

女子大学生の友人関係、 キャリア意識および大学生活自己効力感が 幸福感および人生満足感に与える影響

吉 村 英
(本学教授)

本研究の目的は、青年期の女子大学生を対象として、友人関係、キャリア意識、大学生活自己効力感などの要因が、幸福感や認知的な人生の満足感にどのような影響を与えているかについて実証的な検討を行うことである。

大学生の幸福感に影響を与える要因については、これまでさまざまな研究が行われてきた。社会的相互作用の質や量（牧野・田上，1998）、ソーシャルスキルと対人相互作用の質（徳永・松下，2010）、過剰適応（浅井，2014）など独自の視点を持つ研究が行われてきたが、これらは対人関係が重要な要因であるという点で共通している。ここに挙げた以外でも対人的な相互作用が幸福感に影響を及ぼす重要な要因であることを示す研究は多い。したがって女子大学生の幸福感について考える上で、対人関係は極めて重要な要因であると考えられる。

大学生にとって対人関係に劣らず重要な要因としてキャリア意識の形成が考えられる。Havighurst（1953，莊司訳，1995）が述べたように、「職業を選択し準備すること」は青年期における重要な発達課題である。自分の資質や能力に応じた職業を選択し準備することは、充実した人生を送るための基盤であり、キャリア意識の成熟は幸福感へとつながる可能性がある。吉村（2009）は日本の女子大学生を対象とした調査を行い、進路選択自己効力感や職業未決定およびキャリア・アンカーなどのキャリア意識と幸福感の関連について検討した。その結果はキャリア意識が幸福感に大きな影響を与えている可能性を示している。また日本だけでなく韓国において行った調査でも、キャリア意識

が幸福感に大きな影響を与えていることが明らかにされている（吉村，2012）。進路選択の問題は女子大学生にとって重大な関心事であるがゆえに、不安を感じたり悩みを抱いたりすることも多く、結果として幸福感に大きな影響を与えていると考えられる（吉村，2014，2015，2017，2018）。

Bandura（1977）が提唱した自己効力感（self-efficacy）という概念は、「行動の遂行可能性の認知（社会心理学事典，2009，p.164）」であり、ある行動をどの程度効果的に遂行できるかという主観的認知である。Bandura（1977）は自己効力感が強くなることによって、課題状況に対する取り組みが積極的になり、また困難に直面することがあっても、より多くの努力を長く継続することができるようにすると述べている。このような積極性は幸福感と結びつく可能性がある。曾我部・本村（2009）は青年期における社会心理的自己効力意識と主観的幸福感の関連を検討した。社会心理的自己効力意識とは「個を中心に、自身を取り巻くさまざまな次元の社会状況との関わりにおいて、自己効力をいかに発揮出来ているかという主観的認知（曾我部・本村，2009，p.83）」であり、大学生の主観的幸福感を有意に規定していることが示された。また富安（1997）はTaylor & Betz（1983）の研究を参考にし、大学生用進路決定自己効力尺度日本語版を作成した。吉村（2009）は富安（1997）および安達（2001）の研究を参考にして作成した進路選択自己効力感尺度を用いて幸福感との関連を検討し、進路選択自己効力感が幸福感に大きな影響を与えていることを示した。

さらに吉村 (2018) は経済産業省 (2006) が提唱している社会人基礎力を参考にして、大学生生活自己効力感尺度を作成した。大学生生活自己効力感は大学生生活を送る上で必要となる行動の遂行可能感であり、幸福感との関連を分析した結果、有意な関連性がみられた。これらの結果は、自己効力感が幸福感に大きな影響を与えていることを示唆している。

以上を踏まえ本研究では女子大学生の幸福感に影響を与える要因として、友人関係、キャリア意識、大学生生活自己効力感を取り上げて検討を行いたい。さて幸福感についてはこれまで多くの研究が蓄積されてきているが、幸福という概念についての統一した見解はみられない。幸福感を表すものとしては主観的幸福感、人生満足感、心理的 well-being などさまざまな名称が用いられている。現状では研究者によってさまざまな定義が行われ、その定義に沿った測定尺度の開発が行われている。これらの尺度を大きく分けると、幸福感や人生満足度を単一の因子として捉えようとするものと、幸福感や人生満足度をさまざまな側面から捉えようとするものに分けることができる。前者の代表的なものには、Diener, Emmons, Larsen, & Griffin (1985) の人生満足尺度 (Satisfaction with Life Scale) がある。この尺度は5項目からなっており単一の満足感得点を求めるものである。また Lyubomirsky & Lepper (1999) の主観的幸福感尺度 (Subjective Happiness Scale) も幸福感を単一の因子として捉えようとするものである。この尺度は4項目からなっており、4項目の平均値で単一の主観的幸福感を測定する。後者に属するものとしては、吉森・植田・有倉 (1992) が作成したハピネス尺度がある。この尺度は生活充実感、将来に対する積極的展望、ストレスバッファ (人間関係)、自己肯定感の4つの側面から幸福感を捉えようとするものである。また Ryff (1989) の心理的 well-being 概念に基づいて作成された尺度 (Ryff & Keys, 1995) や、その日本語版である西田 (2000) の日本版心理的 well-being 尺度も後者に属するといえよう。この尺度は人格的成長、人生にお

ける目的、自立性、自己受容、環境制御力、積極的な他者関係の6つの側面から幸福感を捉えようとするものである。

このように幸福感を測定する尺度としては、具体的な側面を示す多次元的な尺度によるものと、全体を認知的に捉えようとする単次元の尺度によるものがあるが、この両者の関係について検討を行った研究はあまり見られない。しかしながら具体的な側面の中で、特に何が全体的な満足感に影響を与えているかを知ることは、幸福感の研究に新たな知見をもたらすことになると思われる。

そこで本研究では、まず友人関係、キャリア意識、大学生生活自己効力感などの要因が、多面的な幸福感の各要因 (側面) にどのような影響を与えているかについて検討を行う。つぎに幸福感の具体的な要因と全体的な満足感との間にどのような関係がみられるかについて検討する。最後に友人関係、キャリア意識、大学生生活自己効力感などの要因が、幸福感の諸要因を介して、人生の満足感にどのような影響を与えるかについて因果モデルを構築し検討を行いたい。

方 法

調査対象者 2017年9月に在籍していた、心理学専攻の全学生253名 (1回生65名, 2回生62名, 3回生67名, 4回生59名)。質問紙への有効回答者総数は220名 (回答率87%)。

調査時期 2017年9月18日~2017年10月14日

調査方法 集合調査法による質問紙調査。授業時間を使用して質問紙を配布し、回答を依頼した。研究倫理を配慮して、質問紙の冒頭で守秘義務の順守について記載し、さらに口頭で調査への参加は任意であること、および回答したくない項目は記入しなくてもよいことを伝えた。

調査項目の概要 本調査で用いた質問紙の内容は、吉村 (2018) で用いられた質問紙とほぼ同様である。内容は大きく分けて、学籍番号、大学の良いところ、満足できないところ、大学へ望むこと、友人関係、学生生活への不安、大学生生活の満足度、就職未決定、大学生生活自己効

力感、幸福感尺度、人生の満足度、大学入試、進路目標、関心のある資格などの質問項目から構成されている。

調査項目と使用尺度 本研究では以下の質問項目と尺度を使用した。

①友人関係 榎本(2003)が作成した友人との「感情的側面」を測定する尺度を用いた。本尺度は信頼・安定、不安・懸念、独立、ライバル意識、葛藤の5因子からなっている。ただし項目数については、各因子の項目数を調整するために各因子から3～4項目を選択し、計16項目を採用した。この16項目について、“まったく思わない(1)”から“とてもよく思う(6)”までの6点尺度で回答を求めた。

②職業未決定 下山(1986)が作成した職業未決定尺度を用いた。未熟、混乱、猶予、模索、安直の5因子からなっている。ただし項目数については因子負荷量の大きさを参考にし、各因子から3項目を選択し、計15項目を採用した。この15項目について、“まったくあてはまらない(1)”から“よくあてはまる(5)”までの5点尺度で回答を求めた。

③大学生活自己効力感 経済産業省が定義する「社会人基礎力」の12の能力要素を大学生活に合わせて変更し、それぞれの能力が自分にどの程度身についているかを問う大学生活自己効力感の尺度を作成した。全12項目について、“まったく自信がない(1)”から“とても自信がある(5)”までの5点尺度で回答を求めた。

④ハピネス尺度 吉森他(1992)が作成したハピネス尺度を使用した。この尺度は生活充実感、将来に対する積極的展望、ストレスバッファ(人間関係)、自己肯定感の4つの下位尺度からなっており、それぞれ3項目、計12項目で構成されている。各項目について“そう思わない(1)”から“そう思う(4)”までの4点尺度で回答を求めた。

⑤人生の満足度 Diener et al.(1985)の人生満足尺度を用いた。この尺度は5項目からなっている。この5項目について、“まったくあてはまらない(1)”から“非常によくあてはまる(7)”までの7点尺度で回答を求めた。

結果と考察

尺度の構成 本研究で用いた尺度は、回答者の負担を考慮しオリジナルな尺度より項目数を若干少なくしている。また大学生活自己効力感尺度など新しく作成した尺度も含まれている。そこで回答者の認知構造を確認し尺度を再構成するために、各尺度の項目群に対して因子分析(最尤法、プロマックス回転)を行った。なお分析にはIBM SPSS Statistics 24.0を用いた。

友人関係項目群の因子分析 友人関係に関する16項目について因子分析を行った。固有値の推移と解釈可能性から因子数を4個(累積寄与率62.6%)に決定した(表1)。第1因子は固有値4.62、プロマックス回転後は「友達のやっていることに引きずり込まれて困る」「友達の考えていることがわからなくなって不安になる」「友達の誘いを断れず困る」「友達に「仲間はずれにされた」と感じることもある」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は友人関係における不安や葛藤を示していると考えられる。したがってこの因子を「不安・葛藤」の因子と命名した。第2因子は固有値2.20、プロマックス回転後は「友達とは気持ちが通いあっている」「友達を信頼している」「自分は友達に十分受け入れられていると思う」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は友人を信頼し安定した関係が結ばれていることを示している。したがって榎本(2003)と同様にこの因子を「信頼・安定」の因子と命名した。第3因子は固有値1.93、プロマックス回転後は「友達と意見が対立しても自分をくささないでいられる」「友達と違う意見でも自分の意見はきちんと言う」「友達と一緒にいても自分の意思で行動している」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は自分の考えをしっかりと持ち、安易に同調しない独立した存在であることを示している。したがって榎本(2003)と同様にこの因子を「独立」の因子と命名した。第4因子は固有値1.26、プロマッ

表1 友人関係項目群の因子分析結果

	I	II	III	IV
友達のやっっていることに引きずり込まれて困る	.833	-.012	.172	.016
友達の考えていることがわからなくなって不安になる	.621	.052	-.160	.065
友達の誘いを断れず困る	.564	-.033	-.084	-.106
友達に「仲間はずれにされた」と感じることもある	.547	-.145	.074	-.016
友達といると自分のやりたいことができない	.482	-.432	.080	.002
友達と意見が違おうと不安になる	.462	.080	-.359	.022
友達とは気持ちが通いあっている	.028	.834	.061	-.084
友達を信頼している	-.041	.830	-.095	.000
自分は友達に十分受け入れられていると思う	-.004	.591	.287	-.003
友達と意見が対立しても自分をなくさないでいられる	.059	-.016	.805	-.152
友達と違う意見でも自分の意見はきちんと言う	.115	.168	.756	.078
友達と一緒にいても自分の意志で行動している	-.081	.050	.655	.195
自分が友達にどう思われているか気になる	.243	.198	-.298	.093
友達には様々な点で負けたくない	-.074	-.022	-.060	.924
友達よりいい仕事につきたい	-.038	-.157	.155	.633
友達の方がテストの点がいいと不安になる	.238	.127	-.090	.455
因子相関行列	I	—	-.449	.247
	II	—	.237	.055
	III	—	—	.047
	IV	—	—	—

クス回転後は「友達には様々な点で負けたくない」「友達よりいい仕事につきたい」「友達の方がテストの点がいいと不安になる」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は友達にライバル意識を持ち負けたくないという気持ちを示している。そこで榎本（2003）と同様にこの因子を「ライバル意識」と命名した。各因子について因子負荷量が.450より大きく、かつ他の因子の因子負荷量が.350以下である項目をその因子に所属するものとし、因子内の項目の平均点（下位尺度得点）を算出した。本研究では吉村（2018）の研究とほぼ同様の結果が得られた。また榎本（2003）の研究と比較すると「不安・懸念」因子と「葛藤」因子が、本研究では「不安・葛藤」というネガティブな側面を示す1因子にまとまっている。したがって因子数も5因子から4因子へとややシンプルになっている。

職業未決定項目群の因子分析 職業未決定に関する15項目について因子分析を行った。固有値の推移と解釈可能性から因子数を4個（累積寄与率60.8%）に決定した（表2）。第1因子は固有値4.87、プロマックス回転後は「将来の職業のことを考えると気が滅入ってくる」「誤った職業決定をしてしまうのではないかと不安があり、決定できない」「これまで、

自分自身で決定するという経験が少なく、職業決定のことを考えると不安になる」「自分一人で職業を決める自信がない」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は職業意識が未熟で職業選択に自信が持てず、職業決定に直面して情緒的に混乱している状態を示している。そこで下山（1986）の研究を参考にし、この因子を「未熟・混乱」の因子と命名した。第2因子は固有値1.82、プロマックス回転後は「生活が安定するなら、職業の種類はどのようなものでもよい」「自分を採用してくれる所なら、どのような職業でもよいと思っている」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は職業選択において自らの関心や興味を深く考えようとしないう安易な態度を示している。そこで下山（1986）と同様にこの因子を「安直」の因子と命名した。第3因子は固有値1.25、プロマックス回転後は「せっかく大学に入ったのだから、今は職業のことは考えたくない」「自分にとって職業につくことは、それほど重要なことではない」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は職業決定を猶予して当面のところは職業について考えたくないという気持ちを表している。そこで下山（1986）と同様にこの因子を「猶予」の因子と命名した。第4因子は固有値1.17、プロマックス回転後は「職業に関する情報がまだ十分でないので、情

表2 職業未決定項目群の因子分析結果

	I	II	III	IV
将来の職業のことを考えると気が減り入ってくる	.902	-.023	-.067	-.166
誤った職業決定をしてしまうのではないかと不安があり、決定できない	.727	-.018	-.031	.051
これまで、自分自身で決定するという経験が少なく、職業決定のことを考えると不安になる	.659	.096	-.051	-.053
自分一人で職業を決める自信がない	.641	.034	.005	.143
職業決定のことを考えると、とてもあせりを感じる	.626	-.025	-.057	.195
できることなら職業決定は、先に延ばし続けておきたい	.619	-.114	.313	-.150
自分が職業としてどのようなことをやりたいのかわからない	.487	.153	-.029	.214
生活が安定するなら、職業の種類はどのようなものでもよい	-.087	.984	.068	.153
自分を採用してくれる所なら、どのような職業でもよいと思っている	.290	.563	.068	-.140
せっかく大学に入ったのだから、今は職業のことは考えたくない	-.040	.008	.993	.068
自分にとって職業につくことは、それほど重要なことではない	-.045	.150	.405	-.115
職業に関する情報がまだ十分ないので、情報を集めてから決定したい	.155	-.016	-.019	.645
職業は決まっていないが、今の関心を深めていけば職業につながってくると思う	-.055	.017	-.025	.464
これだと思う職業が見つかるまでじっくり探していくつもりだ	.024	-.341	.064	.430
できるだけ有名なところに就職したいと思っている	-.052	.098	-.019	.339
因子相関行列	I	—	.347	.323
	II	—	.197	.150
	III	—	—	.100
	IV	—	—	—

表3 大学生生活自己効力感項目群の因子分析結果

	I	II	III
何かをするときにはしっかりと目標を設定し、行動することができる	.845	-.056	-.042
大学生活において計画をしっかりと立て、スケジュールを管理することができる	.763	-.010	-.221
今の学生生活はこれでいいのかと常に再確認し、課題を見つけることができる	.693	-.050	-.022
大学生活で自らやるべきことを見つけて積極的に取り組むことができる	.644	.066	.041
課題に対していろいろなアイデアを考え、新しいものや方法を造り出すことができる	.522	-.120	.261
グループで作業をするとき、メンバーと積極的に交流できる	.451	.176	.154
意見の違いや立場の違いがあっても、相手を尊重し理解することができる	-.167	.799	-.116
集団で作業をするとき、周りの状況を理解した上で自分の役割を果たすことができる	.197	.576	.116
社会のルールや人との約束を守り、行動することができる	-.010	.547	-.080
相手の話をていねいに聞き、相手の意見を引き出すことができる	.008	.409	.294
ストレスを感じるがあっても前向きにとらえ、柔軟に対応することができる	.150	.257	.078
自分の意見をわかりやすく整理し、相手に理解してもらえるよう伝えることができる	-.090	-.069	1.075
因子相関行列	I	—	.347
	II	—	.197
	III	—	—

報を集めてから決定したい」「職業は決まっていないが、今の関心を深めていけば職業につながってくると思う」「これだと思う職業が見つかるまでじっくり探していくつもりだ」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は職業選択において積極的に模索している状態を示している。そこで下山（1986）と同様にこの因子を「模索」因子と命名した。各因子について因子負荷量が.400より大きく、かつ他の因子の因子負荷量が.350以下である項目をその因子に所属するものとし、因子内の項目の平均点（下位尺度得点）を算出した。なお本研究では「できることなら職業決定は、先に延ばし続けておきたい」の項目は「未熟・混乱」因子に所属しているが、吉村（2018）では「猶予」因子に所属していた。これ以外については吉村

（2018）の研究とほぼ同様の結果が得られている。また下山（1986）の研究と比較すると「未熟」因子と「混乱」因子が、本研究では「未熟・混乱」という職業意識の不安な側面を示す1因子にまとまっている。したがって因子数も5因子から4因子へとややシンプルになっている。

大学生生活自己効力感項目群の因子分析 大学生生活自己効力感に関する12項目について因子分析を行った。固有値の推移と解釈可能性から因子数を3個（累積寄与率58.9%）に決定した（表3）。第1因子は固有値4.40、プロマックス回転後は「何かをするときにはしっかりと目標を設定し、行動することができる」「大学生活において計画をしっかりと立て、スケジュールを管理することができる」「今の学生生活はこれで

表4 ハッピーネス尺度の因子分析結果

	I	II	III	IV
将来に夢を持っている	.911	.102	-.108	.083
夢を実現しようと意欲に燃えている	.810	-.066	.067	-.059
生きていく上でめざす目標がある	.776	-.047	.036	-.053
毎日の生活がつまらないと感じている (逆転)	.065	.889	.022	-.023
毎日の生活にハリがない (逆転)	-.062	.866	.113	.003
生き方に自信が持てない (逆転)	.026	.567	-.200	.023
私のことを頼りがいがあると思う人がいる	-.092	.089	.799	-.057
人に誇れるものがある	.036	-.029	.679	.143
周りの人々の中で、自分の個性が生かされている	.046	-.070	.657	-.109
少しずつ成長しているような気がしている	.100	-.058	.551	.158
心の底から笑ったり、怒ったり、泣いたりすることがある	-.025	-.029	-.081	.872
親しく打ち解けて話せる人がいる	.023	.030	.057	.619
因子相関行列	I	II	III	IV
	—	-.478	.618	.293
		—	-.639	-.389
			—	.559
				—

いいのかと常に再確認し、課題を見つけることができる」「大学生活で自らやるべきことを見つけて積極的に取り組むことができる」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は大学生活においてしっかりと目標や計画を定め、主体的かつ積極的に取り組む姿勢を表している。したがって吉村 (2018) と同様に、この因子を「計画性と主体的行動力」の因子と命名した。第2因子は固有値1.63、プロマックス回転後は「意見の違いや立場の違いがあっても、相手を尊重し理解することができる」「集団で作業をするとき、周りの状況を理解したうえで自分の役割を果たすことができる」「社会のルールや人との約束を守り、行動することができる」「相手の話をていねいに聞き、相手の意見を引き出すことができる」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は相手を尊重し相手の話をしっかり聞けることや、ルールや約束を守り協調的に行動できることなど、集団やチームとして活動するうえで重要な能力を表している。そこで吉村 (2018) と同様に、この因子を「協調性とチームワーク」の因子と命名した。第3因子は固有値1.04、プロマックス回転後は「自分の意見をわかりやすく整理し、相手に理解してもらえよう伝えることができる」という項目に高い因子負荷量を得ている。この項目はコミュニケーションの中でも特に発信力、伝達力に関する項目であると考えられる。そこで吉村 (2018) と同様に、この因子を「分

かりやすく伝える力」の因子と命名した。各因子について因子負荷量が.400より大きく、かつ他の因子の因子負荷量が.350以下である項目をその因子に所属するものとし、因子内の項目の平均点 (下位尺度得点) を算出した。本研究においても吉村 (2018) の研究とほぼ同様の結果が得られた。

ハッピーネス尺度項目群の因子分析 ハッピーネス尺度に関する12項目について因子分析を行った。固有値の推移と解釈可能性から因子数を4個 (累積寄与率73.2%) に決定した (表4)。第1因子は固有値5.10、プロマックス回転後は「将来に夢を持っている」「夢を実現しようと意欲に燃えている」「生きていく上でめざす目標がある」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は将来に向けて積極的な展望を持っていることを示している。そこで吉森他 (1992) の結果を参考にし、この因子を「将来展望」の因子と命名した。第2因子は固有値1.49、プロマックス回転後は「毎日の生活がつまらないと感じている (逆転項目)」「毎日の生活にハリがない (逆転項目)」「生き方に自信が持てない (逆転項目)」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は毎日の生活の充実感を示している。そこで吉森他 (1992) の結果を参考にし、この因子を「生活充実感」の因子と命名した。第3因子は固有値1.26、プロマックス回転後は「私のことを頼りがいがあ

表5 重回帰分析の結果（友人関係とハッピネス尺度）

	ハッピネス尺度							
	将来展望		生活充実感		自己肯定感		ストレスバッファ	
	β	ρ	β	ρ	β	ρ	β	ρ
不安・葛藤	-.216	.005	-.392	.000	-.154	.028	-.035	.624
信頼・安定	-.004	.961	.101	.143	.243	.000	.430	.000
独立	.069	.345	.009	.901	.241	.000	.029	.662
ライバル意識	.023	.744	.025	.703	-.031	.620	.058	.362
R^2	.059	.011	.192	.000	.235	.000	.209	.000

と思う人がいる」「人に誇れるものがある」「周りの人々の中で、自分の個性が生かされている」「少しずつ成長しているような気がしている」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は自分を評価し肯定的に捉えている状態を示している。そこで吉森他（1992）の結果を参考にし、この因子を「自己肯定感」の因子と命名した。第4因子は固有値0.93、プロマックス回転後は「心の底から笑ったり、怒ったり、泣いたりすることがある」「親しく打ち解けて話せる人がいる」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は喜怒哀楽の感情が豊かであり、また自分の話をしっかり聞いてくれる人が存在することを示している。心を許せる人がいて自分の感情を素直に表現することができるならば、たとえストレスがあっても緩和されるであろう。そこで吉森他（1992）と同様にこの因子を「ストレスバッファ」の因子と命名した。各因子について因子負荷量が.500より大きく、かつ他の因子の因子負荷量が.350以下である項目をその因子に所属するものとし、因子内の項目の平均点（下位尺度得点）を算出した。なお「生活充実感」の因子については、得点が高くなるほど生活充実感が高くなるよう逆転させて平均点を求めた。本研究では吉村（2018）の研究とほぼ同様の結果が得られた。また吉森他（1992）の結果と比較すると因子数は4個と同じであるが、各因子に含まれる項目にわずかながら違いがみられる。解釈の際にはこの点に留意することが重要であろう。

友人関係が幸福感の諸要因に与える影響 本研究では吉森他（1992）が作成したハッピネス尺度を用いて幸福感の諸要因を測定した。この

尺度は「将来展望」「生活充実感」「自己肯定感」「ストレスバッファ」の4因子で構成されている。そこで友人関係と幸福感の関係をさらに詳しく検討するために、友人関係の4因子を説明変数とし、ハッピネス尺度の4因子をそれぞれ目的変数とする一括投入方式の重回帰分析を行った（表5）。

「将来展望」因子に対しては、友人関係の「不安・葛藤」因子が有意な負の影響を与えていた。したがって友人との関係に不安や悩みを抱えていたり、友人との関係に葛藤を感じていたりすると、将来に夢を持つことが難しくなり、夢を実現しようという意欲も低下するようである。

「生活充実感」因子に対しては、友人関係の「不安・葛藤」因子が有意な負の影響を与えていた。したがって友人との関係に不安や悩みを抱えていたり、友人との関係に葛藤を感じていたりすると、毎日の生活をつまらなく感じ、生き方にも自信が持てなくなるようである。

「自己肯定感」の因子には、友人関係の「信頼・安定」因子と「独立」因子が有意な正の影響を与えていた。それに対し「不安・葛藤」因子は有意な負の影響を与えていた。したがって友達を信頼し、気持ちが通いあっていると感じている学生は、周りからも信頼され、自分の個性を肯定することができるようである。また友達と意見が異なっても、傷つくことを恐れ安易に同調するのではなく、自分の意見をしっかりと伝えることができれば、周りの人間から信頼され、頼りにされるようになり、成長しているという実感が得られるのであろう。しかしながら友人との関係に不安や悩みを抱えていたり、友人との関係に葛藤を感じていたりすると、自己評価が下がり、周りからの信頼や自己の成長を

表6 重回帰分析の結果（職業未決定とハピネス尺度）

	ハピネス尺度							
	将来展望		生活充実感		自己肯定感		ストレスバッファ	
	β	ρ	β	ρ	β	ρ	β	ρ
未熟・混乱	-.521	.000	-.377	.000	-.374	.000	-.005	.953
安直	-.128	.052	-.129	.070	-.101	.169	-.173	.028
猶予	-.047	.444	-.075	.258	.045	.509	-.070	.337
模索	.148	.018	.029	.670	.127	.070	.078	.297
R^2	.323	.000	.217	.000	.152	.000	.047	.039

感じるができなくなるようである。

「ストレスバッファ」因子に対しては、友人関係の「信頼・安定」因子が有意な正の影響を与えていた。友達を信頼し、気持ちが通いあっていると感じている学生は、友だちに対して自分の喜怒哀楽を素直に表現することができ、本音の話を聞いてもらうことにより、ストレスを緩和することができるのではないだろうか。

本研究の結果は吉村（2018）の結果と類似しているが、一部異なる結果も見られた。本研究では「将来展望」および「自己肯定感」に対して友人関係の「不安・葛藤」因子が有意な負の影響を与えていたが、吉村（2018）の研究ではこのような効果は見られなかった。本研究の結果は「不安・葛藤」因子の重要性を示唆するものであると考えられる。ただ「将来展望」に関しては R^2 の値がやや低いので解釈には注意が必要であろう。

職業未決定が幸福感の諸要因に与える影響
「職業に就く準備をする」という課題はHavighurst（1972, 児玉・飯塚訳, 2004）が青年期の発達課題として挙げた8つの課題の中のひとつである。将来の職業に対してどのように考え、どのように準備を行うかというキャリア意識の形成は、青年期の重要な発達課題であり、それをうまく達成することは幸福感と深く結び付く可能性がある（吉村, 2009, 2012, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018）。そこでキャリア意識と幸福感の関係をさらに詳しく検討するために、職業未決定の4因子を説明変数とし、ハピネス尺度の4因子をそれぞれ目的変数とする一括投入方式の重回帰分析を行った（表6）。

「将来展望」因子に対しては、職業未決定の

「未熟・混乱」因子が有意な負の影響を、また「模索」因子が有意な正の影響を与えていた。キャリア意識が未成熟で、職業決定に不安や焦りを感じ、気が減入ってくると、将来に対する夢や目標を持つことが難しく、夢を実現しようという意欲も低下するようである。しかしながら今の時点で職業が決まっていなくても、いろいろと情報を集めじっくりと考えていきたいという前向きな気持ちを持っている学生は、将来に対して夢や目標を持ち、その夢を実現しようという意欲も高いようである。

「生活充実感」因子には、職業未決定の「未熟・混乱」因子が有意な負の影響を与えていた。自分が職業としてどのようなことをやりたいのかわからず、一人で職業を選ぶ自信がない情緒的に混乱した学生は、生き方にも自信が持てず、毎日の生活がつまらないと感じているようである。

「自己肯定感」の因子に対しては、職業未決定の「未熟・混乱」因子が有意な負の影響を与えていた。職業決定を前にしてキャリア意識の形成が不十分で、情緒的に混乱している学生は、人に誇れるものがないと感じるなど、自己評価が下がり、自分を肯定的に捉えることが難しくなるようである。

「ストレスバッファ」因子には、職業未決定の「安直」因子が有意な負の影響を与えていた。職業について深く考えようとせず、就職できるならどのような職業でもよいという安易な考えを持っている学生は、親しく打ち解けて話せる相手があまりおらず、素直に自分の喜怒哀楽を表現することも少ないようである。

これらの結果は吉村（2018）の結果と類似した部分が多い。しかしながら一部異なる部分も

表7 重回帰分析の結果（大学生活自己効力感とハッピーネス尺度）

	ハッピーネス尺度							
	将来展望		生活充実感		自己肯定感		ストレスバッファ	
	β	ρ	β	ρ	β	ρ	β	ρ
計画性と主体的行動力	.545	.000	.362	.000	.485	.000	.173	.026
協調性とチームワーク	-.126	.077	.021	.787	.100	.148	.010	.900
分かりやすく伝える力	.001	.985	.023	.762	.025	.711	.001	.992
R^2	.255	.000	.145	.000	.299	.000	.032	.078

みられた。吉村（2018）の研究では「生活充実感」および「ストレスバッファ」に対して職業未決定の「模索」因子が有意な正の影響を与えていたが、本研究ではこのような効果は見られなかった。この点について一義的な解釈は難しいが、「模索」因子の効果については引き続き検討していく必要がある。また「ストレスバッファ」に関しては R^2 の値がやや低いので解釈には十分な注意が必要であろうと思われる。

大学生活自己効力感が幸福感の諸要因に与える影響 吉村（2018）は Bandura（1977）の自己効力（self-efficacy）という概念を、大学生活の領域に適応し、大学生活自己効力感という概念を提唱している。これは充実した大学生活を送るために必要とされる行動を、どの程度効果的に遂行できるかという主観的認知である。この大学生活自己効力感と幸福感の関係をさらに詳しく検討するために、大学生活自己効力感の3因子を説明変数とし、ハッピーネス尺度の4因子をそれぞれ目的変数とする一括投入方式の重回帰分析を行った（表7）。

「将来展望」因子に対しては、大学生活自己効力感の「計画性と主体的行動力」因子が有意な正の影響を与えていた。大学生活においてしっかりと目標や計画を定め、主体的かつ積極的に取り組む姿勢を持っている学生は、現在の学生生活だけでなく卒業後の将来についてもしっかりとした展望を持ち、夢を実現しようと意欲に燃えているようである。

「生活充実感」の因子には、大学生活自己効力感の「計画性と主体的行動力」因子が有意な正の影響を与えていた。学生生活を常に振り返り、さまざまな課題に対してしっかりと目標や計画を定め、積極的に取り組んでいる学生は、

毎日の生活が充実し、生き方にも自信が持てているようである。

「自己肯定感」の因子に対しても、大学生活自己効力感の「計画性と主体的行動力」因子が有意な正の影響を与えていた。大学生活においてしっかりと目標や計画を定め、スケジュールを管理しながら自らの課題に積極的に取り組むことができる学生は、自分に誇りを感じ、成長しているという実感を持つことができるようである。

「ストレスバッファ」因子についても、大学生活自己効力感の「計画性と主体的行動力」因子が有意な正の影響を与えていた。大学生活においてしっかりと目標や計画を定め主体的に行動し、周りのメンバーとも積極的に交流できる学生は、素直に自分の感情を表現し、本音の話をすることができるようである。したがってストレスに対する耐性も高いのではないだろうか。ただこれについては R^2 の値がかなり低いので解釈の際には十分な注意が必要であろうと思われる。

本研究の結果を吉村（2018）の結果と比較すると、「計画性と主体的行動力」因子の効果についてはほぼ同様の結果が得られている。しかしながら吉村（2018）の研究で見られた「協調性とチームワーク」因子や「分かりやすく伝える力」因子の効果は、本研究ではまったくみられなかった。この点については項目内容や項目数の変更も含めて、慎重に再検討を行う必要があると思われる。

幸福感の諸要因が人生満足感に与える影響 Diener et al.（1985）の人生満足尺度は、主観的幸福感を認知的な単一の要因として捉えるものであり、5項目から単一の満足感得点を求め

ている。吉森他（1992）のハッピネス尺度は、主観的幸福感をさまざまな側面から捉えようとする多面的な尺度であり、4因子の下位尺度から構成されている。そこで幸福感の諸要因と人生満足感との関係をさらに詳しく検討するために、ハッピネス尺度の4因子を説明変数とし、人生満足感を目的変数とする一括投入方式の重回帰分析を行った（表8）。

人生満足感に対して、ハッピネス尺度の「生活充実感」因子と「自己肯定感」因子が有意な正の影響を与えていた。自分の生き方に自信を持ち、充実した毎日を送っている学生は、自分の人生に満足し、人生を素晴らしいと感じているようである。また周りから信頼され、誇りを持ちながら、日々成長を感じている学生は、人生で大切なものを得てきたと実感し、自分の人生に満足しているようである。

友人関係、キャリア意識および大学生生活自己効力感が幸福感および人生満足感に与える影響本研究の目的は、女子大学生の友人関係、キャリア意識および大学生生活自己効力感が、幸福感を構成する諸要因を介して、人生満足感にどのような影響を与えるかを検討することであった。重回帰分析の結果は、友人関係やキャリア意識および自己効力感などの要因が、幸福感と密接な関係を持っていることを示唆している。さらに幸福感の諸要因も人生満足感に大きな影響を与えていた。そこで本研究では友人関係、キャリア意識、自己効力感などの要因が幸福感の諸要因に影響を及ぼし、さらに幸福感の諸要因が人生満足度に影響を及ぼすという因果プロセスを構成し、最尤法による共分散構造分析を用いて検討を行った。なお分析にはIBM SPSS AMOS 24.0を使用した。

表8 重回帰分析の結果(ハッピネス尺度と人生満足感)

	人生満足感	
	β	p
将来展望	.065	.276
生活充実感	.492	.000
自己肯定感	.202	.004
ストレスバッファ	.082	.143
R^2	.485	.000

まず外生変数としては友人関係から「不安・葛藤」と「信頼・安定」を、職業未決定からは「未熟・混乱」を、そして大学生生活自己効力感からは「計画性と主体的行動力」（図1では「計画性と主体性」と表記）をモデルに含めた。また幸福感の「生活充実感」と「自己肯定感」を媒介変数としてモデルに含めた。さらに内生変数として「人生満足感」をモデルに含めた。潜在変数については、因子分析の結果から最も因子負荷量の高い2項目をそれぞれ選出して観測変数として使用した。なお修正指数を参考にして、有意な解釈が可能である「不安・葛藤」と「未熟・混乱」の間に共分散を仮定した。両概念には情緒的な混乱という共通性が考えられる。パス係数の絶対値が小さくかつ実質的な意味もないと考えられるパスを1つ削除し再分析を行うというプロセスを順次繰り返し、最終的に図1のモデルが得られた。モデルの当てはまりを示す適合度指標は、GFI=.914、AGFI=.863、RMSEA=.081であった。RMSEAの値がわずかに.08を超えているが、GFIやAGFIの値も参考にして最終モデルとした。

友人関係における「不安・葛藤」は「生活充実感」に負の影響を与えていた。したがって友人との関係に悩み、不安や葛藤を感じている学生は、毎日の生活がつまらなく生き方にも自信が持てなくなるようである。また「不安・葛藤」は「生活充実感」を介して「人生満足感」にも負の影響を与えていた。したがって友人関係の悩みは、人生の満足感を低下させる原因ともなっている。これに対し友人関係の「信頼・安定」は「生活充実感」と「自己肯定感」に正の影響を与えていた。したがって信頼しあえる友人がいて気持ちが通いあっていれば、毎日の生活が楽しく充実し、自分の成長を感じながら自信をもって生きていけるようである。また「信頼・安定」は「生活充実感」や「自己肯定感」を介して「人生満足感」にも正の影響を与えていた。気持ちが通いあい信頼できる友人を得ることは、人生の満足感を大きく高めることにもつながるようである。職業未決定における「未熟・混乱」は「生活充実感」と「自己肯定感」

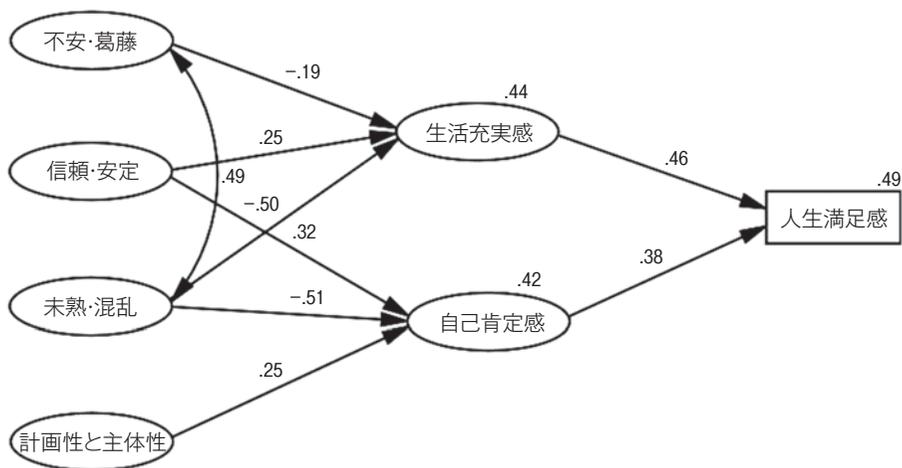


図1 友人関係、キャリア意識、大学生生活自己効力感が幸福感および人生満足感に与える影響
注) 誤差および潜在変数に関する観測変数は省略した。

に負の影響を与えていた。したがってキャリア意識が未成熟で情緒的に混乱した状態にあると、毎日の生活がつまらなく感じられ、自信が持たなくなり自己評価も下がるようである。また「未熟・混乱」は「生活充実感」や「自己肯定感」を介して「人生満足感」にも大きな負の影響を与えていた。したがってキャリア意識が十分に形成されず情緒的に混乱した状態であると、人生の満足感は大きく低下するようである。大学生活自己効力感の「計画性と主体性」は「自己肯定感」に正の影響を与えていた。したがって大学生活においてしっかりと目標や計画を定め、主体的に行動することができる学生は、自分に誇りを持ち自分を肯定的に捉えることができるようである。また「計画性と主体性」は「自己効力感」を介して「人生満足感」にも正の影響を与えていた。目標を持ちスケジュールを管理しながら主体的に大学生活を送ることは、人生の満足感を高めることにもつながるようである。

以上の結果は大学生活における友人関係やキャリア意識、自己効力感などが、幸福感の諸要因を介して人生の満足感にさまざまな影響を与えていることを示している。「人生満足感」に対する標準化総合効果の値は、「不安・葛藤」が-.087、「信頼・安定」が.293、「未熟・混乱」

が-.421、「計画性と主体性」が.092であった。キャリア意識が未成熟であったり、友人関係に悩んだりしていると人生の満足度は大きく低下することになる。反対に友人関係に恵まれ、大学生活を目標をもって主体的に送ることができるならば、人生の満足度を高めることができる。したがって大学生活においては、豊かな友人関係を築き、将来に向けたキャリア意識を成熟させながら、毎日の生活を計画的にかつ主体的に送ることが重要となってくる。そのような毎日が人生そのものへの満足へとつながっていくのであろう。

まとめと今後の課題

本研究では青年期の女子大学生を対象として、友人関係、キャリア意識、大学生活自己効力感などの要因が、幸福感の諸要因にどのような影響を与えているかについて検討を行った。また幸福感の具体的な諸要因が、認知的な人生の満足感にどのような影響を与えているかについても検討を行った。さらにこれらの知見に基づき、友人関係、キャリア意識および自己効力感などの要因が、幸福感の諸要因を介して、人生の満足感に影響を与えるという因果プロセスについ

でも検討を行った。

幸福感については「将来展望」「生活充実感」「自己肯定感」「ストレスバッファ」の4因子が抽出された。そこでこれらの因子に対して友人関係、キャリア意識、大学生生活自己効力感などの要因が与える影響について検討を行った。

友人関係については、「不安・葛藤」「信頼・安定」「独立」「ライバル意識」の4因子が抽出された。「不安・葛藤」は幸福感の「将来展望」「生活充実感」「自己肯定感」に有意な負の影響を与えていた。したがって友人関係に不安や葛藤を抱いていると、将来に夢を持ちにくく、毎日の生活もつまらなく感じ、自信も持てなくなるようである。これに対し「信頼・安定」は幸福感の「自己肯定感」と「ストレスバッファ」に有意な正の影響を与えていた。信頼でき気持ちが通い合う友人がいると、自分に誇りが持て、素直に喜怒哀楽を表現することができるのでストレスが緩和されるのであろう。「独立」は幸福感の「自己肯定感」に有意な正の影響を与えていた。友達と意見が異なる場合でも、自分を見失わず、自分の考えをはっきりと伝えることができるのであれば、自分に誇りを持ち、自分の個性を肯定的に捉えることができるようである。「ライバル意識」は幸福感に有意な影響を与えていなかった。友達に負けたくないという気持ちは、幸福感に直接つながらないようである。

職業未決定については、「未熟・混乱」「安直」「猶予」「模索」の4因子が抽出された。「未熟・混乱」は幸福感の「将来展望」「生活充実感」「自己肯定感」に有意な負の影響を与えていた。したがってキャリア意識が未成熟で、職業選択に不安や焦りを感じ情緒的に混乱していると、将来の夢を描くことが難しく、毎日の生活もつまらないものとなり、自分に誇りを持つことが難しくなるようである。「安直」は幸福感の「ストレスバッファ」に有意な負の影響を与えていた。職業について深く考えようとせず、就職できればどこでもよいという安直な考えを持っている学生は、親しく本音で話し合える相手がおらず、素直に喜怒哀楽を表すこともできないよ

うである。「猶予」は幸福感に有意な影響を与えていなかった。まだしばらく職業のことは考えたくないという気持ちは、幸福感に直接つながらないようである。「模索」は幸福感の「将来展望」に有意な正の影響を与えていた。職業決定に向けて情報をしっかりと収集し、じっくりと考えていきたいという前向きな気持ちを持っている学生は、将来に夢を持ち、目標を定め、意欲的な毎日を送っているようである。

大学生生活自己効力感については、「計画性と主体的行動力」「協調性とチームワーク」「分かりやすく伝える力」の3因子が抽出された。「計画性と主体的行動力」は幸福感の4因子全てに有意な正の影響を与えていた。大学生活においてしっかりと目標や計画を定め、スケジュールを管理しながらさまざまな課題に主体的に取り組むことができる学生は、将来に対する展望をしっかりと持ち、充実した毎日を送っているようである。またそのような学生は自分の感情を素直に表現することで周りのメンバーとも本音の話ができ、自分に誇りを感じ、日々成長しているという実感を持つことができるようである。「協調性とチームワーク」と「分かりやすく伝える力」については幸福感に有意な影響を与えていなかった。周りの人々と協調しながら相手の話を丁寧に聞いたり、自分の意見を相手にわかりやすく伝えたりする力は、幸福感と直接結びつくものではないようである。

友人関係、キャリア意識および自己効力感などの要因が、幸福感の諸要因を介して、人生の満足感に影響を与えるという因果プロセスについては、共分散構造分析を用いて検討を行った。幸福感の「生活充実感」や「自己肯定感」を介して「人生の満足感」に最も大きな影響を与えているのはキャリア意識の「未熟・混乱」であった。キャリア意識が未成熟で情緒的に混乱した状態であると、毎日の生活がつまらないものとなり、自分を肯定的に捉えることもできなくなる。その結果として自分の人生に対する満足感も大きく低下してしまうことになる。この結果は、大学生活においてキャリア意識を十分に形成することが、人生の満足感を左右する非

常に大きな要素であることを示している。職業選択に対して逃げることなく正面から向き合い、社会や自分自身について深く考え、将来に向けて準備を積み重ねることが重要となってくる。そのためには学生自身が主体的に行動することが何より重要であるが、大学としてもさまざまな形でキャリアサポートを行うことが必要であると考えられる。友人関係については「信頼・安定」と「不安・葛藤」が、幸福感の「生活充実感」や「自己肯定感」を介して「人生の満足感」に大きな影響を与えていた。信頼できる友人がいて気持ちが通い合っていれば人生の満足度は高まるが、友人関係に悩み不安や葛藤を抱えていると人生の満足度は下がってしまう。Havighurst (1972, 児玉・飯塚訳, 2004) は青年期の発達課題として、同世代の男女と新しい成熟した関係を結ぶことを挙げているが、この課題が達成できるかどうかは人生に対する満足感に大きな影響を与えているようである。大学生活自己効力感の「計画性と主体性」も「自己効力感」を介して人生の満足度に影響を与えていた。さまざまな課題に対して目標と計画をしっかりと立て、積極的に取り組むことによって、自分に対する誇りが生まれ、人生の満足度も高まっていく。計画性と主体性は大学時代だけでなく、社会に出てからも必要とされる力である。経済産業省が提唱している社会人基礎力の中にも「主体性」と「計画力」が含まれている(経済産業省, 2006)。したがって学生時代から、日々の課題の中で計画性や主体性を身に着けておくことは、人生の満足感を高めることになり、また社会に出て活躍するための準備にもなるといえよう。

最後に今後の課題についていくつか述べたい。本研究では幸福感の諸要因に影響を与える要因として、友人関係、キャリア意識および自己効力感を取り上げて検討を行った。しかしながら幸福感に影響を与える要因はこれ以外にも考えられる。たとえば Havighurst (1972, 児玉・飯塚訳, 2004) は青年期の発達課題として成熟した友人関係だけでなく、異性との豊かな愛情関係を挙げている。恋愛や結婚に関する意識が

幸福感に影響を与える可能性は十分に考えられる。この点についてもさらに詳しく検討する必要があると思われる。

また本研究では幸福感の諸要因を測定するために、吉森他 (1992) のハピネス尺度を使用した。しかしながら幸福感の諸要因を策定する尺度としては Ryff (1989) の心理的 well-being 概念に基づいて作成された尺度 (Ryff & Keys, 1995), およびその日本版心理的 well-being 尺度 (西田, 2000) などもある。また主観的幸福感を単一の要因としてとらえようとするものには本研究で用いた Diener et al. (1985) の人生満足尺度の他にも、Lyubomirsky & Lepper (1999) の Subjective Happiness Scale およびその日本版主観的幸福感尺度 (島井・大竹・宇津木・池見・Lyubomirsky, 2004) などもある。これらの尺度も参考にしながら、新たに因果プロセスを構築し実証的に検討することも重要であると思われる。

さらに調査対象者についても課題が残っている。本研究の調査対象者は女子大学生であった。友人関係に関する意識やキャリア意識、また大学生活自己効力感などに対する認知構造は、男性と女性で異なる可能性がある。したがって今後は男子大学生も含めた大学生全体を対象とする調査を行い、因果プロセスの比較検討を行うことが必要であると思われる。

引用文献

- 安達智子 (2001). 大学生の進路発達過程——社会・認知的理論からの検討—— 教育心理学研究, 49, 326-336.
- 浅井継悟 (2014). 青年期の過剰適応が主観的幸福感に及ぼす影響 心理学研究, 85, 196-202.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy : Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- 榎本淳子 (2003). 青年期の友人関係の発達の变化——友人関係における活動・感情・欲求と適応—— 風間書房.
- Havighurst, R. J. (1953). *Human development and education*. New York : Longmans, Green.

- (ハヴィーガスト, R. J. 莊司雅子 (監訳) (1995). 人間の発達課題と教育 玉川大学出版部)
- Havighurst, R. J. (1972). *Developmental tasks and education*. New York : Longmans.
- (ハヴィーガスト, R. J. 児玉憲典・飯塚裕子 (訳) (2004). ハヴィーガストの発達課題と教育 新装版 川島書店)
- 経済産業省 (2006). 社会人基礎力.
(<http://www.meti.go.jp/policy/kisoryoku/>)
(2019年11月9日)
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness : Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46, 137-155.
- 牧野由美子・田上不二夫 (1998). 主観的幸福感と社会的相互作用の関係 教育心理学研究, 40, 52-57.
- 日本社会心理学会 (編) (2009). 社会心理学事典 丸善株式会社.
- 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.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- Ryff, C. D., & Keys, C.L. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727.
- 島井哲志・大竹恵子・宇津木成介・池見陽・Lyubomirsky, S. (2004). 日本版主観的幸福感尺度 (Subjective Happiness Scale: SHS) の信頼性と妥当性の検討 日本公衛誌, 10, 845-853.
- 下山晴彦 (1986). 大学生の職業未決定の研究 教育心理学研究, 34, 20-30.
- 曾我部佳奈・本村めぐみ (2009). 青年期における大学生の主観的幸福感——その影響要因の探索に向けて—— 和歌山大学教育学部紀要教育科学, 60, 81-87.
- 徳永美紗子・松下姫歌 (2010). 青年期の友人関係における主観的幸福感, ソーシャル・スキルおよび対人交互作用の質との関連 広島大学大学院心理臨床教育研究センター紀要, 9, 80-90.
- 富安浩樹 (1997). 大学生における進路決定自己効力と進路決定行動との関連 発達心理学研究, 8, 15-25.
- 吉森謙・植田智・有倉巳幸 (1992). ハッピーネスに関する社会心理学的研究(1)——ハッピーネス尺度の開発—— 日本心理学会第56回大会発表論文集, 189.
- 吉村英 (2009). キャリア意識の形成が大学生生活の満足感に及ぼす影響 京都女子大学発達教育学研究, 3, 23-33.
- 吉村英 (2012). 韓国女子大学生のキャリア意識と大学生生活の満足感および幸福感 京都女子大学発達教育学研究, 6, 41-60.
- 吉村英 (2014). 女子大学生のキャリア意識と幸福感——学部間の比較—— 京都女子大学発達教育学研究, 8, 31-53.
- 吉村英 (2015). 女子大学生における幸福の概念と幸福感の規定因 京都女子大学発達教育学研究, 9, 13-29.
- 吉村英 (2016). 大学生における幸福の概念——男子学生と女子学生の比較—— 京都女子大学発達教育学研究, 10, 13-30.
- 吉村英 (2017). 青年期の発達課題が幸福感に与える影響 京都女子大学発達教育学研究, 11, 1-13.
- 吉村英 (2018). 女子大学生の友人関係, キャリア意識および大学生生活自己効力感が学業成績, 大学生生活満足度および幸福感に与える影響 京都女子大学発達教育学研究, 12, 1-14.