

自尊心が下がる状況におけるサポートと幸福度の関係について

1250544 山本紗良

指導教員 三船恒裕

研究背景

サポートには、ストレスを軽減させ幸福度を高める効果がある。その一方で、サポートを受けると「自分は劣っている」、「無力である」と感じさせ、ストレスを高める効果もある。相互協調的自己観が優勢である日本では、サポートを受けること自体が幸福度を高めることにつながる。そこで、人を傷つけるサポートであっても、日本人にとっては幸福度を高める手段になりうると仮説を立てた。

研究目的

可視性の高いサポートを受けても、日本人は幸せを感じるのか検討することが本研究の目的である。

調査・分析方法

クアルトリクスでアンケートを作成し、ランサーズに配布して回答させた。場面想定法を用い、婚活パーティーに参加するが失敗するというシナリオを設定した。同じ婚活パーティーに参加した同性の A さんから、欠点を指摘され、直接的にアドバイスされる状況を作り出すことで、自尊心が下がるような可視性の高いサポートを操作した。その後、サポートを受けた実験群とサポートを受けなかった統制群で、幸福度や状態自尊心の差の有無、状態自尊心の間接効果などを調査した。

分析結果

実験群と統制群の間で、状態自尊心に有意な差は見られなかった。そのため、状態自尊心に間接効果はなく、サポートと幸福度の関係性は変わらなかった。また、状態自尊心と幸福度は正の相関が見られ、統制群よりも実験群の方が幸福度は有意に高かった。

考察・結論

本研究は、サポートによって自尊心が下がることを想定していた。しかし、実験群と統制群の間で、有意な差は見られなかった。統制群よりも実験群の方が幸福度は高かった点から、自尊心を下げ、ストレスを感じさせるサポートの悪い効果ではなく、幸福度を高めるサポートの良い効果のみが反映されたと考えられる。サポートの悪い効果が引き出せなかった理由として、可視性の高いサポートを作り出せなかった可能性と、可視性の高いサポートは作り出せたが、状態自尊心に反映されなかった可能性が考えられる。