

大学生の主観的幸福感におけるメタ認知及び家族機能の影響

岩佐 康弘

(京都教育大学大学院 教育学研究科)

The effect of meta cognition and family function on subjective well-being of university students

Yasuhiro IWASA

2016年11月30日受理

抄録：本研究では、青年期の大学生の生きがいに含まれる主観的幸福感に対する家族機能およびメタ認知の影響を検討することを目的とした。大学生153名を対象に質問紙法により、主観的幸福感、メタ認知、家族機能を測定した。分析の結果、メタ認知が高い大学生や、家族機能の「適応性」「凝集性」を高く認知している大学生は主観的幸福感を抱きやすいことが分かった。さらに、主観的幸福感には、メタ認知の「モニタリング」と家族機能の「凝集性」が規定因となることが示唆された。一方で、家族機能の円環モデルの「バランス」群の主観的幸福感が高いという結果にはならなかった点で先行研究との相違がみられた。

キーワード：主観的幸福感、メタ認知、家族機能、大学生

I. 問題と目的

1. 日本人大学生の幸福感について

内閣府の幸福度に関する研究会(2011)によると日本は高度経済成長期以降、経済的豊かさと幸福度が比例して上昇しているとは言えない指標が示されていて、心の豊かさを表す幸福感に対する注目が集まっている。そして、幸福度を判断する際に重視する事項としては上位に「健康」「家族」「家計」「精神的ゆとり」などが挙げられている。つまり、経済面における基本的な生活基盤の確保だけでなく、身体面における健康を大切にする意識の高まりやさらに、心のゆとりという精神面での「心の健康」を大切に思うことが幸福感に繋がっていることが分かる。

また、日本における幸福感を考慮する時、日本特有の文化の影響を考慮する必要があると思われる。Markus & Kitayama (1991)は、日本文化で優勢なのは相互協調的自己観であると指摘している。つまり、幸福感についての研究が盛んな北米文化で優勢な自己観は相互独立的自己感であり、幸福の感じ方が日本とは異なるため、日本人固有の幸福感について研究する意義があると考えられる。内田・萩原(2012)によると日本などの関係志向的文化では、自身だけが幸せであることにはよくないというネガティブな意味も含まれ、対人関係の中で結びつきを感じるによって幸福感は得られると示されている。従って、日本人の幸福感を考慮するには、対人関係を考慮する必要があると考えられる。

ところで、青年期は心理的社会的な移行期である。青年期の自己形成とは、溝上(2011)によると主体的かつ個人的に自己を形作る過程としていて、自己形成の過程およびゴールは個人によって千差万別であると考えられる。大野(1984)によると、アイデンティティとそれを構成する要因(親密性、信頼、時間的展望など)の高低によって、青年の充実感のペースラインは決まり変動していることが示されている。従って、青年期は自覚的に社会生活を行う時期であり、日々過ごしていく中で楽しさや挫折など様々なことを、感じるが多くなることが想定される。

なお、先行研究によると青年期の大学生の幸福感は生きがいに含まれることが示されている。熊野(2006)によると、生きがいの重要な二つの側面として、①ポジティブ状況とネガティブ状況での生きがいには質的な差が考

えられること（状況的側面）、②生きがいにおいて、現在の状況だけでなく、過去の意味づけや未来の展望が大切（時間的側面）を挙げている。そして、現在抱えている幸福感は状況的側面のポジティブ・ネガティブ感情に該当すると示されている。また、生きがいの状況的側面の研究では、熊野(2010)によると、ポジティブな状況ではポジティブ感情を感じるにより生きがいを感じることができ、ネガティブな状況では生きがいを考えることによってネガティブな状況を受容していくことが生きがいにつながると示唆されている。従って、青年期の大学生は自身がいる状況に適応して快感情を抱き幸福であると感じることが、生きがいにつながっていると考えられる。

2. 主観的幸福感

心理的健康に関する従来の研究においては、人間のネガティブ感情及び病理的側面に注目が集まっていた。他方、QOL(Quality of life)の研究の流れの中で、社会・経済的な指標のような客観的指標だけでなく、個人の主観的判断、心理的側面への重要性が高まり、主観的幸福感への関心が高まった(石井, 1997)。主観的幸福感(Subject well-being)は、Diener, Suh, Lucas, & Smith(1999)によると、感情状態を含み、家族・仕事などの特定の領域に対する満足や人生全般に対する満足を含む広範な概念であり、ある程度時間的安定性と状況に対する一貫性を持つと考えられている。主観的幸福感の構造として、認知的側面と感情的側面の二つの領域があることは多くの研究者の一致した見解になっている(Diener et al., 1999)。認知的側面は自己の生活に対する満足度を指し、感情的側面は楽しい、悲しいといったポジティブ感情とネガティブ感情の両側面を指す。

主観的幸福感の尺度作成にあたっては、WHOは憲章の前文で健康(health)の定義を身体的及び心的側面から提示していて、この定義をふまえ、同機関が心の健康自己評価質問紙SUBI(Subjective Well-Being Inventory)を開発した(Sell & Nagpal, 1992; 藤南・園田・大野, 1995)。しかし、伊藤・相良・池田・川浦(2003)は、SUBIは精神医療の分野で、臨床診断を目的とした個人の健康度(疲労度)を測る目的で開発されたため、「心の疲労度」に含まれる項目内容はストレス反応(動悸やめまい、不眠、緊張など)であり、また、尺度には心理的健康という「結果」だけでなく、それをもたらすソーシャルサポートも含まれていると指摘している。また、島井・大竹・宇津木・池見(2004)は、主観的な過程である幸福感を主観的な心理的評価をさけて、客観的な環境面(教育・勤労・収入など)の評価から算定することで把握することが困難であることを指摘している。従って、主観的幸福感は認知面および感情面の評価から把握する必要があると考えられる。

3. メタ認知

メタ認知は、自身の思考や行動を客観的に判断して認知する能力である。メタ認知は学習との関係で取り上げられることが多いが、自身の感情を調整するのにも有効である。その点で、主観的幸福感を高める要因になると考えられる。メタ認知の定義については、研究者により多少見解が異なっているが、Schraw & Dennison(1994)は、メタ認知を人が何かを学ぶ場面での省察(reflect)、理解(understand)そしてコントロール(control)する能力と定義している。また、メタ認知の構成要素に関して三宮(2008)は、認知についての知識といった「知識的側面」と、認知のプロセスや状況のモニタリングおよびコントロールといった「活動的側面」とに大きく2つに分けている。

メタ認知はストレスな状況へのコーピングに寄与する要因の一つとしても検討されている。加藤(2001)によると、ストレスフルな状況においてはコーピングが柔軟であることが精神的健康につながることを示されている。そして、コーピングの柔軟性に影響を与える認知機能の一つとして、ストレス状況の変化に応じてコーピング方略の有効性をモニタリングする機能が指摘されている。そして、モニタリングの機能を含むメタ認知はこれまでストレス反応のコーピングに寄与する要因としても検討されてきた(Babb, Levine, & Arseneault, 2010; 中

村・大塚, 2014)。中村・大塚(2014)は、自身の考えをモニタリングして内面へ注意を向ける「認知的自己意識」や、ある種の考えは抑制すべきだと信じることを意味する「思考統制の必要性」といったメタ認知が、コーピングの柔軟性の獲得を促し、抑うつを低減できる可能性を示唆した。従って、メタ認知はネガティブ感情を抑制できる可能性が考えられ、主観的幸福感への影響も考えられる。

4. 家族機能

Olson, NcCabbin, Larsen, Muxen, & Wilson. (1985)は家族機能を、情緒的な結びつき、家族成員間におけるお互いの関与の程度を表す「凝集性」、状況的・発達のストレスに応じて、勢力構造や役割を変化させる夫婦・家族システムの能力を表す、「適応性」の2次元で捉え、円環モデル(Figure 1)を提唱した。そして、青年期は主要な依存対象であった、親や家族から心理的に離脱して「個」を確立していく過程であり、家族のお互いの存在の認識や役割の捉え方が個人の性格や個人の認知的機能に影響する事が考えられる。そのため、家族機能は、個人の言動や考え方にも影響を与えており、個人の認知的側面としての主観的幸福感にも影響を与えていると考えられる。先行研究では、青年期の家族機能の認知の影響を検討した伊藤(2005)が、凝集性が高く家族間の絆が意識されてかつ、適応性が高いルールがないような自由な家庭が青年期の人にとっては肯定的な養育態度と認知されている事を示している。また、青年期の家族機能の認知及び対人恐怖傾向と自己愛的傾向の関係では、家族機能における適応性が高い群は対人恐怖傾向尺度の「劣等感による不安」因子の尺度得点が低く、自己愛的傾向尺度の「自己の有能さへの自信」因子の尺度得点が高いという結果が示された(児玉, 2016)。つまり、家族機能に対して凝集性及び適応性を高く認知している青年期の人は自身に対しても肯定的な認識で捉えていることが考えられ、家族機能は主観的幸福感にも影響を与えていることが考えられる。

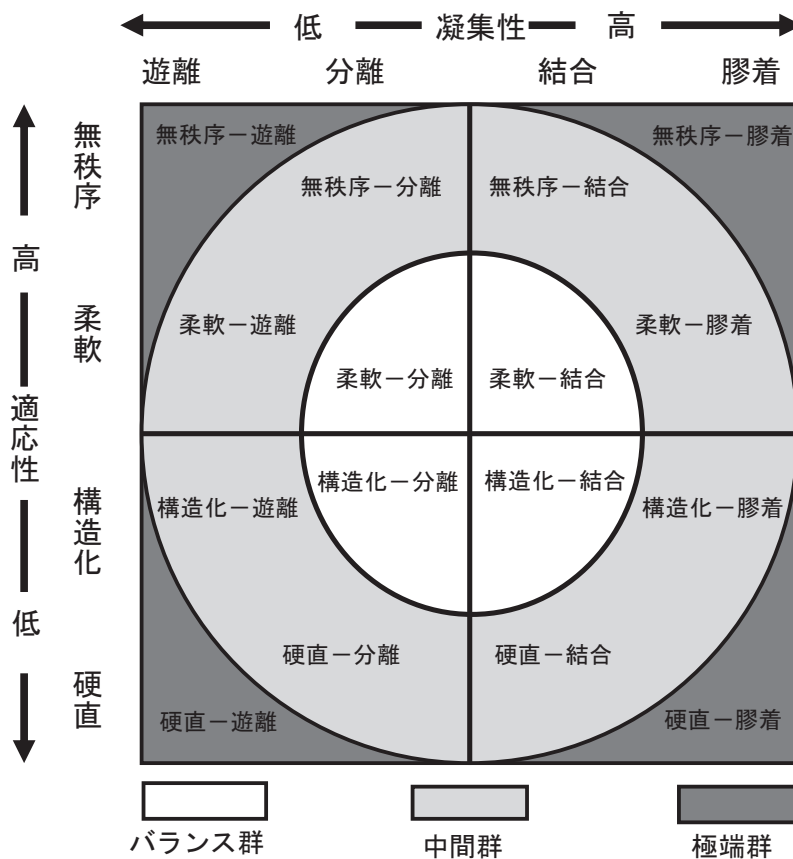


Figure 1 家族機能の円環モデル (Olson, et al., 1985; 草田・岡田, 1993)

5. 本研究の目的

杉村(1998)は、青年期の大学生におけるアイデンティティ形成を「自己の視点に気づき、他者の視点を内在化しながら、そこで生じた自己と他者の間の視点の食い違いを相互調整によって解決する作業」と述べている。つまり、自身が所属してきた社会的関係性のある集団の意味を問い直し、自身で内省したうえで社会生活を過ごしていることが考えられる。その上で、青年期の大学生は家族という社会集団に所属してきて、同時に家族から独立して自己を確立させる時期でもあり、家族機能への認知が自己の確立に影響することが考えられる。また、既存の価値観を問い直し内省する際には、自身の認知に対する認知、すなわちメタ認知の影響も考えられる。そして、社会の中での自己の意味を改めて見出す過程を通じたアイデンティティの確立が、主観的幸福感といった生きがいも感じることにつながることが想定される。従って、主観的幸福感に対して家族機能およびメタ認知の影響があることが想定される。

以上より、本研究では、青年期の大学生の生きがいに含まれる主観的幸福感に対する家族機能およびメタ認知の影響を検討することを主たる目的とする。具体的にはまず、メタ認知及び家族機能の認知の程度の違いによる主観的幸福感の差異を検討する。そして、主観的幸福感の規定因となる家族機能およびメタ認知を検討する。

Ⅱ. 方 法

対象者及び調査の手続き 京都市内の国立大学に通う大学1回生から4回生。有効回答数は計153名(女性110名、男性53名)であった。なお、本研究の調査では男女の人数の差が大きく、性差に関する統計的分析は難しいため、性別の要因は込みとした。調査時期は、2015年11月中旬から下旬かけて、大学の講義時間内に行った。調査は集団式、自記式の質問紙法により実施した。

質問項目

①主観的幸福感尺度(伊藤・相良・池田・川浦, 2003)。「満足感」「達成感」「自信」「至福感」「失望感」の5因子15項目からなり、「非常にそう思う(4)、ある程度そう思う(3)、あまりそう思う(2)、全くそう思わない(1)」の4件法で質問した。②家族機能測定尺度(草田・岡堂, 1993)。「適応性」「凝集性」の2因子20項目からなり、「いつもある(5)、よくある(4)、ときどきある(3)、たまになる(2)、まったくない(1)」の5件法で質問した。③成人用メタ認知尺度(阿部・井田, 2010)。「モニタリング」「コントロール」「メタ認知的知識」の3因子28項目からなり、「とてもよくあてはまる(6)、大体当てはまる(5)、やや当てはまる(4)、やや当てはまらない(3)、あまり当てはまらない(2)、全く当てはまらない(1)」の6件法で質問した。

Ⅲ. 結 果

1. 主観的幸福感尺度・成人用メタ認知尺度・家族機能測定尺度の確認的因子分析

(1) 主観的幸福感尺度の確認的因子分析

主観的幸福感尺度の構成を確認するために、最尤法による確認的因子分析(以降、確認的因子分析は同じ方法を用いた)を行った。先行研究では5因子構造であったことをふまえ5因子モデルを作成して分析したが、因子「至福感」の項目は先行研究でも伊藤ら(2003)は宗教的経験が日常生活の基盤にない多くの日本人にとって馴染みにくい項目であると指摘していることを踏まえ、また、モデルの適合度の観点から除外して再分析した(Table 1)。モデル適合は、GFI=.922, RMSEA=.064, AGFI=.873であり、概ね十分な適合が確認された。なお、それぞれの因子に含まれる項目の得点の平均をその因子の尺度得点(以降、尺度得点の算出は同じ方法を用いた)とした。

(2) 成人用メタ認知尺度の確認的因子分析

成人用メタ認知尺度の構成を確認するために確認的因子分析を行った。なお、先行研究では3因子構造であったことをふまえ3因子モデルを作成して分析したが、パス係数が低い項目があったため除外して再度分析した (Table 2)。モデル適合は、GFI=.860, RMSEA=.087, AGFI=.807でありGFIとAGFIはやや低かったが概ね適合が確認された。

(3) 家族機能測定尺度の確認的因子分析

家族機能測定尺度の構成を確認するために確認的因子分析を行った。なお、先行研究では2因子構造であったことをふまえて2因子モデルを作成して分析したが、パス係数が低い項目があったため除外して再度分析した (Table 3)。モデル適合は、GFI=.835, RMSEA=.063, AGFI=.823であり、GFIとAGFIはやや低かったが概ね適合が確認された。

Table 1 主観的幸福感尺度の確認的因子分析の結果

項目	Factor I	Factor II	Factor III	Factor IV
Factor I: 満足感 (α=.803) : 人生に対する前向きな気持ち				
1a あなたは人生が面白いと思いますか。	.829			
1f ここ数年やってきたことを全体的に見て、あなたはどの程度幸せに感じていますか。	.801			
1d 過去と比較して現在の生活は幸せですか。	.653			
Factor II: 自信 (α=.791) : 未来の出来事への対処				
1c 今の調子でやっていけば、これから起こることにも対応できる自信がありますか。		.819		
1j 危機的な状況に(人生を狂わせるようなこと)に出会った場合でも、あなたはその状況に適切に対処できると思いますか。		.717		
1b ものごとが思うように進まない場合でも、あなたはその状況に適切に対処できると思いますか。		.706		
Factor III: 達成感 (α=.595) : 社会的な達成				
1i これまでどの程度成功したり出世したと感じていますか。			.756	
1k 自分がやろうとしたことはやり遂げていますか。			.617	
1g 期待通りの生活水準や社会的地位を手に入れたと思いますか。			.390	
Factor IV: 失望感 (α=.681) : 人生に対して後ろ向きな気持ち				
1m* 自分の人生は退屈だとか面白くないと感じていますか。				.851
1n* 自分の人生には意味がないと感じていますか。				.816
1e* 将来のことが心配ですか。				.317
因子間相関				
	I	II	III	
	II	.696		
	III	.625	.678	
	IV	-.913	-.638	-.501

GFI=.922,RMSEA=.064,AGFI=.873 * :逆転項目

Table 2 メタ認知尺度の確認的因子分析の結果

項目	Factor I	Factor II	Factor III
Factor I: モニタリング (α=.865) : 認知についての気づき			
2b 課題の中の重要な関連性を理解しようと、繰り返し振り返っている。	.789		
2a 答える前に、問題に対する別の答えについても検討している。	.774		
2d 課題に取り組んでいる最中も、自分のやり方が上手くいっているか、自分で分析している。	.768		
2h 意識的に立ち止まり、自分の理解を確認する。	.736		
2f 学んでいるとき、教える人がどんなことを自分に期待しているのか、わかっている。	.694		
Factor II: コントロール (α=.754) : 認知についての目標設定			
2i 新しい知識や情報について、その意味や重要性に注意を向けている。		.775	
2k 初めて聞く情報や知識は、自分の言葉に置きかえてみる。		.690	
2v 読んでいてわからなくなったときには、一時中断して読み返してみる。		.605	
2j 学ぶときに、自分の理解を助けるために、絵や図表を描く。		.490	
2l 自分の理解の助けになるようテキストの構成や目次を利用している。		.467	
Factor III: メタ認知的知識 (α=.840) : 認知についての知識			
2y 重要なことに対して、意識的に注意を向けている。			.819
2p 読んでいることが、自分の知っていることと関連していないか、考えながら読んでいる。			.750
2w 過去に上手くいったやり方を試みている。			.744
2z そのテーマについて何らかの知識があるときに、もっともよく学べる。			.656
2x 学ぶために十分な時間をかけるようにする。			.631
因子間相関			
	I	II	
	II	.892	
	III	.854	.920

GFI=.860,RMSEA=.087,AGFI=.807

Table 3 家族機能測定尺度の確認的因子分析の結果

項目	Factor I	Factor II
Factor I: 凝集性 ($\alpha=.932$) : 家族間の情緒的結びつき		
3m 家族がまとまっている事は、とても大切である。	.855	
3h 私の家族は、みんなで一緒にやりたいことがすぐに思いつく。	.838	
3b 私の家族は、みんなで何かをするのが好きである。	.833	
3k 家族で何かをする時は、みんなでやる。	.800	
3a 私の家族は、困った時、家族の誰かに助けを求める。	.790	
3q 私の家族では、自由な時間は、家族と一緒に過ごしている。	.766	
3l 私の家族では、何かを決める時、家族の誰かに相談する。	.747	
3i 家族の方が、他人よりもお互いに親しみを感じている。	.734	
3j 家族は、それぞれの友人を気に入っている。	.630	
Factor II: 適応性 ($\alpha=.832$) : 状況に応じて家族内の役割を変化させる能力		
3c 私の家族では、問題の解決には子どもの意見も聞いている。		.808
3p 私の家族は、子供の言い分も聞いて、しつけをしている。		.792
3n 私の家族では、問題の性質に応じて、その取り組み方を変えている。		.749
3o 私の家族では、家事・用事は、必要に応じて交代する。		.535
3e 私の家族では、子供が自主的に物事を決めている。		.530
3r 私の家族では、誰がどの家事・用事をするか決まっている。		.513
	因子相関	.809

GFI=.835, RMSEA=.063, AGFI=.823

2. メタ認知因子の尺度得点の高低による主観的幸福感の差異

メタ認知の因子「モニタリング」の尺度得点 ($M=3.77$, $SD=0.94$), 因子「コントロール」の尺度得点 ($M=4.06$, $SD=0.79$), 因子「メタ認知的知識」の尺度得点 ($M=4.15$, $SD=0.86$) のそれぞれの平均値±標準偏差をもとに得点の高低で3群(高群・中群・低群)に分割して独立変数として、主観的幸福感尺度の各因子の尺度得点を従属変数として1要因分散分析を実行した(Table 4)。因子「モニタリング」は主観的幸福感の因子「満足感」($F(2,150)=13.846$, $p<.01$), 「自信」($F(2,150)=14.900$, $p<.001$), 「失望感」($F(2,150)=9.457$, $p<.001$) において主効果が有意であった。多重比較(有意水準5%のRyan法, 以降分析方法は同様)の結果, 因子「満足感」では高群・中群が低群より得点が高く, 因子「自信」では高群・中群・低群の順で得点が高く, 因子「失望感」では低群が高群より得点が高かった。

因子「コントロール」は主観的幸福感の因子「満足感」($F(2,150)=8.434$, $p<.001$), 「自信」($F(2,150)=6.030$, $p<.01$) 「失望感」($F(2,150)=9.464$, $p<.001$) において主効果が有意であった。多重比較の結果, 因子「満足感」では高群・中群・低群の順で得点が高く, 因子「自信」では高群が低群より得点が高く, 因子「失望感」では高群が中群・低群より得点が低かった。

因子「メタ認知的知識」は主観的幸福感の因子「満足感」($F(2,150)=15.410$, $p<.001$), 「自信」($F(2,150)=8.712$, $p<.001$), 「達成感」($F(2,150)=6.201$, $p<.01$), 「失望感」($F(2,150)=8.326$, $p<.001$) において主効果が有意であった。多重比較の結果, 因子「満足感」では高群・中群・低群の順で得点が高く, 因子「自信」では高群が中群・低群より得点が高く, 因子「達成感」では高群・中群が低群より得点が高く, 因子「失望感」では高群が中群・低群より得点が低かった。

以上の分析結果より, 自身の認知活動についてよく気づきを表す「モニタリング」の高さや認知についての目標設定を行う「コントロール」の高さや自身の認知についての知識である「メタ認知的知識」が主観的幸福感の高さに影響していることが示唆された。

Table 4 主観的幸福感の各因子とメタ認知因子の尺度得点の高低の平均値と標準偏差及び分散分析の結果

	人数	モニタリング				コントロール				メタ認知的知識			
		高	中	低	F 値	高	中	低	F 値	高	中	低	F 値
		43	71	39		47	63	43		37	64	52	
主観的 幸福 感	満足感 M	3.376	3.183	2.744	13.846***	3.392	3.111	2.865	8.434***	3.372	3.310	2.703	15.410***
	(SD)	(0.535)	(0.500)	(0.670)		(0.589)	(0.567)	(0.586)		(0.496)	(0.539)	(0.657)	
	達成感 M	2.859	2.587	2.291	14.900***	2.775	2.593	2.532	6.030**	2.775	2.552	2.315	8.712***
	(SD)	(0.650)	(0.487)	(0.530)		(0.658)	(0.458)	(0.526)		(0.610)	(0.508)	(0.452)	
	自信 M	2.821	2.657	2.535	2.952	2.806	2.669	2.532	3.019	2.814	2.682	2.423	6.201**
(SD)	(0.649)	(0.516)	(0.395)		(0.644)	(0.452)	(0.465)		(0.597)	(0.462)	(0.469)		
失望感 M	2.145	2.380	2.713	9.457***	2.093	2.496	2.624	9.406***	2.167	2.458	2.685	8.326***	
(SD)	(0.598)	(0.577)	(0.608)		(0.636)	(0.622)	(0.499)		(0.572)	(0.582)	(0.648)		

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

3. 家族機能因子の尺度得点の高低による主観的幸福感の差異

家族機能の「適応性」因子の尺度得点 ($M=3.12$, $SD=0.94$) 「凝集性」因子の尺度得点 ($M=3.14$, $SD=0.81$) それぞれについて先行研究にならない、尺度得点の平均で2分割した上でさらに標準偏差(SD)で区分して、尺度得点の平均値+1SD以上の群、平均値以上平均値+1SD未満の群、平均値未満平均値-1SD以上の群、平均値-1SD未満の群の4群に分割した。群名も先行研究にならない、尺度得点が高いほど家族内の役割などが流動的であることを示す因子「適応性」は、尺度得点の高い順に「無秩序」「柔軟」「構造化」「硬直」として、尺度得点が高いほど家族間の情緒的絆が強いことを表す「凝集性」は、尺度得点の高い順に「膠着」「結合」「分離」「遊離」とした。そして、独立変数を家族機能の因子「適応性」「凝集性」のそれぞれ分割した群として、従属変数を主観的幸福感の各因子の尺度得点として1要因分散分析を行った(Table 5)。

因子「適応性」は、主観的幸福感の因子「満足感」($F(3,149) = 8.147$, $p < .001$)、「自信」($F(3,149) = 7.828$, $p < .001$)、「達成感」($F(3,149) = 9.499$, $p < .001$)、「失望感」($F(3,149) = 7.807$, $p < .001$)において主効果が有意であった。多重比較の結果、因子「満足感」では無秩序群が他の群より得点が高く、柔軟群が構造化群より得点が高く、因子「自信」では無秩序群・柔軟群が構造化群・硬直群より得点が高く、因子「達成感」では無秩序群が他の群より得点が高く、因子「失望感」では、無秩序群が構造化群・硬直群より得点が低く、柔軟群が構造化群より得点が低かった。

因子「凝集性」は主観的幸福感の因子「満足感」($F(3,149) = 3.889$, $p < .05$)、「達成感」($F(3,149) = 7.175$, $p < .001$)「失望感」($F(3,149) = 2.772$, $p < .05$)において主効果が有意であった。多重比較の結果、因子「満足感」では膠着群が他の群より得点が高く、因子「達成感」では膠着群が他の群より得点が高く、因子「失望感」は膠着群が分離群より得点が低かった。

以上の分析結果より、家族内の役割の流動性を示す「適応性」の高さや家族内の絆を示す「凝集性」の高さが主観的幸福感の高さに影響したことが示唆された。

Table 5 主観的幸福感の各因子と家族機能因子の尺度得点の高低の平均値と標準偏差及び分散分析の結果

	人数	適応性				F 値	凝集性				F 値
		無秩序	柔軟	構造化	硬直		膠着	結合	分離	遊離	
主観的幸福感	満足感 <i>M</i>	3.542	3.184	2.868	2.971	8.147***	3.444	3.000	3.080	2.976	3.889*
	(<i>SD</i>)	(0.330)	(0.484)	(0.623)	(0.767)		(0.454)	(0.606)	(0.555)	(0.712)	
	達成感 <i>M</i>	2.889	2.695	2.483	2.246	7.828***	2.815	2.527	2.590	2.440	2.316
	(<i>SD</i>)	(0.583)	(0.443)	(0.519)	(0.639)		(0.656)	(0.483)	(0.443)	(0.602)	
	自信 <i>M</i>	3.125	2.672	2.521	2.469	9.497***	3.062	2.651	2.548	2.536	7.175***
(<i>SD</i>)	(0.498)	(0.461)	(0.513)	(0.499)		(0.489)	(0.482)	(0.526)	(0.483)		
失望感 <i>M</i>	2.014	2.305	2.660	2.594	7.867***	2.111	2.456	2.521	2.440	2.772*	
(<i>SD</i>)	(0.496)	(0.533)	(0.591)	(0.761)		(0.602)	(0.556)	(0.578)	(0.746)		

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

4. 家族機能の円環モデルの分類による主観的幸福感の差異

先行研究にならい、凝集性と適応性の4段階を組み合わせる家族を16タイプに分類し、「遊離・硬直」「遊離・無秩序」「膠着・硬直」「膠着・無秩序」の4タイプを『極端群』、「分離・構造化」「分離・柔軟」「結合・構造化」「結合・柔軟」の4タイプを『バランス群』、その他の8タイプを『中間群』として、3群に分けた。そして、独立変数を家族機能の『バランス群』『中間群』『極端群』として、従属変数に主観的幸福感の各因子の尺度得点として1要因分散分析を実行した(Table 6)。

Table 6 主観的幸福感の各因子と円環モデルの各群の尺度得点の平均値と標準偏差及び分散分析の結果

	人数	円環モデル			F 値
		バランス群	中間群	極端群	
		34	34	85	
主観的幸福感	満足感 <i>M</i>	2.996	3.284	3.216	3.459*
	(<i>SD</i>)	(0.579)	(0.459)	(0.723)	
	自信 <i>M</i>	2.533	2.725	2.539	1.517
	(<i>SD</i>)	(0.495)	(0.495)	(0.980)	
	達成感 <i>M</i>	2.584	2.669	2.863	3.380*
(<i>SD</i>)	(0.506)	(0.464)	(0.611)		
失望感 <i>M</i>	2.545	2.139	2.363	5.556***	
(<i>SD</i>)	(0.553)	(0.589)	(0.743)		

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

5. 主観的幸福感の規定因について

どのメタ認知の因子及び家族機能の因子が各主観的幸福感へ影響するかを検討する。主観幸福感の因子「満足感」、「達成感」、「自信」、「至福感」、「失望感」を目的変数として、メタ認知の因子「モニタリング」、「コントロール」、「メタ認知的知識」と家族機能の「適応性」「凝集性」を説明変数として重回帰分析(強制投入法)を行った(Table 7)。

因子「満足感」はメタ認知の因子「モニタリング」と家族機能の因子「凝集性」が正の規定因となり、因子「自信」はメタ認知の因子「モニタリング」と家族機能の因子「凝集性」が正の規定因となり、因子「失望感」はメタ認知の因子「モニタリング」と家族機能の因子「凝集性」が負の規定因となった。

以上の分析結果より、自身の認知についての振り返りや家族内の絆が主観的幸福感に影響していることが示唆された。

因子「満足感」($F(2,150) = 3.459, p < .05$)、「達成感」($F(2,150) = 3.338, p < .05$)、「失望感」($F(2,150) = 5.556, p < .001$)において主効果が有意であった。多重比較を行ったところ、因子「満足感」では有意な得点差はなく、因子「達成感」では家族機能の『極端群』が『バランス群』より得点が高く、因子「失望感」では『バランス群』が『中間群』の得点より高かった。以上の結果より、家族機能の適応性・凝集性のバランスが保たれている群は他の群より主観的幸福感が低いことが示唆された。

Table 7 主観的幸福感の規定因に関する重回帰分析の結果

	満足感	自信	達成感	失望感
《メタ認知》				
モニタリング	.174 **	.424 **	.025	-.283 *
コントロール	.036	.035	.058	.115
メタ認知的知識	.227 +	.000	.224 +	.027
《家族機能》				
適応性	-.038	-.066	.181 +	.048
凝集性	.236 *	.304 **	.171 +	-.261 *
決定係数 (R^2)	.260 **	.286 **	.199 **	.224 **

数値は強制投入法で示された標準化偏回帰係数(β)

+ $p < .10$, * $p < .05$, ** $p < .01$

IV. 考 察

1. 本研究の成果と意義

本研究では、青年期の大学生の生きがいに含まれる主観的幸福感に対する家族機能およびメタ認知の影響を検討した。以下では、結果をふまえて、分析の種類ごとに考察をしていく。

(1) メタ認知因子の尺度得点の高低による主観的幸福感の差異

分散分析の結果より、メタ認知が高い群が低い群より、主観的幸福感の肯定的な認知面・感情面を抱きやすく、否定的な面を抱きにくいということが分かった。先行研究では、中村・大塚(2014)が、認知的自己意識や思考の必要性に関する信念といった、「モニタリング」や「メタ認知的知識」の内容に近いメタ認知が適切なコーピング促し抑うつを低減させる可能性を示していた。本研究においては、メタ認知の高さが、ネガティブ感情を抑えるだけでなく、ポジティブ感情を促すという結果が得られたことは新たな知見につながった。また、時間軸で考えると、「満足感」、「自信」、「失望感」といった「過去」「現在」「未来」の感情がメタ認知の影響を受けることが示唆された。

(2) 家族機能因子の尺度得点の高低による主観的幸福感の差異

分散分析の結果より、凝集性及び適応性を高く認知している群の方が低い群より、主観的幸福感の肯定的な認知面・感情面を抱きやすく、否定的な面を抱きにくいということが分かった。凝集性に関しては、Green, Harris, Forte, & Robinson(1991)が生活と環境に関する満足度は凝集性を高く認知している群の方が低い群より高いという結果を示していた。本研究では、その結果を追認して、さらに、生活状況の認知面に関する満足感だけでなく、感情面にも凝集性の高さが影響を与えることが新たに示唆された。凝集性は家族間の絆の深さを表す指標であり、自己を確立していく時期の大学生にとっても、社会集団の基礎となる家庭での愛情や信頼感はこのからの自身に対して肯定的な意識を持つためには重要であることが考えられる。他方、適応性に関しては、伊藤(2005)は、大学生にとって適応性の高いルールがないような自由な家庭が肯定的な養育態度と認識されていることを示している。適応性が高い家族は、先行研究において無秩序群という名前が当てられ否定的な意味合いが示唆されるが、項目内容を確認すると規則の縛りが厳しくなく自由であるという肯定的な側面で認識することもできる。つまり、自覚的な生活をしていこうと考えている大学生にとっては自主性が重んじられる家族の方が自分の意思が反映しやすいため、自身の主観的幸福感の抱きやすさに繋がったことが考えられる。

(3) 家族機能の円環モデルの分類による主観的幸福感の差異

分散分析の結果より、「極端群」は達成感を抱きやすく、逆に「バランス群」は失望感を抱きやすいという結果が得られた。Olson et al. (1985)は家族機能の円環モデルを提唱して、「バランス群」が、最も家族が機能的に働くため問題を呈しにくく、「極端群」に位置する家族は機能不全に陥るため問題を呈しやすくなる、という仮

説を当時立てた。実際、伊藤(2005)は「バランス群」の方が「極端群」より家族内のストレスを低く認知しているという結果を示している。しかし、Green et al. (1991)は、無秩序・膠着群、硬直・膠着群といった「極端群」に含まれる組合せの群が、組合せ全16群のうちの生活及び満足感の程度に関して上位4番目以内に含まれる事を示している。つまり、本研究もOlson et al. (1985)の仮説とは違う結果となったが、先行研究でも結果に相違がある事をふまえると、家族機能を円環モデルで捉えた上で更なる家族内の関係性を詳細に把握して区分する必要がある。また、円環モデルが提唱された当時と現在の家族内の価値観の差や国の文化の違いなどを反映して可能性も考えられる。しかしながら、この点については本研究で分検討することが出来ないため今後検討する必要がある。

(4) 主観的幸福感の規定因について

重回帰分析の結果より、メタ認知の「モニタリング」と家族機能の「凝集性」が主観的幸福感への影響が示され。Seidlitz & Diener (1993)は、幸福に感じている人はポジティブな出来事とその解釈との間に相関関係がある事を示している。自身の認知活動について振り返り評価をする「モニタリング」は、自身の認知活動を肯定的に捉える手だてとなり、その結果、主観的幸福感を抱くことにつながると考えられる。また、Green et al. (1991)は、幸福感と凝集性の間に正の関連がある一方で、幸福感と適応性の間には関連がないことを示しており、本研究結果は先行研究を支持しているといえる。ここから、家族の情緒的なつながりを表す「凝集性」が、主観的幸福感の規定因となった本研究の結果を解釈すると、家族内のお互いの心的関与及び関係性を認知することが認知面及び感情面での主観的幸福感を抱くことにつながると考えられる。

2. 今後の課題

最後に本研究の今後の課題を述べる。第1に、本研究では、青年期の大学生の生きがいに含まれる主観的幸福感に対する家族機能およびメタ認知の影響を検討したが、その際、家族機能とメタ認知の関係まで考慮した分析まではできていない。つまり、家族機能の認知がメタ認知に影響を与え、さらには主観的幸福感にも影響を与えているのか、もしくは、メタ認知が家族機能の認知に影響を与え、さらに主観的幸福感にも影響を与えているのかを考慮した分析を検討する必要がある。

第2に、Olson et al. (1985)の家族機能の円環モデル仮説と本研究の結果との相違について検討する必要性である。確かに、Green et al. (1991)は「凝集性と幸福感の間には直線的な関係であるが、適応性とは関係はみられない」と円環モデルを批判しているが、円環モデル仮説と本研究の結果との相違を検討するためには、まず、文化的及び時代的背景を検討する必要がある。さらに、本研究では大学生自身が家族機能を評価したため、両親やそれ以外の家族構成員も家族機能を評価することでより客観性を維持して検討する必要がある。

文 献

- 阿部真美子・井田正則 (2010). 成人用メタ認知尺度の作成の試み - Metacognitive Awareness Inventoryを用いて - 立正大学心理学研究年報, 1, 23-34.
- Babb, K. A., Levine, L. J., & Arseneault, J. M. (2010). Shifting gears: Coping flexibility in children with and without ADHD. *International Journal of Behavioral Development*, 34, 10-23
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective Well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- 藤南佳世・園田明人・大野裕 (1995). 主観的健康感尺度(SUBI)日本語版の作成と、信頼性、妥当性の検討 健康心理学研究, 8, 12-19.

- Green, R. G., Harris, R. N., Forte, J. A., & Robinson, M. (1991). Evaluating FACE III and the Circumplex Model: 2400 Families. *Family Process, 30*, 55-73.
- 石井留美 (1997). 主観的幸福感研究の動向. *コミュニティ心理学, 1*, 94-107.
- 伊藤佳子 (2005). 青年期の家族機能認知に関する研究. *臨床教育心理学研究, 31*(1), 1-13.
- 伊藤裕子・相良順子・池田政子・川浦康至 (2003). 主観的幸福感尺度の作成と信頼性・妥当性の検討. *心理学研究, 3*, 276-281.
- 加藤 司 (2001). コーピングの柔軟性と抑うつ傾向との関係. *心理学研究, 72*, 57-63.
- 熊野道子 (2006). 生きがいとその類似概念の構造. *健康心理学研究, 19*, 56-66.
- 熊野道子 (2010). 生きがいを考えるとき・感じる時・欲しいときははどんなときか? 大阪大谷大学紀要, 43, 133-146.
- 草田寿子・岡堂哲雄 (1993). 家族関係調査法. 岡堂哲雄 (編) *心理検査学* (pp573-581) 垣内出版.
- 児玉夏枝 (2016). 青年期における自己の葛藤と家族機能との関連についての研究 - 対人恐怖傾向・自己愛的傾向に着目して - 京都大学大学院教育学研究科紀要, 62, 387-399.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implication for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review, 98*, 224-253.
- 溝上慎一 (2011). 自己形成を促進させる自己形成モードの研究. *青年心理学研究, 23*, 159-173.
- 中村志津香・大塚泰正 (2014). メタ認知と自己注目がコーピングの柔軟性および抑うつに及ぼす影響. *行動医学研究, 20*, 77-84.
- 大野 久 (1984). 現代青年の充実感に関する一研究: 現代青年の心情モデルについての検討. *教育心理学研究, 32*, 100-109.
- 三宮真智子 (2008). メタ認知研究の背景と意義. 三宮真智子 (編) *メタ認知学習力を支える高次認知機能* (pp1-16) 北大路書房.
- 内閣府 (2011). 幸福度の関する研究報告 - 幸福度指標試案 - 幸福度に関する研究会
<http://www5.cao.go.jp/keizai2/kouhukudo/kouhukudo.html> (2016年11月17日)
- Olson, D. H., NcCabbin, H. I., Larsen, A., Muxen, M., & Wilson, M. (1985). *Family Inventories*. St. Paul, MN: Family Social Science, University of Minnesota.
- Schraw, G. (1997). The Effect of Generalized Metacognitive Knowledge on Test Performance and Confidence Judgments. *The Journal of Experimental Education, 65*, 135-146.
- Seidlitz, L., & Diener. (1993). Memory for Positive Negative Life Events: Theories for the Differences Between Happy and Unhappy Persons. *Journal of Personality and Social Psychology, 64*, 654-664.
- Sell, H., & Nagpal, R. (1992). *Assessment of subjective well-being: The subjective well-being inventory (SUBI)*. New Delhi. Regional Office for South-East Asia, World Health Organization.
- 島井哲志・大竹恵子・宇津木成介・池見陽 (2004). 日本版主観的幸福感尺度 (Subjective Happiness Scale: SHS) の信頼性と妥当性の検討. *日本公衛誌, 10*, 845-853.
- 杉村和美 (1998). 青年期におけるアイデンティティの形成: 関係性の観点からのとらえ直し. *発達心理学研究, 9*(1), 45-55.
- 内田由紀子・萩原祐二 (2012). 文化的幸福感: 文化心理学的知見と将来への展望. *心理学評論, 55*, 26-42.

謝 辞

本研究は平成28年度に京都教育大学に提出した卒業論文の一部に加筆し、考察を深めたものである。本研究における調査にご協力いただきました先生方、大学生の皆様がこの場を借りて御礼申し上げます。また、執筆にあたりご指導いただきました、田爪宏二先生に御礼申し上げます。