

■ パーソナリティ4

常日頃の時間をどう使うか(パーソナリティ4) ①

データ	プライベート	ディメンジョン	ラベル名	対極
勉強しています。	活動状態 人 状態 人 活動	勉強 下に 2人 妹 いる 妹 遊んで 小3 中3 中3の妹 私 バレー部 バレー 小3の妹 結構 遊んで一っくる 外 おままこと 遊ぶ	タスク(勉強)行動	タスク(勉強)無行動
勉強以外では、私は下に2人妹がいるのですが、妹と遊んでいます。			家族(妹)との嗜好する(遊び)共同活動	家族との嗜好する無活動
小3と中3です。中3の妹とは妹も私もバレー部なのでバレーをしたりしています。	状態 人 活動		家族との嗜好する(バレー)共通、共同活動	家族との嗜好する無活動
小3の妹は結構遊んで一っくるので外で一緒におままことと遊んでいます。	人 程度 状態 場所 活動 活動		家族との嗜好する(おままごと)共同活動	家族との嗜好する無活動
集中力が切れたら私はもうやめるので。	状態 人 行動	集中力 切れたら 私 やめる	集中力の限界による活動停止	集中力の限界による活動継続
集中力が切れなければずっとやっています。	状態 条件 時 活動	集中力 切れなければ ずっと やって	集中力の無限界による活動継続	集中力の無限界による活動停止
ダメだなと思ったら一回やめてピアノ弾いたり、妹と遊んだりします。	状態 状態 状態 行動 活動 人 活動	ダメだな 思ったら 1回 やめて ピアノ弾いたり 妹 遊んだり	集中力の限界での嗜好する活動(遊ぶ、ピアノによる気分転換)	集中力の限界での嗜好する無活動による気分転換
集中力が切れる時間は3時間か4時間くらいです。	状態 状態 時間 時	集中力 切れる 時間 3時間が4時間	集中力限界時間の把握	集中力限界時間の無把握
★その中で今日はこれとこれやると決めています。	時 もの 行動 状態 状態 行動 状態 行動	今日 これとこれ やる 決めている	事前の決心事項による活動の遂行	事前の決心事項による活動の無遂行
バレーとやってバレーと終わらせます。	行動 状態 行動 状態 行動	バレーと やって バレーと 終わらせる	集中活動による短時間での遂行	集中活動による短時間での無遂行
★合理的に時間は使っていきたいです。	状態 時 活動 感情	合理的 時間 使っていきたい	合理的な時間使用願望	合理的でない時間使用願望
部活はダンスをしています。	活動 活動	部活 ダンス	部活動(ダンス)への所属	部活動への無所属
部活は弓道をしています。	活動 活動	部活 弓道	部活動(弓道)への所属	部活動への無所属
バドミントンをやっています。硬式テニスもやっています。	活動 活動 活動	バドミントン 硬式テニス	部活動(バドミントン)への所属 部活動(硬式テニス)への所属	部活動への無所属 部活動への無所属
家に帰って、寝て(笑)、ご飯食べて、勉強して、寝ます。	場所 行動 活動 活動 活動 活動	家 帰って 寝て ご飯食べて 勉強して 寝ます	帰宅後の嗜好する活動(寝る)	帰宅後の嗜好する無活動
寝ることが一番好きなので。	活動 程度 感情	寝る 一番 好き	嗜好する活動(寝る)	嗜好する無活動
★好きなことをまず帰って一番にするということです(笑)。	感情 こと 時 行動 時 活動	好きな こと まず 帰って 一番 する	帰宅後の嗜好する活動(寝る)	嗜好する無活動

常日頃の時間をどう使うか(パーソナリティ4) ②

シーン	プロパティ	ディメンション	ラベル名	変換
誰かだどに挨拶するときばちゃんどできている感じがします。★	活動 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶する活動(挨拶)後のタスク行動(挨拶)	挨拶する挨拶
浴えて、頭が熱くなります。	挨拶 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶する活動(挨拶)後のタスク行動(挨拶)	挨拶する挨拶
3時が終わって、帰りに誰かあるのでもまきつて、だいたい1時くらいに帰ります。	活動 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶する活動(挨拶)後のタスク行動(挨拶)	挨拶する挨拶
前回は夏だと7時に終わります。	活動 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶する活動(挨拶)後のタスク行動(挨拶)	挨拶する挨拶
お風呂に入って、テレビ見ながら(笑)、なんか準備したりして、12時半くらいに寝ます。	活動 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶する活動(挨拶)後のタスク行動(挨拶)	挨拶する挨拶
帰ったらお風呂はまったくないです。朝は8時半ごろ起きます。	活動 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶する活動(挨拶)後のタスク行動(挨拶)	挨拶する挨拶
帰って、風呂入って、ご飯食べて、寝ます。	活動 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶する活動(挨拶)後のタスク行動(挨拶)	挨拶する挨拶
部活は4時40分くらいから始めて、7時くらいまでです。今は、部活で集まっている方ですけど、7時27分の駅まで乗って、8時くらいに家に着きます。まずはお風呂に入って、そのあとにご飯を食べます。	活動 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶する活動(挨拶)後のタスク行動(挨拶)	挨拶する挨拶
まず、お風呂から入る理由は、汗かいてるのだから気持ちいいからです。	活動 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶する活動(挨拶)後のタスク行動(挨拶)	挨拶する挨拶
そして、お風呂がすくのでご飯を食べ、あとなんもないから、勉強(笑)します。	活動 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶する活動(挨拶)後のタスク行動(挨拶)	挨拶する挨拶
ほかのみんなみたいに、たまたまに汗かいてるのだから気持ちいいから、やる気もありません。	活動 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶する活動(挨拶)後のタスク行動(挨拶)	挨拶する挨拶
勉強がすくなくて、10時半くらいに寝ます。朝は1時6時くらいに起きます。	活動 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶する活動(挨拶)後のタスク行動(挨拶)	挨拶する挨拶
部活一解なんでもけど、8時くらいに家に帰るの、そこがグッシューで汗かいて、ご飯食べて、	活動 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶する活動(挨拶)後のタスク行動(挨拶)	挨拶する挨拶
テレビを見ながら洗濯物をたたくので、	活動 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶する活動(挨拶)後のタスク行動(挨拶)	挨拶する挨拶
勉強して、寝ます。	活動 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶する活動(挨拶)後のタスク行動(挨拶)	挨拶する挨拶
部活は7時くらいに終わります。1つに2つです。	活動 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶する活動(挨拶)後のタスク行動(挨拶)	挨拶する挨拶
みんなと一緒と同じで、私は8時くらいに帰るの、お風呂に入ってから、勉強して寝ます。	活動 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶する活動(挨拶)後のタスク行動(挨拶)	挨拶する挨拶
朝早く起きて勉強するよになります。	活動 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶 挨拶 挨拶 挨拶 挨拶	挨拶する活動(挨拶)後のタスク行動(挨拶)	挨拶する挨拶

常日頃の時間をどう使うか(パーソナリティ4) ③

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
早くって言っても3時か4時ぐらいい早起きでやるみたいないな感じですか。	時 行動 活動	早く 3時か4時 おきて やる	タスク(勉強)行動遂行のための時間管理	タスク(勉強)行動遂行のための時間無管理
眠気に抵抗できないから、そのまま寝落ちしちゃいます。朝目が覚めるまで。	こと 行動 否定 状態 状態 時 状態	眠気 抵抗 できない そのまま 寝落ち 朝 目がさめる まで	タスク(勉強)行動遂行のための時間管理の失敗	タスク(勉強)行動遂行のための時間管理の成功
テニスの部活は今が一番忙しい時期だと思います。	活動 活動 時 程度 状態 時	テニス 部活 今 一番 忙しい 時期	部活動への時期による忙しさ	部活動への時期でない忙しさ
練習は、うーん。でも先生が来なかつたらキツくないです(笑)。	活動 人 状態 状態	練習 先生 来ない きつくない	指導者の不在による活動への不疲弊	指導者の不在による活動への疲弊
今は夏の大会に向けて頑張っています。	時 時 こと 行動 行動	今 夏 大会 に向けて 頑張っています	厳選の場での達成への目標による努力	厳選の場での達成への目標による無努力
一日の中でこれは必ずやるって決めているものは、音楽は聴きます。	時 程度 行動 状態 こと 活動	一日中 必ず やる 決めている 音楽 聴く	嗜好する絶対的な活動(音楽聴く)	嗜好する絶対的な無活動
それはダンスの為にものなるからというのではないんですけど	活動 状態 理由 否定 否定	ダンス 為になる から ではない	活動のためでない嗜好する活動(音楽聴く)	活動のためでない嗜好する無活動
、単純に好きな音楽聴いたら気持ちもなんか、上がるかなと。	状態 感情 こと 活動 感情 感情	単純に 好きな 音楽 聴いたら 気持ち 上がる	気分向上のための嗜好する活動(音楽聴く)	気分向上のための嗜好する無活動
★朝、ウォーキングとかランニングやっています、ということかないです。	時 活動 活動 否定 否定	朝 ウォーキング ランニング ということかない	日課の無行動	日課の行動
部活がキツイから、それどころではないです。(強引)	活動 感情 状態 こと	部活 キツイ それどころじゃない	部活動での疲弊による日課の無行動	部活動での疲弊による日課の行動
朝ドラを見てます(笑)。夜の11時半からのを見てます。	こと 時 時 活動 活動	朝ドラ 夜 11時半から 見てます	嗜好する日課の行動(朝ドラ)	嗜好する日課の無行動
効率が悪い。	状態	効率が悪い	不効率への嫌悪	効率への嫌悪
宿題に時間をとられる	活動 こと 状態	宿題 時間 取られる	タスク(宿題)行動への時間消費	タスク(宿題)行動への時間無消費
効率よく、	状態	効率よく	効率性向上願望	効率性向上無願望
起きる時間と寝る時間は基本同じ	行動 時 活動 時 状態 状態	起きる 時間 寝る 時間 基本 同じ	日常生活行動(起床、就寝)のルーティン化	日常生活行動(起床、就寝)のパラパラ

常日頃の時間をどう使うか(パーソナリティ4)
カテゴリー

外での活動

日常生活行動

リラックス、嗜好する活動

タスク行動

時間の使い方

スポーツや運動(身体活動)と聞いてどんなイメージをもつか(パーソナリティ4) ①

データ	プライマリ	ディメンション	ラベル名	対極
スポーツとか運動と聞いてバツと思いつくこと…オリンピックです。	活動 活動 時 状態 こと	スポーツ 運動 バツと 思いつく オリンピック	アスリート競技(オリンピック)のイメージ	アスリート競技でないイメージ
なんか…スポーツの祭典だからですかね。 見ることは好きですね。	活動 こと 活動 感情	スポーツ 祭典 見ること 好き	スポーツ祭典によるアスリート競技のイメージ スポーツ・身体活動の観戦への好み	スポーツ祭典によるアスリート競技でないイメージ スポーツ・身体活動の観戦への無好み
やるのも好きなのですが、	活動 感情 逆説	やる 好き ですが	スポーツ・身体活動の活動への好み	スポーツ・身体活動の活動への無好み
テレビなどでサッカーや野球がやっていたら結構全部まで見ます。	物 活動 活動 状態 強調 程度 活動	テレビ サッカー 野球 やっている 結構 全部 見る	スポーツ・身体活動(サッカー、野球)の放送による最後まで観戦	スポーツ・身体活動(サッカー、野球)の放送による最後まで観戦
スポーツ系は、 ★スポーツと聞くことやアスリートって感じがですね。 パレー部に所属しています。	活動 人 活動 状態	スポーツ アスリート パレー部 所属	テレビにおけるスポーツ・身体活動の視聴 アスリート競技(オリンピック)のイメージ 部活動(パレー部)への所属	テレビにおけるスポーツ・身体活動の視聴 アスリート競技でないイメージ 部活動(パレー部)への無所属
体を動かすこと。 楽しいもの。観戦が楽しい、というイメージです。	物 活動 感情 こと	体 動かす 楽しい もの 観戦 楽しい イメージ	身体活動 スポーツ・身体活動の観戦による歓楽のイメージ	身体無活動 スポーツ・身体活動の観戦による無歓楽のイメージ
イメージは、なんかマイナスのイメージしかない。	こと 状態 こと 状態	マイナス イメージ しかない	スポーツ・身体活動へのネガティブのみのイメージ	スポーツ・身体活動へのポジティブのみのイメージ
あんまり運動が好きじゃないから、 キツイとかくらいしが厚かばないです でも、見るのは楽しいと思えます。	程度 活動 感情 状態 感情 活動 時 活動 経験 時 状態 活動	あんまり 運動 好きじゃない キツイ 厚かばない でも 見るの 楽しい	活動への嫌悪 活動への観戦のみへの嫌悪	活動への好み 活動への観戦のみへの無歓楽
テニスは中学の時、ソフトテニスをやったので、まだできるかなと思ってやっています。	逆説 状態 活動 感情	でも 基本的 運動 好きじゃない	活動への基本的な嫌悪	活動への基本的な好み
★だからキツイという思いがあります。	理由 感情 状態 こと 状態 時 活動 感情	だから キツイ キツイ 持久力 ない ずっと 動いている キツイ	活動への嫌悪による疲弊 身体能力不足による活動への疲弊	活動への好みによる疲弊 身体能力不足による無活動への疲弊

スポーツや運動(身体活動)と聞いてどんなイメージをもつか(パーソナリティ4) ②

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
(考えながら小声で)スポーツ…スポーツ…?イケイいやっ、楽しいというイメージです。	活動感情 こと	スポーツ 楽しい イメージ	スポーツ・身体活動への放棄イメージ	スポーツ・身体活動への無放棄イメージ
楽しいと思うのは体を動かしたあとに、汗をかいてさっぱりするからです。	感情 もの 活動 時 状態 感情	楽しい 体 動かした 後に 汗をかいて さっぱり	活動後の爽快感による放棄	活動後の爽快感による無放棄
そうですね、ストレスとかあったときにスッキリできるというか。	状態 感情	ストレス スッキリ	活動での爽快感によるストレス発散	活動での爽快感によるストレス無発散
僕はサッカーが好きなんですけど、	人 活動 感情	僕 サッカー 好き	特定の活動(サッカー)への好み	特定の活動(サッカー)への無好み
嫌なことがあったらボール蹴って、	感情 状態 活動	嫌 あったら ボール蹴って	嫌悪要素の活動(サッカー)要因	好み要素の活動(サッカー)要因
置っているうちに、クツナーみたいな感じになるからです。	活動 時 感情	置っている うちに クツナー	嫌悪要素による活動での感情起伏	好み要素による無活動での感情起伏
★クツナーというのは、ボールに当たれるし、	感情 物 行動	クツナー ボール 当たる	感情起伏による活動への転換	感情起伏による無活動への無転換
無心になっちゃって忘れちゃったりするからなんです。	感情 状態	無心 忘れちゃったり	活動による嫌悪の忘却	活動による好みの無忘却
キツイけど、できたら楽しい、みたいなイメージです。	状態 逆説 状態 感情	キツイ けど できたら 楽しい	活動可能での疲弊不優先による放棄	活動可能での疲弊不優先による無放棄
どういうのが、できたらっていうのは動きとか技とかです。	状態 こと こと	できたら 動き 技	技術向上による活動可能	技術向上による無活動可能
練習はなんかも、あー面倒くさいって思うんですけど、	活動 感情	練習 めんどくさい	活動の練習への倦怠	活動の練習へのやる気
できたら、ああやってよかったって思えます。	状態 感情	できたら やってよかった	活動可能での活動への満足	活動可能での活動への不満足
★それで、また次、やるうって思っちゃってことです。	頻度 時 感情	また 次 やるう	活動への満足による再活動願望	活動への不満足による再活動無願望
★「ああできた」「みたいな瞬間とかに共感があります。	感情 時 感情	ああできた 瞬間 共感	活動可能瞬間への共感	活動可能瞬間への無共感
◎自分もともとサッカーが大好きなんですけど、	人 状態 活動	自分 もともと サッカーが	部活動(サッカー)への所属	部活動(サッカー)への無所属
自分は相手の選手とかわからないんですけど、中央高校に入ったら「ムラ中(学校名)でサッカーしてたよ、ね!」って、知らない人から声かけられたりがありました。	人 人 状態 場所 時 場所 活動 経験 人 状態	自分 相手の選手 わからない 中央高校 入った時 ムラ中 サッカー してた 知らない人 声かけられたり	活動経験(サッカー)による他者からのコミュニケーション	活動経験(サッカー)による他者からのコミュニケーション無
★そういうことがあって、スポーツ、サッカーしててよかったなあと思いました。	活動 活動 経験 感情	スポーツ サッカー してて よかったなあと	他者からのコミュニケーションによる活動への満足	他者からのコミュニケーションによる無活動への不満足
★それは、友達と、サッカーを通じて繋がったことなんです。	人 活動 状態 状態	友達 サッカー 通じて 繋がった	活動(サッカー)による他者との関係構築	活動(サッカー)による他者との関係無構築
◎同じなんですけど、私はもともと島(屋久島)にいたんですけど、高校でこっち(鹿児島市)に来たんです。	人 時 場所 状態 場所 場所 行動	私 もともと 島(屋久島) いた 高校 こっち(鹿児島市) 来た	環境変化による他者との関係変化	環境変化による他者との関係無変化

スポーツや運動(身体活動)と聞いてどんなイメージをもつか(パーソナリティ4) ③

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
屋久島で、ソフトテニスをしてたんですけど、	場所 活動 経験	屋久島 ソフトテニス していた	部活動(テニス)への所属	部活動(テニス)への無所属
同じ島にソフトテニス部があるのはうちの学校しかなくて、	場所 活動 状態 場所 状態	同じ島 ソフトテニス部 ある うちの学校 しかない	環境による活動(テニス)への制限	環境による無活動(テニス)への無制限
だから隣の種子島まで毎回大会がある時に行っていました。	理由 場所 頻度 活動 時 行動	だから 隣の種子島 毎回 大会 ある 時 行って	環境による活動(テニス)の厳選の場への制限	環境による無活動(テニス)の厳選の場への無制限
そしたら、鹿児島でその人たちが私と同じように硬式テニスを始めて、	場所 人 人 状態 活動 行動	鹿児島 その人たち 私 同じように 硬式テニス 始めて	活動(テニス)による他者活動への影響	活動(テニス)による他者活動への無影響
また大会で会ったりとか、友達との輪が広がったっていうことがありました。	場所 状況 人 人 状態 状態	大会 会ったり 友達 輪 広がった	活動による他者との関係構築	活動による他者との関係無構築
楽しそう、自分がしててそうだから	感情 人 活動 状態	楽しそう 自分 してて そう	活動経験による歓楽イメージ	活動経験による無歓楽イメージ
体を動かして、汗をかいて、	活動 状態	体を動かして 汗をかいて	身体の活動	身体が無活動
達成感を味わえる、楽しいもの。	感情 感情 感情	達成感 味わえる 楽しい	活動での達成感による歓楽	活動での達成感による無歓楽
理由としては子どものときから外で遊ぶことが好きだった。	時 場所 活動 感情	子どもの時 外 遊ぶ 好き	嗜好する活動経験(小さい頃)による活動への好み	嗜好する活動経験(小さい頃)による無活動への無好み
達成感を味わうようになったのは中学で陸上競技を始めてから。	感情 感情 状態 時 活動 活動	達成感 味わう ようになった 中学 陸上競技 始めて	活動(陸上)開始による達成感への感情	活動(陸上)開始による達成感への無感情
楽しいもの。	感情	楽しい	スポーツ・身体活動への歓楽イメージ	スポーツ・身体活動への無歓楽イメージ
幼い頃に家族みんなで色々なスポーツをしていたこと	時 人 人 状態 活動 経験	幼い頃 家族みんな 色々な スポーツ していた	他者(家族)との様々な共同活動経験による歓楽	他者(家族)との様々な共同活動経験による無歓楽
きついけど楽しいもの。	状態 感情	きつい 楽しい	活動への疲弊と歓楽の混同	活動への疲弊と無歓楽の混同
課題があって、練習でなかなかできなくて、	状態 時 程度 状態	課題があって 練習で なかなか できなくて	タスク(課題)行動による活動(練習)の不実施	タスク(課題)行動による無活動(練習)の不実施
きつかったけれど、	状態 遊説	きつかった けど	活動による疲弊	活動による無疲弊
できるようにって達成感を感じたこと	状態 感情	できるようにって 達成感	活動可能による達成感	活動可能による達成感皆無
スポーツは友達や仲間を増やすことができる。	活動 人 人 活動	スポーツ 友達 仲間 増やす	活動による他者との関係性増加	活動による他者との関係性減少
相手チームの人と友達になり、スポーツをしていなかったら友達になることもなかったらうらやましかったから	人 人 状態 活動 条件 状態	相手チームの人 友達になり スポーツ してなかったら 友達になることもなかった	活動による他組織の他者との関係構築	活動による他組織の他者との関係無構築

スポーツや運動(身体活動)と聞いてどんなイメージをもつか(パーソナリティ4) ④

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
マイナスなイメージ(きつい、苦しいなど)がほとんどですが、	状態 こと 状態 程度	マイナス イメージ きつい 苦しい ほとんど	活動への疲弊によるネガティブなイメージ	活動への疲弊によるポジティブなイメージ
友達と一緒にできたり、	人 状態 状態	友達 一緒に できる	他者(友達)との共同活動による歓楽	他者(友達)との共同活動による無歓楽
練習で上達したりするのは すごく楽しくてプラスなイメージ もあります。	活動 状態 程度 感情 状態 こと	練習で 上達 すごく 楽しくて プラス イメージ	活動への能力向上による歓楽	活動への能力向上による無歓楽
自分が運動ができないから、 あまり良いイメージがありません。	人 活動 状態 程度 状態 こと 状態	自分 運動 できない あまり 良い イメージ ありません	活動への能力不足によるネガティブなイメージ	活動への能力不足によるポジティブなイメージ
「走り」が全ての基本だと言 われたことがあって、	活動 状態 経験	走り 基本 言われたことがあって	他者からの活動への必要能力(走り)の 言及	他者からの活動への必要能力(走り)の 無言及
私はそれ(走り)が一番苦手 で嫌いなので、	人 活動 程度 状態 感情	私 それ(走り) 一番 苦手 嫌い	言及された必要能力(走り)への不足	言及された必要能力(走り)への充足
マイナスイメージに繋がりました。	状態 こと 状態	マイナス イメージ 繋がりました	活動への能力不足によるネガティブな イメージ	活動への能力不足によるポジティブな イメージ
スポーツは楽しいもの！	活動 感情	スポーツ 楽しい	活動への歓楽なイメージ	活動への無歓楽なイメージ
幼い頃から母がたくさん遊 んでくれました	時 人 程度 状態	幼い頃 母 たくさん 遊んでくれた	他者(家族)との嗜好する共同活動経 験による歓楽	他者(家族)との嗜好する共同活動経 験による無歓楽
健康に良い、	状態 状態	健康 良い	活動による健康の獲得	活動による健康の無獲得
自己を高められる、	こと 状態	自己 高められる	活動による能力向上	活動による能力無向上
夏・秋頃に活発にするもの、	時 時 状態 条件	夏 秋頃 活発 するもの	特定の時期(夏・秋)への集中活動イ メージ	特定でない時期活動イメージ
学校では部活・体育でする もの。	場所 活動 活動 条件	学校 部活 体育 するもの	組織(学校)での特定の活動(部活・体 育)のイメージ	組織(学校)での特定の活動(部活・ 体育)のイメージ
スポーツをすると、次の体力 テストでさらに良い成績が残 せる	活動 時 こと 程度 状態 こと 状態	スポーツ 次 体力テスト さらに 良い 成績 残せる	活動による身体能力基準評価への高 評価	活動による身体能力基準評価への低 評価
祖父が毎日歩いていて、い までも元気だから。	人 時 活動 状態 状態	祖父 毎日 歩いていて 今でも 元気	他者(祖父)の活動による好影響	他者(祖父)の活動による悪影響
楽しい。	感情	楽しい	活動への歓楽なイメージ	活動への無歓楽なイメージ
幼い頃からいろいろな運動 をしていたから	時 状態 活動 経験	幼い頃 色々 運動 していた	様々な共同活動経験(幼い頃)による 歓楽	様々な共同活動経験(幼い頃)による 無歓楽

スポーツや運動(身体活動)と聞いてどん
なイメージをもつか(パーソナリティ4)

カテゴリー

歓楽

嫌悪

爽快感

疲弊

環境による制限

コミュニケーション

自身

身体活動をしている時、周りの目が気になるか(パーソナリティ4) ①

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
私はスタメンではなくてリベンジなので、	人 状態 状態 状態	私 スタメン ではなく サブメン	活動における無選抜	活動における選抜
あまり期待されていないので、	程度 状態	あまり 期待されていない	無選抜による自身への無期待思考	無選抜による自身への期待思考
周りの目を気にしてどうか	もの 感情 感情 程度 状態	周りのめ 気にして 緊張 あまり ない	無期待による周囲からの視線への無預感	無期待による周囲からの視線への関心
緊張とかはあまりないですね。	人 状態	誰も 見ていない	無期待による周囲からの無視線意識	無期待による周囲からの視線意識
★逆に自分が重要なメンバーに選ばれたとしたらそれは緊張するんじゃないですかね。	逆祝 人 状況 状態 感情	逆に 自分 重要 メンバー 選ばれる 緊張	選抜による緊張	選抜による無緊張
★みんなの前でスポーツをやるのは嫌だなあと思っただけあります。	人 状態 活動 感情 程度	みんな 前 スポーツをやる 嫌だなあ ある	面前での活動への嫌悪	面前での活動への好み
小学生の時、ソフトボールの授業をしていて、男女でペアを組んでキャッチボールをしようってなって、小さい男の子と組んでキャッチボールしたら、球が強かったのかわからないけど鼻にガンと当たってしまっで、パーツと鼻血が出てしまっで...	時 活動 活動 人 状態 行動 活動 状態 人 活動 もの 状態 もの 状態 もの 状態	小学校の時 ソフトボール 授業 男女 ペア 組んで キャッチボール ちっちゃい 男の子 組んで キャッチボール 球 強かった 鼻 当たって 鼻血 出て	活動経験での他者への失敗	活動経験での他者への成功
それが怖いなって思いました。	感情	怖い	他者への失敗による活動への恐怖	他者への失敗による活動への無恐怖
自分も、スポーツはめっちゃイケてるのかなんですけど。	人 活動 程度 状態 状態	自分 スポーツ めっちゃ イケてる ない	活動(スポーツ)への無得意	活動(スポーツ)への得意
中学校の頃は野球をやっていた、エラーをすることもあって、その時「あー」とか思ったんですけど。	時 活動 状態 経験 時 感情	中学校の頃 野球 エラーする こともあって その時 あー	活動失敗経験による放心感情	活動失敗経験による無感情
でも、そんなに嫌になることはなかったです。	逆祝 程度 感情 状態 人 行動	でも そんなに 嫌になる ことはなかった	放心感情による無嫌悪	放心感情による嫌悪
エラーをして仲間に見つめられたりとかは、逆に、励ましてくれました。	人 行動	エラー 仲間 励まし	活動失敗による他者からの励まし	活動失敗による他者からの呵責
走るのがそんなに好きじゃないんですけど。	活動 程度 感情	走る そんな 好きじゃない	特定の活動(走る)への無好み	特定の活動(走る)への好み
自分が走ってるのを見て、走り方がへんだなあと思います。	人 活動 状態 もの 状態 感情	自分 走っている 見て 走りかた 変 思う	自身の特定活動(走る)への不自然動作	自身の特定活動(走る)への不自然動作
まあ、人に言われたことはないんですけど...	人 状態 程度	人 言われる ない	不自然動作への他者からの無言及	不自然動作への他者からの言及
水泳もそうなんですけど、客観的に見て(私って)こんな動き方してたかなって、なんだか嫌になりました。	活動 状態 行動 もの 感情	水泳 客観的に 見て 動きかた 嫌	自身の活動(水泳)への不自然動作による嫌悪	自身の活動(水泳)への不自然動作による好み
★恥ずかしいという思いは	感情	恥ずかしい	活動への羞恥心	活動への無羞恥心

身体活動をしている時、周りの目が気になるか(パーソナリティ4) ②				
データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
自分は、これでできているのかな～という感じの方です。	人 状態 状態	自分 これで できている	自身の活動での可能への疑問	自身の活動での可能への無疑問
前の体育大会の時に、自分は、足速いってわけではないんですけど、周りよりちょっと速かっただけで、色別(おそらく色別対抗リレーのこと)の選手に選ばれてしまっ…。	時 活動 人 状態 人 比較 程度 状態 条件 状態 状態 状態	前 体育大会 自分 足速い 周り より ちょっと 速かった だけで 選手 選ばれる	集団活動における能力不足での自身の選抜	集団活動における能力不足での自身の不選抜
でも周りはもっと速くて、すごく離されてしまって、	逆説 人 程度 程度 程度 状態	でも 周り もつと 早くて すごく 話されてしまっ…	活動での周囲との能力差異による悪い結果	活動での周囲との能力差異による良い結果
うわあ～なんかやったな～みたいな感じになりました。やったな～っていうのは恥ずかしいし。	感情 状態 状態 感情	うわあ～ やったな～ やったな～ 恥ずかしい	悪い結果による羞恥心	良い結果による羞恥心
チームとしても、ああ自分のせいで負けたみたい、感じます。	人 人 状態 状態	チーム 自分 せい 負けた	悪い結果による自身による敗北要因自覚	良い結果による自身による敗北要因自覚
★自分のやっている部活とは違う、	人 活動 状態	自分の 部活 違う	未経験活動	経験活動
他のスポーツとか他の動きの時は緊張したりします。	条件 活動 条件 活動 時 感情 否定 状態	他の スポーツ 他の 動き 時 緊張 しない	未経験活動における別仕事への緊張	経験活動における別仕事への緊張
苦手なものは(徒競走など)、周り比べてしまう	状態 人 状態	苦手 周り 比べてしまう	不得意活動における周囲との比較	得意活動における周囲との比較
特にない、小学生からスポーツをしていてミスが気にならない	時 活動 状態 感情	小学生 活動 ミス 気にならない	活動経験豊富による失敗への無関心	活動経験皆無による失敗への無関心

身体活動をしている時、周りの目が
気になるか(パーソナリティ4)
カテゴリー

周囲

自身

無期待

どのようなスポーツ・身体活動であれば行きたいか(パーソナリティ4) ①

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
★スポーツをしていて自分が良いプレーをして気持ちいいと思った時はモチベーションがあがりますね。	活動人 状態 活動感情 感情 時 感情	スポーツ 自分 良い プレー 気持ちいい 思った 時 モチベーションが上がる	活動での良質プレーにおける歓楽	活動での良質プレーにおける無歓楽
部活です。	活動 活動 こと 状態 人 こと 状態 感情	部活 プレー 動画 シェアされて 話題になったり 私 インスタ ツイッター していない 嬉しい	部活動での歓楽	部活動での無歓楽
例えばそのプレーの動画がシェアされて話題になったりしたら、私、インスタとかツイッターとかかしていいんです。どうですかね。嬉しいと思いますね			活動におけるシェアへの歓楽	活動におけるシェアへの無歓楽
みんなにすごいとか言われたら嬉しいと思います。	人 状態 感情	みんな すごい 言われたら 嬉しい	活動へのシェアにおける高評価フィードバックへの歓楽	活動へのシェアにおける低評価フィードバックへの無歓楽
★この試合に勝ったら何かおげると言われたらそれはおげます	活動 条件 もの 状態 感情	試合 勝ったら 何か おげると 言われたら がんばります	活動の勝利での報酬による動機付け	活動の勝利での報酬による無関心
ものをくれると言われたら人ががんばります。	もの 状態 人 感情	もの くれる 言われたら 人 頑張る	報酬による動機付け	報酬による無関心
大会があるから、やっぱり勝ちたいとは思って、	活動 感情 逆説	大会 勝ちたい けど	厳選の場(大会)への勝利願望	厳選の場(大会)への勝利無願望
でも、他の高校に強い人が多いので、なかなか難しいです。	逆説 状態 場所 状態 人 状態	でも 他の 高校 強い 人 多い 厳しい	他組織の熟練による厳選の場での勝利への難しさ	他組織の熟練による厳選の場での勝利への簡単さ
私たちは練習時間が限られているから、	人 活動 時 状態	私たち 練習 時間 限られている	活動(練習)への時間制限	活動(練習)への時間無制限
どちらかというと、いい試合ができるとか、内容のほうが大事になって思います。	比較 状態 活動 こと 比較 状態	どちらかというと いい 試合 できる 内容 方 大事	活動におけるプロセスの優先	活動におけるプロセスの無優先
自分を肯定できるときは最後まであきらめなかった時、	人 行動 状態 時 状態	自分 皇帝 できる 時 最後まで 諦めなかった 時	完全遂行時における自己肯定	完全遂行時における自己否定
どれだけ差が開いていても、ちゃんと最後まで粘れた時です。	程度 こと 状態 時 状態	どれだけ 差 開いても 最後まで 粘れた 時	勝利高難易度時における完全遂行	勝利高難易度時における不完全遂行
★たとえ負けても粘れたら、ああ頑張ったなと思います。	状態 感情	負けても 粘れたら 頑張ったな	完全遂行における努力による敗北への許容	完全遂行における努力による敗北への拒絶
私は試合に勝ちたいとは思わないです。	人 活動 感情 感情	私 試合 勝ちたい 思わない	活動(試合)への勝利無願望	活動(試合)への勝利願望
仲間と一緒に頑張れるのでやっています。	人 状態 感情 活動	仲間 一緒に 頑張れる やって	他者との共同活動による動機付け	他者との共同活動による無関心
あと食べるのが好きなので、太らないようにやろうと思っています。	活動 感情 状態 感情	食べるの 好き 太らないように やろう	嗜好する活動(食べる)継続のための活動	嗜好する活動(食べる)継続のための無活動
★友達いい関係で運動できるというのが一番いい、	人 状態 活動 状態 程度 感情	友達 いい 関係 運動 できる 一番 いい	他者との良好関係継続による活動への願望	他者との良好関係継続による活動への無願望
そして、食べる分動く、という形で、スポーツというものを使っています(うなぎながら笑)。	活動 程度 活動 活動 行動	食べる ぶん 動く スポーツ 使っています	嗜好する活動(食べる)継続のための活動の利用	嗜好する活動(食べる)継続のための活動の不利用
私も勝ち負けとかよりは、	人 状態 比較	私 勝ち負け より	活動(試合)への勝敗への無関心	活動(試合)への勝敗への動機付け

どのようなスポーツ・身体活動であれば行いたい(パーソナリティ4) ②

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
自分が練習したショットとか試合の中で出せたしたら、もうそれでいいと思っています。	人 活動 こと 状態 程度 感情	自分 練習した ショット 試合 出せた もう いい 思っています	努力成果示唆による活動への満足	努力成果示唆による活動への不満足
粘ることとかも自分の中でちゃんとやらなければならないと思ひ。	状態 程度 行動 感情	粘る ちゃんと やらなければならない	自身目標(粘る)の達成への努力	自身目標(粘る)の達成への無努力
練習したことが活かされた試合なら、勝っても負けても、点差が閉じてもいいかと思ってます。	練習 状態 活動 試合 勝っても負けても 点差 閉じてても いいかな	活かされた 試合 勝っても負けても 点差 閉じてても いいかな	努力成果示唆による活動の勝敗への無関心	努力成果示唆による活動の勝敗への動機付け
「速ってから」ドロップ、フロップを、自分があそこだっと思ふように決められたときは「よしやー！」という気持ちになります。	こと 人 状態 感情	ドロップ 自分 思ふところ 決められた よしやー	努力成果示唆による活動への大きな満足	努力成果示唆による活動への大きな不満足
次は、もっと速うことを練習して、	程度 状態 感情	次 もっと 速うこと 練習	努力成果示唆によるさらなる能力向上意欲	努力成果示唆によるさらなる能力向上無意欲
もっとその気持ちを使わえるようにがんばらうと思ひます。	程度 感情 状態 感情	もっと その気持ち 使わえるように 頑張ろう	努力成果示唆感情の再喚起	努力成果示唆感情の無喚起
できれば勝ちたいです。	条件 感情	できれば 勝ちたい	追加勝利願望	追加勝利無願望
自分も勝ち負けはあんまり気にしないで、	状態 程度 感情	自分 勝ち負け あんまり 気にしない	活動(試合)への勝敗への無関心	活動(試合)への勝敗への動機付け
楽しめればいいと思ひます。	状態 感情	楽しめれば いい	活動への教養優先	活動への教養無優先
最初うまくいかないけど、	時 状態 感情	最初 うまくいかない けど	活動への初期の不熟	活動への初期の熟練
練習して、それが本番で出せたら、よかったなあと思ひます。	練習 時 状態 感情	練習して 本番で 出せたら よかったなあと	活動継続による努力成果示唆による安心感情	活動継続による努力成果示唆による安心無感情
本番で力を出せないときもありません。	時 状態 感情	本番 力を出せない 時 ある	活動場面での努力成果示唆の不示唆	活動場面での努力成果示唆
とりあえず、もう切り替えまふ。	行動	切り替える	活動における努力成果示唆での切り替え	活動における努力成果示唆での不切り替え
いつも以上に気合を入れてやります。	時 状態 感情 行動	いつも 以上 気合い 入れて やる	努力成果示唆による強い動機付け	努力成果示唆による無関心
自分も勝ちたいとかいうよりは自分のレベルを上げていきたいです。	人 感情 状態 人 こと 状態	自分 勝ちたい よりは 自分の レベル 上げて いきたい	勝利への無関心による能力向上願望の優先	勝利への無関心による能力向上願望の無優先
弓道は、団体競技でもあるので、最低でもチームに迷惑がかかることがないようにしています。	活動 こと 程度 人 状態 行動	弓道 団体競技 最低でも チーム 迷惑 かからないように しています	集団活動における組織への教因要素不関与願望	集団活動における組織への教因要素不関与無願望
★1人1人の成績が、チームの成績になるということは、緊張します。	人 こと 人 こと 状態 感情	1人1人 成績 チーム 成績 なる 緊張	集団活動における組織への勝敗要素関与による緊張	集団活動における組織への勝敗要素関与による無緊張
チームでの勝利ということば、負けてもいいんですけど、自分のせいではなかったという感じがするように、レベルを上げていきたいです。	人 状態 状況 人 状態 感情 こと 状態 感情	チーム 勝利 負けてもいい 自分 せい じゃない ことがないように レベル 上げて いきたい	組織への教因要素不関与願望における能力向上願望	組織への教因要素不関与願望における能力向上無願望
★根底には、そのことを通じて自身が成長したいという気持ちがあります。	状態 こと 状態 人 感情	根底 そのこと 通じて じん 成長したい 気持ちがある	活動を通しての能力向上願望	活動を通しての能力向上無願望
スポーツを通じての成長とは、その射法というのよ、教科書通りやらないといけないんです。	活動 状態 感情 こと 状態 条件	スポーツ 通じて 成長 射法 教科書通り やらないといけない	活動における正解活動への切迫	活動における正解活動への無切迫
基本に沿って、その通りにしっかりとできるように癖を直したりとかをしています。	状態 行動 状態 感情 こと 行動 感情	基本 知って その通りに しっかりと できる 癖 直したり していきたい	正解活動への切迫による自身活動の改善	正解活動への切迫による自身活動の不改善
自分の癖を直すということをも身につけることで、自信になつて	こと 行動 状態 感情	自分 直す 身につける 自信になつて	自身活動の改善による自信	自身活動の改善による不自信
より良い結果が出せるのではないかと思ひます。	状態 こと 状態	より良い 結果 出せる	自信による活動での良い結果	自信による活動での良い結果
★教科書通り、形通りにできたことは自信になります。	状態 感情 こと 状態	教科書通り 形通りに できた 自信になります	正解活動への切迫による自信	正解活動への切迫による不自信
バレーボール(中学でしたから)	活動 感情 時 状態	バレーボール 中学校 していた	部活動(バレーボール)への所属	部活動(バレーボール)への無所属

どのようなスポーツ・身体活動であれば行いたい(パーソナリティ4) ③

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
高校でも運動部に入ろうと決めていて	場所 活動 感情 状態	高校 運動部 入ろう 決めていて	活動経験による活動の継続	活動経験による活動の不継続
今は応援団部	時 活動	今 応援部	活動経験による現在の活動(応援部) 変化	活動経験による現在の活動(応援部) 無変化
(先輩に週3の活動と聞いて 日数が少なかったから入部 を決めた)	人 頻度 活動 状態 頻度 状態 行動 行動	先輩 週3 活動 聞いて 日数 少なかった 入部 決めた	活動頻度の少なさによる組織選択	活動頻度の少なさによる組織無選択
水泳とバレーボール(自分 がしていたので)	活動 活動 人 状態	水泳 バレーボール 自分 していた	活動経験による活動(水泳、バレー ボール)	活動経験による無活動(水泳、バレー ボール)
観るのは点が多く入るもの (野球など)が楽しい	活動 こと 状態 状態 活動 感情	観るの 点 多く 入るもの 野球 楽しい	勝利要因の動向高頻度による歓楽	勝利要因の動向高頻度による無歓楽
練習した分だけうまくなる スポーツ	活動 状態 状態 活動	練習した 分だけ うまくなる スポーツ	努力と能力向上の比例する活動	努力と能力向上の比例する無活動
友達と一緒にいる	人 状態 活動	友達と 一緒に 行う	他者(友達)との共同活動	他者(友達)との共同無活動
すぐ上達できる	時 状態	すぐ 上達できる	短期間の能力向上の活動	短期間の能力向上の無活動
他の人と関われる、みんな で協力する	人 状態 人 行動	他の人 関われる みんな 協力する	他者との協同活動による関係への動機 付け	他者との協同活動による関係への無 関心
バスでボールをつなげるス ポーツ	行動 物 行動 活動	バス ボール つなぐ スポーツ	他者との連携重視の活動	他者との連携重視の無活動
友達とできるもの	人 状態	友達と できる	他者(友達)との共同活動	他者(友達)との共同無活動
友達と一緒にできるスポー ツ	人 状態 活動	友達と できる スポーツ	他者(友達)との共同活動	他者(友達)との共同無活動
うまくなくても自分がある程 度はできるスポーツ	人 程度 状態 活動	うまくなくても 自分が ある程度 できる スポーツ	活動可能である活動	活動可能でない活動
団体競技、	活動	団体競技	集団での活動	個人での活動
簡単なスポーツ、	状態 活動	簡単な スポーツ	簡易難易度の活動	高難易度の活動
勝ち負けがつく	状態 状態	勝ち負け つく	勝敗要因のある活動	勝敗要因のある無活動
団体競技、	活動	団体競技	集団での活動	個人での活動
みんなで楽しめる、	人 状態	みんな で楽しめる	集団での歓楽共有活動	集団での歓楽共有無活動
周りの応援がある	人 状態 状態	周りの 応援 ある	周囲からのフィードバックのある活動	周囲からのフィードバックのない活動
友達と一緒にいる	人 状態 活動	友達 一緒に 行う	他者(友達)との共同活動	他者(友達)との共同無活動

どのようなスポーツ・身体活動であれば行いたい
か(パーソナリティ4)

カテゴリー

自身の活動

プロセス

結果

共同活動

モチベーションが高まる瞬間(勝負事など)などはあるか(パーソナリティ4) ①

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
自分で楽しいと思うは、部活は楽しいです。	人感情 活動感情 感情	自分 楽しい 部活 楽しい	自身の数楽意思による活動(部活)への数楽	自身の無数楽意思による無活動(部活)への無数楽
授業も楽しいです。体育とかも楽しいです。英語とかも楽しいです。得意なことは楽しいです。	活動感情 活動感情 活動感情 感情 状態 こと 感情	授業 楽しい 体育 楽しい 英語 楽しい 得意 こと 楽しい	得意による活動(授業・体育・英語)への数楽	得意による無活動(授業・体育・英語)への無数楽
数学とかは苦手なので全然楽しくないのですが、	活動状態 程度 感情	数学 苦手 ぜんぜん 楽しくない	不得意による活動(数学)への無数楽	不得意による無活動(数学)への無数楽
英語とか体育とか自分が得意としていたものはとても楽しいです。	活動活動 人 状態 程度 感情	英語 体育 人 状態 程度 感情	自身の得意感情による活動(英語・体育)への数楽	自身の得意感情による無活動(英語・体育)への無数楽
★自分ができると楽しいです。	人 状態 感情 人 状態 感情	自分 できる 楽しい 他の人 優れている 嬉しい	自身の活動可能による数楽	自身の無活動可能による無数楽
やっぱり他の人より優れていたら嬉しいです。	人 状態 感情 人 状態 感情	他の人 優れている 嬉しい	他者への能力勝利による数楽	他者への能力勝利による無数楽
その部の中ですごく上手い子がいて、	環境 程度 状態 人 状態 人 状態	部活の中 すごく 上手い 人 いて その子 教わって	所属組織(部)における高能力な他者	所属組織(部)における低能力な他者
その子にいろいろ教わって、	人 状態	その子 教わって	高能力な他者からの教授	低能力な他者からの教授
技が身についた時とかほめられるんですけど…	こと 状態 時 状態	身についた 時 褒められる	能力向上による高能力他者からの高評価フィードバック	能力減少による低能力他者からの低評価フィードバック
その子がほめてくれるんですけど、それがすごくうれしくて、やる気が出ます。	人 状態 程度 感情 感情 感情	その人 褒めてくれる すごく 嬉しい やる気が出る	高能力な他者からの高評価フィードバックでの動機付け	低能力な他者からの低評価フィードバックでの無関心
その技はちょっと意識したらできたことだけ、	こと 程度 行動 状態	技 ちょっと 意識したら できた	意識変化による能力向上	意識変化による能力減少
今まで意識してこなかったけど、	時 行動 経験	今まで 意識して こなかった	意識変化による能力向上	意識変化による能力減少
それを気づかせてもらった感じです。	状態	気づかせてもらった	高能力他者からの意識変化への機会提供	低能力他者からの意識変化への機会提供
そうすると、モチベーションが上がります。	感情 こと 状態 時	モチベーションが上がる	意識変化による能力向上への動機付け	意識変化による能力減少への無関心
大会が終わった直後とか、	こと 状態 時	大会 終わった 直後	活動目標終了後の動機付け	無活動目標終了後の無関心
部の人みんながやる気になるから流されて、ではないですけど、いい意味で流されて、	環境 人 感情 状態 否定 状態 状態	部 みんな やる気になる 流されて ではない いい意味 流されて	所属組織他者の動機付けの影響による動機付け	所属組織他者の無関心の影響による無関心
その時はやる気が出るかなって思います。	時 感情	その時は やる気が出る	時期(その時)限定の動機付け	時期(その時)限定の無関心
逆にみんなにやる気がないと、そっちに流されちゃって、やる気がなくなっちゃいます。	逆説 人 状態 状態 感情	逆に みんな やる気がない 流される やる気がなくなる	所属組織他者の無動機付けの影響による無動機付け	所属組織他者の無関心の影響による無関心
大会の直後はみんな負けて悔しいって思いがあるから、	こと 時 人 状態 感情	大会 直後 みんな 負けて 悔しい	敗選の場での敗北による時期限定の悔しさ	敗選の場での勝利による時期限定の悔しさ
すごく、次から頑張ろうってなります。	程度 時 感情	すごく 次 頑張ろう	時期限定の悔しさによる動機付け	時期限定の悔しさによる無関心

モチベーションが高まる瞬間(勝負事など)などはあるか(パーソナリティ4) ②

データ	プロトタイプ	ディメンション	ラベル名	対極
モチベーションが高まったときに、行っていることは、昔、キヤブテンやっていたときに、ちよつと前が重いからと、競とか兄弟に全部出ま出していました。	状態 行動 感情 状態 感情 行動 人 人 行動	モチベーションが高まったときに、行っていることは、昔、キヤブテンやっていたときに、ちよつと前が重いからと、競とか兄弟に全部出ま出していました。	動機付けは少々の他者(親・兄弟)へのコミュニケーションによるストレス発散	無関心は少々の他者(親・兄弟)へのコミュニケーションによるストレス発散
それで、金も出さず出したら、もう一回取戻らうって思ってます。	行動 感情 感情 行動	全部社畜山したらもう一回取戻らうって思ってます。	他者へのコミュニケーションによるストレス発散による前向き付け	他者へのコミュニケーションによるストレス発散による再関心
とても信頼している人だけに話します。	感情 人 行動	とても信頼している人だけに話します。	コミュニケーション他者への信頼感構築	コミュニケーション他者への不信感構築
両親とか兄弟に再会したいにフーッとすると、スッカリ！して、またやるうって思えます。	人 人 こと 感情 行動 感情 時 感情	両親兄弟とフーッとすると、スッカリ！して、またやるうって思えます。	他者(両親・兄弟)へのコミュニケーション(感情)によるストレス発散による再動機付け	他者(両親・兄弟)へのコミュニケーション(感情)によるストレス発散による再無関心
競争してるって言われたら、中気は出る後です。	完全 状態 感情	競争してる言われたら、中気は出る後です。	競争による動機付け	競争による無関心
ありあえず、実況で競争しよう！と言ったら、その勝負には負けたくない、みたいなのこぼれますね。	人 行動 こと 感情	ありあえず、実況で競争しよう！と言ったら、その勝負には負けたくない、みたいなのこぼれますね。	他者からの競争提案による勝利欲求	他者からの競争提案による勝利欲求
★それはスポーツでも、ゲームなどでもおきます。	活動 活動 状態	★それはスポーツでも、ゲームなどでもおきます。	様々な活動(スポーツ・ゲーム)による競争提案	様々な活動(スポーツ・ゲーム)による競争提案
勝とうといううな、モチベーションなるのは入り！言ってくるやつは自分よりたいに上なんだ(笑)。	感情 感情 感情 状態 人 状態	勝とうといううな、モチベーションなるのは入り！言ってくるやつは自分よりたいに上なんだ(笑)。	活動への高能力な他者からの競争提案への許可	無活動への低能力な他者からの競争提案への許可
★最初から勝負についてるじゆん、みたいな感じなんです。	前 状態	★最初から勝負についてるじゆん、みたいな感じなんです。	最初からの勝敗決定活動による勝負への許可	最初からの勝敗決定活動による勝負への許可
(相手は)絶対勝つ気できてますね。	人 感情	(相手は)絶対勝つ気できてますね。	活動への高能力な他者からの競争提案の他者からの勝利獲得行動	無活動への低能力な他者からの競争提案の他者からの勝利獲得行動
スポーツとか日常生活のちよつとしたことに関しては負けたくないってなりますね。	活動 こと 感情	スポーツとか日常生活のちよつとしたことに関しては負けたくないってなりますね。	小規模な活動(スポーツ・日常生活)での競争への勝利欲求	小規模な活動(スポーツ・日常生活)での競争への勝利欲求
どしたいでなくて、そこで勝ち負けがはつきりする、となったら負けたくないって思ってます。	感情 感情 感情 感情	どしたいでなくて、そこで勝ち負けがはつきりする、となったら負けたくないって思ってます。	勝敗決定状況による敗北への拒絶	勝敗決定状況による勝北への許可
★負けたくない気持ちが強いんです。	感情 状態	★負けたくない気持ちが強いんです。	敗北への拒絶への強い願望	勝北への許可への強い無願望
サッカー一見している時が一番楽しいです。	こと 状態 感情 感情 感情	サッカー一見している時が一番楽しいです。	特定の活動(サッカー)観戦への欲求	特定の非活動(サッカー)観戦への無欲求
好きなチームの試合が始まる瞬間に起きて、ユニフォーム着て必勝するんです。	感情 人 こと 感情 行動 物 行動 活動	好きなチームの試合が始まる瞬間に起きて、ユニフォーム着て必勝するんです。	観戦観戦への高いコミットによる動機付け	観戦観戦への低いコミットによる無関心
ワールドカップもそうだったのですが、好きなクラブチームとか、いないな前外のチームの試合を見るのが好きです。	感情 人 人 こと 感情 感情	ワールドカップもそうだったのですが、好きなクラブチームとか、いないな前外のチームの試合を見るのが好きです。	観戦の場での観戦の観戦への好み	観戦の場での無活動の観戦への好み
会中に起きて、見て盛り上がりしています。	感情 行動 活動 感情	会中に起きて、見て盛り上がりしています。	観戦の場での活動の観戦への興奮	観戦の場での無活動の観戦への興奮
それは一人ででも楽しめます。	感情 感情	それは一人ででも楽しめます。	観戦の場での活動の観戦への個人での観戦	観戦の場での無活動の観戦への個人での無観戦
観ているときもあれば、いないときもありますね。	人 感情 感情 感情 感情	観ているときもあれば、いないときもありますね。	観戦の場での活動の他者(観)との観戦	観戦の場での無活動の他者(観)との観戦
両親もサッカーを見るのが好きです。★サッカーが好きになつたのは親の影響ではないです。	人 こと 感情 感情 感情 人 感情	両親もサッカーを見るのが好きです。★サッカーが好きになつたのは親の影響ではないです。	他者(両親)の特定の活動(サッカー)への好みの無影響	他者(両親)の特定の無活動(サッカー)への好みの無影響
自分から見始めて、好きになりました。	人 活動 感情	自分から見始めて、好きになりました。	自身の能動的な行動による活動観戦への好み	自身の能動的な行動による無活動観戦への好み

モチベーションが高まる瞬間(勝負事など)などはあるか(パーソナリティ4) ③

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対接
モチベーション…(と考え込む)。試合が終わった後です。	活動 状態 時	試合 終わった あと	撤退された場での活動終了後への動機付け	撤退された場での無活動終了後への無関心
試合に負けて、“やろう！”とになります。	活動 状態 感情	試合 負けて やろう！	撤退の場での敗北による動機付け	撤退の場での勝利による無関心
負けた試合の中で自分の課題が見つかるので、それを改善しようと思って、やる気が出ます。	状態 活動 時 物 状態	負けた 試合 中で 自分の課題 見つかる	活動での敗北による自身の課題発見	無活動での勝利による自身の課題発見
そのやる気はずっと続かないです。	感情 感情 状態	改善しよう やる気 ずっと 続かない	改善への時期限定(ずっと続かない)の動機付け	改善への時期限定(ずっと続かない)の無関心
そういう時は、どうするか…プロの試合とかを見てみます。★それで自分もこういうふうになりたいなあとか思うんですけど(ボソッと)。	時 こと 行動 人 状態 活動 感情	そういう時 プロの試合 見て 自分 こういうふう プレーをしたい	高能力他者の活動(プロの試合)の拝見による模倣願望による動機付け	低能力他者の無活動(プロの試合)の拝見による模倣無願望による無関心
でも、できないんですけどね(笑)。	状態 状態	でも できない	高能力他者の活動への模倣不可能思慮	低能力他者の無活動への模倣不可能思慮
人のプレーを見ながら自分でもできそうなことを一つとノートにメモしています。	こと 行動 人 こと 行動	人のプレー 見ながら 自分 できそうなこと メモ	他者活動拝見での自身可能活動の記録	他者無活動拝見での自身可能無活動の記録
一流のプレーを見て、ああ、やっぱにうやうやい、みたいなのがあります。	状態 こと 行動 感情	一流 プレー 見て こうやうやう い	高能力他者の活動(プロの試合)の拝見による模倣願望による動機付け	低能力他者の無活動(プロの試合)の拝見による模倣無願望による無関心
意外とできる動きは、真似してみようかなと思います。	状態 こと 行動 感情	意外とできる 動き 真似して みよう	高能力他者の活動(プロの試合)の拝見による模倣願望による動機付け	低能力他者の無活動(プロの試合)の拝見による模倣無願望による無関心
あの人はこういうふう動いていたからと実際にやってみたら、やっぱり難しいです。	人 状態 状態 状態 状態	あの人 こういうふう 動いていた やってみたら 難しい	高能力他者の活動の模倣の高難易度	低能力他者の無活動の模倣の低難易度
ラーン、でもそのあと、やってみようと、どんどん練習はします。	時 感情 活動	その後 やってみよう 練習します	高能力他者の活動の模倣願望による活動(練習)	低能力他者の無活動の模倣無願望による無活動(練習)
それで、近くはなるんですけど、	状態	近くはなる	模倣願望による活動(練習)による近似活動	模倣無願望による無活動(練習)による近似無活動
部内でランク戦っていうのがあってランクをつけるんです。	場所 こと 状態	部内 ランク戦 ランク づける	所属組織内での勝選活動(ランク戦)	所属組織内での敗選無活動(ランク戦)
私とかは、高校から始めたんですけど、ランク戦では同じ条件の子がいっぱいいて、同じ期間だけ練習してきたから本当に負けたくないというのがあります。	人 時 行動 こと 状態 条件 人 状態 状態 時 活動 状態 活動 状態 程度 感情	私 高校から 始めた ランク戦 同じ 条件 子 いっぱい いて 同じ期間 練習 同じような 練習 してきた 本当に 負けたくない	同能力他者との競争活動への勝利願望	同能力他者との競争無活動への勝利無願望

モチベーションが高まる瞬間(勝負事など)などはあるか(パーソナリティ4) ④				
できごと	プレバティ	ディメンション	ラベル名	対極
ランク順の前になつたら上手い人の試合を見てイメージトレーニングをして、	こと 人 状況 人 活動 人	ランク順 前 上手い 人 社会 見て イメージトレーニング	高能力他者意見による活動イメージ構築	低能力他者意見による無活動イメージ構築
同じようにできたいなあと、自分にはこうやってやるからやっています。	活動 感情 こと 行動 活動	同じように できたいな イメージ 作って やっています	高能力他者の活動の模倣意欲による活動イメージ構築	低能力他者の無活動の模倣無意欲による無活動イメージ構築
上手い人というのは真原(希望)さんとかを見ます。	活動 人 人 活動	上手い 人 真原さん 見ます	活動羨望者の高能力他者	無活動羨望者の低能力他者
手の動きとかは私自身に身があつて、しつこく練習しないと真らないと、ちよつとあるものが入っています。	こと 人 状況 程度 活動 活動 感情	手の動き 私自身 身がある しつこく 練習 しないと 油らない ちよつと ある	自身の活動への欲の改善への諦め	自身の無活動への欲の改善への諦め
だけど、ショットをどこに飛ばしたる取柄にいいとかが、試合見てたらわかってくるから、	こと 場所 状況 こと 状況 感情	ショット どこに 飛ばした 取柄にいい とかが 試合 見てたら わかってくる	高能力他者の活動意見による勝利要因の判明	低能力他者の無活動意見による勝利要因の判明
そのショットを取り入れたらいいです。	こと 活動 人 人 活動	ショット 取り入れたら いいです	勝利要因の判明による活動への組み入れ	勝利要因の判明による無活動への組み入れ
★上手い人のプレーを見て、自分にはこうやってやるから、しつこく練習して、	活動 人 こと 行動 人 上 状況 程度 活動	上手い 人 プレー 見て 自分 こうやって やるから しつこく 練習して	高能力他者の活動意見による自信の活動改善	低能力他者の無活動意見による自信の無活動改善
自分に何が出来るかを考えながら取り入れています。	人 こと 状況 活動 行動	自分 何が 出来るか 考えながら 取り入れて	自身の活動可能範囲の考慮による組み入れ	自身の無活動可能範囲の考慮による組み入れ
競争するってことについてはランク順は絶対勝ちたいから、もうやってみるー！ってなります。	活動 こと 程度 感情 感情	競争する ってこと については ランク順 絶対 勝ちたい から、 もうや ってみるー ！って なります。	競争の場での勝利願望による競争への懸念付け	競争の場での勝利無願望による競争への無関心
競争させられるモチベーション(ええー！とささやき考えたり)、どっちでもないです。	活動 感情 感情 感情	競争させられる モチベーション ええー！ とささやき 考えたり、 どっちでもない	競争の動機付けへの懸念心	競争の動機付けへの無関心
緊張する。競争って言われるとヘンに身構えちゃうから、	感情 こと 状況 感情 感情 感情	緊張する 競争 言われる とヘンに 身構え ちゃう から、	競争への気負いによる緊張	競争への気負いによる緊張
他校にいいです。	感情 感情 感情 感情	他校に いい です。	競争へのやりこみ	競争へのやりこみ
★勝つてメンバーになってやる！というところ、うーん、あんまりそれは思わないです。	感情 感情 感情 感情 感情 感情	勝つて メンバー になって やる！ という ところ、 うーん、 あんまり それは 思わ ない です。	結果による選抜への無関心	勝利による選抜への無関心
競争ってめちゃくちゃ嫌です。	感情 程度 感情 感情	競争 って めちゃ くちゃ 嫌 です。	競争への嫌悪	競争への好み
やりたくない、逃げたいってなります。	感情 感情 感情	やりたく ない、 逃げ たい って な る す。	競争への無関心による回避	競争への無関心による回避
一番やる気になるのは、お父さんとテニスした時かな。お父さんには負けたくないっていう思いがあります(笑)。	感情 感情 人 活動 時 人 感情	一番 やる気 になる のは、 お父 さん と テ ニ ス し た 時 か な。 お父 さん に は 負 け たく な い い う お も い が あ る す。	他者(お父さん)への勝利願望による動機付け	他者(お父さん)への勝利無願望による無関心
お父さんはずっとスポーツができるんですけど、	人 感情 感情 感情	お父 さん は ず っ と ス ポ ー ツ が で き る ん ど す け ど、	勝利願望のある他者(お父さん)の活動(スポーツ)への得意	勝利無願望のある他者(お父さん)の無活動(スポーツ)への得意
テニスは... (あんまり得意じゃないです)。	活動 程度 感情	テニス は... (あん まり 得意 じゃ ない で す)。	活動得意他者の不得意活動	無活動得意他者の不得意無活動
中学校の頃、ソフトテニスではずっと負けていたんですけど、	前 活動 時 時 感情	中 学 校 の 頃、 ソ フ ト テ ニ ス で ず っ と 負 け て い た ん ど す け ど、	得意(中学校の頃)の他者の不得意活動での敗北	得意(中学校の頃)の他者の不得意無活動での勝利
強くなったからレベルになってきました。	活動 感情 感情 感情	強 く な っ た か ら レ ベ ル に な っ て き ま り ま し た。	得意(強くなった)の他者の不得意活動での同程度	得意(強くなった)の他者の不得意無活動での同程度
負けたくないという思いがあつて、その前はめちゃくちゃやる気になります。	感情 時 程度 感情	負け たく な い い う お も い が あ つ て、 そ の 前 は め ち や く ち や る 気 に な り ま し た。	他者(お父さん)への勝利願望による動機付け	他者(お父さん)への勝利無願望による無関心
木スポーツができるお父さんに負けたくないって、思っています。	活動 感情 人 感情	木 ス ポ ー ツ が で き る お 父 さん に 負 け たく な い い う お も い が あ る す。	活動得意他者(お父さん)への勝利願望	無活動得意他者(お父さん)への勝利無願望

モチベーションが高まる瞬間(勝負事など)などはあるか(パーソナリティ4) ⑤

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
お母さんにも思います。お母さんもお父さんもいろんなスポーツをやっていて、	人感情 人 人 人 状態	お母さん 思う お父さん お母さん いふんな	様々な活動経験他者への勝利願望	様々な無活動経験他者への勝利無願望
でもお母さんには最初から勝てちゃったので、論外(笑)。	人 時 状態 状態	お母さん 最初から 勝てちゃった 論外	初期からの勝利による勝利願望他者からの排除	初期からの勝利による勝利無願望他者からの排除
次はお父さんに勝つぞと 思っています。	人 感情	次 お父さん 勝つぞ	他者への勝利によるさらなる他者への勝利願望	他者への勝利によるさらなる他者への勝利無願望
弟にはちよつと勝てないの で。弟もテニスをしていま す。	人 状態 人 活動 状態	弟 勝てない 弟 テニス している	勝利の低可能性他者への無動機付け	勝利の低可能性他者への無関心
★家族には負けたくない と思うけど、	人 感情	家族 負けたくない	特定の他者(家族)への勝利願望	特定の他者(家族)への勝利無願望
友達とか、試合の相手だと、 競争は嫌だなあとしま います。	人 人 人 こと 感情	友達 試合の相手 競争 嫌だなあ	他者(友達・試合相手)との競争への嫌悪	他者(友達・試合相手)との競争への好み
競争は、普段の練習とか で、なかなか対戦形式が ないので、	人 こと 頻度 状態 状態	競争 普段 練習 なかなか 対戦形式 ない	低頻度な競争活動	低頻度な競争無活動
競い合うことで勝ちたいと思 う練習ができることはいい ことなんじゃないかと思 います。	活動 感情 こと 状態 状態 こと	競い合う 勝ちたいと思う 練習 できる いい こと	競争による勝利要求活動への好印象	競争による勝利要求無活動への好印象
★もし自分が競争したら、 "勝ちたい"と思います。	人 活動 感情 状態 時 程度 活動	自分 競争 勝ちたい 負けた 時 ひたすら 練習	競争への勝利願望	競争への勝利無願望
負けた時は、ひたすら練習 です(笑)。	時 程度 活動	次 ため	敗北による活動への努力(練習)	勝利による無活動への努力(練習)
それは次のためです。	時 状態	次 ため	次回競争へのための活動への努力	次回競争へのための無活動への努力
成功すること、失敗するとミ スが続く	状態 状態 こと 状態	成功する 失敗する ミス 続く	失敗の連続継続危機による成功の重視	失敗の連続継続危機による成功の重視
平常心でいたい	状態 感情	平常心 いたい	感情の無起伏願望	感情の無起伏無願望
友だちや自分より技術のあ る人にほめられた時。	人 人 比較 こと 状態 人 状態 時	友達 自分 より 技術 ある 人 褒められた 時	高能力他者からの高評価フィードバック	低能力他者からの低評価フィードバック
競争は自分の実力を確認 できるし、	人 こと 行動 状態	競争 自分 実力 確認 できる	競争による自身の能力への認知	競争による自身の能力への認知
次の課題点が見つかるから 好き	時 こと 状態 感情	次 課題 見つかる 好き	競争による課題点認知	競争による課題点認知
試合で負けた後、	人 状態 時	試合 負けた 後	敗選の場での敗北による動機付け	敗選の場での勝利による無関心
自分の課題がはっきりと見 つかったとき。	人 こと 状態 状態 時	自分 課題 はっきり 見つかった 時	自身課題の明確認知による動機付け	自身課題の明確認知による無関心
だれかに褒められたとき。	人 状態 時	誰か 褒められた とき	他者からの高評価フィードバック	他者からの低評価フィードバック

モチベーションが高まる瞬間(勝負事など)などはあるか(パーソナリティ4) ⑥

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
負けるのが怖い	状態 感情	負けるの 怖い	敗北への恐怖	勝利への恐怖
自分に自信がない	人 感情	自分 自信がない	自身への不信	自身への不信
みんなの仲が悪くなるのがいやだから競争は嫌い。	人 状態 感情 こと 感情	みんなの仲 悪くなる いや 競争 嫌い	他者との関係性悪化への危機による競争への嫌悪	他者との関係性悪化への危機による競争への好み
人からほめられた時	人 状態 とき	人 褒められた 時	他者からの高評価フィードバック	他者からの低評価フィードバック
自分よりもレベルが高いものを見た時	人 程度 こと 状態 活動 時	自分 より レベル 高い 見た 時	高能力他者の活動拝見による動機付け	低能力他者の無活動拝見による無関心
人と競い合って、技術をあげるよりは、自分自身で課題を見つけて、それを改善して技術をあげたいから競争は嫌い。	人 活動 こと 状態 人 こと 状態 行動 こと 感情 こと 感情	人 競い合って 技術 あげる 自分自身 課題 見つけて 改善して 技術 あげたい 競争 嫌い	自身の課題の改善での能力向上優先による競争への嫌悪	自身の課題の改善での能力減少優先による競争への好み
他人と競い合って負けた時はやる気を失った	人 活動 状態 時 感情	他人 競い合って 負けた 時 やる気を失った	他者との競争による敗北での動機付け排除	他者との競争による勝利での無関心排除
自分と似たような悩みを経験したことのある人の話をきくと、自分も克服しようとやる気が出る	人 状態 こと 状態 人 行動 人 感情 感情	自分 似たような 悩み 経験したことのある 人 話を聞く 自分 克服しよう やる気が出る	類似課題所持の他者とのコミュニケーションによる課題改善への動機付け	類似課題所持の他者とのコミュニケーションによる課題改善への無関心
競争は技術面だけでなく	こと 状態	競争 技術面 だけじゃなく	能力向上による競争への好み	能力減少による競争への好み
勝ちたいという思いのような気持ちの面でも強くなれるから好き	感情 こと 状態 感情	勝ちたい 気持ちの面 強くなれる 好き	勝利願望での精神能力向上による競争への好み	勝利無願望での精神能力減少による競争への好み
普通の練習ではなかなか勝ちたいという気持ちは起こらないが	状態 こと 程度 感情 状態	普段 練習 なかなか 勝ちたいという気持ち 起こらない	通常活動での勝利願望の無想起	通常無活動での勝利無願望の無想起
そんな中友達と競争することで、普段の練習でもそのような意識が起こり、	時 人 活動 状態 こと こと 状態	そんな中 友達 競争する 普段 練習 そのような意識 起こり	他者(友達)との競争による通常活動での勝利願望の想起	他者(友達)との競争による通常無活動での勝利無願望の想起
大事な試合で一番に強くなった	状態 こと こと 状態	大事な 試合 一番 強くなった	勝利願望の想起による厳選の場での勝利頻度向上	勝利無願望の想起による厳選の場での勝利頻度減少
大会が終わった直後	こと 状態 時	大会 終わった 直後	厳選の場での活動終了直後の動機付け	厳選の場での無活動終了直後の無関心
たまっていたものを吐き出してスッキリした後	状態 もの 行動 感情 時	溜まっていた もの 吐き出して スッキリした 後	ストレス発散による動機付け	ストレス無発散による無関心
競争はどちらでもない。時と場合によるかなと思います。	こと 状態 状態	競争 どちらでもない 時と場合による	競争への無関心	競争への無関心
気分次第でやる気にもなれるけど、	感情 感情 状態	気分次第 やる気 なれる	気分による動機付け	気分による無関心
基本は「競争」ときくと緊張してしまったりうまくいかなかったりすることが多いです。	状態 感情 状態 状態	競争 聞くと 緊張 うまくいかない ことが多い	競争への緊張による活動失敗	競争への緊張による無活動失敗
でも、嫌いだとかいうのはあまり思ったことないです。	逆説 感情 状態	でも 嫌い 思ったことない	競争への無嫌悪	競争への無好み
部内戦をする時に、仲間どうしで戦うのはあまり進みません。	時 人 活動 程度 感情	部内戦 する時 仲間同士 戦う あまり 進みません	所属組織内での競争へのやりづらさ	所属組織内での競争へのやりづらさ

モチベーションが高まる瞬間(勝負事など)などはあるか(パーソナリティ4) ⑦

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
でも、大会などでは勝ちたいとは思いません。	逆説 こと 感情	でも 大会 勝ちたい	厳選の場での勝利願望	厳選の場での勝利無願望
結局、周りの空気とか雰囲気 に流されやすいのかなと思 います。	人 こと こと 状態	周りの 空気 雰囲気 流されやすい	周囲からの影響による競争への考え	周囲からの影響による競争への考え
“東大王”やクイズ番組を見 ると勉強のやる気が出て来 ます。	こと こと 活動 こと 感情	東大王 クイズ番組 見ると 勉強 やる気が出ます	高能力他者の活動拝見による動機付け	低能力他者の無活動拝見による無関心
バレー部なのですが、“ハイ キュー”を見るとバレーをし たくなくなります。	活動 こと 活動 活動 感情	バレー部 ハイキュー 見ると バレー したくなる	類似活動他者拝見による動機付け	類似無活動他者拝見による無関心
オセロやトランプといった小 さな勝負事でも勝ったら嬉 しいから競争は好き。	活動 活動 状態 こと 状態 感情 こと 感情	オセロ トランプ 小さな 勝負ごと 買った 嬉しい 勝負ごと 好き	小規模な競争での勝利による歓楽への好み	小規模な競争での勝利による無歓楽への好み
家族で遊んだときに勝つた らお金がもらえるんです！	人 活動 時 こと 状態	家族 遊んだ 時 買った お金 もらえる	勝利による報酬	勝利による報酬
苦手でも自分が好きなこと をやっているとき	状態 人 感情 こと 活動 時	苦手 自分 好きな こと やっている 時	不得意での嗜好する活動の優先	不得意での嗜好する無活動の優先
一度失敗したことに再び挑 戦するとき	頻度 状態 こと 時 行動	一度 失敗した こと 再び 挑戦する 時	失敗活動への再挑戦	失敗無活動への再挑戦
おいこまれたとき	状態 時	追い込まれた 時	緊迫の場への好み	緊迫の場への好み
勝負は嫌いではないが、	こと 感情	勝負ごと 嫌いではない	勝負への無嫌悪	勝負への無好み
その勝負に先輩後輩関係 ができるはあまり好きでは ないから嫌い。	こと 人 状態 程度 感情 感情	勝負 先輩後輩関係 できる あまり 好きではない 嫌い	勝敗による他者との関係性変化への嫌悪	勝敗による他者との関係性変化への好み
昨年の体育祭予行で、三人 四脚をしていて、一番に ゴールテープを切ったら2・ 3年生にすごい目で見られ たから	時 こと 程度 状態 人 状態 状態	昨年 体育祭予行 3人4脚 一番に ゴールテープを切ったら 2、3年生 すごい 目で見られた	勝利による他者からの低評価フィードバックによる無動機付け	勝利による他者からの低評価フィードバックによる無関心
目標があるとき	状態 時	目標がある 時	目標による動機付け	目標による無関心
追いこまれたとき	状態 時	追い込まれた 時	緊迫の場への好み	緊迫の場への好み
勝ったらうれしいし、	状態 感情	勝つたら 嬉しい	勝利による歓楽	勝利による無歓楽
負けても「次がんばろう」と思 えるから。	状態 時 感情	負けても 次 頑張ろう	敗北による活動への努力	勝利による無活動への努力
友達がふえるから競争は好 き。	人 状態 こと 感情	友達 増える 競争 好き	競争への他者との関係性構築による好み	競争への他者との関係性無構築による好み
幼いときに習っていたソフト ボールの試合で挑戦した チームの子と仲良くなれた から	時 状態 活動 こと 活動 人 状態	幼い時 習っていた ソフトボール 試合 挑戦した チームのこ 仲良くなれた	他所属組織との勝負による関係性構築	他所属組織との勝負による関係性無構築

モチベーションが高まる瞬間(勝負事など) などはあるか(パーソナリティ4) カテゴリー
他者
自身
高能力他者
同活他者
終了

心身ともに現在の自分の状態にどう感じているか(パーソナリティ4) ①

データ	プロセス	ディメンション	ラベル名	結果
自分の行動と心の動きがあまり一致していないのは、ふつと気づいて思っています。(誤り)あまりありません。	人 行動 行動 時 状態 状態 状態 状態 状態	自分 行動 状態 状態 状態 状態 状態 状態 状態	自身の選択による無後悔	自身の選択による後悔
本高校との関係がどういふ関係に発展しているのか。	場所 活動 行動 行動 状態 状態	高校 活動 活動 活動 状態 状態	組織前関係性への無後悔	組織前関係性への後悔
本自分の状態に自分、自分でないかがあります。	人 行動 状態 状態 状態 状態	自分 行動 状態 状態 状態 状態	自身の選択への自信	自身の選択への不自信
夫のまわりには不満がたまりません。	状態 状態 状態 状態	あり あり ない ない	自身の選択への無不満	自身の選択への不満
まず活動の選択の、高校の環境や向きがよかったです。	活動 活動 活動 活動 活動	選択 活動 活動 活動 活動	組織前関係性への活動への後悔	組織前関係性での活動への無後悔
今、進路も考えていて、すごく大きな目標を立てています。	人 状態 状態 状態 状態	目標 考えていて 大きい 大きい 大きい 大きい	重要な選択における大きな目標	重要な選択における無目標
それをもう1年生の時から考えておけばよかったなあと思っています。	時間 行動 行動 状態	1年生の時から 考えておけば よかったなあ	重要な選択における時間関係への後悔	重要な選択における考慮関係への無後悔
今からお話しする内容に合わない感じなので、もっと前から考えておけば、こんなにもかたくなに思っていたのかもしれない。	時間 活動 活動 活動 活動	結構 合わない感じ わかってから 考えて おけば 大丈夫 大丈夫	重要な選択への活動不十分による考慮時期への後悔	重要な選択への活動不十分による考慮時期への無後悔
でも仲間と自分と自分の関係は、関係がうまくいって良かったです。	人 状態 状態 状態	山と人 関係がうまく 関係 関係	他人(仲間)との関係構築による組織前関係性への後悔	他人(仲間)との関係構築による組織前関係性への無後悔
スポーツを通して得られたものがたくさんあります。	活動 活動 活動 活動	スポーツ 得られた もの もの	活動(スポーツ)での無後悔	活動(スポーツ)での無後悔
あんまり後悔が感じません。	人 状態 状態 状態	本人 後悔 後悔 後悔	選択への無後悔	選択への後悔
本行動とか、考えていることにある程度、自信が少しはあります。	行動 行動 状態 状態 状態	行動 考えている こと ある程度 自信 少し ある	自身の思考への自信	自身の思考への不自信
思いません。なんか家に行かない方がいいかなって思っているんですけど、実際に家に行くと、やっぱりいいかなって思っています。	人 状態 状態 状態	家 行かない方がいい 思っている	家に関する思考	家に関する思考
小学校の時に水泳をやっていたので、中学校では水泳をやらずに、高校になってからは水泳をやっているんです。	時間 活動 活動 活動 活動	小学校 水泳 中学校 水泳 高校 水泳	自身の様々な活動経験(水泳・登山・バドミントン)	自身の様々な活動経験
今思っているのは、競技を本に絞って、一つの競技を極めたいかなって思っています。	人 活動 活動 活動 活動	今 思っている 今 一つの競技 一つの競技 一つの競技 一つの競技	単一競技への注力無後悔への後悔	単一競技への注力無後悔への後悔
全部自分の活動で、自分の考えで決めて進めようと思っています。	人 行動 行動 行動	自分 全部 自分の 考えで 進めよう 進めよう	自身の考えによる選択による行動	自身の考えによる選択による無行動
一つ一つ得意なことが増えるのが、やっぱりいいかなって思っています。	人 活動 活動 活動 活動	一つ 一つ 一つ 一つ 一つ	単一活動への注力得意無後悔への後悔	単一活動への注力得意無後悔への後悔
★一つ一つの活動をやりたい人は、やっぱりいいかなって思っています。	人 活動 活動 活動	一つ 一つ 一つ 一つ	単一活動への注力得意無後悔への後悔	単一活動への注力得意無後悔への後悔
別に後悔はないけど。	人 活動 活動 活動	別に 後悔 後悔 後悔	選択関係への無後悔	選択関係への後悔
自分の行動とかにはそんなに自信がないです。	人 行動 活動 活動 活動	自分の 行動 そんなに 自信が ない	自身の行動への無自信	自身の行動への自信
決めたことは全然動いてなかったり思っています。	人 活動 活動 活動	決めた こと 全然 動いて なかった	決定関係への無後悔	決定関係への後悔

心身ともに現在の自分の状態にどう感じているか(パーソナリティ4) ②				
データ	プロフィール	ディメンション	ラベル名	対価
今どう思われているのかなとか、その時の行動にはめっちゃ、不安があります。	時 状態 時 行動 程度 感情	今 どう 思われているかな その時 行動 めっちゃ 不安がある	瞬間行動への不安	瞬間行動への無不安
鳥から出てきて一年経ちますが、他の人に比べたら全然知り合いが少ないから、いろんな人からどういうふうに思われているか、ちょっと怖いなぁと思います。	場所 行動 時 状態 人 行動 程度 人 状態 人 状態 程度	鳥 出てきて 1年 たちますが 物の人 比べたら 全然 知り合い 少ない いろんな人 どういう風に 思われているか ちょっと 不安	環境変化での他者との浅い関係性による他者からの思慮への恐怖	環境変化での他者との浅い関係性による他者からの思慮への無恐怖
でも、鳥を出てきたことは絶対間違いないとは思っています。 ★全然後悔はしていません。	場所 行動 程度 状態 程度 状態	鳥 出てきた 絶対 間違いない 全然 後悔はしてない	組織所属選択への無過ち	組織所属選択への過ち
引越したのとは私だけですが、ごっちゃん軽装がいて下宿しています。	行動 人 場所 人 状態	引越した 私だけ ごっちゃん 軽装 下宿	組織所属変化による環境変化	組織所属変化による環境無変化
★それについて、自分は間違っていないと思うけど。	人 状態	自分 間違っていない	選択への無過ち	選択への過ち
知り合いが少ないことで不安があります。	人 状態 感情	知り合い 少ない 不安	関係性のある他者の少なによる不安	関係性のある他者の少なによる無不安
自分は(高校で)部活に入る時に、弓道部かサッカー部かで本音にすっごく悩んで、	場所 活動 時 活動 活動 程度 感情	高校 部活 入る時に 弓道部 サッカー部 すっごく 悩んで	組織所属(弓道・サッカー)選択での躊躇	組織所属(弓道・サッカー)選択での無躊躇
結果、弓道部にしたんですけど、	結果 活動 行動	結果 弓道部 した	躊躇による組織所属選択	躊躇による組織所属無選択
いまだに外でサッカー部が練習してるのを見たりすると、サッカー部に入ればよかったなあって思うんですけど、	時 場所 活動 活動 状態 感情	いまだに 外 サッカー部 練習 見たりする サッカー部 すっごくよかった	別活動発見による組織所属選択への願望	別活動発見による組織所属選択への無願望
でもそれは後悔ではないです。	時 感情	でも 後悔ではない	組織所属選択への無後悔	組織所属選択への後悔
弓道部で、やるよ決めたからにはしっかり自分の技術も上げてやり抜こうという気持ちに今はなっています。	活動 行動 程度 人 こと 状態 感情 時 状態	弓道部 やる 決めたからには しっかり 自分 技術 あげて やり抜こう という 気持ちに 今はなっています	選択決心での能力向上による活動の遂行	選択決心での能力向上による活動の無遂行
弓道でうまくいかない時は心が萎れました。	活動 状態 時 感情 原因	弓道 うまくいかない 時 心が萎れました	選択所属組織での不調による後悔起伏	選択所属組織での不調による無後悔起伏
★でも今自分が決めたのは弓道なんだから、と思えます。	時 人 行動 活動 感情	でも 今 自分 決めた 弓道 思い直さず	選択決心回帰による後悔起伏払拭	選択決心回帰による後悔起伏無払拭
どうせ今頃サッカー部に入っても遅いので、(弓道をやりたい)かなって思う感じがしてね。	時 活動 活動 状態 感情	今頃 サッカー部 入っても 遅い 弓道 やりたい かなって	活動変更(サッカー)の手遅れによる選択決心(弓道)の遂行	活動変更(サッカー)の手遅れによる選択決心(弓道)の無遂行
★弓道をやった分、ちゃんと弓道で力がついてるんだって思うようにしています。	活動 行動 程度 人 こと 状態 感情	弓道 やってきた ちゃんと 力がついてる んだって 思うように しています	選択決心活動(弓道)による能力向上願望	選択決心活動(弓道)による能力向上無願望
★今でもすっごく後悔してて前に進むのも大変な思いをしています。	時 程度 感情 状態 感情 状態	今でも すっごく 後悔 前に進む 大変な 思いを しています	大きな影響の後悔の甚無	大きな影響の後悔
今までやりたいことをやりたいただけやってきて、	時 こと 程度 行動	今まで やりたいこと やりた いただけ やってきて	活動願望の充足活動	活動願望の充足無活動
親にも感謝しているし、	人 感情	親 感謝	他者(家族)への感謝	他者(家族)への無感謝
自分で決めたことだし、	人 行動 こと	自分 決めた こと	自信での選択	自信での無選択
後ろばかり振り返らないで、	方向 状態	後ろ 振り返らない	過去への後悔の停止	過去への後悔の継続
今は今やっついていることを頑張ろうと思っています。	時 状態 感情	今 やっついていること 頑張ろう	現在の活動への注力	現在の活動への無注力
★後ろじゃなくて前を向いていこうとしています。	方向 否定 方向 行動 感情	後ろ じゃなくて 前 向いて 行こう	未来への活動願望優先	未来への活動願望無優先
同じです。今楽しいから、	時 感情	同じ 今 楽しい	現在への歓楽	現在への無歓楽
後悔はそんなに引きずってないです。	感情 後悔 感情	後悔 引きずってない	後悔の無継続	後悔の継続
効率よく働きたい	状態 感情	効率よく 働きたい	効率重視の行動	効率重視の無行動
買った物は後悔(人と日で購入してAを購入したのがよかったなど)	感情 後悔 感情 行動 感情	買った物 後悔 買って 買った	選択行動(買い物)での後悔	選択行動(買い物)での無後悔

心身ともに現在の自分の状態にどう感じているか(パーソナリティ4) ③

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
自分で決めてきたことだから満足	人 行動 感情	自分 決めて 満足	自信での選択による満足	自信での選択による無満足
自分のした決断を後悔することはあるけれど、	人 行動 感情 状態	自分 決断 後悔する ことはある	自信の選択への後悔機会の有	自信の選択への後悔機会の無
たとえどんな決断をしても後悔すると自分で思っているから満足。	行動 感情 人 感情	どんな決断 後悔する 自分 満足	自信の選択への後悔絶対決定による満足	自信の選択への後悔絶対決定による不満足
自分がしたいことはやってみると楽しく後悔はしないから満足	人 感情 こと 活動 感情 感情 感情	自分 したい こと やってみると 楽しくて 後悔はない 満足	活動願望の充足活動による歓楽での満足	活動願望の充足活動による歓楽での不満足
決断する時はすごく悩んでいたが、	行動 時 程度 感情	決断 する時 すごく 悩んで	選択への躊躇	選択への無躊躇
いますごく楽しいから満足	時 程度 感情 感情	いま すごく 楽しい 満足	現在への歓楽での満足	現在への歓楽での不満足
「人と違うことは当たり前」だと思っているし、	人 状態 状態 感情	人 違う 当たり前 思っている	他者との差異への納得	他者との差異への不納得
個性だと思っているから満足。	状態 感情 感情	個性 思っている 満足	他者との差異への肯定による満足	他者との差異への肯定による不満足
そこまで不満はないです。	程度 感情 感情	そこまで 不安はない	不満の皆無	不満の有り
過去の決断も、全てが今につながっていると思っていて、	今 行動 程度 時 状態	過去 決断 全て 今 繋がっている	過去選択による現在の構築	過去選択による現在の無構築
今が楽しいから後悔もありません。	時 感情 感情	今 楽しい 後悔もない	現在の楽しさによる無後悔	現在の楽しさによる後悔
特に自信があるという訳ではないのですが…すぐにはっきりと物事を決められるから満足です。	感情 状態 時 状態 こと 状態 感情	自信がある 訳ではない すぐに はっきり 物事 決められる 満足	鮮明な選択による満足	鮮明な選択による不満足
満足しているというか…特に悩んだり困ったりはしていないから満足です。	感情 状態 状態 感情	悩んだり 困ったり していない 満足	躊躇による困難の皆無による満足	躊躇による困難の皆無による不満足
自分で決めたことはきちんとやり遂げることができるから満足	人 行動 こと 状態 行動 感情	自分 決めた こと きちんと やり遂げる 満足	自身の選択決心の遂行による満足	自身の選択決心の遂行による不満足
すぐに物事を決められないから不満足	時 こと 状態 感情	すぐ 物事 決められない 不満足	選択への躊躇による不満足	選択への躊躇による満足
高校受験ときに体重が増えたから不満足	こと 時 こと 状態 感情	高校受験 とき 体重 増えた 不満足	身体(体重)への不満足	身体(体重)への満足
最近、太ってきてやせないといけないと思うから不満足	とき 状態 感情 感情	最近 太ってきて やせないと いけない 不満足	身体変化(やせないと)への不満足	身体変化(やせないと)への満足
身長がなかなか伸びないから不満足	こと 状態 感情	身長 伸びない 不満足	身体(身長)への不満足	身体(身長)への満足
もう少し身長が欲しいから不満足	程度 こと 感情 感情	もう少し 身長 欲しい 不満足	身体(身長)への不満足	身体(身長)への満足
もっとスタイルがよかったらなあ。とかはすごく思います。不満足	こと 感情 程度 感情	スタイル よかったらなあ すごく 不満足	身体(スタイル)への不満足	身体(スタイル)への満足
食べてばかりあまり運動しない。体力テストでもあまり良くない	行動 程度 行動 状態 こと 程度 状態	食べてばかり あまり 運動 しない 体力テスト あまり よくない	身体変化(運動しない)への不満足	身体変化(運動しない)への満足
太っているから不満足	状態 感情	太っている 不満足	身体(太っている)への不満足	身体(太っている)への満足
運動量と食べる量が釣り合っていないから不満足	状態 状態 状態 感情	運動量 食べる量 釣り合っていない 不満足	身体変化(運動量)への不満足	身体変化(運動量)への満足

心身ともに現在の自分の状態にどう感じているか
(パーソナリティ4)
カテゴリー

自身

躊躇

無後悔

満足

他者

何かを決断するときどのように決断するか(パーソナリティ4) ①

データ	人ロウイ	ディメンション	レベル名	列論
決断する時に家族とか友達とかのアドバイスは結構聞きますね。	行動時 人 人 こと 彼女 行動	決断する時 家族 友達 アドバイス 結構聞きます	決断における他者(家族・友達)からの意見の希望	無決断における他者(家族・友達)からの意見無希望
親には結構聞きます。	人 包括 行動	親 結構聞きます	決断における他者(家族)からの意見の希望	無決断における他者(家族)からの意見無希望
お父さんのアドバイスはそのまま聞きません。	こと 包括 行動	アドバイス そのまま聞きません	他者からの意見の無影響力	他者からの意見の高影響力
自分が思っていることが一番強いので。	人 包括 行動	自分が思っていること 一番	自身の意思の優先	自身の意思の無優先
一歩引いておくという感じでいい。	包括 行動	一歩引いておく	他者からの意見の無影響力	他者からの意見の高影響力
外が良い友達とかだったらそういう話もするかもしれないです。	包括 人 こと 行動	仲が良い友達 話をするかも	関係性の高い他者(仲が良い友達)からの意見の希望	関係性の低い他者(仲が良い友達)からの意見の無希望
ん〜(思案に考える)全部自分で決めたいです。	人 行動	全部自分で決めています	自身の意思による決断	自身の意思による無決断
母親のアドバイスは絶対聞きます。	人 こと 包括 行動	アドバイス 絶対聞きます	他者(母親)からの意見の絶対無希望	他者(母親)からの意見の絶対無希望
お父さんが学校の先生だからです。	人 包括 行動	お父さん 学校の先生	他者(お父さん)の特性(先生)による意見の希望	他者(お父さん)の特性(先生)による意見の無希望
でも、今はどちらかといえばお父さんの方が話を聞いてくれます。	包括 人 比較 こと 包括 行動	今はどちらかといえばお父さんが話を聞いてくれる	他者(お父さん)の特性(談話)による意見の希望	他者(お父さん)の特性(談話)による意見の無希望
親身になって話をしてくれるから、お父さんには逆路のことでも一歩相談しました。	包括 人 こと 包括 行動	親身になってお父さんとの一歩相談した	他者(お父さん)の特性(親身)による意見の希望	他者(お父さん)の特性(親身)による意見の無希望
お父さんは私が全然聞かなかったことを選択肢として挙げてくれた。	人 包括 行動	お父さん 全然聞かなかった選択肢として挙げてくれた	他者(お父さん)からの自身意思外の選択肢提示	他者(お父さん)からの自身意思外の選択肢無提示
それはお父さんの経験なんですか、その経験の話を全部話してくれるから、すごく納得したままであって参考にしました。	人 こと 包括 行動	お父さんの経験全部話してくれるからすごく納得した	他者(お父さん)の経験による意見への高参考	他者(お父さん)の経験による意見への低参考
高理心度なんですか、ちゃんと、選択肢も含めて考えられます。	包括 人 こと 包括 行動	高理心度選択肢も含めて考えられる	選択肢の多さによる意思機会	選択肢の多さによる意思機会
★心配性の不安を表現してくるに、細かい情報をお父さんが提供してくれました。	包括 人 こと 包括 行動	心配性不安 細かい情報 お父さんが提供してくる	他者(お父さん)からの詳細情報による自身特性(心配性)の緩和	他者(お父さん)からの詳細情報による自身特性(心配性)の緩和
家族の中で一番影響を受けているのはお父さんです。	人 程度 こと 包括 行動	家族 一番影響を受けているお父さん	特定の他者(お父さん)からの高影響	特定の他者(お父さん)からの無影響
③まず自分で考えて、	人 時間 行動	まず自分で考えて	自身による意思	自身による意思
友達の話とか聞いて、	人 こと 包括 行動	友達の話聞いて	他者(友達)からの意見の希望	他者(友達)からの意見の無希望
それをお父さんお母さんに言います。お父さんお母さんが言ったことは、必ずしも聞かなくてもいいです。	人 人 行動 こと 包括 行動	お父さんお母さん言います お父さんお母さんが言ったこと必ずしも聞かなくてもいいです	他者(父・母)からの意見の希望による参考	他者(父・母)からの意見の無希望による参考
それで、そこから自分がやりたいことを、すでにやっている人とかに話を聞きに行つて、	人 感情 こと 包括 行動	そこから自分がやりたいことをすでにやっている人とかに話を聞きに行く	活動経験他者からの意見の希望	活動経験他者からの意見の無希望
お父さんとか直接話を聞いて決めます。	包括 人 こと 包括 行動	お父さんとか直接話を聞いて決める	活動経験他者からの意見の希望による決断	活動経験他者からの意見の無希望による無決断

何かを決断するときどのように決断するか(パーソナリティ4) ②

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対称
私はいとこに聞きに行きました。2つ3つよりは、もうちょっと上です。自分がいとこの中で一番下なんですけど、まあ第もいるんですけど。	人 人 行動 人 状態 状態	私 いとこ 聞きに行く 自分 いとこの中 一番下	他者(いとこ)からの意見の無所望	他者(いとこ)からの意見の無所望
いとこのみんな、いろいろすくて、尊敬している人たちがばっかりなので、	人 状態 状態 人 状態	いとこのみんな 色々すくて 尊敬している 人たち ばかり	他者(いとこ)の特性(尊敬)による意見の無所望	他者(いとこ)の特性(尊敬)による意見の無所望
その人たちの話の方が、親とかの話を聞くより自分にとって素直に聞けるという感じですよ。	人 こと 比較 人 こと 行動 比較 人 感情 状態	その人たち 話 方が 話 聞く より 自分にとって 素直 聞ける	他者(その人)の特性(尊敬・経験)での意見の高参考	他者(その人)の特性(尊敬・経験)での意見の高参考
◎お母さんが硬式テニス、お父さんがバドミントン。あと二人ともマラソンやっています。★今もやっています。	人 活動 人 活動 活動 活動 状態	お母さん 硬式テニス お父さん バドミントン マラソン ★ やっています	他者(父・母)の活動経験(テニス・バドミントン・マラソン)	他者(父・母)の無活動経験(テニス・バドミントン・マラソン)
◎家族はみんなテニスをやっています。	人 活動 活動 活動 活動 状態	家族はみんな テニス やっています	他者(家族)の活動経験(テニス)	他者(家族)の無活動経験(テニス)
テニスは私が始めて、家族みんなが始めました。	人 行動 人 行動 状態 感情	テニス 私 初めて 家族みんな はじめました	自身の活動(テニス)による他者(家族)への影響	自身の無活動(テニス)による他者(家族)への無影響
なんか一緒にやりたいみたいですよ	人 状態 感情	一緒に やりたい	自身の活動(テニス)による他者(家族)への影響	自身の無活動(テニス)による他者(家族)への無影響
私が中学校に上がった時にお父さんとお母さんがソフトテニスをやり出したんです。一緒にやってくれるらしいレベルで。	人 場所 状態 時 人 人 活動 行動 状態 状態 こと	私 中学校 上がった 時 お父さん お母さん ソフトテニス やり出した 一緒に やってくれる レベル	自身の活動(テニス)による他者(家族)への影響	自身の無活動(テニス)による他者(家族)への無影響
で、私が高校で硬式をやったら、硬式を両親もやり始めました。	人 活動 行動 活動 人 行動	私 高校 公式 やりだしたら 両親 やりはじめた	自身の活動(テニス)による他者(家族)への影響	自身の無活動(テニス)による他者(家族)への無影響
両親は若い頃、お父さんがバスケットボールで、お父さんがソフトボールとバスケットボールをやっていました。	人 状態 時 人 活動 人 活動 活動 状態 時	両親 若い 頃 お父さん バスケットボール お父さん ソフトボール バスケットボール	他者(家族)の活動経験(バスケットボール)	他者(家族)の無活動経験(バスケットボール)
小さい頃からスポーツは、いつもみんなやっていました	活動 活動 人 状態 こと こと 行動 時 人 状態 人 行動 こと 人 状態 こと 状態 感情 感情 人 行動	私 高校 公式 やりだしたら 両親 やりはじめた	自身の活動(テニス)による他者(家族)への影響	自身の無活動(テニス)による他者(家族)への無影響
◎選択授業で、社会の世界史か日本史か決める時は、先輩とか相談してきた人に話を聞いたんですけど、	こと こと 行動 時 人 状態 人 行動 こと 人 状態 こと 状態 感情 感情 人 行動	私 高校 公式 やりだしたら 両親 やりはじめた	自身の活動(テニス)による他者(家族)への影響	自身の無活動(テニス)による他者(家族)への無影響
道徳の話とかは、私の父が中高一貫校の先生をやっているんですけど、ちょっと話が長くて(笑)、聞きたくなかったです。	人 状態 こと 状態 感情 感情 人 行動	私 高校 公式 やりだしたら 両親 やりはじめた	自身の活動(テニス)による他者(家族)への影響	自身の無活動(テニス)による他者(家族)への無影響
数学の先生なんですけど、なんかつけてくるんです。数学は(笑)。	人 状態 こと 感情 感情 人 行動	私 高校 公式 やりだしたら 両親 やりはじめた	自身の活動(テニス)による他者(家族)への影響	自身の無活動(テニス)による他者(家族)への無影響
数学大っ嫌いなので、できれば聞きたいじゃないから、全部聞かなくていいですよ。	人 状態 感情 感情 人 行動	私 高校 公式 やりだしたら 両親 やりはじめた	自身の活動(テニス)による他者(家族)への影響	自身の無活動(テニス)による他者(家族)への無影響
でもたまに首突っ込んでくるので、それはもういやいや聞かれています(笑)。	人 状態 感情 感情 人 行動	私 高校 公式 やりだしたら 両親 やりはじめた	自身の活動(テニス)による他者(家族)への影響	自身の無活動(テニス)による他者(家族)への無影響

何かを決断するときどのように決断するか(パーソナリティ4) ③

データ	プロ/タイプ	ディメンション	ラベル名	対応
スポーツは両親は、父が剣道で、母が馬術です。	近親人 活動人 活動人	スポーツ 父 剣道 母 馬術	他者(両親)の活動経験(剣道・馬術)による影響	他者(両親)の無活動経験(剣道・馬術)による無影響
で、お兄ちゃんが野球で、私がバドミントンで、妹が女子なんですけどバレーボールとサッカーをやっています。	活動人 活動人 活動人 活動人	お兄ちゃん 野球部 私 バドミントン部 バレーボール サッカー やっている	他者(兄・妹)の活動経験(野球・バレー・サッカー)	他者(兄・妹)の無活動経験(野球・バレー・サッカー)
全員、やっているスポーツが違いますよ。	人 家族 兄弟 妹	全員 やっている スポーツ 違う	他者(家族)同士の異なる活動(スポーツ)経験	他者(家族)同士の異なる無活動(スポーツ)経験
水泳は兄がやっていたから自然とやる感じになって。	近親人 次男 次男 妹	水泳 兄に やっていた 自然 やる感じ	他者(兄)の活動経験(水泳)による影響	他者(兄)の無活動経験(水泳)による無影響
中学校からあとほんの自分で決めたことで辞めてくれたわけでもなく、	人 こと 人 水泳	中学校から後 自分 決めたこと 誰 言ってくれなかった	自身での思慮による決断への他者からの無影響	自身での思慮による無決断への他者からの無影響
自分(好)りだから、辞めたりしない方がいいな感じ。	人 感情 条件 人 状況 程度 人 行動	自分 の 好 み な ら ぬ 決 断 は し ない	自身の決断による他者からの許容	自身の無決断による他者からの許容
★全期自分で決めました。	人 行動	自分 決めています	自身による決断	自身による無決断
自分で決めてから後に高いです。	人 行動 人 行動	自分 決めて から 後 高い です	自身による決断後の他者への共有	自身による無決断後の他者への共有
①優先度で決められないのでブレイクスとかよく聞きます。	状況 状況 こと 状況 行動	優先度 決め ない ブレイクス よく 聞く	自身の特性(優先度)による他者からの意見希望	自身の特性(優先度)による他者からの意見希望
がいたの友達か、思えます。	親要 人 人	思いた い 友 達 か こ れ	他者(友達・兄)からの意見の希望	他者(友達・兄)からの意見の無希望
兄は、中学はバスケットボールをやっていたんですけど、高校ではハンドボールをやっていました。	人 時 活動 時 活動 人 状況 活動 行動	兄 中学 バスケットボール 高校 ハンドボール	他者(兄)の活動経験(バスケット・ハンド)	他者(兄)の無活動経験(バスケット)
★兄がやっていたものは、違うスポーツを選びました。	人 状況 状況 活動 行動	兄 やっていた 違う スポーツ 選びました	他者(兄)の活動経験による異なる活動(スポーツ)の決断	他者(兄)の無活動経験による異なる無活動(スポーツ)の無決断
その代は友達から誘われて、やってみようかなーかたいた感じでした。	時 人 状況 感情	その時 友達 誘われて やってみようかなー	他者(友達)からの影響による活動への決断	他者(友達)からの無影響による無活動への無決断
兄はハンドボールけど、私はダンスを薦められた理由としてジュネーションズという、ダンスグループ(芸能人)の影響です。	人 近親 人 活動 人 状況	兄 ハンドボール 私 ダンス 薦められた ジュネーションズ 影響	他者(芸能人)からの影響による活動への決断	他者(芸能人)からの無影響による無活動への無決断
そのグループが大好きで、やりたいて思いました。好きな人は自慢専断です。あの人のダンスを見ていたら、やばいです(笑)。	人 感情 感情 感情 人 人 こと 行動 感情 時 人 感情 場所 こと 行動 感情	そのグループ 大好き やりた い 思 い ま し た 。好きな 人は 自 慢 専 断 です。 あの 人の ダン ス を 見 て い たら 、 や ば い です (笑)。	特定(好き)の他者(芸能人)の活動経験による活動決断への影響	特定(好き)の他者(芸能人)の活動経験による無活動決断への無影響
小さい頃からEXILEとか好きで、家でダンス見て、ちょっと露わうかなーかたいたことやっていたんです。	人 感情 場所 こと 行動 感情	小さい頃 EXILE 好き で 家 で ダン ス 見 て 、 ち よ つ と 露 わ う か な ー か た い た こ と や っ て い た ん だ 。	特定(好き)の他者(EXILE)の活動経験による自身の行動	特定(好き)の他者(EXILE)の活動経験による自身の行動
どっちかっというダンスよりもダンスが好きでした。	比較 活動 比較 活動 感情	どっちかっという ダンス より ダンス 好き です	自身の活動(野球)と異なる活動(ダンス)への好み	自身の無活動(野球)と異なる無活動(ダンス)への好み
★小さい頃からダンス好きだったけどスポーツとしては野球もやっていた。	活動 感情 状況 活動	小さい頃 ダンス 好き スポーツとしては 野球	自身の活動(野球)と異なる活動(ダンス)への好み	自身の無活動(野球)と異なる無活動(ダンス)への好み
中学校にダンス部があったらダンスに行きたかったんですけど、	場所 活動 状況 感情	中学校 ダンス部 あれば 行きたかった	好みの活動の環境(ダンス部)がなかったによる無実施	好みの無活動の環境(ダンス部)がなかったによる無実施
スタジオにかなり行こうかなって一回行ったんですけど、	場所 行動 状況 感情	スタジオ 行こうかな 一回 行った	別環境(スタジオ)への思慮	別環境(スタジオ)への思慮

何かを決断するときどのように決断するか(パーソナリティ4) ⑦				
データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
学校とかの話だとお姉ちゃんのほうがわかるかと。だからお姉ちゃんに相談します。	場所 こと 人 比較 状態 人 行動	学校 話 お姉ちゃん 方が わかる お姉ちゃん 相談します	活動(学校)経験他者(姉)からの意見の所望	無活動(学校)経験他者(姉)からの意見の無所望
重要なことは親(高校入学など)。	状態 こと 人	重要な こと 親	重要決断における他者(親)への相談	重要無決断における他者(親)への無無相談
人生の岐路は親にも影響)	状態 人 状態	人生の岐路 親 影響	自身の決断による他者(親)への影響の考慮	自身の無決断による他者(親)への無影響の無考慮
それ以外は自分	状態 人	それ以外 自分	他者(親)への無影響決断における自身の決断	他者(親)への無無影響無決断における自身の無決断
自分で決めるのが不得意なのでその場にいる人	人 行動 状態 場所 状態 人	自分 決める 不得意 そのば いつ 人	自身の特性(決めるの不得意)による他者からの意見所望	自身の特性(決めるの不得意)による他者からの意見無所望

何かを決断するときどのように決断するか(パーソナリティ4)
カテゴリー

他者

意見の所望

活動拝見

自身

決断

影響力

家族との関係性はどうか(パーソナリティ4) ①

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
家族は仲良いです。	人 状態	家族 仲良い	家族との関係良好	家族との関係悪化
遊びに行ったりしますが、	活動 活動 活動	遊びに 行ったりします	家族との共同活動(遊び)	家族との共同無活動(遊び)
父は専業主任でないの で、	こと 状態	父 専業主任 でない	環境による家族(父)の制限	環境による家族(父)の制限
家に父が居ないので毎日女 子会みたいです。	場所 人 状態 時間 こと	家 父 居ない 女子会	家族特性(父が居る)による環境(女子会)	家族特性(父が居る)による環境(女子会)
家族とスポーツがはずすく やります。バレーとか。	人 活動 活動 活動	家族 スポーツ すく やります バレー	家族との共同活動(スポーツ・バレー)	家族との共同無活動(スポーツ・バレー)
スポーツを見たりなどは、観 戦に行くなどはいいですが、 部屋の中であれば見ま す。	活動 活動 状態 場所 活動	スポーツ 観戦しに行く は部屋の中 見ます	家族との限定場所(部屋の中)での共 同観戦行動	家族との限定場所(部屋の中)での共 同観戦行動
テレビでスポーツをみんなで 見たりなどはします。	もの 活動 人 活動	テレビ スポーツ みんなで 見たり	家族との共同観戦行動(スポーツ)	家族との共同無観戦行動(スポーツ)
母がバレー部だったんです けどとても運動神経がいい んです。	人 活動 程度 こと 状態	母 バレー部 とても 運動神経 いい	家族(母)の活動経験(バレー)	家族(母)の無活動経験(バレー)
父は自慢になるのですが駅 伝などで九州県下一周など で一位になったことがあるん です。	人 感情 こと こと 状態 状態	父 自慢 駅伝 九州県下一周 1位 なったことがある	家族(父)の活動経験(駅伝)	家族(父)の無活動経験(駅伝)
それで走るのも一緒に走ら されてしまったのでスポー ツはいろいろ一緒にさせられ ました。	活動 状態 状態 活動 状態 状態 状態	走る 一緒に 走らされていた スポーツ 色々 一緒に させられていた	家族(父)の活動経験(駅伝)の影響に よる共同活動(走る)	家族(父)の無活動経験(駅伝)の無 影響による共同無活動(走る)
◎両親のアドバイスは絶対 聞きます。	人 こと 態度 行動	両親 アドバイス 絶対 聞きます	家族(両親)からの意見の絶対意見所 望	家族(両親)からの無意見の絶対無意 見無所望
お母さんが学校の先生だか らです。	人 状態	お母さん 学校の先生	家族(母)の特性による意見所望	家族(母)の特性による無意見無所望
でも、今はどちらかといつた らお父さんの方が話を聞いて くれます。	比較 人 こと 状態 状態 状態 状態	どっちかといつた らお父さん 話 聞いてくれる	家族(父)の特性(傾聴)による意見の 所望	家族(父)の特性(傾聴)による無意見 の無所望
親身になって会話してくる から、お父さんには進路のこ とも一番相談しました。	人 こと 程度 行動	親身 会話してくれる お父さん 進路 一番 相談した	家族(父)の特性(親身)による重要決 定の相談	家族(父)の特性(親身)による無重要 決定の無相談
お父さんは私が全然思いつ かなかったことを選択肢とし て挙げてくれて、	人 人 程度 状態 こと 状態	お父さん 全然 思いつかなかった 選択肢 あげてくれて	家族(父)からの自身思慮外の選択肢 提示	家族(父)からの自身思慮外の選択肢 提示
それはお父さんの経験なん ですけど、その経験のことも 全部話してくれるから、すご く聞かなくてわかって参 考になりました。	人 こと 程度 状態 状態 状態 状態	お父さん 経験 全部 話してくれる 聞かなくて わかって 参考になり	家族(父)の経験による意見への高参 考	家族(父)の経験による無意見への低 参考
結構心配性なんですけど、 ちゃんと、選択肢も含めて考 えられるんです。	結構 状態 こと 状態 行動 状態 感情	結構 心配性 選択肢 含めて 考えられる	選択肢の多さによる思慮機会	選択肢の多さによる思慮機会
★心配性の不安を取り除く ために、細かい情報をお父さ んが提示してくれます。	行動 状態 こと 人 状態	不安 取り除く 細かい 情報 お父さん 提示してくれる	家族(父)からの詳細情報による自身 特性(心配性)の緩和	家族(父)からの詳細情報による自身 特性(心配性)の緩和
家族の中で一番影響を受 けているのはお父さんです。	人 程度 こと 状態 人	家族 一番 影響 受けている お父さん	特定の家族(父)からの高影響	特定の家族(父)からの低影響
◎まず自分で考えて、	時 人 行動	まず 自分 考えて	自身による思慮	自身による無思慮
友達の話とか聞いて、	人 こと 行動	友達 話 聞いて	家族からの意見の所望	家族からの無意見の無所望

家族との関係性はどうか(パーソナリティ4) ④

データ	シロバネ	ディメンション	ラベル名	対極
では、新しいことをするデジタルは、家族は、部活(弓道)についてはなんですか、今までワイワイしていたのは違って静かだし、全然泳がずわがじやないよ、とられました。それはお母さんが言ってくれました。	扶養 こと こと 人 活動 時 扶養 扶養 扶養 こと 扶養 扶養 人 行動	新しいこと する メロメロ 家族 部活(弓道) 今まで ワイワイ 違って 静か 泳がずわがじやない 言われました お母さん 言ってくれた	家族からの自身意見への意見(デジタル)の提示	家族からの自身意見への無意見(デジタル)の提示
★そういうのを示してくれた中から、ちゃんを選出したなと思っでいます。	行動 程度 行動 行動	示してくれた ちゃん 選出した	家族からの意見の提示による決定への満足	家族からの無意見の提示による無決定への不満足
★それを決めた時には即決できませんでした(笑)。	時 状態 状態	決めた 時 即決 できなかった	取捨決定への慎重な決定	取捨無決定への慎重でない無決定
★家族会議は終わってもずっと考えていました。	こと 状態 時 行動 行動	家族会議 終わっても ずっと 考えていた	家族への相談後の自身による継続的な意思	家族への無相談後の自身による継続的な無意思
決めた時は、もうへんなことは考えないように。	行動 時 状態 こと 状態	決めた 時 へんな こと 考えないように	決定後の決定への無意思	無決定後の無決定への意思
こっちが良かったとかそういう意見は考えないように。	こと 感情 こと 行動	こっち よかった そういう意見 考えないように	決定後の異なる決定への無意思	無決定後の異なる無決定への意思
弓道のことが考えられています。	活動 程度 程度 行動	弓道 ことだけ 考えている	決定後の決定事項限定の意思	無決定後の無決定事項限定の意思
今も後悔はないです。	時 状態	今も 後悔はない	決定への無後悔	無決定への無後悔
うらやましいとは思いませんけど(笑)。	感情	羨ましい	別決定への羨ましさ	別無決定への羨ましさ
うらやましいのとは後悔は違います!	感情 感情 状態	羨ましい 後悔 違う	羨ましさと後悔の別感情	羨ましさと後悔の同感情
小学校1年生の頃から水泳を始めて、習い事としてはそれくらいなんですけど、	時 活動 行動 行動	小学校1年生の時から 水泳 初めて	自身の活動経験(水泳)	自身の無活動経験(水泳)
お家が山の丘にあって、車通りが少ないから道幅で駆けっことか、道筋の瓦礫とボールで遊んだりとか、公園行ったりとかがよくあって、小っちゃい頃からおうちで走り回っていました。外出て遊びなさいとか言われなくてもです。	場所 場所 場所 活動 人 活動 場所 行動 程度 程度 程度 場所 活動 状態	お家 山の上 車通りが少ない 道幅 かけっこ 道筋の瓦礫 ボールで遊んだり 公園 行ったり よく 小っちゃい頃 おうちで 走り回って 外 遊びなさい 言われなくても	自身での決定による家族からの無影響の活動経験(外遊び)	自身での無決定による家族からの無影響の無活動経験(外遊び)
自分たちで帰ってくるまでずっと遊んでいて、怒られたりしていました(笑)。	人 状態 活動 状態 状態	自分たち 帰ってくるまで 遊んで 怒られたり	自身での決定による活動経験(外遊び)への家族からの言及	自身での無決定による無活動経験(外遊び)への家族からの言及
◎水泳を始めたきっかけは兄がやっていて、	活動 こと 人 状態	水泳 はじめた きっかけ 兄 やっていて	家族(兄)からの影響による自身の活動決定	家族(兄)からの無影響による自身の無活動無決定
夏の体験教室みたいなので一回行ってみたら楽しかったから、入ろうかなと思ってやりました。	時 こと 行動 感情 感情 程度	夏 体験教室 行ってみたら 楽しかった 入ろうかな と思って	活動への体験による活動決定(水泳)	無活動への体験による無活動無決定(水泳)
でも、「し」言でやっていたんだから1級になるまでは頑張らなさいって言われて、	状態 状態 状態 状態 状態	ここで やっていた 1級になるまで 頑張らなさい 言われて	家族からの目標提示による活動継続	家族からの目標提示による無活動継続
1級になったからやめました。	状態 行動	1級になったから やめました	家族からの目標達成による活動不継続	家族からの目標達成による無活動不継続
★両親も納得しました。	人 感情	両親 納得	目標達成による活動不継続への家族からの許容	目標達成による無活動不継続への家族からの不許容
その時は、水泳は自分から始めたことなので、言い出せなかったです。	活動 人 行動 状態 時 状態 状態	その時 水泳 自分 はじめた 言い出せなかった しばらく 思っていただけ 誰にも 言っていなかった	自身での活動決定事項による活動不継続の家族への提示困難	自身での無活動無決定事項による無活動不継続の家族への提示困難
ちょっとしばらく、心の中で思っていただけで、誰にも言っていなかったんです。	状態 人 状態	しばらく 思っていただけ 誰にも 言っていなかった	提示困難による家族への無共有	提示困難による家族への共有

家族との関係性はどうか(パーソナリティ4) ⑤

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
でも最近、私、思いついたことすぐ言っちゃうから(笑)、家族とかにも最近はずい言います。	今人状態時 行動人時 行動	最近私 思いついたこと すぐ 言っちゃう 家族 最近 すぐ 言います	環境変化(最近)による家族への即共有	環境無変化(最近)による家族への即共有
でもその時は言い出せてなかったです。	時 行動	その時 言い出せてなかった	表示困難による家族への無共有	表示困難による家族への共有
今はいろんなことをすこいしゃべってます。	今人状態 こと 程度 行動	今 いろんな こと すこい しゃべってます	環境変化(最近)による家族への即共有	環境無変化(最近)による家族への即共有
今は妹が受験生で塾へ行っているからあんまりしゃべれないけど、	今人 状態 場所 状態 相手 行動	妹 受験生 塾 行っている あんまり 喋らない	家族(妹)の環境による制限での対話機会の減少	家族(妹)の環境による制限での無対話機会の減少
普段一番しゃべるのは妹です。	状態 程度 行動 人	普段 一番 喋る 妹	特定の家族(妹)との高頻度な対話	特定の家族(妹)との低頻度な無対話
妹とは、どうでもいい話(笑)です。	人 状態 こと	妹 どうでもいい 話	特定の家族(妹)との高頻度な対話(どうでもいい)	特定の家族(妹)との低頻度な無対話(どうでもいい)
妹が、部屋を出て行かないんですよ(笑)。ずいしゃべっています。	人 場所 状態 時 行動	妹 部屋 出ていかない ずい しゃべっています	特定の家族(妹)との高頻度な対話	特定の家族(妹)との低頻度な無対話
中学校に入って部活動しようになった時に、	場所 状態 活動 感情 時	中学校 入って 部活動どう しよう なった時	環境変化(中学校)による活動願望	環境無変化(中学校)による無活動無願望
親にはスポーツ系の部活に入ったほうがいいよと言われました。	人 状態 活動 感情 状態 状態	親 スポーツけい 部活 入った方がいい 言われました	家族(親)からの活動種類(スポーツ系)への意見	家族(親)からの無活動種類(スポーツ系)への無意見
@テニスとソフトボールと二つやりたいのがあったので、それをまず親に言ったら、	活動 活動 感情 状態 時 人 行動	テニス ソフトボール 2つやりたい あった まず 親 言ったら	自身の活動願望の家族(親)への共有	自身の無活動無願望の家族(親)への共有
親がいる人から情報収集してきてくれました。	人 人 行動	親 いろんな人から 情報収集	共有による家族(親)の情報収集行動	共有による家族(親)の情報収集行動
ソフト部がすごく強くて、練習がすごくキツくて課外遠征が多いみたいな話を聞いて、やめました。	活動 程度 状態 活動 程度 状況 こと 状態 状態 行動	ソフト部 すごく 強くて 練習 すごく きつくて 課外遠征 多い 話を聞いて やめました	情報収集による活動組織の特性(強いキツイ・遠征)判断による決定	情報収集による無活動組織の特性(強いキツイ・遠征)判断による無決定
親や兄弟とはよくしゃべります。	人 人 程度 行動 こと	親 兄弟 よく しゃべります 学校の話 します	家族(親・兄弟)との高頻度な対話	家族(親・兄弟)との低頻度な無対話
学校の話もします。	人 程度 こと 行動	学校の話 します	家族(親・兄弟)との対話(学校)	家族(親・兄弟)との無対話(学校)
その時に周りの子が、たくさんスポーツ少年団でバレーボールをしていたからバレーを始めて、	人 程度 こと 活動 活動 行動	その時 周りの子 たくさん スポーツ少年団 バレーボール バレー 始めて	家族(周りの子)の活動(バレー)による自身活動決定への影響	家族(周りの子)の無活動(バレー)による自身無活動無決定への無影響
お母さんがテニスをしていたからテニスも始めて、みたいな感じで	活動 状態 活動 行動	お母さん テニス していた テニス 始めて	家族(母)の活動(テニス)による自身活動決定への影響	家族(母)の無活動(テニス)による自身無活動無決定への無影響
テニスは自分でやりました。やりたくて始めました。	活動 人 感情 行動	テニス 自分 やりたく 始めた	自身の活動願望による活動(テニス)への決定	自身の無活動無願望による無活動(テニス)への無決定
テニスは見ていて楽しそうだったからです。	活動 状態 感情	テニス みていて 楽しそうだった	家族活動(テニス)拝見による歓楽感情	家族無活動(テニス)拝見による歓楽感情

家族との関係性はどうか(パーソナリティ4) ⑥

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
両親、兄弟とは、今は(一緒に住んで)いないけど、	人 人 時 状態 状態	両親 兄弟 今は 一緒に 住んでいない	環境による家族(両親・兄弟)との制限	環境による家族(両親・兄弟)との制限
会った時はすっごいしゃべります。	時 程度 行動	あった時 すっごい しゃべります	家族(両親・兄弟)との対話	家族(両親・兄弟)との無対話
私が一方的にガーターしてやるだけです。	人 状態 行動	私 一方的 しゃべるだけ	家族(両親・兄弟)との一方的な対話	家族(両親・兄弟)との一方的な無対話
他の3人は聞き上手だと思います(笑)。	人 状態	他の3人 聞き上手	家族(両親・兄弟)の特性(聞き上手)による一方的な対話	家族(両親・兄弟)の特性(聞き上手)による一方的な無対話
勧められたというか、「河々若が入ってるらしいよ」みたいな感じで親に言われたから、「じゃあ入る」みたいな感じですよ。	状態 人 状態 感情	勧められた 羨 言われた じゃあ入る	家族(親)からの情報(入ってる)による自身活動決定	家族(親)からの情報(入ってる)による自身活動無決定
★家族とはよく話しますね。	人 程度 行動	家族 よく 話します	家族との高頻度な対話	家族との低頻度な無対話
一番話すのはお姉ちゃんです。	程度 行動 人	一番 話す お姉ちゃん	特定の家族(姉)との高頻度な対話	特定の家族(姉)との低頻度な無対話
★こういう話は誰にして、この話は絶対誰に先に話すとかがあんまりないですね。	こと 程度 人 時 行動 状態 状態	こういう話 絶対 誰に 先に 話する あんまり ない	家族への種類による意見の無選別	家族への種類による無意見の無選別
学校とかの話だとお姉ちゃんのみまうがわかるかと、だからお姉ちゃんに相談します。	こと 人 比較 状態 人 行動	学校 話 お姉ちゃん 方が わかる お姉ちゃん 相談します	活動(学校)経験家族(姉)からの意見の所望	無活動(学校)経験家族(姉)からの無意見の無所望
お母さんがたまに録画していて、それを見たりします。テニスです。	人 頻度 行動 行動 活動	お母さん たまに 録画 見たり テニス	家族(母)の観戦行動による観戦	家族(母)の観戦行動による観戦
お母さんもテニスをしてたから、録画して見るんだと思います。	活動 状態 行動 行動	お母さん テニス していた 録画 みる	家族(母)の活動経験(テニス)による観戦行動	家族(母)の無活動経験(テニス)による観戦行動
私は、テニスはお母さんが(Play)しているのを見るくらいです。	こと 人 行動 行動	私 テニス お母さん play 見るくらい	家族(母)の活動見聞(テニス)	家族(母)の無活動見聞(テニス)
一番やる気になるのは、お父さんとテニスした時かな。	程度 感情 人 活動 時	一番 やる気になる お父さん テニス	家族(父)との共同活動(テニス)	家族(父)との共同無活動(テニス)
お父さんには負けたくないっていう思いがあります(悲)	人 感情	お父さん 負けたくない お父さん	家族(父)への勝利願望による動機付け	家族(父)への勝利無願望による動機付け
お父さんはすぐスポーツができるんですけど、	程度 活動 状態	お父さん すぐ スポーツ できる	勝利願望のある家族(父)の活動(スポーツ)への得意	勝利無願望のある家族(父)の無活動(スポーツ)への得意
テニスは……(あんまりできないんです)。	活動 程度 状態	テニス あまり できない	活動得意家族(父)の不得意活動	無活動得意家族(父)の不得意無活動
中学校の時、ソフトテニスではずっと負けていたんですけど、	時 活動 時 状態	中学校の時 ソフトテニス ずっと 負けていた	長期(中学校の頃)の家族との共同活動(テニス)	長期(中学校の頃)の家族との共同無活動(テニス)
負けたくないという思いが湧いて、その時はむちゃくちゃやる気になります。	感情 時 程度 感情	負けたくない その時 むちゃくちゃ やる気になる	家族(父)への勝利願望による動機付け	家族(父)への勝利無願望による動機付け
★スポーツができるお父さんに負けたくないって、思います。	活動 状態 人 感情	スポーツ できる お父さん 負けたくない	活動得意家族(父)への勝利願望	無活動得意家族(父)への勝利無願望

家族との関係性はどうか(パーソナリティ4) ⑦

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
お母さんにも思います。お母さんもお父さんもいろんなスポーツをやっています、	人感情 人 人 状態 こと 状態	お母さん 思う お父さん お母さん いろんな スポーツ やっています	様々な活動経験家族(父・母)への勝利願望	様々な無活動経験家族(父・母)への勝利無願望
でもお母さんには最初から勝てちゃったので、論外(笑)。	人 時 状態 状態	お母さん 最初から 勝てちゃった 論外	初期からの勝利による勝利願望家族(母)からの排除	初期からの勝利による勝利無願望家族(母)からの排除
次はお父さんに勝つぞと思って。	時 人 感情	次 お父さん 勝つぞ	家族(母)への勝利によるさらなる家族(父)への勝利願望	家族(母)への勝利によるさらなる家族(父)への勝利無願望
弟にはちょっと勝てないの。	人 状態	弟 勝てない	勝利の低可能性家族(弟)への無動機付け	勝利の低可能性家族(弟)への無動機付け
弟もテニスをしています。	人 活動 状態	弟 テニス している	家族(弟)の活動経験(テニス)	家族(弟)の無活動経験(テニス)
★家族には負けたくないと思うけど、	人 感情	家族 負けたくない	家族への勝利願望	家族への勝利無願望
友達とか、試合の相手だと、競争は嫌だなあと感じます。	人 人 こと 感情	友達 試合の相手 競争 嫌だなあ	家族以外(試合相手)との競争への嫌悪	家族以外(試合相手)との競争への嫌悪
スポーツはあんまり勤めてはこないです。	活動 程度 行動	スポーツ あまり 勤めてこない	家族からの活動(スポーツ)への無動機	家族からの無活動(スポーツ)への無動機
ただ自分がやりたいって思ったのをやるだけです。	人 感情 行動	自分 やりたい やるだけ	自身願望による活動決定	自身無願望による無活動無決定
それに対して親はやりたいならやれって言うんですけど、	人 条件 行動	親 やりたいなら やれ 言う	自身願望による活動決定への家族(親)からの許容	自身無願望による無活動無決定への家族(親)からの不許容
でも途中でやめるのは許さないとって言われます。	状態 行動 状態	途中 やめる 許さない	自身願望による活動決定の不継続への家族(親)からの不許容	自身無願望による無活動無決定の不継続への家族(親)からの不許容
人生のよき先輩	こと 状態 人	人生 よき 先輩	家族への経験連者の関係	家族への経験連者の関係無
仲良し(人からも言われる、)	状態 人	仲良し	家族との関係良好	家族との関係悪化
父が運動好きで一緒にスポーツもする)	活動 感情 状態 活動	父 運動 好き 一緒に スポーツ	家族(父)の影響による共同活動(スポーツ)	家族(父)の無影響による共同無活動(スポーツ)

家族との関係性はどうか(パーソナリティ4)

カテゴリー

家族

影響

コミュニケーション

自身

自信の活動・行動に人間関係は重要か(パーソナリティ4) ①

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対価
★友達とかにやりたくないけど合わせたりすることは高校では同じ中学の人がいないのでしなないです。	人感情 意識 行動 場所 状態 人状態 行動	友達 やりたくない けど 合わせたりする 高校 同じ 中学の人 いない しない	環境変化(高校)による自身の決定への他者(友達)からの無影響	環境変化(高校)による自身の決定への他者(友達)からの影響
中学の荷はしてました。	時 行動	中学の時 してました	環境(中学)による自身の決定への他者(友達)からの影響	環境(中学)による自身の決定への他者(友達)からの無影響
すごく気が強い女子がいるじゃないですか、そういう関わりがたくない人はあんまり…。	程度 状態 人 状態 感情 人 程度	すごく 気の強い 女子 いる 関わりがくない 人 あんまり	他者(気が強い女子)への回避願望による決定	他者(気が強い女子)への回避願望による決定
友達を作ろうと思った時の自分がする行動は自分のことをよく話す。	人 感情 人 行動 こと 程度 行動	友達 作ろう 自分 行動 こと よく 話す	自身についての情報共有による他者(友達)との関係構築	自身についての情報共有による他者(友達)との関係構築
私はそんなに話すのが得意じゃないですが、	人 程度 行動 状態	私 そんなに 話す 得意じゃない	自身の対話への不得意	自身の対話への得意
でも自分のことはよくしゃべるようになって家族にも言われます。	こと 行動 人 状態	自分のこと よくしゃべるように 家族 言われる	他者(家族)からの自身についての情報共有の重視	他者(家族)からの自身についての情報共有の軽視
自分のことを話して相手も話してくれたら、お互いのことがよくわかる。	こと 行動 人 状態 こと 程度 状態	自分のこと 話して 相手も 話してくれたら お互いのこと よく わかる	自身についての情報共有による他者についての情報共有	自身についての情報共有による他者についての情報共有
それで仲良くなった子はたくさんいます。	状態 人 程度 状態	仲良くなった 子 たくさん いる	自身についての情報共有による他者(友達)との関係構築成功	自身についての情報共有による他者(友達)との関係構築失敗
私はよく(手で相手をつつまようじ)いうえいってふざけに行っって、	人 態度 行動 行動 状態	私 よく ふざけに 行っって ふざけるの 好きで 仲良くなる	他者への戯れ行動による関係構築	他者への戯れ行動による関係構築
そういうふざけるのに巻き込んで仲良くなります。	人 行動 行動 時 行動 状態	私 笑って ニコッとして そこから しゃべって 仲良くなります	笑顔による他者との関係構築	笑顔による他者との関係構築
第一印象をよくする(笑)。	こと 状態 状態	第一印象 よくする 無邪に	笑顔による第一印象の好印象	笑顔による第一印象の悪印象
でも無理に笑ったら顔ひきつっちゃうから、自然に、です。	行動 状態 状態	笑ったら 顔ひきつっちゃう 自然に	自然笑顔による第一印象の好印象	自然笑顔による第一印象の悪印象
自分もいたい笑います。	人 態度 行動	私 いたい 笑います	笑顔による他者との関係構築	笑顔による他者との関係構築
普通に、こっちが笑ったら、あっちも笑って、そのまよ話せる。	人 行動 人 行動 状態 行動	笑ったら あっち 笑って そのまま 話せる	笑顔による他者との行動共有による関係構築	笑顔による他者との行動共有による関係構築
「明日の宿題なんがっけ」とか徐々に徐々に、ちよつとずつ攻めていって…。	時 こと 状態 状態 行動	明日の 宿題 なんだっけ 徐々に ちよつとずつ 攻めていって	確認事項での対話機会による他者との関係構築	確認事項での対話機会による他者との関係構築
向こうからきてくれたりして、おお！(友達になれた)みたいなかんじですね。	人 状態 人 状態	向こうから きてくれたり 友達 なれた	他者からの行動による関係構築成功	他者からの行動による関係構築失敗

自信の活動・行動に人間関係は重要か(パーソナリティ4) ②				
データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
◎自分ほもともとサッカー部だったので、	人時 活動 場所 場所 活動 状態 人 状態 こと	自分 もともと サッカー部 中央高校 入った時 ムラ中 サッカー してたよね 知らない人 薦められた	活動組織(サッカー)への所属	活動組織(サッカー)への無所属
中央高校に入った時に「ムラ中(学校名)」でサッカーしてたよねって、知らない人から声かけられたりとかありました。	場所 場所 活動 状態 人 状態 こと	ムラ中 サッカー してたよね 知らない人 薦められた	活動組織での活動による他者からのコミュニケーション	活動組織での活動による他者からのコミュニケーション無
★そういうことがあって、スポーツ、サッカーしてよかったなあと思ってました。	活動 活動 活動 感情 人	あつて スポーツ サッカー してて よかったなあ	他者からのコミュニケーションによる活動(サッカー)経験への満足	他者からのコミュニケーションによる活動(サッカー)経験への不満足
★それは、友達と、サッカーを通じてつながってたってことです。	人 活動 状態 人	友達 サッカー 通じて 繋がった	活動(サッカー)による他者との関係構築	活動(サッカー)による他者との関係無構築
◎同じなんですけど、私はもともと島(屋久島)にいたんですけど、高校でこっち(鹿児島市)に来たんです。	場所 状態 場所 場所 行動 人	私 島(屋久島) いた 高校 こっち(鹿児島市) 来た	所属組織変遷(高校)による環境変化	所属組織変遷(高校)による環境無変化
屋久島で、ソフトテニスをしていたんですけど、	場所 活動 場所 活動 場所 場所 活動 時間 活動 時間 行動 場所 人 状態 活動 行動	屋久島 ソフトテニス 同じ島 ソフトテニス部 うちの学校だけ	他所属組織における活動(ソフトテニス)	他所属組織における無活動
同じ島にソフトテニス部があるのはウチの学校しかなくて、	場所 活動 場所 場所 活動 時間 活動 時間 行動 場所 人 状態 活動 行動	同じ島 ソフトテニス部 うちの学校だけ	環境による活動(ソフトテニス)機会の制限	環境による活動(ソフトテニス)機会の無制限
だから隣の種子島まで毎回大会がある時に行っていました。	場所 活動 時間 活動 時間 行動 場所 人 状態 活動 行動	隣の種子島 毎回 大会 ある時 いってました	活動機会の制限による他環境での活動機会	活動機会の制限による他環境での活動無機会
もしたら、鹿児島でその人たちが私と同じように硬式テニスを始めて、	場所 人 状態 活動 行動	鹿児島 その人たち 私 同じ 硬式テニス 始めて 大会	他環境での活動他者の活動継続(テニス)	他環境での活動他者の活動不継続
また大会で会ったりとか、友達の輪が広がったっていうことがありました。	活動 行動 人 状態	会ったり友達 輪 広がった	他者の活動継続による所属機会での関係構築	他者の活動継続による活動機会での関係無構築

自信の活動・行動に人間関係は重要か
(パーソナリティ4)

カテゴリー

環境

関係構築

■ パーソナリティ5

常日頃の時間をどう使うか(パーソナリティ5) ①

データ	プロパティ	アテンション	ラベル名	対極
最近ハマっていることは、絵を書いたり、	時 状態 こと 活動 こと	最近 ハマっていること 絵 描いたり	嗜好する創造的活動(絵を描く)	嗜好する創造的無活動(絵を描く)
小説を書いたりかかっています。	活動 こと	小説 書いたり	嗜好する創造的活動(小説を書く)	嗜好する創造的無活動(小説を書く)
最近ハマっていることは、普通にゲームとか、	時 状態 活動 こと	最近 ハマっている ゲーム	嗜好する活動(ゲーム)	嗜好する無活動(ゲーム)
スマホゲームです。人を殺したりする荒野行動などをしています。	人 行動 こと	スマホゲーム 人 殺したり 荒野行動	嗜好する活動(荒野行動)	嗜好する無活動(荒野無行動)
最近ハマっていることは、YouTubeを見たり、	時 状態 こと	最近 ハマっていること YouTube	嗜好する活動(Youtube)	嗜好する無活動(Youtube)
漫画を読んだり、それくらいです。	こと 活動 こと	漫画 読んだり	嗜好する活動(漫画を読む)	嗜好する無活動(漫画を読む)
YouTubeでは、歌を聴くことが多いですね。	こと 活動 頻度	Youtube 歌 聴く 多い	嗜好する活動(歌を聴く)	嗜好する無活動(歌を聴く)
ハマっていることは、音ゲーです。	状態 こと	ハマっていること 音ゲー	嗜好する活動(音ゲー)	嗜好する無活動(音ゲー)
スマホでやっていることが多いです。	物 行動 頻度	スマホ やっている 多い	嗜好する活動(スマホ)	嗜好する無活動(スマホ)
最近ハマっていることはスマホゲームです。パズルゲームや荒野行動をやっています。	時 状態 こと こと こと	最近 ハマっていること スマホゲーム パズル 荒野行動	嗜好する活動(スマホゲーム)	嗜好する無活動(スマホゲーム)
部活がある日は部活して帰って、	活動 状態 時 活動 行動	部活 ある 日 部活して 帰って	部活動への所属	部無活動への所属
とりあえず机に向かって勉強したり	状態 行動 活動 こと	とりあえず 机に向かって 勉強	帰宅後のタスク(勉強)行動	帰宅後のタスク(勉強)無活動
絵を書いたりして、やることが終わったら、	活動 こと 状態	絵 書いたり やること 終わったら	帰宅後の嗜好する創造的活動(絵を描く)活動	帰宅後の嗜好する創造的無活動(絵を描く)無活動
今書いている小説の続きを書いたりとか、	時 状態 こと 活動	今 書いている 小説 書いたり	帰宅後の嗜好する創造的活動(小説を書く)活動	帰宅後の嗜好する創造的無活動(小説を書く)無活動
ゲームをしたりだとか、	活動 こと	ゲーム	帰宅後の嗜好する活動(ゲーム)活動	帰宅後の嗜好する無活動(ゲーム)無活動
漫画を読んだり、色々やっています。	活動 状態 行動 こと	漫画 読んだり 色々 やっています	帰宅後の嗜好する活動(漫画を読む)活動	帰宅後の嗜好する無活動(漫画を読む)無活動
勉強はとりあえずやっています。	活動 状態 行動 こと	勉強 とりあえず やっています	場当たり的タスク(勉強)行動	場当たりのタスク(勉強)無活動
受験もありますし、	こと 状態	受験 あります	重要選択によるタスク(勉強)行動	重要選択によるタスク(勉強)無活動

平日頃の時間をどう使うか(パーソナリティ5) ②

データ	プライマリ	ディメンション	ラベル名	対極
まあやらないとなという使命感に駆られています。	感情 感情 状態	やらないとな 使命感 駆られている	使命感によるタスク(勉強)行動	使命感によるタスク(勉強)無活動
部活がある日は部活があって、	活動 状態 時	部活 ある 日	部活動への所属	部無活動への所属
帰って、ゲームして、	行動 活動	帰って ゲーム	帰宅後の嗜好する活動(ゲーム)	帰宅後の嗜好する無活動(ゲーム)
宿題をして、寝ます。	活動 行動	宿題して 寝ます	嗜好する活動後のタスク(勉強)行動	嗜好する無活動後のタスク(勉強)無活動
まずゲームをします。	時 活動	まず ゲームします	帰宅後の嗜好する活動(ゲーム)	帰宅後の嗜好する無活動(ゲーム)
気が済んだら勉強をします。	感情 活動	気が済んだら 勉強	嗜好する活動満了後のタスク(勉強)行動	嗜好する無活動満了後のタスク(勉強)無活動
休みの日は、ずっとゲームをしています。	時 時 活動	休みの日 ずっと ゲーム	休日の継続的な嗜好する活動(ゲーム)	休日の継続的な嗜好する無活動(ゲーム)
飽きることはありません。	感情 状態	飽きること ありません	嗜好する活動(ゲーム)への無倦怠	嗜好する無活動(ゲーム)への無倦怠
勉強は、やる気が出たらします。	活動 感情 行動	勉強 やる気が出たら します	気分によるタスク(勉強)行動	気分によるタスク(勉強)無活動
荒野行動は、人を殺した時のスカッと感が楽しいです。	こと 行動 時 感情 感情	荒野行動 人を殺した 時 スカッと感 楽しい	嗜好する活動(ゲーム)による爽快感	嗜好する無活動(ゲーム)による爽快感
荒野行動の魅力は、いっぱい殺せたら、楽しいです。	こと 状態 程度 行動 感情 感情	荒野行動 魅力 いっぱい 殺せたら 楽しい	嗜好する活動(ゲーム)での目標達成	嗜好する無活動(ゲーム)での目標達成
達成感があります。	感情	達成感	嗜好する活動(ゲーム)による達成感	嗜好する無活動(ゲーム)による達成感
帰っても休みの日も荒野行動など結構ゲームしています。	行動 時 こと 程度 活動	帰っても 休みの日 荒野行動 結構 ゲーム	継続的な嗜好する活動(ゲーム)	継続的な嗜好する無活動(ゲーム)
勉強はあまりせず、家に帰ったらすぐ寝ます。	活動 程度 状態 場所 行動 時 行動	勉強 あまり せず 家 帰ったら すぐ 寝ます	帰宅後の日常生活行動(寝る)	帰宅後の日常生活無行動(寝る)
寝るのが大好きです。	活動 感情	寝るの 大好き	日常生活行動(寝る)への好み	日常生活無行動(寝る)への好み
空き時間に何かしたい、というよりだらだらとか、寝たりとか安らぎ系の方が好きです。	状態 時 こと 感情 比較 状態 行動 状態 感情	空き 時間 何か したい というより だらだら 寝たり 安らぎ系 好き	リラックス行動への好み	リラックス無行動への好み
放課後は、ちよつと学校に残って宿題をしたり、	時 程度 場所 状態 活動	放課後 ちよつと 学校 残って 宿題	帰宅前のタスク(宿題)活動	帰宅前のタスク(宿題)無活動
やらなきゃいけないことをやったりして、	こと 行動	やらなきゃいけないこと やったりして	帰宅前のタスク行動	帰宅前のタスク無行動
帰ったらすぐ寝ます。	行動 時 行動	帰ったら すぐ 寝ます	帰宅後の日常生活行動(寝る)	帰宅後の日常生活無行動(寝る)
休みの日は起きて、ダラダラしてから、	時 行動 状態	休みの日 起きて ダラダラ	休日におけるリラックス行動	休日におけるリラックス無行動

常日頃の時間をどう使うか(パーソナリティ5) ③

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
宿題して、少し予習などしてから、	活動程度 活動	宿題 少し 予習	休日におけるタスク(勉強)行動	休日におけるタスク(勉強)無活動
あとはずっとダラダラしています。	時 時 状態	あとは ずっと ダラダラ	タスク(勉強)行動後のリラックス行動	タスク(勉強)無活動後のリラックス無行動
友達と遊ぶ日以外はそんなに予定を何も決めず、という感じです。	人 活動 時 状態 こと 状態 状態	友達 遊ぶ 日 そんな 予定 何も 決めず	無計画によるリラックス行動	無計画によるリラックス無行動
友達と遊ぶのは、予定がなかなか合わないで、数カ月に1回くらいです。	人 活動 こと 程度 状態 頻度	友達 遊ぶ 予定 なかなか 合わない 数ヶ月に1回	低頻度な他者との活動(遊び)	低頻度な他者との無活動(遊び)
キチキチ予定を決めて、立てただけ立ててパッと崩れてしまうより、	状態 こと 状態 状態 状態 比較	キチキチ 予定 決めて 立てるだけ立てて 崩れてしまう より	計画による行動への懸念	計画による無行動への懸念
立てないではじめからダラダラ過ごしたほうがいいな、楽だなと思います。	状態 時 状態 行動 比較 感情 感情	立てないで はじめから ダラダラ 過ごした ほうが いいな 楽だな	無計画によるリラックス行動への好み	無計画によるリラックス無行動への好み
部活はほぼ毎日あります。	活動 頻度 状態	部活 ほぼ毎日 あります	部活動への高頻度な活動	部無活動への高頻度な無活動
放課後は部活して、帰って、お風呂に入って、ご飯を食べて、	時 活動 行動 行動 行動	放課後 部活 帰って お風呂に入って ご飯を食べて	帰宅後の日常生活行動(お風呂・ご飯)	帰宅後の日常生活無行動(お風呂・ご飯)
ちょっとダラダラして、ちょっと勉強して寝ます。	程度 状態 程度 活動 行動	ちょっと ダラダラ ちょっと 勉強 寝ます	日常生活行動後のタスク(勉強)行動	日常生活無行動後のタスク(勉強)無活動
これが自分の中で決まっているサイクルです。	人 状態 こと	自分の中 決まっている サイクル	帰宅後の活動のルーティン化	帰宅後の無活動のルーティン化
スケジュールは、決めたいときは決めて、決めないときは決めないで、流れのままにという感じです。	こと 時 行動 時 状態 状態	スケジュール 決めたい時 決めて 決めないとき 決めないで 流れのまま	気分による計画立案	気分による無計画立案
休みの日は部活が午前と午後がバラバラで、	時 活動 時 状態	休みの日 部活 午前と午後 バラバラ	休日における部活動	休日における部無活動
午後の時は遅くに起きて、ちょっとダラダラしてからご飯食べて部活行って	時 状態 行動 程度 状態 行動 活動	午後の時 遅く 起きて ちょっと ダラダラ ご飯食べて 部活	リラックス行動後の部活動	リラックス無行動後の部無活動
帰ってきてからまずすぐにお風呂に入って、ゲームしてから宿題とかやるようにしています。	行動 時 行動 活動 活動	帰ってきて すぐ お風呂に入って ゲーム 宿題	帰宅後の嗜好する活動(ゲーム)	帰宅後の嗜好する無活動(ゲーム)
宿題は一番後にやります。	活動 程度 時	宿題 1番 後	タスク(勉強)行動の後回し	タスク(勉強)無活動の後回し
帰宅時間が遅いため、即寝る準備。	時 状態 状態 行動	帰宅時間 遅い 即寝 準備	帰宅後の日常生活行動(寝る)	帰宅後の日常生活無行動(寝る)

常日頃の時間をどう使うか(パーソナリティ5) ④

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
休日も宿題や予習など机に向かっていることが多い。	時活動 活動 状態 強度	休日 宿題 予習 机に向かっている 多い	休日におけるタスク(勉強)行動	休日におけるタスク(勉強)無活動
家に帰ったらスマホをしている。	場所 行動 行動	家 帰ったら スマホ	帰宅後の嗜好する活動(スマホ)	帰宅後の嗜好する無活動(スマホ)
休日は家において、主にスマホをしている。	時場所 状態 行動	休日家 いて スマホ	休日における嗜好する活動(スマホ)	休日における嗜好する無活動(スマホ)
勉強や絵を描くため、机に向かう。	活動 活動 行動	勉強 絵を描く 机に向かう	嗜好する創造的活動(絵を描く)	嗜好する創造的無活動(絵を描く)
平日はルーティーン	時 状態	平日 ルーティーン	ルーティン化	無ルーティン化
計画を立てて実行することが好き	こと 行動 感情	計画 立てて 実行する 好き	計画立案による行動	計画立案による無行動
スポーツは計画を立てない	活動 こと 行動	スポーツ 計画 立てない	活動(スポーツ)における無計画立案	無活動(スポーツ)における無計画立案
ゲームばかりしています。スマホゲームです。バズドラです。	活動 状態 こと こと	ゲーム ばかり スマホゲーム バズドラ	継続的な嗜好する活動(スマホ)	継続的な嗜好する無活動(スマホ)
マンガ読んだりとかします。	活動 活動 状態	漫画読んだり	嗜好する活動(漫画を読む)	嗜好する無活動(漫画を読む)
★勉強の時の時間配分は適当ですね。	活動 時 状態	勉強 時間配分 適当	時間配分への無計画	時間配分への無計画
とりあえずこれやってみたいな感じです。	状態 こと 行動	とりあえず これ やる	気分による行動開始	気分による無行動終了
1時間30分くらいです。とりあえず宿題をして…みたいな感じです。	時 状態 活動 こと	1時間30分くらい とりあえず 宿題	適当な時間によるタスク(勉強)行動	適当な時間によるタスク(勉強)無活動
やることは決めますけど順番とかは全部適当です。	行動 状態 程度 状態	やること 決めます 順番 全部 適当	必須の決定における順番の軽視	必須の決定における順番の重視
友達とかと遊んだり、最近はありません。	人 活動 時 頻度 状態	友達 遊んだり 最近 あまり ない	低頻度な他者との活動(遊び)	低頻度な他者との無活動(遊び)
待ち合わせする時は友達とかだったらそういうのは時間は守ります。	行動 時 人 時 行動	待ち合わせする 時 友達 時間 守る	他者への時間管理の厳守	他者への時間無管理の厳守
でも、バスとかはいつもごいや/ギリとかになってしまいます。	遊説 もの 状態	でも バス や/ギリ	自身への時間管理の軽視	自身への時間無管理の重視

常日頃の時間をどう使うか(パーソナリティ5)

カテゴリー

外での活動

日常生活行動

リラックス、嗜好する活動

タスク行動

時間の使い方

スポーツや運動(身体活動)と聞いてどんなイメージをもつか(パーソナリティ5) ①

テーマ	プロパティ	アソシエーション	ラベル名	特徴
スポーツのイメージは、正直苦手です。	活動こと 感情	スポーツ イメージ 正直苦手	活動(スポーツ)への不得意イメージ	無活動(スポーツ)への得意無イメージ
運動が好きではありません。	活動 感情	スポーツ 好きではありません	活動(運動)への嫌悪	無活動(運動)への好み
スポーツのイメージは疲れる、です。	活動 こと 感情	スポーツ イメージ 疲れる	活動(スポーツ)への疲弊イメージ	無活動(スポーツ)への無疲弊無イメージ
練習がきついです。	活動 状態	練習 きつい	活動(練習)での疲弊	無活動(練習)での無疲弊
特にレシーブの練習が好きではありません。	練習 こと 感情	特に レシーブ 練習 好きではない	特定の活動(レシーブ練習)への無好み	特定の無活動(レシーブ練習)への好み
ネットに引っかけたら全取取りに行かなくてはいけなくて、肉体的にきついです。	ネット もの 状態 行動 状態 状態	ネット 引っかけたら 取りに行かなくてはいけなくて 肉体的 きつい	活動の失敗による疲弊行動の増加	無活動の失敗による無疲弊行動の減少
好きな練習は特にありません。	感情 こと 状態	好きな 練習 物はありません	好みである活動(練習)の皆無	好みである無活動(練習)の皆無
練習は全般的に好きではありません。	こと 程度 感情	練習 全般的 好きではありません	活動(練習)への全般的な無好み	無活動(練習)への全般的な好み
スポーツや運動は、楽しいけど、疲れるし、	活動 活動 感情 状態	スポーツ 運動 楽しい 疲れる	活動(スポーツ)での疲弊の優先による無歡樂	無活動(スポーツ)での無疲弊の優先による無歡樂
上手です。	感情	上手	活動への不得意	無活動への得意
みんなでフイフイする、サッカーなどは楽しいです。	人 状態 活動 感情	みんな フイフイ サッカー 楽しい	和気藹々とした雰囲気での活動への歡樂	和気藹々とした雰囲気での無活動への歡樂
走ったりしたら疲れるし、	活動 感情 状態	走ったり 疲れる	活動(走る)による疲弊	無活動(走る)による無疲弊
汗をかいたあまのいい気はしません。	汗 程度 感情	汗をかく あまの いい気はしません	活動(走る)による発汗への嫌悪	無活動(走る)による発汗への好み
楽しいとは思っているし、楽しそうだと思うのですが、	感情 感情 逆説	楽しい 楽しそう ですが	歡樂への予想	歡樂への無予想
不安な感情が入っています。	感情 状態	不安な感情 大きい	歡樂への予想を上回る不安感情	歡樂への無予想を上回る不安無感情
免疫力が年々低下し、すぐ風邪を引いたり、体調不良も慢性的にありますので、	こと 時 状態 状態 状態 状態	免疫力 年々 低下 風邪を引いたり 体調不良 慢性的	自身の身体不良への懸念	自身の身体不良への懸念
長時間運動し続けるのがだんだん辛くなってきました。	時 活動 活動 状態 状態 状態	長時間 運動 し続ける だんだん 辛く	身体不良による長時間活動への辛さ	身体不良による長時間無活動への辛さ
みんなで練習するのはもちろん楽しいのですが	人 活動 感情	みんな 練習 楽しい	他者との共同活動(練習)への歡樂	他者との共同無活動(練習)への歡樂
私が体調を崩すことで練習の流れを止めてしまったら辞めるので、	人 状態 活動 状態 状態 感情	私 体調 崩す 練習 流れ 止めてしまったら 辞	身体不良による共同活動停止への懸念	身体不良による共同無活動停止への懸念
大丈夫かな、乗り切れるかなという気持ちが毎回あります。	感情 感情 感情 状態	大丈夫かな 乗り切れるかな 気持ち 毎回 ある	活動停止への懸念感情	無活動停止への懸念無感情
不安なのは体育の授業でも、です。	感情 こと	不安 体育の授業	別活動(体育)への活動停止への懸念	別無活動(体育)への無活動停止への懸念
体育や運動のイメージは、楽しいけど、辛い、みたいな感じですか。	活動 こと 感情 逆説 感情	体育 運動 イメージ 楽しい けど 辛い	活動(体育・運動)への歡樂と辛さの混同	無活動(体育・運動)への歡樂と辛さの混同

スポーツや運動(身体活動)と聞いてどんなイメージをもつか(パーソナリティ5) ②

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
楽しいのはみんなでワイワイしたり、	感情 人 状態	楽しい みんな ワイワイ	和気藹々とした雰囲気での活動への歓楽	和気藹々とした雰囲気での無活動への歓楽
勝ったらよっしゃ、みたい	状態 感情	勝ったら よっしゃ	他者との勝利の共有による観戦	他者との勝利の共有による観戦
持久走とかそういうのはすごく嫌で、嫌いです。	活動 程度 感情 感情	持久走 すごく 嫌い	特定の個人活動(持久走)への嫌悪	特定の個人無活動(持久走)への好み
短距離に比べたら、持久走はやっぱり自分のペースでできるのいいです	活動 比較 活動 状態 人 こと 状態 感情	短距離 比べたら 持久走 やっぱり 自分の ペース できる いい	自身ペースの優先活動への好み	自身ペースの優先無活動への好み
持久走は息などがなかなか慣れずに辛いです。	活動 こと 時 状態 感情 感情	持久走 息 なかなか 慣れず 辛い	特定の活動(持久走)への不慣れによる辛さ	特定の無活動(持久走)への不慣れによる辛さ
持久走は、みんなについていけず、みんなが遠いです。	活動 人 状態 人 状態	持久走 みんな ついていけず みんな 遠い	特定の活動(持久走)の他者との乖離による辛さ	特定の無活動(持久走)の他者との乖離による辛さ
スポーツは初心者にはきついスポーツが多そうなイメージです。	活動 状態 感情 こと	スポーツ 初心者 きつい イメージ	活動における初心者への隔たりによる厳しさのイメージ	無活動における初心者への隔たりによる厳しさの無イメージ
スポーツというよりバドミントンが好き。	活動 活動 感情 好き	スポーツ バドミントン	特定の活動(バドミントン)のみへの好み	特定の無活動(バドミントン)のみへの好み
スポーツ観戦は行かない。	活動 行動	スポーツ観戦 行かない	活動観戦への無行動	無活動観戦への無行動
スポーツは嫌いではない。	活動 感情	スポーツ 嫌いではない	活動(スポーツ)への無嫌悪	無活動(スポーツ)への好み
W杯のイメージ	こと	W杯	厳選された活動(W杯)へのイメージ	厳選された無活動(W杯)への無イメージ
観戦はしない。	活動 行動	観戦 しない	活動観戦への無行動	無活動観戦への無行動
スポーツは好き。	活動 感情	スポーツ 好き	活動(スポーツ)への好み	無活動(スポーツ)への好み
激しいイメージ	状態 こと	激しい イメージ	激しさイメージ	激しさ無イメージ
複雑な動きのイメージ	状態 活動 こと	複雑 動き イメージ	活動への複雑動作のイメージ	無活動への複雑動作の無イメージ
頑張っている姿を見ることが好きなため、	状態 こと 行動 感情 好き	頑張っている 姿 みる 好き	活動他者の努力拝見への好み	無活動他者の努力拝見への好み
甲子園をTVで見る	こと 物 行動	甲子園 TV 見る	厳選された活動(甲子園)の観戦	厳選された無活動(甲子園)の観戦
好きな甲子園や野球の結果をニュースで見	感情 こと 活動 こと こと 行動	好きな 甲子園 野球 結果 ニュース 見る	特定の活動(野球)への情報収集	特定の無活動(野球)への情報収集
スポーツによって友達が増える	活動 人 状態	スポーツ 友達 増える	活動による他者との関係増加	無活動による他者との関係減少
すぐに疲れそう	時 状態	すぐ 疲れそう	即疲弊なイメージ	即無疲弊な無イメージ
体に良さそう。	こと 状態	体 良さそう	身体への好影響なイメージ	身体への好影響な無イメージ
周りの人でスポーツをしていて悪かったという話は怪我以外では聞かないため。	人 活動 状態 こと 状態	周りの人 スポーツして 悪かった 話 聞かない	他者からの活動への身体好影響イメージの影響	他者からの無活動への身体好影響無イメージの影響
楽しい	感情	楽しい	活動への歓楽イメージ	無活動への歓楽無イメージ
疲れる	感情	疲れる	活動への疲弊イメージ	無活動への疲弊無イメージ

スポーツや運動(身体活動)と聞いてどんなイメージをもつか(パーソナリティ5) ③

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
ストレス発散	感情 活動	ストレス 発散	活動によるストレス発散	無活動によるストレス発散
辛い。	感情	辛い	活動への辛さ	無活動への辛さ
持久走大会ですごく辛かったから。	活動 程度 感情	持久走大会 すごく 辛かった	厳選活動(持久走大会)の場での辛さ	厳選無活動(持久走大会)の場での辛さ
楽しそうだけど、不安がある。	感情 逆説 感情	楽しそう だけど 不安	歓楽の不優先による不安感情	歓楽の不優先による不安無感情
小学校、中学校、高校となるにつれ、身体が弱くなり長時間の運動がしづらくなってきたこと。	時 時 時 こと 状態 時 活動 状態 状態	小学校 中学校 高校 なるにつれ 身体 弱くなり 長時間 運動 しづらくなってきた	身体不良による長時間活動への辛さ	身体不良による長時間無活動への辛さ
自分とは無関係なイメージ。	人 状態 こと	自分 無関係 イメージ	活動への自身との無関係イメージ	無活動への自身との無関係無イメージ
小学校の頃は、運動が苦手であまり運動をしていなかったから。	時 活動 感情 程度 活動 状態	小学校のこと 運動 苦手 あまり 運動 してなかった	活動への不継続における無活動	無活動への不継続における無無活動
友達とするのは楽しい。	人 活動 感情	友達 する 楽しい	他者との共同活動への歓楽	他者との共同無活動への歓楽
小学校の頃、外で遊んだりした。	時 場所 活動	小学校の頃 外 遊んだりした	他者との共同活動への歓楽経験	他者との共同無活動への歓楽経験
中学までサッカーをやっている	時 活動 行動	中学まで サッカー やっていた	活動(サッカー)への経験	無活動(サッカー)への経験
疲れるがとても楽しかった	感情 程度 感情 程度 状態 こと	疲れる とても 楽しかった すごく 大変そう イメージ	疲弊への歓楽	無疲弊への歓楽
息が上がって辛そう。	こと 状態 感情	息 上がって 辛そう	疲弊への歓楽による辛さ	無疲弊への歓楽による辛さ
小学校の時友達と遊んでいて付いて行ったらクラブの野球チームの体験を見たこと	時 人 活動 場所 こと 活動 行動	小学校の時 友達 遊んで 付いていった クラブ 野球チーム 体験 見た	他者からの活動(野球)開始行動	他者からの無活動(野球)開始行動
スポーツとか運動という言葉聞いてパッと思いつくことは楽しいです。	活動 活動 状態 状態 状態 感情 人	スポーツ 運動 聞いて パッと 思いつく 楽しい 友達	活動(スポーツ・運動)への歓楽	無活動(スポーツ・運動)への歓楽
ものによりますけど…。友達と緩くやるのは楽しいです。	状態 活動 感情 状態 感情 感情	ゆるく やる 楽しい ゆるく やる 楽しい 一緒に 楽しめる	他者との緩い共同活動による歓楽	他者との緩い共同無活動による歓楽
緩くやること楽しいことは(20秒くらい沈黙)…一緒に楽しめるからです。	活動 感情 感情 感情 感情	ゆるく やる 楽しい 一緒に 楽しめる	他者との歓楽共有による歓楽	他者との歓楽共有による歓楽
★楽しい時間を共有できるからです。	感情 時 状態	楽しい 時間 共有できる	他者との歓楽時間の共有による歓楽	他者との歓楽時間の共有による歓楽

スポーツや運動(身体活動)と聞いてどんなイメージをもつか(パーソナリティ5)

カテゴリー

プロセス

嫌悪

歓楽

身体活動をしている時、周りの目が気になるか(パーソナリティ5) ①

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
集団でやるバレーなどのスポーツは嫌いではないのですが、	状態 活動 感情 人	集団 バレー スポーツ 嫌いではない	集団での活動(バレー)における無嫌悪	集団での活動(バレー)における嫌悪
失敗がすごく怖くて、	程度 感情 人	失敗 すごく 怖い	集団での活動(バレー)での失敗への恐怖	集団での活動(バレー)での失敗への無恐怖
うまくボールとか取れなかったら周りからどんな風に思われるのだろう、みたいな不安がたまにきます。	状態 物 感情 人 こと	うまく ボール 取れなかったら 周り どんなふう 思われるのだろう 不安	活動失敗による周囲からのネガティブ 思慮への不安	活動失敗による周囲からのポジティブ 思慮への不安
スポーツをしていて、周りの目は気になります。	活動 状態 人 感情 こと	スポーツ していて 周りの目 気になる クラスマッチ	活動における周囲からの視線への思慮	活動における周囲からの視線への無思慮
クラスマッチなど、みんなが応援にきている中、	人 こと 状態	みんな 応援 きている中	集は活動による応援他者からの視線 への緊張	集団活動による応援他者からの視線 への無緊張
失敗したらどうしようと思ってしまう。	状態 感情 感情 人	失敗 どうしよう 緊張	失敗による緊張の優先	失敗による緊張の不優先
緊張したらミスります。	感情 状態 人	緊張 ミスります	緊張による失敗	緊張による成功
自分が部活でやっているような曜日でも、失敗するところを見られたくないです。	活動 こと 状態 感情 人	自分 部活 曜日 失敗 見られたくない	経験活動における他者からの失敗認知への拒否	経験活動における他者からの失敗認知への無拒否
集団競技や体育では、チームの人に迷惑がかかったりするのですが、考えてしまいます。	活動 活動 人 状態 感情 感情 人	集団競技 体育 チームの人 迷惑 考えてしまう	集団活動(体育)における他者活動妨げへの懸念による思慮	集団活動(体育)における他者活動妨げへの懸念による無思慮
クラスマッチは怖いです。	活動 感情 感情 人	クラスマッチ 怖い	集団活動(クラスマッチ)への恐怖	集団活動(クラスマッチ)への無恐怖
応援するのは楽しいですが	活動 感情 感情 人	応援する 楽しい	応援への歓楽	応援への無歓楽
自分がやるのは嫌です	活動 感情 感情 人	自分 やる 嫌	自身活動への嫌悪	自身活動への無嫌悪
クラスマッチは楽しいです。	活動 感情 感情 人	クラスマッチ 楽しい	集団活動(クラスマッチ)への歓楽	集団活動(クラスマッチ)への無歓楽
けど、失敗は怖いです。	逆説 状態 感情 感情 人	けど 失敗 怖い	集団活動での失敗への恐怖	集団活動での失敗への無恐怖
失敗は怖くありません。	状態 感情 感情 人	失敗 怖くない	失敗の無恐怖	失敗の恐怖
失敗したら次に生かすしかないの。	状態 感情 感情 人 行動 状態	失敗したら 次 生かす しかない	失敗による次の活動での改善	失敗による次の活動での無改善
体調不良で横にはけると、みんなが「大丈夫?」みたいな目で見てくるので、	状態 場所 行動 人 感情 感情 状態 人	体調不良 横 はける みんな 大丈夫 みたいな目 見てくる	身体不良による他者からの心配	身体不良による他者からの無心配
心配される目の方が自分はずっと心苦しいです。	状態 感情 感情 人	心配される 目 自分 心苦しい	他者からの心配への心苦しさ	他者からの無心配への心苦しさ
見られているから失敗しても、ごめんなさい、次々、みたいな自分に言い聞かせて、みたいな感じではあります。	状態 感情 感情 人 行動 人 行動 状態	見られている 失敗 ごめんなさい 次々 自分 言い聞かせて みたいな雰囲気	他者からの視線での失敗への改善思慮	他者からの視線での失敗への無改善思慮
クラスマッチの時メンバーによっては、失敗した時にみんなで失敗したんだよみたいな雰囲気になります	活動 時 人 状況 感情 感情 人	クラスマッチ 時 メンバー によっては みんなで失敗したんだよ みたいな雰囲気	集団活動(クラスマッチ)での他者からの批難雰囲気	集団活動(クラスマッチ)での他者からの無批難雰囲気
なぜ失敗したんだよ、みたいに言われないうけど、多分思っているんだろなあと何となく感じます。	状態 感情 感情 感情 感情 感情 人	なぜ失敗したんだよ みたいに 言われないう けど 思っているんだろな あと何となく 感じます	他者からの批難雰囲気への思慮	他者からの批難雰囲気への無思慮

身体活動をしている時、周りの目が気になるか(パーソナリティ5) ②				
データ	ノロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
実際に何を考えているのかわからないので、それが怖いのです。	状態 こと 行動 状態 感情	実際に何を考えているかわからない怖い	失敗への他者の思考不明による恐怖	失敗への他者の思考不明による無恐怖
ミスしたら、すぐクサいって風われたらどうしよう、結構怖くなります。	状態 態度 状態 状態 程度 感情	ミスしたらすぐクサい思われている結構怖くなる	失敗による他者からの野暮思慮への思慮	失敗による他者からの野暮思慮への無思慮
クサいとるを見られたいありません。	状態 こと 状態 感情	クサいとる見られたいありません	自身活動の野暮への認知の嫌悪	自身活動の野暮への認知の無嫌悪
恥ずかしいです。	感情	恥ずかしい	羞恥心への思慮	羞恥心への無思慮
注目されたい、ということスポーツ以外にも全くありません。	感情 こと 状態 程度 感情	注目されたいスポーツ以外全くありません	活動(スポーツ以外)における他者からの認知無願望	活動(スポーツ以外)における他者からの認知願望
注目されたくありません。	感情	注目されたくありません	他者からの認知無願望	他者からの認知願望
バグっている人は、なんかだせえなみたいなことを言うので、見られたいありません。	状態 人 状態 人 状態 行動 感情	バグっている人なんかだせえな言う見られたいありません	特定の他者(から)の侮辱による認知の回避	特定の他者(から)の侮辱による認知の無回避
ウェイ系は全部裏に出すから。思ったことを全部言うじゃないですか。	程度 状態 こと 程度 行動	ウェイ系全部裏に出す思ったことを全部言う	特定の他者の特性(裏に出す)への嫌悪	特定の他者の特性(裏に出す)への無嫌悪
言われるとやめて、と思っちゃいます。	状態 感情	言われるやめて	活動への直接侮辱表現への嫌悪	活動への直接侮辱表現への無嫌悪
こっちは思われているの嫌です。	状態 感情	こっちは思われている嫌	活動への間接侮辱表現への嫌悪	活動への間接侮辱表現への無嫌悪
1番知り合いに見られたいと思いません。	程度 人 感情	1番知り合い見られたいと思いません	関係性の深い他者からの認知の回避	関係性の深い他者からの認知の無回避
全く知らない人に何この人ダリになって思われてもすぐに輪が切れるではないですか。	程度 状態 人 状態 状態 感情	全く知らない人クサいな思われてもすぐに輪が切れる	関係性の浅い他者からの野暮への思慮による容易な関係断絶	関係性の浅い他者からの野暮への思慮による容易な無関係断絶
知り合いってまた会う可能性があるの、	人 程度 状態 こと 状態	知り合いまた会う可能性ある	関係性の深い他者との再活動の可能性	関係性の深い他者との再活動不可能性
そういえばこの人ちよつとダリかつたよな、と思われてしまふのちよつときついなと思っちゃいますので、	人 程度 状態 状態 程度 感情	この人ちよつとダリかつたよな思われてしまふちよつときついな	再活動の可能性による自身活動の野暮への思慮への回避願望	再活動の可能性による自身活動の野暮への思慮への無回避願望
知り合いには見られたいくないです。	人 感情	知り合い見られたいくない	自身活動の野暮への思慮への回避願望による認知回避	自身活動の野暮への思慮への回避願望による認知無回避
こいつに突っかかれば大丈夫、みたいなリーダー格の人たちには見られたい言われたりしたら、はあと。	人 程度 状態 状態 人 状態 感情	こいつ突っかかれば大丈夫リーダー格の人たち見られたい言われたりはあと	高影響力他者からの自身活動での野暮への思慮による懸念	高影響力他者からの自身活動での野暮への思慮による懸念
なんだろう、みたいなの。そこでは流石に不安にはなりません。	感情 程度 感情	何だろう流石に不安にはなりません	高影響力他者からの自身活動での野暮への思慮による不安	高影響力他者からの自身活動での野暮への思慮による無不安
試合をしていると、みんな原にきますが、くると思っています。	こと 人 状態 感情	試合みんな原にきますくると思っています	活動への他者からの視線への嫌悪による回避	活動への他者からの視線への嫌悪による無回避
なんでお前できないの、みたいな意見を言われるのが嫌です。	こと 状態 感情	何でお前できないの意見言われる嫌	他者からの得意の必然性の嫌悪への嫌悪	他者からの得意の必然性の嫌悪への無嫌悪
★わかっていない人に言われるの嫌です。	状態 人 感情	わかっていない人言われる嫌	無理解他者からの批判への嫌悪	無理解他者からの批判への無嫌悪
知り合いだと家族も全部嫌です。	人 程度 感情	知り合い家族全部嫌	全他者からの視線への嫌悪	全他者からの視線への無嫌悪
家族の中でも妹ならクサい、と突っかかると言われてもいいですが、	人 人 状態 感情	家族妹クサいと突っかかると言われてもいい	良好関係の他者(妹)からの侮辱への許容	良好関係の他者(妹)からの侮辱への無許容

身体活動をしている時、周りの目が気になるか(パーソナリティ5) ③

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
弟とすごく仲が悪いので、弟が見たらそれをずっと引きずって毎度毎度その話題を出しそうなので、	人 程度 状態 状態 時 状態 頻度 こと 行動	弟 すごく 仲が悪い 弟 いたら ずっと 引きずって 毎度毎度 その話題 出しそう	不良関係の他者(弟)による継続的な侮辱による嫌悪	不良関係の他者(弟)による継続的な侮辱による無嫌悪
弟には本当に見られたいです。	人 程度 感情	弟 本当に 見られたくない	不良関係の他者(弟)による継続的な侮辱による認知の回避	不良関係の他者(弟)による継続的な侮辱による認知の無回避
家族みんなにずっとバカにされていて、ずっと引きずられるので見られたくありません。	人 時 状態 時 状態 感情	家族みんな ずっと バカにされていて ずっと 引きずられる 見られたくない	他者(家族)による継続的な侮辱による認知の回避	他者(家族)による継続的な侮辱による認知の無回避
足を引っ張りたくないで、1人でやりたい。	感情 状態 感情	足を引っ張りたくない 1人 やりたい	他者活動妨げへの懸念による個人活動願望	他者活動妨げへの懸念による個人活動無願望
高校に入って体調を崩すことが多くなり、	場所 状態 状態 頻度	高校 入って 体調を崩す 多くなり	環境変化(高校)による身体不良の増加	環境変化(高校)による身体不良の減少
練習を中断させてしまう心配があるので、1人でやる方が良い。	こと 状態 感情 状態 行動 感情	練習 中断させてしまう 心配 1人 やる 方が良い	身体不良による他者活動妨げへの懸念による個人活動願望	身体不良による他者活動妨げへの懸念による個人活動無願望
体育とかはスポーツよりも好きです。	活動 状態	体育 スポーツによる	活動種類での心情変化	活動種類での心情無変化
苦手なスポーツが多いので、周りに迷惑をかけてしまいます。	状態 活動 状態 人 状態	苦手 スポーツ 多い 周り 迷惑かける	不得意活動への他者活動妨げへの懸念	不得意活動への他者活動妨げへの無懸念
そういう体育とかの時は周りに迷惑をかけるないようにしています。(苦笑)	活動 時 人 状態 行動	体育 時 周り 迷惑 かけないようにしています	集団活動(体育)における他者活動妨げへの懸念による思慮	集団活動(体育)における他者活動妨げへの懸念による無思慮
自分のせいでなんか終わっちゃったりするので…	人 状態 状態	自分 せい 終わっちゃったりする	集団活動での自身活動による他者活動の停止	集団活動での自身活動による他者活動の継続
★失敗してしまうからです。	状態	失敗	失敗への懸念	失敗への無懸念
バレーとかも全然まったくできないので。	活動 程度 程度 状態	バレー 全然 全く できない	特定の活動(バレー)の不得意	特定の活動(バレー)の得意
見られるのもそんなに好きじゃないです。	状態 程度 感情	見られる そんなに 好きじゃない	周囲からの視線への無好み	周囲からの視線への好み

身体活動をしている時、周りの目が気になるか(パーソナリティ5)

カテゴリー

周囲

自身

スポーツ・身体活動

どのようなスポーツ・身体活動であれば行いたい(パーソナリティ5) ①

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
見られないならやってもいい、	状態 感情	見られない やってもいい	周囲目標の皆無による活動への許容	周囲目標の皆無による活動への無許容
やってみてもいいくらい感じます、	感情 状態	やってみてもいい くらい感じ	活動への許容限定	活動への許容無限定
勝ち負けにこだわらず	状態 状態	勝ち負け こだわらず	勝敗の無関与	勝敗の関与
人に見られないところでやるなら やってもいいかなど	人 状態 場所 行動 感情	人 みられない ところ やるなら やってもいい	他者からの目標皆無による活動への許容	他者からの目標皆無による活動への無許容
部活まわして、少しうまくなって嬉しいのは嬉しいです、	活動 程度 状態 感情	部活 少し 上手くなって 嬉しい	活動(部活)における能力向上への少量での歓楽	活動(部活)における能力向上への少量での無歓楽
うまくいった時、個人的な達成感があります、	状態 時 人 感情	上手くなった 時 個人的な 達成感	活動における能力向上での達成感	活動における能力無向上での達成感
嬉しさや達成感を感じることができ るならやりたいです、	感情 達成 状態 感情	嬉しさ 達成感 感じることができ るやりたい	歓楽や達成感獲得による活動への許容	歓楽や達成感獲得による活動への無許容
体力向上のためなら(行いたい)	こと 状態 感情	体力 向上 行いたい	身体能力向上願望での活動許容	身体能力向上願望での活動無許容
本当に仲良し友達じゃない空間 だったら、どんなスポーツでもすぐ 楽しそうだなと思います、	程度 状態 人 状態 場所 状態 活動 程度 感情	本当に 仲良し 友達 じゃない 空間 どんな スポーツでも すぐ 楽しそう	関係の深い他者限定の場での活動への歓楽	関係の深い他者限定の場での活動への無歓楽
あまりガチッと人がいすぎるとあ、と なってしまうのです、	状態 人 状態	ガチッと 人 いすぎる	他者の多さによる活動への拒否	他者の多さによる活動への無拒否
軽い感じで、「失敗しちゃった、まあ いっか」みたいな感じのノリで、	状態 状態 感情 状態	軽い感じ 失敗しちゃった まあいっか みたいな感じのノリ	失敗への許容雰囲気	失敗への無許容雰囲気
ゆるい空間でできような空気ならや りたいかなと思います、	場所 状態 状態 感情	ゆるい 空間 できる 空気 やりたい	失敗への許容雰囲気での活動への願望	失敗への許容雰囲気での活動への無願望
ちょっと喋ったことがあるかなくらい のクラスメイトだと、あまり喋らないけど どういふばかっているんだよな、 みたいな感じがどうしても出てきて しまうのですが	程度 状態 人 程度 状態 状態 こと 状態	ちょっと 喋ったことがある クラスメイト あまり 喋らないけど 知っている みたいな感じ 出てきてしまう	関係性の浅い他者への隔絶感	関係性の深い他者への隔絶感
本当に仲が良ければ(そういえばそ んなこともあったよね)くらいに軽く 流して終わるので	程度 状態 状態 状態 状態	本当に 仲が良ければ 軽く 流して 終わる	関係性の深い他者への許容雰囲気	関係性の深い他者への無許容雰囲気
あまり体力を使わないやつなら良い です	程度 こと 状態 感情	あまり 体力 使わない 良い	疲労の少なさによる活動の許容	疲労の少なさによる活動の無許容
激しくない、ゆるい感じなら	状態 状態	激しくない ゆるい感じ	安楽による活動への許容	安楽による活動への無許容
ゆるいスポーツのような、みんなが やったことがないので	こと 人 状態 状態 状態	ゆるいスポーツ みんな やったことがない	安楽である稀有な活動への許容	安楽である稀有な活動への無許容
上手い下手がなく、いろいろな人が 平等にできるようなスポーツは楽し そうです	人 状態 状態 活動 感情	上手い下手 なく いろいろな人 平等 できる スポーツ 楽しそう	能力差皆無による平等な活動への歓楽	能力差皆無による平等な活動への無歓楽

どのようなスポーツ・身体活動であれば行いたい(パーソナリティ5) ②

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
大人数ではなく、友達ほとんど数人でやる	状態 状態 状態 活動	大人数 ではなく 友達 ほとんど数人 やる	少人数の関係性の深い他者(友達)との活動への許容	少人数の関係性の深い他者(友達)との活動への無許容
1人でも十分に意義に活動できるスポーツ、運動なら全然いいです	状態 程度 状態 状態 活動 活動 程度 状態	1人でも 十分 有意義 活動できる スポーツ 運動 全然 いい	有意義な個人活動への許容	有意義な個人活動への無許容
自分の技術や腕を、高みを目指してレベルアップしていきような、そんな時間は有意義だと思います	人 こと こと 状態 行動 状態 時間 状態	自分 技術 腕 高み 目指して レベルアップ そんな時間 有意義	能力向上による活動進化への有意義感情	能力向上による活動進化への有意義無感情
施設が充実していることが大切だと思う。	場所 状態 状態	施設 充実 大切	環境(施設)の充実への重視	環境(施設)の充実への軽視
自分の成績や功績が以前よりも伸びていることが理想的な結果。	人 こと こと 時 比較 状態 状態 こと	自分 成績 功績 以前 より 伸びている 理想的 結果	明確な能力向上への理想結果願望	明確な能力向上への理想結果無願望
静かな環境がいい。	状態 こと	静かな 環境	静かな環境への好み	静かな環境への無好み
勝ちたい。	感情	勝ちたい	勝利願望	勝利無願望
みんなが満足すること。	人 状態	みんな 満足	他者(みんな)満足な活動	他者(みんな)不満足な活動
一瞬の判断で相手の苦手な位置にボールを返すという、先輩のようなプレーをしてみたい	行動 人 状態 場所 行動 人 状態 活動 感情	一瞬の判断 相手 苦手 場所 ボールを返す 先輩 のような プレー してみたい	他者の隙を突く活動への願望	他者の隙を突く活動への無願望
勝ち負けよりは今できることをコツコツと、	状態 比較 時 こと 状態	勝ち負け よりは 今 できること コツコツ	現状活動の積み重ねによる勝敗の無関係	現状活動の積み重ねによる勝敗の関係
1つ1つのプレーを大事にしたい。	状態 活動 感情	1つ1つ プレー 大事にしたい	行動ごとへの重視	行動ごとへの軽視
友達や仲間と一緒にやったほうが頑張ろうと思える。	人 人 状態 活動 比較 感情	友達 仲間 一緒に やった 方が 頑張ろう	他者(友達・仲間)との共同活動による努力への思慮	他者(友達・仲間)との共同活動による努力への無思慮
自然と会話が生まれたり、	状態 こと 状態	自然 会話 生まれたり	他者との自然なコミュニケーション(対話)	他者との不自然なコミュニケーション(対話)
技術を教えあったり	こと 行動	技術 教えあったり	他者との切磋琢磨	他者との切磋琢磨無
応援の声をかけることができるので、	こと 行動 状態	応援の声 かける できる	他者への励ましの行動	他者への励ましの無行動
みんなですPORTSすることが好きです。	人 活動 感情	みんな SPORTSする 好き	他者との共同活動への好み	他者との共同活動への無好み
気軽に取り組める。	感情 状態	気軽 取り組める	気軽な活動への好み	気軽な活動への無好み
すぐに上達する。	時 状態	すぐに 上達する	簡易な能力向上活動への好み	簡易な能力向上活動への無好み
大人数で行う。	人 行動	大人数 行う	集団活動への好み	集団活動への無好み

どのようなスポーツ・身体活動であれば行いたい(パーソナリティ5) ③

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
いつでもどこでもできてルールが簡単。	時 場所 状態 こと 状態	いつでも どこでも できて ルール 簡単	場所と制限の無関係活動への好み	場所と制限の無関係活動への無好み
友達とも高めあえるけど、	人 状態	友達とも 高めあえる	他者との切磋琢磨	他者との切磋琢磨無
1人でも十分有意義に活動できる運動	状態 程度 状態 状態 活動	1人 十分 有意義 活動できる 運動	有意義な個人活動への許容	有意義な個人活動への無許容
勝つことだけを目標にするのではなく、	状態 状態 こと 否定	勝つこと だけ 目標 ではなく	勝利への目標無限定	勝利への目標限定
人と仲良くなるためや勝ち負けにこだわらないで行う運動	人 状態 状態 行動 活動	人 仲良くなるため 勝ち負け こだわらない 行う 運動	他者との関係構築の活動による勝敗の無関係	他者との関係構築の活動による勝敗の関係
友達と一緒にやる。	人 状態 行動	友達 一緒に やる	関係性の深い他者(友達)との活動への許容	関係性の深い他者(友達)との活動への無許容
楽しめるなら大人数でやった方が楽しめますけど。	状態 人 行動 比較 感情	楽しめるなら 大人数 やった 方が 楽しめます	歓楽である集団活動への許容	歓楽である集団活動への無許容
本当の試合とかだったらどれもあまり好きではないです。	活動 状態 程度 感情	試合 どれも あまり 好きではない	厳密な活動への無好み	厳密な活動への好み
★バレーとかもそういう環境であれば楽しいと思えますね。	活動 状態 感情	バレーとか そういう環境 楽しいと思えます	特定の活動(バレー)への厳密でない雰囲気への歓楽	特定の活動(バレー)への厳密でない雰囲気への無歓楽
★スポーツとかをしたいなあって思う時は友達とかと楽しめるときですが	活動 感情 時 人 感情 時	スポーツ したいな 時 友達 楽しめるとき	関係性の深い他者(友達)との活動への許容	関係性の深い他者(友達)との活動への無許容
この相手に勝ったら何か貰えるってなったとしたら(勝てる)可能性があるのあればやる気は出ます。	人 状態 物 状態 条件 こと 条件 感情	この相手 勝ったら 何か もらえる なったとしたら 可能性 あるのあれば やる気は出ます	活動可能な勝利による報酬への許容	活動可能な勝利による報酬への無許容
★もし、自分がそのスポーツをすごく上手になったりして、気持ちよくプレーできたら…楽しいと思います。	仮定 人 活動 程度 状態 感情 活動 感情	もし 自分 スポーツ すごく 上手になったりして 気持ちよく プレーできたら 楽しい	活動への得意による活動可能による歓楽	活動への得意による活動可能による無歓楽
仲間と団結して行うスポーツ	人 状態 行動 活動	仲間 団結 行う スポーツ	集団活動による他者との関係性構築活動への許容	集団活動による他者との関係性構築活動への無許容
人の前で1プレー、1プレー盛り上がることのできるスポーツ	状態 こと 状態 条件 活動	人の前 1プレー、1プレー 盛り上がる こと できる スポーツ	他者との熱量共有活動	他者との熱量共有無活動
自分の好きな動きがあるスポーツ	人 感情 行動 状態 活動	自分 好きな 動き ある スポーツ	自身好み動作がある活動	自身好み動作がある無活動

どのようなスポーツ・身体活動であれば
行いたい(パーソナリティ5)

カテゴリー

他者

許容

無許容

活動願望

結果

モチベーションが高まる瞬間(勝負事など)などはあるか(パーソナリティ5) (1)

テーマ	ゾーンの状況	ゾーンの状況	レベル名	特徴
勉強があまり好きではないのですが、集中する課題を解いてみたいなと思って打と、何かが解いている感じが、解けた時はすごく嬉しいです。	活動 達成 感情 状況 達成 感情 状況 達成 感情 状況	勉強 が 好き で な い が 、 集 中 し て 解 く と、 何 か が 解 け て い る 感 が、 解 け た 時 は す ご う 喜 び ま す。	不慣れ活動の練習直しによる改善での効果	不慣れ活動の練習直しによる改善での効果
やっつけてよかったなと思いますし、	活動 達成 感情 状況	やっつけて よかったな と思いますし、	改善での効果による活動継続への満足	改善での効果による活動継続への満足
テストでたか(さん)解いたら嬉しいというのがあります。	活動 達成 感情 状況	たか(さん) 解いたら 嬉しい	改善での能力向上による効果	改善での能力向上による効果
達成感も嬉しいと感じたいです。	活動 達成 感情 状況	達成感 も嬉しい と感じたい です。	改善での達成感による効果	改善での達成感による効果
次も頑張ろうとその気はなるのですが、	活動 達成 感情 状況	次も 頑張ろう とその気 はなるが、	改善での継続努力への決心	改善での継続努力への決心
「巨木様」に褒めていただき、でさういふかなと思つてしまつて、	活動 達成 感情 状況	「巨木様」 に褒めて いただき、 でさうい ふかなと 思つてし まつて、	継続努力への決心への満足による効果	継続努力への決心への満足による効果
後から何かしらなつてまたやめたいの繰り返しです。	活動 達成 感情 状況	後から 何かしら なつてま たやめたい の繰り返し です。	満足への効果による改善での能力向上	満足への効果による改善での能力向上
ゲームでクリアできた時に、達成感を感ずります。	活動 達成 感情 状況	ゲームで クリアで きた時に、 達成感を 感ずります。	嗜好する活動(ゲーム)での目標達成による達成感	嗜好する活動(ゲーム)での目標達成による達成感
コーンの壁にコーンを置いて、それに当てる練習でも達成感を感ずることがあります。	活動 達成 感情 状況	コーンの 壁にコー ンを置いて、 それに当 てる練習 でも達成 感を感ず ることが あります。	活動(練習)での目標達成による達成感	活動(練習)での目標達成による達成感
月に覚えてしまった、とわかるような練習はいいですね。	活動 達成 感情 状況	月に覚え てしまっ た、とわ かるよう な練習は いいです ね。	活動(練習)での明確な目標達成への努力	活動(練習)での明確な目標達成への努力
分からない問題が解けた時は	活動 達成 感情 状況	わからな かた問 題が解 けた時	不可能活動の可能性への改善による効果	不可能活動の可能性への改善による効果
ゲームをクリアした時嬉しい	活動 達成 感情 状況	ゲーム をクリア した時喜 びます。	嗜好する活動(ゲーム)での目標達成による効果	嗜好する活動(ゲーム)での目標達成による効果
テストでいい点数を取れた時は嬉しい	活動 達成 感情 状況	テスト でいい点 数を取れ た時は喜 びます。	基準や評価での高評価での効果	基準や評価での高評価での効果
光野活動で、楽されれば最後の一人に勝つたら嬉しいですし、達成感があります。	活動 達成 感情 状況	光野活動 で、楽さ れれば最 後の一人 に勝つた ら嬉しい ですし、 達成感が あります。	嗜好する活動(ゲーム)での勝利による達成感での効果	嗜好する活動(ゲーム)での勝利による達成感での効果
前週で優勝が解けた時、ゲームで達成した時だとゲームで達成した時の方が(嬉しい)	活動 達成 感情 状況	前週で 優勝が解 けた時、 ゲームで 達成した 時だと ゲームで 達成した 時の方が (嬉しい)	基準や評価活動(ゲーム)での達成感より嗜好する活動(ゲーム)での達成感での効果	基準や評価活動(ゲーム)での達成感より嗜好する活動(ゲーム)での達成感での効果
ゲームでレベルが上がった時は嬉しい	活動 達成 感情 状況	ゲーム でレベル が上がっ た時は喜 びます。	嗜好する活動(ゲーム)での活動強化での効果	嗜好する活動(ゲーム)での活動強化での効果
漫画の扉が開いた時も嬉しい	活動 達成 感情 状況	漫画の 扉が開い た時も喜 びます。	嗜好する活動(漫画)での特別なコンテンツへの効果	嗜好する活動(漫画)での特別なコンテンツへの効果
勉強は、めっちゃ頑張つて結果が出た時に嬉しい	活動 達成 感情 状況	勉強は、 めっちゃ 頑張つて 結果が出 た時に喜 びます。	活動(勉強)での努力による良好結果への効果	活動(勉強)での努力による良好結果への効果
なんともない練習が取れた(良かった)時もあるのですが、頑張って取れた時の方が(嬉しい)	活動 達成 感情 状況	なんとも ない練習 が取れた (良かった) 時もある のですが、 頑張って 取れた時 の方が(喜 びます)	活動(勉強)での努力による良好結果への効果より達成感	活動(勉強)での努力による良好結果への効果より達成感
その人が練習意があまりない	活動 達成 感情 状況	その人が 練習意が あまりない	活動(勉強)での努力による良好結果への効果より達成感	活動(勉強)での努力による良好結果への効果より達成感
いい練習がなくて、友達に奪ってもらった時と嬉しい	活動 達成 感情 状況	いい練習 がなくて、 友達に奪 ってもら った時と 嬉しい	嗜好する活動(練習用)での練習からの練習用フィードバックでの効果	嗜好する活動(練習用)での練習からの練習用フィードバックでの効果

モチベーションが高まる瞬間(勝負事など)などはあるか(パーソナリティ5) ②

テーマ	プロパティ	ディメンション	レベル名	特徴
お互い忘れ物をした時に慌てて行って、必ず書き出して返す。その時にちょっとクオリティが上がります。	人物 行動 行動 行動 状態	お互い 忘れ物 慌てて 書き出して 返す その時に クオリティが上がります	日常生活での嗜好する活動(絵を描く)による能力向上	日常生活での嗜好する活動(絵を描く)による能力向上
★高評価レベルでも、認められたら嬉しいです。	状態 状態 感情 状態 人	高評価 認められたら 嬉しい 尊敬 人	嗜好する活動(絵を描く)での受賞への高評価フィードバックでの歓喜	嗜好する活動(絵を描く)での受賞への高評価フィードバックでの歓喜
自分の尊敬している人の言葉や話などを知りたたら、自分もあつと感奮してみようかな、とは思っています。	人 人 人 人 人 人 人 人	人 言葉 話 聞いたら 自分 あつと 感奮してみようかな	尊敬(尊敬)他者からの言葉による努力への原動力	尊敬(尊敬)他者からの言葉による努力への原動力
私自身があまり興味を示さない人から言われても、別にあまり響かないのですが	人 人 人 人 人 人 人 人	私自身 あまり 興味 示さない人 言われても あまり 響かない	特性(興味ない)他者からの言葉による無関心	特性(興味ない)他者からの言葉による無関心
自分自身がすごい、と思われている人から言われると(モチベーションが上がります)。	人 人 人 人 人 人 人 人	自分自身 すごい 思っている 人 言われる モチベーションが上がる	特性(尊敬)他者からの言葉による動機付け	特性(尊敬)他者からの言葉による動機付け
自分自身がその人に対して、プラスな思いを抱いている人限定なのです。	人 人 人 人 人 人 人 人	自分自身 その人 プラスな思い 抱いている 人 限定	ポジティブな意識を持つ特性他者限定	ポジティブな意識を持つ特性他者限定
似ていてその人が人生の先輩のような人なので、要めるというより人生について深いことを言ってくれます。	人 人 人 人 人 人 人 人	似ていて その人 人生の先輩 のような人 なので、要 めるという より人生に ついて深い ことを言 ってくれます	特性(尊敬)他者からの言葉による動機付け	特性(尊敬)他者からの言葉による動機付け
目の前側に認められたら(モチベーションが上がります)。	人 人 人 人 人 人 人 人	目の前 側に認め られたら	指導者からの高評価フィードバックによる動機付け	指導者からの高評価フィードバックによる動機付け
★普段は褒めてくれませんが、たまにほめられるの嬉しいかもしれません。	状態 状態 感情 感情 人	普段 褒めてくれない たまに ほめられる の嬉しい 人	他者からの稀な高評価フィードバックによる歓喜	他者からの稀な高評価フィードバックによる歓喜
★先輩や同級生もたよりに思いますが、それも嬉しいです。	人 人 人 人 人 人 人 人	先輩 同級生 もたよりに 思いますが、 それも嬉しい 人	他者(先輩・同級生)からの稀な高評価フィードバックによる歓喜	他者(先輩・同級生)からの稀な高評価フィードバックによる歓喜
★私事ですが、自分がやりたいものをやるのができて、奮発したものをかかっている程度満足です。	活動 人 人 人 人 人 人 人 人	活動 自分が やりたい ものをやる のができて、 奮発した ものをかか っている程 度満足	自身の活動欲による活動への満足	自身の活動欲による活動への満足
人にはあまり褒められなくてもいいです。	人 人 人 人 人 人 人 人	人 あまり 褒められ なくても いい 人	他者からの高評価フィードバックへの無関心	他者からの高評価フィードバックへの無関心
褒められた方が嬉しいのですが、あまり褒められてばかりだと親子に、薬ってしまいます。	感情 感情 感情 感情 感情 人	褒められた 方が嬉しい ばかりだと 親子に、薬 ってしま います	他者からの高評価フィードバックによる優心への懸念	他者からの高評価フィードバックによる優心への懸念
褒められた丈夫かな、というところが出てしまいますので、適度に。	人 人 人 人 人 人 人 人	褒められた 丈夫かな、 というところ が出てしま いますので、 適度に	他者からの高評価フィードバックによる優心への懸念	他者からの高評価フィードバックによる優心への懸念
身内にきつこいと言われ、でも自分もあまり響かないと思っています。	人 人 人 人 人 人 人 人	身内に きつこい と言われ、 でも自分 もあまり 響かない と思っ ています	関係性の近い他者からの低評価フィードバックへの無関心	関係性の近い他者からの低評価フィードバックへの無関心
担任の先生などにきつこいと言われた方が響くし、	人 人 人 人 人 人 人 人	担任の 先生等に きつこい と言われ た方が 響く し、	指導者や親戚からの低評価フィードバックへの影響	指導者や親戚からの低評価フィードバックへの無影響
本とか読んで、これはまなばないとおもってやったりした事があります	活動 感情 行動 行動 状態 人	本 読んで これはま なばないと おもって やったり した事 があり ます	自身での活動(読書)による影響での努力への原動力	自身での活動(読書)による影響での努力への原動力
受験生になる少し前に、中学2年生の時に1日ギャルを履いたのがきっかけで、履きたきゃな、という思いは思いました。実現されました。	人 人 人 人 人 人 人 人	受験生 になる 少し前 に、中学 2年生の 時に1日 ギャル を履いた のがき っかけ で、履 きたきゃ な、と いう思 いは思 いました。 実現 されま した。	自身での活動(読書)による影響での努力への原動力	自身での活動(読書)による影響での努力への原動力

モチベーションが高まる瞬間(勝負事など)などはあるか(パーソナリティ5) ③

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
次見返してやるう、と思って頑張ったりするので、叱られてやる気が出ます	感情 行動 状態 感情	次 見返してやるう 頑張ったりする 叱られて やる気	低評価フィードバック(叱責)によるリベンジ願望による無動機付け	低評価フィードバック(叱責)によるリベンジ願望による無動機付け
叱られたら、ただへこんで終わるという感じですので	状態 状態 状態	叱られ 凹んで 終わる	低評価フィードバック(叱責)による自身への不信	低評価フィードバック(叱責)による自身への自信
成長しなきゃな、と思うのですが	感情 意識	成長しなきゃ 思うのですが	低評価フィードバック(叱責)による自身への改善願望	低評価フィードバック(叱責)による自身への改善無願望
凹みが大きくて、何も成長することなく終わってしまいます	状態 状態 状態 状態	凹み 大きくて 成長することなく 終わってしまい	不信の高比率による改善の無活動	不信の高比率による改善の活動
叱られたら、やる気を見せて、見返そうかなと思って、行動に移りません。	状態 感情 行動 感情 行動 行動	叱られ やる気 見せて 見返そうかな 行動 移らない	低評価フィードバック(叱責)による不信の高比率による改善の無活動	低評価フィードバック(叱責)による不信の高比率による改善の活動
叱られたら落ち込んだりもたごします。	状態 感情 態度	叱られ 落ち込んだり たごに	低評価フィードバック(叱責)による不信	低評価フィードバック(叱責)による自信
部活の先生は結構叫びますが、叱られたら見返そうと思えます。	人 程度 状態 状態 感情	部活の先生 結構 叫びます 叱られたら 見返そう	指導者からの低評価フィードバック(叱責)によるリベンジ願望	指導者からの低評価フィードバック(叱責)によるリベンジ無願望
叱られたら、落ち込んで終わります。	状態 状態 状態	叱られ 落ち込んで 終わる	低評価フィードバック(叱責)による自身への不信	低評価フィードバック(叱責)による自身への自信
褒たら忘れます。	行動 状態	褒たら 忘れる	自身への不信での即切り替え	自身への自信での即切り替え
自分を叱る人が頭ごなしに、コレがダメ、あれがダメとか同じことを繰り返して言っているような叱り方だと、ただこっちはイライラして、ただ気分が下がっていくような感じですか	人 行動 人 状態 こと 状態 行動 こと 人 感情 感情	自分 叱る 人 頭ごなし 同じこと 繰り返して 言っている 叱り方 こっちは イライラ 気分が下がっていく	同内容継続の低評価フィードバック(叱責)への不満	同内容継続の低評価フィードバック(叱責)への満足
本当に自分が悪かったと、るやでできなかったところを論ずような感じとか、	人 状態 こと 状態 こと 行動	自分 悪かった ところ できなかった ところ 論ず	論理的な改善フィードバックへの願望	論理的な改善フィードバックへの無願望
頭ごなしじゃなくてわかってるような言い方だと、自分も頑張ろうと思います	状態 否定 状態 こと 人 感情 こと 人 状態	頭ごなし じゃなくて わかってる 言い方 自分 頑張ろう 言い方 関係性 大事	論理的な改善フィードバックによる努力への思慮	論理的な改善フィードバックによる努力への思慮
★言い方と、関係性も大事です	人 状態 比較 感情 こと 人 状態	言い方 関係性 大事	フィードバック方法と関係性の重視	フィードバック方法と関係性の軽視
勝った方が嬉しいです。	状態 比較 感情 こと 人 状態	勝った 方 嬉しい	勝利への歓楽	勝利への無歓楽
試合で勝ったら、それなりに頑張ろうと思えます。	状態 程度 程度 感情	試合 勝ったら それなりに 頑張ろう	厳選活動での勝利による努力への思慮	厳選活動での勝利による努力への無思慮
★負けたらやる気なくなります。	状態 感情 こと こと 状態 感情	負け やる気なくなります	厳選活動での敗北による努力への無思慮	厳選活動での敗北による努力への思慮
テストでいい点数を取ると嬉しいです。	こと こと 状態 感情	テスト いい点 取ると 嬉しい	基準評価活動での高評価での歓楽	基準評価活動での高評価での無歓楽

モチベーションが高まる瞬間(勝負事など)などはあるか(パーソナリティ5) ④

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
負けたら少し凹みます。	状態 程度 感情	負け 少し 凹みます	敗北による自身への不信	敗北による自身への自信
小さな競争を、おもてに出さなくても自分の中で勝手に競争とあててしまおうとあてて、	程度 こと 状態 人 状態	小さな 競争 表に出さなくても 自分の中 してしまおう	自身による勝手な競争活動開始	自身による勝手な競争無活動開始
それで負けると勝手にちよつと、あいつとなってしまうことがあつた。	状態 程度 感情	負けると ちよつと あいつ	勝手な競争活動での敗北による自身への不信	勝手な競争活動での敗北による自身への自信
よく周りの人からガッツがない、とかそんなに負けても悔しくないでよ、とか言われるのですが、それを言われると少し悔しくなってしまう。	人 状態 感情 状態 逆説 状態 程度 感情	周りの人 ガッツがない 負けても 悔しくない 言われる ですが 言われると 少し 悔しくなつて	他者からの敗北への無関心評価による悔しさ	他者からの敗北への無関心評価による悔しさ無
言わないのですが、自分の中にはちよつと悔しさがあつたりします。	行動 人 程度 感情 状態	言わない 自分の中 ちよつと 悔しさ あつたり	悔しさの無表現	悔しさの表現
テストでこの人には絶対に負けないと思つていた人に負けて、見返してやろう、と思つて	こと 人 程度 状態 状態 感情	テスト この人 絶対 負けない 負けて 見返してやろう	低評価他者への敗北によるリベンジ願望	低評価他者への敗北によるリベンジ無願望
めっちゃ頑張つて、めっちゃ優勝した時が嬉しかったです。よっしゃ、となります。	程度 行動 程度 状態 時 感情 感情	めっちゃ 頑張つて めっちゃ 優勝 時 嬉しかった よっしゃ	低評価他者への敗北によるリベンジによる勝利での歓楽	低評価他者への敗北によるリベンジによる勝利での無歓楽
勝ち負けはあまり気にしない主義です。	状態 程度 状態	勝ち負け あまり 気にしない主義	勝敗への無関心	勝敗への関心
勝つても、自分自身あまり満足できなかったら、もう少しできたのになあと思つたら、全然嬉しくないし	状態 人 程度 感情 程度 感情 程度 感情	勝つて 自分自身 あまり 満足できなかったら もう少し できたのになあ 全然 嬉しくない	自身での無完遂での不満足による勝利への不満足	自身での無完遂での不満足による勝利への満足
逆に負けても、やり切った感はあるな	状態 感情	負けても やり切った感	自身での完遂での満足による敗北への満足	自身での完遂での満足による敗北への不満足
自分自身で結構できたなと思つたら、全然もうそれでいいかなと思つています。	人 程度 感情 程度 感情	自分自身 結構 できたな 全然 それでいい	自身での完遂での満足	自身での完遂での不満足
★自分の中で基準があつて、それで満足したらおっけいです。	人 こと 状態 感情 状態	自分の中 基準 あつて 満足したら おっけい	自身の基準完遂による満足	自身の基準完遂による不満足
今回勉強を頑張ろうと思つたのは、お父さんに今回落ちたらやばいよ、と言われたからです。めっちゃお金がかかるから、と。そうか、やばいなと思つてました。	時 活動 感情 人 時 状態 状態 程度 こと 状態 感情	今回 勉強 頑張ろうと思つた お父さん 今回 落ちたら やばい 言われた めっちゃ お金 かかる やばいな	他者からの切迫した言及による自身活動への改善努力	他者からの切迫した言及による自身活動への改善無努力
妹が生まれたことが嬉しかった出来事です。	人 状態 感情 こと	妹 生まれた 嬉しかった 出来事	他者の朗報による自身の歓楽	他者の朗報による自身の無歓楽
もちろん生まれたのはうんと前のことだけど、大きくなって妹の存在がとて大きく改めて嬉しいと思つた。	状態 時 状態 人 程度 状態 状態 感情	生まれた うんと前 大きくなって 妹の存在 とて 大きく 改めて 嬉しい	他者の朗報による自身の歓楽	他者の朗報による自身の無歓楽
友達と話す。	人 行動	人 話す	他者(友達)とのコミュニケーション(対話)	他者(友達)とのコミュニケーション無
行事をみんなでやり遂げる。	こと 人 行動	行事 みんな やり遂げる	他者との集団活動での完遂	他者との集団活動での未完遂
中学生の時に体験した初勝利が嬉しかった出来事。	時 状態 こと 感情 こと	中学の時 体験した 初勝利 嬉しかった 出来事	初勝利経験への歓楽	初勝利経験への無歓楽

モチベーションが高まる瞬間(勝負事など)などはあるか(パーソナリティ5) ⑤

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
周りの友達に初勝利を終えていたので、ホッとした気持ちもあったし、とても嬉しかった。	人 こと 状態 感情 程度 感情	周りの友達 初勝利 終えていた ホッとした気持ち とても 嬉しかった	他者の勝利への経験済みによる自身 初勝利への歓楽	他者の勝利への経験済みによる自身 初勝利への無歓楽
友達と話している時に気分が上がる	人 活動 時 感情	友達 話している 時 気分が上がる	他者(友達)とのコミュニケーション(対 話)	他者(友達)とのコミュニケーション無
できなかったことができた時	状態 こと 状態 時	できなかった こと できた 時	未取得の取得	未取得の未取得
何かに選ばれた時	状態 時	選ばれた 時	選抜による動機付け	選抜による無動機付け
バカにされた時	状態 時	バカにされた 時	侮辱による動機付け	侮辱による無動機付け
悪い結果だった時	状態 こと 時	悪い 結果 時	悪結果による動機付け	悪結果による無動機付け
自分の尊敬している人の言葉を聞いた時	人 感情 人 こと 状態	自分 尊敬している 人 言葉 聞いた 時	特性(尊敬)他者からの言及による努力 への思慮	特性(尊敬)他者からの言及による努力 への無思慮
テストで良い点が取れた時	こと こと 状態 時	テスト いい点 取れた 時	基準評価活動での高評価での歓楽	基準評価活動での高評価での無歓楽
マイペースに物事を進めたいと思うため、勝負事は嫌い	状態 こと 感情 こと 感情	マイペース 物事 進めたい 勝負事 嫌い	自身ペース優先による勝負への嫌悪	自身ペース優先による勝負への無嫌悪
負けるのが怖いので、勝負事は嫌い。	状態 感情 こと 感情	負ける 怖い 勝負事 嫌い	敗北への拒絶による勝負への嫌悪	敗北への拒絶による勝負への無嫌悪
よほどやる気や自信があるときでない、「勝負しよう」と言わない。	程度 感情 感情 状態 時 こと 行動	よほど やる気 自信 ある 時 勝負しよう 言わない	多自信による勝負への許容	多自信による勝負への無許容
負けず嫌いなので勝負事は好き。	状態 こと 感情	負けず嫌い 勝負事 好き	敗北への拒絶による勝負への好み	敗北への拒絶による勝負への無好み
テストの結果が悪くてイライラしたから。	こと こと 状態 感情	テスト 結果 悪くて イライラ	基準評価活動での低評価による不満足 での動機付け	基準評価活動での低評価による不満足 での無動機付け
(勝負事でも、勝ち負けにこだわっているわけではないのですが...)	こと こと 状態 否定	勝負事 勝ち負け こだわっている わけではない	勝負と勝敗の無関係	勝負と勝敗の関係
私は、どちらかというと勝ち負けよりもみんなが満足して終えることができれば負けであっても良い、と思っているから。	状態 人 感情 状態 状態 状態	勝ち負け みんな 満足 終える ことができれば 負け 良い	他者満足による自身の勝敗への無関係	他者満足による自身の勝敗への関係
精一杯みんなと練習して、結果は負けてしまったけれど満足感はずこあったことがある。	状態 人 活動 こと 状態 感情 程度 状態	精一杯 みんな 練習して 結果 負けてしまった 満足感 ずこ あった	他者との努力共有での満足感による敗 北への許容	他者との努力共有での満足感による敗 北への無許容
勝負ごとになると、プレッシャーに負けてしまうから、勝負事は嫌い。	こと 感情 状態 感情	勝負事 プレッシャー 負けてしまう 嫌い	勝負での重任による嫌悪	勝負での重任による無嫌悪
部活の試合などで大事なところでミスしてしまうから。	活動 こと 状態 こと 行動	部活 試合 大事な ところ ミスしてしまう	活動の重要場面ででの失敗	活動の重要場面ででの成功
勝った時は嬉しいから、勝負事は好き。	状態 時 感情 こと 感情	勝った 時 嬉しい 勝負事 好き	勝利での歓楽による勝負への好み	勝利での歓楽による勝負への無好み

モチベーションが高まる瞬間(勝負事など)などはあるか(パーソナリティ5) ⑥

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
ゲームやスポーツで勝った時は嬉しかったから。	こと 活動 状態 時 感情	ゲーム スポーツ 勝った 時 嬉しかった	活動(ゲーム・スポーツ)での勝利による歓楽	活動(ゲーム・スポーツ)での勝利による無歓楽
目に見える形で能力が向上していた時	状態 こと 状態 時	目に見える形 能力 向上 時	明確な能力向上	明確な能力向上無
他人から褒められた時	人 状態 時	他人 褒められた 時	他者からの高評価フィードバック	他者からの低評価フィードバック
自分の欲しかったものやことを手に入れたり、	人 感情 もの こと 状態	自分 欲しかった もの こと 手に入れた	自身の活動願望の達成	自身の活動願望の未達成
達成できた時	状態 時	達成できた 時	目標達成による動機付け	目標達成による無動機付け
勝てたら嬉しいし、また頑張ろうと思えるから勝負事は好き。	状態 感情 時 感情 状態 こと 感情	勝てたら 嬉しい また 頑張ろう 思える 勝負事 好き	勝利による歓楽での努力への思慮による勝負への好み	勝利による歓楽での努力への思慮による勝負への無好み
友達とテストの点数などで競って勝ったことがある、	人 こと 行動 状態	友達 テストの点数 競って 勝ったことがある	基準評価活動での他者(友達)への勝利	基準評価活動での他者(友達)への敗北
勝ち負けを考えるのが疲れるから、嫌い。	状態 行動 感情 感情	勝ち負け 考える 疲れる 嫌い	勝敗への思慮による疲弊での嫌悪	勝敗への思慮による疲弊での無嫌悪
野球をしていて負けた時にどっと疲れが押し寄せてきたことがあった。	活動 状態 時 状態 状態 状態	野球 負けた 時 どっと 疲れ 押し寄せてきた	活動(野球)での敗北による疲弊	活動(野球)での敗北による無疲弊
ゲームをやっている時が一番楽しいです。	活動 時 程度 感情	ゲーム やっている時 一番 楽しい	嗜好する活動(ゲーム)での歓楽	嗜好する活動(ゲーム)での無歓楽
クリアできたら楽しいみたいな感じです。	状態 感情	クリア 楽しい	嗜好する活動(ゲーム)での目標達成による歓楽	嗜好する活動(ゲーム)での目標達成による無歓楽
★達成したりすることと強くなること、どちらも楽しいです。	状態 状態 状態 感情	達成 強くなる どちら 楽しい	目標達成と能力向上の両歓楽	目標達成と能力向上の無歓楽
★バスドラであれば、バスドラが上手くなったりするのは…(長い沈黙)楽しいです。	こと 状態 感情	バスドラ 上手くなったり 楽しい	嗜好する活動(ゲーム)での能力向上での歓楽	嗜好する活動(ゲーム)での能力向上での無歓楽
競争させられたりするのは別に大丈夫です。	状態 状態 程度	競争させられる 大丈夫	競争への無関心	競争への関心
全体的に競争とかは…普通ですね。★あってもなくても大丈夫です。	こと 状態 状態 状態	全体的 競争 普通 あってもなくても 大丈夫	競争への無関心	競争への関心

モチベーションが高まる瞬間(勝負事など)などはあるか(パーソナリティ5)

カテゴリー

改善

自身

コミュニケーション

結果

他者(フィードバックの方法と関係性)

競争

心身ともに現在の自分の状態にどう感じているか(パーソナリティ5) ①

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
全然満足していません。	生産 感情	全然 満足していない	自信への不満足	自信への満足
自分自身に、お前体調崩しすぎだろうと。	人 こと 状態	自分自身 体調 崩しすぎ	身体不良による不満足	身体不良による満足
体調不良さえなるとかなれば、全然他は満足です。	状態 状態 程度 こと 感情	体調不 良 なんとかなれば 全然 他 満足	身体不良以外の満足	身体不良以外の不満足
心はガラスのハートなので、強くなりたいたいです。鋼のハートに。	状態 感情 こと	心 ガラスのハート 強くなりた い 鋼のハート	精神力の向上願望	精神力の向上無願望
★体が弱くなることで、ネガティブ思考になっていつているな、というの自分自身もすごくわかってるので、	こと 状態 状態 人 程度 状態	体 弱くなる ネガティブ思考 自分自身 すごく わかってる	身体不良による精神力の低ト	身体不良による精神力の無低ト
もし体が丈夫になったらガラスのハートも強くなるかもしれませぬ。	仮定 こと 状態 こと 状態 仮定	もし 体 丈夫になったら ガラスのハート 強くなる かも	身体良好による精神力の向上	身体良好による精神力の無向上
体が強くなることで、ちよっとやさっとではへこたれない感じになるのではないかと、自分自身もそう思うところはあります。	こと 状態 程度 状態	体 強くなる ちよっとやさ っと へこたれない	身体良好による精神力の向上	身体良好による精神力の無向上
いつも1日中ゲームばかりしているので、勉強とかしなきゃなと不満に思っています。	時 時 活動 活動 状態 感情 感情	いつも 1日中 ゲーム 勉強 しなきゃな 不満	嗜好する活動(ゲーム)の継続による他活動の疎かによる不満足	嗜好する活動(ゲーム)の継続による他活動の疎かによる満足
勉強しなければ、と思えばゲームが面白すぎるのでできません。	感情 状態 活動 活動 活動 活動 状態 こと	勉強 しなければ 息いながら ゲーム でも ゲーム 面白すぎる できない	他活動の疎かによる不満での嗜好する活動(ゲーム)の継続	他活動の疎かによる不満での嗜好する活動(ゲーム)の無継続
アレルギーが出やすいので、それが少しきついです。	こと 状態 程度 感情	アレルギー 出やすい 少し きつい	身体不良による不満足	身体不良による満足
中学の時、もう少し真面目に部活しておけばなあ。	時 程度 状態 活動 感情	中学の時 もう少し 真面目に 部活 しておけばなあ	過去活動への不真面目による不満足	過去活動への不真面目による満足
中学の時やっていれば、もう少し動けていたかなと	仮定 程度 程度 状態	中学の時 やっていれば もう少し 動けていたかな	過去活動への不真面目による現在の身体不良	過去活動への不真面目による現在の身体良好
技術的なところが満足できていません。	こと こと	技術的 満足できていません	活動技術への不満足	活動技術への満足
周りがしていなかったから、中学の時あまり真面目にやっていませんでした。	人 状態 寺 程度 状態 状態 こと	周り していなかった 中学の時 あまり 真面目に やっていません	他者の不真面目活動の影響による自身の不真面目活動	他者の不真面目活動の影響による自身の不真面目無活動
身長が欲しいです。	こと 感情	身長 欲しい	身体(身長)への不満足	身体(身長)への満足
平日も寝と寝で起きてはるのですが、	時 状態 行動	平日 寝寝って 起きたり	自身の行動の鈍さへの不満足	自身の行動の鈍さへの満足
行動が鈍かったりするので、乗るつもり電車を逃し、次のだという風になったりとかするとすごく嫌だなと思う。	行動 状態 こと 状態 程度 程度 感情	行動 鈍かったり 乗るつもり電車 逃し 次のだ すごく 嫌	自身の行動の鈍さによる機会損失への不満足	自身の行動の鈍さによる機会損失への満足
勉強もしなきゃしなきゃ、と思いつてもやらなくて、	活動 感情 状態 行動	勉強 しなきゃ 思いつても やらなくて	タスク(勉強)活動への無活動への懸念	タスク(勉強)活動への無活動への無懸念
なんでそんなに自分に甘いんだらうって思ったりとか、自分の心の弱さもう、となります。	状態 感情 こと 感情	自分に甘い だらう 心の弱さ もう	自身への甘さによる不満足	自身への甘さによる満足
自分の誘惑があると思えますので、その誘惑を少しずつ目の前から消したり無したり、	感情 状態 程度 状態 状態 状態	自分の誘惑 ある 少しずつ 目の前 消したり 無したら	自身への誘惑の消去による無懸念付け	自身への誘惑の消去による無懸念付け

心身ともに現在の自分の状態にどう感じているか(パーソナリティ5) ②

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
目的を持ってやったり。	こと 行動 行動	目的 持って やる	目標設定による動機付け	目標設定による無動機付け
勉強なら将来この大学に行つて、これになりたいからじゃあいま勉強をこれくらいやろう。みたいな風にやらないうちやるとか出ないとなあという部分があります。	活動 時 こと 行動 こと 感情 時 活動 程度 感情 状態 仮定 感情	勉強 将来 この大学 行って これに なりた い今 勉強 このく らい やろう みたい な風 に やら ない と やる 気も 出 な い	目標設定による過程の明確化による動機付け	目標設定による過程の明確化による無動機付け
★本当はもう少し目標設定をしっかりとりたいです。	程度 こと 程度 感情	もう少し 目標設定 しつかり やりたい	目標設定への重視	目標設定への軽視
全部、後回しにしてギリギリまでやらないことです。	状態 時 行動	後回し ギリギリ まで やらない	活動の後回しによる不満足	活動の後回しによる満足
まだいけるかな、と思つてしまします。	時 感情	まだ 行ける かな	怠惰思考による活動の後回し	怠惰思考による活動の無後回し
★日常生活に不満はありません。まあ満足です。	こと 感情 感情	日常生活 不満は あり ませ ん 満足	日常生活への満足	日常生活への不満足
仲の良い友達が前より多くなったかな、という気はして満足しています。	状態 人 時 比較 状態 状態 感情	仲の良い 友達 以前 より 多 く な っ た 満 足	関係性の深い他者(仲の良い友達)の関係多構築	関係性の深い他者(仲の良い友達)の関係無構築
初めて会う人でも自分から積極的に話しかけて、どんどん交流の輪を広げていけるのは、結構誇れる場所なのかなと。	時 人 人 状態 行動 状態 こと 状態 程度 感情	初めて 会う 人 自分 から 積極 的 話 し か け て ど ん ど ん 交 流 の 輪 広 げ て 行 け る 結 構 誇 れ る	積極的な他者との関係構築行動による関係性拡大への満足	積極的な他者との関係構築行動による関係性拡大への不満足
理系の教科が得意なことは誇れます。	こと 状態 感情 感情	理系の教科 得意 誇 れ る	得意特定活動(理系教科)への誇りによる満足	得意特定活動(理系教科)への誇りによる不満足
ポジティブなところは誇れます。	状態 感情 感情	ポジティブ 誇 れ ま す	ポジティブ考察への満足	ポジティブ考察への不満足
妹のことを大切にしているところが自分の好きなおところ。	人 行動 人 感情	妹 大 切 に し て い る 自 分 好 き	他者への尊重による満足	他者への尊重による不満足
嫌いなところは、ガッツがないところ。	感情 状態	嫌 い ガ ツ ツ が な い	無根気への不満足	無根気への満足
みんなには優しいと言ってくれるが、みんなみたいな勢いが自分には足りないと思う。	人 状態 状態 人 状態 人 状態	みんな 優 い い 言 っ て く れ る み ん な み た い な 勢 い 自 分 足 り な い	自身の無根気による他者の勢いへの羨ましさ	自身の無根気による他者の勢いへの羨ましさ無
自分の好きなおところは、集中力があるところ。	人 感情 状態	自分 好 き な と こ ろ 集 中 力 が あ る	高集中度への満足	高集中度への不満足
自分の嫌いなところは、流されやすいところ。	人 感情 状態	自分 嫌 い 流 さ れ や す い	他者からの影響による選択への不満足	他者からの影響による選択への満足
自分の嫌いなところは、人見知りなところ。	人 感情 状態	自分 嫌 い 人 見 知 り	他者とのコミュニケーションの回避行動への不満足	他者とのコミュニケーションの回避行動への満足
自分の好きなおところは、初対面の人とも話せることです。	人 感情 人 状態	自分 好 き な と こ ろ 初 対 面 の 人 話 せ る	他者との関係構築コミュニケーションへの満足	他者との関係構築コミュニケーションへの不満足
自分の嫌いなところは、意見が出せずに流されるところ。	人 感情 こと 状態 状態	自分 嫌 い 意 見 出 せ ず 流 さ れ る	他者からの影響による選択への不満足	他者からの影響による選択への満足
自分の好きなおところは、ポジティブなところ。	人 感情 状態 状態	自分 好 き な と こ ろ ポ ジ テ ィ ブ	ポジティブ考察への満足	ポジティブ考察への不満足
ネガティブはとっさの決断力がないため、よくないと思う。	時 こと 状態 感情	ネガティブ と っ さ の 決 断 力 な い よ く な い	ネガティブ考察による瞬発無選択への不良	ネガティブ考察による瞬発無選択への良好
すぐに物事を判断できるようになりたい。	時 こと 状態 感情	すぐ に 物 事 判 断 で き る な り た い	瞬発選択への願望	瞬発選択への無願望

心身ともに現在の自分の状態にどう感じているか(パーソナリティ5) ③

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
人の意見に流されるから、不満足	人 こと 状態 感情	人 意見 流される 不満足	他者からの影響による選択への不満足	他者からの影響による選択への満足
ネガティブだったり、自分の意見がはっきりしない、	状態 人 こと 状態	ネガティブ 自分 意見 はっきりしない	自身意見の不明確への不満足	自身意見の不明確への満足
人に流されるので不満足	人 状態 感情	人 流される 不満足	他者からの影響による選択への不満足	他者からの影響による選択への満足
判断が遅いので不満足	行動 状態 感情	判断 遅い 不満足	瞬発無選択への不満足	瞬発無選択への満足
何かをしようとするすぐ失敗するから不満足	行動 時 状態 感情	しようとする すぐ 失敗する 不満足	活動開始によるへの多失敗での不満足	活動開始によるへの多失敗での満足
外出するのをためらってしまうため、不満足	行動 感情 感情	外出 ためらってしまう 不満足	外出無願望への不満足	外出無願望への満足
自分が決めたことかである時あしていればよかったなと思うことはあります。	人 行動 こと 時 感情 状態	自分 決めた こと あの時 ああしていればよかった あります	自身選択への後悔	自身選択への無後悔
1回部活に入って辞めたんですけど。辞めなければよかったなと思っています。	程度 活動 行動 行動 感情	1回 部活 入って 辞めた 辞めなければよかった	所属組織の脱退による後悔	所属組織の脱退による無後悔
普通に部活やっている時に楽しかったの、	活動 時 感情	部活 やっている時 楽しかった	活動の歓楽での所属組織の脱退による後悔	活動の歓楽での所属組織の脱退による無後悔
でもめんどくさくなって辞めたのでもったいないなと思っています。	感情 行動 感情	めんどくさくなって 辞めたので 勿体無い	情性的選択による所属組織脱退への後悔	情性的選択による所属組織脱退への無後悔
1回やめて戻るの、ちょっと勇気がないです。	程度 行動 行動 感情	1回 辞めて 戻る 勇気がない	所属組織の脱退後の再加入への無勇氣	所属組織の脱退後の再加入への勇氣
間違った決断はあまりしてないと思うから、満足。	状態 行動 程度 状態 感情	間違った 決断 あまり していない 満足	自信選択への無間違いによる満足	自信選択への無間違いによる無満足
考えるのが遅かったり、	行動 状態	考える 遅かったり	瞬発無選択への不満足	瞬発無選択への満足
迷った挙句に他の方がいいということが多いためから不満足	状態 こと 状態 頻度 感情	迷った挙句 他の方 良い 多い 不満足	瞬発無選択での選択への後悔による不満足	瞬発無選択での選択への後悔による満足
身長が伸びました。中学の時、133cmくらいで、ずっとこれだったらどうしようと思っていました。150行ったらもういいかなと思います。	こと 状態 時 程度 時 状態 感情 程度 状態 感情	身長 伸びました 中学の時 133 ずっと これだったら どうしよう 150 行ったら もういいかな	身体(身長)への満足	身体(身長)への不満足
家族にそのこと(体型?)をよく言われてしまうため不満足	人 こと 頻度 状態 感情	家族 そのこと(体型) よく 言われてしまう 不満足	身体(体型)への不満足	身体(体型)への満足
筋肉がないため、不満足	状態 感情	筋肉がない 不満足	身体(筋肉)への不満足	身体(筋肉)への満足
筋力がないため不満足	状態 感情	筋力がない 不満足	身体(筋肉)への不満足	身体(筋肉)への満足
どうも思っていない	状態 こと	どうも思っていない	身体への無関心	身体への関心
背がもう少し伸びて欲しいので、不満足	程度 感情 感情	背 もう少し 伸びて欲しい 不満足	身体(身長)への不満足	身体(身長)への満足
身長も平均以上あって、体重も筋肉もほどほどにあると思うから満足。	こと 状態 こと 程度 状態 感情	身長 平均以上 体重 筋肉 ほどほど ある 満足	身体(体型)への満足	身体(体型)への不満足

心身ともに現在の自分の状態にどう
感じているか(パーソナリティ5)
カテゴリー

自身

不満足

動機付け

満足

影響

何かを決断するときどのように決断するか(パーソナリティ5)

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
◎★何かを決断する時は、ほぼ自分がこうやりたい、というのを元に進んでいく感じ です。	行動 時 頻度 人 感情 状態 行動	決断する 時 ほぼ 自分 こうやりたい 元 進んでいく	自身の活動願望への思慮による決断	自身の活動願望への思慮による無決断
高校など、お金がかかる時は家族に相談します。	場所 こと 状態 時 人 行動	高校 お金 かかる 時 家族 相談	他者へと影響及ぼす決断での他者との相談での決断	他者へと影響及ぼす決断での他者との相談での無決断
◎親の意見も結構、すぐ反映されます。	人 こと 程度 時 状態	親 意見 結構 すぐ 反映される	他者(親)の意見の高参考	他者(親)の意見の低参考
★自分めっちゃこれしたい、ということはありません。	人 程度 感情 程度 状態	自分 めっちゃ これしたい あまり ない	自身の活動願望の皆無	自身の活動願望
★一応、自分のやりたかったことはあるんだけど、という感じ です。	状態 人 感情 こと 状態 逆説	一応 自分 やりたかった こと ある けど	自身の活動願望の一応有	自身の活動願望の皆無
納得した上で、友達によく合わせて しまいます。	状態 人 行動	納得した上 友達 合わせてしまう	納得による他者からの影響による決断	納得による他者からの影響による無決断
★あまりこれがしたい、という のがなく、なんでもいいや、 という感じ です。	程度 感情 状態 状態	あまり これしたい というのがなく なんでもいい	自身の活動願望の皆無による無差別願望	自身の活動願望の皆無による無差別無願望
高校受験は、自分でいう か、学力的にこれでもいいや という感じ です。	こと 人 状態 状態	高校受験 自分 学力的 これでもいいや	基準的要因による組織への決断	基準的要因による組織への無決断
◎親には心配をかけたくな いので、	人 状態 感情 人 行動 頻度	親 心配 かけたくない 友達 相談する 多い	他者(親)への無心配への思慮	他者(親)への無心配への無思慮
友達に相談することが多 い。	人 行動 頻度	友達 相談 多い	他者(友達)への相談	他者(友達)への無相談
◎友達に相談する。	人 行動	友達 相談	他者(友達)への相談	他者(友達)への無相談
◎姉に相談する。	人 行動	姉 相談	他者(姉)への相談	他者(姉)への無相談
大人に対して抵抗があるた め、	人 感情	大人 抵抗	特定の他者(大人)への不信	特定の他者(大人)への信用
友達に相談する。	人 行動	友達 相談	他者(友達)への相談	他者(友達)への無相談
自分の気分で判断・決断す る。	人 感情 行動 行動	自分 気分 判断 決断	気分による決断	気分による無決断
決断した後親に報告す る。	行動 時 人 行動	決断 後 親 相談	決断後の他者(親)への共有	決断後の他者(親)への無共有
何を決めるときとかは家族と か友達とかの意見をすごく 聞きます。	行動 時 人 人 こと 程度 行動	決める とき 家族 友達 意見 すごく 聞く	他者(家族・友達)からの意見の高参考	他者(家族・友達)からの意見の低参考
それはそのまま呑みして しまったりしますね。 ちよっと…自分じゃ心配な ので。	状態 状態 人 感情	そのまま 呑み 自分 心配	他者(家族・友達)からの意見の決断への高反映 自身への不信による他者の意見の高参考	他者(家族・友達)からの意見の決断への低反映 自身への不信による他者の意見の低参考
◎★他の人の意見が正しい 気がしてしまいます。	人 こと 状態 感情	他の人 意見 正しい 気がしてしまう	自身への不信による他者の意見の高信用	自身への不信による他者の意見の低信用

何かを決断するときどのように決断するか
(パーソナリティ5)

カテゴリー

活動願望

相談

他者

決断

家族との関係性はどうか(パーソナリティ5) ①

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
お母さんやお父さん以外にも家族の誰とでも、普段から話したりします。	人 状況 人 状態 行動	お母さん お父さん 以外にも 家族の誰とでも 普段から 話したり	家族との高頻度の対話	家族との低頻度の対話
★家族とは結構仲がいいです。	人 程度 状態	家族 結構 仲がいい	家族との関係良好	家族との関係悪化
親が強いのので、反抗したら潰されます。	人 状態 行動 状態	親 強い 反抗 潰される	家族(親)の高権限による高圧力	家族(親)の高権限による低圧力
★あまり反抗できない雰囲気があります。	程度 行動 状態 状態	あまり 反抗 できない 雰囲気	家族(親)からの高圧力による無反抗雰囲気	家族(親)からの高圧力による反抗雰囲気
★何かを決めるときに押し付けてきたりはず、尊重してくれます。	行動 時 状態 状態	決める 時 押し付けてきたりはず 尊重	家族からの自信意見の尊重	家族からの自信意見の無尊重
ソフトテニスをはじめたのは、幼稚園くらいの時に姉がやっている大会などに行っで見ているのを見て、いいなと思いました。	活動 行動 時 人 こと 行動 感情	ソフトテニス 始めた 幼稚園くらい 姉 大会 行って 見て いいな	家族(姉)の活動(ソフトテニス)の拝見による影響での自身の活動選択	家族(姉)の活動(ソフトテニス)の拝見による影響での自身の活動無選択
運動会の前に、親子リレーみたいのがあって、運動会の前日や前々日にちよっと二人三脚やばくない、と練習に母に連れて行ってもらいました。	こと こと 時 時 程度 こと 状態 活動 人 状態	運動会 親子リレー 運動会 前日 前々日 ちよっと 二人三脚 やばくない 練習 母 連れて行ってもらいました	集団活動(運動会)での家族(親)との共同活動(二人三脚)	集団活動(運動会)での家族(親)との共同無活動(二人三脚)
いつも相手してくれるのは母しかいません。	時 状態 人	いつも 相手してくれる 母	特定の家族(母)限定の共同活動	特定の家族(母)限定の共同無活動
お父さんはいつもそんなのめんどくさいからやらない、みたいな感じです。	人 時 感情 行動	お父さん いつも めんどくさい やらない	特定の家族(父)の情性による活動拒否	特定の家族(父)の情性による無活動拒否
★バドミントンは時間がある時にたまにしてくれます。	活動 時 状態 頻度 状態	バドミントン 時間 ある たまに してくれる	特定の家族(父)との稀な共同活動(バドミントン)	特定の家族(父)との稀な共同無活動(バドミントン)
下に2人兄弟がいるのですが、下2人もあまり運動という感じではないので、	状態 人 状態 程度 状態	下 2人兄弟 いる あまり 運動という感じではない	家族(兄弟)の無活動(運動)特性	家族(兄弟)の活動(運動)特性
ダラダラとしています。運動することは本当に少ないです。	状態 活動 程度 頻度	ダラダラ 運動する 本当に 少ない	家族(兄弟)の無活動(運動)特性	家族(兄弟)の活動(運動)特性
小さい頃は公園に行って、運動会の前に徒競走の練習をしたりしました。	時 場所 こと こと 活動	小さい頃 公園 運動会 前 徒競走 練習	時期(小さい頃)による家族(兄弟)との共同活動(徒競走)	時期(小さい頃)による家族(兄弟)との共同無活動(徒競走)
小さい頃に、結構広めの広場とかに親戚一同で行って、従兄弟とかもいますので、その子達も混ぜて、自分のお兄ちゃん2人も一緒に遊んだり運動したり、乗馬したりしました。	時 状態 場所 人 行動 人 状態 人 状態 活動 活動 活動	小さい頃 広め 広場 親戚一同 行って 従兄弟 混ぜて お兄ちゃん2人 一緒に 遊んだり 運動 乗馬	時期(小さい頃)による家族(兄弟)との共同活動(運動)	時期(小さい頃)による家族(兄弟)との共同無活動(運動)
つい最近だったら、中学校くらいまで、お父さんが会社でやっているバレーのチームの練習に遊びで入ったりしました。	時 人 場所 状態 活動 活動 行動	最近 中学校くらい お父さん 会社 やっている バレー 練習 遊びで入ったり	家族(父)の所属活動組織での共同活動(バレー)	家族(父)の所属活動組織での共同活動(バレー)
★親戚一同仲がいいですね。	人 状態	親戚一同 仲がいい	家族(親戚)の関係良好	家族(親戚)の関係悪化
★鹿児島は親戚が集まる文化があります	場所 人 状態	鹿児島 親戚 集まる文化	地域特性による家族(親戚)との共同活動	地域特性による家族(親戚)との共同無活動
普段はスポーツ観戦をすることは少ないが、	状態 活動 状態	普段 スポーツ観戦 することはない	活動観戦の皆無	活動観戦の有

家族との関係性はどうか(パーソナリティ5) ②

データ	プロパティ	ディメンション	ラベル名	対極
サッカーW杯は家族がみていたので一緒に見ることもあった。	こと 人 状態 活動	サッカーW杯 家族 見ていた 一緒に 観る	家族の厳選の場(W杯)での活動観戦による共同観戦	家族の厳選の場(W杯)での活動観戦による共同無観戦
父が元少年バレーの監督のため、父と観戦する。	人 状態 活動	父 元少年バレーの監督 父 観戦	家族(父)の活動経験(バレー)による共同活動	家族(父)の活動経験(バレー)による共同無活動
父が監督を務めたチームを、家族でも観戦する	人 状態 人 活動	父 監督を務めた チーム 家族 観戦	家族(父)の活動経験(バレー)による共同観戦	家族(父)の活動経験(バレー)による共同無観戦
家族とはよく話す方だと思っている。	人 頻度 行動	家族 よく 話す	家族との高頻度の対話	家族との低頻度の対話
中でも妹と話すことが多い。	人 行動 頻度	妹 話す 多い	特定の家族(妹)との高頻度の対話	特定の家族(妹)との低頻度の対話
小学生の頃はあまり話を するタイプではなかったが、 最近自分からよく話をす るようになったと感じている	時 程度 行動 状態 時 頻度 人 行動 状態	小学生の頃 あまり 話を する タイプではなかった 最近 よく 自分から 話を する ようになった	家族との高頻度の対話への改善	家族との高頻度の対話への無改善
家族とはよく学校のことを話 すし、	人 頻度 こと 行動	家族 よく 学校の こと 話す	家族との対話(学校)	家族との無対話(学校)
出かけることも多い。	活動 頻度	出かける こと 多い	家族との高頻度の共同活動	家族との高頻度の共同無活動
兄が2人いて、帰省している ときは会話が減るが、普段 は話す。	人 状態 時 こと 状態 状態 行動	兄が2人 帰省している 時 会話 減る 普段 話す	家族(兄)との対話	家族(兄)との無対話
母とはピアノの話もする。	人 こと 行動	母 ピアノの話 する	家族(母)との対話(ピアノ)	家族(母)との無対話(ピアノ)
学校の話やTVの話など、	こと こと	学校の話 TVの話	家族との対話(学校・TV)	家族との無対話(学校・TV)
小さい時から家族と話をす る習慣だったので普通のこ と。	時 人 行動 状態 状態	小さい時 家族 話を する 習慣 普通	家族との対話継続経験による対話普通 化	家族との対話継続経験による無対話 化
家族とかは仲は良いと思 います。	人 状態	家族 仲は良い	家族との関係良好	家族との関係悪化
良く話したりします。	頻度 行動	良く 話したり	家族との高頻度の対話	家族との高頻度の無対話
一緒にスポーツする機会と かはないですね。	状態 活動 こと 状態	一緒に スポー ツ 機 会 な い	家族との共同活動の皆無	家族との共同活動の有
両親からスポーツは勧めら れたりはあります。	人 活動 状態	両親 スポー ツ 勧め られ たり	家族(両親)からの活動への勧め	家族(両親)からの活動への無勧め
一応、部活には絶対入れ て言われました。	状態 活動 程度 状態	一応 部活 絶対 入れ て 言 わ れ ま し た	家族からの活動組織所属への強制	家族からの活動組織所属への無強制
◎親の意見も結構、すぐ反 映されます。	人 こと 程度 時 状態	親 意見 結 構 す ぐ 反 映 さ れ る	家族(親)の意見の高参考	家族(親)の意見の低参考
◎親には心配をかけたくな いので、	人 状態 感情 人 行動 頻度	親 心 配 か け た く な い 友 達 相 談 す る 多 い	家族(親)への無心配への思慮	家族(親)への無心配への無思慮

家族との関係性はどうか(パーソナリティ5)
カテゴリー

家族

共同活動

コミュニケーション

影響
