

## 主観的幸福感の構造

寺崎正治\*1 綱島啓司\*1 西村智代\*1

## 要 約

本研究においては、主観的幸福感の構造について検討した。367人の大学生に対して、人生に対する満足感質問紙と感情の特性尺度を実施した。その結果、人生に対する満足感評価は、「活動的快」感情と正に相関し、「倦怠」感情とは負に相関した。満足と感情測度の因子分析の結果、単一の幸福概念が成立することが確認された。主観的な幸福感は人生に対する満足感、肯定的感情、否定的感情の部分的には独立している3つの構成要素から成る単一次元であると結論した。

## 序 論

抑うつや不安などの人間性の否定的な側面に関する研究は、従来から心理学の主要なテーマであり、いかにして不幸を軽減させるかは緊急かつ重要な問題であった。一方、人間性のより肯定的な側面に関する研究は後発し、比較的近年になりその重要性が認められるようになった。Psychological Abstracts 誌の索引語として“happiness”が登録されたのが1973年であることからこのことがうかがえる。また幸福の主観的な側面は“subjective well-being”（主観的なよい状態）と呼ばれているが、本論文では主観的幸福感と名づけることにする。幸福感は客観的な個人の条件、人生（生活）に対する評価、感情の3つの側面から主に研究されてきた（Diener, 1984）<sup>1)</sup>。特に、認知（e.g. 人生に対する評価）と感情は、主観的幸福感を構成する主要な2つの構成要素であるとの見解が一般になされている（Andrews and Robinson, 1991）<sup>2)</sup>。事実、今日に至るまでに作成されてきた主観的幸福感に関わる尺度は、これらの構成要素のいずれかを測定してきた。例えば、Neugarten, Havighurst and Tobin (1961)<sup>3)</sup>の Life Satisfaction Scales (LSI) は認知的な構成要素の測定に重点をおいた初期の代表的な尺度であろう。また、Bradburn (1969)<sup>4)</sup>は肯定的感情と否定的感情を測定することを通して、主観的幸福感に接近しようとした。その後登場する幸福感尺度も、認知あるいは感情に重点をおいているが、これらの両者を明確に区別した尺度は少なく、近年においても事情はさほど変わらない（e.g. Argyle and Martin, 1991）<sup>5)</sup>。

認知と感情という2側面から主観的幸福感を同定しようとした場合、認知を形成する構成要素と感情の構成要素がどのように互いに関連しあうのかを明らかにする必要がある。そこで、本研究においては過去に作成された幸福感尺度の項目を収集、整理し、できるだけ純粋な認知評価項目を新たに作成する。さらに、感情の構成要素に関しては既存の感情尺度を用い、認知と感情の2側面から主観的幸福感の構造を同定することを目的とする。

## 方 法

## 1. 調査対象者

一般教育科目の心理学を受講している大学生367人（男性77人、女性290人）である。

## 2. 調査時期

1995年7月17日と1995年9月29日に調査を実施した。また、人生に対する満足感尺度の再検査信頼性を検討するため、一部のサンプルに対して1995年12月4日と1995年12月8日に再調査を行った。

## 3. 質問紙

## (1) 人生に対する満足感質問紙

植田、吉森、有倉 (1992)<sup>6)</sup>の幸福感尺度、Neugarten, et al. (1961)<sup>3)</sup>の LSIA、和田 (1990)<sup>7)</sup>の修正 LSI 日本語版、Lawton (1975)<sup>8)</sup>の PGC Morale Scale、Kozma and Stones (1980)<sup>9)</sup>の MUNSH、Kammann and Flett (1983)<sup>10)</sup>の Affectometer 2、Argyle, Martin, and Crossland (1988)<sup>11)</sup>の Oxford Happiness Inventory (OHI) の項目を分類整理し、できるだけ感情的な要素が入らない生活全体に対する認知的な評価を問う質問項目を新たに作成

\*1 川崎医療福祉大学 医療福祉学部 臨床心理学科  
（連絡先）寺崎正治 〒701-0193 倉敷市松島288 川崎医療福祉大学

した。質問項目は、生活に対する全般的な評価を問う28項目であり、これらの質問に対して「全く一致しない」から「完全に一致する」までの4点尺度による評価を求めた。

## (2) 感情質問紙

多面的感情状態尺度・短縮版(寺崎, 古賀, 岸本, 1991, 1992)<sup>12)13)</sup>の教示の一部を変更し, 普段の感情傾向(感情特性)を測定できるようにした(寺崎, 古賀, 岸本, 1994)<sup>14)</sup>。

## 結 果

人生に対する満足感質問紙の28項目に対して因子分析を行い, 満足感の因子パターンについて検討した。主因子解の結果, 固有値1.0以上の因子が3因子出現し, これらの因子により全分散の88%が説明された。これらの3因子に関してプロマックス法により因子軸の回転を行った。表1にプロマックス回転後の各3因子に対する因子負荷量を質問項目毎に示した。第1因子は現在の生活に対する満足, 第2因子は現在から過去を振り返った時の満足, 第3因子は未来への希望を表していると解釈できる。

次に, この因子分析の結果に基づいて3つの下位尺度からなる人生に対する満足感尺度を作成した。因子分析の結果, 各因子に0.30以上の負荷を示した項目を対象に, 正の負荷を示した項目から負荷量の大きい順に4項目, 負の負荷を示した項目から負荷量の絶対値の大きさの順に4項目を取り出し, 各8項目からなる3つの下位尺度(現在満足, 過去満足, 未来希望)を作成した。これらの3下位尺度間の相関は, 「現在満足」と「過去満足」との間が $r=0.44$ , 「現在満足」と「未来希望」との間が $r=0.52$ , 「過去満足」と「未来希望」との間が $r=0.39$ であり, これらはある程度の独立性を保っていることが示された。

表2は人生に対する満足感尺度の再検査信頼性について示した。2ヶ月の再検査期間をおいた場合, 3つの下位尺度の内, 「過去満足」と「未来希望」の再検査信頼性係数が共に0.72と高いのに対して, 「現在満足」の信頼性係数は0.49と低い。しかし, 尺度全体としての信頼性係数は0.71である。5ヶ月の再検

表2 人生に対する満足感尺度の再検査信頼性

	2ヶ月 (N=105)	5ヶ月 (N=129)
現在満足	0.49**	0.49**
過去満足	0.72**	0.61**
未来希望	0.72**	0.59**
全尺度	0.71**	0.62**

\*\* $p<0.01$

査期間をおいた場合, 「現在満足」を除き信頼性係数は低下するが, 約0.10の低下にとどまっている。これらの結果から, 尺度の信頼性についてはきわめて高いものではないが, 許容範囲内にあると思われる。

次に, 人生に対する評価という幸福感の認知的要素と個人の感情特性との関連を調べることにより, 主観的幸福感の構造を明らかにする。まず, 満足感の3つの下位尺度と感情尺度間の相関を求めた(表3)。「現在満足」は「抑うつ・不安」, 「敵意」, 「倦怠」と負の有意な相関を示し, 「活動的快」, 「非活動的快」とは正の相関を示した。これに比べて, 「過去満足」と感情との相関は相対的に低いが, 「非活動的快」との相関が見られない他はほぼ同様の傾向を示した。「未来希望」に関しては, 特に「倦怠」と負に相関し, 「活動的快」とは正に相関した。また, 「抑うつ・不安」, 「敵意」とは有意な負の相関, 「親和」とは有意な正の相関を示したが, 相関係数の値は小さい。

幸福感因子の存在を確認するため, 満足感に関する3つの下位尺度と感情特性に関する8つの尺度の計11変数に関して, 主因子法による因子分析を行った。その結果, 固有値1.0以上の因子が2因子出現し, これらの因子により全分散の100%が説明されている。とりわけ, 第1因子による説明率は全分散の63%を占めている。表4にプロマックス回転後の因子負荷量を示した。これによれば, 第1因子は人生に対する満足の3尺度(現在満足, 過去満足, 未来希望)と感情尺度の4尺度(活動的快, 親和, 倦怠, 抑うつ・不安)に0.30以上の負荷を示している。中でも, 第1因子に負荷が高い尺度は負荷量の絶対値の大きい順に「現在満足」, 「活動的快」, 「未来希望」, 「過去満足」, 「倦怠」, 「抑うつ・不安」となっている。感情尺度の内, 「活動的快」は肯定的感情を, 「倦怠」, 「抑うつ・不安」は否定的感情を代表するものであり, このことから人生に対する満足感とは肯定的感情の存在と否定的感情の不在と関連していることが推察できる。た

表3 人生に対する満足感尺度得点と感情特性尺度得点間の相関係数

	現在満足	過去満足	未来希望	全尺度
抑鬱・不安	-0.41**	-0.28**	-0.19**	-0.37**
敵意	-0.32**	-0.26**	-0.15**	-0.31**
倦怠	-0.45**	-0.31**	-0.38**	-0.47**
活動的快	0.38**	0.21**	0.43**	0.43**
非活動的快	0.22**	0.06	0.09	0.16
親和	0.09	0.16*	0.22**	0.20**
集中	-0.06	-0.01	0.03	-0.01
驚愕	-0.07	-0.03	0.03	-0.03

\*\* $p<0.01$ , \* $p<0.05$

表1 人生に対する満足感項目因子分析結果  
(プロマックス回転後の因子パターン)

No.		FACTOR1	FACTOR2	FACTOR3
V8	今が人生で一番悪いときである。	0.67208	0.11406	0.03273
V13	現在, 困難な生活を送っている	0.62921	-0.02031	-0.06073
V14	現在の生活に不満である	0.58990	-0.04451	0.04211
V6	生きることはきびしい	0.32293	-0.03396	-0.12866
V10	以前より, 物事がよく思えるようになった	-0.43687	-0.13837	-0.19283
V17	今が人生で一番よいときである	-0.49503	0.03397	0.00532
V1	現在の生活に満足している	-0.65323	0.01662	-0.03812
V5	現在, 順調な生活を送っている	-0.68035	0.04736	0.02922
V22	私の人生は順調であった	-0.01874	0.74669	0.03293
V23	過去を振り返ったとき, 満足できる	0.23674	0.68901	-0.12690
V28	これまで, 望んだことはほとんどかなえられてきた	-0.12319	0.57127	0.07267
V4	私の人生は幸運な方である	-0.22445	0.51386	-0.02913
V27	違う人生が歩めたらよかったのと思う	0.06307	-0.24402	0.19950
V2	これまで望んだことはほとんどかなえられてこなかった	0.19793	-0.46924	-0.03629
V3	私の人生は不運な方である	0.20600	-0.53993	0.01577
V7	私の人生は順調なでなかった	0.12936	-0.57997	-0.04731
V21	過去を振り返ったとき不満を感じる	-0.16668	-0.63216	0.01453
V24	将来, これとってしたいことはない	-0.12870	0.02772	0.77223
V18	将来に希望がもてない	0.08878	-0.07275	0.66080
V19	私の人生は悪い方へ向かっている	0.32801	0.00683	0.49732
V15	これから先, 楽しいことなどない	0.31578	-0.15393	0.35568
V16	たとえ, 人生を変えられるとしても, 変える気はない	-0.12404	0.10773	-0.11731
V11	私の今後の人生は順調であろう	-0.17402	0.22486	-0.26592
V25	一ヶ月先あるいは一年先の計画がある	0.04836	0.00700	-0.32320
V9	これから先, 楽しいことがあるだろう	-0.25798	0.08323	-0.37697
V26	人生は素晴らしいと思う	-0.13121	0.09195	-0.45186
V12	将来に希望がもてる	-0.13332	0.04802	-0.59394
V20	将来の目標がある	0.20442	-0.10553	-0.80056
	説明率	0.627	0.159	0.095

表4 人生に対する満足感尺度と感情特性尺度の因子分析結果（プロマックス回転後の因子パターン）

	FACTOR1	FACTOR2
現在満足	0.73096	-0.06233
活動的快	0.66404	0.40423
未来希望	0.63664	0.10891
過去満足	0.56972	-0.03909
倦怠	-0.54104	0.29477
驚愕	-0.02274	0.75079
敵意	-0.19515	0.62893
親和	0.37680	0.59336
抑うつ・不安	-0.42244	0.55183
集中	0.01686	0.42904
非活動的快	0.17410	0.22155
説明率	0.63000	0.43000

だし、同じく肯定的感情に属する「非活動的快」がこの因子に負荷を示さないことは注目に値する。このように、第1因子は幸福感因子と考えるもよいであろう。なお、第2因子に0.30以上の負荷を示した尺度は全て感情尺度であり、負荷量の絶対値の大きいものから順に「驚愕」、「敵意」、「親和」、「抑うつ・不安」、「集中」、「活動的快」となっている。これらはいずれも賦活度の比較的高い感情であり賦活度の低い「倦怠」や「非活動的快」のこの因子への負荷量は小さい。このことから第2因子は感情、とりわけ賦活度の高い感情に関わる因子のようである。

## 論 議

本研究においては、主観的幸福感の構成要素の1つであると考えられる代表的な認知要因として人生に対する満足を取りあげた。従来の幸福感尺度の多くは人生に対する満足を問う質問項目を含んでいるが、これのみを純粋に測定しようとする尺度は少ない。本研究で新たに作成した人生満足に関する質問項目28項目を因子分析したところ、3つの主要な因子が抽出された。これらはそれぞれ、過去、現在、未来の時間展望の中で自分の人生をどのように評価しているかについての因子であり、これらの3つの要素は互いに相関はするが、ある程度の独立性を保っていることが明らかになった。古谷野、柴田、芳賀、須山(1989)<sup>15)</sup>は代表的な幸福感尺度であるPGC Morare ScaleとLSIAの下位次元について、認知 vs. 感情、短期 vs. 長期という分類の枠組みを用いて検討したところ、人生全体についての満足感の因子は認知かつ長期の範疇に属すること、また老いに対する態度の因子は認知かつ短期の範疇に属するであら

うことを示唆している。本研究で得られた3因子との対応を考えた場合、人生全体についての満足感の因子は本研究で「過去満足」と名付けた因子に類似している。一方、老いに対する態度の因子は、項目の内容は異なるものの、時間的展望の観点からは「現在満足」の因子に近いものである。さらに、人生満足に関する「未来希望」の因子は、これらの尺度には含まれていないことも分かる。これらの尺度は主に高齢者の幸福感の研究のために作られた事情により、将来への展望に関する認知評価が見落とされてきたのかもしれないが、将来への展望は心理的なものであって、物理的な時間（余命）とはかならずしも一致するわけではない。そのような意味において、人生に対する満足を評価しようとする場合には、たとえ対象が高齢者であろうとも必要であると思われる。

「過去満足」、「現在満足」、「未来希望」の3尺度の内、再検査信頼性が最も低いのは「現在満足」である。このことは現在の満足評価は、人がおかれている状況によって影響を受け変動することを反映しているのであろう。これに対して、「過去満足」や「未来希望」は相対的に安定している。特に「未来希望」に関しては、植田他(1992)<sup>6)</sup>も指摘するように、幸福感は過去から現在までの経験によってのみ規定されるのではなく、将来に対する展望をもつことが重要であり、このような展望は個人内において安定していることが示された。

感情は幸福感を構成するもう一つの重要な要素である。状態としての感情は、一過的なものであり変動する。しかし、比較的長期の時間範囲で見た場合、個人内において感情は安定性を保っていることが確かめられてきた(Diener and Larsen, 1984)<sup>16)</sup>。自己評価による感情の特性測度は十分な信頼性と妥当性を有していることが確認され(Watson, Clark, and Tellegen, 1988; Watson and Walker, 1996)<sup>17)18)</sup>、また、感情特性と主要な性格次元との強い結びつきが報告されている(Watson and Clark, 1984, 1992)<sup>19)20)</sup>。本研究で使用した感情尺度は、本来ある1時点での感情状態を測定するために作成されたものであるが、特性尺度として使用した場合の信頼性は確認されている(寺崎他, 1994)<sup>14)</sup>。

感情と人生に対する満足との相関を調べた結果、「活動的快」、「親和」、「非活動的快」が高いほど満足は高くなり、逆に「倦怠」、「抑うつ・不安」、「敵意」が高いほど満足は低くなる傾向が確認された。前者は代表的な肯定的感情であり、後者は代表的な否定的感情であることから、主観的な幸福感を測定するときには肯定的感情と否定的感情の両者を評価する必要があるという見解と一致する(Cooper, Okamura,

Gurka, 1992)<sup>21)</sup>. また、人生に対する満足の下位尺度別に感情尺度との相関を調べた結果、否定的感情との相関が最も高いのは「現在満足」であるのに対し、肯定的感情との相関が最も高いのは「未来希望」である。特に否定的感情のなかでも「抑うつ・不安」、「敵意」の高さは「現在満足」の低下と関係するが、「未来希望」との結びつきは弱い。同じ否定的感情の中でも「倦怠」は「未来希望」を低下させる。また、肯定的感情の中では「活動的快」と「未来希望」との結びつきが最も強い。このように、感情の種類と満足各側面はそれぞれ固有の関係を持っているように思われる。

感情と人生に対する満足の2つを構成要素とする次元が因子分析の結果見いだされた。この次元には、人生に対する満足感の3側面と肯定的感情では「活

動的快」、「親和」が、否定的感情では「倦怠」、「抑うつ・不安」が含まれている。

幸福感を定義するとき、人生に対する評価と肯定的感情の存在、否定的感情の不在をあげる研究者が多いが、本研究の結果はこの見解を支持するものである。特に、肯定的感情では「活動的快」、否定的感情では「倦怠」が最も強くこの次元に関わっている。これをもとに、より具体的かつ簡潔に幸福感の内容を言い表すならば、過去、現在、未来にわたる人生に対して肯定的な評価を持ち、活動的快感情が高いこと、倦怠感情が低いことであろう。

本研究は1995年度川崎医療福祉大学プロジェクト研究費の補助を受けた。

## 文 献

- 1) Diener E (1984) Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, **95**, 542-575.
- 2) Andrews FM and Robinson JP (1991) Measures of subjective well-being. In: Robinson JP, Shaver PR, and Wrightsman, LS, eds. *Measures of personality and social psychological attitudes*, Academic Press, New York, pp61-114.
- 3) Neugarten BL, Havighurst RJ and Tobin S (1961) The measurement of life satisfaction. *Journal of Gerontology*, **16**, 134-143.
- 4) Bradburn NM (1969) *The structure of psychological well-being*, Aldine, Chicago.
- 5) Argyle M and Martin M (1991) The psychological causes of happiness. In: Strack F, Argyle M, and Schwartz N, eds. *Subjective well-being*, Pergamon, Oxford, pp77-100.
- 6) 植田 智, 吉森 護, 有倉巴幸 (1992) ハッピネスに関する心理学的研究 (2). 広島大学教育学部紀要, **41**, 35-40.
- 7) 和田修一 (1990) 老人の幸福感. 無藤 隆, 高橋恵子, 田島信元編, 発達心理学入門II, 東京大学出版会, 東京, pp149-161.
- 8) Lawton MP (1975) The Philadelphia Center Morale Scale: A revision. *Journal of Gerontology*, **30**, 85-89.
- 9) Kozma A and Stones MJ (1980) The measurement of happiness: Development of the Memorial University of Newfoundland Scale of Happiness (MUNSH). *Journal of Gerontology*, **35**, 906-912.
- 10) Kammann R and Flett R (1983) Affectometer 2: A scale to measure current level of general happiness. *Australian Journal of Psychology*, **35**, 259-265.
- 11) Argyle M, Martin M and Crossland G (1988) Happiness as a function of personality and social encounters. Unpublished paper.
- 12) 寺崎正治, 古賀愛人, 岸本陽一 (1991) 多面的感情状態尺度・短縮版の作成. 日本心理学会第55回大会発表論文集, 435.
- 13) 寺崎正治, 古賀愛人, 岸本陽一 (1992) 多面的感情状態尺度の作成. 心理学研究, **62**, 350-356.
- 14) 寺崎正治, 古賀愛人, 岸本陽一 (1994) 感情状態尺度による特性評価. 日本心理学会第58回大会発表論文集, 939.
- 15) 古谷野亘, 柴田 博, 芳賀 博, 須山靖男 (1989) 生活満足度尺度の構造. 老年社会科学, **11**, 99-115.
- 16) Diener E and Larsen RJ (1984) Temporal stability and cross-situational consistency of affective, behavioral, and cognitive responses. *Journal of Personality and Social Psychology*, **47**, 871-883.
- 17) Watson D, Clark LA and Tellegen A (1988) Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, **54**, 1063-1070.
- 18) Watson D and Walker LM (1996) The long-term stability and validity of trait measures of affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, **70**, 567-577.
- 19) Watson D and Clark LA (1984) Negative affectivity: The disposition to experience aversive emotional states. *Psychological Bulletin*, **96**, 465-490.

- 20) Watson D and Clark LA (1992) On traits and temperament: General and specific factors of emotional experience and their relation to the five-factor model. *Journal of Personality*, **60**, 441-476.
- 21) Cooper H, Okamura L and Gurka V (1992) Social activity and subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, **13**, 573-583.

(平成11年5月12日受理)

## The Structure of Subjective Well-Being

Masaharu TERASAKI, Keiji TSUNASHIMA and Tomoyo NISHIMURA

(Accepted May 12, 1999)

Key words : HAPPINESS, LIFE SATISFACTION, EMOTIONAL STATES

### Abstract

The structure of subjective well-being was examined in this research. 367 college students performed a life satisfaction questionnaire and trait scales of affects. The results showed that cognitive evaluation of life scores positively correlated with the affect of 'energy', and negatively correlated with the affect of 'boredom'. A factor analysis of life satisfaction and affect measures revealed a single unitary construct of happiness. It was concluded that happiness is a single dimension which has three partially independent components: life satisfaction, positive affects and negative affects.

Correspondence to : Masaharu TERASAKI Department of Clinical Psychology, Faculty of Medical Welfare  
Kawasaki University of Medical Welfare  
Kurashiki, 701-0193, Japan  
(Kawasaki Journal of Medical Welfare Vol.9, No.1, 1999 43-48)