



# 筑紫女学園大学リポジット

## Psychological Experiences of Members in Pressed Flower Workshop

|       |   |
|-------|---|
| メタデータ | 言語: jpn<br>出版者:<br>公開日: 2016-11-25<br>キーワード (Ja):<br>キーワード (En):<br>作成者: 板井, 修一, ITAI, Shuichi<br>メールアドレス:<br>所属: |
| URL   | <a href="https://chikushi-u.repo.nii.ac.jp/records/537">https://chikushi-u.repo.nii.ac.jp/records/537</a>         |

# 押し花教室参加者の心理的体験

板 井 修 一

## Psychological Experiences of Members in Pressed Flower Workshop

Shuichi ITAI

### I はじめに

筆者は2004年以来、「こころのオシャレ教室 押し花で遊ぶ」（以下「押し花」教室と略す）と題した公開講座を企画し、毎年1回継続して開催してきた。ストレス社会のなかにあって、大学の地域貢献として、心の健康の維持・増進に関わる活動に取り組むことは、意味あることと考え続けてきた。

講座の対象者は年齢性別を限定するものではなかったが、中高年世代の女性が主たる参加者であった。参加者は「押し花」教室ではじめて出会う者同士であったが、3回シリーズのプログラム最終日には、表情が和らぎ会話が弾み、新しい交流が始まっていることを感じさせる場面に遭遇することが多くあった。作品完成の度に、参加者が生き活きと変わっていく姿を見るが多かった。

「押し花」教室が、単に、技術を身につけ作品の完成を目指すような趣味の講座にとどまるものではなく、参加者の心の健康づくりになにかの効果をもたらしているのではないかとの印象を持っていた。「押し花」教室のなかで、参加者が日常生活では経験することのない、特別な心理的経験をしているのではないかと考えた。

そこで、参加者がどのような心理的経験をしているのかについて意識調査を行い、結果を分析・検討することとした。このことを通して、「押し花」教室が参加者にもたらす効用や、意義をより深く理解することができるのではないかと考えた。

## II 方法

### 1. 対象

対象は、2004年から2012年6月までに筑紫女学園大学（以下、本学と記す）において開催した「押し花」教室に、受講生として参加した165名である。このうち、講座終了時に実施したアンケート調査に答えた参加者は151名であり、記入不備の不完全な回答の見られたものを除外し、144名の回答を分析に使った。

分析対象者の性別は、女性141名で男性は3名であった。平均年齢は55.2歳（SD=11.06）で、年齢階級別にみると20歳代は7名、30歳代3名、40歳代24名、50歳代55名、60歳39名、70歳以上10名、不明6名であった。参加者の居住地域は、本学の所在するD市とその近隣からの参加が大半であった。

### 2. 調査方法

#### 1) 調査内容

アンケートは、大きく分けて次の4つの質問内容で構成されたものである。①「講座で行った作業に対する感想」（7項目5件法）、②「講座に参加するなかでの心理的体験」（19項目3件法）、③「押し花講座での心理的体験は、他のどのような活動で体験するものと似ているか」（20項目5件法）、④「押し花講座参加による日常生活の変化」（6項目5件法に加えて1項目の自由記述項目）。

#### 2) 調査の実施方法

連続講座の最終日に、すべてのプログラムが終了した後、データ収集の目的およびデータの保管と守秘義務の遵守等、倫理的配慮について説明を行い、参加者にアンケートを配布しその場で記入を求め回収をした。

### 3. 「押し花」教室の概要

#### 1) 開催時期、頻度、募集方法

押し花教室は、2004年から2012年にかけて、毎年6月に毎週1回3週連続開催の体験型公開講座として実施した。大学のホームページや周辺自治体の広報誌等を通じて参加者を募った。募集定員は20名とし、年齢性別の制限は設けていない。

#### 2) 各回のプログラム内容とねらい

第1回目：押し花の取扱いに慣れることをねらいとして、あらかじめ主催者側が用意した押し花の材料を使い、キーホルダーやしおりなどの簡単な作品の作成を行う。20～30分もあれば完成させることのできる制作課題である。終了時に、次回のプログラムで行う「花を押し」作業の準備として、自宅の庭や散歩の途中で見かける草花を採取してくることを宿題としてお願いした。

第2回目は、自分で採取した草花を材料に、あらかじめ準備しておいた押し板や乾燥シートと

いった道具を使い「花を押す」作業を中心にプログラムを進める。

第3回目は、各自自分が押した花を材料として、B5～A4サイズの額縁に入れる、やや難易度の高い押し花作品を完成させることをねらいとした作業課題を行った。

### Ⅲ 結果

#### 1. 「押し花」教室参加者の活動内容に対する評価（表1）

参加者には、①「まったく楽しくない」②「楽しくない」③「どちらでもない」④「楽しい」⑤「非常に楽しい」の5段階評価で回答を求めたが、結果分析にあたっては、①と②の回答を合算し「楽しくない」否定的回答とし、④と⑤の回答を合算して「楽しい」肯定的回答として整理した。

表1 「押し花」教室での活動の楽しさ

|                           | 楽しくない<br>N(%) | どちらでもない<br>N(%) | 楽しい<br>N(%) | $\chi^2$ (2) |
|---------------------------|---------------|-----------------|-------------|--------------|
| キーホルダー                    | 1(0.7)        | 23(16.0)        | 118(87.0)   | 163.56*      |
| しおり                       | 2(1.4)        | 11(7.6)         | 128(88.9)   | 210.26*      |
| シール                       | 1(0.7)        | 10(6.9)         | 116(80.6)   | 193.40*      |
| 「花を押す」ために草花を探し用意する作業      | 1(0.7)        | 13(9.0)         | 127(88.2)   | 205.79*      |
| 自分の持ってきた草花で「花を押す」作業       | 0(0.0)        | 16(11.1)        | 125(86.8)   | 196.89*      |
| 自分の作った「押し花」で「飾り額」の作品を作る作業 | 0(0.0)        | 4(2.8)          | 140(97.2)   | 264.67*      |
| 他の参加者とおしゃべり               | 3(2.1)        | 8(5.6)          | 132(91.7)   | 223.91*      |

\*……… $p < .001$

第1回目のプログラム内容としてとりあげた「キーホルダー」「しおり」「シール」作りに対し、「楽しい」と肯定的に評価した参加者は、それぞれ87.0% (119名)、88.9% (128名)、80.6% (116名)であった。肯定的評価傾向は、どのプログラムについてもカイ二乗検定によって0.1%水準で有意であることが確認された。

第2回目のプログラム内容である自分で採取してきた「花を押す」作業については、63.2% (91名)のものが「非常に楽しい」と回答していた。また、草花を採取する作業については、49.3% (71名)のものが「非常に楽しい」と回答していた。いずれも、カイ二乗検定によって0.1%水準で有意であることが確認されている。

第3回目の自分の作った「押し花」で「飾り額」の作品を作る作業については、97.2% (140名)のものが「楽しい」と肯定的回答をしていた。また、押し花教室の期間中、「他の参加者とお喋り」が「楽しかった」と評価するものは91.7% (132名)と多かった。

#### 2. 「押し花」教室参加者の心理的体験内容（表2）

「押し花」教室に参加するなかで、どのような心理的体験をしているのかについて聞いた19項目の質問に対する回答の平均値、標準偏差を算出した。天井効果およびフロア効果の見られる項

目は存在せず、19項目を分析の対象とした。

表2 「押し花」教室における心理的体験内容（因子分析パターン行列）

|   | 因子             |               |                      |                |             |
|---|----------------|---------------|----------------------|----------------|-------------|
|   | 第1因子<br>没頭・充実感 | 第2因子<br>自己主体感 | 第3因子<br>時間感覚の<br>喪失感 | 第4因子<br>制作イメージ | 第5因子<br>上達感 |
| <b>第1因子（没頭・充実感）（<math>\alpha = .662</math>）</b>   |                |               |                      |                |             |
| 作品づくりに夢中になっていた                                    | .892           | -.069         | -.110                | .036           | .034        |
| 作品作りに集中できていた                                      | .706           | -.138         | .238                 | .135           | -.021       |
| 制作中、気が散ることがなかった                                   | .501           | .046          | -.003                | .034           | -.082       |
| 制作中、ところにエネルギーが満ちあふれていた                            | .486           | .060          | -.046                | -.104          | .157        |
| 制作中、周囲の物音に気が散ることはなかった                             | .458           | .174          | -.093                | -.060          | -.170       |
| <b>第2因子（自己主体感）（<math>\alpha = .720</math>）</b>    |                |               |                      |                |             |
| 思い通りの作品に仕上がっていく気がしていた                             | -.021          | .933          | .082                 | .059           | .005        |
| 気に入った作品ができそうな気持ちになっていた                            | -.077          | .656          | -.077                | .131           | -.032       |
| 自分なりに作品が作れる自信を感じている                               | .243           | .499          | .007                 | -.228          | .152        |
| 思った（考えた）とおりの作品が作れた                                | .062           | .463          | .035                 | .089           | -.086       |
| <b>第3因子（時間感覚の喪失感）（<math>\alpha = .799</math>）</b> |                |               |                      |                |             |
| あっという間に時間が過ぎた                                     | -.034          | -.033         | .868                 | .075           | -.051       |
| 作品を作っているとき、時のたつのを忘れていた                            | -.019          | .082          | .834                 | -.115          | .050        |
| <b>第4因子（制作イメージ）（<math>\alpha = .789</math>）</b>   |                |               |                      |                |             |
| どんな作品を作るか決めていた                                    | .026           | .097          | -.032                | .827           | -.028       |
| はっきりとした作品のイメージを持って作成した                            | .012           | .069          | .001                 | .724           | .124        |
| <b>第5因子（上達感）（<math>\alpha = .695</math>）</b>      |                |               |                      |                |             |
| 回を重ねるほどに、もっと良い作品が作れそうな気がしていた                      | -.076          | -.024         | .044                 | -.011          | .790        |
| 回を重ねるほどに、作品作りがうまくなっていると感じられていた                    | -.019          | -.037         | -.053                | .120           | .716        |
| 因子間相関   |                |               |                      |                |             |
| 第2因子（自己主体感）                                       | .117           |               |                      |                |             |
| 第3因子（時間感覚の喪失感）                                    | .138           | -.004         |                      |                |             |
| 第4因子（制作イメージ）                                      | .084           | .131          | -.059                |                |             |
| 第5因子（上達感）   | .288           | .357          | -.009                | .103           |             |

因子抽出法：主因子法 回転法：Kaiser の正規化を伴うプロマックス法

この19項目に対して、主因子法による因子分析を行った。固有値は上から3.164、2.221、1.773、1.535、1.378と変化していた。このことから、5因子構造が妥当であると考えられたため、因子数を5因子に設定して主因子法、Promax 回転により、因子分析を引き続き行った。十分な因子負荷量を示さなかった4項目を分析から除外し、再度、主因子法・Promax 回転による因子分析を行った。その結果得られた Promax 回転後の最終的な因子パターンと因子間相関を表2に示した。なお、回転前の5因子で15項目の全分散を説明する割合は50.0%であった。

第1因子は5項目で構成されており、「作品づくりに夢中になっていた」「作品作りに集中できていた」「気が散ることがなかった」など、作業への熱中・没頭を表す項目が高い負荷量を示していた。また、この因子を構成する項目として、「制作中、ところにエネルギーが満ちあふれていた」という項目も含まれており、作業課題への没入に伴う至高感を表す内容が読み取れた。こうしたことから、この第1因子を「没頭・充実感」因子と命名をした。

第2因子は、4項目で構成されており、「思い通りの作品に仕上がっていく気がしていた」「気に入った作品ができそうな気持ちになっていた」「自分なりに作品が作れる自信を感じていた」といった、作品を完成させることへの自信に関する項目が高い因子負荷量を示していた。自分が行為の主体として動いている自信を表現しているため、第2因子を「自己主体感」因子と命名した。

第3因子は、「あっという間に時間が過ぎた」「作品を作っているとき、時のたつのを忘れていた」の2項目で構成されていた。「時間感覚喪失」因子と名付けた。

第4因子は、「どんな作品を作るか決めていた」という項目と、「ハッキリした作品のイメージを持って作成した」の項目で構成されており、作品の完成した時の姿が明確にされており、ハッキリとした目標が設定されていたことを表す内容であった。「制作イメージ」因子と命名した。

最後の第5因子は、「回を重ねるほど、もっと良い作品が作れそうな気がしていた」「回を重ねるほどに、作品作りがうまくなっていると感じられた」と、技量の上達を実感する内容の項目で構成されており、「上達感」因子と命名した。

### 3. 心理的体験内容に対する参加者の評価 (表3)

表3 「押し花」教室参加者の心理的体験

|                                | はい<br>N(%) | いいえ<br>N(%) | どちらでもない<br>N(%) |
|--------------------------------|------------|-------------|-----------------|
| <b>第1因子 (没頭・充実感)</b>           |            |             |                 |
| 作品づくりに夢中になっていた                 | 139(96.5)  | 2(1.4)      | 3(2.1)          |
| 作品作りに集中できていた                   | 137(95.1)  | 1(0.7)      | 6(4.2)          |
| 制作中、気が散ることがなかった                | 135(93.8)  | 6(4.2)      | 3(2.1)          |
| 制作中、こころにエネルギーが満ちあふれていた         | 115(79.9)  | 6(4.2)      | 23(16.0)        |
| 制作中、周囲の物音に気が散ることはなかった          | 131(91.0)  | 11(7.6)     | 2(1.4)          |
| <b>第2因子 (自己主体感)</b>            |            |             |                 |
| 思い通りの作品に仕上がっていく気がしていた          | 75(52.1)   | 32(22.2)    | 37(25.7)        |
| 気に入った作品ができそうな気持ちになっていた         | 89(61.8)   | 22(15.3)    | 33(22.9)        |
| 自分なりに作品が作れる自信を感じている            | 114(79.2)  | 7(4.9)      | 23(16.0)        |
| 思った(考えた)とおりの作品が作れた             | 49(34.0)   | 52(36.1)    | 43(29.9)        |
| <b>第3因子 (時間感覚の喪失感)</b>         |            |             |                 |
| あっという間に時間が過ぎた                  | 143(99.3)  | 0(0.0)      | 1(0.7)          |
| 作品を作っているとき、時のたつのを忘れていた         | 142(98.6)  | 0(0.0)      | 2(1.4)          |
| <b>第4因子 (制作イメージ)</b>           |            |             |                 |
| どんな作品を作るか決めていた                 | 38(26.4)   | 87(60.4)    | 19(13.2)        |
| はっきりとした作品のイメージを持って作成した         | 50(34.7)   | 73(50.7)    | 21(14.6)        |
| <b>第5因子 (上達感)</b>              |            |             |                 |
| 回を重ねるほどに、もっと良い作品が作れそうな気がしていた   | 103(71.5)  | 14(9.7)     | 27(18.8)        |
| 回を重ねるほどに、作品作りがうまくなっていると感じられていた | 89(61.8)   | 24(16.7)    | 31(21.5)        |

「没頭・充実」を構成する5項目のうち次の4項目については、90%を超えるものが、その体験を肯定し「はい」と回答していた。「作品作りに夢中になっていた」(96.5%)、「作品作りに集中していた」(95.1%)、「制作中、気が散ることがなかった」(93.8%)、「制作中、周囲の物音に気が散ることはなかった」(91.0%)。唯一、「制作中、こころにエネルギーが満ちあふれていた」

(79.9%)の項目が、80%を下回っていた。しかし、すべての項目について、「没頭・充実」の体験を肯定する傾向は、統計的に有意なものであることが確認されている。

第2因子の「自己主体感」に含まれる4項目のうち、次の3項目については、「はい」と肯定する回答が有意に多かった。「自分なりに作品が作れる自信を感じている」(79.2%)、「気に入った作品が出来そうな気持ちになっていた」(61.8%)、「思い通りの『押し花』作品に仕上がっていく気がした」(52.1%)。

しかし、「思ったとおり(考えた)とおりの作品が作れた」の項目については、「はい」(34.0%)と「いいえ」(36.1%)の割合が拮抗し、有意な傾向は認められなかった。

第3因子の「時間感覚喪失」に含まれる2項目は、「あっという間に時間が過ぎた」(99.3%)、「作品を作っているとき、時のたつのを忘れていた」(98.6%)と、いずれもほぼすべての回答者が「はい」と肯定する回答をしていた。

第4因子の「制作イメージ」に関する2項目は、いずれも「いいえ」と回答するものが50%を超えていた。「どんな作品を作るか決めていた」(60.4%)、「はっきりとした作品のイメージを持って作成した」(50.7%)と、「制作イメージ」を持って作品作りにあたっていたとするものの割合は少なかった。

「上達感」を表す第5因子の2項目は、いずれも「はい」と回答するものの割合が60%を超え、「上達感」を感じるものの多いことを示す結果が得られた ( $p < .001$ )。

#### 4. 「押し花」教室の特質 (表4)

「押し花教室」の特質を明らかにするために、他の20種類の遊びや楽しみごととの類似度を尋ねる質問項目を設定し回答を求めた。この20種類の遊びや楽しみごとが、どのような性質を持つ活動であるかを類型化するために、得られた回答をもとに、因子分析を実施した。

20項目に対する回答結果をもとに、主因子法による因子分析を行った。固有値は、上から6.099、2.837、1.598、1.247、1.178と変化しており、5因子構造が妥当であると考えられた。そこで、因子数を5因子と仮定して、主因子法、Promax回転による因子分析を行った。その結果得られた因子パターンと因子間相関を、表4に示した。なお、回転前の5因子で20項目の全分散を説明する割合は55.51%となっていた。

第1因子は、次の6項目で構成されていた。「宝石を探してサメのいる海に潜る」「競馬や競艇などの賭け事に大金をかける」「車を猛スピードで飛ばす」「順位を競うスポーツをする」「思い切って遠くの沖の方まで泳ぐ」「飛行機からダイビングする」。こうした項目には、危険を冒しスリルや興奮を味わうこと、あるいは、人と競争して優越感を得ることを目的とした行為が含まれていることから、「冒険と競争」因子と名付けた。

第2因子は、次の5項目で構成されていた。「素晴らしい映画を観る」「親友と一緒に過ごす」「恋人と過ごす」「面白い小説や漫画を読む」「一人で好きな音楽を聴く」。これらの項目には、人との心地よい交流と好きなことをして時間を過ごす行動が含まれ、くつろいだ気持ちを体験す

表4 「押し花」教室の特質（因子分析パターン行列）

|  | 因子            |                       |               |              |              |
|--|---------------|-----------------------|---------------|--------------|--------------|
|  | 第1因子<br>冒険と競争 | 第2因子<br>対人交流と<br>くつろぎ | 第3因子<br>挑戦的創造 | 第4因子<br>自己顕示 | 第5因子<br>問題解決 |
| <b>第1因子（冒険と競争）（<math>\alpha = .873</math>）</b>     |               |                       |               |              |              |
| 宝石を探してサメのいる海に潜る                                    | .863          | .254                  | .230          | .430         | .277         |
| 競馬や競艇などの賭け事に大金をかける                                 | .806          | .160                  | .120          | .286         | .231         |
| 車を猛スピードで飛ばす  | .798          | .103                  | .082          | .269         | .191         |
| 順位を競うスポーツをする                                       | .732          | .103                  | .249          | .391         | .343         |
| 思い切って遠くの沖の方まで泳ぐ                                    | .731          | .342                  | .361          | .380         | .275         |
| 飛行機からスカイダイビングする                                    | .582          | .310                  | .396          | .376         | .278         |
| <b>第2因子（対人交流とくつろぎ）（<math>\alpha = .737</math>）</b> |               |                       |               |              |              |
| 素晴らしい映画を観る   | .268          | .854                  | .410          | .389         | .368         |
| 親友と一緒に過ごす  | .136          | .792                  | .370          | .417         | .305         |
| 恋人と過ごす   | .237          | .710                  | .313          | .397         | .327         |
| 面白い小説や漫画を読む  | .252          | .683                  | .474          | .270         | .333         |
| 一人で好きな音楽を聴く  | .078          | .464                  | .202          | .006         | .202         |
| <b>第3因子（挑戦的創造）（<math>\alpha = .692</math>）</b>     |               |                       |               |              |              |
| 地図を見ながら初めての山に登る                                    | .417          | .315                  | .719          | .421         | .403         |
| ケーキやクッキーを作る  | .057          | .429                  | .646          | .197         | .423         |
| レシピをみながら作ったことのない料理に挑戦                              | .159          | .345                  | .633          | .286         | .322         |
| 工夫して新しいものを設計したり発見したりする                             | .070          | .107                  | .432          | .116         | .095         |
| 庭いじり・ガーデニングをする                                     | .072          | .251                  | .414          | .212         | .124         |
| <b>第4因子（自己顕示）（<math>\alpha = .831</math>）</b>      |               |                       |               |              |              |
| 大勢の人の前で歌ったり踊ったりする                                  | .392          | .400                  | .387          | .970         | .323         |
| テレビの番組に出演する  | .476          | .329                  | .420          | .760         | .431         |
| <b>第5因子（問題解決）（<math>\alpha = .697</math>）</b>      |               |                       |               |              |              |
| トランプやオセロ、将棋や碁などのゲームをする                             | .298          | .326                  | .285          | .314         | .813         |
| パズルやクイズを解く   | .210          | .329                  | .390          | .267         | .681         |
| 因子間相関  |               |                       |               |              |              |
| 第2因子（対人交流とくつろぎ）                                    | .251          |                       |               |              |              |
| 第3因子（挑戦的創造）  | .292          | .496                  |               |              |              |
| 第4因子（自己顕示）   | .456          | .416                  | .425          |              |              |
| 第5因子（問題解決）   | .341          | .419                  | .481          | .384         |              |

因子抽出法：主因子法 回転法：Kaiserの正規化を伴うプロマックス法

る行為が特徴であることから、第2因子は「対人交流とくつろぎ」因子と名付けた。

第3因子は、「地図を見ながら初めての山に登る」「ケーキやクッキーを作る」「レシピをみながら作ったことのない料理に挑戦」「工夫して新しいものを設計したり発見したりする」「庭いじり・ガーデニングをする」の5項目が含まれていた。地図やレシピを手がかりに、新しいことやものに挑戦しようとするのが、内容として含まれていた。そこで、この因子を「挑戦的創造」因子と命名した。

第4因子は、「大勢の人の前で歌ったり踊ったりする」という項目と、「テレビ番組に出演する」の2項目で構成される因子である。いずれも、人前に出て自分を曝し注目を浴びる行為に関係した項目であり、「自己顕示」因子と命名した。



最後の第5因子は、「トランプやオセロ、将棋や碁などのゲームをする」「パズルやクイズを解く」の2項目から成り、難しい問題や謎を解き明かすものであることから、「問題解決」因子と命名した。

## 5. 「押し花」教室と他の活動との類似度（表5）

「押し花」教室が、質問項目としてあげた他の20種の活動と、「似ている」か「似ていない」かについて尋ねた。回答は、①（まったく似ていない）から、⑤（非常に似ている）までの5段階の中から、一番あてはまるものを回答させた。①あるいは②に回答したものを「似ていない」に合算し、④または⑤に回答したものは「似ている」に合算し、その結果を表5に整理して示した。

表5 「押し花」教室と他の活動の類似性

|                         | 1<br>まったく似ていない<br>N(%) | 2<br>←<br>N(%) | 3<br>·<br>N(%) | 4<br>→<br>N(%) | 5<br>非常に似ている<br>N(%) |
|-------------------------|------------------------|----------------|----------------|----------------|----------------------|
| <b>冒険と競争</b>            |                        |                |                |                |                      |
| 宝石を探してサメのいる海に潜る         | 91(63.2)               | 25(17.4)       | 19(13.2)       | 8(5.6)         | 1(0.7)               |
| 競馬や競艇などの賭け事に大金をかける      | 112(77.8)              | 20(13.9)       | 9(6.3)         | 2(1.4)         | 1(0.7)               |
| 車を猛スピードで飛ばす             | 96(66.7)               | 26(18.1)       | 15(10.4)       | 6(4.2)         | 1(0.7)               |
| 順位を競うスポーツをする            | 99(68.8)               | 23(16.0)       | 20(13.9)       | 2(1.4)         | 0(0.0)               |
| 思い切って遠くの沖の方まで泳ぐ         | 86(59.7)               | 26(18.1)       | 21(14.6)       | 8(5.6)         | 3(2.1)               |
| 飛行機からスカイダイビングする         | 82(56.9)               | 22(15.3)       | 26(18.1)       | 7(4.9)         | 7(4.9)               |
| <b>対人交流とくつろぎ</b>        |                        |                |                |                |                      |
| 素晴らしい映画を観る              | 15(10.4)               | 24(16.7)       | 48(33.3)       | 36(25.0)       | 21(14.6)             |
| 親友と一緒に過ごす               | 11(7.6)                | 22(15.3)       | 49(34.0)       | 39(27.1)       | 22(15.3)             |
| 恋人と過ごす                  | 30(20.8)               | 19(13.2)       | 59(41.0)       | 27(18.8)       | 9(6.3)               |
| 面白い小説や漫画を読む             | 13(9.0)                | 19(13.2)       | 45(31.3)       | 43(29.9)       | 24(16.7)             |
| 一人で好きな音楽を聴く             | 17(11.8)               | 20(13.9)       | 43(29.9)       | 38(26.4)       | 26(18.1)             |
| <b>挑戦的創造</b>            |                        |                |                |                |                      |
| 地図を見ながら初めての山に登る         | 20(13.9)               | 16(11.1)       | 42(29.2)       | 37(25.7)       | 29(20.1)             |
| ケーキやクッキーを作る             | 6(4.2)                 | 13(9.0)        | 25(17.4)       | 63(43.8)       | 37(25.7)             |
| レシピをみながら作ったことのない料理に挑戦する | 4(2.8)                 | 21(14.6)       | 40(27.8)       | 39(27.1)       | 40(27.8)             |
| 工夫して新しいものを設計したり発見したりする  | 1(0.7)                 | 5(3.5)         | 24(16.7)       | 56(38.9)       | 58(40.3)             |
| 庭いじり・ガーデニングをする          | 9(6.3)                 | 4(2.8)         | 21(14.6)       | 46(31.9)       | 64(44.4)             |
| <b>自己顕示</b>             |                        |                |                |                |                      |
| 大勢の人の前で歌ったり踊ったりする       | 52(36.1)               | 35(24.3)       | 34(23.6)       | 15(10.4)       | 8(5.6)               |
| テレビの番組に出演する             | 56(38.9)               | 39(27.1)       | 39(27.1)       | 8(5.6)         | 2(1.4)               |
| <b>問題解決</b>             |                        |                |                |                |                      |
| トランプやオセロ、将棋や碁などのゲームをする  | 40(27.8)               | 33(22.9)       | 34(23.6)       | 27(18.8)       | 10(6.9)              |
| パズルやクイズを解く              | 18(12.5)               | 35(24.32)      | 38(26.4)       | 34(23.6)       | 19(13.2)             |

「冒険と競争」因子に含まれる6項目のすべてにおいて、「似ていない」と回答する者の割合が、70%から90%台までに入り、「似ている」とするものはいずれの項目も10%を超えるものはなかった。カイ二乗検定をおこなったところ、どの項目においても、有意 ( $p < .001$ ) に「似ていない」方が「似ている」とするものの割合より高いことを示していた。

「対人交流とくつろぎ」因子に含まれる5項目についてみると、「恋人と過ごす」の項目以外は、

どの項目も「似ている」とする回答が、「似ていない」とする回答よりも多かった。「恋人と過ごす」の項目については、「どちらでもない」(41.0%)がもっとも多く「似ている」(25.1%)がもっとも少なかった。カイ二乗検定により、割合の偏りが有意なものであるかを確認したところ、いずれの項目も0.1%水準で有意な傾向であることが確認された。

第3因子の「挑戦的創造」については、これに含まれる5項目のどれについても、「似ている」とするものの割合が高かった。とりわけ、「工夫して新しいものを設計したり発見したりする」の項目では79.2%のものが「似ている」にと回答し、「庭いじり・ガーデニングをする」の項目の76.3%を超える割合を示していた。また、「クッキーやケーキを作る」の項目も、69.5%のものが「似ている」と回答していた。

一方、第4因子の「自己顕示」に含まれる2項目では、いずれの項目も「似ている」と回答するものの割合は低かった。その代わりに、「大勢の人の中で踊ったり歌ったりする」では60.4%のものが、「テレビの番組に出演する」では66.0%のものが「似ていない」と回答していた。カイ二乗検定により、有意 ( $p<.001$ ) に「似ていない」とする傾向が高いことが確かめられた。

第5因子の「問題解決」に含まれる2項目のうち、「トランプやオセロ、将棋や碁などのゲームをする」では「似ていない」(50.7%)とする者の割合が有意にたかかった ( $p<.001$ )。「パズルやクイズを解く」の項目では、「似ている」とするものと「似ていない」とするものの割合が、ともに36.8%と拮抗していた。

## 6. 「押し花」教室参加に伴う日常生活の変化 (表6)

3回の「押し花」教室に継続して参加することで、参加者の日常生活がどのように変化したかについて、質問項目を設け回答を求めた。その結果、「庭の草花や道端の草花を目にすると、これは「押し花」に使えるかとか考えるようになった」とする質問に対しては、「あてはまる」とするものは95.8% (137名)であり、「あてはまらない」には回答するものはいなかった。有意に ( $p<.001$ )、草花に対する関心が高まっていることが明らかになった。

「いつも押し花のことが頭にある」の項目については、「あてはまる」とするものは60.8% (87名)と多かった。逆に、「あてはまらない」とするものは、4.9% (7名)と少なかった。この傾

表6 「押し花」教室参加による日常生活の変化

|   | あてはまる<br>N(%) | どちらでもない<br>N(%) | あてはまらない<br>N(%) | $\chi^2_{(2)}$ |
|---|---------------|-----------------|-----------------|----------------|
| 庭の草花や道端の草花を目にすると、<br>これは「押し花」に使えるかとか考えるようになった | 137(95.8)     | 6(4.2)          | 0(0.0)          | 251.33*        |
| いつも「押し花」のことが頭の中にある                            | 87(60.8)      | 49(34.3)        | 7(4.9)          | 67.15*         |
| 植物や庭いじりなど、植物への関心が強くなった                        | 132(92.3)     | 9(6.3)          | 2(1.4)          | 224.17*        |
| 生活に張りがでた                                      | 109(76.2)     | 32(22.4)        | 2(1.4)          | 127.73*        |
| 気持ちに余裕がでた                                     | 112(78.3)     | 29(20.3)        | 2(1.4)          | 134.79*        |
| 外出が楽しみになった                                    | 88(61.5)      | 51(35.7)        | 4(2.8)          | 74.12*         |

\*…… $p<.001$

向はカイ二乗検定の結果0.1%水準で有意な者であることが確認できている。

「植物や庭いじりなど、植物への関心が強くなった」の項目では、「あてはまる」(92.3%) (132名)とするものが大半を占め、この傾向はカイ二乗検定によれば、0.1%水準で有意なものであった。

自由記述からは、大きくは5領域にわたる記述がみられた。その代表的な表現を以下に抜粋した。

#### 1) 植物への関心の拡大

- ・歩いていると、自然と植物に目が行くようになった
- ・外出先で、つい押し花にできる花を探していた
- ・花屋に行っても、押し花に向いた花を探しているようになった

#### 2) 植物を見る目の変化

- ・雑草の色や形に至るまで、よく見るようになり、その美しさに気づくようになった
- ・植物がかわいいと思えるようになった
- ・道に咲いているどんな小さな花でも、じっと見入ってしまいます

#### 3) 意欲の拡大

- ・いろいろなことにやる気がでてきた
- ・何事にも自信が無かったが、私なりに意欲的になった。
- ・ボランティアに活かしたい

#### 4) 生活スタイルの変化

- ・生活を楽しむ術を一つ覚えることができた
- ・前向きな考え方に変わった
- ・忙しい毎日のなかでも楽しみを見つける事の大切さに気づいた
- ・週末は仕事を忘れて off に切り替えることが、スムーズにできるようになった。

#### 5) 人間関係の変化

- ・風に揺れる草花を介護している母と一緒に眺めながら、静かな時間を過ごした日、幸せそうに眠りに就く母を見ながら、一日頑張ったよかったなあと思う。
- ・庭の手入れをしてくれる主人に感謝
- ・娘と同じ時間を過ごせて幸せを感じていた

## IV 考察

### 1. 「押し花」教室参加者の特徴

「押し花」教室の参加者は、そのほとんどが中高年世代の女性であった。参加者の年齢構成は、20歳代から70歳代までにわたっていたが、中心となる世代は40歳代から60歳代であり、50歳代の

女性がもっとも多かった。子育てが一段落したり現役生活からリタイアし、自分のために自由に使える時間を手にした人たちである。毎日の生活のなかに、生き甲斐やハリを求めて、「押し花」教室への参加を希望したものと考えられた。

「押し花」は、1980年代の終わりから1990年代の初めにかけてブームが到来し、「押し花」に関連する出版物が多数刊行された（豊増・松尾、2006）。これにともない、押し花が女性の趣味として広く普及することとなった。その当時、押し花に興味や関心を持ってはいたが、勤めや子育てなどの現実に追われ、「押し花」を趣味とすることが出来なかった人も多かったと思われる。いずれ時期が来たら始めてみたいとの気持ちを抱きながら、その機会を待っていたのではないかと推測される。「押し花」教室開催の情報を、大学や地域の広報誌、ホームページ等で目にし、大学の公開講座ということで比較的少額の参加費で体験できることもあり、気軽に参加できたのではないかと考えられる。

## 2. 「押し花」教室のプログラムに対する評価

「押し花」教室は、3週連続のプログラムとして実施した。初回は、押し花の扱いに慣れることを目的として実施した。主催者側であらかじめ準備した押し花の材料を使った制作課題で、「キーホルダー」や「しおり」といった特別な技術を必要としない簡単な制作課題に取り組んだ。2回目のプログラムは、各自が採取してきた草花を、特別な道具や器具を使って「花を押し」作業を行った。こうして押された押し花を素材に、小さな額に入れる押し花作品を作成することを3回目の作業内容とした。

作業課題の難易度は、徐々に高くなってはいるが、決して高度な技術や器用さを必要とするものではなかった。こうした取り組みやすさから、8割を超える参加者が、プログラムのすべての課題に対して「楽しかった」と肯定的評価をしていた。初心者としての技術と作業課題の難しさのバランスが、ほどよく合っていたために、緊張しすぎたり、逆に退屈してしまうことが起きず、活動を愉しむことができたものと考えられる。

## 3. フロー体験との関係

チクセントミハイ（Csikszentmihályi, M., 1996）は、人が行う活動の中で「楽しい」と感じるのは、フロー体験と呼ぶ特別な心理的体験をしているのだとする。フロー体験は、以下の9つの要素から構成されているとする。

1. 挑戦と技能のバランス、
2. 行為と認識の融合、
3. 明確な目標、
4. 明瞭なフィードバック、
5. 目前の課題への集中、
6. コントロール感、
7. 自我意識の喪失、
8. 時間感覚の変化、
9. オートテリックな体験

このうち、「挑戦と技能のバランス」は個人が知覚した挑戦目標と自分の持っている能力との釣り合い、つまり、課題の難易度と本人の力量との関係で「楽しさ」の体験の仕方が決まると述べている。自分の技量に比べて課題が容易過ぎるのもであると「退屈」と感じ、「楽しさ」を感

じることができなくなる。逆に技量に比べ課題が難しすぎると、ストレスや緊張を感じ「楽しさ」が感じられなくなるという。

「押し花」教室での課題は、参加者にとってほどよい難しさとなっていたものと考えられる。最終的に、小さな額に入れる「押し花」作品を作る課題についても、自分の力量に応じて、それぞれが額のサイズや作品イメージを決めるようにしていた。作品完成度や完成イメージを、あらかじめ決めて、参加者にそれに応えることを求めなかったことが、「楽しさ」を感じさせる一つの要因となったと考えた。

#### 4. 「押し花」教室参加者の心理的体験

「押し花」教室に参加するなかで、参加者がどのような心理的体験をしているのかを明らかにするために、想定される心理的体験をもとに質問紙を作成し、参加者の回答を求めた。回答をもとに因子分析を行うことにより、参加者の心理的体験が、どのようなものに集約することができるか検討を行った。その結果、参加者は「没頭・充実感」「自己主体感」「時間感覚の喪失感」「制作イメージ」「上達感」という5種類の異なった心理的体験を味わっていることが明らかになった。

フロー体験を構成する要素にもあったように、本研究で得られた結果からも、「押し花」教室参加者が活動のなかで「没頭」することや、時のたつのも忘れてしまうような「時間感覚の喪失感」といったことを体験していることが見出されていた。このことは、活動の中で参加者が、チクセントミハイ (Csikszentmihályi, M., 1996) のいうフロー体験を味わっていたことを示すものと考えられる。

自己主体感と分類された項目について見ると、参加者は初めての経験である「押し花」制作において、「うまく行きそう」「自分なりに出来そう」といった、自己能力の可能性を感じることでできていたようである。「思った通りの作品が作れた」という間には、必ずしもそうではなかったとするものもいたが、自分でもやれるという自信を持つ体験が出来たようである。こうした体験は、日常生活のなかでは、感じることの少ない新鮮な体験であり、押し花教室参加の魅力となったのではないかと思われる。

時のたつのも忘れて、制作に没頭し充実した時間を持つことも、日々変わらない生活の連続のなかでは体験することのできない貴重な体験となったものと考えられる。

押し花は、はじめから制作イメージ、作品の完成イメージを持って取りかかっても、押し花の色や形は不揃いで、設計図通りには作成できないものである。手元にある素材を基に、イメージを膨らませ形に仕上げていくような、柔軟な制作の姿勢が求められるものである。第4因子の「制作イメージ」の項目で、はじめからイメージを持っていたかについて否定的な回答をしているのは、納得のいくものであった。

#### 5. 「押し花」と類似した活動

人が楽しみにして取り組む様々な活動と比べて、「押し花」がどのような活動と似ているかを

分析した。これは、西本ら（1999）がコンピュータを使った音声認識ゲームの楽しさを分析する研究で使った方法を参加に、比較する活動を設定した。他の活動との類似度を明らかにすることにより、「押し花」教室での心理的体験の特徴が明らかになるものと考えた。

「押し花」は、挑戦的創造活動に分類される「工夫して新しいものを設計したり発見したりする」や「庭いじり・ガーデニングをする」といった活動と類似しており、「ケーキやクッキーを作る」活動とも類似性が高いと認められていた。また、対人交流とくつろぎをテーマとした「面白い小説を読む」とか「親友と一緒に過ごす」といった活動とも類似性を認めている。逆に、冒険と競争をテーマとした「賭け」や「車を猛スピードで飛ばしたり」「順位を競うスポーツをする」ような活動とは、類似性が低いと認識されていた。

「押し花」教室は、参加者にとっては、挑戦的創造的活動であるとともに対人交流やくつろぎをもたらす特徴を持った活動として体験されている。このことは、参加者の多くが口にする「押し花」は「癒やし」になっているという言葉に端的に表れている。勝ち負けや優劣を問題としない「押し花」教室は、参加者にとって安心して参加できる居心地の良い場となっていたと考えられる。

## 6. 「押し花」教室への参加がもたらす生活の変化

押し花教室参加者が求めているものは、単純に楽しい活動を求めているのではなく、何か打ち込める生き甲斐となる活動を求めているのではないかと考えられる。熊野（2011）は、日本人の幸せを求める意識のあり方には、快樂志向性と意味志向性、没頭志向性の3種のあることを指摘し、とりわけ没頭志向性の強いことを指摘している。「押し花」教室における参加者の体験も、作品制作に没頭することを肯定的に評価し、没頭する作業のなかで幸せを実感していたのではないかと考えられる。

「押し花」教室に参加することによって、それまでの生活と違って、すべてのことが「押し花」と関連付けられて見えてくる。今までの世界の見え方と違う世界が見えてくる。雑草や枯れ葉といった、これまでは決して目に入ることもなかったものが、価値あるもの、美しいものとして目に飛びこんで来るようになる。こうした体験は、新鮮な驚きを持って参加者自身も経験することになる。植物への関心が拡大し、植物を見る目が変わったと自覚する。それだけでなく生活全般に意欲的となり、前向きに生活を楽しむことができるよう変化している。こうした変化は、周りの人との人間関係も幸福感を持って体験されるようになっていた。

押し花コンクールに向けて作品作りを行った女子高校生の押し花体験の意義について調査した山本ら（2006）も、押し花体験後に、女子高校生の意識や行動に変化が見られたことを指摘している。周辺環境に積極的に関心を持つようになり、植物をよく見たり栽培に積極的に取り組む生徒が増えたことを示していた。本研究においても、参加者の変化が、自由記述の回答に表わされていた。

## V おわりに

ストレス社会のなかで、心の健康を維持・増進させていくためには、日常生活で上手にストレスを処理したり対処できることが重要な課題となる。日常生活の中に、何かしら楽しむことのできる遊び方を持っていると、こころの健康の維持・増進に役立つ。遊びは有効なストレス対処行動で、ガーデニングにはストレス解消に役立つ遊びの要素が含まれて(板井, 2002)。ガーデニングは日常生活の中で手軽に取り組むことのできる遊び・趣味的活動の一つであるが、押し花もまた気軽に楽しむことのできる遊び・趣味的活動として位置づけられるだろう。

押し花は中高年世代の女性にとっては、身近で馴染み易い遊び・趣味的活動であったため、「押し花」教室には毎年多くの参加者が集まり活動を楽しんだ。「押し花」教室が技術の上達を目指したものではなく、参加者のペースや力量に合わせた進め方に徹したことも有意義であったと考えられる。「押し花」教室参加を契機に、人間関係やものの見え方に変化が生じ、「押し花」教室は単なる趣味の講座に止まらなかった。「こころのオシャレ」教室と銘打ったように、参加者のこころが潤いを取り戻し、豊かにすることに貢献できたのではないかと考える。

「押し花」教室のプログラムは、ストレスを抱え、こころがすり減ったり押しつぶされそうになっている人が、健康を取り戻していくための一つの支援の方法として、さまざまな場面で活用できる可能性を秘めていると考えられた。

### 参考文献

- M. チクセントミハイ 今村浩明(訳) 1996 フロー体験 喜びの現象学 世界思想社
- 板井修一 2002 心の健康とガーデニング 松尾英輔・正山征洋(編著) 植物の不思議パワーを探る 九州大学出版会 113-152
- 熊野道子 2011 日本人における幸せへの3志向性 - 快楽・意味・没頭志向性 - 心理学研究 81 619-624
- 豊増 加代子・松尾英輔 2006 書籍発行の実態からみた日本における「押し花」の普及 人間・植物関係学会雑誌 5(2) 19-24
- 西本卓也・新美康永 1999 音声認識の自己目的的な楽しさ 言語・音声理解と対話処理研究会 25 13-18
- 山本俊光・森啓一郎・松尾英輔 2006 女子高校生にみる押し花体験とその意義 人間・植物関係学会雑誌 6(1) 35-40

(いたい しゅういち: 人間形成専攻 教授)

# 押し花教室参加者の心理的体験

板 井 修 一

Psychological Experiences of Members in Pressed Flower Workshop

Shuichi ITAI

筑紫女学園大学  
人間文化研究所年報  
第27号  
2016年

ANNUAL REPORT  
of  
THE HUMANITIES RESEARCH INSTITUTE  
Chikushi Jogakuen University  
No. 27  
2016