

# 日本語版 UWIST 気分チェックリスト (JUMACL)

著者：箱田裕司 (JUMACL 研究会代表)

本検査は、現在のあなたの気分や感情を表します。そのときの覚醒状態を測るものですので同じ人でもそのときの状況によって変化します。(※性格などの指標と違って安定的な傾向を示すものではありません。)

## 特徴：

1. ケンブリッジ大学のグループによって開発された気分チェックリストUMACLの日本語版。
2. 気分を構成する、緊張覚醒のエネルギー覚醒の測定が可能。
3. 気分変化と生理学的変化との関係についてのデータがすでにある。
4. わずか20項目の質問で測定できる。
5. すでに多くの研究分野でデータの蓄積がなされている(ショッキングな場面の目撃による気分変化、ユーモアの理解と気分の変化、映画の視聴による気分の変化など)。

調査方法： 20項目を順々に読み回答欄に答えを記入する

検査対象： 成人版

採点方法： 検査用紙内で採点

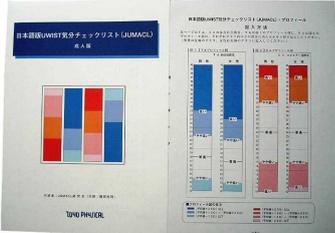
## — 用途 —

1. 気分変化を手軽に測定する道具として。
2. 心理学実験の教材として。

## — JUMACLを使用した研究例 — (左グラフ参照)

講義受講あるいはユーモアビデオ視聴による気分の変化

- ・ 講義受講はTAを増加させ、EA減少させる。
- ・ ユーモアビデオ視聴はTAを減少させ、EAを増加させる。(高下・石田・白澤・原口・箱田、1993)



■ 日本語版用紙：  
30枚入 6,600円(税別)

■ 韓国語版用紙：  
30枚入 6,600円(税別)

