

主観的幸福感尺度の作成と信頼性・妥当性の検討¹

聖徳大学 伊藤裕子・相良順子・山梨県立女子短期大学 池田政子・横浜市立大学 川浦康至

Reliability and validity of Subjective Well-Being Scale

Yuko Ito, Junko Sagara (*Faculty of Humanities, Seitoku University, Iwase, Matsudo 271-8555*), Masako Ikeda (*Yamanashi Women's Junior College, Iida, Kofu 400-0035*), and Yasuyuki Kawaura (*Faculty of Humanities and International Studies, Yokohama City University, Seto, Kanazawa-ku, Yokohama 236-0027*)

In this study, a subjective well-being scale was developed, and its reliability and validity evaluated. The Subjective Well-Being Scale (SWBS) had twelve items which covered four domains. It was administered to 1005 adults and 520 college students. Results indicated that for the students, college life satisfaction and self-esteem had positive correlations with SWBS score. For the adults, marital satisfaction, workplace satisfaction, and household income satisfaction had positive correlations with the score. These findings showed considerable constructive validity for SWBS. In addition, internal consistency was sufficiently high, indicating the measure's high reliability. SWBS may be a simple but reliable and valid measure, and it is useful for examining subjective well-being of both adults and college students.

Key words: subjective well-being, reliability, validity, adults, college students.

“健康”とは“単に疾病や障害のない状態ではなく、身体的、精神的、社会的に完全に調和のとれた良い状態 (well-being)”であると世界保健機関 (WHO) 憲章の前文でいわれてきたが、実際には健康をとらえる上で、従来の心理学は人間のネガティブな側面、病的側面に焦点を当てがちで、ポジティブな側面が軽視されてきたといえる。他方、QOL (Quality of Life) 研究の流れの中では、社会指標のような客観的指標だけでなく、個人の主観的判断、心理的側面を重視する必要性が叫ばれ、SWB (Subjective Well-Being) が問題とされるようになった (石井, 1997)。こうした中、近年では人間心理の肯定的な側面に焦点を当て、生涯発達の視点から、より充実した生活を目指すことの重要性と、そこに至る心理社会的要因の解明が、高齢者のみならずすべての世代で必要となってきた。

Subjective Well-Being は主観的幸福感あるいは主観的健康感と訳されるが、感情状態を含み、家族・仕事など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 (Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999), ある程度の時間的安定性と状況に対す

る一貫性を持つと考えられる。主観的幸福感研究は、QOL 研究の発展の中で生まれてきたもので、QOL の主観的あるいは心理的側面といえる (石井, 1997)。なお、SWB と近似した概念として Psychological Well-Being があるが、多くの研究の中ではほぼ同義として扱われている。

主観的幸福感には単一の尺度があるわけではなく、研究者によってその指標はさまざまである。しかし、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; Larson, 1978)。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面をいう。たとえば、Lang & Heckhausen (2001) では、主観的幸福感として、生活満足度と快感情・不快感情尺度を使うなどがある。

欧米では、Wilson (1967) がレビュー論文を発表したように、かなり早期から主観的幸福感が研究されてきたが、日本では 1980 年前後から老年学の分野で研究が盛んになってきた。しかし、ここ数年、老年学の分野だけでなく、青年期以降のすべての発達段階で、主観的幸福感研究が生涯発達心理学の観点から着手され始めた。これに伴い、高齢者の心理的幸福感を測定する尺度だけでなく、さまざまな尺度が主観的幸福感として開発されつつある。たとえば寺崎・綱島・

¹ 本研究の一部は、平成 13 年度日本学術振興会科学研究費補助金 (基盤研究 C13837026) の助成により行われた。また、研究の一部は、日本社会心理学会第 40 回大会 (1999)、日本発達心理学会第 13 回大会 (2002) において発表された。

西村 (1996) は、従来の主観的幸福感を参考に新しい尺度を開発し、生活満足側面と現在の感情状態の測定を試みている。また、角野 (1995, 2000) は、中学生から成人までを対象に、過去-現在-未来にわたる人生の主観的評価を“人生に対する肯定的評価”として1次元でとらえ、主観的幸福感を測定している。さらに、西田 (2000) は、成人女性を対象に、Ryff (1989) の Psychological Well-Being 概念に基づいて、“人格的成長”、“人生における目的”、“自律性”、“自己受容”、“環境制御力”、“積極的な他者関係”の6次元からなる心理的 well-being 尺度を作成している。このほかに、臨床心理学の分野で、幸福感を高める臨床的訓練を開発するなどの試みがなされている (根建・田上, 1995 など)。

このように主観的幸福感は、心理学のさまざまな分野で、さまざまな尺度を用いて検討されてきた。これらの尺度は、その対象となる被験者の年代に合わせた項目が選ばれているが、各尺度に含まれる次元も内容も異なっているため、それぞれの研究結果を比較・検討することが困難である。今後の主観的幸福感に関する知見を積み上げるためにも、どの年代にも通用する尺度の開発が必要である。そこで本研究では、主観的幸福感を心理的健康を表す尺度と考え、満足感からなる認知的側面とポジティブ・ネガティブ両面を含む感情的側面からとらえる必要があると考え、WHO が開発した SUBI に注目した。

心理的健康は、精神医療の分野でも盛んである。精神医療の分野では、病気を治療するだけでなく、健康を増進することが重要であるという認識が高まり、WHO は心の健康自己評価質問紙 Subjective Well-Being Inventory (SUBI) を開発した (Sell & Nagpal, 1992; 大野・吉村・山内・百瀬・水島・浅井, 1995; 藤南・園田・大野, 1995)。この尺度は11の下位尺度からなり、心の健康度 (陽性感情, 19項目) と心の疲労度 (陰性感情, 21項目) を測定する計40項目より構成されている。この尺度の特徴は、認知的側面と感情的側面が含まれていることである。前述したように、主観的幸福感は両側面を含めてとらえることが重要であると考えられているため (Diener, 2000)、その条件を満たしている。また、妥当性も検証されており、どの年代の成人にも適用できると考えられる。

しかし、SUBI は精神医療の分野において作成されたことからわかるように、臨床診断を目的とした個人の健康度 (疲労度) を測るスクリーニング目的で開発された (大野・吉村, 2001)。そのため“心の疲労度”に含まれる項目内容はもっぱらストレス反応 (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しまっている。そこで本研究では、心理的健康を測定する簡便な尺度

を作成する目的で、SUBI をもとに項目内容を整理し、青年期から成人期までに適用できる主観的幸福感尺度 (Subjective Well-Being Scale: SWBS) を作成することを試みる。

研究 1

目的

主観的幸福感を測定する尺度を作成し、その信頼性と妥当性を検討することを目的とする。

方法

調査対象と方法 対象者は、関東圏内にある三つの大学・短大の学生 520 名 (女性 388 名, 男性 132 名, 平均年齢 19.3 歳) で、調査は 1998 年 6 月に行われ、いずれも授業時に実施された。

測度 本研究では、WHO が開発した SUBI (慶応大学保健管理センター訳, 1997)² をもとに主観的幸福感尺度を構成する。同尺度はストレス検査として作成されたもので、心理的健康度 (19 項目) とストレス度 (21 項目) を測定する 40 項目からなる。前者は“人生に対する前向きな気持ち”、“達成感”、“自信”、“至福感”、“近親者の支え”、“社会的な支え”の 6 領域から構成され、後者は“家族との関係”、“精神的なコントロール感”、“身体的不健康感”、“社会的なつながりの不足”、“人生に対する失望感”の 5 領域から構成されている。本研究では、これらの項目から、ストレス反応に関わる領域 (精神的なコントロール感、身体的不健康感)、ソーシャル・サポートに関連する領域 (近親者の支え、社会的な支え、社会的なつながりの不足)、および既婚者のみ回答する領域 (家族との関係) を除き、“結果としての健康感”を表現していると判定された 5 領域 15 項目を抽出し、主観的幸福感とした (判定者 3 名)。それは“人生に対する前向きな気持ち”、“達成感”、“自信”、“至福感”、“人生に対する失望感”の 5 領域 (各 3 項目) である。評定はもとは 3 件法だが、尺度としての精度を上げるため回答の段階を増やし、4 件法 (1-4) とした (選択肢は付録参照)。

なお、妥当性は構成概念妥当性について検討を行う。主観的幸福感の構造として、認知的側面と感情的側面があるが (Diener et al., 1999)、前者については大学生活に対する満足度 (“あなたはどの程度大学生活に満足していますか” 10 段階)、後者については根建・田上 (1995) の主観的幸福感 (“あなたは最近、

² 慶応大学保健管理センター訳 1997 ストレス検査 (Sell, H., & Nagpal, R., WHO SUBI). <http://www.saccess55.co.jp/kobetu/whosubi.htm> 1998 年 1 月。

³ 大野・吉村 (2001) では、“人生に対する前向きな気持ち”は“満足感”に改められている。

Table 1
主観的幸福感の項目平均とSDおよび主成分分析結果

項目内容 ^{a)}	学生 (n=520)		社会人 (n=1001)	
	平均 (SD)	主成分	平均 (SD)	主成分
1 あなたは人生が面白いと思いますか	2.98 (.64)	.698	3.01 (.56)	.678
2 過去と比較して、現在の生活は(幸せ)	2.85 (.68)	.631	3.11 (.52)	.675
3 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を感じていますか	2.93 (.66)	.677	3.07 (.52)	.711
4 ものごとが思った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	3.25 (.72)	.494	3.41 (.62)	.599
5 危機的な状況(人生を狂わせるようなこと)に出会ったとき、自分が勇気を持ってそれに立ち向かって解決していけるという自信がありますか	2.71 (.74)	.533	2.84 (.65)	.573
6 今の調子でやっていけば、これから起きることにでも対応できる自信がありますか	2.65 (.74)	.640	2.90 (.53)	.687
7 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	2.75 (.75)	.392	2.72 (.64)	.583
8 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	2.65 (.68)	.621	2.74 (.58)	.642
9 自分がやろうとしたことはやりとげていますか	2.82 (.75)	.545	2.95 (.64)	.603
10* 自分の人生は退屈だとか面白くないと感じていますか	2.58 (.80)	.675	2.89 (.65)	.605
11* 将来のことが心配ですか	1.84 (.76)	.348	2.28 (.67)	.538
12* 自分の人生には意味がないと感じていますか	3.08 (.82)	.594	3.17 (.62)	.636
13 自分がまわりの環境と一体化していて、欠かせない一部であるという所属感を感じるがありますか	2.47 (.74)	.519		
14 非常に強い幸福感を感じる瞬間がありますか	2.93 (.71)	.632		
15 自分が人類という大きな家族の一員だということに喜びを感じるがありますか	2.34 (.86)	.463		
主成分の2乗和 寄与率 (%)		4.929 32.859		4.755 39.628

^{a)}表中の項目は、1-3が“人生に対する前向きな気持ち(満足感)”，4-6が“自信”，7-9が“達成感”，10-12が“人生に対する失望感”(＊は逆転項目)，13-15が“至福感”の各領域からなっている。

どのくらい幸せを感じていますか”10段階)を尋ねた。また、心理社会的適応との関連が深いとされる自尊感情(Cheek & Buss, 1981, 6項目, 4件法)も併せて実施した。

結果

尺度構成 原尺度では心理的健康度とストレス度の各々について、構成する下位領域の全項目の合計をもって尺度得点としている。そこで本研究では、まず構成する5領域の確認をした後⁴、尺度の1次元性について検討を行った。主成分分析の結果、Table 1に示すように、.40に満たない項目が2項目みられた。7

⁴ 尺度を構成する5領域の存在を確認するため因子分析(主成分分析, 斜交回転, コバリミン法)を行った。4因子が抽出され, “人生に対する前向きな気持ち”以外の4領域は独立したまとまりを示し, 尺度を構成する下位領域の存在はおおむね確認された。なお, 同領域の項目は“失望感”と“達成感”に分かれて負荷した。

“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”は、対象が学生であることから項目内容が実感と離れていること、11“将来のことが心配ですか”は、やはり学生であるゆえの将来に対する不確実感の高さ(もとの項目平均3.16)に起因すると考えられる。この点については学生と異なる立場の社会人について検討する必要があるだろう。

信頼性 尺度の信頼性は内的整合性について検討した。I-T(項目-合計得点)相関をみると、先の2項目の値が若干低い(7: $r=.41$, 11: $r=.39$)、他の項目はすべて.50を上回っていた。 α 係数は.84で十分満足できる値である。

妥当性 妥当性は構成概念妥当性について検討した。主観的幸福感の認知的側面として取り上げた大学生活満足度では $r=.51$ 、感情的側面では $r=.61$ の相関が得られ、さらに自尊感情との間でも $r=.71$ の高い相関が得られた(いずれも $p<.001$, $N=520$)。このように主観的幸福感の高さは大学生活への満足度の

高さや高い自尊感情と結びついており、また“幸せ”を感じずという感情価とも強く関連し、本尺度の構成概念妥当性は確保されたといえよう。

研究 2

目的

研究 2 では、研究 1 で作成された主観的幸福感尺度を社会人を対象に実施し、その信頼性と妥当性を検討する。

方法

調査対象と方法 大学生・短大生を通じてその親に調査票を配布し（約 780 組）、学生を通じてあるいは郵送にて夫婦別々に回収した（回収率 65.2%）。対象者の居住地は、関東を中心に中部・東北地方が大半を占める。有効票は女性 522 名（平均年齢 47.5 歳）、男性 483 名（同 50.1 歳）計 1005 名で、調査は 2001 年 6—7 月に実施された。

測度 研究 1 で作成された主観的幸福感尺度。ただし、その中から“至福感”に属する 3 項目を除いた。それは、“まわりの環境と一体化していて欠かせない一部であるという所属感”、あるいは“人類という大きな家族の一員”という感覚が、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ということ、また、当該項目を基準変数とし、他の項目を説明変数としたときの重回帰分析の重相関係数の 2 乗（説明率）がこの 2 項目で低いことから、本研究では領域としての“至福感”を尺度からはずし、残り 4 領域 12 項目を用いた。評定は、研究 1 と同様 4 件法である。

このほかに、構成概念妥当性の検討のため、夫婦関係満足度（“ご夫婦の関係について、現在の満足度を 10 点満点で評価して下さい” 10 段階）、職場満足度（仕事内容、時間的なゆとり、地位、賃金、人間関係、今後の昇進見通し、退職後の世話、の 7 項目で、主として職場の処遇に対する満足度：4 件法）、家計収入満足度（“あなたは今の収入（家族全体として）に満足していますか” 4 件法）を尋ねた。本尺度の構成概念妥当性はすでに研究 1 で明らかにされているが、今回は対象が社会人のため、特に認知的側面についてその生活状況にふさわしい内容について検証を行う。

結果

尺度構成 研究 1 と同様に、尺度を構成する 4 領域の存在を確認した後⁵、主成分分析を行って尺度の 1 次元性を確認した。研究 1 では対象者が学生だった

⁵ 因子分析（主成分分析、斜交回転、コバリミン法）により 4 因子が抽出され、各領域の項目は単一の因子に高い値で負荷していた。

Table 2
主観的幸福感と他の変数との相関

	夫婦関係満足度	職場満足度	家計収入満足度
女性	.46***	.37***	.37***
男性	.34***	.56***	.45***

*** $p < .001$

め、項目内容がそぐわないものが若干みられたが、社会人を対象とした本研究では、Table 1 の主成分負荷量にみるように、すべての項目が高い値で負荷しており、斉一性の高い尺度であることが確認された。

信頼性 すでにみたように尺度の斉一性は高く、I-T 相関もすべての項目で .55 以上あり、内的整合性は高い。α 係数も .86 と満足できる値で、本尺度の信頼性は確認された。

妥当性 妥当性については構成概念妥当性を検討した。中年期の既婚男女にとって、家庭生活と職業生活は共に重要な満足源泉であり、それらが満たされることによって個人の心理的適応ははかられると考える。そこで前者の測度として夫婦関係満足度、後者の測度として職場満足度を取り上げ、家計収入満足度はその両者に関わる測度と考え、主観的幸福感との関連をみた。なお、職場満足度は 7 項目よりなるので尺度としての検討を行ったところ、“時間的なゆとり”が他の項目との相関および主成分負荷量が低いためこれを削除し、6 項目で尺度構成した（ $\alpha = .84$ ）。結果は、Table 2 に示すとおりである。

男女とも、夫婦関係満足度や職場満足度（就業者のみ）、家計収入満足度のいずれも主観的幸福感と高い関連がみられ、社会人にとってこれらの側面における満足が高い幸福感と結びついている。すなわち、社会人にとって主要な生活領域である家庭と職場、さらに経済基盤である収入の満足が主観的幸福感と結びつくといえ、社会人を対象とした本尺度の構成概念妥当性は確保された。

尺度平均と SD 主観的幸福感の個人差は、上記に示されたように、学校や家庭、仕事への満足度などの心理的変数の影響が大きい。それゆえ、ここでは主観的幸福感尺度の基礎的資料として、学生と社会人、各立場における男女の尺度値と SD を示すとどめる。

Table 3 にみるように、学生では女性の方が主観的幸福感が高いが、社会人で性差はみられない。むしろ立場の違いの方が大きく、学生より社会人の方が主観的幸福感が高く（女性： $t(906) = 15.34, p < .001$ 、男性： $t(610) = 19.87, p < .001$ ）、それは Table 1 の項目平均において、7 を除くすべての項目で学生より社会人が値を上回っていることから推測される。将来に対する不安、生活実感の乏しさが、学生の主観的幸福感を低くさせているものと思われる。なお、社会人で

Table 3
主観的幸福感の平均値と SD

	女性 平均値(SD)	男性 平均値(SD)	t 値	df
学生 (15項目)	41.36(5.94)	39.46(6.72)	$t=3.07^{**}$	($df=518$)
学生 (12項目)	33.50(4.93)	32.05(5.39)	$t=2.85^{**}$	($df=518$)
社会人 (12項目)	34.85(4.57)	35.24(4.42)	$t=1.37$	($df=999$)

** $p < .01$

は年齢段階による主観的幸福感の差異はみられなかった ($F(3, 994) = 1.23$)。本対象は壮年期 (40, 50代) が大半を占めるので (98%), 60代以上の老年期ではまた違った結果になると考えられる。

考 察

本研究では、WHO の SUBI をもとに、臨床診断を目的とするのではなく、心理的健康の個人差を測る尺度として、青年から成人まで適用できる利便性の高い主観的幸福感尺度を作成することを試みた。主観的幸福感には、認知的側面と感情的側面を含めてとらえることが重要だといわれているが (Diener, 2000), 本尺度は原尺度からストレス反応に関連する項目を除いたため、全体に認知的側面が強調された傾向はあるが、感情的側面も反映する項目内容となっている。

主観的幸福感を他の尺度との関連でみると、Okun & Stock (1987) では、職務満足 ($r=.33$)、家族に対する満足 ($r=.29$) との関係を見出している。主観的幸福感はその構成要素の一つとして生活満足度を含むため、本研究でも仕事や結婚、収入に対する満足度との相関が予想されたが、いずれの満足度ともに高い相関が得られた。また、さまざまな心理社会的適応との関連が深いとされる自尊感情 (遠藤, 1992) では、主観的幸福感との関係で強い相関が報告されているが (Lucas, Diener, & Suh, 1996; 西田, 2000), 本研究でも学生で $r=.71$ の非常に高い相関が得られた。

さらに、主観的幸福感を年齢との関連でみると、満足度のような認知的評価に重点が置かれると、加齢に伴う満足度の増大が見られるというが (Argyle, 1987 石田訳, 1994), 本研究では学生より社会人の方が幸福感が高かったが、社会人の中では年齢による違いはみられなかった。

このように本尺度は、信頼性と妥当性を備えた、簡便な主観的幸福感尺度 (SWBS) として、青年から成人まで適用できるといえるだろう。

引用文献

- アーガイル M. 石田梅男(訳) 1994 幸福の心理学 誠信書房
(Argyle, M. 1987 *The psychology of happiness*. London: The Academic Division of Associated Book Publishers.)
- Cheek, J. M., & Buss, A. H. 1981 Shyness and sociability. *Journal of Personality and Social Psychology*, **41**, 330-339.
- Diener, E. 2000 Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, **55**, 34-43.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. 1999 Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, **125**, 276-302.
- 遠藤由美 1992 個性化された評価基準からの自尊感情再考 遠藤辰雄・井上祥治・蘭 千壽(編) セルフエスティームの心理学 ナカニシヤ書店 Pp. 57-70.
(Endo, Y.)
- 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研究, **1**, 94-107.
(Ishii, R. 1997 Recent research trend of subjective well-being studies. *Japanese Journal of Community Psychology*, **1**, 94-107.)
- Lang, F. R., & Heckhausen, J. 2001 Perceived control over development and subjective well-being: Differential benefits across adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, **81**, 509-523.
- Larson, R. 1978 Thirty years of research on the subjective well-being of older Americans. *Journal of Gerontology*, **33**, 109-125.
- Lucas, R. E., Diener, E., & Suh, E. M. 1996 Discriminant validity of well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, **71**, 616-628.
- 根建由美子・田上不二夫 1995 ハピネストレーニングプログラムが主観的幸福感の変容に及ぼす効果 教育心理学研究, **43**, 177-184.
(Nedate, Y., & Tagami, F. 1995 Effects of happiness training program on subjective well-being modification. *Japanese Journal of Educational Psychology*, **43**, 177-184.)
- 西田裕紀子 2000 成人女性の多様なライフスタイルと心理的 well-being に関する研究 教育心理学研究, **48**, 433-443.
(Nishita, Y. 2000 Diverse life-styles and psychological well-being in adult women. *Japanese Journal of Educational Psychology*, **48**, 433-443.)
- Okun, M. A., & Stock, W. A. 1987 Correlates and components of subjective well-being among the elderly. *Journal of Applied Gerontology*, **6**, 95-112.
- 大野 裕・吉村公雄・山内慶太・百瀬知雄・水島広子・浅井昌弘 1995 心理的健康感と心理的不健康感の関係について——患者群と非患者群の比較—— ストレス科学, **10**, 273-278.

- (Ono, Y., Yoshimura, K., Yamauchi, K., Momose, T., Mizushima, H., & Asai, M. 1995 Subjective well-being and ill-being among the patient and non-patient. *Japanese Journal of Stress Science*, **10**, 273-278.)
- 大野 裕・吉村公雄 2001 WHO SUBI 手引き 金子書房
(Ono, Y., & Yoshimura, K.)
- Ryff, C. D. 1989 Happiness is everything, or is not?: Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, **57**, 1069-1081.
- 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.
- 角野善司 1995 人生に対する肯定的評価尺度の作成 (1) 日本教育心理学会第 37 回総会発表論文集, 95.
(Sumino, Z.)
- 角野善司 2000 中学生・高校生・大学生の主観的ウェルビーイング(1) 日本心理学会第 64 回大会発表論文集, 1087.
(Sumino, Z.)
- 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 回大会発表論文集, 930.
(Terasaki, M., Tsunashima, K., & Nishimura, T.)
- 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.
(Tonan, K., Sonoda, A., & Ono, Y. 1995 Production of the subjective well-being inventory Japanese edition: It's reliability and validity. *Japanese Journal of Health Psychology*, **8**, 12-19.)
- Wilson, W. 1967 Correlates of avowed happiness. *Psychological Bulletin*, **67**, 294-306.

—2002. 3. 1 受稿, 2003. 1. 11 受理—

付 録

Table A・1
主観的幸福感の項目内容と選択肢^{a)}

1 あなたは人生が面白いと思いますか	8 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
4. 非常に	4. 非常に
3. ある程度は	3. まあまあ
2. あまりそうは思わない	2. あまりうまくいっていない
1. 全くそう思わない	1. 全くうまくいっていない
2 過去と比較して, 現在の生活は	9 自分がやろうとしたことはやりとげていますか
4. とても幸せ	4. ほとんどいつも
3. まあまあ幸せ	3. ときどき
2. あまり幸せでない	2. ほとんどできていない
1. 全く幸せでない	1. 全くできていない
3 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を感じていますか	10* 自分の人生は退屈だとか面白くないと感じていますか
4. とても幸せ	4. 非常に
3. まあまあ幸せ	3. ある程度は
2. あまり幸せではない	2. あまり感じていない
1. 全く幸せではない	1. 全く感じていない
4 ものごとが思った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	11* 将来のことが心配ですか
4. だいたいできる	4. 非常に
3. ときどきはできる	3. ある程度は
2. ほとんどできない	2. あまり心配ではない
1. 全くできない	1. 全く心配ではない
5 危機的な状況(人生を狂わせるようなこと)に出会ったとき, 自分が勇気を持ってそれに立ち向かって解決していけるという自信がありますか	12* 自分の人生には意味がないと感じていますか
4. 非常に	4. 非常に
3. ある程度は	3. ある程度は
2. あまり自信はない	2. あまり感じていない
1. 全く自信はない	1. 全く感じていない
6 今の調子でやっていけば, これから起きることにとも対応できる自信がありますか	13 自分がまわりの環境と一体化していて, 欠かせない一部であるという所属感を感じるがありますか
4. 非常に	4. 非常に強く
3. ある程度は	3. ある程度は
2. あまり自信はない	2. あまり感じない
1. 全く自信はない	1. 全く感じない
7 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	14 非常に強い幸福感を感じる瞬間がありますか
4. 非常に	4. とてもよく
3. ある程度は	3. ときどき
2. あまりそうは思わない	2. ほとんどない
1. 全くそうは思わない	1. 全くない
	15 自分が人類という大きな家族の一員だということに喜びを感じるがありますか
	4. とてもよく
	3. ときどき
	2. ほとんど感じない
	1. 全く感じない

^{a)} 選択肢は, それぞれ第 4 番目(全く—ない)を追加した。なお, 数字上の* は逆転項目。