新たな向社会的行動尺度作成の試み(2)

向社会的行動がwell-beingに及ぼす影響

○寺田 和永¹・津川 秀夫²・谷 英俊³(広島文教大学¹・吉備国際大学²・日笠クリニック³)

キーワード: 向社会的行動, well-being, PERMA

Development of a new prosocial behavior scale (2)

Kazuhiisa Terada¹, Hideo Tsugawa² and Hidetoshi Tani³(Hiroshima Bunkyo University¹, Kibi International University², Hikasa Clinic³)

Key Words: prosocial behavior, well-being, PERMA

目 的

前報(津川・寺田・谷, 2019)において, 〈親切〉〈社会奉仕〉〈不機嫌の抑制〉からなる向社会的行動尺度を作成した。前原(2017)は, 親切行動がポジティブ感情を増大し, 精神的健康および身体的健康に良い影響のあることを示した。そこで本研究は, 前報(津川ら, 2019)のデータを用いて, 向社会的行動がwell-beingやストレス反応に及ぼす影響について検討した。

方 法

調査対象者・調査時期: 津川ら(2019)に同じ。
質問紙: 下記質問紙を作成した尺度と同時に実施した。
①主観的幸福感尺度(伊藤ら, 2003): 〈人生に対する前向きな気持ち〉〈自信〉〈達成感〉〈人生に対する失望感のなさ〉〈至福感〉の5因子15項目。
②PERMA-Profiler日本語版(塩谷ら, 2015): 〈Positive emotion〉〈Engagement〉〈Relationship〉〈Meaning〉〈Accomplishment〉の5領域15項目に, 〈Over all〉〈Negative emotion〉〈Health〉〈Lonely〉の5領域8項目を加えた23項目。
③SRS-18(鈴木ら, 1997): 〈抑うつ・不安〉〈不機嫌・怒り〉〈無気力〉の3因子18項目。

結 果

1. 向社会的行動の多少によるwell-beingの比較

尺度の合計点を算出し, 平均+0.5SD以上であった者を向社会的行動High群, 平均-0.5SD以下であった者を向社会的行動Low群とした。主観的幸福感尺度, PERMA-Profiler, SRS-18の各因子および合計点についてt検定による比較をおこなった(Table 1, 2, 3)。

その結果, 主観的幸福感尺度では, 全因子および合計点においてHigh群の方がLow群よりも有意に得点が高かった($p<.01$)。PERMA-Profilerでは, PERMAの5領域と〈Over

all〉〈Health〉においてHigh群の方が, 有意に得点が高かった($p<.01$)。SRS-18では, 〈不機嫌・怒り〉〈無気力〉においてHigh群の方が, 有意に得点が低かった($p<.05$)。

2. 向社会的行動がwell-beingに及ぼす影響

向社会的行動尺度の3因子を独立変数, 主観的幸福感尺度, PERMA-Profiler, SRS-18の各因子を従属変数として重回帰分析を繰り返した。

その結果, 〈親切〉は, 主観的幸福感尺度の〈人生に対する前向きな気持ち($\beta^2=.19$)〉〈自信($\beta^2=.18$)〉〈至福感($\beta^2=.25$)〉で, 正の影響が有意であった。また, PERMA-Profilerの〈Positive emotion($\beta^2=.28$)〉

〈Engagement($\beta^2=.39$)〉〈Relationship($\beta^2=.29$)〉〈Meaning($\beta^2=.37$)〉〈Accomplishment($\beta^2=.32$)〉で, 正の影響が有意であった。

〈不機嫌の抑制〉は, 主観的幸福感尺度の〈人生に対する前向きな気持ち($\beta^2=.16$)〉〈自信($\beta^2=.15$)〉〈達成感($\beta^2=.15$)〉〈人生に対する失望感のなさ($\beta^2=.20$)〉〈至福感($\beta^2=.14$)〉で, 正の影響が有意であった。また, PERMA-Profilerの〈Accomplishment($\beta^2=.19$)〉で, 正の影響が有意であった。一方, SRS-18の〈抑うつ・不安($\beta^2=-.28$)〉〈不機嫌・怒り($\beta^2=-.40$)〉〈無気力($\beta^2=-.25$)〉で, 負の影響が有意であった。

各分析におけるいずれの因子においてもVIF<3であったことから, 多重共線性は生じていないと判断した。

考 察

結果から, 向社会的行動の多い者は幸福感を強く感じており, ストレス反応の低いことが示された。また, 向社会的行動のうち, 親切で思いやりある行動はwell-beingを増進させること, 不機嫌な態度の抑制は幸福感を高めストレス反応を減らすこと, が示された。これらの結果は, 前原(2017)を支持するものと考えられる。

Table 1 向社会的行動の多少による主観的幸福感尺度の各因子得点およびt検定結果

	High (N = 72)		Low (N = 59)		<i>t</i> 値
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	
前向きな気持ち	9.53	1.16	8.42	1.45	4.83**
自信	8.78	1.86	7.83	2.00	2.81**
達成感	8.81	1.18	8.17	1.25	2.99**
失望感のなさ	7.99	2.02	6.93	1.76	3.15**
至福感	7.82	1.78	6.64	1.77	3.77**
主観合計	42.92	5.25	38.00	5.92	5.04**

** $p<.01$

Table 2 向社会的行動の多少によるPERMA-Profilerの各得点およびt検定結果

	High (N = 72)		Low (N = 59)		t 値
	M	SD	M	SD	
Positive emotion	20.03	5.44	16.02	5.29	4.25**
Engagement	21.25	4.87	17.22	5.07	4.63**
Relationship	20.22	4.56	16.88	5.46	3.82**
Meaning	19.03	4.91	14.64	5.39	4.87**
Accomplishment	18.90	4.06	14.64	4.60	5.62**
Over all	107.19	19.87	85.54	23.01	5.78**
Negative emotion	12.83	5.78	14.25	5.45	1.44
Health	20.96	6.59	17.08	6.05	3.47**
Lonely	3.68	2.67	4.02	2.50	0.74

** $p<.01$

Table 3 向社会的行動の多少によるSRS-18の各因子得点およびt検定結果

	High (N = 72)		Low (N = 59)		t 値
	M	SD	M	SD	
	抑うつ・不安	5.10	4.51	6.25	4.77
不機嫌・怒り	3.60	3.56	5.10	3.88	2.31*
無気力	5.28	4.26	6.80	4.12	2.06*
SRS合計	13.97	10.80	18.15	11.29	2.16*

* $p<.05$