

# セイネンキニオケルソーシャル・サポートトシユカ ンテキコウフクカントノカンレン：タイショウヒョ ウショウノシテンオクワエテ

森田, 薫  
九州大学大学院人間環境学府

<https://doi.org/10.15017/901>

---

出版情報：九州大学心理学研究. 4, pp.167-175, 2003-03-31. Faculty of Human-Environment Studies,  
Kyushu University

バージョン：

権利関係：



# 青年期におけるソーシャル・サポートと主観的 幸福感との関連

—対象表象の視点を加えて—

森田 薫 九州大学大学院人間環境学府

## The relation between social support and subjective well-being in adolescence —in view of the object representation—

Kaoru Morita (*Graduate school of human-environment studies, Kyushu university*)

The purpose of this study was to investigate the relation between social support and subjective well-being in adolescents. This study examined the influence of the amount of social support and the type of the object representation on three factors of subjective well-being: life satisfaction, existence of positive affect and absence of negative affect. In this study, the object representation was classified into good object representation, bad object representation and inconstant object representation. The results were as follows: 1. people with good object representation perceived more support than other people, and the support raised every factor of subjective well-being. 2. people with good object representation could feel the same amount of life satisfaction, positive affect and negative affect even when they perceived less support. 3. people with bad object representation could feel the same amount of life satisfaction, positive affect and negative affect as people with good object representation when they perceived enough support. 4. for the people with inconstant object representation, social support did not raise their life satisfaction.

### 問題と目的

幸福とは人間が生きていく上で大きなテーマの一つであるにもかかわらず、その概念の曖昧さ、複雑さから科学的研究の対象となりにくく、長い間、研究は行なわれてこなかった。心理学の研究においても、まずは病理やネガティブな側面の研究が中心となってきたため、幸福感といったポジティブなものにはなかなか焦点が当たらなかった。しかし30年ほど前から、精神的・肉体的に健康的に豊かに暮らしていくために幸福感が重要であると考えられるようになり、幸福感研究が行われるようになってきた。その際、「幸せとは、その個人のみが感じるところの主観的なものである」(Wilson, 1967) という共通理解を持つことで、幸福感の実証的研究が開始された。

研究が始められた頃、幸福の定義は研究者によって異なっており、生活満足感とするもの (Neugarton et.al, 1961)、肯定的感情から否定的感情を引いたものとするもの (Bradburn, 1969)、肯定的認知と肯定的感情の他に主観的健康観や社会的接近度まで含んだ幅広い概念ととらえたもの (Lawton, 1975) など様々であった。近年では主観的幸福感の要因として「人生や生活全般における認知された満足感」、「肯定的感情の存在」、「否定的感情の不在」の3つの要素からとらえられるということが国際的に支持されている (内田, 1999)。「人生や生活全般に

おける満足感」とは将来への希望、現在への満足、過去への満足などの時間的展望を含むものである。「肯定的感情の存在」とは自己受容、自尊感情、充実感を含むもので、「否定的感情の不在」とは抑うつ、不安などが無いという事である。寺崎・網島・西村 (1996) は、人生や生活に対する認知的な評価である生活満足感と、感情的な要素である肯定的感情、否定的感情とを区別して測定できる尺度を作成し、両者の関係について調査を行い、主観的幸福感の3要素である「生活満足感」と「肯定的感情の存在」と「否定的感情の不在」とが関連しているという考察を行っている。

具体的に主観的幸福感に影響を及ぼす可能性のある因子としては、Diener (1984) は結婚、家族、社会的関係、職業、収入などをあげている。我が国での研究からは愛情関係や友人関係、親密な他者の実感といった対人関係が主観的幸福感の要因として大きいものであることが示されている (大木・山内・織田, 1998; 植田・吉森・有倉, 1992; 牧野・田上, 1998)。

また、青年期は発達のアイデンティティの模索の過程にあり、さらに友人関係や親からの自立など様々な課題を抱える時期であり、この時期に主観的幸福感を得られることは、精神的健康を維持する効果があると期待される。そのため、青年期における主観的幸福感について、より詳細な研究が必要と考えられるが、これまで主観的

幸福感について「生活満足感」, 「肯定的感情の存在」, 「否定的感情の不在」といった要素ごとに分けて検討していくという研究は行われていない。

そこで本研究では、主観的幸福感に大きく影響を与えているとされる対人関係について、特に青年期に特徴的な感情である孤独感の低減や、主観的幸福感の向上という効果もある(山口・和田, 1997)とされているソーシャル・サポートを取り上げて、ソーシャル・サポートが主観的幸福感の3つの要素である「生活満足感」, 「肯定的感情の存在」, 「否定的感情の不在」にどのような影響を与えているのかを明らかにすることを第1目的とする。

良好な対人関係を持つ人であればソーシャル・サポートも適当に得られるであろうし、そうでない人はなかなかソーシャル・サポートを得にくいと思われる。しかしソーシャル・サポートを多く得ていても、他者に否定的なイメージを持つ人の場合、それは信頼の置けないものであったり、その支えがその場限りのものであるのではないかという不安感につながってしまったりすることがあるかもしれない。逆に現在のソーシャル・サポートが少なくても、過去における人との良い関係を想起できる人は幸福感は下がらないかもしれない。このため、実際のソーシャル・サポートのあり方だけでなく、そのソーシャル・サポートや、サポートしてくれる人のとらえ方を決定付ける、個人の内的な要因についても合わせて見ていく必要があると思われる。この内的要因として対象表象という概念を取り上げ、対象表象とソーシャル・サポート、及び主観的幸福感の3要素との関連をとらえることを本研究の第2目的とする。

対象表象とは幼児期に重要な他者(主に母親)との関係を通して形作られ、内在化される他者へのイメージで、その後の対人関係の基礎となるものであると考えられている。幼児期に養育者と良い関係を持った人は、自分自身や他者に対して良いイメージを持つことができるが、養育者と不安定な関係しか持てなかった人は、自分自身や他者に対しても不安定で、ネガティブなイメージを持つてしまうことになると考えられる。悪い対象表象が優位に内在化されている場合、よい対人関係があったとしても、それが信頼の置けないものとして、あるいはその場限りの不安定なものとして認知されると考えられる。また、よい対象表象を優位に持っていれば、実際に他者からのサポートが得られない時にも、それまでの対人関係を想起することが可能であり、それが精神的に支えとなるために否定的感情を抱くことはなく、主観的幸福感には影響はないかもしれない。

そこで本研究では以下の仮説を設定する。

1. ソーシャル・サポートが多い人は、少ない人よりも生活満足感、肯定的感情が多く感じられ、否定的感情は少なく感じられるだろう。

2. よい対象表象を優位に持つ人はソーシャル・サポートを得やすいが、ソーシャル・サポートが少ない時にも生活満足感、肯定的感情は多く、否定的感情は少なく感じられるだろう。

3. 悪い対象表象や永続しない対象表象を優位に持つ人はソーシャル・サポートを得にくいですが、ソーシャル・サポートを得られる時にも生活満足感、肯定的感情は少なく、否定的感情は多く感じられるだろう。

## 方 法

### 1. 調査の対象と手続き

1999年10月にF県内にある国立大学に在籍する学生(男子150名, 女子43名, 平均年齢20.9歳(SD=1.65))計192名を対象に、授業時間を用いて一斉に実施、あるいは対象者に個別に質問紙を配布し、教示の後回答を求め回収した。

### 2. 質問紙の構成

調査は質問紙法によった。質問紙は、生活満足度尺度、多面的感情特性尺度、ソーシャル・サポート質問紙、想起記憶尺度の4尺度で構成されている。

#### ①生活満足感尺度

寺崎・網島・西村(1996)が作成した尺度をそのまま用いた。この尺度はできるだけ感情的な要素の入らない生活全般に対する認知的な評価を問う28項目からなる。幸福感の3つの要素である「生活満足感の存在」, 「肯定的感情の存在」, 「否定的感情の不在」のうち、生活満足感について測ることを目的として用いる。4段階評定で、生活満足感が高いほど高得点となる。

#### ②多面的感情特性尺度

日本語形容詞もしくはそれに類似した言葉を用いて、感情の主観的状态を測定することを目的として寺崎・岸本・古賀(1992)が作成した尺度の80項目のうち、肯定的感情を代表する「活動的快」, 「親和」に関する20項目と、否定的感情を代表する「倦怠」, 「抑うつ・不安」に関する20項目の計40項目を用いる。これらの項目は寺崎ら(1996)により生活満足感との関連が示されたものである。幸福感の3つの要素うち肯定的感情、否定的感情について測ることを目的として用いる。4段階評定で、それぞれの感情について強く感じられているほど高得点となる。

#### ③ソーシャル・サポート質問紙

福岡・橋本(1997)によって作成された、本人に知覚されたソーシャル・サポートを測定する尺度である。情緒的サポートに関する6項目と手段的サポートに関する6項目の計12項目からなっており、各サポート行動をし

Table 1  
想起記憶尺度の項目

<p>「良い対象表象」</p> <p>3. 親友が本当に私のことを心配してくれたことを、これまで片時も忘れたことはない</p> <p>5. どんなときでも誰かが自分を見守ってくれているような気がする</p> <p>6. 落ち込んだとき、誰か自分の味方になってくれそうな人のことを思い浮かべる</p> <p>9. 何か決断をするときに、「あの人がいたらどうするだろう」と考えることがある</p> <p>18. 人からの私に対する親切な言葉や行動は心の中に刻み込まれている</p> <p>24. 大切な人が亡くなっても、その人は私の心の中に生き続けている</p>
<p>「悪い対象表象」</p> <p>4. 好きな人でも憎くてしょうがないときがある</p> <p>8. みんなと協力して何かに取り組んでも、連帯感がわからない</p> <p>13. 一緒にいるときと離れているときで、その人への態度が極端に変化してしまう</p> <p>14. 仲の良い友人であっても、私が成功すると心のどこかでねたむだろう</p> <p>15. 離れていると、その人のいやな面ばかり思い出してしまうことがある</p> <p>19. 人から優しくされても、つい疑ってしまう</p> <p>20. 私は、親しい友人に対しても何らかの疑いを持っている</p> <p>21. ふと目が合うと、その人が私のことを快く思っていないように感じる</p>
<p>「永続しない対象表象」</p> <p>1. 友人と久しぶりに会う時、以前と同じように話ができるかどうか不安だ</p> <p>2. 親しい人でも離れていると、その人が存在しているという確信が持てない</p> <p>7. 今は親友であっても、この先けんかして別れることになるのではないかと心配になる</p> <p>10. 私一人が席を外すと、みんなが私の悪口を言っているような気がする</p> <p>11. しばらく連絡がないと、もうその人から嫌われてしまったのではないかと心配になる</p> <p>12. 手紙を出してもすぐに返事がこない、相手の気を悪くしたのではないかと心配になる</p> <p>16. 絶えず会っていないと、関係が切れてしまうような気がする</p> <p>17. 自分の意見に反対されると、その人は私のことを悪く思っているような気がする</p> <p>22. 昔のことを考えると、いやな記憶ばかりよみがえる</p> <p>23. 仲の良い人でも、次にどういう行動に出るのか予測がつかず不安だ</p>

てくれる人の多さについて問うものである。なおこれらの項目はサポートに対する受け手の感情面については問わないものである。ソーシャル・サポートをどのように受け止めているかではなく、どれだけサポートを受けていると感じているかということに絞っての質問を行っている。個人の優位に持っている対象表象によっては、ソーシャル・サポートを受けていることを感じていてもそこに満足感や肯定的感情を持っていない人がいる可能性を考慮して、この質問紙を用いることにした。4段階評定で、サポートしてくれる人が多いと認知しているほど高得点となる。

#### ④想起記憶尺度

境界例に関する事例等の臨床的記述や文献、表象能力に関する研究を参考に、内在化された対象や記憶を想起する能力を測ることを目的として重松（1999）が作成し

た尺度であり、個人が優位に持つ対象表象を特定するために用いる。

この尺度では、「永続しない対象表象」、「悪い対象表象」、「よい対象表象」の3形態について捉えることが可能となっている。重松によれば、「よい対象表象」とはストレス、欲求不満を自己沈静するための愛情対象との関係や記憶の内在化からなる対象表象、「悪い対象表象」は対象への憎悪や不信感、愛情の易変性によって特徴づけられる対象表象、「永続しない対象表象」は愛情対象との内的な関係が不安定であり、目の前に存在していないときの対象の不安定さや持続性のなさ、肯定的な期待のできなさによって特徴づけられる対象表象と定義される。

各項目は7段階評定で、質問項目にあてはまるほど高得点となるように1点から7点に得点化されている。

Table 1 に想起記憶尺度の項目を示す。

なお重松 (1999) によればこの尺度の  $\alpha$  係数は.80となり信頼性が見出されている。

## 結 果

ソーシャル・サポートの有無について、ソーシャル・サポート得点 (以下サポート得点) にもとづき、累積パーセント33%点と66%点をもってサポート高群、中群、低群の3群に分けた。

また被験者ごとに想起記憶尺度の各対象表象に関する項目の平均得点の度数分布位置を比較し、各被験者を最も上位に位置している対象表象群に分類した。2つの対象表象について等しい分布位置となった1名を分析から除いた。Table 2 に各群の人数内訳を示した。

### ①ソーシャル・サポートと主観的幸福感の3要素との相関

対象者全体のソーシャル・サポート得点と、「生活満足感」、「肯定的感情」、「否定的感情」にそれぞれ有意な、中程度の正の相関 (スピアマンの相関係数) があることが示された (Table 3)。

ソーシャル・サポートの影響を除いた主観的幸福感の3要素の関連を見るために、対象者全体について3要素間の相関を見ると、「生活満足感」と「肯定的感情」の間に中程度の相関が、「生活満足感」と「否定的感情」の間に強い相関が見られた (Table 4)。ソーシャル・サポート高群、低群の幸福感の3要素の得点の平均値を一元配

置分散分析により比較したところ、「生活満足感」(F[1,148]=9.112,  $p<.01$ )、「肯定的感情」(F[1,148]=13.93,  $p<.001$ )、「否定的感情」(F[1,148]=5.97,  $p<.05$ ) に有意差が見られ、どの因子においても高群の方が有意に得点が高くなった。

これはソーシャル・サポートが多いほど、生活満足感、肯定的感情が多くなるという点で、一部仮説を支持する結果となったが、ポジティブな感情だけでなく否定的感情も高まるということ、さらに、生活満足感が高いほど肯定的感情も否定的感情も高まるということが示され、寺崎ら (1996) の結果とは異なるものになった。また主観的幸福感が「生活満足感」と「肯定的感情の存在」、「否定的感情の不在」からなるものという定義とも異なる結果となった。

### ②対象表象の形態とソーシャル・サポート及び主観的幸福感の3要素との関連

よい対象表象群、永続しない対象表象群、悪い対象表象群のソーシャル・サポート得点の平均値を一元配置分散分析により比較したところ有意差 (F[2,190]=16.98,  $p<.001$ ) が見られ、よい対象表象群の方が永続しない対象表象群、悪い対象表象群より有意に高くなった。

このことより、よい対象表象が優位であればソーシャル・サポートも得やすいということが示された。逆にネガティブな対象表象が優位な場合にはソーシャル・サポートが得にくいということを支持する結果が得られた。

各対象表象群について、ソーシャル・サポートと主観的幸福感の3要素との相関、及び3要素の間の相関を見

Table 2  
対象表象群と対人関係群の人数内訳

群	よい対象 表象群	悪い対象 表象群	永続しない 対象表象群	合 計
対 人 関 係				
高 群	50	12	18	80
中 群	15	15	23	53
低 群	17	22	29	68
	82	49	60	191

Table 3  
ソーシャル・サポートと幸福感の3要素との相関

	生活満足感	肯定的感情	否定的感情
サポート	.29*	.30*	.25*
		* $p<.01$	

Table 4  
幸福感の3要素の相関

	生活満足感	肯定的感情	否定的感情
生活満足感		.39*	.49*
肯定的感情	.39*		.01
			* $p<.01$

てみると、よい対象表象群ではソーシャル・サポートと3要素の間には有意な相関は見出されなかった。3要素間では「生活満足感」と「肯定的感情」の間に強い相関が、「生活満足感」と「否定的感情」の間に中程度の相関が見られた (Table 5)。

悪い対象表象群ではソーシャル・サポートと「生活満足感」、「肯定的感情」の間に強い相関がみられた (Table 6)。3要素間では「生活満足感」と「肯定的感情」の間に強い相関が、「生活満足感」と「否定的感情」の間にも強い相関が見られた (Table 7)。

永続しない対象表象群ではソーシャル・サポートと「生活満足感」、「肯定的感情」、「否定的感情」の間に中程度の相関が見られた (Table 8)。3要素間では「生活満足感」と「肯定的感情」の間に中程度の相関が、「生活満足感」と「否定的感情」の間に強い相関が見られた (Table 9)。

以上より、よい対象表象を優位に持つ人は、ソーシャル・サポートの量によって主観的幸福感のどの要素も変化することがないということが示された。また悪い対象表象や永続しない対象表象を優位に持つ人はソーシャル・サポートが得られれば生活満足感、肯定的感情も高まること、さらに、永続しない対象表象を優位に持つ人はソーシャル・サポートを得ることで否定的感情も多く感じるということが示された。

またどの対象表象を優位に持つ人でも、生活満足感が高まるとともに、肯定的感情、及び否定的感情の両方が高まるということが示された。

### ③対象表象の形態とソーシャル・サポートとの交互作用と主観的幸福感の3要素との関連

対象表象の形態、ソーシャル・サポート量による二要因の分散分析を「生活満足感」、「肯定的感情」、「否定的感情」のそれぞれについて行った。

「生活満足感」については、ソーシャル・サポートが少ない場合に対象表象による有意差が見られた ( $F[2,67]=4.77, p<.05$ )。多重比較を行なったところ、よい対象表象群の方が永続しない対象表象群、悪い対象表象群よりも有意に「生活満足感」が高くなることが示された (ともに  $p<.05$ )。ソーシャル・サポートが多い場合についても対象表象による有意差が見られ ( $F[2,79]=4.59, p<.05$ )、多重比較を行なったところよい対象表象群の方が永続しない対象表象群よりも有意に「生活満足感」が高くなることが示された ( $p<.05$ )。同じ対象表象群内のソーシャル・サポート高群、低群では「生活満足感」に有意な差は見られなかった。Fig.1 に生活満足感について各群の得点の差を示した。

以上のことから、ソーシャル・サポートの量に関わらず、よい対象表象を優位に持つ人はそうでない人よりも

**Table 5**  
幸福感の3要素の相関 (よい対象表象群)

	生活満足感	肯定的感情	否定的感情
生活満足感		.47 <sup>+</sup>	.27 <sup>+</sup>
肯定的感情	.47 <sup>+</sup>		-.04
			<sup>+</sup> p<.05

**Table 6**  
ソーシャル・サポートと幸福感の3要素との相関 (悪い対象表象)

	生活満足感	肯定的感情	否定的感情
サポート	.51 <sup>+</sup>	.52 <sup>+</sup>	.41
			<sup>+</sup> p<.05

**Table 7**  
幸福感の3要素の相関 (悪い対象表象群)

	生活満足感	肯定的感情	否定的感情
生活満足感		.53 <sup>+</sup>	.68 <sup>*</sup>
肯定的感情	.53 <sup>+</sup>		.47
			<sup>+</sup> p<.05 *p<.01

**Table 8**  
ソーシャル・サポートと幸福感の3要素との相関 (永続しない対象表象)

	生活満足感	肯定的感情	否定的感情
サポート	.27 <sup>+</sup>	.32 <sup>+</sup>	.25 <sup>+</sup>
			<sup>+</sup> p<.05

**Table 9**  
幸福感の3要素の相関 (永続しない対象表象群)

	生活満足感	肯定的感情	否定的感情
生活満足感		.30 <sup>+</sup>	.49 <sup>*</sup>
肯定的感情	.30 <sup>+</sup>		-.11
			<sup>+</sup> p<.05 *p<.01

生活満足感を多く感じているという結果となった。また、ソーシャル・サポートが多く得られる場合には、よい対象表象群と悪い対象表象群との有意差は見られなかった。悪い対象表象群の生活満足感がソーシャル・サポートの増加によって上昇しているのに対し、永続しない対象表象群ではソーシャル・サポートが増えても生活満足感には上昇しないということが示された。

「肯定的感情」については、ソーシャル・サポートが

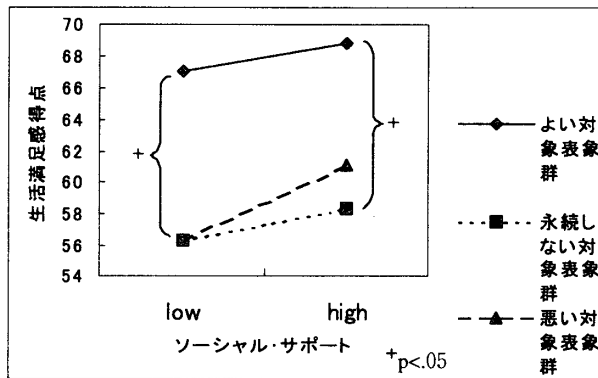


Fig. 1 生活満足感

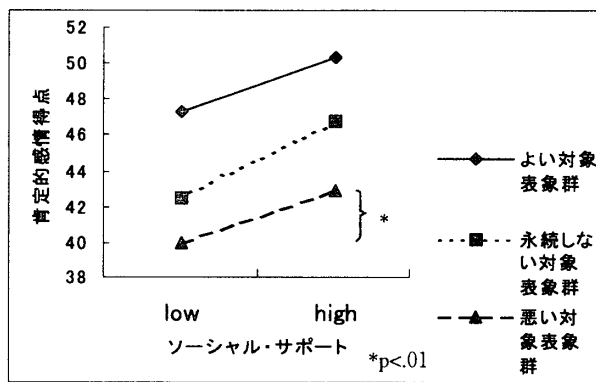


Fig. 2 肯定的感情

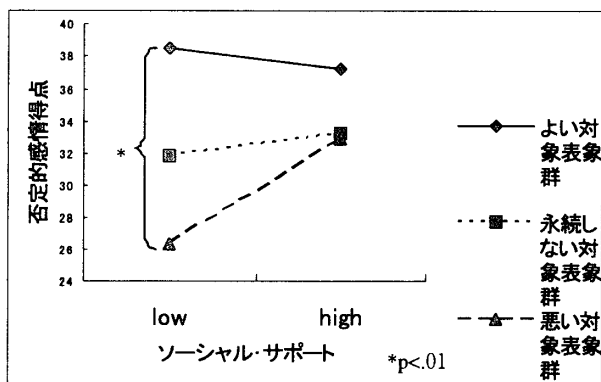


Fig. 3 否定的感情

少ない場合にも多い場合にも対象表象による有意差は見られなかった。同じ対象表象群内のソーシャル・サポート高群, 低群では悪い対象表象群のみ高群の方が低群よりも有意に「肯定的感情」が高くなった ( $F[1,46]=7.62, p<.05$ )。悪い対象表象を優位に持っている人のみが, ソーシャル・サポートが得られると「肯定的感情」が上昇するということが示された。Fig.2に肯定的感情について各群の得点の差を示した。

「否定的感情」については, ソーシャル・サポートが少ない場合に対象表象による有意差が見られた ( $F[2,67]=5.69, p<.01$ )。多重比較を行なったところ, よい対象表象群の方が悪い対象表象群よりも有意に「否定的感情」が高くなることが示された ( $p<.01$ )。同じ対象表象群内でのソーシャル・サポート高群, 低群では「否定的感情」に有意な差は見られなかった。Fig.3に否定的感情について各群の得点の差を示した。

以上のことから, 同じ対象表象群内ではソーシャル・サポートの量は否定的感情に影響しないということが示されたが, よい対象表象を優位に持つ人と悪い対象表象を優位に持つ人とを比べた場合, ソーシャル・サポートが少ない時に, よい対象表象を優位に持つ人の方が特に多く否定的感情を感じているという結果になった。

## 考 察

### 1. 仮説1の検討

仮説1として, 「ソーシャル・サポートが多いほど生活満足感, 肯定的感情が多く感じられ, 否定的感情は少なく感じられるだろう。」というものをあげたが, 結果としてソーシャル・サポートが多いほど, 生活満足感, 肯定的感情が多く感じられるだけでなく, 否定的感情も多く感じられるということが示された。

ソーシャル・サポートが多くなると否定的感情も多く感じられることが, ソーシャル・サポートによる影響なのかどうかを見るために, 対象者全体について主観的幸福感の3要素の関連を見たところ, ソーシャル・サポートの量に関わらず, 生活満足感が多く感じられるほど肯定的感情も否定的感情も多く感じられるということが示された。これは, 主観的幸福感が「生活満足感」と「肯定的感情の存在」, 「否定的感情の不在」からなるものという定義とは異なる結果となった。

このような結果となった理由として, 質問紙の問題が考えられる。本研究では寺崎ら(1992)の研究を踏襲する形で質問紙を作成した。寺崎ら(1992)の研究からは, 主観的幸福感の因子構造として生活満足感因子, 肯定的感情(活動的快, 親和)因子がプラスの負荷を示し, 否定的感情(倦怠, 抑うつ・不安)因子がマイナスの負荷を示した。そのため, それぞれの項目を用いて幸福感を測定しようとしたわけだが, 今回の研究からは異なった構造が示される結果となった。生活満足感と否定的感情がプラスの相関を持つという, 先行研究と大幅に異なる結果となったことについて, 本研究は対象者が国立大学生が中心であり, 男子生徒の数が多かったという, 対象者の違いというものはあるものの, それだけでこのような違いが出ることになったとも考えにくい。本研究で用いたのと同様の質問紙を用いて主観的幸福感を測定して

いる他の研究も見当たらないため、この質問紙で主観的幸福感を測ることについての再検討が課題となると思われる。

このような課題が残されたものの、本研究では、生活満足感と肯定的感情、否定的感情がそれぞれプラスの相関を持つという結果が得られたため、この結果をもとに考察を行っていくこととする。

まず、生活満足感が多く感じられると否定的感情も多く感じられるということについて考察する。今回の研究で測定された否定的感情は、Beck Depression Inventoryで測定されるような病理に結びつくような抑うつ感ではなく、日常で感じられる感情傾向としての否定的感情であった。それに対して、Argyle (1987) が幸福感の側面としてあげたような、「不安や抑うつを含む苦悩 (の不在)」は、生活感情としての否定的感情というよりはより病理に近いものとも考えられる。「否定的感情の不在」という主観的幸福感の定義の示す「否定的感情」とは異なり、日常における感受性の高さというレベルで言えるような「否定的感情」を扱ったために、ソーシャル・サポートが多く得られ、生活満足感を多く感じられるときに、共に多く感じられるということかも知れない。

ソーシャル・サポートが多く得られるときに肯定的感情も否定的感情も多く感じられる理由については、ソーシャル・サポートの基盤となる、対人関係というものの自体の多面性があると考えられる。対人関係が人の心理に及ぼす影響は複雑なものであり、他者と良好な関係を保つためにはお互いにいい部分も悪い部分も受け入れていく事も必要となるため、それに伴いプラスの感情もマイナスの感情もどちらかのみにも偏ることなく体験されるということが考えられる。串崎 (1997) も、他者は心理的支えになるばかりでなく、むしろ、身近な人間関係はしばしばわずらわしく疎ましいものでさえあり、ストレスにもなり得るとしている。つまり、人との関わりが多くなるほど肯定的感情も否定的感情も多く経験されるようになるが、そこから得られる満足感もまた大きくなると言えるだろう。あるいは、対人関係を築く能力の一つとしてモニタリング能力が必要と考えられるが、そのモニタリング能力が他者だけでなく自分に向かうことで肯定的感情も否定的感情も共に感じやすくなり、否定的感情を感じられるからこそ肯定的感情や満足感を感じている自分を意識できるし、そのような状態を幸福だと感じられるのかもしれない。また、今回の研究の中でどの群においても生活満足感と否定的感情の中程度以上の相関が見られたということは、肯定的感情、否定的感情もともに感じることで、多様な感情体験によって、生活全体への満足感ももたらされているということも考えられるのではないだろうか。

## 2. 仮説2の検討

仮説2として「よい対象表象を優位に持つ人はソーシャル・サポートを得やすいが、ソーシャル・サポートが少ない時にも生活満足感、肯定的感情は多く、否定的感情は少なく感じられるだろう。」というものをあげた。

結果として、よい対象表象を優位に持つ場合にはソーシャル・サポートも多く得られることが示された。これは内化された対象表象が他者イメージを決定し、後の対人関係に影響を与え、ソーシャル・サポートが得られるようなよい対人関係を築けるという仮説を支持するものであった。また、よい対象表象を優位に持つ人は、他のネガティブな対象表象を持つ人に比べて、生活満足感、肯定的感情、否定的感情ともに多く感じているということが示された。そして、そのことは現在のサポートが多いか少ないかということからの影響は受けにくいことが示された。

よい対象表象を持つ人は、これまでの経験の中から基本的に多彩な感情を体験し、生活満足感も多く感じられているため、実際にソーシャル・サポートが得られない時にもそれまでの愛情対象との関係を想起することができ、ソーシャル・サポートを得られているときと同様の感情の状態や満足感を保持することができる、ということを示すものと言えるだろう。

## 3. 仮説3の検討

仮説3として「悪い対象表象や永続しない対象表象を優位に持つ人はソーシャル・サポートが得にくい、ソーシャル・サポートを得られる時にも生活満足感、肯定的感情は少なく、否定的感情は多く感じられるだろう。」とした。

結果から、永続しない対象表象群、悪い対象表象群はよい対象表象を持つ場合に比べてソーシャル・サポートが得にくいということが明らかになった。このことより、ネガティブな他者イメージが優位な場合にはソーシャル・サポートが得にくいことが示された。よい対人関係を得るための前提条件としての対象表象というものが重要な役割を果たしていると言えるだろう。

しかし悪い対象表象を優位に持つ人であったとしても、十分なソーシャル・サポートが得られれば主観的幸福感の3要素のどの要素についても、よい対象表象を優位に持つ人とおおよそ同程度に感じられるということが明らかになった。対象表象が悪いものであっても、実際のソーシャル・サポートの多さが主観的幸福感により強い影響を与えていると考えられる。一方で、永続しない対象表象を優位に持つ場合には、ソーシャル・サポートが多く得られていても生活満足感が高まらないことが示された。これは永続しない対象表象群を優位に持つ人は、ソーシャル・サポートの増加にしたがって肯定的感情も否定的感



情も高まってくるものの、そこから満足感を得るというよりは、結局は不安定な要素を含むものと感じられ、幸福感には結びつきにくいものであることが考えられる。

#### 4. まとめ

対人関係の一側面としてのソーシャル・サポートが多いほど、幸福感の要素とされる生活満足感や、生活感情としての肯定的感情、否定的感情が高まることが明らかになった。これは周囲からのソーシャル・サポートを得られる人ほど、人との関係の中でさまざまな感情を生き生きと感じられるということではないだろうか。

幼児期から養育者とのよい関係を持つことができ、よい対象表象を優位に持つことで他者に対してよいイメージを持つことができた人は、実際により対人関係を築くことができ、満足感や肯定的、否定的な感情をともに強く持つことができるが、たとえソーシャル・サポートが得られない場面にあっても、それまでの他者から支えられた記憶があるために、ソーシャル・サポートが得られている時と同程度の感情を感じられるということが示唆された。

また、悪い対象表象が優位であったとしても、ソーシャル・サポートが得られればよい対象表象が優位な人と同様の満足感や感情体験が得られるということも示された。悪い対象表象を優位に持つ人でも、安心して人間関係を築けるような場を持ち、そこでの人間関係を育てていくことで豊かな感情体験が得られると考えられる。

しかし永続しない対象表象が優位な場合にはソーシャル・サポート得られても生活満足感は増加せず、幸福感も高まらない可能性があると考えられる。この永続しない対象表象と青年期における境界例心性は深く結びついているものであり、現在の一見良好な友人関係も、相手が目の前にいないときには実感として保つことができず、常に不安を抱えてしまうということを示すものであると思われる。深谷(2000)も一見好調に見える友人関係の半面で、それらはあくまで「軽いノリ」を前提としたものであり、心の内を話せないという緊張した関係が存在することを指摘している。「軽いノリ」だけのつきあいではなく、全人的に自分を認めてもらえるという関係を、少数の相手とであってもゆっくりと築いていくことで、永続しない対象表象が優位であった人もよい対象表象を優位に持てる方向へと変わっていきけるのではないだろうか。

#### 5. 今後の課題

今回の研究では、これまで行われてきた先行研究での主観的幸福感の定義とは異なる結果となった。そのような結果から見て、主観的幸福感のそれぞれの要素を測定する質問紙としては、今回用いたものは適切ではなかつ

たと考えられる。特に否定的感情について、不安や抑うつなど、より重い否定的感情を測定することで、ソーシャル・サポートが主観的幸福感の要素の一つである「否定的感情の不在」にどう影響するかを精確に見ることができると思われるため、今後の課題として挙げておきたい。

さらに、個人の内的要因として対象表象という概念を取り上げて、よい対象表象群、悪い対象表象群、永続しない対象表象群と3群に分けたものの、被験者数が十分でなく、必ずしも各対象表象群の特徴をよく表すようなサンプルとは言いがたいものであった。特に、一つの対象表象だけを優位に持つというよりも、よいイメージも悪いイメージも共に持っているというのが自然とも考えられ、それを強引に群分けすることの意味をもう一度検討することが必要だろう。

#### 引用文献

- Argyle, M. 1987 *The Psychology of Happiness* London: Routledge (石田梅男訳 1994 幸福の心理学 誠心書房)
- Bradburn 1969 *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine.
- Diener, E. 1984 Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, **95**, 542-575.
- 深谷昌志 2000 「データに見る思春期の子の友だちづきあい」 児童心理 8月号臨時増刊『反抗期の子育て』金子書房
- 福岡欣治・橋本 幸 1997 大学生と成人における家族と友人の知覚されたソーシャル・サポートとそのストレス緩和効果 心理学研究, **68**(5), 403-409.
- 串崎真志 1997 心の支えとは何か — 心理的支え試論 — 大阪大学教育学年報, **2**, 197-207.
- Lawton, M.P. 1975 The Philadelphia Center Morale Scale: A revision. *Journal of Gerontology*, **30**, 85-89.
- 牧野由美子・田上不二夫 1998 主観的幸福感と自己受容の関係 心理学研究, **69**(2), 143-148.
- Neugart, B., Havighurst, R., & Tobin, S. 1961 The measurement of life satisfaction. *Journal of Gerontology*, **16**, 134-143.
- 大木桃代・山内真佐子・織田正美 1998 日常生活における QOL (Quality of Life) に影響を及ぼす要因の検討 早稲田心理学年報, **30**(2), 79-90.
- 重松晴美 1999 青年期における孤独感と内的対象の想起に関する研究 — 境界例心性を通して — 九州大学大学院教育学研究科心理学専攻修士論文
- 寺崎正治・岸本陽一・古賀愛人 1992 多面的感情状態尺度の作成 心理学研究, **62**(6), 350-356.
- 寺崎正治・網島啓司・西村智代 1996 主観的幸福感の

- 構造 日本心理学会第60回発表論文集, 930.
- 植田 智・吉森 護・有倉巳幸 1992 ハッピネスに関する社会心理学的研究 (2) — 大学生におけるハッピネスと生活領域に対する満足度との関連 — 日本心理学会第56回大会論文集, 190.
- 内田由可里 1999 心理臨床場面での主観的幸福感 ～ SWB～ 測定の試み 臨床教育心理学研究, **25**(1), 15-28.
- Wilson,W. 1967 Correlates of avowed happiness. *Psychological Bulletin*, **67**, 294-306.
- 山口雅敏・和田 実 1997 ストレスとソーシャルサポートが孤独感, 疾病徴候, および大学満足度に及ぼす影響: 大学新入生についての縦断研究 東京学芸大学紀要 第1部門, **48**, 239-248.