して、理想の自分に向かっていこうと思う	1	2	3	4	5
自分を向上させていけるよういろいろなことをやっていきたい	1	2	3	4	5

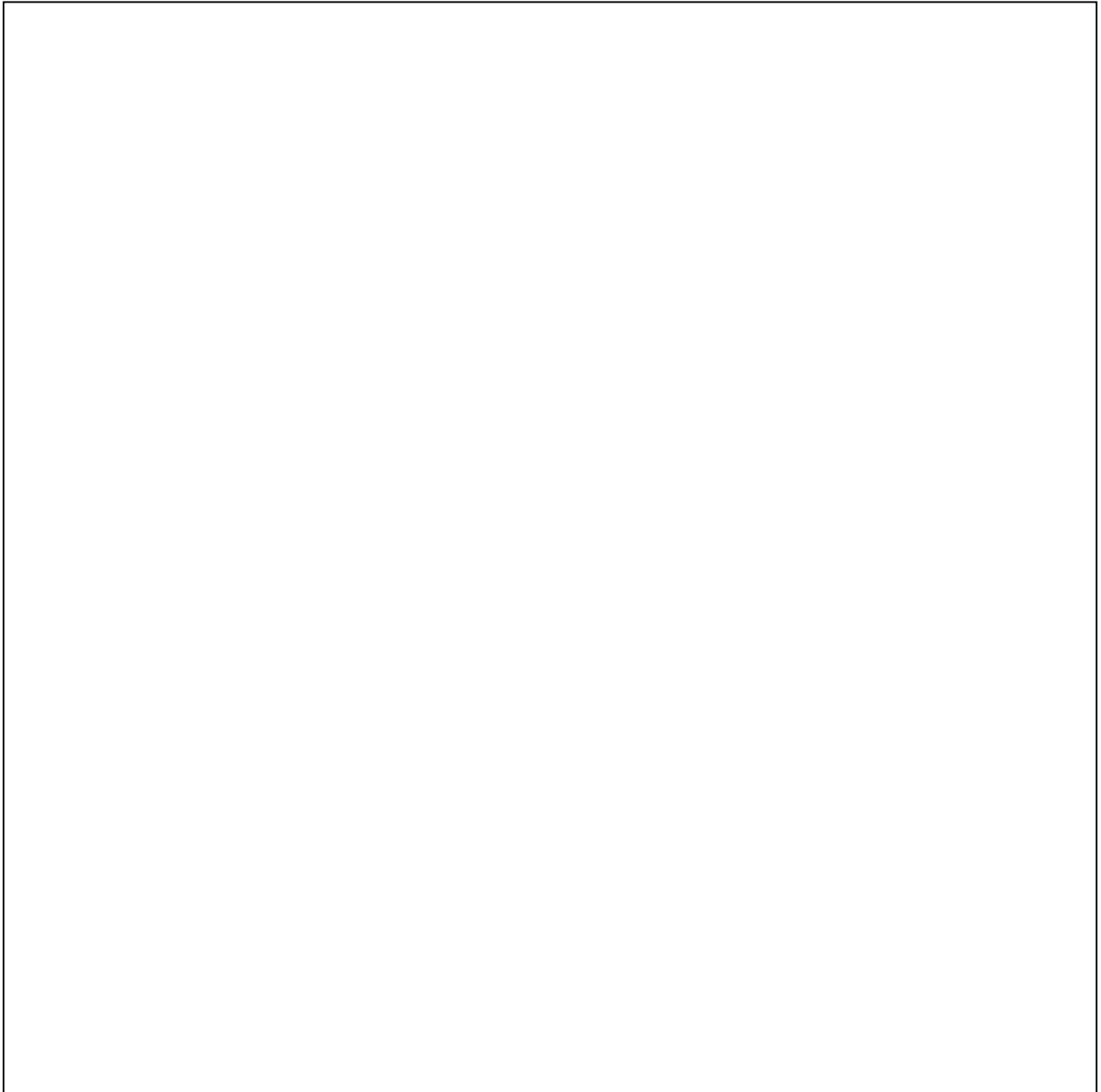
[3]あなたが、現在の生活についてどのように思っているか、お聞きします。

以下の文章を読んで、もっとも当てはまると思う番号に○をつけて下さい。

	あてはま らない <small>全く</small>	あてはま らない <small>あまり</small>	ど ち ら も な い	あてはま る <small>やや</small>	あてはま る <small>とても</small>
(回答例) 私は、小説を読むのが好きである	1	2	3	4	5
毎日の生活が充実している	1	2	3	4	5
今の生活に満足している	1	2	3	4	5
毎日が同じことのくり返しで退屈だ	1	2	3	4	5
毎日がなんとなく過ぎていく	1	2	3	4	5
今の自分は本当の自分ではないような気がする	1	2	3	4	5

続きます→

[4] 現在，過去，未来がそれぞれ円で表されると仮定して，あなた自身の過去，現在，未来の関係について，あなたが感じていることを最もよく表すように，3つの円を描いて下さい。
描き方は自由です。異なる大きさの円を使っても構いません。
描き終わったら，どの円が過去・現在・未来かわかるように書き入れて下さい。



[5]ここでは、形容詞や言葉がお互いに反対の意味となるような対となって、なっています。
あなた自身の過去についてイメージした場合、次の各対のどこに最もよく当てはまりますか。
 その部分に○をつけて下さい。

あなた自身の過去

	とても	かなり	やや	どちらでもない	やや	かなり	とても	
(回答例)好き		○						嫌い(回答例)
さびしい								楽しい
満ち足りた								空虚な
美しい								醜い
魅力のない								魅力のある
冷たい								暖かい
明るい								暗い
希望のある								希望のない
重要な								重要でない
小さい								大きい
良い								悪い
単調な								変化に富んだ
はっきりした								ぼんやりした
開かれた								閉じられた
生き生きした								活気のない
受身的な								能動的な

次が最後です→

[6]ここでは、形容詞や言葉がお互いに反対の意味となるような対となって、なっています。
あなた自身の未来についてイメージした場合、次の各対のどこに最もよく当てはまりますか。
 その部分に○をつけて下さい。

あなた自身の未来

	とても	かなり	やや	どちらでもない	やや	かなり	とても
(回答例)好き		○					嫌い(回答例)
さびしい							楽しい
満ち足りた							空虚な
美しい							醜い
魅力のない							魅力のある
冷たい							暖かい
明るい							暗い
希望のある							希望のない
重要な							重要でない
小さい							大きい
良い							悪い
単調な							変化に富んだ
はっきりした							ぼんやりした
開かれた							閉じられた
生き生きした							活気のない
受身的な							能動的な

○最後に、何か感想・ご意見などありましたら、以下の枠内にご自由にお書きください○

以上でアンケートは終了です。
ご協力ありがとうございました。

アンケートのお願い

大学生の過去・現在・未来と人との関わりへの意識に関する調査

中央大学大学院文学研究科心理学専攻

博士後期課程 2年 石川茜恵

連絡先：tc104002@grad.tamacc.chuo-u.ac.jp

私は、中央大学大学院文学研究科心理学専攻に所属している石川茜恵と申します。

現在、「大学生の過去・現在・未来と人との関わりへの意識」をテーマに研究を行っています。

このアンケートは、そのために作成されたもので、皆様が、「過去・現在・未来に対してどのようにみているのか」、「人と関わるなかで、どのように考えたり感じているのか」に関してお伺いするものです。**10分程度で済む簡単なアンケート**ですので、ご協力をいただけないでしょうか。

ご回答いただける方は、以下の、**性別、年齢、学年**にお答えいただいた後、次のページから始まるアンケートにお答えください。質問部分は大きく分けて**1～3**まであり、**全部で7ページ**になっています。質問文をよく読み、記入漏れがないようお願いいたします。

答えていただいたアンケートは、全体で集計され、個人が特定されることはありません。また、結果は研究目的以外に使用されることはありません。分析された結果に関しては、アンケートに答えていただいた皆様に文書で報告させていただきたく思います。

どうしても答えたくない場合には、無理をなさらないでください。あまり考え込まず、思った通りにご回答ください。お手数ですが、ご協力お願いいたします。

○はじめに、以下の**性別・年齢・学年**にお答えください○

性別（ 男 ・ 女 ） **年齢**（ ） **学年**（ ）

[1]あなたが人と関わるなかで、どのように考えたり感じているか、お聞きします。

以下の文章を読んで、あなたの考えにもっとも当てはまると思う番号に○をつけて下さい。

	そう 思わ ない	全 く	そ う 思 わ な い	あ ま り	ど ち ら で も な い	そ う 思 う	や や	そ う 思 う	と と も
(回答例) 私は小説を読むのが好きである	1		2		3	4	5	6	7
自分と他の人の価値観や考えの違いについて、考える方だ	1		2		3	4	5	6	7
自分とは違う考えを聞いて、自分の考えが変わることはない	1		2		3	4	5	6	7
これまでの出会いの中で、自分に影響を与えたと思う出会いがある	1		2		3	4	5	6	7
人と小さいころのことを話していると、懐かしくなる	1		2		3	4	5	6	7
人の意見を聞くと、自分の考えが深まると思う	1		2		3	4	5	6	7
何かに悩んでいるとき、人が応援してくれると安心する	1		2		3	4	5	6	7
人の価値観や考えが良いと思えば、参考にしている	1		2		3	4	5	6	7
私の考え方は、他の人の考え方に影響されていると思う	1		2		3	4	5	6	7
人の意見や見解を聞くことは、自分のためになると思う	1		2		3	4	5	6	7
自分のモデルとなるような理想の人がいる	1		2		3	4	5	6	7
落ち込んだり悩んでいるとき、人の言葉がきっかけで前に進めることがある	1		2		3	4	5	6	7
人と価値観や考え方が違うと、さみしくなる	1		2		3	4	5	6	7
私は、人の価値観や考えを参考にしようとは思わない	1		2		3	4	5	6	7
人と将来のことなどを話していると、これからへの意欲が高まる	1		2		3	4	5	6	7
人と話していると、自分のことが自分でわかってくることもある	1		2		3	4	5	6	7
何かに悩んでいるとき、同じ悩みをもった人と話すとき安心する	1		2		3	4	5	6	7
「あの人のようになりたい」と思う人がいる	1		2		3	4	5	6	7
何かに迷っているとき、人がアドバイスや情報をくれることは嬉しい	1		2		3	4	5	6	7
人と意見や価値観が食い違くと、自分の考えがわからなくなる	1		2		3	4	5	6	7
多くの人と話すことは、自分の視野を広げてくれると思う	1		2		3	4	5	6	7
何かに悩んでいるとき、人に話すときすっきりすることがある	1		2		3	4	5	6	7
人と意見が食い違ったとき、自分の考えをもう一度考え直してみる	1		2		3	4	5	6	7
私は、人の価値観や考えに合わせるところがある	1		2		3	4	5	6	7
人と話していて考え方が違うとき、ショックを受けることがある	1		2		3	4	5	6	7
落ち込んだり悩んでいるとき、人が支えてくれるのを感じると嬉しい	1		2		3	4	5	6	7
人から自分の価値観と違う意見を言われると、反発してしまう	1		2		3	4	5	6	7

→[1]の続きです

	そう 全く 思わ ない	そ う あ ま り 思 わ な い	ど ち ら で も な い	そ う や や 思 う	と と も も 思 う
(回答例) 私は小説を読むのが好きである	1	2	3	④	5
人との間で起きた出来事が、自分にとってどのような意味をもつのか考える	1	2	3	4	5
私は、周囲からの期待を感じることもある	1	2	3	4	5
人が頑張っている姿を見ると、自分も頑張ろうと思える	1	2	3	4	5
人と話していると、今まで気がつかなかった自分の考えに気づくことがある	1	2	3	4	5
人が自分の喜びを共有してくれると、嬉しく思う	1	2	3	4	5
1つの物事に対して、様々な人の視点から考えることがある	1	2	3	4	5
人と価値観が違うことに気づいて、困惑することがある	1	2	3	4	5
他の人の視点に立って、自分の考えを客観的にみることがある	1	2	3	4	5
私は、いろいろな人の価値観の違いについて考えることがある	1	2	3	4	5
これまでに築いてきた人との関係は、私の支えになっていると思う	1	2	3	4	5
自分とは違う考えを言われると、なかなか受け入れられない	1	2	3	4	5
私は、一緒にいる人の意見や考えの影響を受けやすい	1	2	3	4	5
人と将来について話していると、自分の将来の目標などがはっきりすることがある	1	2	3	4	5
自分と他の人の価値観や考えを、比べてみることもある	1	2	3	4	5
私は、人の期待に気づく方だ	1	2	3	4	5
人と価値観が違うことがあると、悩む方だ	1	2	3	4	5
人と思い出を一緒に振り返るのは楽しい	1	2	3	4	5
人と話していると、自分のマイナスな面に気づく	1	2	3	4	5
何かに悩んでいるとき、人が共感してくれると安心する	1	2	3	4	5
人の考えを聞いて、自分の価値観や考えはこれでいいのか見直すことがある	1	2	3	4	5
私は、自分に対する人の期待には関心がない	1	2	3	4	5
私は、他の人の価値観や考えの影響を受けていないと思う	1	2	3	4	5
どんな人との出会いや別れも、自分にとって意味があると思う	1	2	3	4	5
人の将来に対する考えなどを聞くと、焦ることがある	1	2	3	4	5
私は、人の期待に左右されやすいところがある	1	2	3	4	5
人とこれからのことについて話していると、成長しようという意識が高まる	1	2	3	4	5
何かに悩んでいるとき、人に話すことで自分の考えがまとまる	1	2	3	4	5

[2]に続きます→

[2] あなたが、自分の過去についてどのようにとらえているのか、お聞きします。

以下の文章を読んで、あなたの考えにもっとも当てはまると思う 番号に○をつけて下さい。

質問文に出てくる「過去」は、あなた自身の過去のことです。

	あてはま らない <small>全く</small>	あてはま らない <small>あまり</small>	ど ち ら で も な い	あてはま る <small>やや</small>	あてはま る <small>とても</small>
(回答例) 私は小説を読むのが好きである	1	2	3	④	5
過去のマイナスな出来事は、自分の糧になった	1	2	3	4	5
過去に対して、後悔をしていることが多い	1	2	3	4	5
過去の出来事全てに、意味があると思っている	1	2	3	4	5
マイナスな出来事ばかり覚えている	1	2	3	4	5
過去のマイナスな出来事があるの、今の自分だと思う	1	2	3	4	5
過去のことはあまり思い出したくない	1	2	3	4	5
過去をふり返ることは大切なことであると思う	1	2	3	4	5
過去の自分が嫌いである	1	2	3	4	5
過去のマイナスな出来事は、教訓としてこれからに活かそうと思う	1	2	3	4	5
これまでの自分に後悔している	1	2	3	4	5
マイナスな出来事は、忘れてしまうことが多い	1	2	3	4	5
自分の過去は明るい思い出が多い	1	2	3	4	5
過去の出来事は、これからにつながると思う	1	2	3	4	5
過去を引きずっている	1	2	3	4	5
マイナスな出来事は、忘れるようにしている	1	2	3	4	5
嫌だった出来事が忘れられない	1	2	3	4	5
過去を教訓にしている	1	2	3	4	5
マイナスな出来事は、思い出したくない	1	2	3	4	5

→[2]の続きです

	あてはまらない 全く	あてはまら あまりない	ど ちらでも ない	あてはま る やや	あてはま る とても
(回答例) 私は小説を読むのが好きである	1	2	3	④	5
過去のことはあまり覚えていない	1	2	3	4	5
過去に後悔はしていない	1	2	3	4	5
過去は、自分を成長させてくれた	1	2	3	4	5
過去に向き合うようにしている	1	2	3	4	5
「過去は過去」と、わりきっている	1	2	3	4	5
思い出したくない過去がある	1	2	3	4	5
過去の良い出来事は、良い経験だと思う	1	2	3	4	5
過去の過ちを忘れないようにしている	1	2	3	4	5
自分の過去は暗い思い出が多い	1	2	3	4	5
過去のマイナスな出来事は、学べることが多い	1	2	3	4	5
過去の悪い出来事を、受け止めている	1	2	3	4	5
過去は否定的なイメージである	1	2	3	4	5
過去の悪い出来事でも、今では良く思えることがある	1	2	3	4	5
過去を忘れないようにしている	1	2	3	4	5
「過去」という言葉を聞くと、明るい過去より暗い過去が先に浮かぶ	1	2	3	4	5
過去の出来事から学んでいる	1	2	3	4	5
自分の過去はマイナスな出来事ばかりだった	1	2	3	4	5
過去の出来事に感謝している	1	2	3	4	5

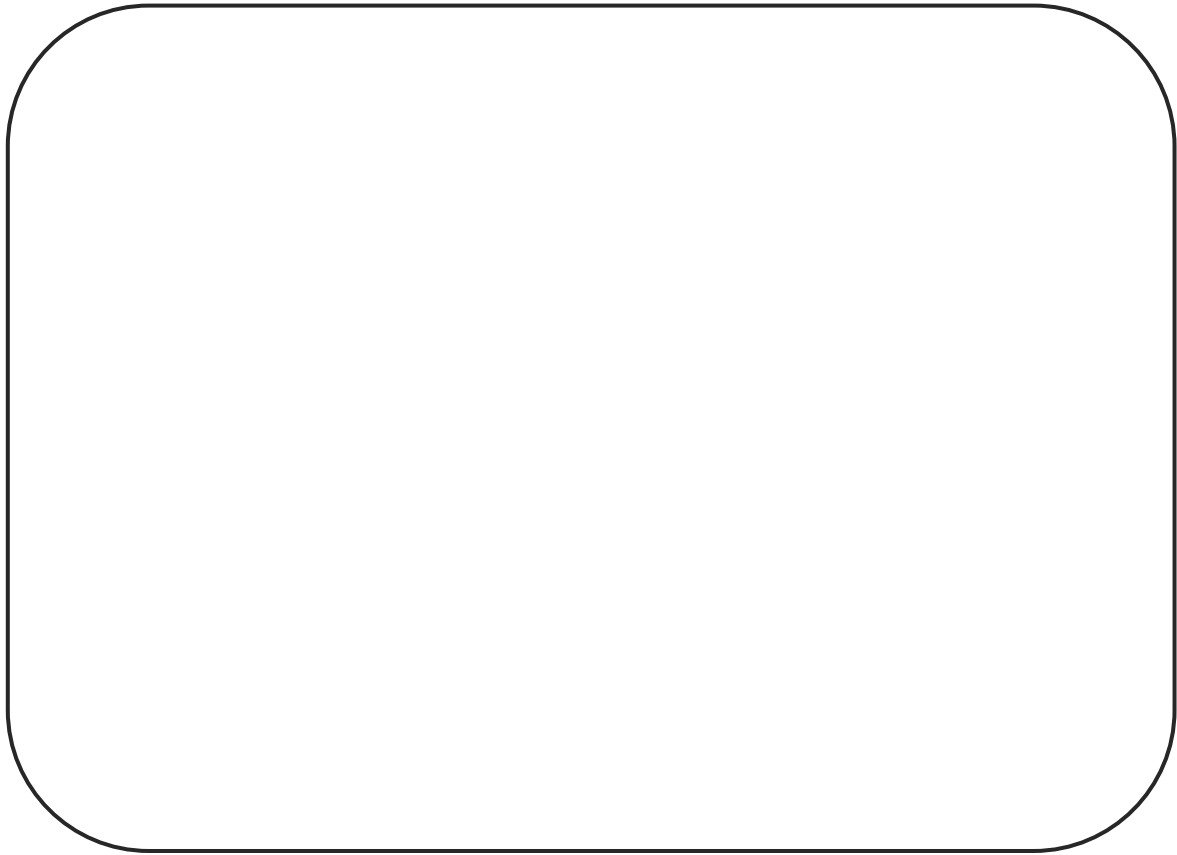
次が最後です→

[3]次に書かれている文章は、今のあなた自身の考え方や感情にどれくらい当てはまりますか。

以下の文章を読んで、もっとも当てはまると思われる番号に○をつけて下さい。

	そう 思わ ない	全 く	そ う 思 わ な い	あ ま り	ど ち ら で も な い	そ う 思 う	や や	そ う 思 う	と と も
(回答例) 私は小説を読むのが好きである	1		2		3	4	5	6	7
自分の将来は自分で切り開く自信がある	1		2		3	4	5	6	7
私は自分の将来に夢を持っている	1		2		3	4	5	6	7
自分の将来に希望が持てなくなることがよくある	1		2		3	4	5	6	7
私には特に打ち込むものがない	1		2		3	4	5	6	7
私には将来の目標がある	1		2		3	4	5	6	7
私は、将来、人生で最も重要な価値をもつことが実現されると確信している	1		2		3	4	5	6	7
私は将来、自分の目標を実現できないのではないかと思う	1		2		3	4	5	6	7
私は目標を持って生活している	1		2		3	4	5	6	7
私は自分の将来に不安を感じている	1		2		3	4	5	6	7
私にはだいたいの将来計画がある	1		2		3	4	5	6	7
自分の将来のことを考えると不安になる	1		2		3	4	5	6	7
毎日が同じことの繰り返しで退屈である	1		2		3	4	5	6	7
私には生きて行くうえで目指す目標がある	1		2		3	4	5	6	7
私は将来自分の問題を自分自身で解決できるようになると信じている	1		2		3	4	5	6	7
毎日がなんとなく過ぎて行くように感じる	1		2		3	4	5	6	7
私は、将来、自分の人生が悪い方向に向かっていくのではないかと思う	1		2		3	4	5	6	7
どんな困難が生じて、将来うまくやっていく自信がある	1		2		3	4	5	6	7
私は遠い将来のことはあまり考えない	1		2		3	4	5	6	7
毎日がむなしいと思うことがある	1		2		3	4	5	6	7
私の将来には希望がもてる	1		2		3	4	5	6	7

○最後に、何か感想・ご意見などありましたら、以下の枠内にご自由にお書きください○



以上でアンケートは終了です。
ご協力ありがとうございました。

----- (切り取り可)

○アンケートに関する質問は以下の連絡先まで、お願いします○

↓↓↓

「大学生の過去・現在・未来と人との関わりへの意識に関する調査 (2011 年度 6 月実施)」

調査実施者

所 属：中央大学大学院文学研究科心理学専攻博士後期課程 2 年

氏 名：石川茜恵

連絡先：tc104002@grad.tamacc.chuo-u.ac.jp

アンケートのお願い

大学生の生活の過ごし方と時間への意識に関する調査

中央大学大学院文学研究科心理学専攻

博士後期課程 3年 石川茜恵

連絡先：tc104002@grad.tamacc.chuo-u.ac.jp

私は、中央大学大学院文学研究科心理学専攻に所属している石川茜恵と申します。現在、「大学生がどのような生活を送り、また時間に対してどう考えているのか」をテーマに研究を行っています。このアンケートは、そのために作成されたものです。

よろしければ、ご協力をいただけないでしょうか。

ご回答いただける方は、以下の、**性別、年齢、学年**にお答えいただいた後、次のページから始まるアンケートにお答えください。質問部分は大きく分けて **[1] ~ [3]** まであり、**全部で 6 ページ**になっています。質問文をよく読み、記入漏れがないようお願いいたします。

答えていただいたアンケートは、全体で集計され、個人が特定されることはありません。また、結果は研究目的以外に使用されることはありません。分析された結果に関しては、アンケートに答えていただいた皆様に文書で報告させていただきたく思います。どうしても答えたくない場合には、無理をなさらないでください。あまり考え込まず、思った通りにご回答ください。お手数ですが、ご協力お願いいたします。

○はじめに、以下の**性別・年齢・学年**にお答えください○

性別（ 男 ・ 女 ） **年齢**（ ） **学年**（ ）

[1] あなたがどのように生活を過ごしているか、お聞きします。

一週間の中で、あなたは次の活動にどれくらい時間を費やしていますか？あてはまる番号に○をつけて下さい。

	全 然 な い	1 時 間 未 満	1 〜 2 時 間	3 〜 5 時 間	6 〜 1 0 時 間	1 〜 1 5 時 間	1 6 〜 2 0 時 間	2 1 時 間 以 上
大学で授業や実験に参加する	1	2	3	4	5	6	7	8
授業に関する勉強(予習や復習、宿題・課題など)をする	1	2	3	4	5	6	7	8
授業とは関係のない勉強を自主的にする	1	2	3	4	5	6	7	8
同性の友達と交際する	1	2	3	4	5	6	7	8
異性の友達と交際する	1	2	3	4	5	6	7	8
クラブ・サークル活動をする	1	2	3	4	5	6	7	8
コンパや懇親会などに参加する	1	2	3	4	5	6	7	8
家庭教師や塾の講師のアルバイトをする	1	2	3	4	5	6	7	8
家庭教師や塾の講師以外のアルバイトをする	1	2	3	4	5	6	7	8
テレビをみている	1	2	3	4	5	6	7	8
インターネットサーフィンをする	1	2	3	4	5	6	7	8
ゲーム(ゲーム機・コンピュータゲーム・オンラインゲーム)をする	1	2	3	4	5	6	7	8
勉強のための本(新書や専門書など)を読む	1	2	3	4	5	6	7	8
娯楽のための本(小説や一般書など。マンガや雑誌を除く)を読む	1	2	3	4	5	6	7	8
マンガや雑誌を読む	1	2	3	4	5	6	7	8
新聞を読む	1	2	3	4	5	6	7	8
通学にかかる時間	1	2	3	4	5	6	7	8
その他(具体的に:)	1	2	3	4	5	6	7	8

[2] あなたが、自分の過去についてどのようにとらえているのか、お聞きします。

以下の文章を読んで、あなたの考えにもっとも当てはまると思う番号に○をつけて下さい。

質問文に出てくる「過去」は、あなた自身の過去のことです。

	あてはまら ない	あてはまら ない	ど ち ら で も な い	あてはま る	あてはま る
過去のマイナスな出来事は、自分の糧になった	1	2	3	4	5
過去に対して、後悔をしていることが多い	1	2	3	4	5
過去の出来事全てに、意味があると思っている	1	2	3	4	5
マイナスな出来事ばかり覚えている	1	2	3	4	5
過去のマイナスな出来事があっての、今の自分だと思う	1	2	3	4	5
過去のことはあまり思い出したくない	1	2	3	4	5
過去をふり返ることは大切なことであると思う	1	2	3	4	5
過去の自分が嫌いである	1	2	3	4	5
過去のマイナスな出来事は、教訓としてこれからは活かそうと思う	1	2	3	4	5
これまでの自分に後悔している	1	2	3	4	5
マイナスな出来事は、忘れてしまうことが多い	1	2	3	4	5
自分の過去は明るい思い出が多い	1	2	3	4	5
過去の出来事は、これからはつながると思う	1	2	3	4	5
過去を引きずっている	1	2	3	4	5
マイナスな出来事は、忘れるようにしている	1	2	3	4	5
嫌だった出来事が忘れられない	1	2	3	4	5
過去を教訓にしている	1	2	3	4	5
マイナスな出来事は、思い出したくない	1	2	3	4	5

→[2]の続きです

	あてはまらない 全く	あてはまらない あまり	どちらでもない	あてはまる やや	あてはまる とても
過去のことはあまり覚えていない	1	2	3	4	5
過去に後悔はしていない	1	2	3	4	5
過去は、自分を成長させてくれた	1	2	3	4	5
過去に向き合うようにしている	1	2	3	4	5
「過去は過去」と、わりきっている	1	2	3	4	5
思い出したくない過去がある	1	2	3	4	5
過去の良い出来事は、良い経験だと思う	1	2	3	4	5
過去の過ちを忘れないようにしている	1	2	3	4	5
自分の過去は暗い思い出が多い	1	2	3	4	5
過去のマイナスな出来事は、学べることが多い	1	2	3	4	5
過去の悪い出来事を、受け止めている	1	2	3	4	5
過去は否定的なイメージである	1	2	3	4	5
過去の悪い出来事でも、今では良く思えることがある	1	2	3	4	5
過去を忘れないようにしている	1	2	3	4	5
「過去」という言葉を聞くと、明るい過去より暗い過去が先に浮かぶ	1	2	3	4	5
過去の出来事から学んでいる	1	2	3	4	5
自分の過去はマイナスな出来事ばかりだった	1	2	3	4	5
過去の出来事に感謝している	1	2	3	4	5

[3] 最後に、あなたの目標について、お聞きします。

①以下の欄の左側に、あなたの将来の目標（実現したいもの）を3つまで、記入してください。

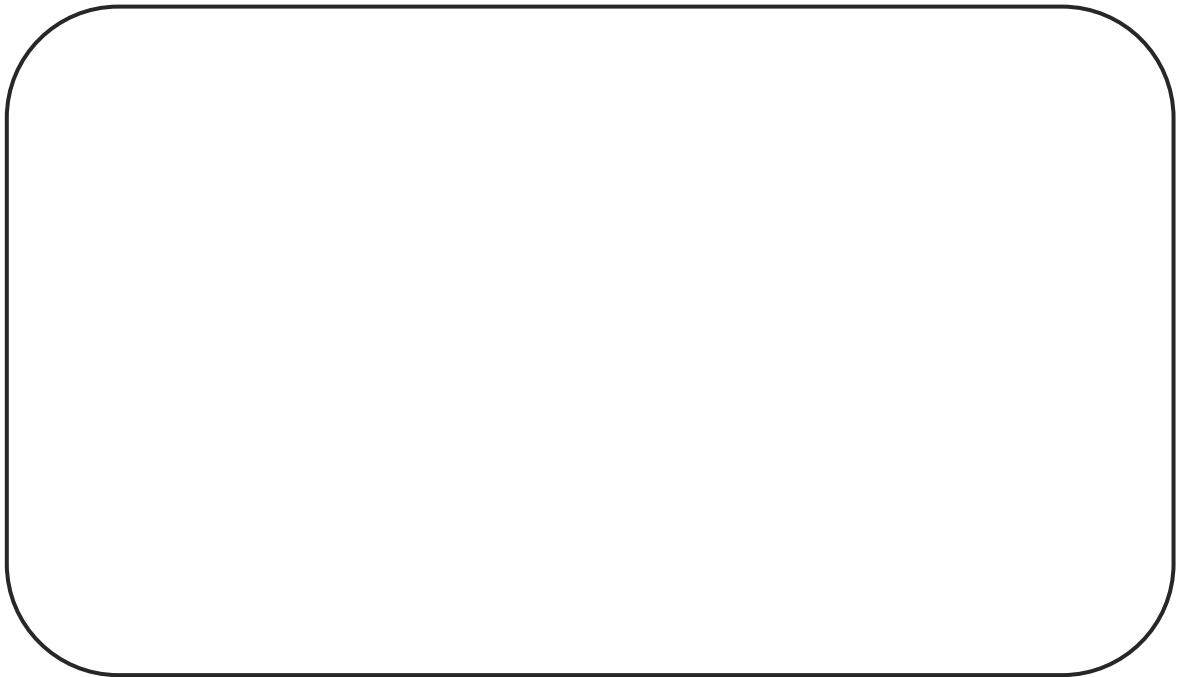
※ここで述べられている目標には、人生のモットー（例えば、清く正しく生きる）は含まれていませんので、そのような種類の目標を書かないように注意してください。

②その目標を達成するための手段として、あなたはどのようなことを実行していますか。あるいはどのようなことを考えていますか。それぞれ、以下の欄の右側に最大3つまで記入して下さい。

③最後に、以下に記入した目標がどの順で重要であるのか、（ ）の中に数字を記入してください。

(順位)	目標	目標のための手段					
		実行している			考えている(実行はしていない)		
(例)	小説家になる	小説を書いている	小説を2日に1冊読んでいる		出版社に持って行こうと思っている		
()							
()							
()							

○最後に、何か感想・ご意見などありましたら、以下の枠内にご自由にお書きください○



以上でアンケートは終了です。
ご協力ありがとうございました。

○アンケートに関する質問は以下の連絡先まで、お願いします○

↓↓↓

「大学生の生活の過ごし方と時間への意識に関する調査（2012年度実施）」

調査実施者：石川茜恵

所 属：中央大学大学院文学研究科心理学専攻博士後期課程3年

連絡先：tc104002@grad.tamacc.chuo-u.ac.jp

* 調査への参加募集 *

— 大学生の過去・現在・未来に関する地図作成とインタビュー —

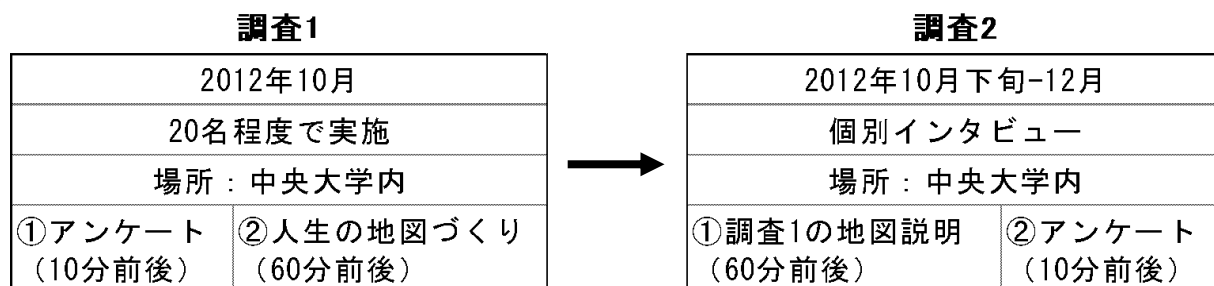
中央大学、学部生の皆さん

こんにちは。私は、中央大学大学院で心理学の研究をしている石川茜恵（いしかわあかね）と申します。この度、大学生の皆さんの時間に対する意識の調査を実施することとなりました。

そこで、調査にご協力していただける方を募集しております。

ご協力いただける場合、調査の詳細（次ページ）をご確認していただいたうえで、2012年 **9月30日まで**に、下記連絡先まで、所属学部・学年・お名前・第1回目調査の参加希望日・連絡先（メールアドレス）をご連絡くださいますようお願い致します。また、調査にご協力頂いた方には、**謝礼**をお支払い致します。 ご検討よろしくお願い致します！

調査イメージ



↑ 調査は 2012 年 9 月後半から 12 月にかけて、2 回行われます ↑

調査の詳細

調査内容：大学生が、自身の過去・現在・未来をどのように考えているのか、について2回の調査を行います。1回目は地図作り、2回目は個別インタビューです。地図作りは、絵を書くようなものではなく、付箋やのりを使ったごく簡単なものになっています。必要なものは全てこちらでご用意させていただきます。

調査日程：(場所：中央大学内)

■第1回目<人生の地図づくり> 一度に20名程度で行われます。以下から1回。

A：10/06(土) 16:00～ B：10/09(火) 15:00～ C：10/11(木) 15:00～
D：10/13(土) 15:00～ E：10/16(火) 15:00～ F：10/18(木) 15:00～

■第2回目<地図にもとづくインタビュー>

2012年10月下旬～12月の、火・木・土曜日の午後を中心に設定

※ただし、個別インタビューのため曜日・時間は相談可能です。

→どちらの調査も開始から終了まで、約2時間以内の終了を予定しています。

募集対象・人数：中央大学の学部生1～4年生、約80名

結果および個人情報の扱い方：作成していただいた地図に関しては写真撮影を、インタビューでは録音を、お願いさせていただきます。調査で得られた記録と結果は、研究目的(学会および論文としての発表など)以外に使われることは一切ありません(※インタビューの音声は公開しません)。この際、個人が明らかになることはありません。お名前・連絡先等からデータまで、管理は厳重に行わせていただきます。

結果のご報告：調査結果のご報告は、調査用HPを通して行わせていただきます。調査の終了時に改めてURLをお知らせさせていただきます。

謝礼：2回の調査を通して1000円相当の謝礼をお支払い致します。ただし、お渡しは、調査2の個別インタビュー後となりますので、ご了承ください。

その他：*1回目調査へはお友達同士の参加も可能です。ご希望の場合はお伝え下さい。日程の調整を行います。*調査を目的としたインタビューのため、カウンセリング等は行っておりませんのでご了承ください。

以上の内容にご了承いただける方は、2012年9月30日までに、所属学部・学年・お名前・第1回目調査の参加希望日・連絡先(メールアドレス)を明記のうえ、下記連絡先までご連絡をお願い致します。また、ご希望がありましたらその点に関してもお知らせ下さいませ。よろしくお願い致します。

調査への参加のご連絡・問い合わせ先：a10.njtj@g.chuo-u.ac.jp

(中央大学大学院文学研究科博士後期課程心理学専攻3年 石川茜恵)

No【 】 Date【2012/10/ 】

大学生の時間への意識に関するアンケート調査

中央大学大学院文学研究科心理学専攻博士後期課程 3 年 石川茜恵

このアンケートは、「大学生が時間に対してどう考えているのか」を明らかにするために作成されたものです。

以下の、性別、年齢、学年にお答えいただいた後、次のページから始まるアンケートにお答えください。質問部分は [1] のみになっています。質問文をよく読み、記入漏れがないようお願いいたします。

答えていただいたアンケートは、全体で集計され、個人が特定されることはありません。また、結果は研究目的以外に使用されることはありません。分析された結果に関しては、全調査が終わり次第ご報告させていただきます。

どうしても答えたくない場合には、無理をなさらないでください。あまり考え込まず、思った通りにご回答ください。お手数ですが、ご協力お願いいたします。

性別（ ）

年齢（ ）

学部（ ）

学年（ ）

-----ここから-----

[1] 次のページの文章は、今のあなたの考え方や感情にどれぐらい当てはまりますか。もっとも当てはまると思う 番号に○をつけて下さい。

※質問文に出てくる「過去」は、あなた自身の過去のことです。

	そう 思わ ない 全 く	そ う 思 わ な い あ ま り	ど ち ら で も な い	そ う 思 う や や	そ う 思 う と と も
1 過去のマイナスな出来事は、自分の糧になった	1	2	3	4	5
2 自分の将来に希望が持てなくなることがよくある	1	2	3	4	5
3 過去に対して、後悔をしていることが多い	1	2	3	4	5
4 私は目標を持って生活している	1	2	3	4	5
5 過去に向き合うようにしている	1	2	3	4	5
6 私には将来の目標がある	1	2	3	4	5
7 過去のマイナスな出来事は、忘れてしまうことが多い	1	2	3	4	5
8 自分の過去は暗い思い出が多い	1	2	3	4	5
9 過去のマイナスな出来事があっての、今の自分だと思ふ	1	2	3	4	5
10 私は将来、自分の問題を自分自身で解決できるようになると信じている	1	2	3	4	5
11 過去のことはあまり思い出したくない	1	2	3	4	5
12 毎日がなんとなく過ぎて行くように感じる	1	2	3	4	5
13 過去の過ちを忘れないようにしている	1	2	3	4	5
14 私には生きていく上で目指す目標がある	1	2	3	4	5
15 過去のマイナスな出来事は、忘れるようにしている	1	2	3	4	5
16 過去は否定的なイメージである	1	2	3	4	5
17 過去のマイナスな出来事は、教訓としてこれからに活かそうと思ふ	1	2	3	4	5
18 私は、将来、人生で最も重要な価値をもつことが実現されると確信している	1	2	3	4	5
19 これまでの自分に後悔している	1	2	3	4	5
20 私には特に打ち込むものがない	1	2	3	4	5
21 過去の悪い出来事を、受け止めている	1	2	3	4	5
22 私は自分の将来に夢を持っている	1	2	3	4	5
23 過去のことはあまり覚えていない	1	2	3	4	5
24 「過去」という言葉を聞くと、明るい過去より暗い過去が先に浮かぶ	1	2	3	4	5
25 過去の出来事は、これからにつながると思ふ	1	2	3	4	5
26 どんな困難が生じてても、将来うまくやっていく自信がある	1	2	3	4	5
27 過去を引きずっている	1	2	3	4	5
28 毎日が同じことの繰り返しで退屈である	1	2	3	4	5
29 過去を忘れないようにしている	1	2	3	4	5
30 私にはだいたいの将来計画がある	1	2	3	4	5
31 「過去は過去」と、わりきっている	1	2	3	4	5
32 自分の過去はマイナスな出来事ばかりだった	1	2	3	4	5
33 過去を教訓にしている	1	2	3	4	5
34 私は自分の将来に不安を感じている	1	2	3	4	5
35 過去のマイナスな出来事は、思い出したくない	1	2	3	4	5
36 毎日がむなしと思うことがある	1	2	3	4	5
37 過去の出来事に感謝している	1	2	3	4	5
38 私は遠い将来のことはあまり考えない	1	2	3	4	5
39 過去のマイナスな出来事ばかり覚えている	1	2	3	4	5
40 自分の将来は自分で切り開く自信がある	1	2	3	4	5

アンケートのお願い

大学生の生活の過ごし方と時間意識に関する調査

中央大学大学院文学研究科心理学専攻

博士後期課程 石川茜恵

問い合わせ先：akanei125c@live.jp

私は、中央大学大学院文学研究科心理学専攻に所属している石川茜恵と申します。現在、「大学生がどのような生活を送り、また時間に対してどう考えているのか」をテーマに研究を行っています。このアンケートは、そのために作成されたものです。

ご回答いただける方は、以下の、**性別、年齢、学年、学部**にお答えいただいた後、次のページから始まるアンケートにお答えください。質問部分は大きく分けて **[1] ~ [6]** まであり、**全部で 8 ページ**になっています。質問文をよく読み、記入漏れがないようお願いいたします。

これまで、いろいろな出来事を経験することを通して、自分の中の変化を感じたり、また変わらないこともあったと思います。また、これからたくさんの出来事があると思います。少し思い浮かべながら、取り組んでいただければと思います。

答えていただいたアンケートは、全体で集計され、個人が特定されることはありません。また、結果は研究目的以外に使用されることはありません。分析された結果に関しては、アンケートに答えていただいた皆様に文書で報告させていただきたく思います。どうしても答えたくない場合には、無理をなさらないでください。あまり考え込まず、思った通りにご回答ください。お手数ですが、ご協力お願いいたします。

○はじめに、以下の**性別・年齢・学年・学部**にお答えください○

性別 () 年齢 () 学年 ()

学部 ()

[1] あなたが、過去から現在にかけての自分や、起こってきた出来事について、どのように感じているか、お聞きします。以下の文章を読んで、もっとも当てはまると思う番号に○をつけて下さい。

	そ う 思 わ な い	や や そ う 思 わ な い	ど ち ら で も な い	や や そ う 思 う	そ う 思 う
自分には、過去から現在にかけて、良くなったところがある	1	2	3	4	5
過去の自分や出来事のせいで、今、不満なことがある	1	2	3	4	5
過去から現在にかけて、変わらない自分らしいところがある	1	2	3	4	5
自分には、過去から現在にかけて、変わらないダメなところがある	1	2	3	4	5
過去の出来事のおかげで、良くなったところがある	1	2	3	4	5
過去の出来事のせいで、自分の性格がネガティブな方向に変わってしまったと思う	1	2	3	4	5
過去から現在にかけて、自分らしくていいと思うところがある	1	2	3	4	5
自分には、過去から現在にかけて、変わらない嫌なところがある	1	2	3	4	5
過去から現在にかけて変わったことで、良かったと思う面がある	1	2	3	4	5
過去の出来事のせいで、自分は変わってしまったと思う	1	2	3	4	5
過去から現在にかけて、自分の中で大切だと思う面がある	1	2	3	4	5
自分には、過去から現在にかけて、変わらないネガティブな考えがある	1	2	3	4	5
過去の出来事のおかげで、良い方向に変わることができたと思う	1	2	3	4	5
過去から現在にかけて変わったことで、良くないと思う面がある	1	2	3	4	5
過去から現在にかけて、自分の中で好きなところがある	1	2	3	4	5
自分には、過去から現在にかけて、変わって欲しいのに変わらないところがある	1	2	3	4	5
過去から現在にかけて変わったことで、満足している面がある	1	2	3	4	5
過去から現在にかけて変わったことで、嫌だと感じる面がある	1	2	3	4	5
過去から現在にかけて、自分にとって変わらず好きなところがある	1	2	3	4	5
過去から現在にかけて、自分の欠点だと思うところが変わらない	1	2	3	4	5

[2] あなたが、現在から未来にかけての自分や変化について、どのように感じているか、お聞きします。以下の文章を読んで、もっとも当てはまると思う番号に○をつけて下さい。

そ
う
思
わ
な
い

や
や
そ
う
思
わ
な
い

ど
ち
ら
で
も
な
い

や
や
そ
う
思
う

そ
う
思
う

現在の生活でダメなところを改善して、自分の未来を良くしたい	1	2	3	4	5
今から未来にかけて、自分が頑張っても無駄かもしれないと思う	1	2	3	4	5
今もこれからも、今の自分のままでいいと思う	1	2	3	4	5
自分のダメなところは、未来でもそれほど今と変わらないと思う	1	2	3	4	5
今から未来に向けて、成長していきたいと思う	1	2	3	4	5
今から未来にかけて、自分は変わることができないように思う	1	2	3	4	5
今もこれからも、自分らしくあり続けたい	1	2	3	4	5
今から未来にかけて、自分の中でダメだと思う面は、変わらないと思う	1	2	3	4	5
今から未来に向けて、良くなれるように頑張りたい	1	2	3	4	5
今頑張っても、未来は何も変わらないように思う	1	2	3	4	5
今もこれからも、自分なりに大事だと思う生き方の指針がある	1	2	3	4	5
今から未来にかけて、今のままの自分であることを不安に思う	1	2	3	4	5
今から未来にかけて、自分が変わる必要があるときには、積極的に関わりたい	1	2	3	4	5
これから大人になっていくことに、不安を感じる	1	2	3	4	5
今もこれからも、自分の中で変わらないだろうと思う良い面がある	1	2	3	4	5
今から未来にかけて、今のままではダメだと思うところがある	1	2	3	4	5
今から未来にかけて、自分が変わっていくことが楽しみである	1	2	3	4	5
今から未来に向けて、どうすればいいのかわからない	1	2	3	4	5
今もこれからも、好きであり続けるだろうと思うことがある	1	2	3	4	5
今から未来にかけて、自分の嫌なところはなくならないと思う	1	2	3	4	5

続きます→

[3] あなたの時間の使い方や日常生活について、お聞きします。

① あなたの**日ごろの時間の使い方**は、100点満点で、だいたい何点くらいだと思いますか。もっとも当てはまると思う番号に○をつけて下さい。

0点 10点 20点 30点 40点 50点 60点 70点 80点 90点 100点
0 — 1 — 2 — 3 — 4 — 5 — 6 — 7 — 8 — 9 — 10

② ①でつけた**点数の理由**を教えてください。なぜその点数なのですか？また、例えば、50点としたとき、満点になるには何が必要だったり、不足していると思いますか？

--

③ 日々の生活場面において、あなたが実際に行っている様々な活動や関わっていること、あるいは取り組んでいることの中で、**特に重要だと思っていること**について、以下の空欄に記入して下さい（**3つ**）。

--	--	--

④ ③で挙げた3つのうち、**最も重要だと思うもの**を以下の左側に記入してください。また、**その理由**を、以下の右側になるべく詳しく記入してください。

最も重要だと思うもの：	その理由：
--------------------	--------------

⑤ 以下の文中の〇〇には、④で最も重要であるとしてあげた項目を当てはめて考えてください。以下の文章を読んで、もっとも当てはまると思う番号に○をつけて下さい。

あ あ ど
 て て ち
 は は ら
 ま ま で
 ら ら も
 な な な
 い い い

〇〇をしていることに、全体的には満足している	1	2	3	4	5
〇〇をすることは、自分にとって意味のあることである	1	2	3	4	5
〇〇をしているときの自分が好きだ	1	2	3	4	5
〇〇をすることで、自分の目標や理想を実現できると考えている	1	2	3	4	5
〇〇をしていることで、毎日の生活が充実している	1	2	3	4	5
〇〇をしている中で、自分らしさを感じることができる	1	2	3	4	5
〇〇をしていると、時がたつのを忘れることがある	1	2	3	4	5
〇〇をすることは、将来何かの役に立つと考えている	1	2	3	4	5
〇〇をすることは、今の自分の支えになっている	1	2	3	4	5
〇〇をすることは、自分の目標や理想とは関係がない	1	2	3	4	5
〇〇をするのは楽しい	1	2	3	4	5
〇〇をすることは、社会的に見ても意味のあることである	1	2	3	4	5
〇〇をしているときは、自分が自分でいられるときである	1	2	3	4	5
〇〇をすることで、何かを得ることができると考えている	1	2	3	4	5
〇〇をしているのは、周りがそうしているからであって、特に自分でしたいと思っているわけではない	1	2	3	4	5
〇〇をしているのは、目標や理想があるからである	1	2	3	4	5

続きます→

[4] 以下にさまざまな文が並んでいます。それを読んであなたがそれらの意見についてどのように思うか、一番あっていると思う番号に○をつけて下さい。

	そ う 思 わ な い	や そ う 思 わ な い	や や そ う 思 わ な い	そ う 思 わ な い
あなたは、何でもなりゆきにまかせるのが一番だと思いませんか	1	2	3	4
あなたは、努力すれば立派な人間になれると思いませんか	1	2	3	4
あなたは、一生懸命話せば、だれにでもわかってもらえると思いませんか	1	2	3	4
あなたは、自分の人生を自分自身で決定していると思いませんか	1	2	3	4
あなたの人生は、運命によって決められていると思いませんか	1	2	3	4
あなたが幸福になるか不幸になるかは、偶然によって決まると思いませんか	1	2	3	4
あなたは、自分の身におこることは自分のおかれている環境によって決定されていると思いませんか	1	2	3	4
あなたは、どんなに努力しても、友人の本当の気持ちを理解することはできないと思いませんか	1	2	3	4
あなたの人生は、ギャンブルのようなものだと思いますか	1	2	3	4
あなたが将来何になるかについて考えることは、役に立つと思いませんか	1	2	3	4
あなたは、努力すればどんなことでも自分の力でできると思いませんか	1	2	3	4
あなたは、たいていの場合、自分自身で決断した方がよい結果を生むと思いませんか	1	2	3	4
あなたが幸福になるか不幸になるかは、あなたの努力しただけと思いませんか	1	2	3	4
あなたは、自分の一生を思いどおりに生きることができると思いませんか	1	2	3	4
あなたの将来は、運やチャンスによって決まると思いませんか	1	2	3	4
あなたは、自分の身におこることを自分の力ではどうすることもできないと思いませんか	1	2	3	4
あなたは、努力すればだれとでも友人になれると思いませんか	1	2	3	4
あなたが努力するかどうかと、あなたが成功するかどうかとは、あまり関係がないと思いませんか	1	2	3	4

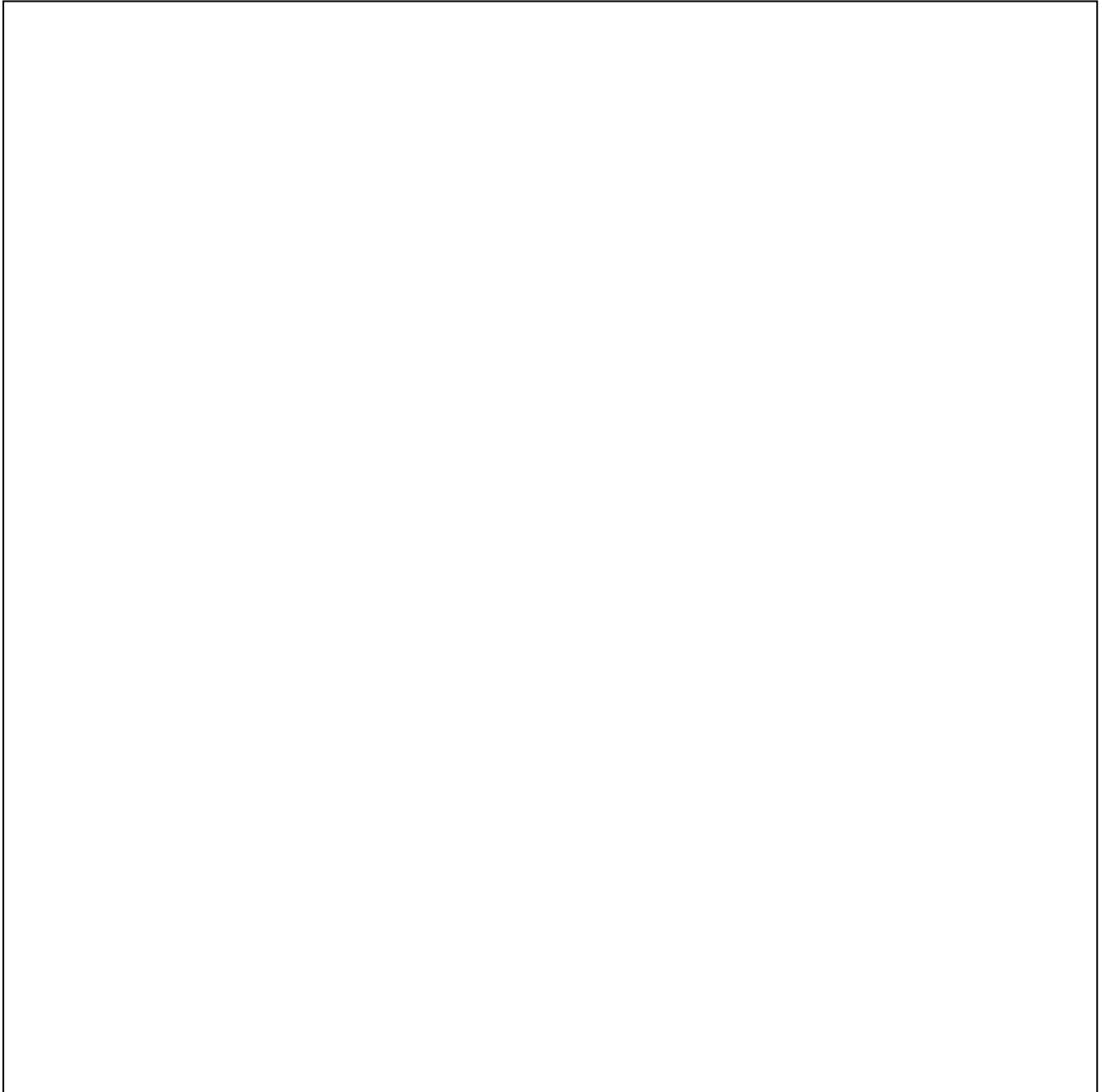
[5]以下の文章は、今のあなた自身の考え方や感情にどれくらい当てはまりますか。
 もっとも当てはまると思う番号に○をつけて下さい。

あ	あ	ど	あ	あ
て	て	ち	て	て
は	は	ら	は	は
ま	ま	で	ま	ま
ら	ら	も	ま	ま
な	な	な	る	る
い	い	い	る	る

私は混乱が生じないように日々の活動を管理している	1	2	3	4	5
私は物事を時の弾みで決定してしまうことが多い	1	2	3	4	5
私は自分がしたいことを全部できるよう毎日毎日を管理して時間配分している	1	2	3	4	5
私は計画を立てるのではなく、成りゆきにまかせて進めている	1	2	3	4	5
私は、その日にしなければならないことを計画してから活動する	1	2	3	4	5
何かをやろうとしても、〆切の日にならないとなかなか始められない	1	2	3	4	5
私は自分の時間を効果的に使うことを考えて、計画を立てている	1	2	3	4	5
私は何かをやるときには、時間ぎりぎりになってから急いでやる方だ	1	2	3	4	5
私はスケジュールに従って、すばやく物事を進めている	1	2	3	4	5
他人から期日を指定されないと、いつまでもやろうとしない	1	2	3	4	5

次が最後です→

[6] 現在, 過去, 未来がそれぞれ円で表されると仮定して, あなた自身の過去, 現在, 未来の関係について, あなたが感じていることを最もよく表すように, 3つの円を描いて下さい。描き方は自由です。異なる大きさの円を使っても構いません。描き終わったら, どの円が過去・現在・未来かわかるように書き入れて下さい。



以上でアンケートは終了です。ご協力ありがとうございました！
※アンケートに関する質問・感想は表紙ページの連絡先まで, お願いします。