

令和 6 年 6 月 6 日現在

機関番号：17501

研究種目：若手研究

研究期間：2019～2023

課題番号：19K14363

研究課題名（和文）規範の厳格さが自由選択の感覚とWell-beingに及ぼす影響に関する検討

研究課題名（英文）Does tightness of social norm predict people's sense of freedom and well-being?

研究代表者

中里 直樹 (Nakazato, Naoki)

大分大学・福祉健康科学部・准教授

研究者番号：00829757

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 3,200,000円

研究成果の概要（和文）：本研究の目的は、日本人のWell-being（幸福度）が相対的に低い原因について、社会環境による個々人の自由の抑制という観点から検討するものであった。この目的のために、回答・評価傾向の国による差異を統制した上での日米比較調査研究や、二次データによる国単位での分析を含む複数の研究を実施した。その結果、過度な規範の厳格さ及び人間関係の流動性の低さといった日本の社会環境が人々の自由な振る舞いを抑制し、結果的に日本人のWell-beingの低さをもたらす原因となっていることが明らかになった。

研究成果の学術的意義や社会的意義

これまで十分に検討されてこなかった日本人のWell-beingの低さの原因について、日本の社会環境及びそれが生み出す個人の自由の抑制の観点から、回答・評価傾向をも考慮・統制した精緻な方法で明らかにしたことには、学術的に一定の意義があるものと考えている。また、Well-beingの低さの要因が明らかになったことにより、その知見を伝播することを通じて、社会一般の人々に日本人の行動傾向及び日本社会における課題を広く知ってもらうことに繋がることから、本研究課題の成果は将来的な日本人のWell-being向上のための一助になるものと考えられる。

研究成果の概要（英文）： This study aims to explain Japanese people's lower levels of well-being in the viewpoint of their lower levels of sense of freedom and the social environment in Japan. For this purpose, I conducted several studies including country-level analyses of secondary data (i.e., the World Values Survey data) as well as a cross-national study between Japanese and American people with control for the difference in their response- and evaluation-style bias. In conclusion, the results showed that Japanese people's lower levels of well-being can be accounted for by their lower levels of sense of freedom that was produced by the Japanese social environment with the excessive tightness of social norm and more stable interpersonal relationships.

研究分野：社会心理学

キーワード：Well-being 自由選択の感覚 規範の厳格さ 人生満足度 国際比較研究

※科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属します。

1. 研究開始当初の背景

Well-being の指標として人生満足度を用いた国際比較研究において、日本人の得点は他の先進諸国の人々と比べて低いことが一貫して報告されてきた (e.g., Diener & Suh, 1999)。その原因に関して、研究代表者は過去の研究で、「(1)重要な規定因にも拘らず、人々の自由選択の感覚(生き方・行動を自由に選択していると考える程度)が低いこと、及び(2)日本の社会環境の一つとして人間関係の固定化(人間関係の流動性が低いこと)を取り上げて検討を行った(中里, 2017)」。その一方で、上記の研究では、(1)日本人の自由選択の感覚及び Well-being を低める他の要因が存在する可能性の検討、並びに(2)回答・評価傾向における日本人と他の先進諸国の人々との差異の統制が十分とは言えなかった。そのような中、社会の規範の厳格さの程度を扱う概念として Tightness-Looseness が注目されており、また、日本は Tight な社会(規範の厳格さが比較的高い社会)であると示されていた (Gelfand et al., 2011)。加えて、世界各国における規範の厳格さと国民の Well-being は、逆 U 字曲線の関係にあることも報告されていた (Harrington et al., 2015)。以上から、社会環境として過度な規範の厳格さにも着目し、回答・評価傾向の統制というより精緻な手法を用いて、当該テーマの検討を行う必要性に思い至り、本研究を開始することとした。

2. 研究の目的

本研究の目的は、日本人の Well-being が相対的に低い原因について、社会環境による個々人の自由の抑制という観点から検討するものであった。そして、その要因の一つとして、日本の社会環境における過度な規範の厳格さが人々の自由を抑制しているという観点に立ち、回答・評価傾向の統制という精緻な手法をとった上で検討を行うこととした。この目的のために、World Values Survey (世界価値観調査) のデータを用いた国単位での二次データ分析、及び日米の社会人を主たる対象者とした国際比較調査研究を行うこととした。また、国際比較調査研究に先駆けて、国による回答・評価傾向の差異によるバイアスの統制(日本人はどのような質問項目も低めに回答し、どのような肯定的な特性についても低めに自己評価をする可能性を統制すること)を精緻に行うことができるように、過去に取得済みのデータを用いて統制手法を検討し確立することも計画した。複数の研究の知見を統合して、日本の社会環境の特徴(過度な規範の厳格さ)が人々の自由選択の感覚を低め、結果的に日本人の Well-being の低さをもたらす一因となっていると提案することを目指した。

3. 研究の方法

本研究では複数の国際比較調査を行い、上記目的について検討を行った。

(1)【研究①】 一定程度の規範の厳格さは社会秩序の観点から人々の Well-being の高さを予測するものの、厳しくなり過ぎると自由を過度に抑制して悪影響がもたらされるというメカニズムが、国単位の分析で認められるかについて検討を行った。分析には、各国の規範の厳格さの得点 (Gelfand et al., 2011)、及び World Values Survey 及び European Values Study のデータでの関連変数における各国の平均値を用いた (Gelfand et al. (2011) の調査と同時代の調査時点データを主として使用)。

(2)【研究②-A】 後述の国際比較調査研究(研究②-B)での肯定的評価バイアスの統制に適用することを目的として、過去に取得済みの日米データを用いて、異なる 2 国間の人々における評価傾向の差異に対する統制手法を確立するための分析を実施した。なお、評価傾向の統制のためには、Big Five パーソナリティの各特性を好ましい個人的特徴と捉え、全ての特性に対して肯定的な評価をするかを反映する肯定的評価バイアス因子を抽出した上で、構造方程式モデリングにて当該変数を統制するという統計的手法を用いた (cf. Kim et al., 2016)。

(3)【研究②-B】 日米国際比較調査を行い、日本の社会環境(過度な規範の厳格さ、及び人間関係の固定化)が日本人の自由選択の感覚を低め、結果的に Well-being の低さを生んでいるかを調べた。具体的には、調査会社に委託した上で、日米の社会人それぞれ 500 名を対象としたオンライン調査を実施した。その際、規範の厳格さについては、Gelfand et al. (2011) の尺度を身近な社会環境用に修正した上で測定した。また、評価傾向の統制には、国際的な研究で頻繁に用いられるパーソナリティ尺度 (Big Five Inventory; John & Srivastava, 1999) を取り上げ、逆翻訳を施して日本語版を作成・使用した。

(4)【関連研究】 知見の一般化の観点から関連研究として、高校生 100 名を対象とする質問紙調査研究、地方在住の社会人・専業主婦の女性 100 名を対象としたオンライン調査研究をそれぞれ実施した。自分に対する優しさと Well-being との関連性も、社会人 400 名の調査で検討した。

4. 研究成果

各年度に以下の研究を実施し、その成果を学会で報告している(研究番号は方法の箇所のものと対応)。

(1)【研究②-A】 2019 年度：研究の開始期として、過去に取得した日米国際比較調査データの再

分析に基づいて、異なる国の人々における評価傾向の差異によるバイアスの統制方法について検討・確立した。具体的な内容は、肯定的評価バイアス（好ましい特徴が自身に該当すると回答しやすい傾向）による影響を統制してもなお、日米の人々の **Well-being** の高低を自由選択の感覚の差異が説明するというものであった（日本心理学会第 83 回大会で報告）。仮説通りの結果が得られたと言え、今後の主目的の検討をより精緻に行うために、研究②-B の実施に向けて当該手法を導入することとした。

(2)【研究①】2020~2021 年度：World Values Survey（世界価値観調査）による世界 31 か国のデータに基づいた分析を実施した。国単位の分析の結果、「社会における一定程度の規範の厳格さは社会秩序をもたらすがゆえに人々の **Well-being** に好影響を与えるが、閾値を超え過度に高くなるほどに自由の抑制に繋がり、結果として **Well-being** の低下に繋がる」というメカニズムが存在することが明らかになった。本分析では、先行研究（Harrington et al., 2015）通り、規範の厳格さと **Well-being** とは逆 U 字の関係性にあることに加え、それが自由選択の感覚で媒介されることを新たに実証した。加えて、日本の規範の厳格さ得点を取り上げて単純傾斜の数式（Aiken & West, 1991）を適用する追加分析の結果、日本社会における規範の厳格さの高さは、人々の自由選択の感覚の低さひいては **Well-being** の低さに繋がるような位置にあることも明らかになった（九州心理学会第 81 回大会で報告）。

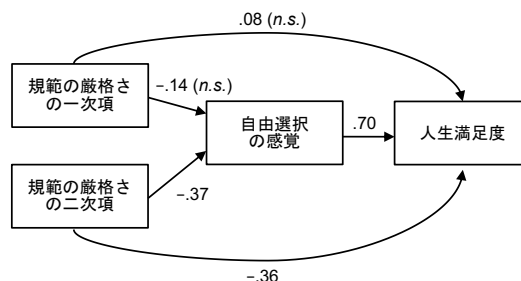


Fig1. 規範の厳格さが **Well-being** を予測する過程
注) 値は全て 99% CI に基づき有意。

また、World Values Survey の最新データ（第 7 回調査）の分析を行い、本研究課題の基盤となる「重要であるにもかかわらず、自由選択の感覚が低いことが日本人の **Well-being** の低さの主要因である」という過去に実施した分析の結果（Nakazato et al., 2017; 中里, 2016）を改めて示した（翌年度に日本パーソナリティ心理学会第 31 回大会で報告）。自由選択の感覚の低さの要因を社会環境の観点から検討すれば、日本人の **Well-being** の低さに関わる原因の解明に繋がり得ると改めて示唆されたため、この再現可能性の検討は一定の意義があったと言える。

(3)【研究②-B】2022~2023 年度：本研究課題の主目的である、日本での過度な規範の厳格さ等の社会環境が人々の自由選択の感覚を抑制し、結果的に日本人の **Well-being** の低さをもたらす原因となっているかを検討するために、日米の社会人それぞれ 500 名を対象とする国際比較オンライン調査を実施した。米国の人々との比較を基に検討することを念頭に置き、日米比較調査を実施した。その際、両国間の人々の回答・評価傾向における差異に対する統制手法を適用して、精緻な分析を行った。また、従来の社会環境要因に加えて規範の厳格さが人々の自由を抑制する追加効果を有するかを調べるため、研究代表者が過去の研究で取り扱った人間関係の固定化（身近な社会環境で人間関係の流動性が低いこと）も同時に分析に投入した。

分析の結果、回答・評価傾向の国による差異を統制した上でも、人間関係の流動性の低さという日本の社会環境が人々の自由選択の感覚を抑制し、結果的に **Well-being** の低さをもたらす原因となっていることが明らかになった（中国四国心理学会第 79 回大会で報告）。その一方で、規範の厳格さについては、日米間にその程度の差異は認められず、日本社会での過度な規範の厳格さが自由選択の感覚と **Well-being** の低さを説明するという仮説モデルは認められなかった。

自分の身近な環境における規範の厳格さを取り上げた際には当初仮説通りの結果は認められなかったものの、自分のことを肯定的に評価する傾向を統制しても、自由選択の感覚の日米差は両国の人々の **Well-being** の高低を説明することが示された。その上で、日本人の自由選択の感覚及び **Well-being** の低さを、高い関係固定性という日本の社会環境が説明すると示されたことには、一定の意義があるものと考えられる。

(4)【関連研究】その他、本研究課題の関連研究を実施した。第一に、高校生 100 名を対象とする調査研究を実施し、当該データでも、自由選択の感覚と **Well-being** との関連性、及び人間関係が固定化された環境が自由の抑制と **Well-being** の低下をもたらすということが認められた（九州心理学会第 80 回大会で報告）。第二に、九州地方一県の社会人・主婦の女性 100 名から取得したデータにおいても、研究課題の基盤となる部分である自由選択の感覚と **Well-being** との間の強い関連性が認められると示された（中国四国心理学会第 78 回大会で報告）。また、自分に対する優しさと **Well-being** との関連性について、社会人 400 名対象のオンライン調査で検討した。その結果、自身の選好に応じた自由な振る舞いと同様に、自分のことを重んじる傾向は共通して **Well-being** の説明要因であることが示された（日本心理学会第 87 回大会で報告）。研究代表者の従来の研究では、都市圏及び成人の回答者の割合が多いという点が限界として指摘され得る。そのような中、本研究の主たる知見が地方在住の人々や学校教育現場における若年層の人々にも適用可能だと示されたことは、一般化の観点から、その意義は小さくないものと考えられる。

(5) 【本研究課題の意義と今後の展望】

本研究課題で得られた知見をまとめると、日本での過度な規範の厳格さ及び人間関係の流動性の低さといった社会環境が人々の自由選択の感覚を抑制し、結果的に日本人の Well-being の低さをもたらす要因となっている可能性が示された。これまで十分に検討されてこなかった日本人の Well-being の低さの原因について、日本の社会環境及びそれが生み出す個人の自由の抑制の観点から、回答・評価傾向をも考慮・統制した精緻な方法で明らかにしたことには、学術的に一定の意義があるものと考えている。経済的に共に裕福な洋の東西の国の人々 (e.g., 日米) の Well-being の高低の原因については、我が国の内外においてもこれまで十分な検討がなされていない。現在、個々の研究成果をまとめて国際誌での公表を目指している英語論文が受理されることが前提ではあるが、洋の東西の先進国における Well-being の高低は評価傾向・回答傾向の差異のみによって説明されるものではなく、特定の社会環境及びそれによって生み出される個々人の行動傾向によるものであると解明したことは、国際的な Well-being 研究の進展に一定の貢献をするものだと考えている。また社会的な意義にも目を向けると、知見の伝播を行っていくことで、日本社会及び日本人における Well-being に係る課題を知ってもらうことに繋がり、本研究の知見は将来的な日本人の Well-being 向上のための一助となるものと考えられる。

続いて、本研究における限界として、主に日米間の調査に基づいた検討に留まったことが挙げられる。当初計画では、韓国も含んだ日米韓の調査を構想していたが、調査費高騰により実現できなかった。今後は、日米のみならず、他の東洋及び西洋の国の人々にも本研究の知見が適用可能か検討することが必要である。また、日本の社会環境における過度な規範の厳格さが自由選択の感覚及び Well-being の低さを予測することに関して、国単位の分析では仮説通りの結果が得られたものの、身近な環境を想起させた上での日米比較では、その効果が認められなかったことが挙げられる（現在までの分析では、二次曲線や三次曲線の関係性も認められず）。国単位での分析では認められた本研究の結果をさらに発展させるために、今後は、周囲の環境における規範の厳格さの程度を測定するにあたり、尺度の改良や第三者による客観的な評価の実施を行ったり、単に規範が厳しいことのみならず必要とは言い難い規範が確立されていないかという観点から検討を行ったりする必要があると考えられる。その一方で、日本人の Well-being の低さに関わる要因がより明確になったことで、それをどのように改善して行くのかという新たな科学研究課題に繋がったことも、本研究の大きな貢献であると考えられる。今後は、個人の自由を支えるような人間関係のあり方の観点から、日本人の Well-being の向上策を検討することを計画している。

<引用文献>

- Aiken & West (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. sage.
- Diener, E., & Suh, E. M. (1999). National differences in subjective well-being. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 434-450). New York: Russell-Sage.
- Gelfand, M. J., Raver, J. L., Nishii, L., Leslie, L. M., Lun, J., Lim, B. C., . . . Yamaguchi, S. (2011). Differences between tight and loose cultures: A 33-nation study. *Science*, 332(6033), 1100-1104.
- Harrington, J. R., Boski, P., & Gelfand, M. J. (2015). Culture and National Well-Being: Should Societies Emphasize Freedom or Constraint? *Plos One*, 10(6). doi:10.1371/journal.pone.0127173
- John, O. P., & Srivastava, S. (1999). The Big Five Trait taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives. In L. A. P. O. P. John (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (2nd ed.) (pp. 102-139). New York, NY: Guilford.
- Kim, H., Schimmack, U., Cheng, C., Webster, G. D., & Spectre, A. (2016). The Role of Positive Self-Evaluation on Cross-Cultural Differences in Well-Being. *Cross-Cultural Research*, 50(1), 85-99.
- 中里直樹 (2016). Well-being の日米差に自由選択の感覚が及ぼす影響—World Values Survey データを用いた検討— 広島大学大学院教育学研究科紀要第三部, 65, 101-110.
- 中里直樹 (2017). 日本人の Well-being の低さに関する要因の検討：自由選択の感覚を低める日本の社会環境 広島大学大学院教育学研究科学学位論文
- Nakazato, N., Nakashima, K., & Morinaga, Y. (2017). The importance of freedom in the East and the West over time: A meta-analytic study of predictors of well-being. *Social Indicators Research*, 130, 371-388.

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計0件

〔学会発表〕 計7件（うち招待講演 0件／うち国際学会 0件）

1. 発表者名 中里直樹
2. 発表標題 Well-beingの日米差についての再検討－自由選択の感覚，肯定的評価バイアス，社会環境の観点から－
3. 学会等名 中国四国心理学会第79回大会
4. 発表年 2023年

1. 発表者名 中里直樹・後藤絵里奈
2. 発表標題 セルフ・コンパッションと精神的健康との関連性についての再検討－社会人データに基づいた検討－
3. 学会等名 日本心理学会第87回大会
4. 発表年 2023年

1. 発表者名 中里直樹
2. 発表標題 Well-beingに対する自由の重要性は洋の東西と時代を越えて－World Values SurveyのWave 7データに基づいた再検討－
3. 学会等名 日本パーソナリティ心理学会第31回大会
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 中里直樹・藤本真理乃
2. 発表標題 ライフコースに関する希望と現実の一致度とWell-beingの関係について－大分県在住の女性に焦点を当てて－
3. 学会等名 中国四国心理学会第78回大会
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 中里直樹
2. 発表標題 規範の厳格さと自由選択の感覚がWell-beingに及ぼす影響－国単位での分析に基づいた検討－
3. 学会等名 九州心理学会第81回大会
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 中里直樹
2. 発表標題 自由選択の感覚と肯定的評価バイアスがWell-beingの日米差に及ぼす影響
3. 学会等名 日本心理学会第83回大会（於 立命館大学）
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 中里直樹・古城和敬
2. 発表標題 高校生における自由選択の感覚と人間関係の固定化がWell-beingに及ぼす影響
3. 学会等名 九州心理学会第80回大会（於 熊本大学）
4. 発表年 2019年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

—

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
--	---------------------------	-----------------------	----

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------