

青年期の発達課題が幸福感に与える影響

吉 村 英
(本学教授)

本研究の目的は、青年期の大学生を対象として友人関係、恋愛意識、キャリア意識などの発達課題が、幸福感にどのような影響を与えているかについて実証的に検討を行うことにある。

「幸福とは何か」また「幸福になるためにはどうすればよいのか」という問題は人類の永遠のテーマであり、紀元前のギリシャ哲学においても深い考察が行われている。また近年ではブータンのGNH（国民総幸福量）の考え方が、日本を始め世界中の国々で話題となったように、幸福についての関心は世界的な広がりを見せている。心理学の分野においても30年ほど前までは、幸福は主観的な概念であり測定不可能であるという懐疑的な意見が先行していたが、Positive Psychology に対する関心の高まりとともに、幸福感に対する実証的な研究が盛んに行われるようになってきている。

実証的な研究においては、幸福をどのように定義し測定するかという問題が重要となる。この点についてこれまで多くの研究が蓄積されてきたものの、幸福という概念について統一した見解はみられない。また文化心理学の最近の成果は、国や文化の違いにより幸福の捉え方が大きく異なっていることを示している（Uchida, Kitayama, Mesquita, Reyes, & Morling, 2008; Suh & Koo, 2007）。さらに測定方法についても自己報告や他者報告、日記法、日常体験抽出法に加え、脳波や唾液中のコーチゾール量などの生物学的指標までさまざまな方法が開発されている。これらの方法には大石（2009）が指摘するようにそれぞれ長所と欠点があり、それを踏まえて活用することが重要であろう。

幸福感に影響を与える要因についても、これまでさまざまな研究が行われている。たとえば Dolan, Peasgood, & White（2008）は153本の論文をレビューした上で、幸福感に影響を与える要因を1）収入、2）年齢、性、民族性、性格などの個人的特徴、3）教育、健康、職種、失業などの社会的特徴、4）労働、通勤、介護、ボランティア、運動、宗教などの活動時間、5）自己、他者、人生に対する態度や信念、6）人間関係、7）経済的、社会的、政治的環境の7つに分類している。その上で収入、健康、人間関係、雇用状況の重要性を指摘している。確かにこれらの要因は幸福感と重要なつながりを持っていると考えられる。しかしその関係は単純なものではない。たとえば収入と幸福感の関係についてみても、収入が多ければ多いほど幸福感が高いというわけではない。Biswas-Diener（2007）は先行研究をレビューした上で、経済的に非常に恵まれた大富豪の人々と、質素な暮らしを送る人々の幸福感にさほど差がみられないことを示している。また Diener & Oishi（2000）は15か国のGNPと人生の満足度調査の結果を分析し、収入が増加しても人生度の満足度が増加しない国々や、むしろ低下する国々があることを示している。つまり収入と幸福感の関係は単純なものではないといえよう。これは他の要因についても同様であると考えられる。またこれらの結果は、対象とする集団によって幸福感に影響を与える重要な要因が異なっている可能性を示唆している。したがって幸福感に影響を与える要因を検討する際には、対象とする集団の特徴を明らかにする必要がある。その

上で当該集団にとって重要な要因は何かということ、要因間の関連性も視野に入れて検討することが重要であろう。

以上を踏まえた上で本研究では日本の大学生の幸福感に影響を与える要因について検討を行いたい。曾我部と本村（2009）は青年期における大学生の主観的幸福感に影響を与える要因として、社会心理的自己効力意識を取り上げ検討している。社会心理的自己効力意識とは「個を中心に、自身を取り巻くさまざまな次元の社会状況との関わりにおいて、自己効力をいかに発揮出来ているかという主観的認知」であり、「将来社会への期待」「自他評価の一致」「人間関係における親密性」「生活資源の豊かさ」の4因子から構成されている。因子ごとに高群と低群に分けてt検定を行った結果、いずれの因子においても高群の方が低群よりも主観的幸福感が高かった。したがって社会心理的自己効力意識は青年期における大学生の主観的幸福感を有意に規定していることが示された。また浅井（2014）は青年期の過剰適応が主観的幸福感に及ぼす影響について検討を行っている。過剰適応は外的側面に関する3因子（他者配慮、期待に沿う努力、人から良く思われたい欲求）と、内的側面に関する2因子（自己抑制、自己不全感）からなっている。この2側面が主観的幸福感に影響を与えるというモデルが検討された。分析の結果過剰適応の内的側面は主観的幸福感に負の影響を与えていたが、外的側面の影響は有意ではなかった。さらに徳永と松下（2010）は青年期の友人関係に注目し、大学生のソーシャル・スキル（主張性スキル、反応性スキル）と対人相互作用の質（接近度、愉快度、応答度、影響度、自信度）が、主観的幸福感にどのような影響を与えているかについて検討を行っている。分散分析の結果、相手がどの程度自分の要求や感情に反応を返してくれたかという応答度が主観的幸福感にポジティブな影響を与えていた。また複雑な交互作用も見られ、自らのソーシャル・スキルや相手の反応性の違いによって主観的幸福感に差が出てくることも示された。これらの研究はいずれも独自の視点を持つもの

であるが、対人関係が重要な要因であるという点においては共通している。日本で行われた研究では、ここに挙げた以外にも、愛情関係や友人関係、親密な他者との関係など、対人的な相互作用が主観的幸福感に影響を及ぼす重要な要因であることを示すものが多い（牧野・田上、1998；大木・山内・織田、1998；Diener, Oishi, & Lucas, 2003）。したがって日本の大学生の幸福感について考える上で、対人関係は極めて重要な要因であると考えられる。

さて、大学生は早期成人期へとつながる青年期後期にあたり、重要な期間であると同時に、不安定でさまざまな課題を抱える時期でもある。他者との間で自己をどのように位置づけ、人生の意味をいかに見出すかというアイデンティティの確立が重要な課題となってくる。Havighurst（1972 児玉・飯塚訳 2004）は青年期の発達課題として1）同世代の男女と新しい成熟した関係を結ぶ、2）男性あるいは女性の社会的役割を身につける、3）自分の体格をうけいれ、身体を効率的に使う、4）親や他の大人たちから情緒面で自立する、5）結婚と家庭生活の準備をする、6）職業に就く準備をする、7）行動の指針としての価値観や倫理体系を身につける、8）社会的に責任ある行動をとりたいと思い、またそれを実行する、の8つを挙げている。これらの課題は相互に深く結びついていると考えられる。またこれらの課題を達成するために必要となる学習や経験にも共通する部分があると考えられる。たとえば成熟した友人関係を構築することは、1）、2）、4）の課題を達成することにつながるであろうし、異性と豊かな愛情関係を築くことは、2）、3）、4）、5）の課題達成と結びつく可能性がある。またしっかりとキャリア意識を持つことは、6）、7）、8）の課題と関連していると考えられる。さらにHavighurst（1972 児玉・飯塚訳 2004, p.3）は「発達課題は、人生の一定の時期あるいはその前後に生じる課題であり、それをうまく達成することが幸福とそれ以後の課題の達成を可能にし、他方、失敗は社会からの非難と不幸をまねき、それ以後の課題の達成

を困難にする」と述べている。したがって友人関係や異性との関係を成熟させ、キャリア意識を高めることは、青年期の幸福感と深く結びついている可能性がある。

ところで友人や親密な異性との関係が幸福感と結びついていることを示した研究は多いが、キャリア意識と幸福感との関連を検討した研究はあまり多くない。吉村（2009）は日本の女子大学生を対象とした調査を行い、進路選択自己効力感や職業未決定およびキャリア・アンカーなどのキャリア意識と幸福感との関連について検討している。その結果キャリア意識は幸福感に大きな影響を与えている可能性が示された。また韓国の女子大学生を対象とした調査でも、日本の女子大学生と同様にキャリア意識が大学生活の満足感や幸福感に大きな影響を与えていることが示された（吉村，2012）。さらに吉村（2014）はキャリア意識と幸福感の関連について学部間の比較を行っている。キャリア意識に関しては各学部による特徴がみられ、キャリア意識と幸福感の関連性についても各学部の特徴がみられたが、全体としてどの学部においてもキャリア意識は幸福感に大きな影響を与えていた。これらの研究はキャリア意識の成熟が幸福感に大きな影響を与えていることを示している。しかしながらこれらの研究では友人関係や異性との関係は検討されていない。青年期の発達課題と幸福感の関連性を明らかにするためには、キャリア意識とともに、友人関係や異性との関係なども含めて要因として扱い、比較検討することが重要であろう。

吉村（2015）は女子大学生を対象として調査を行い、友人関係、異性関係、キャリア意識などの発達課題が幸福感にどのような影響を与えているかについて検討を行っている。重回帰分析の結果、女子大学生において友人関係、異性関係、キャリア意識の各要因は、それぞれ幸福感と深くつながっていることが確認された。この結果は発達課題と幸福感の関連性を示す興味深いものであるが、調査対象者はすべて女性であり男性は含まれていない。青年期の発達課題に対する認識や幸福感との関連性を検討するた

めには、男子大学生を含めた大学生全体を対象とすることが重要であろう。また発達課題についても、各要因の認知構造を確認するとともに、幸福感への影響力について比較検討を行い相対的な重要性を明らかにすることが必要であると思われる。

そこで本研究では男子大学生と女子大学生を対象として、青年期の発達課題である友人関係や異性関係に対する認識およびキャリア意識が、幸福感にどのような影響を与えているかについて検討を行いたい。友人関係については吉岡（2001）が作成した友人関係測定尺度を参考にし、実際にどのような関係の友人がいるのかを尋ねる。異性との関係については友人の場合と異なりすべての学生に恋人がいるとは限らない。そこで実際の恋人との関係ではなく、恋愛に対してどのようなイメージを抱いているかを尋ねるため、金政（2002）が作成した恋愛イメージ尺度を用いる。キャリア意識の成熟度については、下山（1986）が作成した職業未決定尺度を用い、幸福感とのかかわりを検討する。さらに各発達課題や幸福感に対する認知構造を確認した上で、要因間の関連を示す因果モデルを構築し、幸福感との関連性について比較検討を行いたい。

方 法

本研究では吉村（2015）および吉村（2016）の研究で得られた調査データの一部を対象として分析を行った。以下にその概要を示す。

調査対象者 関西地区の私立K大学教育学部の学生162名、私立K女子大学発達教育学部の学生96名を対象として調査を行った。年齢は18歳から26歳までで、平均年齢は19.57歳（ $SD=1.09$ ）であった。回答に不備のあったものを除く253名（男性74名、女性178名、不明1名）のデータに基づいて分析を行った。

調査時期 平成25年12月から平成26年1月

調査方法 集合調査法による質問紙調査。授業時間を使用して質問紙を配布し、回答を依頼した。研究倫理を配慮して、質問紙の冒頭で回

答は無記名であること、および守秘義務の順守について記載し、さらに口頭で調査への参加は任意であること、および回答したくない項目は記入しなくてよいことを伝えた。

調査項目の概要 調査項目は大きく分けて、フェイスシート、幸せだと感じた経験、幸せの定義、友人関係、恋愛イメージ、職業未決定、幸福感の7つの部分から構成されている。

調査項目と使用尺度 本研究では、以下のフェイスシートと4尺度を使用した。

①フェイスシート 年齢、性別、所属学部学科専攻、および学年（回生）について尋ねた。

②友人関係 吉岡（2001）が作成した友人関係測定尺度を参考に、文末表現を変更した尺度を用いた。吉岡（2001）の尺度は、こうあってほしいと思う理想の友人関係や、日頃の友人との付き合い方について尋ねるものであるが、本研究では実際にそのような友人がいるかどうかには焦点を当て、各質問項目の最後に「友人がいる」という語句を付け加えた。全27項目について、“まったくあてはまらない”（1）から“よくあてはまる”（5）までの5点尺度で回答を求めた。

③恋愛イメージ 金政（2002）が作成した恋愛イメージ尺度を用いた。本尺度は大切・必要、刹那的・付加価値、相互関係、独占・束縛、衝動・盲目的、献身的、成長の7因子からなっている。全28項目について、“まったくあてはまらない”（1）から“よくあてはまる”（5）までの5点尺度で回答を求めた。

④職業未決定 下山（1986）の作成した職業未決定尺度を用いた。未熟、混乱、猶予、模索、安直の5因子からなっている。ただし項目数については因子負荷量の大きさを参考にし、各因子から3項目を選択し、計15項目を採用した。この15項目について、“まったくあてはまらない”（1）から“よくあてはまる”（5）までの5点尺度で回答を求めた。

⑤幸福感 ハッピーネス尺度（吉森・植田・有倉、1992）を使用した。この尺度は生活充実感、将来に対する積極的展望、ストレスバッファ（人間関係）、自己肯定感の4つの下位尺度計14項目からなっている。本研究では各下位尺度か

らそれぞれ3項目を選び、計12項目で構成した。各項目について、“まったくあてはまらない”（1）から“よくあてはまる”（5）までの5点尺度で回答を求めた。

結果と考察

尺度の構成 本研究で用いた尺度は、文末表現や項目数などでオリジナルな尺度とは若干異なる部分がある。例えば友人関係においては各質問項目の最後に「友人がいる」という語句を付け加えている。また職業未決定や幸福感については回答者の負担を考慮し、項目数を少なくしている。そこで回答者の認知構造を確認し尺度を再構成するために、各尺度の項目群に対して因子分析（最尤法、プロマックス回転）を行った。

友人関係項目群の因子分析 友人関係に関する27項目について因子分析を行った。固有値の推移と解釈可能性から因子数を4個（累積寄与率62.4%）に決定した（表1）。第1因子は固有値13.30、プロマックス回転後は「いつも自分に関心を持ってくれる友人がいる」「隠し事をしなくてもよい友人がいる」「自分のことをよくわかってくれる友人がいる」「気持ちが通じ合う友人がいる」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目はお互いに理解し受容してくれる友人がいることを示している。したがってこの因子を「理解受容」の因子と命名した。第2因子は固有値1.38、プロマックス回転後は「自分の知らないことを教えてくれる友人がいる」「互いに高めあう友人がいる」「いろいろな面で刺激を与えてくれる友人がいる」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目はお互いに刺激を与え高めあう友人の存在を示している。そこでこの因子を「切磋琢磨」の因子と命名した。第3因子は固有値1.12、プロマックス回転後は「考えたことや感じたことを正直に話すことができる友人がいる」「自分の素直な感情・態度を示すことができる友人がいる」「まじめな話ができる友人がいる」な

表1 友人関係項目群の因子分析結果

	I	II	III	IV
いつも自分に関心を持ってくれる友人がいる	.770		-.103	.111
隠し事をしなくてもよい友人がいる	.723	.127	.190	-.266
自分のことをよくわかってくれる友人がいる	.693	-.159	.137	.161
気持ちが通じ合う友人がいる	.587		.132	.112
何でも話し合うことができる友人がいる	.584		.335	
心を許すことができる友人がいる	.529		.367	
いつも一緒に行動する友人がいる	.486			.222
自分の嫌なところを見せることができる友人がいる	.480	.343		-.109
電話などでよく話す友人がいる	.433	.179		.116
嫌なことや、悲しいことがあった時になぐさめてくれる友人がいる	.336	.279		.173
趣味や好みが一致している友人がいる	.312	.145		.195
自分の知らないことを教えてくれる友人がいる		.855	-.215	-.112
互いに高め合う友人がいる		.680		
いろいろな面で刺激を与えてくれる友人がいる	-.251	.637		.351
互いに励まし合うことができる友人がいる	.201	.505	.111	
相談し合うことができる友人がいる	.276	.459	.142	
互いに尊敬しあうことができる友人がいる	.288	.441		
互いに弱い部分を見せ合うことができる友人がいる	.368	.420		
相手にいつも関心を持つことができる友人がいる	.291	.324		
考えたことや感じたことを正直に話すことができる友人がいる	.146	-.161	.911	
自分の素直な感情・態度を示すことができる友人がいる	.240	-.138	.632	
まじめな話ができる友人がいる	-.123	.313	.533	.139
将来の夢や希望について話し合う友人がいる		.362	.434	
プレゼントをくれる友人がいる	.193			.636
性格が似ている友人がいる			.167	.592
共通の思い出をたくさん作る友人がいる	.496		-.121	.546
考え方や感じ方が似ている友人がいる	-.104		.355	.500
因子相関行列	I	.696	.718	.608
	II	—	.686	.668
	III		—	.602
	IV			—

どに高い因子負荷量を得ている。これらの項目は自己を素直に開示することができる友人の存在を示している。したがってこの因子を「自己開示」の因子と命名した。第4因子は固有値1.06, プロマックス回転後は「プレゼントをくれる友人がいる」「性格が似ている友人がいる」「考え方や感じ方が似ている友人がいる」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は、考え方や感じ方、性格などが似ており親密な関係の友人がいることを示している。そこでこの因子を「類似親密」の因子と命名した。各因子について因子負荷量が.500より大きく、かつ他の因子の因子負荷量が.400以下である項目をその因子に所属するものとし、因子内の項目の平均点（下位尺度得点）を算出した。

恋愛イメージ項目群の因子分析 恋愛イメージに関する28項目について因子分析を行った。固有値の推移と解釈可能性から因子数を6個（累積寄与率63.4%）に決定した（表2）。第1

因子は固有値6.96, プロマックス回転後は「恋愛など一時的に盛り上がるだけのものである」「恋愛は遊びだと思う」「恋愛は相手を都合よく利用するものである」「恋愛は自分の生活の付加価値に過ぎない」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は恋愛を一時的なものであり付加価値とみなす考え方を示している。そこで金政（2002）と同様にこの因子を「刹那的付加価値」の因子と命名した。第2因子は固有値4.19, プロマックス回転後は「恋愛は私の心の支えだと思う」「恋愛は私を幸せな気分させてくれる」「恋愛は常にしたいと思う」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は、恋愛は自分にとって大切なものだという認識を示している。そこでこの因子を金政（2002）と同様に「大切必要」の因子と命名した。第3因子は固有値2.18, プロマックス回転後は「恋愛とは相手のことを思う気持ちである」「恋愛とは互いを助け合い、思いやることだと思う」「恋愛はお互いを理解し

表2 恋愛イメージ項目群の因子分析結果

	I	II	III	IV	V	VI
恋愛など一時的に盛り上がるだけのものである	.762	-.133				
恋愛は遊びだと思ふ	.759	.124				
恋愛は相手を都合よく利用するものである	.718	.177		-.128		
恋愛は自分の生活の付加価値に過ぎない	.666	-.146				.132
恋愛なんて所詮アクセサリーのようなものでしかない	.659					
恋愛は時間とお金の浪費である	.527				-.134	
恋愛は私の心の支えだと思ふ	-.134	.764				
恋愛は私を幸せな気分にさせてくれる	-.112	.689	.150			
恋愛は常にしたいと思ふ		.683		.144		
恋愛は生きていくために必要なものだと思ふ	.177	.649	.138		-.174	
恋愛をしていると生活に張り合いが出る		.649				
恋愛をすると自分に自信が持てるようになると思ふ	.117	.638	-.169			.192
恋愛とは相手のことを思ふ気持ちである			.866			
恋愛は互いを助け合い、思いやることだと思ふ			.827			
恋愛はお互いを理解し合うことだと思ふ			.761			
恋愛には信頼感が大事だと思ふ			.692		.140	
恋愛をしていると周りが見えなくなってしまう				.941	-.120	
恋愛はのめりこんでしまうものだと思ふ				.762		
恋愛とは自分の気持ちを押しさえきれなくなってしまうものだ				.493	.368	-.111
恋愛とは相手のためなら何でもできることである		.111		.382		.134
恋愛とは相手のためにどれだけ自分を犠牲にできるかだと思ふ	.102			.338		.104
恋愛をすると相手を独占したくなると思ふ			.121		.790	
恋愛は相手を束縛してしまうものだと思ふ					.771	
恋愛をしていると相手のいろいろなところに干渉したくなる					.664	
恋愛はあたらしい自分を発見する場である						.785
恋愛とは自分を磨く機会だと思ふ						.671
恋愛はお互いに成長していくものだと思ふ			.245			.650
恋愛とは相手に何かしてあげたいと思ふことだ	-.136			.152	.219	.351
因子相関行列	I	—	-.268	-.607	-.049	.005
	II		—	.354	.441	.271
	III			—	.181	.099
	IV				—	.619
	V					—
	VI					

あうことだと思ふ」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目はお互いに理解し思いやる関係の重要性を示している。そこで金政（2002）と同様にこの因子を「相互関係」の因子と命名した。第4因子は固有値1.89、プロマックス回転後は「恋愛をしていると周りが見えなくなってしまう」「恋愛はのめりこんでしまうものだと思ふ」「恋愛とは自分の気持ちを押しさえきれなくなってしまうものだ」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は恋愛の盲目的、衝動的な側面を表している。そこで金政（2002）と同様にこの因子を「衝動盲目的」因子と命名した。第5因子は固有値1.29、プロマックス回転後は「恋愛をすると相手を独占したくなると思ふ」「恋愛は相手を束縛してしまうものだと思ふ」「恋愛をしていると相手のいろいろなところに干渉したくなる」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これ

らの項目は相手を独占し束縛したくなるという認識を示している。そこで金政（2002）と同様にこの因子を「独占束縛」の因子と命名した。第6因子は固有値1.23、プロマックス回転後は「恋愛は新しい自分を発見する場である」「恋愛とは自分を磨く機会だと思ふ」「恋愛はお互いに成長していくものだと思ふ」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は恋愛における自己の成長という側面を示している。そこで金政（2002）と同様にこの因子を「成長」の因子と命名した。各因子について因子負荷量が490より大きく、かつ他の因子の因子負荷量が400以下である項目をその因子に所属するものとし、因子内の項目の平均点（下位尺度得点）を算出した。全体的に金政（2002）と類似した結果が得られたが、金政（2002）の研究で抽出された「献身的」因子は、本研究では因子として構成されなかった。「献身的」因子は金政

(2002)の研究においても α 係数が.66と最も低く、因子としての安定性について更なる検討が必要であると思われる。

職業未決定項目群の因子分析 職業未決定に関する15項目について因子分析を行った。固有値の推移と解釈可能性から因子数を4個(累積寄与率59.4%)に決定した(表3)。第1因子は固有値5.29, プロマックス回転後は「自分一人で職業を決める自信がない」「自分が職業としてどのようなことをやりたいのかわからない」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は職業意識が未熟で職業選択に自信が持てない状態を示している。そこで下山(1986)の研究を参考にし、この因子を「未熟」の因子と命名した。第2因子は固有値1.45, プロマックス回転後は「自分を採用してくれる所なら、どのような職業でもよいと思っている」「生活が安定するなら、職業の種類はどのようなものでもよい」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は職業選択において自らの関心や興味を深く考えようとしないうる安易な態度を示している。そこで下山(1986)と同様にこの因子を「安直」の因子と命名した。第3因子は固有値1.16, プロマックス回転後は「将来の職業のことを考えると気が滅入ってくる」「職業決定のことを考えると、とてもあせ

りを感じる」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は職業決定に直面して情緒的に混乱している状態を示している。そこで下山(1986)と同様にこの因子を「混乱」の因子と命名した。第4因子は固有値1.01, プロマックス回転後は「職業は決まっていなくても、今の関心を深めていけば職業につながってくると思う」「これだと思える職業が見つかるまでじっくり探していくつもりだ」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は職業選択において積極的に模索している状態を示している。そこで下山(1986)と同様にこの因子を「模索」の因子と命名した。各因子について因子負荷量が.450より大きく、かつ他の因子の因子負荷量が.300以下である項目をその因子に所属するものとし、因子内の項目の平均点(下位尺度得点)を算出した。下山(1986)の研究と比較すると、本研究では「職業決定を猶予して当面のところは職業について考えたくない」という「猶予」の因子が抽出されなかった。その原因はいろいろ考えられるが、本研究の調査対象者が教育学部系の学生であり、職業決定を早期に行っている学生が比較的に多いということも関係している可能性がある。

幸福感項目群の因子分析 幸福感に関する12項目について因子分析を行った。固有値の推移

表3 職業未決定項目群の因子分析結果

	I	II	III	IV
自分一人で職業を決める自信がない	.971	-.105	-.125	
自分が職業としてどのようなことをやりたいのかわからない	.634	.155		
誤った職業決定をしてしまうのではないかと不安があり、決定できない	.586		.209	.147
職業に関する情報がまだ十分ないので、情報を集めてから決定したい	.446			.318
これまで、自分自身で決定するという経験が少なく、職業決定のことを考えると不安になる	.444		.240	
できることなら職業決定は、先に延ばし続けておきたい	.423	.192	.157	
せっかく大学に入ったのだから、今は職業のことは考えたくない	.369	.155		
自分にとって職業につくことは、それほど重要なことではない	.243	.230		
自分を採用してくれる所なら、どのような職業でもよいと思っている	.129	.829		-.105
生活が安定するなら、職業の種類はどのようなものでもよい	-.110	.797		
できるだけ有名なところに就職したいと思っている	.122	.232	.167	
将来の職業のことを考えると気が滅入ってくる			1.029	-.199
職業決定のことを考えると、とてもあせりを感じる			.639	.225
職業は決まっていなくても、今の関心を深めていけば職業につながってくると思う	-.179			.525
これだと思える職業が見つかるまでじっくり探していくつもりだ	.119			.454
因子相関行列	I	—	.619	.640
	II	—	.485	.104
	III	—	—	.152
	IV	—	—	—

と解釈可能性から因子数を3個（累積寄与率62.1%）に決定した（表4）。第1因子は固有値4.59、プロマックス回転後は「周りの人々の中で、自分の個性が生かされている」「私のことを頼りがいがあると思う人がいる」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は人との関係で満たされている状態を示している。そこでこの因子を「人間関係」の因子と命名した。第2因子は固有値1.56、プロマックス回転後は「将来に夢を持っている」「生きていく上でめざす目標がある」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は将来に向けて積極的な展望を持っていることを示している。そこで吉森他（1992）の結果を参考にし「将来展望」の因子と命名した。第3因子は固有値1.31、プロマックス回転後は「毎日の生活にハリがない（逆転項目）」「毎日の生活がつまらないと感じている（逆転項目）」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は毎日の生活の充実度を示している。そこで吉森他（1992）を参考にしこの因子を「生活充実感」の因子と命名した。各因子について因子負荷量が.450より大きく、かつ他の因子の因子負荷量が.300以下である項目をその因子に所属するものとし、因子内の項目の平均点（下位尺度得点）を算出した。本研究では「生活充実感」因子と「将来展望」因子については、吉森他（1992）と類似した結果が得られた。吉森他（1992）における「ストレス・バッファ」と「自己肯定感」の因子は、本研究では「人間関係」の因子とし

て一つにまとまっている。

友人関係、恋愛イメージ、職業未決定が幸福感に与える影響 友人との関係や異性との関係を成熟させること、また職業に対する考え方を深めることは、青年期の重要な発達課題であると考えられる。Havighurst（1972 児玉・飯塚訳 2004, p.3）は「発達課題は、人生の一定の時期あるいはその前後に生じる課題である」と述べ、課題をうまく達成することが幸福につながり、失敗は社会からの非難と不幸をまねくと指摘している。したがって発達課題の達成は幸福感と強く関連している可能性がある。

そこでまず友人関係に対する認識が幸福感にどのような影響を与えているかを検討するために、友人関係の4因子を説明変数とし、幸福感を目的変数とする一括投入方式の重回帰分析を行った（表5）。なお幸福感の尺度としては12項目の合計点を用いた。4因子の中で「理解受容」の因子のみが幸福感に有意な正の影響を与えていた。「切磋琢磨」、「自己開示」、「類似親密」などの因子の標準偏回帰係数（ β ）は有意ではなかった。したがってただ友人がいるというだけでは不十分であり、自分を本当に理解し受け入れてくれる友人がいることが重要であるということを示している。そのような友人の存在が幸福感と強くつながっているようである。

次に恋愛に対するイメージが幸福感にどのような影響を与えているかを検討するために重回帰分析を行った。恋愛イメージの6因子を説明

表4 幸福感項目群の因子分析結果

	I	II	III
周りの人々の中で、自分の個性が生かされている	.827		
私のことを頼りがいがあると思う人がいる	.736		
少しずつ成長しているような気がしている	.705		
人に誇れるものがある	.670		
親しく打ち解けて話せる人がいる	.457		
心の底から笑ったり、怒ったり、泣いたりすることがある	.248	.236	-.113
将来に夢を持っている	-.153	.919	
生きていく上でめざす目標がある		.760	
夢を実現しようと意欲に燃えている	.173	.714	
毎日の生活にハリがない			.858
毎日の生活がつまらないと感じている			.735
生き方に自信が持てない	-.155		.504
因子相関行列	I	—	-.506
	II	—	-.466
	III		—

変数とし、幸福感を目的変数とする一括投入方式の重回帰分析を行った（表5）。「大切必要」の因子と「成長」の因子が幸福感に有意な正の影響を与えていた。したがって恋愛が心の支えであり生きていくために必要だと思っている人ほど、また恋愛は自分を磨き成長させてくれるものだと思っている人ほど幸福感が高いということを示している。これとは逆に「独占束縛」の因子は幸福感に有意な負の影響を与えていた。したがって恋愛とは相手を束縛し独占したくなるものだと考える人ほど、幸福感は低くなるということを示している。これらの結果は恋愛に対する考え方がさまざまな形で幸福感に大きな影響を与えていることを示唆している。

最後にキャリア意識が幸福感にどのような影響を与えているかを検討するために、職業未決定の4因子を説明変数とし、幸福感を目的変数とする一括投入方式の重回帰分析を行った（表5）。「未熟」因子は幸福感に有意な負の影響を与えていた。したがってキャリア意識が未熟なために将来の見通しがなく、職業選択に取り組めない状態であれば、幸福感は低下するということを示している。一方「模索」因子は幸福感に有意な正の影響を与えていた。たとえ職業が未決定であっても、自分に合った職業をじっくりと継続的に模索していこうという積極的な姿勢は、幸福感を高めることにつながるようである。この結果は吉村（2009, 2012, 2014, 2015）の結果と類似しており、キャリア意識の

形成が幸福感の向上に大きな影響を与えていることを示唆している。

以上の結果は青年期の幸福感を考える上で、発達課題の達成度に注目することが重要であることを示しているといえよう。

発達課題と幸福感の関連 重回帰分析の結果は、友人関係に対する認識や恋愛に対するイメージおよびキャリア意識などの発達課題が、全体的な幸福感に大きな影響を与えていることを示している。ところで因子分析の結果は、幸福感が「人間関係」「将来展望」「生活充実感」の3因子から構成されることを示している。ではこれらの因子は青年期の発達課題とどのような関連を持っているのであろうか。発達課題の各因子が幸福感の各因子にどのような影響を与えているかをさらに詳しく検討することは、発達課題と幸福感の関連を理解する上で重要な意義があると考えられる。そこで本研究では構造方程式モデルを使用してこの問題を検討した。なお分析には統計パッケージAMOS7.0を使用した。

まず外生変数としては、発達課題に関する「理解受容」「大切必要」「独占束縛」「成長」「未熟」「模索」の6因子をモデルに含めた。また内生変数としては幸福感に関する「人間関係」「将来展望」「生活充実感」の3因子を設定した。その上で外生変数である6因子それぞれが内生変数である3因子のすべてに影響を与えるという因果モデルを立てた。この因果モデルに対して構造方程式モデルを使用して分析を行い、パス係数の検討を行った。パス係数の絶対値が小さくかつ実質的な意味もないと考えられるパスを1つ削除し再分析を行うというプロセスを順次行い、最終的に図1のモデルが得られた。モデルのあてはまりを示す適合度指標は、GFI=.892, AGFI=.859, RMSEA=.053であり、モデルとデータの適合度は十分であるといえよう。

この結果を発達課題の各因子から見ていくと、まず友人関係の因子である「理解受容」は幸福感の3因子すべてに正の影響を与えていた。とくに「人間関係」因子に与える影響は大きく、

表5 重回帰分析の結果（幸福感全体）

		幸福感	
		R	β
友人関係	理解受容	.517***	.458***
	切磋琢磨		.095
	自己開示		.007
	類似親密		-.019
恋愛イメージ	利他的付加価値	.459***	-.055
	大切必要		.226**
	相互関係		.123
	衝動盲目的		-.121
	独占束縛		-.175*
成長	.221**		
キャリア意識	未熟因子	.479***	-.338***
	安直因子		-.073
	混乱因子		-.081
	模索因子		.255***

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

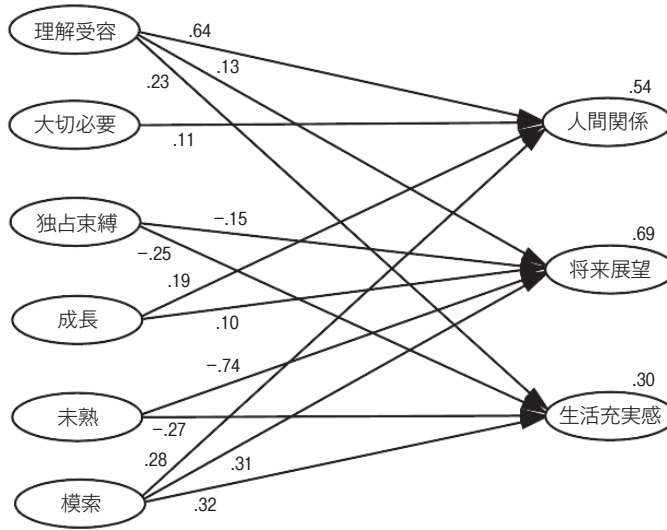


図1 発達課題と幸福感の関連
注) 誤差及び潜在変数に関する観測変数は省略した。

友人に理解され受容されることが人間関係の満足につながっていることを示している。また「生活充実感」因子に与える影響もかなり強く、友人との関係が毎日の生活の充実感に結びついていることを示している。恋愛イメージの因子である「大切必要」は幸福感の「人間関係」因子にのみ正の影響を与えていた。恋愛を大切なものだと考えることは、人間関係の満足にもつながるようである。恋愛イメージの「独占束縛」因子は幸福感の「将来展望」と「生活充実感」因子に負の影響を与えていた。恋愛は相手を独占し束縛するものだという思いが強くなると、将来の夢や目標が失われ、毎日の生活にも充実感が感じられなくなるようである。これに対し恋愛イメージの「成長」因子は、幸福感の「人間関係」と「将来展望」因子に正の影響を与えていた。恋愛を自己の成長の機会だと考えることは、人間関係の満足につながるとともに、将来の夢や目標に向かって進もうとする気持ちも高めてくれるようである。キャリア意識の「未熟」因子は幸福感の「将来展望」と「生活充実感」因子に負の影響を与えていた。とくに「将来展望」因子に与える影響は大きく、キャリア意識が未熟で職業選択に取り組めない状態が、将来への展望を失わせ夢や目標を持つことを困

難にしているようである。したがって毎日の生活もハリがなくつまらないものと感じるようになるのであろう。これに対しキャリア意識の「模索」因子は、幸福感の3因子すべてに正の影響を与えていた。職業がまだ決まっていなくても、職業選択に向けて積極的に模索していこうという姿勢は、将来の夢や目標を持つことにつながり、毎日の生活を充実させることになるのであろう。またそのような姿勢は周りの人々との人間関係も充実させるようである。

発達課題の6因子の中で、負の影響を与えていたのは「独占束縛」と「未熟」の2因子であった。これらの因子はいずれも幸福感の「将来展望」と「生活充実感」因子に負の影響を与えていたが、「人間関係」因子とは関連がなかった。これら2因子のネガティブな影響が将来の展望を失わせ生活の充実感を損なうことはあっても、人間関係の満足度に影響を与えないという結果は非常に興味深い。「人間関係」因子には友人関係の「理解受容」因子が大きな正の影響を与えていた。したがってネガティブな恋愛イメージを持ち、キャリア意識が未熟であっても、友人関係が満たされていけば、人間関係の満足度は損なわれない可能性がある。この点については今後の検討が必要であると思われる。

まとめと今後の課題

本研究では青年期の大学生を対象として、友人関係、恋愛意識、キャリア意識などの発達課題が、幸福感にどのような影響を与えているかについて検討を行った。

友人関係については、「理解受容」「切磋琢磨」「自己開示」「類似親密」の4因子が抽出された。この4因子の中で「理解受容」のみが幸福感に有意な正の影響を与えており、他の3因子は幸福感との関連が見られなかった。したがって幸福感を得るためには、自分と似た親しい友人や、いろいろな話ができる友人がいるだけでは不十分なようである。また自分に刺激を与えてくれ高めあうような友人がいても、それだけでは幸福感につながらないようである。幸福感を得るためには、自分のことを気にかけて理解した上で、受容してくれるような友人の存在が重要であるといえよう。またそのような友人関係を築くことが、青年期における重要な発達課題であるともいえよう。

恋愛イメージについては、「刹那的付加価値」「大切必要」「相互関係」「衝動盲目的」「独占束縛」「成長」の6因子が確認された。この中で「大切必要」と「成長」の因子が幸福感に有意な正の影響を与えており、「独占束縛」の因子が有意な負の影響を与えていた。したがって恋愛を肯定的に捉え、生きていくために必要なものであり、自分に自信を与えてくれる心の支えだと思ふ人ほど、幸福感が高くなるといえよう。また恋愛は自分を再発見する機会であり、自分を磨き成長させてくれるものだと思える人ほど幸福感は高くなるといえる。これに対し恋愛を否定的に捉え、相手に干渉したり独占したりしたくなるものだと考える人ほど幸福感は低くなるといえよう。したがって恋愛を閉鎖的な関係と捉えるのではなく、自分を成長させてくれる豊かで大切な関係であると認識することが幸福感につながるといえる。またそのような成熟した恋愛イメージを育成することは、青年期における重要な発達課題であると考えられる。

キャリア意識として取り上げた職業未決定については、「未熟」「安定」「混乱」「模索」の4因子が抽出された。この4因子の中で幸福感に有意な影響を与えていたのは「未熟」因子と「模索」因子の2つであった。「未熟」因子の影響力は負であり、「模索」因子の影響力は正であった。したがってキャリア意識が未成熟であり、職業選択に関して自信がなく不安定な状態であることは、幸福感の低下につながるようになる。しかし職業が未決定であっても職業選択に正面から取り組み、継続的に努力を行っていくという姿勢があれば、幸福感はむしろ増大することになる。この結果はキャリア意識の成熟が青年期における重要な発達課題であり、その達成が幸福感につながるという可能性を示している。

以上の結果は青年期の発達課題が全体的な幸福感に大きな影響を与えていることを示しているが、本研究では発達課題の各因子と幸福感の各因子との関係についても、構造方程式モデルを用いてさらに詳しく検討した。幸福感については「人間関係」「将来展望」「生活充実感」3因子が抽出された。「人間関係」因子には、友人関係の「理解受容」因子、恋愛イメージの「大切必要」と「成長」因子、およびキャリア意識の「模索」因子が正の影響を与えていた。このように多くの発達課題が人間関係の充実と係わりを持っているが、その中でも「理解受容」の影響力は極めて大きい。したがって自分を理解し受容してくれる友人との関係を構築することが、青年期においてとくに重要であることを示唆している。「将来展望」因子には、友人関係の「理解受容」因子、恋愛イメージの「成長」因子およびキャリア意識の「模索」因子が正の影響を与えていた。これに対し恋愛イメージの「独占束縛」因子とキャリア意識の「未熟」因子は負の影響を与えていた。パス係数の絶対値を見ると最も大きな影響を与えているのはキャリア意識の「未熟」因子であり、その次が「模索」因子であった。したがってキャリア意識を成熟させ職業選択に真剣に取り組むことは、将来の夢や目標を明確にし、未来への展望を開く

という意味で重要な課題であるといえよう。「生活充実感」因子には「理解受容」「独占束縛」「未熟」「模索」の4つの因子が影響を与えていた。またその影響力に大きな差はみられなかった。したがって毎日の生活を充実させハリのあるものとするには、友人関係、恋愛イメージ、キャリア意識のいずれもが重要であり必要であるといえよう。ここまで構造方程式モデルによる分析結果について簡単に述べてきたが、これらの結果は発達課題の各要因が、幸福感のどのような側面に関連しているかを具体的に示しているという点で重要であると思われる。

最後に今後の課題についていくつか述べたい。本研究では青年期の発達課題に関連する要因として友人関係、恋愛イメージ、キャリア意識の3つを取り上げて検討した。これらの要因が Havighurst (1972 児玉・飯塚訳 2004) の挙げた8つの課題とどう結びつくのかについては、より具体的かつ理論的な検討が必要と思われる。とくに「親や他の大人たちから情緒面で自立する」という課題や「イデオロギーを発達させる」という課題については、独立した要因として幸福感との関連を検討する必要があるかも知れない。

また本研究では男子学生と女子学生を調査対象者としているが、性別による分析は行っていない。しかし青年期の発達課題に対する認識や幸福感との関連性は、男性と女性で異なる可能性もある。この点についても今後さらに詳しく検討を行う必要があると思われる。

幸福感の概念や測定尺度に関してもより広い観点から検討を行うことが必要であろう。本研究では吉森他 (1992) のハピネス尺度を用いて幸福感を測定した。因子分析の結果「人間関係」「将来展望」「生活充実感」の3因子が抽出された。これらの因子は幸福感の構成要素とも考えられる。しかしながら幸福感の測定では Diener, Emmons, Larsen, & Griffin (1985) の人生満足尺度 (SWLS) も多く使用されている。人生満足尺度は主観的幸福感の認知的側面を測定する尺度であるといわれている。本研究で抽出された3因子が Diener et al. (1985) の人生

満足度とどのような関連を持っているのかについても、実証的な検討を重ねていくことが重要であると思われる。

引用文献

- 浅井継悟 (2014). 青年期の過剰適応が主観的幸福感に及ぼす影響 心理学研究, 85, 196-202.
- Biswas-Diener, R. M. (2007). Material wealth and subjective well-being. In M. Eid & R. J. Larson (Eds.), *Handbook of subjective well-being* (pp. 307-322). New York: Guilford.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Diener, E., & Oishi, S. (2000). Money and happiness: Income and subjective well-being across nations. In E. Diener & E. M. Suh (Eds.), *Culture and subjective well-being* (pp.185-218). Cambridge, MA: MIT Press.
- Diener, E., & Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-425.
- Dolan, P., Peasgood, T., & White, M. (2008). Do we really know what makes us happy?: A review of the economic literature on the factors associated with subjective well-being. *Journal of Economic Psychology*, 29, 94-122.
- Havighurst, R. J. (1972). *Developmental tasks and education*. New York: Longmans.
(ハヴィガースト, R. J. 児玉憲典・飯塚裕子 (訳) (2004). ハヴィガーストの発達課題と教育 新装版 川島書店)
- 金政裕司 (2002). 恋愛イメージ尺度の作成とその検証——親密な異性関係、成人の愛着スタイルとの関係から—— 対人社会心理学研究, 2, 93-101.
- 牧野由美子・田上不二夫 (1998). 主観的幸福感と社会的相互作用の関係 教育心理学研究, 40, 52-57.
- 大石繁宏 (2009). 幸せを科学する——心理学からわかったこと—— 新曜社
- 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, 79-90.
- 下山晴彦 (1986). 大学生の職業未決定の研究 教育心理学研究, 34, 20-30.
- 曾我部佳奈・本村めぐみ (2009). 青年期における大学生の主観的幸福感——その影響要因の探索に向けて—— 和歌山大学教育学部紀要教育科学, 60, 81-87.

- Suh, E. M., & Koo, J. (2007). Comparing subjective well-being across nations: Theoretical, methodological, and practical challenges. In M. Eid & R. J. Larsen (Eds.), *Handbook of subjective well-being* (pp.414–427). New York : Guilford.
- 徳永美紗子・松下姫歌 (2010). 青年期の友人関係における主観的幸福感, ソーシャル・スキルおよび対人交互作用の質との関連 広島大学大学院心理臨床教育研究センター紀要, 9, 80–90.
- Uchida, Y., Kitayama, S., Mesquita, B., Reyes, J. A. S., & Morling, B. (2008). Is perceived emotional support beneficial? Well-being and health in independent and interdependent cultures. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24, 741–754.
- 吉森讓・植田智・有倉巳幸 (1992). ハッピネスに関する社会心理学的研究(1)——ハッピネス尺度の開発—— 日本心理学会第56回大会発表論文集, 189.
- 吉村英 (2009). キャリア意識の形成が大学生生活の満足感に及ぼす影響 京都女子大学発達教育学研究, 3, 23–33.
- 吉村英 (2012). 韓国女子大学生のキャリア意識と大学生生活の満足感および幸福感 京都女子大学発達教育学研究, 6, 41–60.
- 吉村英 (2014). 女子大学生のキャリア意識と幸福感——学部間の比較—— 京都女子大学発達教育学研究, 8, 31–53.
- 吉村英 (2015). 女子大学生における幸福の概念と幸福感の規定因 京都女子大学発達教育学研究, 9, 13–29.
- 吉村英 (2016). 大学生における幸福の概念——男子学生と女子学生の比較—— 京都女子大学発達教育学研究, 10, 13–30.
- 吉岡和子 (2001). 友人関係の理想と現実のズレ及び自己受容から捉えた友人関係の満足感 青年心理学研究, 13, 13–30.