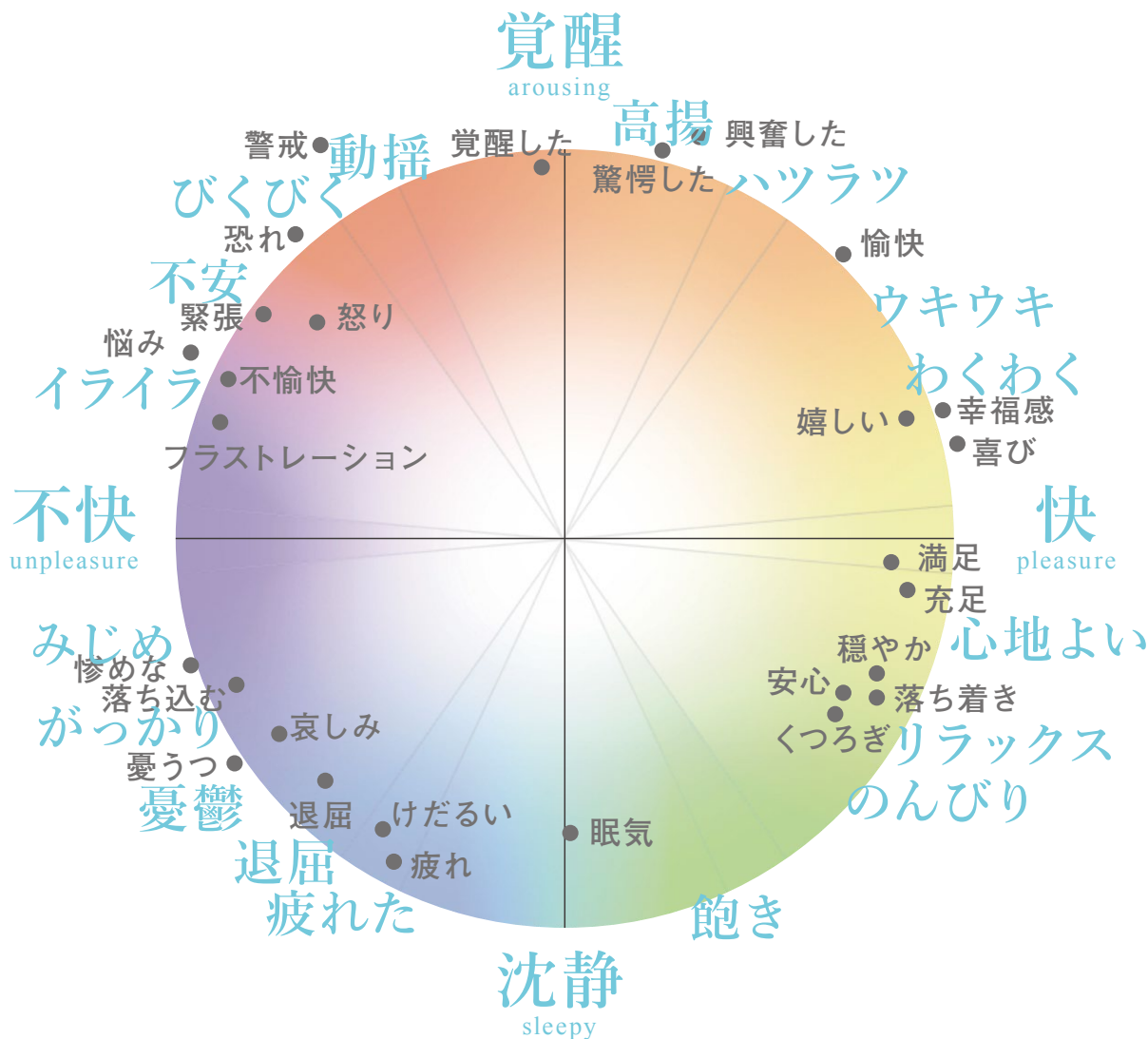


# こころログ×ラッセルの感情円環モデル



## ラッセルの感情円環モデル

ジェームズ・A・ラッセル (James A. Russell) は現代の心理学者であり、心理学の分野で特に感情の研究で知られている心理学者です。

彼は1947年にカナダで生まれ、現在も活動を続けています。ラッセルは、感情に関する研究で国際的に知られており、特に1980年代に提唱された感情円環モデル (Circumplex Model of Affect) が有名です。彼はこのモデルを通じて、感情の構造を二次元的に理解する方法を広めました。

ラッセルの感情円環モデルは、感情をシンプルかつ直感的に捉えるための有用なツールであり、感情に関する理論的理解を深めるために広く利用されています。

zen placeでは“心身一体”の「こころ」を視るためのツールとして、ラッセルの円環図を用いた「こころログ」サービスを2023年11月より公式アプリにて提供しています。



### こころログ公式サイト

こころログの最新情報や研究結果の発表など随時更新しています。

### zen placeの未来予想図

2024年上半期 | 研究結果  
「みんなのこころログ」  
大公開

“みんなの本音が明らかに”

