

Title	日本におけるwell-being を高める動機づけ
Author(s)	上出, 寛子; 大坊, 郁夫
Citation	対人社会心理学研究. 2012, 12, p. 143-148
Version Type	VoR
URL	<a href="https://doi.org/10.18910/10607">https://doi.org/10.18910/10607</a>
rights	
Note	

*Osaka University Knowledge Archive : OUKA*

<https://ir.library.osaka-u.ac.jp/>

Osaka University

# 日本における well-being を高める動機づけ

上出寛子(大阪大学大学院基礎工学研究科)

大坊郁夫(大阪大学人間科学研究科)

本研究では、well-being や認知的な判断力の向上に関連する動機づけを測定する、GMI(Growth Motivation Index: Bauer et al., 2008)の日本語版を作成し、本邦において well-being と関連する動機づけの構造を検討することを目的とした。GMI を翻訳し、認知的な能力を反映する情動知能を測定する EQS、well-being を測定する PWBを用いて、156名の男女大学生を対象に質問紙調査を行った。その結果、アメリカにおいては、認知的な思考をより深く複雑に行おうとする認知的発達に関わる動機づけと、自己や他者に対してよりポジティブに受け入れようとする感情的な発達に関わる動機づけが示されていたのに対し、本邦においては、「社会貢献」、「自己成長」、「対人関係の向上」といった、社会構造の対象を区別した因子が抽出された。これらの因子は、それぞれ情動知能や well-being と関連していることが確認された。本邦における相互依存的な対人関係の特徴から、個人の well-being にとっては、個人の思考や感情といった問題ではなく、自己や他者、あるいはより広い社会に対してどのように関わることかという動機づけが重要となることが示唆されたといえる。

キーワード: well-being、動機づけ、情動知能

## 問題

### well-being の規定要因

well-being とは、人間の適応に関する包括的概念である。近年盛んなポジティブ心理学では、よりよい人生を一つの目標に設定し、いかに well-being を維持・向上できるのかについてさまざまな検討が行われている。例えば、well-being の構造そのものにアプローチする研究(Ryff, 1989a, 1989b)をはじめ、well-being と出来事の解釈といった内的な認知プロセスとの関連や(Bauer & McAdams, 2004; Bauer, McAdams, & Sakaeda, 2005)、客観的な生理的指標との関連(Ryff, Love, Urry, Muller, Rosenkranz, Friedman, Davidson, & Singer, 2006)など、さまざまなアプローチから well-being に関連する要因が研究されている。

ただし、well-being の長期的な持続可能性や向上可能性に関していうと、知見が一貫しているとはいえない。例えば、well-being は約 80%遺伝的にセットポイントが決定されているとする知見や(e.g., Lykken & Tellegen, 1996)、神経症的傾向や外向性といったパーソナリティによって well-being は一貫して予測されるといった報告がある(Diener & Lucas, 1999)。また、宝くじに当たった人はそうでない人よりも幸福というわけではないといった知見もあり(Brickman, Coates, & Janoff-Bulman, 1978)、well-being の向上が一時的にあったとしても、人はそれらの変化に慣れやすく(Kahneman, 1999)、結局自分のセットポイントに戻ってしまうといったことも指摘されている(Headey & Wearing, 1989)。

一方で、短期的に well-being を向上させる介入の効

果を明らかにした研究や(e.g., Emmons & McCullough, 2003)、意図的な認知の変化により(社会的比較や自己評価を回避するなど) well-being の向上・持続可能性を示したものもある(e.g., Lyubomirsky & Ross, 1997)。Sheldon & Lyubomirsky(2006)は、well-being の持続可能性に注目し、目標や食事、運動などの活動変化の方向が、経済的状況や住居環境などの状況変化よりも、well-being を長期的に高めることを示している。これらの結果からすると、well-being の向上に関しては、ある程度安定的な状況や遺伝的要因の影響と同様に、個人の意図的な変容に対する働きかけの重要性が示唆されているといえよう。

以上のように、個人が積極的に well-being を高めようと努力することが、実際に well-being の向上につながることもある。このような動機づけそのものを、ある程度普遍的なパーソナリティとして位置づける場合には、やはり well-being にセットポイントがあるということになる。それでもなお、well-being を高める動機づけがどのような構造となっており、どのように well-being と関連するのかを明確にする必要はあるだろう。本研究においては、より発展的に個人の well-being を高めていく可能性に注目し、well-being の向上に関連する動機づけを扱う。

### well-being を高めようとする動機づけ

意図的に well-being の向上を目指す動機づけについて、Bauer, Wayment, Park, Lauer, Perciful, & Arbuckle (2008)では成長への動機づけ(Growth Motivation)と定義し、その内容を理論的に整理した上で測定するための尺度 Growth Motivation Index(以下 GMI

とする)を開発している。彼らは、パーソナリティ発達の知見(e.g., Piaget, 1970 中垣訳 2007; Maslow, 1954 小口訳 1987)に基づきながら、どのような志向性や目的が well-being に関連するののかについて具体的な内容を検討している。一般の人の自伝的物語から、well-being と関連する人生の目的や志向性を分類し、well-being との関連について実証的に検討を行っている。この文脈においては、今以上に well-being を向上することを大きく「成長」という概念で表わしていることとなる。

具体的には、パーソナリティ発達の理論として、以下の二つの動機づけを採用している。一つは、認知的発達の観点であり、複数の観点を統合し、新たな意味を生成したり、自己の衝動を抑え客観的に判断できるようになろうとしたり志向性を指す(e.g., Piaget, 1970 中垣訳 2007)。もう一つは、感情的発達の観点であり、自己、他者、外部の世界を受容し、それらに対して好意的に感じようとする志向性である(e.g., Maslow, 1954 小口訳 1987)。彼らの結果によると、GMI は認知的発達と感情的発達、また Non-Growth と呼ばれる因子に分かれ、認知的発達は自我発達(Loevinger, 1976)などの認知的な客観的的判断能力と、感情的発達は Psychological Well-Being(以下 PWB とする; Ryff & Keyes, 1995)などの well-being と関連することが示されている。Non-Growth という因子は、認知的・感情的発達などの志向性をもつ成長に関する意識がなく、動機づけがないことを反映する因子であり、いずれの結果変数にも関連しない。

本研究では、GMI を翻訳し、その因子構造や well-being などの変数との関連を検討することで、本邦においても well-being の動機づけを整理しなおし、測定可能な尺度を開発することを目的とする。well-being を高める志向性や動機づけの内容を詳細に検討することにより、将来的にどのようにして well-being を高めればよいのかという応用的な視点を踏まえた知見の提出を目指す。

### well-being の個人レベルと社会レベル

以上のような well-being を高める動機づけの研究には、個人的な視点が強調されているという特徴がある。認知的発達の観点も、個人の見方や認識の複雑さを扱っており、感情的発達においても、外的世界を個人がどのように受け止めるのかといった個人内の成熟や発達に重きをおいていると考えられる。ただし、well-being は個人的なレベルのみで解釈されるものではない。個人は個人とつながっており、社会的な関係性の中で人生を送っている。個人と社会の両方の視点を考慮しなければ、well-being の本来の意味を理解したことにはならない(大坊, 2012)。

上出・大坊(2011)では、自伝的物語と well-being の関連を検討するにあたり、欧米で示された知見をそのまま

検討するだけでなく、文化的背景を考慮する必要性を示唆している。欧米での well-being のあり方と、日本での well-being のあり方は、広い社会的・文化的背景により影響される可能性があるからである。日本人の特徴的な対人関係のあり方として、相互不可分な絆の一体感に基づく相互依存・相互信頼による「間人主義」という人間観がある(浜口, 1988)。西欧は自己の存在を強固な個人意識に見出す一方、日本人は「人と人之間」に自分の存在根拠を見出すということである。このような日本人の依存性を考慮すると、独立的な存在として自己のあり方を設定する欧米よりも、より社会的、対人的な視点からの well-being のあり方を考える必要があると思われる。

認知的な発達により促される適応指標について、Bauer et al.(2008)では Loevinger(1976)の自我発達尺度で測定している。いかに衝動を抑制できるか、道徳的でいられるかなど、独立した個人としての制御能力や成熟の程度を測定するものである。これを受け本研究では、より対人的なアプローチから、情動知能(内山・島井・宇津木・大竹, 2001)を用いる。情動知能とは、個人的な感情抑制や内省的な知能の高さだけでなく、対人場面での自他の情動制御や建設的な相互作用可能性、所与の状況での柔軟な対応能力を測定する。“情動”という名ではあるが、学習により獲得された対人場面で発揮される能力を表すものである。

また、感情的な発達に関する well-being に関して、Bauer et al. (2008)では、Ryff & Keyes(1995)の Psychological Well-Being(以下 PWB とする)が用いられている。この尺度もアメリカで開発されている背景があるが、6次元という多用な側面から well-being を測定することができ、日本人にとって重要となるであろう積極的な他者関係という次元もある(暖かく、信頼できる他者関係を築いているという感覚を反映する次元である)。したがって、本研究においても PWB を用いて検討することとする。

## 方法

### 調査対象者と翻訳手続き

大学生 156 名を対象に、2008 年 10 月～11 月の期間において、質問紙調査を実施した。調査対象者の平均年齢は 20.16 歳( $SD = 3.35$ )、男性 68 名(平均年齢 20.04 歳、 $SD = 1.26$ )、女性 88 名(平均年齢 20.46 歳、 $SD = 3.87$ )であった。

英語圏での留学経験のある大学院生 1 名を含む 2 名が、GMI の邦訳を行った。その後、“ethnicity”など日本の文化的背景にそぐわないと思われる語を削除し、また、パーソナリティ発達の理論的背景に基づいて邦訳の調整を行った。日本国内で得られた自伝的物語を参考にし、

Table 1 日本語版 GMI の因子分析結果(プロマックス回転, 最尤法)

	社会貢献	自己成長	対人関係の向上	Non-Growth
周りの人や社会に何をしあげられるかについて意識的に考える	<b>0.98</b>	0.00	0.02	0.01
人生の大きな目的をじっくり考える際、果たしてそれらが人の役に立つかどうかとも考慮する	<b>1.00</b>	0.03	0.00	0.00
辛い立場にある人がいたら努めて助けようとする	<b>0.88</b>	0.02	0.05	0.00
「もし自分が違う立場だったらどうだろう？」など、他人の立場になって自分の現在置かれている状況を考える	<b>0.52</b>	0.05	0.17	0.01
自分の気持ちや感情を整理して相手に伝えようと努める	<b>0.28</b>	0.16	0.17	0.03
ただ楽しむためだけでなく、自分や他者に対する理解を深めるために新しい経験をしたい	<b>0.31</b>	0.21	0.19	0.00
自分にとって、やりがいや意義のある職業を選択し続けようと思う	0.01	<b>0.98</b>	0.01	-0.01
人生での目的を、自身にとって関わりの深い事柄・もの・分野において、見出そうと心掛けている	0.00	<b>1.00</b>	0.01	0.02
良い成果が得られるかわからなくても、自分にとって新しい知識が得られるような仕事や授業を選択するようにしている	0.07	<b>0.84</b>	0.02	0.00
たとえ今まで自分が間違っていたと気付くことになったとしても、自分の生き方について様々な可能性を積極的に探そうとする	0.13	<b>0.70</b>	0.02	0.00
自分の周りの人間関係をよりよいものにしようと一生懸命だ	0.07	0.01	<b>0.75</b>	-0.02
どうしたら他者との関係をよりよいものにできるのか深く考える方だ	0.00	0.02	<b>1.00</b>	0.00
自分の気に入らないところは改善しようとする	0.08	0.07	<b>0.65</b>	0.00
いろいろな視点を学ぼうとして、友達によくどう考えたのかやどう感じたのかを尋ねる	0.15	0.11	<b>0.47</b>	0.00
人生の大きな決定に重要なのは、お金になるかどうかである	0.03	0.00	0.00	<b>0.98</b>
:読み物などを選ぶときは、考えさせられるようなものより、楽しめるものを選ぶ	0.00	0.00	0.03	<b>1.00</b>
何か悪いことやトラブルが起きたら、なぜそうなったかはあまり追求せずに忘れようとする	0.01	0.00	0.27	<b>0.52</b>
他の人に対して自分の印象を良くする恋人を持つことは大切だ	-0.06	-0.01	-0.17	<b>0.49</b>
それほど興味のもてるものでなくても、社会的地位の高い仕事につきた	0.00	0.00	-0.02	<b>0.98</b>
今より幸せで意義のある人生を手に入れたい	0.00	0.16	0.06	<b>-0.54</b>
因子間相関				
	社会貢献	自己成長	対人関係の向上	Non-Growth
社会貢献	1.00	0.48	0.50	0.13
自己成長		1.00	0.49	0.02
対人関係の向上			1.00	0.03
Non-Growth				1.00

それらの項目が本邦においても通用する内容であるかどうかを確認し、日本語版 GMI を作成した。

### 質問紙の構成

Bauer et al. (2008)を参考に、以下の項目を質問紙調査において測定した。

**日本語版 GMI** 本研究で作成したものをを用いた。20項目 7 件法である。

**認知的な判断能力** 情動知能(Emotional Intelligence Scale 以下 EQS; 内山・島井・宇津木・大竹, 2001)を測定した。65 項目 5 件法である。情動知能は、個人の感情やふるまいの統制(自己対応)や、対人場面で発揮される統制(対人対応)、状況に対する対応能力

(状況対応)といった、合理的な理性を反映する認知的成熟を示す指標である。

well-being Ryff & Keyes(1995)の PWB6 次元(西田, 2000)を用いる。43 項目 6 件法である。6 次元とは、人格的成長(発達と可能性の連続上において、新しい経験に向けて開かれている感覚)、人生の目的(人生における目的と方向性の感覚)、自律性(自己決定し、独立、内的に行動を調整できるという感覚)、自己受容(自己に対する積極的な感覚)、環境統制(複雑な周囲の環境を統制できる有能さの感覚)、積極的な対人関係(暖かく、信頼できる他者関係を築いているという感覚)である。これらの得点の高さが、各次元の well-being の高さを意味している。

Table 2 変数間の相関関係

		社会貢献	自己成長	対人関係の向上	Non-Growth
EQS	自己対応	.56 ***	.50 ***	.31 ***	.12
	対人対応	.67 ***	.34 ***	.51 ***	-.03
	状況対応	.53 ***	.52 ***	.38 ***	-.04
PWB	人格的成長	.55 ***	.57 ***	.47 ***	.17 *
	人生における目的	.33 ***	.44 ***	.21 **	.16 †
	自律性	.19 *	.32 ***	-.03	.22 **
	自己受容	.17 *	.30 ***	-.07	-.07
	環境統制力	.42 ***	.41 ***	.32 ***	-.04
	積極的な他者関係	.52 ***	.30 ***	.47 ***	.13

† $p < .10$ , \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

Table 3 平均値と標準偏差

		平均値	標準偏差
EQS	自己対応	47.59	13.63
	対人対応	46.92	14.56
	状況対応	44.42	16.95
PWB	人格的成長	4.96	0.72
	人生の目的	3.56	1.23
	自律性	3.57	0.89
	自己受容	3.42	0.95
	環境統制	3.85	0.92
	積極的な対人関係	4.11	0.92
日本語版 GMI	社会貢献	4.79	1.04
	自己成長	5.16	1.00
	対人関係の向上	4.75	1.09
	Non-Growth	4.34	0.86

## 結果

### 日本語版 GMI の因子分析

因子構造を確かめるため日本語版 GMI について因子分析(最尤法、プロマックス回転)を行った(Table 1)。その結果、第 1 因子には自分の周りの他者や社会に対して広く利他的に考え、行動しようとする因子が抽出され、「社会貢献」の因子とした。また、第 2 因子には、自己の内面を深めるように考え、自分の生き方や目的について吟味し、より積極的に行動しようとする「自己成長」の因子が抽出された。第 3 因子には、自分の周りの人に感心を向け、周囲の対人関係をより円滑によいものにしようとする「対人関係の向上」に関する因子が示された。第 4 因子は Bauer et al. (2008) とほぼ同様の内容であり、成長や自己のポジティブな変化に感心がなく、できるだけ努力の不必要な生き方を志向する「Non-Growth」の因子が示された。

以上の結果からすると、Bauer et al. (2008) で示され

た認知的発達や感情的発達に関連する動機づけの因子は示されなかったといえる。かわりに、「社会」、「自己」、「対人関係」のそれぞれを今以上に深め、また向上させようとする思考や行動が第 1~3 因子に示されたこととなる。

### 日本語版 GMI の因子分析で示された因子と well-being などの関連

得られた因子構造に従い、各因子の得点と EQS、PWB との相関関係を算出した(Table 2、平均値と標準偏差は Table 3)。その結果、「社会貢献」は EQS の 3 つの指標とそれぞれ強い正の相関関係にあることが示されている。PWB に関しては「自律性」や「自己受容」以外の 4 つの因子と強く関連することが示された。「積極的な他者関係」とは特に強い相関関係が示されており、社会貢献に対する動機づけが対人関係における適応と関連することが示唆されているといえる。「社会貢献」とあまり強く関連しなかった「自律性」や「自己受容」といった well-being の変数は、日本語版 GMI の「自己成長」の因子と強く関連し、一方、これらの自己に関連する well-being は「対人関係の向上」という動機づけには関連しないことが示されている。すなわち、PWB における自己に関連する well-being は、自己の内面を深めようとする動機づけと関連しやすく、対人関係をよりよくしようとする動機づけとは関連が弱いことが示されているといえよう。

日本語版 GMI における「自己成長」の因子は EQS、PWB とともに全体的に強い正の相関関係を示している。自己の内面を理解し、よりよい方向へ積極的に向上させようとする動機づけは、認知的な合理的判断力においても、また、well-being にとっても、重要となる動機づけであることを意味しているといえよう。また、日本語版 GMI における「対人関係の向上」の動機づけにおいても、EQS との関連性や、PWB の「人格的成長」、「積極的な対人関係」との強い関連性が示されている。一方、「Non-Growth」は Bauer et al. (2008) と同様に、EQS、

PWBとはほとんど関連しないことが示された。自分をより深く理解しようしたり、苦勞をして何かかに挑戦しようしたりする動機づけがない場合には、認知的な判断力もあまり向上せず、個人の well-being も良好とはいえない可能性を示唆しているといえる。

### 考察

本研究では、GMI の日本語版を作成し、well-being や認知的判断力などの変数との関連を検討することで、本邦における well-being を高める動機づけの構造を確認することを目的とした。その結果、アメリカにおいては、動機づけが認知的発達・感情的発達の二つの志向性に分かれていたが、本邦においては異なる結果が示されており、「社会」、「自己」、「対人関係」の枠組みで、動機づけが分類されることが明らかとなった。自己のポジティブな変化や成長に関心のない「Non-Growth」の因子のみはアメリカと同じ結果であった。

認知的発達に関連する動機づけは、自己や社会について複雑に判断を行い深く考えるという、認知的な処理をよく行おうとすることを反映する。また、感情的発達は、自己や社会に対してポジティブに受容しようとする志向性を反映する。Bauer et al. (2008)の結果からすると、アメリカにおいては、このような「思考(think)」と「感情(feel)」の二つの区別が一般的な考えとしても広く普及しているため、二つの因子が抽出されたという可能性がある。

しかし本研究の結果からすると、日本においては、このような認知的思考と感情的反応の区別よりも、自己、対人関係、そしてより広い社会といった 3 つの層を想定し、その 3 つのレベルにおける well-being を志向した動機づけが存在することが示唆されたといえる。

先に指摘したとおり、日本においては、対人関係の中に自己を見だし、社会の中に存在する個人同士としての相互依存的な関係性が特徴的である。このことからすると、認知的に考えるか、感情的になにをよいと感じるのかといった個人の活動や反応の仕方に焦点化した区別ではなく、社会関係の構造の対象(自己、他者との関係、あるいは社会)に反応性が高くなる可能性があるといえる。そのため、本研究では、このような自己、対人関係、社会といった対象で区別される動機づけの構造が抽出されたのではないだろうか。

特に、自己と対人関係のみではなく、その背後にあるより広い社会や世間に関連する「社会貢献」の因子が週細されたことは興味深い結果である。個人やその周囲の対人関係だけではなく、より広い社会を見据えた上で個人が努力し、成長することが重要であるということを、個人がそれぞれ内的に志向していることを示す結果であるといえる。自分や関連する他者だけではなく、その先に

広がる社会全体を配慮しようとする動機づけが、個人の内に存在することにより、結果的に個々人の well-being が高まる可能性を示唆していると考えられる。これは、相互依存的な日本社会の特徴的なあり方をよく反映しているといえるであろう。

本研究の結果、本邦においては、個人の well-being の向上にとって、自己の成長だけではなく、広く社会に対する利他的志向性や、対人関係の向上が重要となることが明らかとなった。いわゆる集団主義的な本邦の傾向が well-being にも関連している可能性が考えられる。認知・感情の発達の観点に関しては、文化的な影響を考慮した上で well-being との関連を理解する必要があるだろう。これらの二つの志向性はパーソナリティの発達に基づいており、本邦においてまったく関連がない可能性は低い。これらのアメリカとの結果の相違点について、今後検討する余地がある。

### 引用文献

- Bauer, J. J., & McAdams, D. P. (2004). Growth goals, maturity, and well-being. *Developmental Psychology*, *40*, 114-127.
- Bauer, J. J., McAdams, D. P., & Sakaeda, A. R. (2005). Interpreting the good life: Growth memories in the lives of mature, happy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, *88*, 203-217.
- Bauer, J. J., Wayment, H. A., Park, S. W., Lauer, A., Perciful, M. S., & Arbuckle, N. B. (2008, February). The Growth Motivation Index: Cognitive and experiential motives toward development. Poster session presented at the annual meeting of the Society for Personality and Social Psychology, Albuquerque, NM.
- Brickman, P., Coates, D., & Janoff-Bulman R. (1978). Lottery winners and accident victims: Is happiness relative? *Journal of Personality and Social Psychology*, *36*, 917-927.
- 大坊郁夫 (2012). 幸福を目指す科学—well-being の研究—大坊郁夫(編) 幸福を目指す対人社会心理学—対人コミュニケーションと対人関係の科学—ナカニシヤ出版 pp.3-22.
- Diener, E., & Lucas, R. E. (1999). Personality and subjective well-being. In D. Kahneman, E. Diener & N. Schwartz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology*. New York: Russell Sage, pp.213-229.
- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology*, *84*, 377-389.
- 浜口恵俊 (1988). 「日本らしさ」の再発見 講談社
- Headey, B., & Wearing, A. (1989). Personality, life events, and subjective wellbeing: Toward a dynamic equilibrium model. *Journal of Personality and Social Psychology*, *57*, 731-739.
- Kahneman, D. (1999). Objective happiness. In D.

- Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology*. New York: Russell Sage, pp.3-25.
- 上出寛子・大坊郁夫 (2011). 中高年齢における自伝的物語と親密な関係内での適応性の関連—人生の重要な出来事に対する解釈の仕方— 対人社会心理学研究, **11**, 51-64.
- Loevinger, J. (1976). *Ego Development*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Lykken, D., & Tellegen, A. (1996). Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychological Science*, **7**, 186-189.
- Lyubomirsky, S., & Ross, L. (1997). Hedonic consequences of social comparison: A contrast of happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, **73**, 1141-1157.
- Maslow, A.H. (1954). *Motivation & Personality*. New York: Harper and Row  
(マズローA.H.小口忠彦監訳) (1987) 人間性の心理学 産業能率短期大学出版部
- Piaget, J. (1970). Piaget's theory. In P. H. Mussen(Ed.), *Carmichael's manual of child psychology*. Vol. 1. 3rd ed. New York: John Wiley & Sons Inc., pp.187-191.  
(ピアジェ, J. 中垣 啓訳) (2007). ピアジェに学ぶ認知
- 発達科学 北大路書房
- Ryff, C. D. (1989a). Beyond ponce de leon and life satisfaction: New directions in quest of successful aging. *International Journal of Behavioral Development*, **12**, 35-55.
- Ryff, C. D. (1989b). 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., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, **69**, 719-727.
- Ryff, C. D., Love, G. D., Urry, H. L., Muller, D., Rosenkranz, M. A., Friedman, E. M., Davidson, R. J., & Singer, B. (2006). Psychological well-being and ill-being: Do they have distinct or mirrored biological correlates? *Psychotherapy and Psychosomatics*, **75**, 85-95.
- Sheldon, K. M., & Lyubomirsky, S. (2006). Achieving sustainable gains in happiness: Change your actions, not your circumstances. *Journal of Happiness Studies*, **7**, 55-86.
- 内山喜久雄・島井哲志・宇津木成介・大竹恵子 (2001). EQS マニュアル 実務教育出版

## Motivation for well-being in Japan

Hiroko KAMIDE(Graduate School of Engineering Science, Osaka University)  
Ikuro DAIBO(Graduate School of Human Sciences, Osaka University)

This study aimed to develop Japanese version of GMI (Growth Motivation Index; Bauer et al., 2008) that measures motivation related to well-being and cognitive skills and investigate the structure of the motivation for well-being in Japan. We translated the GMI into Japanese and used other scales including PWB measuring well-being and EQS measuring emotional intelligence and 156 students completed the scales. Results showed that the three factors appeared in motivation: social contribution, self-deepening, and enhancement of interpersonal relationships in Japan, whereas cognitive growth and emotional growth appear in America. The three factors are found to relate to well-being and emotional intelligence significantly. We discussed cultural background that interdependent relationships in Japan require the motivation to approach to self, others, and broader society and this is not the matter of cognition or emotion as personal focus.

Keywords: well-being, motivation, emotional intelligence.