

2022年1月20日

「パンデミックにおける協調的幸福感の社会的機能」 (経済社会研究会コメンタリーNO.8)

関西学院大学文学部准教授

一言英文

明海大学経済学部教授

高橋義明

1 パンデミックと幸福

コロナ感染症の影響は、社会経済の基礎である個人の社会生活にまで及んでいる。特に、パンデミックの対策として広く実践された *social distancing* や *stay home*、時短営業といった社会行動パターンの数々は、人々の身近な関係性に依拠した対処行動として広く知られ、2021年現在、人々の社会生活に定着しつつある。

こうした社会的状況では、身近な関係性が良好、かつ、不健康のリスクを低減できている状態が特に求められる。もともと、パンデミックでなくとも、ウェル・ビーイングの中核である幸福感 (*happiness*) は、さまざまな文化を超えて心理的な平穏さと社会的な関係の調和を意味することが指摘されている (Delle Fave et al., 2016)。ゆえに、パンデミックは、ウェル・ビーイング自体への脅威とも捉えることができる。

2 幸福の測定と文化

心理学では、幸福感の測定に、理想の充足や達成、統制感といった、個人的な主体性の感覚を重視してきた。しかし、こうした側面は幸福追求の1つの方法に過ぎず、様々な文化を超えて幸福追求を支える要因としては、平穏さと関係調和を無視することはできない。実際、前者の個人的な幸福を項目とした従来の幸福感尺度は、欧米圏など、個人主義文化であるほど高い得点を示すが (Myers & Diener, 1995)、後者の平穏さと関係調和を取り上げて心理測定法として標準化した「協調的幸福感」尺度を用いた研究によれば、南米や東アジアなど、集団主義文化で高い得点が示される (Hitokoto & Takahashi, 2021)。このことは、幸福感の含意に文化的な多様性が存在することを示すと同時に、異なる種類の幸福感とその性質を把握する意義があることを示唆している。たとえば、Hitokoto & Takahashi (2021) は、オランダと異なり、日本やコスタリカでは、協調的幸福感が高齢者ほど強いことを明らかにしており、文化によって平穏さと関係調和の培われ方もしくはあり方に違いがある可能性を指摘した。もし、高齢者ほど身近で援助的な関係が充実し、もしくは、そのように感じる文化によって異なるならば、いわゆる社会関係資本の生涯を通じた利用可能性などに、国に応じた応用があり得るのかもしれない。

3 協調的幸福感とパンデミック下の健康

これまでの研究により、協調的幸福感尺度は、さまざまな健康指標と正の相関を示すことが明らかになっている。たとえば日本人学生を対象とした疫学的調査研究では、協調的幸福感は学生の健康的な生活習慣—欠席およびネット依存の少なさと、「睡眠の質」—に関連することが示された (Kitazawa et al., 2019)。睡眠の質は孤独感が高いほど悪化することも知られており、その過程は社会的動物として基礎的である (Cacioppo et al., 2006)。例えば、孤独な霊長類は、炎症反応に関する遺伝子発現が促進され、抗ウイルス活性に関する遺伝子発現が抑制されるという、「逆境に対する保存された転写反応 (CTRA 反応)」を示す。孤独感や、心理的な平穏さと関係調和を測定することで、社会的に支えられる人の健康について実証的な知見を得ることができよう。

興味深いことに、協調的幸福感は、洋の東西を超えてコロナウイルス感染症の諸症状の少なさと関連する (Hitokoto & Adeclas, under review)。これが果たして上記のような生理的メカニズムを媒介したものであるかは定かではないが、少なくとも孤独感は媒介することが示されている。協調的幸福感の社会的かつ健康的性質に鑑みると、それが高い個人では、身近な関係を使ったパンデミック対策に、なんらかの肯定的な特徴があると考えられる。実際、東アジアにてパンデミック抑制に比較的成功してきた国では、協調的幸福感とコロナウイルス感染症の諸症状に負の相関が見られるだけでなく、身近な他者と物理的な距離がある状況（例：単身赴任など）にあっても、そうした他者とのテレコミュニケーションによって関係を維持しようとする行動パターンが見られた。孤独感は主観的な感覚であり、仮に物理的な距離がなくとも、他者から拒絶されること等で高まってしまう (Cacioppo et al., 2006)。テレコミュニケーションの心理的な効果に、孤独感を緩衝することがあるならば、特に他者と物理的に距離を縮めることが感染リスクとなるパンデミック状況においては、協調的幸福感の高い個人の示す情報通信技術を用いた行動パターンには、“ウィズ・コロナ”時代を健全に生きる手がかりがあると考えられる。

参考文献

- Cacioppo, J. T., Hawkey, L. C., Ernst, J. M., Burlison, M., Berntson, G. G., Nouriani, B., & Spiegel, D. (2006). Loneliness within a nomological net: An evolutionary perspective. *Journal of Research in Personality*, 40, 1054–1085.
- Cole, S. W., Levine, M. E., Arevalo, J. M., Ma, J., Weir, D. R., & Crimmins, E. M. (2015). Loneliness, eudaimonia, and the human conserved transcriptional response to adversity. *Psychoneuroendocrinology*, 62, 11–17 (2015).
- Delle Fave, A., Brdar, I., Wissing, M. P., Araujo, U., Castro Solano, A., Freire, T., et al. (2016). Lay definitions of happiness across nations: The primacy of inner harmony and relational connectedness. *Frontiers in Psychology*, 7, 1–23.
- Hitokoto, H.; & Takahashi, Y. (2021). Interdependent happiness across age in Costa Rica, Japan, and the Netherlands. *Asian Journal of Social Psychology*, 24, 445–462.
- Kitazawa, M., Yoshimura, M., Hitokoto, H., Sato-Fujimoto, Y., Murata, M., Negishi, K., Mimura, M., Tsubota, K., & Kishimoto, T. (2019). Survey of the effects of Internet usage on the happiness of Japanese university students. *Health and Quality of Life Outcomes*, 17, Article 151.
- Myers, D. G., & Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6(1), 10–19.