

# 青年期を対象とした 人生の価値志向性尺度の開発

米澤京伽・藤岡里歩・塩崎麻里子

## 問題と目的

誰にでも、人生において重要なことを選択する場面がある。なかでも青年期には、受験や進路などのさまざまな人生の重要な選択をする機会に遭遇する。このような人生の重要な選択をする際の指針になるのは、自分の人生において何を大切にしたいのかといった「人生の価値」である。

心理学においてはじめて価値の定義づけが行われたのは、Kluckhohn (1951) によるものと考えられているが、Harris (2009 武藤監訳 2012) によると、価値は、自分は人生でこれをしたい、これを大切にしたい、いつもこんなふうに行動したいということであり、日々の生活において私たちを導き、私たちの行動を動機づける軸となるものである。そして、価値を持つことは自分の人生に意味や目的を与えてくれるものを明確にし、行動を継続的にガイドする目的があるとされている。また価値を心理療法のプロセスに取り込んだ Acceptance & Commitment Therapy (以下、ACT) では、「価値とは、失敗や障害などの困難があっても自らの意思により継続してきた、行動すること自体に喜びややりがいを感じられる行動や状態の性質を言語的に表現したもの」(p.74) と定義されている(坂野・武藤, 2012)。つまり、人生における価値は、私たちを動機づけ、導き、人生の意

味を与えてくれるものといえる。

価値を測定するために、これまでに様々な尺度が開発されてきた。例えば、先述の ACT では、人生の各領域における価値と価値に沿った行動を測定する尺度である Personal Values Questionnaire II（以下、PVQ II）が開発されている（土井・横光・坂野，2014）。セラピーではこの尺度を用いて、価値を明確にし、その価値に沿った行動をとることができるように、価値の「説明」「言語化」「順位付け」が行われている。「説明」では、参加者が十分に価値の定義を理解できるように多様な例やメタファーが用いられ、価値および価値でないものについて説明するなど、ACT における価値の定義（Wilson, 2009）についての教示が行われる。「言語化」では、価値を「家族関係」、「友人／社会関係」、「恋人／恋愛関係」、「仕事／キャリア」、「教育／個人的成長」、「レクリエーション／レジャー／スポーツ」、「スピリチュアリティ／宗教」、「地域性（コミュニティ）／国民性」、「健康／身体的ウェルビーイング」の9個の領域それぞれについて記述する。「順位付け」では、「言語化」で記述したそれぞれの価値を参考にし、最も重要な価値を選択する。このように理論的に体系立てられている ACT でもいくつかの改善点が指摘されている。例えば、9個の価値の内容が研究間で異なる、価値の「説明」「言語化」「順位付け」各々の手続きがほとんど更新されていないなどの課題があり、なかでも「そもそも何が自分の価値なのかわからない」というクライアントに応えるためには、よりよい「言語化」の手続きを開発していくことが必要とされている（坂野・武藤，2012）。

「言語化」においては、先述の9つの領域から、最も大切にしている、あるいはしたい価値を1つ選択する必要がある。これまでに開発された尺度においても、価値を限定的な内容領域で捉えたうえで測定する尺度が主流であった（酒井・久野，1997；酒井・山口・久野，1998；酒井，2001）。しかし先の指摘にあった通り、自身の人生の価値が不明確な人にとって、価値領域を示されても回答することが難しいといえる。自身の価値の内容を明確にする前に、「どうしてその価値が大切なのか」といった、その価値を持つことの意味を明確にすることが必要である。その上で、自身が価値を感じる志向性に意識を向け、自分がなぜその価値を大切にするのかを言語

化して明確に捉え、自身の価値志向性に従った行動を積み重ねていくことが大切なのではないか。しかし、これまで価値に関する尺度で、このような人生の価値志向性を測定するための尺度は見当たらない。そこで、本研究では人生の価値志向性を測定することができる尺度を開発することとした。

では、価値志向性はどのように捉えることができるのであろうか。人生の価値は、先述の通り、「行動すること自体に喜びややりがいを感じられる行動や状態」であり、「価値を持つことは自分の人生に意味や目的を与えてくれるもの」である。ポジティブ心理学の研究者である Dolan (2014 中西訳 2015) によると、幸福感には、喜び、興奮、楽しみといった短期的なポジティブな感情の「快楽」と、達成感、意義があるといった長期的なポジティブな感情の「やりがい」の2種類あり、幸福でいるためには「快楽」と「やりがい」のバランスが重要であるとされている。つまり、自分が何に幸福を感じるのかを明確にし、なぜそこに意味や目的を感じるのかを紐解いていくことで、自身が何を人生の価値として志向しているかを言語化し、概念化することに繋がるのではないかと考えられる。よって人生の価値志向性を捉える上で、これまでの幸福感の研究で積み重ねられてきた知見は大いに参考にできるであろう。

例えば、幸福感の感じ方には文化によって大きく違いがあることがこれまでも多くの研究で示されている(子安他, 2012)。西欧とりわけ北アメリカ中産階級に典型的である相互独立的自己観(高田・大本・清家, 1996)は、自己の独立・自尊心の高まり、自己への誇りが幸福感に繋がりやすい(Oishi & Diener, 2001)。一方、日本を含む東アジアの文化で典型的である相互協調的自己観(高田他, 1996)は、他者・社会の調和、結びつきの実感が幸福感に繋がりやすい(Oishi & Diener, 2001)。つまり、どのような自己観を持つのかによって、幸福感の感じ方が異なることが示されている。また、北米においては、幸福は自分の能力や所有物を可能な限り最大化した状態で得られるものとして定義されており、良い特徴や良い状況がさらなる幸福をもたらすという「増大的幸福モデル」が存在するとされている(Uchida & Kitayama, 2009)。一方で、日本においては、幸せはその時々で

変化し、良いこともあれば悪いことも隣り合わせに起こりうるという「バランス志向的幸福感」が存在するとされている。そのため、文化の違いによって、幸福の追求の方向性が異なり、幸福の快樂の側面（どの程度感情的に高揚して過ごしているか）に着目した幸福感調査では、日本は常に経済水準のわりに不幸せな国だという結果（Diener, Gohm, Suh, & Oishi, 2000）となるとの指摘もある。日本人は感情的には短期的にネガティブであっても「不幸せは自己向上のきっかけとなる」とポジティブな側面も含めて物事を理解しようとするという（Uchida & Kitayama, 2009）。短絡的な感情の高揚（快樂）だけではなく、中長期的な目標達成を目指す（やりがい）視点も、人生の価値志向性に含める必要がある。以上のことから、本研究では、自己観（相互独立的自己観／相互協調的自己観）を背景に、どのような幸福追求の方向性を理想とするか（快樂／やりがい）の2軸を掛け合わせた4領域で人生の価値志向性を捉えることができる尺度を開発することとした。

なお、本研究で開発する人生の価値志向性尺度は、価値の優劣をつけることが目的ではなく、今の自分がどのような価値を志向しているのかを把握することを助けるためのものである。重要なのは、価値志向性を自身が認識し、それを行動化することである。よって、今回開発する価値志向性尺度項目には、人生の価値がどのくらい明確で、その価値に行動が伴っているかを測定することができる尺度項目も加える。「どのような価値を持つのか」だけでなく、「その価値がどのくらい明確になっているか」を測定するためである。

また、尺度の妥当性を検討する上で、既成の類似概念に関する尺度項目だけでなく、自律性と後悔に関しても、人生の価値志向性との関連を検討することとした。自身の人生の価値志向性が明確になっていると、重要な選択をする場面に直面しても、行動指針が明確であることによって自律的に選択することができ、その選択が自分にとって良いものでも悪いものでも、結果として、人生の後悔がなくなるのではないかという仮説モデルを探索的に検討するためである。

## 方法

### 調査対象者

本研究の調査対象者は、近畿圏の大学生 484 名（男性 244 名，女性 240 名；平均年齢  $19.1 \pm 1.0$  歳）であった（有効回答率 86.7%）。そのうち、「自律性」に関する分析対象は、測定ができた 363 名（男性 155 名，女性 208 名；平均年齢  $19.4 \pm 1.0$  歳）であった。

### 調査時期および手続き

大学で開講されている講義内（2020 年 5 月 - 6 月）で調査の概要説明と依頼を行った。Google フォームを使用して質問紙を作成し，回答期限を 1 週間としたオンライン調査を実施した。

### 質問紙および尺度構成

**属性** 対象者の性別について、「男性・女性・どちらでもない」のいずれかの選択式で，年齢については記述式で回答を得た。

**人生の価値志向性尺度** 価値を新しく捉えなおすための尺度として，同じ研究グループで開発された日本人の幸福感の感じ方の個人差を測定するための尺度（太田，2017；福田，2018）の項目を参考にして，今回の目的に沿って表現を修正して用いた。先述の通り 4 領域を想定しているが，各領域の定義として，「相互独立的やりがい価値志向性」は目標に向かって努力して何かを成し遂げたり，何かに挑戦して自己成長できるような活動に意義を感じる価値とした。「相互独立的快楽価値志向性」は個の自律や自由，権利が守られていること，自分らしくいられる時間に喜びを感じる価値とした。「相互協調的やりがい価値志向性」は他者との関係を大切にしている価値とした。「相互協調的快楽価値志向性」は社会の中で役割があったり，周囲の関係性の中で必要とされることに喜びを感じる価値とした。

このような定義に合致するように，先行研究（栗山・大井，2012）や，2019 年に 148 名を対象に予備調査を行って項目を集め，精査し，項目の表

現を洗練させた。なお予備調査では、大学生を対象にこれまでの人生において大切にしてきたものについて想起させ、自分の人生における価値について言語化させるという自由記述で項目表現を収集した。全46項目において、「まったくあてはまらない」～「よくあてはまる」の5件法で回答を求めた。

**妥当性を検討するための尺度** 人並み幸福感尺度9項目 (Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985) と、人生満足感尺度5項目 (Diener, et al., 1985) の日本語版 (Uchida, Kitayama, Mesquita, Reyes, & Morling, 2008) を使用した。人並み幸福感尺度と人生満足感尺度はそれぞれ1因子で、「まったくそうでない」～「まったくそうである」の7件法で回答を求めた。人生で追い求めたい価値と幸福感には概念的関連があるため、人生の価値志向性尺度の全ての下位尺度において、中程度の相関を想定した。

また、相互独立の一相互協調的自己観尺度 (大本他, 1996) の「独断性」と「他者への親和・順応」の2因子である12項目を使用し、「まったくそう思わない」～「まったくそうである」の7件法で回答を求めた。これらはそれぞれ相互独立的自己観と相互協調的自己観の代表的な下位因子であるため、独断性は相互独立的下位尺度と、他者への親和・順応は相互協調的下位尺度と、より強い相関を示すことを想定した。

そして、生きがいプロセス尺度 (熊野, 2013) の「過去の意味づけ」と「ポジティブ状況の没頭」の2因子である6項目を使用し、「まったく当てはまらない」～「とても当てはめる」の6件法で回答を求めた。生きがいプロセスを明らかにすることは幸福感の向上を図る上で有効とされるなど、生きがいと幸福感は類似概念である (熊野, 2013)。また、生きがいプロセス尺度の下位尺度である過去の意味づけは、過去に頑張ったことがどれほど自分の人生に中長期的によい影響を与えているかを測定するものであり、ポジティブ状況の没頭は熱中できることや夢中できることといった感情が高揚することがどれほどあるのかを測定するものであるため、過去の意味づけは、やりがい下位尺度と、ポジティブ状況の没頭は、快樂下位尺度とより強い相関を示すことを想定した。

**価値に関する尺度** 今回新しく開発する人生の価値志向性尺度と併用す

る尺度として、価値をどれほど明確に認識しているか、価値に沿った行動をどれほどとっているかを測定するために、PVQ IIを参考に、自由記述3項目と価値明確化尺度6項目から構成する尺度を作成した（付録参照）。

自由記述3項目がPVQ IIの「説明」「言語化」の手続きに当てはまる。まず、今回の研究の価値の定義に合わせて、大きな幸せや充実を感じた印象的なエピソードや、取り組んだ活動の意味や意義を感じた印象的なエピソードと、なぜそのエピソードが印象に残ったかの理由を記述させた。次に、1問目と2問目を振り返ったうえで、あなたにとって生きていくうえで特に大切だと感じることを、これだけはしていきたいことを、こういう視点は見失いたくないことを記述させた。1問目と2問目の質問項目は、3問目の人生の価値を記述してもらう項目の前段階としての意味を持つ。

次に価値明確化尺度6項目は、PVQ IIを改訂した4項目と、新たに追加した2項目から構成される。既存の尺度からは、現在価値がどのくらい大切であるかを問う「価値大切（現在）」、これから先その価値をどのくらい大切にしたいかを問う「価値大切（未来）」、過去に価値に沿った生活がどのくらいできているかを問う「価値行動（過去）」、現在価値に沿った生活をどのくらいできているかを問う「価値行動（現在）」を設定した。新たに追加した2項目として、価値がどのくらいはっきりしているかを問う「価値認識」、価値についてどのくらい考えるかを問う「価値思考」を設定し、それぞれ5件法で回答を求めた。

**自律性に関する尺度** 心理的 well-being の6次元の定義の中の、自律性尺度8項目（西田，2000）を使用した。「まったく当てはまらない」～「とても当てはまる」の6件法で回答を得た。

**後悔についての質問項目** 後悔の有無について、『あなたはこれまでを振り返ってみて、「～しておけばよかった」「～しなければよかった」などと、後悔していることはありますか?』の項目を設けた。「ある」「ない」の2件法で回答を求めた。

## 分析方法

分析には、清水（2016）のHADを用いた。

## 結果と考察

### 1) 因子構造の検討

新たに作成した46項目を用いて因子分析（最尤法，プロマックス回転）を行った。固有値の推移から5因子解となったが，1因子は明確に領域に分かれるものではなく，だれにでも当てはまる普遍的な価値表現になっていると判断できる項目が集まっており，4領域で価値志向性を測定することを目指す本研究の尺度項目としては不適であると判断し，削除した。また，因子負荷量が.40に満たない項目は削除したところ，最終的に4因子29項目が残った（Table 1）。

Table 1 相互独立／相互協調－やりがい／快樂の価値志向性尺度の因子分析結果

項目	相互協調的 やりがいの 価値	相互独立的 快樂価値	相互協調的 快樂価値	相互独立的 やりがいの 価値
<b>相互協調的やりがいの価値 (<math>\alpha = .84</math>)</b>				
大変なことでも，仲間と乗り越えようと，より達成感を感じる	.75	-.14	.05	.04
周囲に対して感謝することを大切にしている	.68	.03	-.07	.10
身近な人が幸せを感じていることが，自分の幸せである	.68	.09	.19	-.19
他者と協力して成し遂げるような活動が好きだ	.61	-.06	.08	.06
社会において誠実な良い人間でありたいと思う	.56	-.14	.01	.04
支え合い，信頼し合える家族や友人との関係を深めることに喜びを感じる	.55	.01	-.04	.08
困っている人や弱い立場の人を，助けるような活動に興味を感じる	.49	.14	.17	-.14
道徳に基づいたルールは，社会の一員として守るべきだ	.47	-.10	.03	.08
誰かにもらった恩は，別の形，別の人にも返していきたいと思う	.45	.07	.08	.15
<b>相互独立的快樂価値 (<math>\alpha = .81</math>)</b>				
何かに縛られることなく自由な存在でいられることが何よりも大切である	-.06	.63	.01	-.13
周りに左右されない自分でいられることが大切である	.08	.62	-.09	.01
周囲に遠慮せずに，自分に正直な選択をするときに生きがいを感じる	-.13	.58	-.04	.17
自分の権利や利益は，できるだけはっきり主張することに意味を感じる	-.10	.51	.01	.18
自分の考えや意見を必ず持って相手と接することが大事だ	.12	.51	.03	.19
他者と違う自分を発見することに喜びを感じる	-.20	.51	.10	.09
自己実現のための時間は，いくらあっても良い	-.01	.44	.02	.03
好きなことに没頭している時間があることが必要だと感じる	.24	.43	-.05	-.32



対立する意見によって、立場が明確になるとすっきりする	-.16	.42	.24	.10
新しい自分を発見し続ける機会があることが、何より好きだ	.05	.40	.23	.20
<b>相互協調的快樂価値 (<math>\alpha = .83</math>)</b>				
周囲が望む自分でいることに喜びを感じる	.04	-.05	.61	-.02
行動を起こすときには、周りの人に喜んでもらえることは何かを一番に考える	.30	-.06	.53	-.08
社会の中での役割を果たしてこそ、一人前である	.15	.09	.51	.15
他者から必要とされる場所にいられることが、最も重要だ	.05	-.03	.45	-.05
人生には共感できる人との交流が、何より大切である	.17	.07	.41	-.14
<b>相互独立的やりがい価値 (<math>\alpha = .77</math>)</b>				
自分の力を最大限發揮して、自分の人生を歩むことに生きがいを感じる	.02	.09	-.01	.69
何かを成し遂げると、生きていると感じる	.00	.17	.00	.55
挑戦して、やり遂げることに意味を感じる	.21	.05	-.05	.48
人に頼って生きるのではなく自立して生きていきたいと感じる	-.01	.16	-.04	.47
自分の力で困難を乗り越えることで人は成長する	.12	.06	-.01	.42

第1因子は、他者との関係を大切に活動することを大切にしているといった項目であり「相互協調的やりがい価値志向性」(9項目)の定義と合致した。第2因子は、個の自由や権利が守られていること、自分らしくいられる時間に喜びを感じるといった項目であり、「相互独立的快樂価値志向性」(10項目)の定義と合致した。第3因子は、社会の中で役割があったり、周囲の関係性の中で必要とされることに喜びを感じるといった項目であり、「相互協調的快樂価値志向性」(5項目)の定義と合致した。第4因子は、目標に向かって努力して何かを成し遂げたり、何かに挑戦して自己成長できるような活動に意義を感じるといった項目であり、「相互独立的やりがい価値志向性」(5項目)の定義と合致した。これらのことから、想定した通りの内容的妥当性が確認できたといえる。また4因子の $\alpha$ 係数から十分な信頼性も確認できた。よって、この4因子を人生の価値志向性尺度とし、以下の分析に用いることとした。

## 2) 各変数の関連性

価値志向性尺度の4因子について妥当性を検討するために、各尺度の因子間の相関分析、4因子それぞれと「人並み幸福感」、「人生満足感」、「独断性」、「他者への親和・順応」、「過去の意味づけ」、「ポジティブ状況の没頭」との相関分析を行った。結果をTable 2に示す。

Table 2 相関分析の結果

	相互 独立的 やりがい 価値	相互 協調的 快樂 価値	相互 独立的 快樂価値	相互 協調的 やりがい 価値	他者への 親和・ 順応	独断性	過去の 意味 づけ	ポジテ ィブ 状況の 没頭	人生 満足感
人並み幸福感	.219**	.189**	.174**	.390**	.234**	.237**	.324**	.325**	.637**
人生満足感	.096*	.214**	.077 <sup>+</sup>	.283**	.527**	.558**	.830**	.821**	-
ポジティブ状況 の没頭	.054	.139**	.087 <sup>+</sup>	.228**	.248**	.246**	.767**	-	
過去の意味づけ	.107*	.198**	.166**	.284**	.276**	.304**	-		
独断性	.068	.330**	.051	.201**	.336**	-			
他者への親和・ 順応	.221**	.127**	.247**	.204**	-				
相互協調的やり がいの価値	.488**	.533**	.361**	-					
相互独立的快樂 価値	.546**	.272**	-						
相互協調的快樂 価値	.365**	-							
相互独立的やり がいの価値	-								

注：\*\* $p < .01$ , \* $p < .05$ , <sup>+</sup> $p < .10$ 

### 3) 価値の明確化と自律性、後悔の関係

#### 後悔の有無

これまでの人生における後悔の有無に関しては、12名(3%)が後悔がないと、また351名(97%)が後悔があると回答した。

#### 価値明確化について

価値をどのくらい明確に認識しているかを問う「価値認識」に関しては、57%が「あまりはっきりしていない」と回答していた(Figure 1)。また、現在価値に沿った行動をどのくらいとっているかを問う「価値行動」に関しては、価値に沿って生活していないと回答したのは約30%にとどまり、50%は価値に沿って生活していると、残りの約20%は十分に価値に沿って生活していると回答していた(Figure 2)。その他の価値に関する項目は以下の通りであった。「価値思考」(普段の生活の中で、どのくらい人生の価値について考えているか)では、「まったく考えない」が4%、「あまり考えない」が21%、「たまに考える」が37%、「しばしば考える」が27%、「よく考える」が12%であった。「価値大切(現在)」(人生の価値がどのくら

い大切か)では、「まったく大切でない」が1%,「あまり大切でない」が10%,「大切である」が44%,「かなり大切である」が29%,「極めて大切である」が16%であった。「価値大切(未来)」(これから人生の価値を大切にしていきたいか)では、「まったくそう思わない」が2%,「ややそう思う」が15%,「そう思う」が28%,「とてもそう思う」が31%,「極めてそう思う」が25%であった。「価値行動(過去)」(過去2~3か月価値に沿って生活できていたか)では、「0~20%生活できた」が10%,「21~40%生活できた」が26%,「41~60%生活できた」が31%,「61~80%生活できた」が25%,「81~100%生活できた」が8%であった。

これらの結果より、本研究の対象者が、自分自身の持つ価値は大切だと考えていて、普段の生活のなかで自分の持つ価値について考えるが、自身の価値がほんやりしていて明確になっておらず、そのほんやりしていて明確になっていない価値に沿って生活しているものの、その価値をこれからも大切にしていきたいと考えていることがわかる。

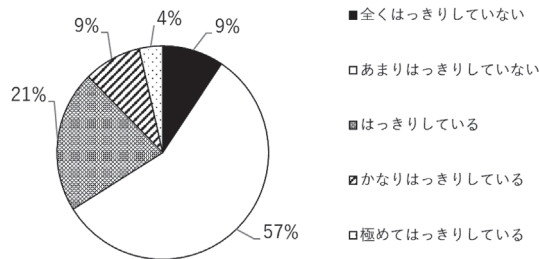


Figure 1. 価値認識 (人生の価値が明確であるか)

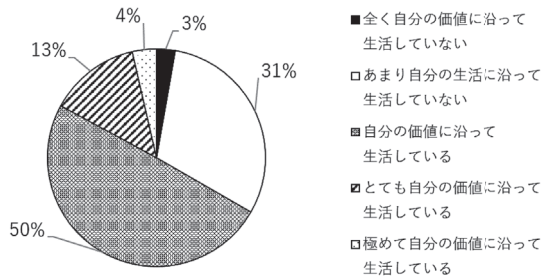


Figure 2. 価値行動 (現在、どのくらい価値に沿った生活をしているか)

### 価値の明確化と自律性、後悔の関係性

価値の明確化と自律性、後悔の関係性を探索的に検討するために、以下の分析を行った。価値明確化尺度の下位因子を独立変数、自律性を従属変数として、ステップワイズ法による重回帰分析を行った。その結果価値行動（現在）、価値認識が自律性に有意な影響を及ぼしていた（価値行動（現在）： $\beta = .265$ ,  $p = .000$ , 価値認識： $\beta = .164$ ,  $p = .003$ ;  $R^2 = .138$ ）。

自律性と後悔の関連を調べるために、価値明確化尺度の各項目と自律性を独立変数、後悔あり・なしを従属変数とした、ステップワイズ法によるロジスティック回帰分析を行った。その結果、価値大切（未来）が後悔に有意な影響を及ぼしていた（ $\beta = .343$ ,  $p = .003$ ;  $R^2 = .283$ ）。

また、後悔の有無によって、自律性に差があるかを調べるため、対応のないt検定を行った。その結果、有意差が認められ、後悔のある人はない人に比べて、自律性が高いことが分かった（ $t(362) = 51.064$ ,  $p = .000$ ,  $d = 3.905$ ）。

これらの結果をまとめて、各変数の関連性を想定した仮説モデルが以下のFigure 3である。Figure 3内の実践の矢印は、統計的に有意な影響がみられたことを示す。一方、点線の双方向の矢印は、自律性が後悔の有無に影響を与えるという因果関係を示す有意な結果は認められなかったが、後悔がない者はある者に比べて自律性が高かったことから、何らかの関係性があるものとして双方向の矢印を示している。

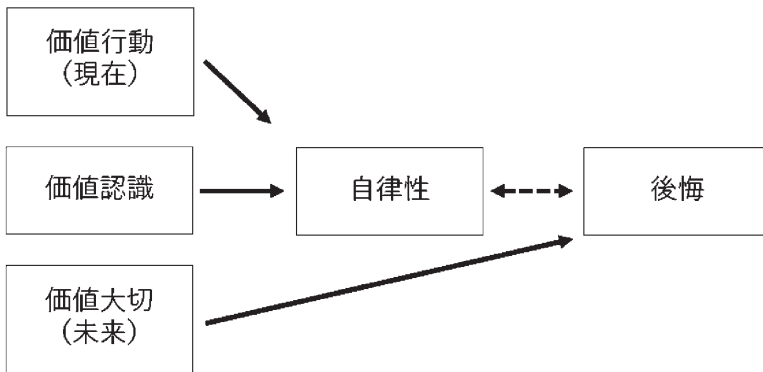


Figure 3. 価値明確化と自律性と後悔の関係の仮説モデル

## 考察

本研究の目的は、文化的自己観（相互独立的自己観／相互協調的自己観）と幸福感追求の方向性（快樂／やりがい）の2軸を掛け合わせた4領域で人生の価値志向性を捉えることができる尺度を開発することであった。また、人生の価値志向性と自律性、後悔との関連についても合わせて検討し、新しい尺度の可能性について示すことが第二の目的であった。

因子分析の結果、想定した概念を有する内容的妥当性と  $\alpha$  係数による十分な信頼性の確認された、4下位因子を有する人生の価値志向性を測定する尺度を開発することが出来た。作成の過程において削除された項目には、一定の因子負荷量が複数の因子にまたがっていた項目があった。内容から、誰にでも当てはまる表現になっていたり、状況が想像しにくい表現になってしまっていたことがその理由と考えられる。このような質問項目として不適切な項目を削除してできあがった尺度は、青年の人生の価値志向性を測定する上で、回答しやすい項目で構成された4領域の概念が測定可能な尺度といえるだろう。

しかし、構成概念妥当性に関してはいくつかの課題が残されている。「人生満足感」と「人並み幸福感」の相関分析に関しては、人生の価値志向性尺度の4下位因子すべてと強い正の相関を示したことから、人生価値志向性と幸福感との関連があるという仮説通りの結果を確認できた。しかし、「快樂／やりがい」と「相互独立的自己観／相互協調的自己観」のそれぞれの弁別が出来ているかを検証するための相関分析は仮説通りではないものが多く含まれ、結果として、現時点で「快樂」と「やりがい」、「相互独立的自己観」と「相互協調的自己観」の弁別が確認された尺度とはいえない。この結果の理由として、本研究で扱っている4領域が、弁別化がそもそも難しい概念であった可能性が挙げられる。それは、「ポジティブ状況の没頭」と「過去の意味づけ」、「独断性」と「他者への親和・順応」のそれぞれの因子間で強い正の相関が示されたことから推察される。また、Singelis(1994)によると、相互協調的自己観と相互独立的自己観は個人内に両立しうるものであるとされている。すなわち、人はこの2つの自己観を常に両方持っており、相反するものでも裏表なのでもなく、互いに独立しているのであ

る。その時点で優勢な自己観が、その個人の行動を規定するのである。つまり、独立性と協調性の両方が高いということも、両方が低いということもあり得るのである。今回、確認できなかった構成概念妥当性の検討は、今後の課題といえよう。

本研究の第二の目的として、価値志向性と自律性、後悔との関連について検討を行った。その結果、青年期において、自身の価値を明確に持ち、それに沿って行動することで、自律性が高まり、人生を振り返った時の後悔が減ると想定していた仮説モデルが概ね支持された。人生の価値志向性の4領域のバランスや、尺度得点と自身の認識との関係など、検討すべきことは山積みではあるが、青年期において自身の人生の価値に関心を持ち、明確にして、それに沿った行動をとることが、大切であることが示唆されたといえよう。一方で、自身の価値に関しては、57%があまり明確になっていないと回答していた。先の見通しの立ちにくい現代を生きる青年において、普段の生活のなかで自分の持つ価値について考えを深め、自分の価値を常にアップデートしていくことを普段から意識して過ごせるような教育的仕組みを整えていくための基礎研究の積み重ねと実践研究が必要である。

最後に、本研究の限界と展望について述べる。まず、本研究の対象が、特定の大学の学生のみであったことが限界として挙げられる。今後は、サンプルサイズを増やし、地域性、人生観に影響を与える経験（死別体験など）等の他の要因との関連などを検討することも必要である。また、異なった年齢層などの幅広い属性を持つ対象者で検討を重ね、青年期特有の人生の価値志向性の特徴を示していく必要がある。また、明確な弁別が難しいという概念的特徴はあるものの、それらの特徴を踏まえた上での概念的妥当性の検討は引き続き行う必要がある。これらの検討を重ねることで、より妥当性、信頼性の高い汎用性のある尺度に洗練させていくことができるであろう。

これらの限界はあるものの、文化的自己観（相互独立的自己観 / 相互協調的自己観）と幸福感追求の方向性（快樂 / やりがい）の2軸を掛け合わせた4領域で人生の価値志向性を捉えることができる尺度を開発すること

ができたことは意義深い。この人生の価値の捉え方を、PVQ IIにおいて行われる価値の「言語化」の手続きに応用することも可能である。価値を領域ではなく、志向性で捉えた価値を記述させることで、なぜそれを大切にしたいのかという指針が明確になり、その指針に沿った行動への増加・拡大も図ることができると想定される。PVQ IIやACTを実施する際に、どのような“価値”を扱いたいかで使い分けができる可能性がある。今後は、臨床現場でも使用しやすいうように尺度を洗練させていくことと同時に、人生の価値志向性が、人生を切り開いていく上での自律性や後悔、そして幸福感にどのように影響しているかをより詳細に検討していく必要がある。

### 参考・引用文献

- 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., Gohm, C. L., Suh, E. M., & Oishi, S. (2000). Similarity of the Relations between Marital Status and Subjective Well-Being across Culture. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 31, 419-436.
- 土井理美・横光健吾・坂野雄二 (2014). Personal Values Questionnaire II の内的整合性と妥当性の検証 行動療法研究, 40 (1), 45-55.
- Dolan, P. (2014). *HAPPINESS BY DESIGN Change What You Do, Not How You Think*. New York: Hudson Street Press.
- (ドーラン, P. 中西真雄美 (訳) (2015). 幸せな選択, 不幸な選択—行動科学で最高の人生をデザインする 早川書房)
- 福田早織 (2018). 幸福感と仲良くなるには 近畿大学総合社会学部卒業論文 (未公刊).
- Harris, R. (2009). *ACT Made Simple An Easy-to-Read Primer on Acceptance and Commitment Therapy*. Oakland: New Harbinger Publications.
- (ハリス, R. 武藤崇 (監訳) (2012). よくわかる ACT (アクセプタンス&コミットメント・セラピー) 明日からつかえる ACT 入門 星和書店)
- Kluckhohn, C. (1951). Values and value orientation in the theory of action. In T. Parson, & E. A. Shils (Eds.), *Toward a general theory of action*. Cambridge, MA: Harvard University Press, pp.388-433.
- 子安増生・楠見孝・de Carvalho Filho Moisés Kirk・橋本京子・藤田和生・鈴木晶子…小島隆次 (2012). 幸福感の国際比較研究——13カ国のデータ—— 心理学評論, 55 (1), 70-89.
- 熊野道子 (2013). 生きがい形成モデルの測定尺度の作成: 生きがいプロセス尺度と生きがい状態尺度 教育研究, 39, 1-11.
- 栗山容子・大井直子 (2012). 日本人大学生の価値意識 発達心理学研究, 23 (2), 158-169.

- 西田佑紀子 (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.
- Oishi, S. & Diener, E. (2001). Goals, culture, and subjective well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27 (12), 1647-1682.
- 太田陽香 (2017). 国際比較からみる「幸せ」の新しいカタチ 近畿大学総合社会部卒業論文 (未公開).
- 酒井恵子 (2001). 価値概念の個人差とその背景——価値尺度作成課題による検討—— 教育心理学研究, 49, 102-111.
- 酒井恵子・久野雅樹 (1997). 価値志向的精神作用尺度の作成 教育心理学研究, 45 (4), 388-395.
- 酒井恵子・山口陽弘・久乃雅樹 (1998). 価値志向性尺度における一次元的階層性の検討——項目反応理論の適用 教育心理学研究, 46, 153-162.
- 坂野朝子・武藤崇 (2012). 「価値」の機能とは何か：実証に基づく価値研究についての展望 心理臨床科学, 2 (1), 69-80.
- 清水裕士 (2016). フリーの統計分析ソフト HAD：機能の紹介と統計学習・教育, 研究実践における利用方法の提案 メディア・情報・コミュニケーション研究, 1, 59-73.
- Singelis, T.M. (1994). The Measurement of independent and Interdependent Self-Concepts. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20, 580-591.
- 高田利武・大本美千恵・清家美紀 (1996). 相互独立の一相互協調的自己観尺度 (改訂版) の作成 奈良大学紀要, 24, 157-173.
- Uchida, Y. & Kitayama, S. (2009). Happiness and un-happiness in east and west : Themes and variations. *Emotion*, 9, 411-456.
- 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*, 34, 741-754.
- Wilson, K. G. (2009). *Mindfulness for two: An acceptance and commitment therapy approach to mindfulness in psychotherapy*. Oakland CA: New Harbinger Publications.

## 注釈

本論文は米澤京伽の近畿大学総合社会学部総合社会学科心理系専攻 2020 年度卒業論文としてまとめたデータの一部を再分析し、改稿したものである。

## 付録

- 1) 今までの人生を振り返ってみてください。特に、大きな幸せや充実を感じたあなたにとって印象的なエピソードや、活動の意味や意義を感じた印象的なエピソードを具体的に書いてください。
- 2) たくさんの人生のエピソードの中でも、特に、1のエピソードが印象的だと感じたのはなぜだと思いますか？なぜそのエピソードがあなたにとって重要なのか思いつづまに書き出してください。



- 3) 1・2を振り返ってみたくえで、あなたにとって、生きていく上で特に大切だと感じること、これだけはしていきたい、こういう視点は見失いたくないことを書いてください。望ましい答えや正しい答えはありませんので、今、感じているままにお答えください。

4) この価値はあなたにとってどのくらい大切ですか？	1	2	3	4	5
	全く大切ではない	あまり大切ではない	大切である	とても大切である	極めて大切である
5) 生活の中でこの価値に対してどれくらい選択した自分の価値に沿って生活できていますか？	1	2	3	4	5
	全く価値に沿って生活していない	あまり価値に沿って生活していない	価値に沿って生活している	とても価値に沿って生活している	極めて価値に沿って生活している
6) 現在、この価値に向かうことをさらに進めていきたいと思えますか？	1	2	3	4	5
	全くそう思わない	ややそう思う	そう思う	とてもそう思う	極めてそう思う
7) 過去2～3ヶ月、私はこの価値に沿って生活できた	1	2	3	4	5
	0～20%	21～40%	41～60%	61～80%	81～100%
8) あなたは普段の生活の中でどれくらい人生の価値について考えますか？	1	2	3	4	5
	全く考えない	あまり考えない	たまに考える	しばしば考える	よく考える
9) あなたの人生の価値は、今の時点で、どのくらいはつきりしていますか？	1	2	3	4	5
	まったくはつきりしていない	あまりはつきりしていない	はつきりしている	かなりはつきりしている	極めてはつきりしている