

比較による主観的幸福感尺度の作成

1200416 岡森 宣樹

高知工科大学 経済・マネジメント学群

1. 概要・序論

主観的幸福感 (subjective well-being) には、感情的側面と認知-判断的側面の二つの領域が存在することが多くの研究者の一致した見解となっている (Ed Diener Shigehiro Oishi Louis Tay. 1999; Larson, 1978)。感情側面とは、楽しいや悲しいなどといったポジティブ感情とネガティブ感情の両面のことである。また認知-判断的側面とは自己の人生の満足度であり“自ら選んだ基準に基づく。過去-現在-未来にわたる人生の主観的評価”と定義される (角野, 1994)。

現在様々な主観的幸福感尺度や感情的側面、認知-判断的側面に特化された尺度などが存在する。多くの尺度が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することは困難である (伊藤裕子 相良順子 池田政子 川浦康至, 2003)。それに対し伊藤らの研究 (2003) では健康自己評価質問紙 Subjective Well being Inventory (SUBI) をもとに幅広い年代で対応できる主観的幸福感尺度を作成した。しかし、人々が自身を幸福か否か、どれほど幸福か、どれほど幸福でないのかを判断するためにはその基準となる比較対象が存在すると考えられる。そして、現状使われる多くの幸福尺度は比較があまり含まれていない。あるいは比較を明示的にしていない。本研究では比較に主眼を置き比較対象と自身との比較をもとに幸福度を測定、比較対象ごとに因子が分かれるような質問項目を作成することで、認知・感情両側面を測りうる尺度の製作を目的とする。

比較対象について、他者、過去の自分、理想の自分、一般的な幸福度の4つと仮定する。この4つを比較対象として選んだ理由について、まず他者については、平均以上効果の存在からも他者と自己との比較が自尊心に影響を与える可能性は極めて高いため、幸福にも影響を与えると考えられる。過去との比較について、過去の自分との比較とはすなわち継時的比較である。並川 (2011) の研究では自尊感情と継時的比較志向性との相関は決して高いものではなかったが、感情

側面、特にネガティブ感情とは関連を示唆する結果となった。理想の自分は、自尊心が理想自己と現実自己のずれによって変化する (岡田, 1987) ことから幸福にも影響すると考えられる。一般的な幸福感に関してこれを社会的志向性としてとらえるならば自尊心との相関は高いものにはならないと考えられる。しかし、アジア圏の文化的特徴として自尊感情とは別に周囲の人々の存在が幸福に影響を与える (Yukiko Uchida Shinobu Kitayama Batja Mesquita Jose Alberto S. Reyes Beth Morling, 2008) ことを考えれば幸福に影響を与える可能性はあると考えられる。

以上がこの4つを比較対象として選んだ理由である。

2. 研究1

2-1. 方法

2-1-1. 調査対象と方法

対象者は、大学生 87 名で、調査は 2019 年 4 月、授業中実施された。

2-1-2. 測度

本研究では比較をもとにした4つの尺度、他者との比較、過去の自分との比較、理想の自分との比較、一般的な幸福度との比較をもとにした尺度の検証を行う。項目内容は Table 1 の通りである。質問項目については質問群中の 16~19 で測定した。また、比較として伊藤ら (2003) の制作した 15 の質問項目を質問群中の 1~15 で尋ねた。なお、主観的幸福感を構成する2つの側面 (認知的側面と感情的側面) に対しそれぞれ、伊藤らの研究 (2003) に倣い、前者については大学生生活に対する満足度 (“あなたはどの程度大学生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) が主観的幸福感 (“あなたは最近、どのくらい幸せを感じていますか” 10 段階) をポジティブ感情の頻度の測定に用いている

Table 1

項目内容と平均値および標準偏差 (研究 1)

	項目内容	平均値	標準偏差
1	あなたは他の人に比べて幸せだと思いますか	2.233	0.714
2	今のあなたは過去のあなたに比べて幸せだと思いますか	1.919	0.800
3	あなたは、あなたの理想の生き方ができていると思いますか	2.605	0.756
4	あなたの姿は、周囲の人々にとって幸せに映ると思いますか	2.419	0.759

ため本研究でもこの尺度を用い、これら 2 つの尺度を基準変数とした。また、幸福感と関連が深いとされる自尊感情尺度 (山本 松井 山成, 1982) も併せて実施、質問紙の最後には幸福および不幸を感じる瞬間を自由記述で訪ねることで幸福感の新たな比較対象の検出を試みた。(質問紙に関し、詳しくは付録参照)

2-2. 結果

すべてのデータは HAD を用いて統計分析を行った (清水, 2016)。

基準変数と尺度平均得点の相関は認知側面 (あなたはどの程度大学生活に満足していますか) が $r=.457$ ($p<.01$)、感情側面 (あなたは最近、どのくらい幸せを感じていますか) が $r=.697$ ($p<.01$) と相関がみられた。伊藤ら (2003) の 15 項目の平均得点と本尺度との相関は $r=.762$ ($p<.01$)、本尺度と自尊心尺度との相関は $r=.451$ ($p<.01$) であった。

また項目別の基準変数との相関については、感情側面についてはすべての項目が $r=.400$ 以上の相関を示したが、認知的側面については 3 以外の項目が $r=.400$ 以下の数値を示し、特に 4 については $r=.187$ ($p<.10$) とかなり弱い相関となった。項目同士では 1 と 4 が $r=.622$ ($p<.01$) と強い相関を見せた。伊藤ら (2003) の平均項目と 4 項目はすべての項目が $r=.400$ 以上、1 と 4 に関しては $r=.600$ 以上の相関を見せた。

因子分析を行ったが、モデルが最適化されなかったため、主成分分析を行った。主成分分析の結果すべての項目が 1 つの因子に対し $r=.600$ 以上の数値を取り、特に 1 と 4 は $r=.800$ 以上であった。

最後の幸福 (不幸) を感じる瞬間の書き出しの中で多かったものとして「予想よりも良い (悪い) 結果が得られたとき」というものがあった。

2-3. 考察

結果として同時に測ったすべての尺度の平均得点と本尺度の平均得点は正の相関を示した。特に伊藤ら (2003) の尺度とは強い相関を示した。主成分分析の結果は 4 項目が 1 つの因子に従っていると考えられる結果であった。

本尺度の項目、特に 1 と 4 は伊藤ら (2003) に含まれている可能性があるため、他尺度とも比較し、この尺度とだけ相関が高いのか、他の尺度とも相関が高いのか調べる必要がある。また、1 と 4 は同様のものを測定している可能性が高い。これが質問項目の文章の問題なのかそれとも他者比較と一般的な幸福感との比較が同様の概念なのかを判断する必要がある。

主成分分析の結果から 4 項目が同じ因子に従っている可能性と項目数が少ないためこのような結果となった可能性がある。仮説検証の項目が各仮定因子につき 1 つずつしかなかったので全体の項目を増やす必要がある。

自由記述の回答の中で、結果でも述べた通り「予想よりも・・・」という答えが多かった。そこから新たな比較対象として、自身が予測した未来を追加した。理由は書き出しに幸福「予想以上の結果を得た」、不幸「予想以下の結果を得た」といった回答が多かった。つまり人々は常に意識的か無意識的か自身の未来をある程度予測している可能性があるからである。運がいい、悪い等もこの予測との比較であると考えられる。

自尊感情尺度との相関がみられるものの強い相関とは言えなかった。ただし、アジア圏の文化的特徴として自尊感情は幸福感にとって重要な概念ではあるが、欧米などのように自尊感情に幸福感が依存する関係ではない (内田ら, 2008) ことを考えると、本尺度をアジア圏において用いるとするならば今回の結果が主観的幸福感尺度としての大きな問題とはいえないと考える。逆に、世界全体でこの尺度を使用する場合、

Table 2

項目内容と平均値および標準偏差（研究 2）

	項目内容	平均値	標準偏差
1	他の人に比べて自分は幸せだと思う	4.824	1.327
2	周りの人々をうらやましいと思う	3.559	1.387
3	少なくとも人並みには、価値のある人間だと思う	4.449	1.276
4	過去に比べて今は幸せである	4.750	1.543
5	昔より多くのことが自由に出来るようになったと感じる	5.618	1.218
6	過去と比較して現在の生活に満足している	5.088	1.297
7	自分の理想の生き方ができている	4.051	1.384
8	自分の生きたいと思うように生きている	4.853	1.375
9	自分の生き方に少なからず誇りを持っている	4.493	1.344
10	自分の姿は、周囲の人々にとって幸せに映ると思	4.287	1.344
11	一般的に見て自分は恵まれている	5.088	1.308
12	多くの人々が自分（あなた）のことを幸せだと認めると思	4.537	1.377
13	運が良いほうだと思う	4.338	1.521
14	今まで、多くの理不尽な出来事にあってきた	3.603	1.442
15	思い通りにならないことがたくさんある	3.074	1.519

自尊感情との相関がそれほど強くないことが幸福感の正しい測定のための問題点となる可能性はあるといえるかもしれない。

対象として自身が予測した未来を追加し、それを測定する 3 項目を追加、合計 15 項目とした。（付録より項目 6～20、19、20 が 17、18 になっているのは誤表記である。）

3. 研究 2

3-1. 方法

3-1-1. 調査対象と方法

対象者は、大学生 138 名で、調査は 2019 年 11 月、授業中に行われた。

Table2 (k1 は“あなたはどの程度大学生活に満足していますか”、k2 は“あなたは最近、どのくらい幸せを感じていますか”を表す) において 1～3 は他者との比較、4～6 は過去との比較、7～9 は理想との比較、10～12 は一般的な幸福感との比較、13～15 は自身の予想した未来の自分との比較に従うよう作った質問項目である。また、比較尺度として「SATISFACTION WITH LIFE SCALE (Diener et al. (1985))」を合わせて実施した。SATISFACTION WITH LIFE SCALE (以降 swls と表記する。) は認知的側面に特化した尺度であり、

3-1-2. 測度

研究 1 で用いた 4 項目に対し 2 項目ずつ、また新たな比較

Table 3

比較対象ごとと基準変数との相関（研究 2）

	他人	過去	理想	一般的な幸福感	予想した未来	k1	k2
他人	1.000						
過去	.318	1.000					
理想	.340	.578	1.000				
一般的な幸福感	.403	.427	.468	1.000			
予想した未来	.208	.168	.267	.317	1.000		
k1	.239	.543	.679	.438	.295	1.000	
k2	.267	.573	.582	.556	.413	.714	1.000

Table 4

項目内容と平均値および標準偏差（研究 3）

	項目内容	平均値	中央値	標準偏差
1	他の人に比べて自分は幸せだと思う。	3.836	4.000	1.151
2	自分が一般的な人々と比べて劣っていると感じ、つらい。	3.545	4.000	1.168
3	少なくとも人並みには、価値のある人間だと思う。	3.745	4.000	1.022
4	過去に比べて今は幸せである	3.782	4.000	1.228
5	今よりも昔の方がもっと幸せだった。	3.945	4.000	0.989
6	過去と比較して現在の生活に満足している	3.600	4.000	1.065
7	自分の理想の生き方ができている。	3.236	3.000	0.962
8	自分の生きたいと思うように生きている。	3.691	4.000	1.016
9	自分の生き方に少なからず誇りを持っている。	3.455	4.000	0.919
10	自分の姿は、周囲の人々にとって幸せに映ると思う	3.200	3.000	1.061
11	一般的に見て自分は恵まれている	4.164	4.000	1.214
12	多くの人々が自分（あなた）のことを幸せだと認めると思う。	3.764	4.000	1.088
13	予想よりも良い結果を得られることが多い。	3.327	3.000	1.019
14	今まで、多くの理不尽な出来事に遭ってきた。	3.273	3.000	1.079
15	思った通りにならないことがたくさんある。	2.800	3.000	0.989

swls を選んだ理由は主観的幸福感尺度と認知的側面に特化した人生満足度の尺度と比較することでどちらの方がよりこの尺度と高い相関を示すかを確認するためであり、swls が広く使われている尺度だからである。

基準変数については前回同様の 2 項目と合わせさらに 2 項目を追加した 4 項目を実施した。

3-2. 結果

すべてのデータは HAD を用いて統計分析を行った（清水、2016）。

尺度の平均得点と認知的側面として取り上げた大学生活の満足度との相関は $r=.629$ ($p<.01$)、感情側面では $r=.687$ ($p<.01$) という強い相関を見せた。また、swls との相関も $r=.713$ ($p<.01$) という高い相関を示した。

各項目の基準変数との相関について 2、5、14、15 が $r=.200$ 以下だった。

因子分析を行ったが、モデルが最適化されなかったため、主成分分析を行った

本尺度の 15 項目を 5 つの因子があると仮定し主成分分析した結果について、基準変数との相関が低かった 4 項目（2、5、14、15）以外は 1 つの因子に従った。

仮定因子ごとの 5 つに分けて主成分分析を行った結果、著

しく共通性が低かったのは 2、13 また 5 も比較的低い数値を取った。

比較対象ごとと基準変数との相関は Table4 の通りである。他者との比較では認知感情両側面で、自身の予想した未来との比較では認知的側面で弱い相関を見せた。

3-3. 考察

2、5 は共通性が低くまた、基準変数との相関も低かった。まず 2 に関しては「うらやましい」という感情が幸福感とは認知、感情両側面において関係が薄い可能性、あるいはこの項目の文章が測定に適していない可能性がある。また、5 に関しては対象が大学生であることで多くの被験者が高い得点をつけたことが理由と考えられる（実際、7 段階評価で 5 の平均値は 5.618、中央値は 6 だった。）

13 が 14、15 と共通性が低かったにもかかわらず、基準変数との相関は高かったことから、予想した未来との比較というものが幸福の自己評価 と関係がうすい可能性がある。

今回の結果は前回通り、一般的な幸福感と他者の比較が同様のものを測定している可能性を支持しうる結果となった。

4. 研究 3

Table 5

比較対象ごとと基準変数との相関（研究3）

	他者	過去	理想	一般的な幸福感	自身の予想した未来	k1	k2
他者	1.000						
過去	.580	1.000					
理想	.484	.581	1.000				
一般的な幸福感	.625	.755	.615	1.000			
自身の予想した未来	.329	.220	.087	.178	1.000		
k1	.516	.654	.549	.663	.201	1.000	
k2	.611	.761	.622	.785	.286	.715	1.000

4-1. 方法

4-1-1. 調査対象と方法

対象者は、大学生 56 名で、調査は 2019 年 11 月、授業中に行われた。

4-1-2. 測度

研究 2 の尺度から、2 についてまずうらやましさを違う質問項目で尋ねる。他者比較に嫉妬の要素があると考え Milfont ら（2009）を参考に「自分が一般的な人々と比べて劣っていると感じ、つらい。」に変更した。また、5 は「今よりも昔の方がもっと幸せだった」、13 は「予想よりも良い結果を得られることが多い。」に項目を変更した。

比較尺度として研究 1 でたずねた伊藤ら（2003）の 15 項目、研究 2 でたずねた swls、また感情側面尺度として、吉津らが日本語版として製作した感情調整尺度（2013）をたずねた。研究 1、2 と同様の基準変数も合わせてたずねた。

4-2. 結果

すべてのデータは HAD を用いて統計分析を行った（清水、2016）。

尺度の平均得点と基準変数の相関分析の結果は認知的側面が $r=.694$ ($p<.01$)、感情側面が $r=.822$ ($p<.01$) と強い相関を示した。また他尺度との相関について swls とは $r=.628$ ($p<.01$)、伊藤ら（2003）とは $r=.751$ ($p<.01$)、感情調整尺度とは $r=.570$ ($p<.01$) であった。また、各項目と基準変数の 2 項目の相関について認知・感情両側面で $r=.350$ 以上を取らなかったのは 14、15 のみであった。

因子分析を行ったが計算途中で固有値が負になり、不適解

が出たため主成分分析を行った。

主成分分析の結果は 2、3、13、14、15 が別の因子に従った。2、3 は他項目に従った因子とも、400 以上の数値を取っており、最も大きい数値とも、100 以下の差だったため誤差の可能性もある。

比較対象ごとと基準変数との相関は Table5 のとおりである。自身の予想した未来以外は認知感情両側面で $r=.500$ 以上の相関を見せた。

4-3. 考察

結果からまず予想した未来との比較が自身の幸福感の判定プロセスに影響を与えていない可能性が高い。そこから、その項目を除いた 12 項目の平均と各尺度、基準変数との相関分析を行った。結果として認知的側面とは $r=.729$ ($p<.01$)、感情的側面とは $r=.851$ ($p<.01$) となり、変更前と比べ認知・感情両側面でより強い相関を示した。

主成分分析の結果から、はじめに仮定した比較対象によって因子が分かれるということは起こらないといえる。また、多くの項目が従った因子に従わなかった項目は、基準変数 2 項目両方に対し $r=.400$ 以下の数値を取った。そこから、他の尺度はどうなっているかを調べる。感情調整尺度を除いた全ての尺度と基準変数 2 項目の主成分分析と相関分析をした結果、こちらでも多くの項目が同様の因子に従い、従ったほとんどの項目が基準変数の 2 項目と $r=.350$ 以上の相関を示した。ここから、自身の尺度に関わらず最低でも今回実施した主観的幸福感尺度及び人生満足度尺度はそのほとんどの項目が 1

Table 6

項目内容と平均値および標準偏差

	項目内容	平均値	標準偏差
1	他の人に比べて自分は幸せだと思う	3.836	1.151
2	自分が一般的な人々と比べて劣っていると感じ、つらい	3.545	1.168
3	少なくとも人並みには、価値のある人間だと思う	3.745	1.022
4	過去に比べて今は幸せである	3.782	1.228
5	今よりも昔の方がもっと幸せだった	3.945	0.989
6	過去と比較して現在の生活に満足している	3.600	1.065
7	自分の理想の生き方ができている	3.236	0.962
8	自分の生きたいと思うように生きている	3.691	1.016
9	自分の生き方に少なからず誇りを持っている	3.455	0.919
10	自分の姿は、周囲の人々にとって幸せに映ると思う	3.200	1.061
11	一般的に見て自分は恵まれている	4.164	1.214
12	多くの人々が自分(あなた)のことを幸せだと認めると思う	3.764	1.088

つの因子にしたがっている可能性がある。

他者と一般的な幸福感との比較について、1 は一般的な幸福感の3項目と強い相関を示したが、2、3とは弱い相関であった。2、3ともに価値や能力などの概念に関係する項目となっている。その部分が単純な他者との幸福の比較とは異なる測定をしている可能性がある。ただし、今回の研究で1が純粋な他者との比較を測定していて2、3がそれ以外の概念の測定をしていると確信できる結果が出ているわけではない。本研究において他者と一般的な幸福感が比較対象として同様の概念である可能性は高いことは示されたが、同様の概念と言い切ることはできないという結果となった。

2に関して研究2に比べ基準変数との相関および同様因子に起因すると仮定される2項目との主成分分析の結果はどちらも高いものとはなかった。

5. 総合考察

研究3より予想した未来の自分との比較を除いた12項目を本研究の尺度項目とする(table6)。この12項目の妥当性としては、認知・感情両側面との相関においてかなり高い数値を取ったこと、研究1の結果から自尊感情尺度との相関が見られ、伊藤ら(2003)との相関と比較してやや低いものの遜色のない数値であるといえること。(研究1の項目は4項目だけだが12項目に含まれその4項目とその他8項目とは同様の因子に従っていることから、この12項目とも自尊感情尺

度との相関がみられると考えられる。)また、他尺度との比較についてもすべてが $r = .500$ 以上の数値を取ったことから妥当性が示されたと考える。

尺度の信頼性については内的整合性について検討した。I-T(項目-平均得点)相関の結果、ほぼすべての項目が $r = .500$ を上回り、唯一2が下回ったもののそれでも $r = .482$ という相関の認められる数値を取ったため高い信頼性が示された。

日本の主観的幸福感の研究は老年学の分野で盛んになり、しかしその後様々な発達段階での主観的幸福感の研究が起ったことは、発達段階によって主観的幸福感のあり方が異なることを意味している。そこで世代にかかわらず活用できる尺度が求められる中、大学生を対象にしか実験を行えていないため幅広い世代に対しアンケートを実施していく必要がある。

今回の比較を用いた主観的幸福感尺度の作成において、他者と一般的な幸福感が同様の概念であった可能性が高い。また、比較対象についても最終的に認められた(他者と一般的な幸福感が別の概念だとして)4つ以外の存在がないという根拠はない。しかし、比較を用いることで幸福感の測定が可能であることは示すことができたと考えられる。

研究3において本尺度が他の各尺度と高い相関を示したことから比較という概念が他尺度においても少なからず含まれていると考えられる。本研究では比較という概念を明示的にすることで、明示的にしていない他尺度と比べ大きな違いが生まれるとは言い切れない結果となった。ただし、相関係数

などで差が示されており、その差が比較という概念を明示したことによるものだと考えるならば、明示的にすることでより正確に幸福感を測りうる状況が存在するという可能性がある。

本尺度の 12 項目が特に感情側面の基準変数と極めて高い相関を示したことについて、比較を用いることで認知的側面における幸福感より感情的側面における幸福感を測定できていると考えられる。理由として考えられるのは、本尺度における比較の主語となるのが、その瞬間の自己であり人生満足度のような自身の人生全体ではないため回答時の感情に測定結果が大きく左右されるからというものである。幸福感尺度は環境要因（例えば天候やその日の体調）によって影響を受けやすいものである（Ed Diener ら、2018）が、この尺度はよりその傾向が強い可能性が高い。

現在 swls をはじめとして日本で使われている多くの幸福感尺度は欧米の尺度を訳したものとなっている。しかし、欧米圏とアジア圏では幸福感を構成する要素に差異が存在する。欧米圏の幸福感が自尊感情に大きく依存しているのに対し、アジア圏ではそれ以外に他者とのかかわりなども重要な点である。本尺度は、自尊感情と強い相関を示していないにも関わらず基準変数と他尺度と比べても遜色のない強い相関を示した。これは、比較を用いた主観的幸福感尺度が自尊感情に依存し過ぎないという意味でアジア圏において欧米圏で使われている尺度に比べより適切に幸福感を測定できる可能性を示唆するものと考えられる。

今回基準変数として、研究 1～研究 3 まで通して使った 2 つの質問項目についてこの 2 つの尺度と認知的側面を特に測定する swls、感情的側面を特に測定する感情調整尺度の相関を調べた。結果として、まず swls と認知的側面（あなたはどの程度大学生活に満足していますか）は、558、感情的側面（あなたは最近、どのくらい幸せを感じていますか）は、681 だった。次に感情調整尺度と認知的側面の相関は、403、感情側面とは、508 だった。基準変数として定めた 2 項目が正しく認知的側面と感情的側面をそれぞれ測定しているのであれば swls においては認知的側面が、感情調整尺度においては感情的側面が相対的に高い数値を取ると考えるのが妥当だが、そうはならなかった。当然この結果のみにおいて基準変数が妥当ではないと言い切ることは難しいが、この 2 項目が正しく認知・

感情側面をそれぞれ測定出来ているのかについて疑問の残る結果になったといえる。

引用文献

- [1] nature human behavior 「Advances in subjective well-being research」 著者 Ed Diener Shigehiro Oishi Louis Tay
- [2] Self Report Measures for Love and Compassion Research: Satisfaction 「SATISFACTION WITH LIFE SCALE」 Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. Journal of Personality Assessment
- [3] Nature Human Behaviour volume2, Pages 253-260 (2018) 「Advances in subjective well-being research」 著者 Ed Diener, Shigehiro Oishi & Louis Tay
- [4] The Japanese Journal of Psychology 2003, Vol. 74, No. 3, 276-281 「主観的幸福感尺度の作成 と信頼性・妥当性の検討」 著者 伊藤裕子 相良順子 池田政子 川浦康至
- [5] Japanese association of educational psychology NII-Electronic Library Service 「人生に対する満足尺度 (the Satisfaction With Life Scale[SWLS]) 日本版制作の試み」 著者 角野善司
- [6] 感情心理学研究 2013 年 第 20 巻第 2 号 56—62 「感情調節尺度 (Emotion Regulation Questionnaire) 日本語版の作成」 著者 吉津潤 関口理久子 雨宮俊彦
- [7] 心理学研究 2011 年第 81 巻第 6 号 pp. 593-601 「継時的比較の個人差 —継時的比較志向性尺度の作成と検討—」 著者 並川努
- [8] 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・研究、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.
- [9] Revista Interamericana de Psicología Interamerican Journal of Psychology-2009, Vol. 43, Num. 3 pp. 547-551 「A Capital Sin: Dispositional Envy and its Relations to Wellbeing」 著者 Taciano L. Milfont
- [10] 「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」 著者 根建由美子 田上不二夫

[11] 「心理測定尺度集 I」 p29-31 著者 山本 松井 山成

[12] 「Is Perceived Emotional Support Beneficial? Well-Being and Health in Independent and Interdependent Cultures」 著者 Yukiko Uchida Shinobu Kitayama Batja Mesquita Jose Alberto S. Reyes Beth Morling