

# 主観的 well-being とその心理的要因の関係

○佐伯政男・蓮沼理佳（非会員）・前野隆司（非会員）  
（慶應義塾大学大学院システムデザインマネジメント研究科）  
キーワード：主観的 Well-being, 体系化, 人生満足度

The Relationships among Psychological Factors on Subjective Well-being  
Masao SAEKI, Rika HASUNUMA and Takashi MAENO  
(Graduate School of System Design and Management, Keio Univ.)  
Key Words: Subjective Well-being, Systematization, Life Satisfaction

## 目的

主観的 well-being 研究の発展に伴い、幸福度を説明する様々な要因が明らかになりつつある。しかし、心理的要因がどのように分類されるのか、また、人がそれらの心理的要因をどのような割合で有しているのか、それらの割合のパターンと主観的 well-being との関係について調査した例は少ない。そこで、まず私たちは主観的 well-being とその心理的要因の関係の全体像を把握するため、主観的 well-being に関する文献調査を行い、主観的 well-being と相関があるといわれる心理的要因について可能な限りに網羅的に収集した。本研究では、それら文献調査により得られた 27 の心理的要因についてアンケート調査を行い、因子分析によりそれらがどのように分類されるか明らかにすると共に、抽出した因子を用いたクラスタ分析を行い、幸福の心理的要因の割合のパターンによる被験者の類型化を行うことで、主要な割合のパターンと主観的 well-being との関係を明らかにすることを目的とする。

## 方法

調査対象者：インターネット調査会社のモニターの登録者から年齢 5 歳刻み男女均等割り付けにより集められた 15 歳から 75 歳の日本人 1500 名に Web 上で調査を実施した。質問紙の構成：主観的 well-being：人生満足度 (SWLS)、ポジティブ感情 (PA)、ネガティブ感情 (NA) の頻度の回答を求めた。心理的要因：先行研究において主観的 well-being との関連が報告されている既存の尺度及び概念を参考に、合計 27 の概念に関する 81 の質問項目を作成し、ランダムに配置し調査に用いた。27 の概念は、楽観性、社会的比較、自尊心、人生の意義、感謝、自己概念の明確傾向、最大効果の追求、コンピテンス、自己実現、制約の知覚のなさ、熟達、親切、ユーモア、心理的 well-being の 6 つの下位概念、満喫、愛情、将来への希望、社会の要請、現在と将来の目標の非かい離、気持ちの切り替え、思想と宗教、人を喜ばせるである。各項目は 7 件法で評定を求めた。

## 結果及び考察

因子分析：主観的 well-being と有意な相関関係を示さなかった 1 項目を除いた 80 項目を用いて、探索的因子分析 (最尤法、promax 回転) を行った結果、4 因子を抽出した。第 1 因子は、自尊心や自己有能感など自分の能力に対する肯定的な評価や、人生の意義や目的の理解を示す項目が高い負荷を持っており、「自己実現と成長」と命名した。第 2 因子は、他人に対する感謝や人の喜びを自分の喜びのように感じるといった他者とのポジティブな感情の共有を示す項目から構成されている。よってこの因子を「つながりと感謝」と命名した。第 3 因子は、楽観性や制約の知覚のなさを示す項目から構成されており「楽観性」と命名した。最後に、第 4 因子は、自己を確立し他者と比較しない傾向を表す項目から構成されており「マイペース」と命名した。各因子について負荷量が .40 を超える項目から算出した平均値を各因子の尺度得点とした。各尺度

得点の  $\alpha$  は、いずれも十分な値を示した (.733~.965)。

クラスタ分析：4 因子の z 得点を用いて非階層法によるクラスタ分析を行った。結果、最もクラスタ (CL) の特徴が明確な 5 つの CL を抽出した。図 1 の上図は CL を SWLS の低い順に並べ、それぞれの CL における 4 つの因子の得点を示したものである。また、図 1 の下図には各 CL の主観的 well-being の値を明示した。

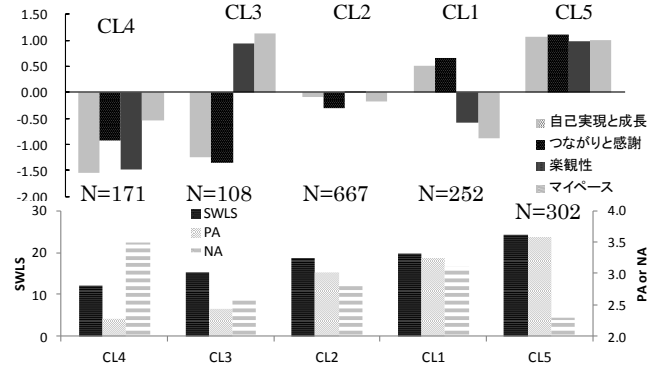


図 1. 各クラスタの因子得点(上図)と主観的 well-being(下図)

4 つの因子すべての z 得点が負である CL4 は最も SWLS、PA が低く、NA が高いことから、さまざまな面で幸福にとってネガティブな心理的傾向を有することは主観的 well-being の低さと関連することが示唆された。CL3 は「自己実現と成長」及び「つながりと感謝」得点が平均より低く、「楽観性」と「マイペース」得点が平均より高い。この CL は SWLS、PA が低い一方で NA を感じる頻度も少ないことから感情の起伏が乏しい層であると推察された。最も人数の多い CL2 は、すべての因子を平均的な水準で有していることから、大半の被験者はさまざまな特性をほぼ均等に有していることが示唆された。全被験者の 1/7 に相当する被験者が分類された CL1 は、自己実現と成長を比較的高い水準で有している一方で、やや悲観的で他者の影響を受けやすい特徴をもっており、前者の恩恵から比較的高い主観的 well-being を獲得している層であると推察される。最後にすべての z 得点が正である CL5 の SWLS、PA は最も高く、NA が低いことがわかる。このことから、さまざまな面で幸福にとってポジティブな心理的傾向を高い水準で有することは主観的 well-being の高さと関連することが示唆された。

本研究は、主観的 well-being の心理的要因がどのように分類されるのか、また、主観的 well-being と心理的要因の割合はどのようなパターンになるのかを明らかにした。今後は縦断的調査や無作為抽出法による検討を行う必要がある。

## 謝辞

本研究の一部は文部科学省グローバル COE プログラム「環境共生・安全システムデザインの先導拠点」に依るものであることを記し、謝意を表す。