

表4-1. 一過性運動固有の感情尺度

欧米で開発された尺度

尺度名	Feeling Scale (FS)	Exercise-Induced Feeling Inventory (EFI)	Subjective Exercise Experiences Scale (SEES)	Physical Activity Affect Scale (PAAS)
開発者 (開発年)	Rejeski (1985)	Gauvin & Rejeski (1993)	McAuley & Courneya (1994)	Lox, Jackson, Tuholski, Wasley, & Treasure (2000)
因子構造 (項目数)	1因子 (1項目)	4因子 (12項目)	3因子 (12項目)	4因子 (12項目)
因子 (項目数)	誘意性 (快-不快; 1項目)	高揚感 (3項目) 再活性化 (3項目) 身体的疲労 (3項目) 落ち着き感 (3項目)	積極的安寧 (4項目) 心理的ストレス (4項目) 疲労感 (4項目)	肯定的感情 (3項目) 否定的感情 (3項目) 疲労感 (3項目) 落ち着き感 (3項目)
回答	11件法	5件法	7件法	5件法

わが国で開発された尺度

尺度名	Mood Check List (MCL-3)	Mood Check List-Short Form (MCL-S.1)	日本語版主観的運動体験尺度 (SEES-J)
開発者 (開発年)	橋本・徳永 (1995)	橋本・徳永 (1996)	鍋谷・徳永・楠本 (2001)
因子構造 (項目数)	3因子 (23項目)	3因子 (12項目)	3因子 (12項目)
因子 (項目数)	快感情 (14項目) リラックス感 (5項目) 満足感 (3項目)	快感情 (5項目) リラックス感 (5項目) 不安感 (2項目)	積極的安寧 (4項目) 心理的ストレス (4項目) 疲労感 (4項目)
回答	7件法 (SD法)	7件法	7件法

