

合奏による演奏者自身の気分変化について

心理学部 発達教育心理学科 山崎 晃男

要旨：非音楽家に2台のピアノによる合奏活動（合奏演奏および練習）をおこなってもらい、その前後の演奏者の気分について日本語版 POMS によって測定した。その結果、6つの下位尺度すべてにおいて合奏活動前に比べて後で演奏者の気分が有意に向上していた。また、合奏活動の様々な側面について演奏者自身による評価を求め、気分変化との関係や評価間の関係について検討した。合奏活動に対する満足度には活動の質への評価が、楽しさには自分自身や相手、活動の対人的側面への評価が関わっていることが示された。さらに、活動全体の質や自分の活動の質、課題などに対する評価が緊張－不安、怒り－敵意、活気気分変化に関わっていた。

キーワード：合奏、演奏者、気分、変化、共同活動

はじめに

音楽によって気分が変化したり、何らかの感情が喚起されたりといったことを私たちは日常的に経験している。音楽による感情喚起については、自己報告（e.g. Pignatiello, Camp, & Rasar, 1986; Schubert, 2007）、生理的指標（e.g. Davis & Thaut, 1989; Krumhansl, 1997）、行動的指標（e.g. Fried & Berkowitz, 1979; Jacob, 2006）などに基づく多くの実験的研究がおこなわれ、音楽が感情を喚起することが確認されるとともに、それらの知見に基づき、音楽による感情喚起のメカニズムについての総合的な理論が提案されるに至っている（Juslin & Västfjäll, 2008; Juslin, Liljeström, Västfjäll, & Lundqvist, 2010）。

また、実験室でおこなわれた研究よりも数は少ないものの、日常場面で音楽がどのように感情を喚起しているかについて調べた研究もおこなわれており、それらによると人々は様々な日常場面の中で音楽を聞き、多様な感情を実際に喚起されていることが示されている（e.g. Sloboda, 1992; Sloboda & O'Neill, 2001; Juslin & Laukka, 2004; Juslin, Liljeström, Laukka, Västfjäll, & Lundqvist, 2011）。

以上のように、音楽の聴取が聴取者に及ぼす影響としての感情喚起についての研究は、近年になって盛んにおこなわれるようになってきた。その一方で、音楽を演奏することが演奏者にどのような感情的影響を及ぼすかについては、わずかな例外を除いてほとんど研究されていないのが現状である。また、研究がされる

場合も、プロもしくはセミプロの音楽家の演奏不安といった否定的な感情喚起が主たる対象であった（cf. Steptoe, 2001）。しかし、一般の人々にとっても、歌唱を含む音楽演奏をおこなうことは決して珍しいことではない。たとえば、公益財団法人日本生産性本部が発表している日本人の余暇活動についての2008年度のデータによれば、年に1度でもコーラス活動をおこなったことのある人の割合は、男性の場合は0.8%とかなり低いものの、女性では4.1%であり、洋楽器の演奏については男性で5.3%、女性で6.1%が楽しんでおり、カラオケに至っては男女ともに40%前後もの人が年に1度はおこなったことがあるとされている。それらの人々は、正に楽しみとして音楽演奏活動をおこなっているわけで、音楽演奏活動による肯定的な感情的影響について調べることは、音楽による感情喚起についての知見に欠かすことができないと言える。

音楽を演奏するという活動は、音響を生み出すという側面、生み出された音響を聴取するという側面、身体活動としての側面、表現活動としての側面、合奏であれば共同活動としての側面など、多くの側面からなる多面的な活動である。そして、それらの側面がすべて感情の喚起に関わると考えられる。本研究では、これまであまり取り上げられてこなかった音楽を演奏することによる感情の喚起について、非音楽家を演奏者として心理学実験をおこなったが、その際、上に述べたような音楽演奏の様々な側面が出来る限り含まれるように、独奏ではなく、二台のピアノによる合奏を取

り上げることとした。そうすることによって、共同活動としての側面はもちろんのこと、自分の演奏を聴く他者が常にいるということで表現活動としての側面もある程度実現され、先にあげた演奏活動の様々な側面がすべて含まれた自然な状況を作ることができると考えたからである。また、面識のない非音楽家が合奏をするためにはその場で二人一緒に練習することが必要となり、そこでおこなわれた練習活動も演奏者の感情に影響すると考えられるので、合奏そのものに加えて二人でおこなう練習を含めて合奏活動とし、実験の場でおこなった合奏活動が演奏者の感情にどのような影響を及ぼすかをみることにした。なお、ここで取り上げている感情は明確な対象と強い強度をもつ情動ではなく、明確な対象をもたず比較的弱いが持続的な気分であるので、これ以降は感情ではなく気分という言葉を用いることとする。

実験

目的

本研究では、ピアノの合奏活動をおこなうことが演奏者の気分変化、特に肯定的な気分変化をもたらすかどうかを検討する。

それに加えて、合奏活動の様々な側面に対する演奏者自身の評価、練習中におこなわれた活動内容の種類とその持続時間などについて測定し、気分変化が生じた場合、合奏活動のどのような側面がその気分変化に強く関わっているのかについての検討をおこなう。

方法

実験参加者

18人の学生（年齢18歳から21歳、平均年齢19.9歳の女性）が実験に参加した。すべて音楽を専門としない学生で、鍵盤楽器歴6年から17年（平均9.9年）であった。

実験参加者は二人ペアで実験に参加した。作られた9ペアのうち1ペアのみ実験参加前からの知り合いであったが、残りの8ペアは実験参加前には知り合いではなかった。

装置

実験は、2台のデジタルピアノ（CASIO, PX-320）を対面に設置した小スタジオ内でおこなった。演奏はサウンド編集ソフトウェア（HOOK UP, Sound Forge）を用いて各演奏者別チャンネルでパソコン内に記録するとともに、部屋の四隅に設置した4台のビ

デオカメラ（Sony, DCR-HC62）の画像を画面分割器（DAIWA, SG-2202II）によって一画面にまとめてハードディスクレコーダー（Victor, DR-HX250）に記録した。

ピアノ初級者から中級者が演奏でき、気分の肯定的な変化が期待できる快活な曲という理由で、Carl Maria von Weber作曲の“Marcia, Op. 3-5”を実験で用いる合奏曲とした。

手続き

参加者は実験の約1週間前に合奏のパートを指定された上で実験曲の楽譜を渡され、自宅等で一人で練習をしておくよう求められた。実験は以下のような手順で実施された。実験の所要時間は、約45分程度であった。

1. 日本語版 POMS（横山・荒記, 1994）による実験参加者の気分測定（1回目）。
2. 事前の練習時間や実験曲を以前から知っていたか、この曲がどの程度好きかなどについて問う質問紙への回答。
3. 実験曲の合奏（1回目）。
4. 個人で練習しても一緒に合わせて練習しても構わないので2回目の合奏をよりよくおこなうための練習をして欲しいと教示された上で、20分間の自由練習。
5. 実験曲の合奏（2回目）。
6. 日本語版 POMS による実験参加者の気分測定（2回目）。
7. 合奏活動の様々な側面についての実験参加者の評価を問う質問紙への回答。

各ペアは、約1週間の間をあけて、1～7の実験を3回おこなった。

質問紙

質問紙は、協同的問題解決に対する成員の満足感に問題解決過程の様々な側面についての成員の評価がどのように関わっているかについて調べた鈴木・邑本（2009a, b）の研究で用いられた質問紙を参考にしつつ、本研究の目的に合うように独自に作成した。質問内容は、大きく分けて合奏活動全体に対する肯定的評価に関するものと、合奏活動の様々な側面に対する評価に関するものからなっていた。質問は、すべて「1. まったくあてはまらない」から「7. とてもよくあてはまる」までの7段階リッカート尺度で回答された。

1. 合奏活動全体に対する満足度および楽しさについての質問。各1尺度。

2. 合奏活動の諸側面に対する評価についての質問。

2-1. 全体の合奏活動の質についての評価。「最後の連弾では、ペアとしてよい演奏をすることができた」など4尺度。

2-2. 自分自身の合奏活動の質についての評価。「練習の中で、自分としてはやれるだけのことはやった」など5尺度。

2-3. 課題についての評価。「思っていたよりも簡単だった」など3尺度。

2-4. 自分自身についての評価。「この活動を通じて自分が進歩することができた」など7尺度。

2-5. 相手についての評価。「思っていたよりも相手にリーダーシップがあった」など6尺度。

2-6. 合奏活動の対人的側面についての評価。「相手を自分の仲間として意識した」など7尺度。

全質問項目を別表に示す。なお、質問項目内では「連弾」という言葉を用いたが、実験では2台のデジタルピアノを用いており、「連弾」ではなく「合奏」と表記する方が適切である。したがって、本稿では「合奏」という言葉を用い、質問項目を引用する場合のみ「連弾」という表記をしている。

結果

練習活動のコーディング

20 分間の練習時間中に各実験参加者がおこなった行動を以下の基準で分類し、それぞれの継続時間を測定した。

1. 個人行動：個人練習や個人での読譜など。
2. 会話
3. 共同練習：二人で合奏する形式での練習。
4. その他

実験参加者 18 人×3 回の練習活動全体での各行動種別の平均時間は、個人行動 632 秒、会話 198 秒、共同練習 360 秒、その他 7 秒であった。全体および各回の各行動の平均時間を Figure 1 に示す。共同練習の時間は各回とも 360 秒前後でそれほど変わらないが、個人行動は回を追うごとに増加する一方、会話は逆に減少している。この 3 つのタイプ以外の行動はほとんどみられなかった。実験回数と活動種別を独立変数、持続時間を従属変数とした 2 要因分散分析をおこなったところ、活動種別の主効果と実験回数と活動種別の交互作用が有意であった ($F(3, 204) = 55.37, p < 0.0001$; $F(6, 204) = 2.539, p < 0.05$)。実験回数の効果は有意ではなかった ($F(2, 204) = 0.0007, n.s.$)。LSD 検定による多重比較の結果、個人活動は常に他の 3 つの活

動種別よりも有意に長かった。共同活動の長さは 1 回目は会話と変わらなかったが、2 回目、3 回目には会話よりも有意に大きくなっていった。会話は、1 回目のみその他の活動種別よりも有意に長かったが、2 回目、3 回目と減少した結果、有意差がなくなった。実験回数による変化についてみると、個人活動は、1 回目よりも 3 回目の方が有意に長くなっていった。一方、会話については、1 回目よりも 3 回目が有意に短く、また 1 回目よりも 2 回目が短い傾向であった。共同練習とその他の活動については、実験回数による違いはなかった。

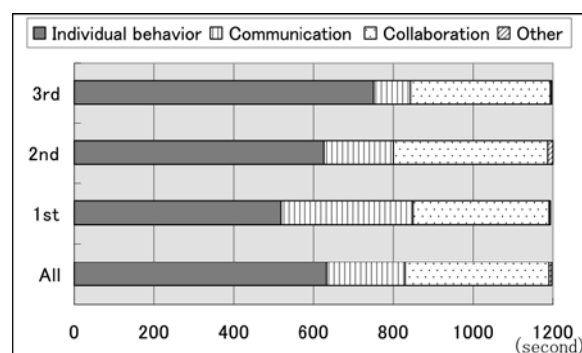


Figure 1: Total time for each type of behavior.

合奏活動前後での気分変化

日本語版 POMS で測定される 6 つの下位尺度 T-A (緊張-不安)、D (抑うつ-落込み)、A-H (怒り-敵意)、V (活気)、F (疲労)、C (混乱) 各々について、合奏活動前の平均値と合奏活動後の平均値を Figure 2 に示す。

V-A は肯定的な気分、他の 5 つは否定的な気分であるので、すべての下位尺度で合奏活動前よりも後の

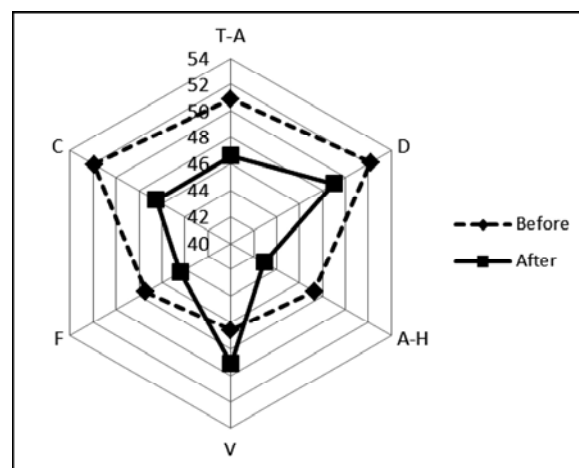


Figure 2: Change of mood states.

方が肯定的な気分になっていることがみとれる。
t 検定の結果、この変化はすべて有意であった (T-A, $t(53)=3.82$, $p<0.0005$; D, $t(53)=2.95$, $p<0.005$; A-H, $t(53)=3.56$, $p<0.001$; V, $t(53)=2.41$, $p<0.05$; F, $t(53)=2.29$, $p<0.05$; C, $t(53)=4.50$, $p<0.0001$)。

合奏活動に対する満足度と楽しさ

各回の合奏活動に対する満足度と楽しさの平均評定値を Figure 3 に示す。全般的にこの活動に満足し、楽しんでいる様子がみとれる。また、満足度、楽しさともに回を追うごとに上昇しており、分散分析をおこなった結果、その変化は有意であった (満足度, $F(2, 51)=11.75$, $p<0.0001$; 楽しさ, $F(2, 51)=3.91$, $p<0.05$)。

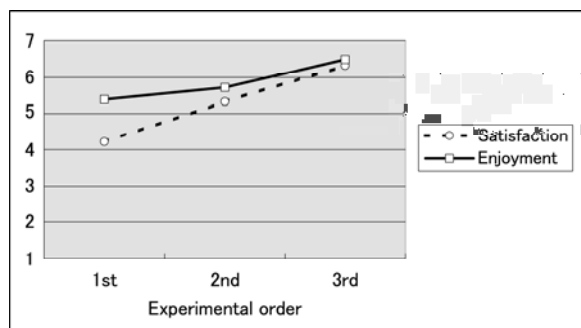


Figure 3: Scores of positive evaluations.

合奏活動の諸側面に対する評価

合奏活動の各側面についての評価尺度の平均評定値を Figure 4 に示す。分散分析をおこなった結果、相手に対する評価では回の違いによる有意な差がなかった ($F(2, 51)=0.75$, ns) のに対し、課題に対する評価では回を追うごとに上昇する傾向 ($F(2, 51)=2.54$, $p=0.089$) が、その他の評価では回を追うごとに評定値が有意に上昇していた (全体の活動, $F(2, 51)=3.94$, $p<0.05$; 自分の活動, $F(2, 51)=3.58$, $p<0.05$; 自分自身, $F(2, 51)=4.99$, $p<0.05$; 対人, $F(2, 51)=$

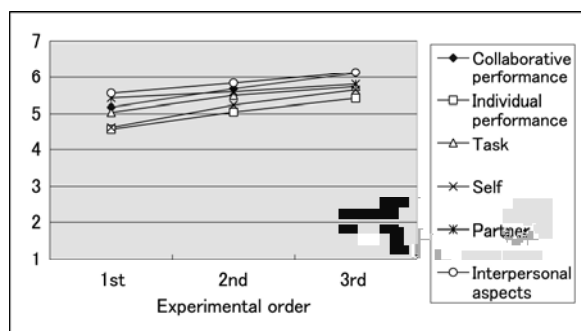


Figure 4: Scores of cognitive evaluations.

3.84, $p<0.05$)。

満足度・楽しさと他の評価との関係

合奏活動に対する満足度および楽しさと他の評価との関係を見るために、満足度および楽しさを基準変数、各評価を説明変数とした重回帰分析をおこなった。各評価の値としては、評価項目に含まれる各尺度の平均値を用いた。正負の方向が反対の尺度の値は逆転させた。結果を Table 1 に示す。合奏活動に対する満足度には、合奏活動全体の質や自分自身の活動の質が主に関係しており、それらの質に対する評価が高いほど満足度が高くなっている。一方、合奏活動の楽しさには、自分自身や相手、合奏活動の対人的側面に対する評価が主に関わっており、自分自身や対人的側面に対する評価が高く、相手に対する評価が低いほど、その合奏活動が楽しいという結果となった。

Table 1: Results of the multiple regression analysis for positive evaluations.

	Satisfaction	Enjoyment
	β	β
Collaborative performance	0.319*	-0.081
Individual performance	0.372 ⁺	0.184
Task	-0.015	-0.192
Self	0.261	0.572*
Partner	0.143	-0.359 ⁺
Interpersonal aspects	-0.073	0.511*
R^2	0.668***	0.527***

気分変化と諸変数との関係

気分変化に関わる要因を探るため、日本語版 POMS の 6 つの下位尺度の合奏活動前後での差を基準変数、各評価値および各活動種別の時間を説明変数とする重回帰分析をおこなった。ただし、活動種別のうち、個人行動と会話、個人行動と共同練習とは相反的な関係にあるので、個人行動は説明変数からはずした。有意あるいは有意傾向が得られた気分下位尺度の結果を Table 2 に示す。T-A (緊張-不安) に関しては、合奏活動全体の質や課題に対する評価が高いほど低くなるが、自分自身の評価が高いときには T-A が高くなる傾向があった。A-H (怒り-敵意) は、自分の活動の質への評価が高いと高くなり、練習中の会話が長い場合にも高くなる傾向があった。V (活気) については、全体の活動の質が高く評価されると高くなった。しかしながら、いずれの気分下位尺度においても決定

Table 2: Results of the multiple regression analysis for mood states shifts.

	T-A	A-H	V
	β	β	β
Collaborative performance	-0.475*	-0.178	0.585*
Individual performance	0.268	0.753*	0.029
Task	-0.724***	-0.328	0.136
Self	0.698 ⁺	-0.419	-0.417
Partner	0.054	-0.263	-0.254
Interpersonal aspects	0.018	0.344	0.138
Verbal communication	0.028	0.275 ⁺	0.055
Collaboration	-0.049	0.159	-0.002
R ²	0.128 ⁺	0.130 ⁺	0.150*

係数の値はかなり小さく、これだけの変数では気分の変化を説明するのに不十分であると言える。

考察

合奏活動による気分変化

本研究の第一の目的であった音楽演奏による演奏者自身の気分変化については、日本語版 POMS を用いた測定によって合奏活動が演奏者の気分を有意に向上させることが確かめられた。また、下位尺度ごとに実験回数を要因とする分散分析をおこなったところ、実験回数の効果は有意ではなく、特に一貫した変化の傾向も見出されなかった。したがって、回数を重ねて実験状況に馴染むといった必要なしに、合奏活動を行うことが初回から演奏者の気分の向上をもたらしていたと考えられる。

満足度と楽しさに関わる要因

満足度と楽しさはともに合奏活動に対する肯定的な評価であるが、合奏活動の様々な側面に対する評価との関係を見ると、かなり異なった内容をもっていることが分かる。満足度は演奏の質に結びつき、全体および自分の演奏の質が高かったり、質の高さにつながる練習ができたときに高い満足度が得られていた。それに対して、楽しさは、自分自身を高く評価でき、合奏相手と一体感のある活動ができたときに高くなっていた。その一方で、相手に対する評価が高くなると却って楽しさは低くなるという結果も得られた。「自分自身についての評価」と「相手についての評価」の間の

相関は $r = -0.06$ とほとんどないので、両評価は相反的な関係ではなく、それぞれ独立に楽しさの評価に関わっていたと考えられる。

この結果から、合奏活動全体に対する評価には、演奏の質に対する評価の側面と、自分や相手、そして両者の関係に対する評価の側面が、それぞれ別個に関わっていることが示唆される。合奏活動全体が評価される時、それぞれの側面がどの程度の重みづけで関わってくるのかには、演奏者、演奏者間の関係、演奏状況などが複雑に関係していることが予想される。この点について今後検討していくことは、合奏による気分変化のメカニズムを明らかにする上で重要であると同時に、合奏を重要な柱としている音楽教育の実践に対しても寄与するものであろう。

気分変化に関わる要因

合奏活動による気分変化を、合奏活動の諸側面に対する評価や合奏活動中の活動種別に関係づけるために重回帰分析をおこなったが、得られた結果は6つの下位尺度中1つが有意、2つが有意傾向で、決定係数の値も小さいという限定的なものであった。その中で、合奏活動全体の質に対する評価の高さは、緊張－不安を低め、活気を高めるという肯定的な影響を気分に対して及ぼしていた。また、課題に対する評価が高いことも、緊張－不安を低めるのに寄与していた。一方、自分自身に対する評価が高いと緊張－不安が高まるという傾向が得られた。これは、緊張感の高い活動を行うことで自分自身を高く評価できるようになったという逆の因果関係によるものかもしれない。

また、自分自身の活動の質を高く評価したり、相手との会話を長くおこなうことで怒り－敵意が高まるという結果が得られた。今回の合奏活動では、自分の活動の質を高く評価することが相手の活動に対する否定的な評価をもたらし、それが怒り－敵意を高めることにつながったのかもしれない。ただし、「自分の活動の質についての評価」と「相手についての評価」の相関係数は $r = -0.14$ であり、負の相関はそれほど高いものではない。会話に関しても、否定的な影響をもたらしたことから、相手に対する評価の評定値自体は Figure 4 にみられるように肯定的な値であるにもかかわらず、今回の合奏活動では相手とあまりよい関係を構築するにはいたらなかったのかもしれない。あるいは、会話をすることが却って非言語的コミュニケーションとしての合奏活動のよさを壊す方向に働いてしまったという可能性もある。

まとめ

本研究では、合奏活動をおこなうことで演奏者の気分が向上することが示された。しかし、この結果は限られた実験参加者と楽曲のもとで得られたものであり、一般化していくためには今後もデータを蓄積していく必要がある。また、合奏活動全体の質に対する高い評価や課題を高く評価することが緊張－不安を低める一方、自分自身の活動の質に対する高い評価が怒り－敵意を高めるといった関係が示されたが、こうした気分変化に関わる要因についてはまだまだ限定的な示唆が得られるにとどまっている。はじめに述べたように、合奏活動は音響生成、聴取、運動、表現、共同といった様々な活動からなる多面的な活動であり、本研究で取り扱うことのできた要因はその中の限られた部分に過ぎない。会話の長さが怒り－敵意の増加に結びついたり、相手への高い評価が楽しさの低さに結びついたりといった結果は、共同活動としての側面が、本研究の場合、必ずしも肯定的な効果を及ぼしていないことを示唆している。今後、合奏活動の様々な側面が合奏活動への評価や気分変化に対してどのように関わっているのか、またそれら諸側面がどのように相互に関係しているのかなどについて検討を重ねていく必要がある。

また、演奏者の動機づけ、性格、音楽演奏に対する態度などといった演奏者内要因も合奏活動による気分変化に関係すると考えられる。これらについても、今後検討していく必要がある。

以上、様々な課題をあげてきたが、音楽を演奏することによる気分変化についての研究は、音楽と感情との関係を考える上で、重要な知見を与えてくれるはずである。また、合唱を含む合奏が重要な活動に位置づけられている学校での音楽教育や、セラピストとクライアントによる即興的合奏が大きな柱となっている音楽療法といった実践活動にとっても、合奏活動が演奏者の気分を向上させるという本研究の結果は寄与するものであろう。

引用文献

Bartlett, D. L. (1996). Psychological responses to music and sound stimuli. In D. A. Hodges (Ed.), *Handbook of Music Psychology* (2nd ed., pp. 343–385). San Antonio, TX: IMR.

Davis, W. B. & Thaut, M. H. (1989). The influence of preferred relaxing music on measures of state anxiety, relaxation, and physiological

responses. *Journal of music therapy*, 26(4), 168–187.

Fried, R. & Berkowitz, L. (1979). Music hath charms... And can influence helpfulness. *Journal of Applied Social Psychology*, 9(3), 199–208.

Jacob, C. (2006). Styles of background music and consumption in a bar: An empirical evaluation. *Hospitality Management*, 25, 716–720.

Juslin, P. N. & Laukka, P. (2004). Expression, perception, and induction of musical emotions: A review and a questionnaire study of everyday listening. *Journal of New Music Research* 33(3), 217–238.

Juslin, P. N., Liljeström, S., Laukka, P., Västfjäll, D., & Lundqvist, L-O. (2011). Emotional reactions to music in a nationally representative sample of Swedish adults: Prevalence and causal influences. *Musicae Scientiae*, 15, 174–207.

Juslin, P. N., Liljeström, S., Västfjäll, D., & Lundqvist, L-O. (2010). How does music evoke emotions? In P.N.Juslin & J.A.Sloboda (Eds), *Handbook of Music and Emotion* (pp. 605–642). New York: Oxford University Press.

Juslin, P. N. & Västfjäll, D. (2008). Emotional responses to music: The need to consider underlying mechanisms. *Behavioral and Brain Sciences*, 31, 559–575.

Krumhansl, C.L. (1997). An exploratory study of musical emotions and psychophysiology. *Canadian Journal of Experimental Psychology*, 51, 336–352.

Pignatiello, M., Camp, C. J., & Rasar, L. A. (1986). Musical mood induction: An alternative to the Velten technique, *Journal of Abnormal Psychology*, 95(3), 295–297.

Schubert, E. (2007). The influence of emotion, locus of emotion and familiarity upon preference in music. *Psychology of Music*, 35(3), 499–515.

Sloboda, J. A. Empirical studies of emotional response to music (1992). In M. R. Jones & S. Holleran (Eds.), *Cognitive bases of musical communication* (pp. 33–46). Washington, DC: American Psychological Association.

Sloboda, J. A. & O'Neill, S. A. (2001). Emotions in

everyday listening to music. In P. N. Juslin & J. A. Sloboda (Eds.), *Music and Emotion: Theory and Research* (pp. 415–430). New York: Oxford University Press.

Steptoe, A. (2001). Negative emotions in music making: the problem of performance anxiety. In P. N. Juslin & J. A. Sloboda (Eds.), *Music and emotion* (pp. 291–308). New York: Oxford University Press.

鈴木俊太郎・邑本俊亮 (2009a). 協同促進行動および客観評価が協同問題解決を行なう成員の満足感に及ぼす影響について. *認知科学*, 16, 39–50.

鈴木俊太郎・邑本俊亮 (2009b). 協同問題解決を行う成員の満足感を構成する要因の検討. *心理学研究*, 80, 105–113.

横山和仁・荒記俊一 (1994). *日本語版 POMS 手引*. 金子書房.

総務省統計局・政策統括官 (統計基準担当)・統計研修所サイト
www.stat.go.jp/data/nenkan/zuhyou/y2326000.xls
 (2011 年 9 月 20 日)

別表

連弾活動の諸側面に対する評価についての評定尺度 (以下の 32 個の質問に対して、「1. まったくあてはまらない」から「7. とてもよくあてはまる」までの 7 段階リッカート尺度で回答を求めた)

全体の連弾活動の質に対する評価

- ・最後の連弾では、ペアとしてよい演奏をすることができた。
- ・ペアとしてよい練習ができた。
- ・練習の中で、ペアとしてやれるだけのことはやった。
- ・最後の連弾では、ペアとして最善を尽くすことができた。

自分自身の連弾活動の質に対する評価

- ・最後の連弾で、自分としてはよい演奏をすることができた。
- ・最後の連弾で、自分としては最善を尽くすことができた。

- ・ペアとしての活動を自分が引っ張っていった。
- ・練習の中で、自分としてやれるだけのことはやった。
- ・自分としてはよい練習ができた。

課題に対する評価

- ・思っていたよりも楽しかった。
- ・思っていたよりも簡単だった。
- ・次にもう一回同じ事を行えば、さらによい結果を残せるだろう。

自分自身に対する評価

- ・この活動を通じて自分が進歩することができた。
- ・思っていたよりも積極的に活動に取り組めた。
- ・思っていたよりもうまく演奏することができた。
- ・思っていたよりも自分にリーダーシップがあることに気づいた。
- ・活動中、自分のことだけで精一杯だった。(逆転項目)
- ・思っていたよりも自分は連弾に向いていた。
- ・思っていたよりも自分は相手とうまくやることができた。

相手に対する評価

- ・思っていたよりも相手にリーダーシップがあった。
- ・思っていたよりも相手は演奏がうまかった。
- ・思っていたよりも相手は積極的に活動に取り組んでいた。
- ・思っていたよりも相手は自分に合わせてくれた。
- ・活動を通じて相手が進歩するのを感じた。
- ・相手の方が自分よりもじょうずだった。

対人的側面に対する評価

- ・相手は連弾の相手として頼りになった。
- ・息の合った連弾ができた。
- ・相手に助けられることが多かった。
- ・相手を自分の仲間として意識した。
- ・相手の言動に気に入らない点があった。(逆転項目)
- ・相手と気持ちが通じ合った。
- ・これからも相手と一緒に活動したいと思った。

Mood Shift of Performers through Collaborative Music Performance

Faculty of Psychology, Department of Development and Educational Psychology

Teruo YAMASAKI

Abstract

Introduction A large number of studies have focused on the emotional effects of music listening; however, few studies have dealt with the effects of playing music on performers' emotion/mood. This study investigates the relationship between various aspects of collaborative music activity and performers' mood shift.

Objective The first aim of this study was to determine whether playing a piano piece for two pianos induced a mood shift in the performers. The second aim was to reveal the relationship between this mood shift and various aspects of the music activity.

Methods Participants included 18 female students who had elementary or intermediate level piano skills. They participated in the experiment as pairs, and each pair rehearsed and performed a piano piece for approximately 30 minutes. Their mood states were measured twice by Profile of Mood States (POMS), once at the beginning and once at the end of the experiment. In addition, they were asked to evaluate various aspects of their engagement with the musical activity. Their rehearsal and performance were recorded by video cameras and analyzed.

Results POMS scores improved significantly through participation in the musical activity on all subscales, including Tension/Anxiety (T/A), Depression/Dejection (D/D), Anger/Hostility (A/H), Vigor/Activity (V/A), Fatigue/Inertia (F/A), and Confusion/Bewilderment (C/B). Pearson's correlations indicated significant differences between scores in particular POMS subscales and various aspects of musical activity. For example, A/H score was negatively correlated with the length of individual practice during the rehearsal, while V/A score was positively correlated with a positive evaluation of the collaborative performance.

Keywords: music, performer, mood, shift, collaboration