大学生における肯定感情・否定感情の経験頻度と well-being との関連について

○雨宮俊彦¹ 吉津潤²

(1:関西大学社会学部 2:関西大学大学院心理学研究科)

Key words: 肯定感情, well-being, 日誌法

目 的

日常的に人はどんな感情をどの程度の頻度で経験しているのだろうか？日誌法は簡便だが、比較的信頼できる結果を出すことが指摘されている(Scherer, et. al. 2004)。本研究では、まだ研究のすくない肯定感情もふくめ 20 種類の感情を対象とし、日常的に大学生が各感情をどの程度の頻度で経験しているのか、感情の基本次元や well-being とどんな関係にあるのか探索的に調査することを目的とする。

方 法

■参加者：関西地方の大学生 42 名（男 9 名、女 33 名、平均年齢 18.9 歳・SD=1.1）。

■質問紙と手続き：日本語版 PANAS(佐藤・安田, 2001) と PST(Positivity Self Test:Frederickson, 2009)の日本語訳を用い毎日の感情を 1 週間にわたって寝る前に記録した。PST は、肯定感情 10（喜び、穏やかさ、愛情、感謝、誇り、希望、感動、興味、面白さ、畏敬）と否定感情 10（ストレス、悲しみ、怒り、憎しみ、嫌悪、軽蔑、恐怖、当惑、恥、罪悪感）についてそれぞれ三語あげ 4 段階評価するものである。1 週間の感情記録の翌日、POMS(横山, 2005)を用いて 1 週間の感情の評定、Rosenberg 自尊心尺度(青木・清水, 2004)と主観的幸福感尺度(島井他, 2004)を実施した。

結 果 と 考 察

各人の 20 種類の感情についての評定値の 1 週間の平均を変数として因子分析（主因子法・プロマックス回転）すると肯定感情と否定感情の明確な 2 因子構造がえられた。畏敬は肯定、否定両方に負荷を示したが、他は方法で述べたとおりに分類された（以下では畏敬は肯定感情として分析する）。因子間相関は 0.036 でほぼ無相関だった。

表 1. 各感情への PANAS (PA, NA) からの重回帰分析結果

	PA	NA	R
誇り	0.55	n.s.	0.56
希望	0.54	n.s.	0.53
愛情	0.41	n.s.	0.40
興味	0.56	-0.22	0.55
感動	0.60	-0.15	0.58
面白さ	0.51	-0.23	0.50
喜び	0.57	-0.14	0.55
穏やかさ	0.41	-0.22	0.42
恐怖	n.s.	0.55	0.54
ストレス	n.s.	0.54	0.55
当惑	n.s.	0.53	0.54
恥	n.s.	0.51	0.51
罪悪感	n.s.	0.48	0.47
怒り	n.s.	0.42	0.41
憎しみ	n.s.	0.39	0.42
軽蔑	n.s.	0.38	0.38
嫌悪	-0.16	0.50	0.48
悲しみ	-0.22	0.56	0.55
感謝	0.41	0.116*	0.45
畏敬	0.25	0.20	0.36

(標準化回帰係数、* $p < .05$, 無印 $p < .01$)

平均すると、否定感情では嫌悪、怒りの頻度が高く、恐怖の頻度が低く、肯定感情では喜び、面白さの頻度が高く、畏敬の頻度が低かった。

表 1 に、各人の 1 週間の PANAS の PA(肯定感情)と NA(否定感情)の得点を予測変数、20 感情の頻度を目的変数とした重回帰分析の結果を示した。PANAS の PA、NA との関係からは 20 感情が 5 群に分かれる。ここでは畏敬と感謝が PA、NA 両者に関連した感情として位置づけられる。

POMS とは、畏敬が混乱と 0.57、抑うつ・落込みと 0.48、怒り・敵意と 0.34 と他の肯定感情(すべて活力とのみ有意な正の相関を示した)とは明確に異なる相関のパターンを示した。これは、畏敬が認知的な調節機能を越えた対象に対する感情であり(Shiota, et. al. 2007)、POMS で測定しているような感情的な混乱と関連していることを示唆している。

自尊心とは、感動 $r = .31$ ($p < .05$)、喜び $r = .40$ ($p < .01$)、恥 $r = -.35$ ($p < .05$)、罪悪感 $r = -.33$ ($p < .05$)が有意な相関を示した。主観的幸福感とは、喜び $r = .33$ ($p < .05$)、軽蔑 $r = -.45$ ($p < .01$)、嫌悪 $r = -.35$ ($p < .05$)が有意な相関を示した。

図 1. 肯定感情(P)と否定感情(N)の比率と主観的幸福感(曲線は 3 次回帰曲線と 95%信頼区間)

肯定感情(P)と否定感情(N)をまとめると P/N 比の平均は 2.04 (SD=0.95)で肯定感情は否定感情の 2 倍の頻度だった。これは、Frederickson(2009)のアメリカの平均的データとほぼ一致し、Positivity Offset の存在を示している。P/N 比と主観的幸福感の相関は 0.46 ($p < .01$)だった。P/N 比から主観的幸福感への回帰分析の適合は良くないが、3 次回帰式まで寄与率の改善が見られた。データ数が少なく、P/N 比に well-being が立ち上がる臨界値があるか否かはわからないが、両者が直線的関係ではなく、P/N 比=2.0 付近を中心に P/N 比が 1 に近くなると主観的幸福感が落ち込み、P/N 比が 3 を越えると主観的幸福感が大きく上昇する傾向はうかがえる。

引用文献: Fredrickson, B. (2009) *Positivity*, Crown.
Scherer, R. K., Wranik, T., Sangsue, J., Tran, V. & Scherer, U. (2004) Emotions in Everyday Life, *Social Science Information*, 43(4), 499-570.

(Toshihiko AMEMIYA, Jun YOSHIZU)