

# コミュニティキャピタル研究会 2020 年度実施基礎調査アンケート 結果レポート

コミュニティキャピタル研究会では、これまでの研究をさらに発展させるために、2020 年に基礎調査と称するアンケート調査を実施しました。

多くの皆様のご協力のおかげで基礎調査の目的はおおむね達成され、興味深い結果も得ることができました。改めて感謝を申し上げます。ここに基礎調査の結果を簡単にご報告させていただきます。

## 調査の目的・狙い

今回の基礎調査の目的は、コミュニティキャピタル診断をさらに発展させるために新しく追加する質問項目を検討することにあります。コミュニティキャピタル研究会では、これまで3つの心理的因子「理念共感と貢献意欲」「自己有用感」「居心地の良さ」で団体コミュニティの状態を把握できること、これらがメンバーの団体に対する愛着、メンバーの主観的幸福感、主観的健康観に影響を与えることを確認し、調査対象の団体メンバーにこれらをアンケートで問うことで、コミュニティの状態を測定する方法（コミュニティキャピタル診断）を確立してきました。2020 年 4 月 1 日現在、診断を実施した団体数は 400 を超えています（408 団体、合計 9314 名）。

診断を続ける中で、コミュニティの状態はどのようなメカニズムで幸福感に影響を与えるのか、コミュニティの状態がよい団体のメンバーはどのような心の状態、考え方をしているのか、などの疑問が浮かんできました。これらの疑問を解消すべく、コミュニティキャピタル診断に新たに質問を追加することを検討しています。

質問を追加するにあたり、どのような質問が適切であるのか、質問が把握したい概念をとらえられているのかなどを検証する必要があるため、今回皆様に実際に回答していただくことでその検証を行いました。

今回追加を検討している項目は、心の健康状態を測定する質問、団体行動に有効と考えられる資質に関する質問、そしてマインドセットに関する質問の大きく3つのカテゴリーに分けられます。

具体的には、心の健康状態を測定するために、抑うつ傾向、孤独感、自己肯定感の三つに関する質問をしました。団体行動に有効と考えられる資質を測定するために、多様性受容とレジリエンスの2つに関する質問をしました。多様性受容とは、多様な立場や考えを理解し、受け入れ、他者と人と協調していける力で、多様な人が集まる団体や組織における活動で重要であるとされています。レジリエンス（resilience）とは、逆境や困難を乗り越える力、ストレスに適応する力を意味し、これも団体活動を継続していくうえで重要ではないかと考えました。

また、私たちの行動や状態の多様性を生んでいる原因の一つとして、その人のマインドセットに注目しています。マインドセットとは、その人の考え方、信条のようなものです。今回の調査で注目したマインドセットは具体的には

- ・ 社会的信頼 「人は一般的に信頼できると思う」⇔「人は信頼できない」
- ・ ゼロサム思考 「社会には勝者と敗者しかいない」⇔「社会は共存共栄できる」
- ・ 成長思考 「人は成長することができる」⇔「人は成長することができない」
- ・ 希望有り 「未来は自分の力で変えることができる」⇔「未来は変えることができない」
- ・ 人間関係思考 「人間関係は大事である」⇔「人間関係は大事ではない」

の5つです。これらの認識は絶対的にどちらが正しいというわけではありませんが、人によって答えが極端に異なる場合があります、また何らかのきっかけで考え方が大きく変わることもあることから、コミュニティの状態を改善するヒントがあるかもしれないと期待しています。

今回の調査では、以上の追加質問が把握したい概念を適切に把握できているかどうか、質問として機能するかどうかを検証することになり、コミュニティキャピタル診断との関係性は調査の対象とはしていません。

また、質問が機能しているかどうかを確認するために、主観的健康感と主観的幸福感に関する質問も行いまし

た。このレポートでは、基礎調査の結果として、各項目の回答の分布と項目間の関係をご報告します。



今回の基礎調査によって確立したいコミュニティキャピタル診断のイメージ

赤字が今後コミュニティキャピタル診断に追加したい項目

## 実施概要

実施時期：一般調査 2020年6月1日～9月30日

SET調査 2020年11月20日～12月12日

実施方法：Questant というインターネットアンケートサービスを利用したオンライン調査

回答者の募集方法：一般調査 研究会メンバーが各自の SNS を通じて協力依頼

SET調査 NPO 法人 SET 代表の三井さんを通じて依頼

回答者数

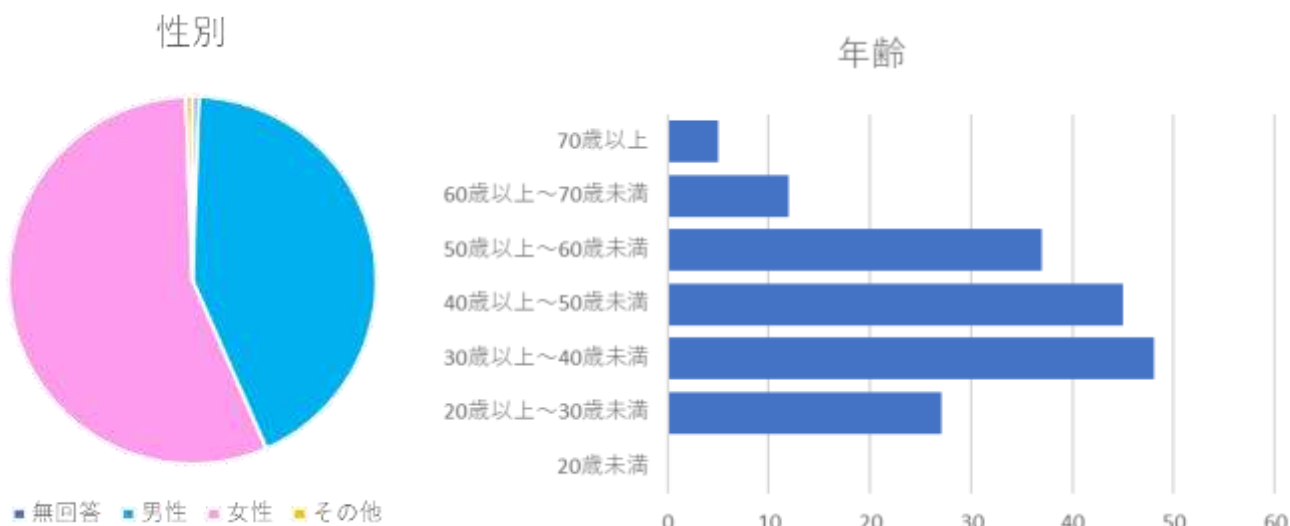
一般調査 A 160人 川西の呼びかけに対する回答者が中心

一般調査 B 54人 CR ファクトリーの呼びかけに対する回答者が中心

一般調査合計 214人

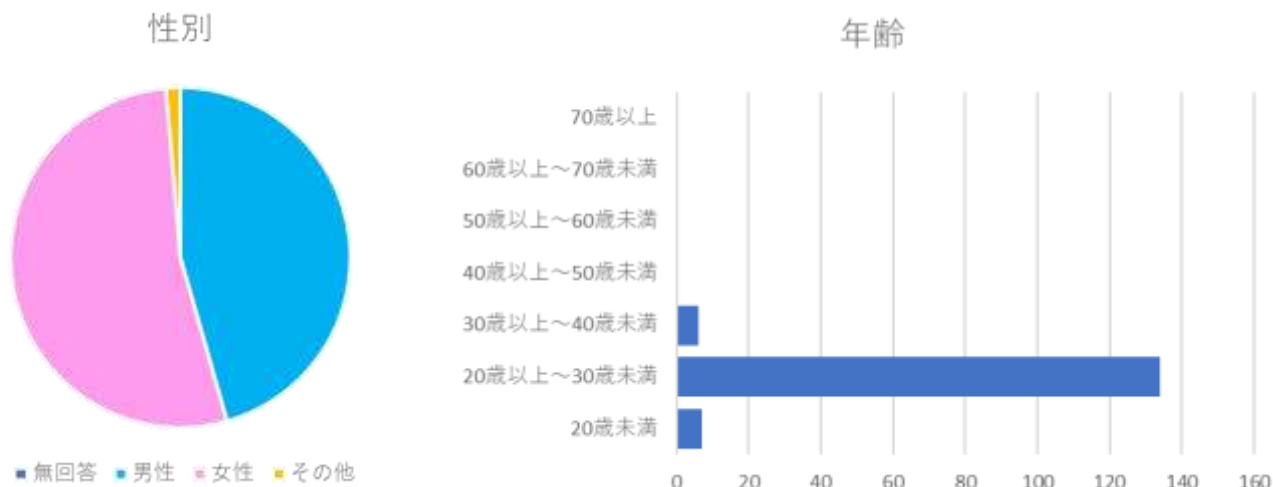
SET調査 147人

一般調査回答者の性別と年齢の分布



女性の方が若干多く、年齢は我々が対象としている回答者の年齢分布とほぼ同じような分布となっています。特定の属性に偏った回答ではないと言えます。

SET 調査 回答者の性別と年齢の分布



性別の分布は一般調査と変わらないが、30歳未満の人が圧倒的に多いのがSET調査の特徴

### 基礎調査結果の概要

・各項目の質問群はほぼ予想通りの相関を示しており、各質問が把握したい心理状態や資質、考え方を概ね測定できていることがわかりました。今回は適切な質問を見つけるために質問数を多めに設定しましたので、今後、質問数を減らしていく必要がありますが、今回の調査結果を参考にして質問数を必要最低限に絞り込んでいきます。

・項目間の相関は想像していたよりも大きく、しかも安定しています。項目間に何らかの関係があるものと思われれます。特にマインドセットと心の状態の関係は、予想はしていましたが、想像以上に大きな相関が観察され驚いています。

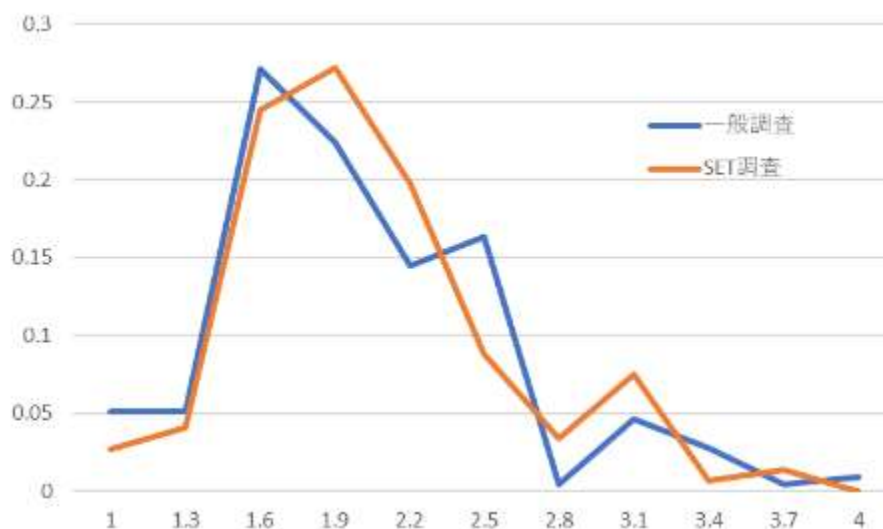
## A. 抑うつ傾向に関する質問

### A-1. 回答の相関関係

		何をするのも面倒と感じた	「毎日が楽しい」と感じた	悲しいと感じた	何か恐ろしい気持ちがあった	物事に集中できないと感じた	憂うつだと感じた
<b>一般調査</b>		Q1S1	Q1S3	Q1S4	Q1S5	Q1S7	Q1S10
何をするのも面倒と感じた	Q1S1	1.00	-0.37	0.37	0.40	0.54	0.53
「毎日が楽しい」と感じた	Q1S3	-0.37	1.00	-0.26	-0.26	-0.30	-0.34
悲しいと感じた	Q1S4	0.37	-0.26	1.00	0.43	0.26	0.57
何か恐ろしい気持ちがあった	Q1S5	0.40	-0.26	0.43	1.00	0.31	0.45
物事に集中できないと感じた	Q1S7	0.54	-0.30	0.26	0.31	1.00	0.52
憂うつだと感じた	Q1S10	0.53	-0.34	0.57	0.45	0.52	1.00
<b>SET調査</b>		Q1S1	Q1S3	Q1S4	Q1S5	Q1S7	Q1S10
何をするのも面倒と感じた	Q1S1	1.00	-0.42	0.28	0.22	0.34	0.45
「毎日が楽しい」と感じた	Q1S3	-0.42	1.00	-0.20	-0.20	-0.30	-0.38
悲しいと感じた	Q1S4	0.28	-0.20	1.00	0.50	0.26	0.53
何か恐ろしい気持ちがあった	Q1S5	0.22	-0.20	0.50	1.00	0.11	0.44
物事に集中できないと感じた	Q1S7	0.34	-0.30	0.26	0.11	1.00	0.39
憂うつだと感じた	Q1S10	0.45	-0.38	0.53	0.44	0.39	1.00

一般調査と SET 調査とで相関係数に若干の差はあるものの、概ね変数間の関係は安定している印象です。

### A-2. 抑うつ傾向総合指数の分布



総合指数はその数値が高いほど抑うつ傾向が高いことを意味します。今回の回答者では抑うつ傾向が高い人は少ないが総合指数には十分なバラつきがあるように見えます。

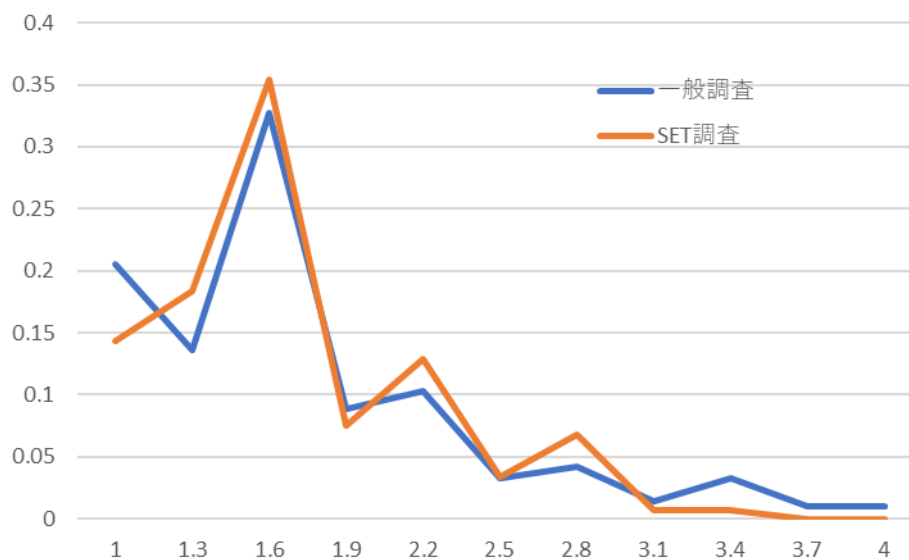
## B. 孤独感に関する質問

### B-1. 回答の相関関係

		自分は世の中 から目を向け られていない と感じた	自分には頼れ る人が誰もい ないと感じた	自分のことを 本当によく 知っている人 は誰もいない と感じた	自分を本当に 理解している 人がいると感 じた	自分はひとり ぼっちだと感 じた
<b>一般調査</b>		Q1S2	Q1S6	Q1S8	Q1S9	Q1S11
自分は世の中から目を向けられていないと感じた	Q1S2	1.00	0.60	0.55	-0.28	0.69
自分には頼れる人が誰もいないと感じた	Q1S6	0.60	1.00	0.71	-0.36	0.64
自分のことを本当によく知っている人は誰もいないと感じた	Q1S8	0.55	0.71	1.00	-0.43	0.64
自分を本当に理解している人がいると感じた	Q1S9	-0.28	-0.36	-0.43	1.00	-0.33
自分はひとりぼっちだと感じた	Q1S11	0.69	0.64	0.64	-0.33	1.00
<b>SET調査</b>		Q1S2	Q1S6	Q1S8	Q1S9	Q1S11
自分は世の中から目を向けられていないと感じた	Q1S2	1.00	0.39	0.48	-0.20	0.62
自分には頼れる人が誰もいないと感じた	Q1S6	0.39	1.00	0.40	-0.26	0.49
自分のことを本当によく知っている人は誰もいないと感じた	Q1S8	0.48	0.40	1.00	-0.30	0.51
自分を本当に理解している人がいると感じた	Q1S9	-0.20	-0.26	-0.30	1.00	-0.21
自分はひとりぼっちだと感じた	Q1S11	0.62	0.49	0.51	-0.21	1.00

変数間の関係は安定しているように見えます。

### B-2. 孤独感総合指数の分布



総合指数はその数値が高いほど孤独感が高いことを意味します。今回の回答者では孤独感を感じている人は相対的に少ないことがグラフからわかります。

質問群 2 自己肯定感、多様性理解、マインドセット等に関する質問

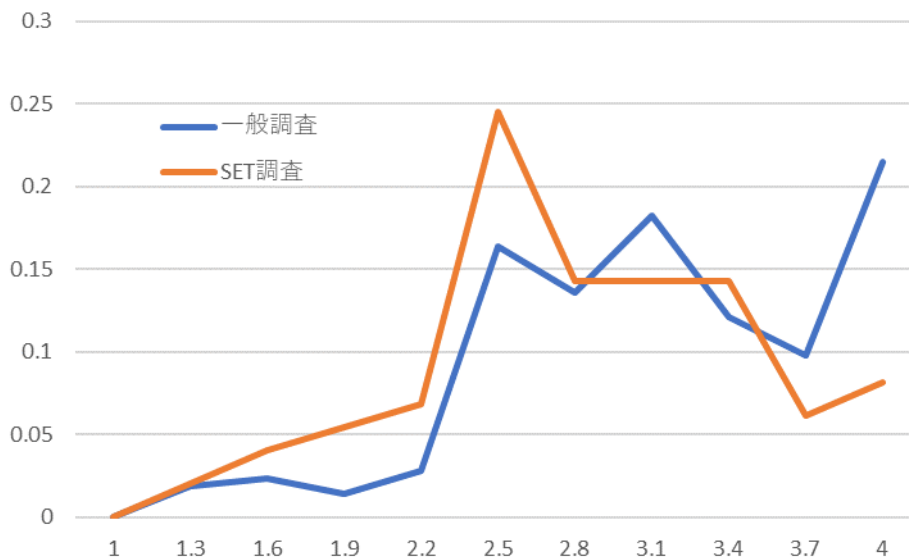
共通設問文：あなたの考えや気持ちについてお聞きします。最もあてはまるものを一つ選んでください。

C. 自己肯定感に関する質問

C-1. 回答の相関関係

		私は自分がだめな人間だと思う	私は、たいていの人がやれる程度には物事ができると思う	私は、全体的に自分にだいたい満足している	私は自分のことが好きになれない
<b>一般調査</b>		Q2S8	Q2S14	Q2S21	Q2S25
私は自分がだめな人間だと思う	Q2S8	1.00	-0.40	-0.52	0.62
私は、たいていの人がやれる程度には物事ができると思う	Q2S14	-0.40	1.00	0.33	-0.33
私は、全体的に自分にだいたい満足している	Q2S21	-0.52	0.33	1.00	-0.62
私は自分のことが好きになれない	Q2S25	0.62	-0.33	-0.62	1.00
<b>SET調査</b>		Q2S8	Q2S14	Q2S21	Q2S25
私は自分がだめな人間だと思う	Q2S8	1.00	-0.25	-0.44	0.63
私は、たいていの人がやれる程度には物事ができると思う	Q2S14	-0.25	1.00	0.23	-0.19
私は、全体的に自分にだいたい満足している	Q2S21	-0.44	0.23	1.00	-0.54
私は自分のことが好きになれない	Q2S25	0.63	-0.19	-0.54	1.00

C-2. 自己肯定感総合指数の分布



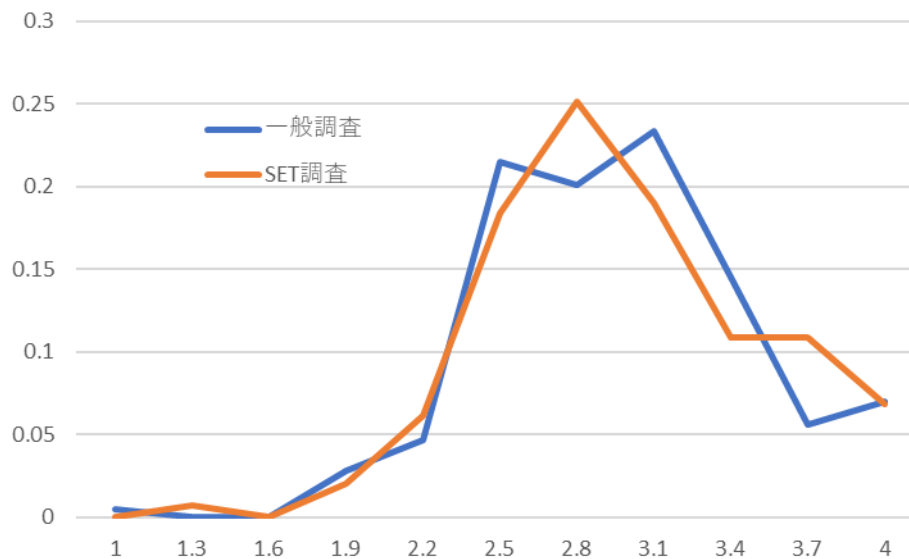
総合指数はその数値が高いほど自己肯定感が高いことを意味します。今回の回答者では自己肯定感が低い人は少ないものの、かなり低い人が5%ほど小さい山を作っています。SET調査の方が自己肯定感が低い傾向があるのは、日本の若者の自己肯定感が低いことを反映しているものと考えられます。

## D. 多様性受容に関する質問

### D-1. 回答の相関関係

		私は、自分と他人との違いを受け入れるのは苦手だ	メンバー間で不和が起きても仲を取り持って物事を進めていくことができる	たとえ嫌いな人と同じチームになっても上手くやっていることが多い	相手が謝れば、自分を傷つけた人を許すことができる
<b>一般調査</b>		Q2S1	Q2S7	Q2S15	Q2S23
私は、自分と他人との違いを受け入れるのは苦手だ	Q2S1	1.00	-0.30	-0.29	-0.04
メンバー間で不和が起きても仲を取り持って物事を進めていくことができる	Q2S7	-0.30	1.00	0.40	0.27
たとえ嫌いな人と同じチームになっても上手くやっていることが多い	Q2S15	-0.29	0.40	1.00	0.16
相手が謝れば、自分を傷つけた人を許すことができる	Q2S23	-0.04	0.27	0.16	1.00
<b>SET調査</b>		Q2S1	Q2S7	Q2S15	Q2S23
私は、自分と他人との違いを受け入れるのは苦手だ	Q2S1	1.00	-0.38	-0.33	-0.16
メンバー間で不和が起きても仲を取り持って物事を進めていくことができる	Q2S7	-0.38	1.00	0.50	0.23
たとえ嫌いな人と同じチームになっても上手くやっていることが多い	Q2S15	-0.33	0.50	1.00	0.25
相手が謝れば、自分を傷つけた人を許すことができる	Q2S23	-0.16	0.23	0.25	1.00

### D-3. 多様性受容総合指数の分布



総合指数はその数値が高いほど多様性を受容できていることを意味します。分布の形状に大きな違いは見られません。



## E. レジリエンスに関する質問

第四質問が調査 A だけ異なります。調査 B と SET 調査では質問を反転しています。

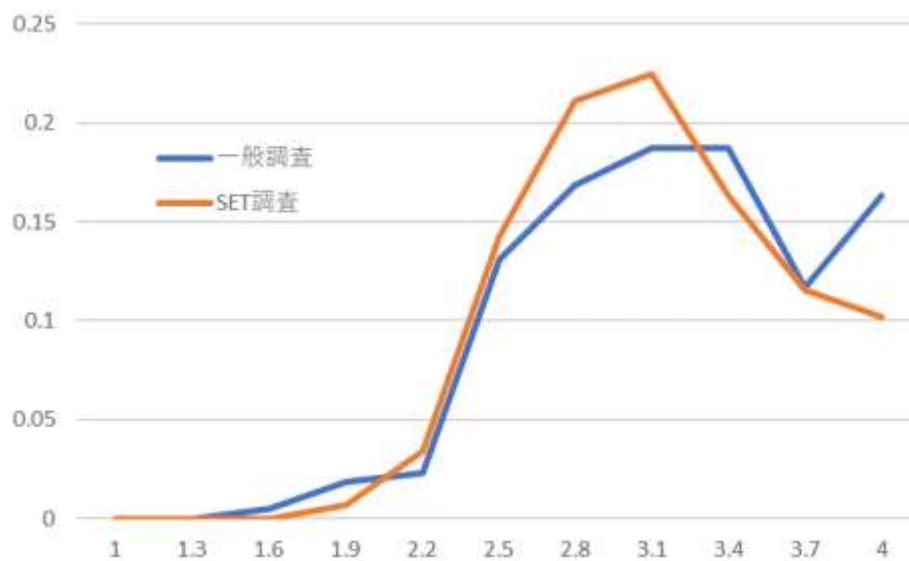
調査 A 私はずらい出来事があっても、立ち直るのに長くはかからない

調査 B および SET 調査 私はづらい出来事があると、立ち直るのに長くかかる

### E-1. 回答の相関関係

		人生で起こるいろいろな問題には、取り組む意味があると思う	私は困難にめげない方だと思う	日常生活で起こる問題のほとんどは、自分なりに解決することができると思う	立ち直るのに長くはかからない(A) 長くかかる(B)
<b>一般調査A</b>		Q2S2	Q2S3	Q2S19	Q2S20
人生で起こるいろいろな問題には、取り組む意味があると思う	Q2S2	1.00	0.18	0.22	0.08
私は困難にめげない方だと思う	Q2S3	0.18	1.00	0.31	0.50
日常生活で起こる問題のほとんどは、自分なりに解決することができると思う	Q2S19	0.22	0.31	1.00	0.29
私はずらい出来事があっても、立ち直るのに長くはかからない	Q2S20	0.08	0.50	0.29	1.00
<b>一般調査B</b>		Q2S2	Q2S3	Q2S19	Q2S20
人生で起こるいろいろな問題には、取り組む意味があると思う	Q2S2	1.00	0.08	0.22	-0.17
私は困難にめげない方だと思う	Q2S3	0.08	1.00	0.27	-0.60
日常生活で起こる問題のほとんどは、自分なりに解決することができると思う	Q2S19	0.22	0.27	1.00	-0.57
私はずらい出来事があると、立ち直るのに長くかかる	Q2S20	-0.17	-0.60	-0.57	1.00
<b>SET調査</b>		Q2S2	Q2S3	Q2S19	Q2S20
人生で起こるいろいろな問題には、取り組む意味があると思う	Q2S2	1.00	0.27	0.36	-0.05
私は困難にめげない方だと思う	Q2S3	0.27	1.00	0.29	-0.30
日常生活で起こる問題のほとんどは、自分なりに解決することができると思う	Q2S19	0.36	0.29	1.00	-0.25
私はずらい出来事があると、立ち直るのに長くかかる	Q2S20	-0.05	-0.30	-0.25	1.00

### E-2 レジリエンス総合指数の分布



総合指数はその数値が高いほどレジリエンスが高い（逆境や困難を乗り越える力が強い）ことを意味します。

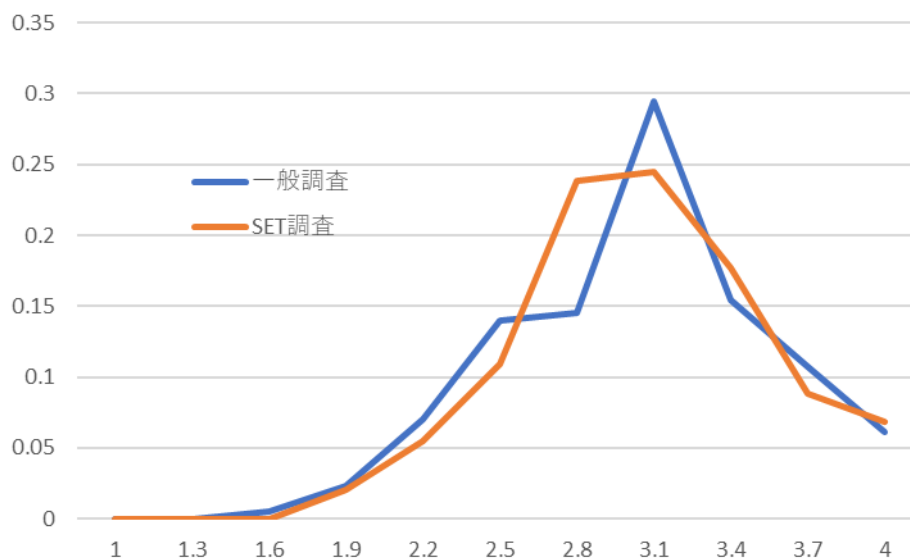


## F. 社会的信頼に関する質問

### F-1. 回答の相関関係

		他の人の役に立とうと思うと思う	信頼できると思う	信頼できず、常に用心した方がいいと思う
<b>一般調査</b>		Q2S10	Q2S13	Q2S16
たいていの人は、多くの場合、他の人の役に立とうと思うと思う	Q2S10	1.00	0.42	-0.22
たいていの人は信頼できると思う	Q2S13	0.42	1.00	-0.56
たいていの人は信頼できず、常に用心した方がいいと思う	Q2S16	-0.22	-0.56	1.00
<b>SET調査</b>		Q2S10	Q2S13	Q2S16
たいていの人は、多くの場合、他の人の役に立とうと思うと思う	Q2S10	1.00	0.30	-0.28
たいていの人は信頼できると思う	Q2S13	0.30	1.00	-0.50
たいていの人は信頼できず、常に用心した方がいいと思う	Q2S16	-0.28	-0.50	1.00

### F-3. 社会的信頼総合指数の分布



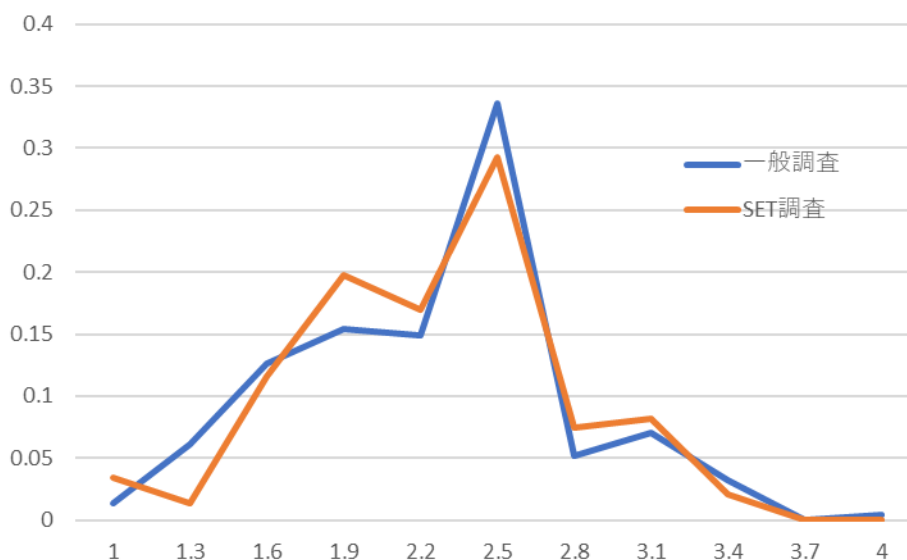
総合指数はその数値が高いほど社会的信頼が高い（一般に人が信頼できている）ことを意味します。

## G. ゼロサム思考に関する質問

### G-1. 回答の相関関係

		社会が豊かになるためには協力が必要だと思う	私たちの社会から負け組をなくすことは不可能だと思う	社会における成功は、他者の失敗という犠牲があってもはじめて可能になると思う	社会が豊かになるためには競争が必要だと思う
<b>一般調査</b>		Q2S6	Q2S11	Q2S12	Q2S26
社会が豊かになるためには協力が必要だと思う	Q2S6	1.00	-0.13	-0.09	-0.07
私たちの社会から負け組をなくすことは不可能だと思う	Q2S11	-0.13	1.00	0.53	0.20
社会における成功は、他者の失敗という犠牲があってもはじめて可能になると思う	Q2S12	-0.09	0.53	1.00	0.31
社会が豊かになるためには競争が必要だと思う	Q2S26	-0.07	0.20	0.31	1.00
<b>SET調査</b>		Q2S6	Q2S11	Q2S12	Q2S26
社会が豊かになるためには協力が必要だと思う	Q2S6	1.00	-0.09	-0.11	-0.01
私たちの社会から負け組をなくすことは不可能だと思う	Q2S11	-0.09	1.00	0.29	0.35
社会における成功は、他者の失敗という犠牲があってもはじめて可能になると思う	Q2S12	-0.11	0.29	1.00	0.28
社会が豊かになるためには競争が必要だと思う	Q2S26	-0.01	0.35	0.28	1.00

### G-3. ゼロサム思考総合指数の分布



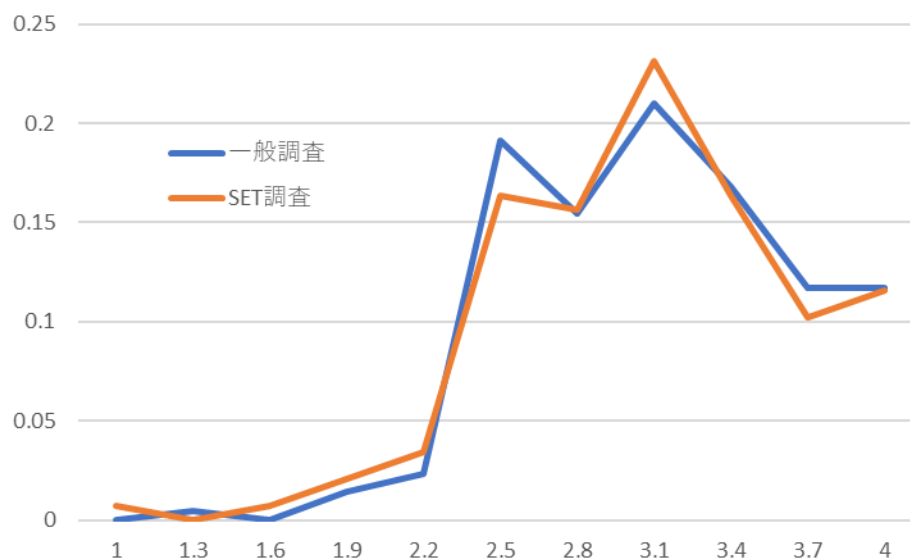
総合指数はその数値が高いほどゼロサム思考が強いことを意味します。今回の回答者ではゼロサム思考が高い人は少数派ですが、2割ぐらいの人はゼロサム思考に偏っていると思われます。

## H. 成長思考に関する質問

### H-1. 回答の相関関係

		どのような人間かという基本的特性を根本的に変える方法はあまりないと思う	どのような人間かという基本的特性は、変えようと思えば変えることができると思う	賢さというのは生まれつきの能力で、それを変えることはほとんど不可能だと思う	努力によって、もともと備わっている賢さを大幅に向上させられると思う
<b>一般調査</b>		Q2S5	Q2S17	Q2S18	Q2S22
どのような人間かという基本的特性を根本的に変える方法はあまりないと思う	Q2S5	1.00	-0.50	0.27	-0.18
どのような人間かという基本的特性は、変えようと思えば変えることができると思う	Q2S17	-0.50	1.00	-0.15	0.26
賢さというのは生まれつきの能力で、それを変えることはほとんど不可能だと思う	Q2S18	0.27	-0.15	1.00	-0.16
努力によって、もともと備わっている賢さを大幅に向上させられると思う	Q2S22	-0.18	0.26	-0.16	1.00
<b>SET調査</b>		Q2S5	Q2S17	Q2S18	Q2S22
どのような人間かという基本的特性を根本的に変える方法はあまりないと思う	Q2S5	1.00	-0.45	0.38	-0.16
どのような人間かという基本的特性は、変えようと思えば変えることができると思う	Q2S17	-0.45	1.00	-0.38	0.40
賢さというのは生まれつきの能力で、それを変えることはほとんど不可能だと思う	Q2S18	0.38	-0.38	1.00	-0.36
努力によって、もともと備わっている賢さを大幅に向上させられると思う	Q2S22	-0.16	0.40	-0.36	1.00

### H-2. 成長思考総合指数の分布



総合指数はその数値が高いほど成長思考が強いことを意味します。今回の回答者では成長思考が強い人が多いものの、低い人も一定数おり、総合指数には十分なバラつきがあるように見えます。

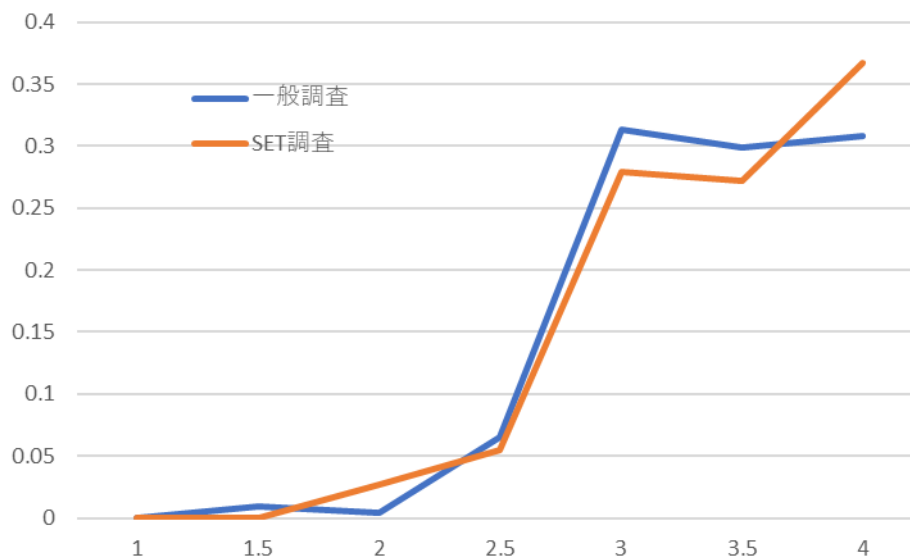
## I. 希望に関する質問

未来は自分の力で変えられるという思考 将来に関する自己効力感

### I-1. 回答の相関関係

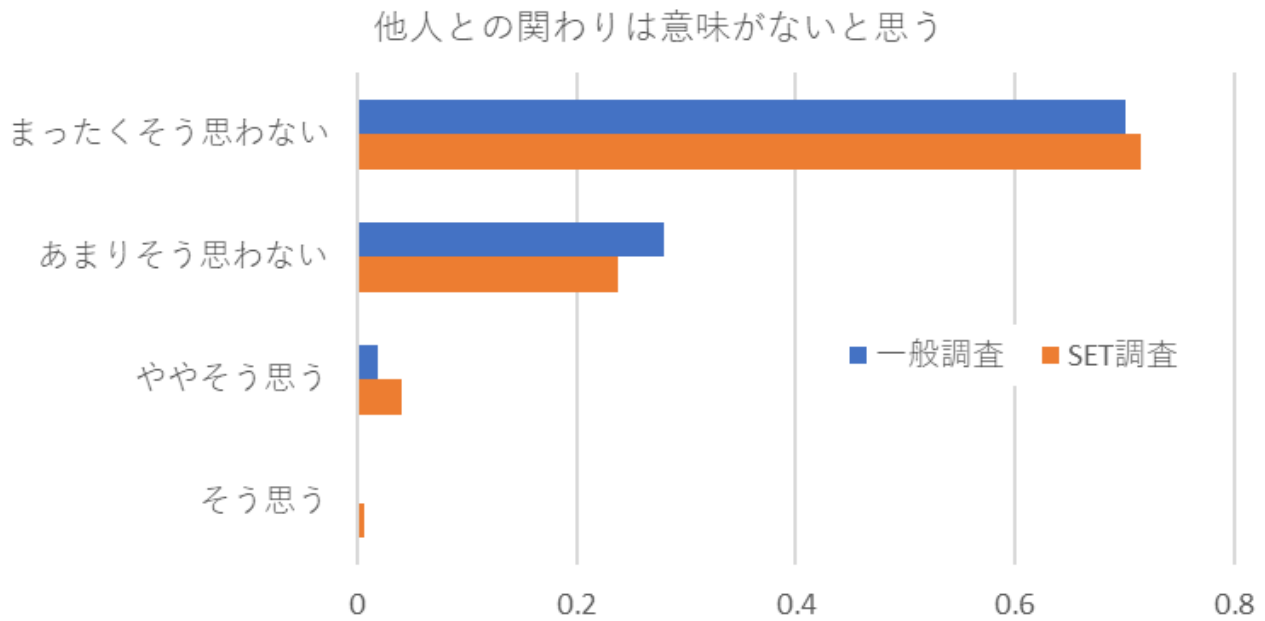
		私たちの未来は私たち自身の努力によって変えられると思う	どんなに努力しても私たちの未来を変えることはできないと思う
<b>一般調査</b>		Q2S4	Q2S24
私たちの未来は私たち自身の努力によって変えられると思う	Q2S4	1.00	-0.36
どんなに努力しても私たちの未来を変えることはできないと思う	Q2S24	-0.36	1.00
<b>SET調査</b>		Q2S4	Q2S24
私たちの未来は私たち自身の努力によって変えられると思う	Q2S4	1.00	-0.37
どんなに努力しても私たちの未来を変えることはできないと思う	Q2S24	-0.37	1.00

### I-2. 希望総合指数の分布



総合指数はその数値が高いほど自分で未来を変えられるという希望（自己効力感）を持っていることを意味します。今回の回答者では希望総合指数が高い人が多いです。この程度のバラつきで十分かどうかは要検討です。SET 調査の方が平均値は高いです。

## J. 人間関係観に関する質問

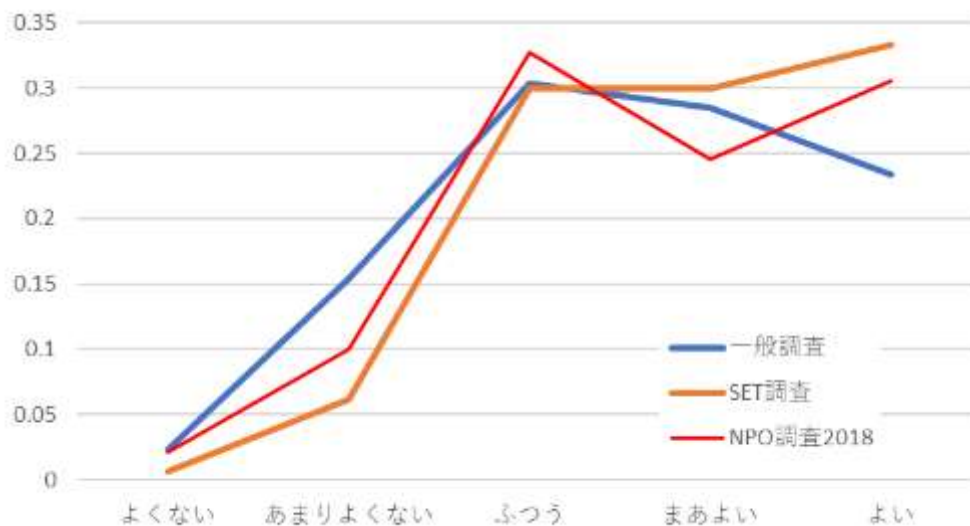


他人との関わりは意味がないと思うという質問に「まったくそう思わない」と回答している人が約7割ですが、「あまりそう思わない」「ややそう思う」と回答している人がいずれの調査でも2%弱いることがわかります。

## 健康感と幸福感

### K. 主観的健康感「現在、あなたの健康状態はいかがですか。」

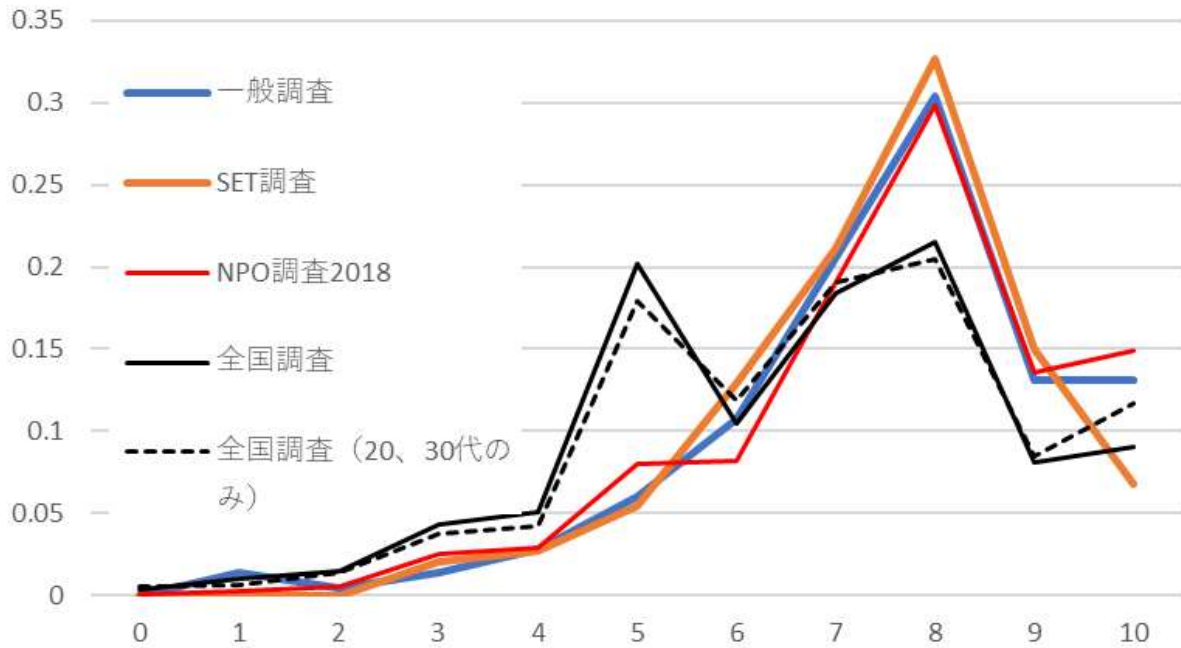
回答の分布



主観的健康感の分布は概ね過去の NPO 団体メンバーの人たちの分布と大きくは異なりません。SET 調査が一番健康です（おそらく年齢が若いことが原因）。

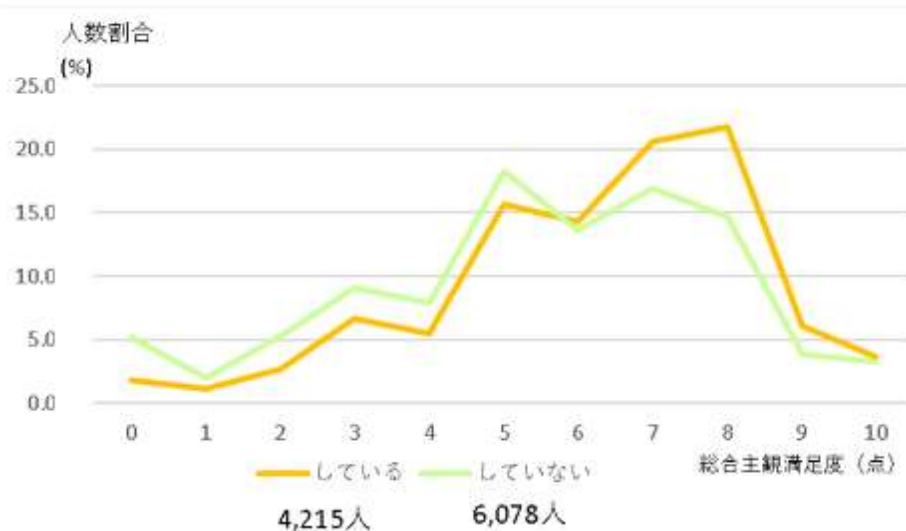
L. 主観的幸福感「全体として、普段あなたはどの程度幸せですか。」

回答の分布



主観的幸福感の分布はNPO調査の分布とよく似ています。こちら分布の形としてはNPOより今回の調査の方がきれいな分布です。ちなみに、黒い線は2012年3月に内閣府経済社会総合研究所が行った「第1回生活の質に関する調査」の全国の回答者の回答結果です。これと比較すると、私たちの調査の回答者は全国調査と比べて幸福度が相対的にかなり高いことがわかります。この原因として考えられるのは私たちの調査の対象者の多くがボランティアをしていることです。下記は令和元年の生活満足度調査ですが、ボランティアをしている人はしていない人と比べて満足度が高いことが知られています（因果関係、すなわち「ボランティアをしているから満足度が高い」のか、「満足度が高いからボランティアをする余裕があるのか」は判別できません。どちらもあるとは思いますが）。

図表 23 ボランティア活動と総合主観満足度



参考：「満足度・生活の質に関する調査」に関する第1次報告書 図表 23  
内閣府 政策統括官（経済社会システム担当）作成 令和元年5月24日

## 総合指数間の相関関係

今回の調査で一番興味深かったのは、総合指数間の相関係数行列です。調査 A、調査 B、全体のそれぞれの相関係数行列を作成しました。

相関係数行列の数値の大きさは調査によって若干の差はあるものの、傾向としてはほぼ同じで、変数間の関係が安定しているものと考えます。

全体的に相関係数の絶対値が想像していたよりも大きく、心の状態、団体での行動に必要な資質、マインドセット、健康感、幸福感、すべての間に安定した相関関係が見られました。

以下、特に興味深い点を挙げます。

**心の状態と幸福感、健康感**：抑うつ傾向、孤独感、自己肯定感の三つの心の状態の総合指数は主観的幸福感に 50%ほどの相関を示しています（調査 B では相関 60%を超えています）。心の状態と幸福感の相関係数の値は、他の変数間の相関係数と比べても特に高いことがわかります。中でも自己肯定感と幸福の相関が 3 つの中では最も強く、自己肯定感が幸福感に重要な影響を与えることが見て取れます（逆の因果は考えにくい?）。

**レジリエンスに影響を与えるもの**：レジリエンス（逆境や困難を乗り越える力）は、団体での行動に必要な資質として注目されていますが、それと相関が強いのは、自己肯定感、多様性受容、社会的信頼、成長思考です。心の状態、資質、マインドセットがレジリエンスに影響を与えるのか、困難やストレスに打ち勝った成功体験が心の状態や資質、マインドセットに影響を与えた可能性もありますが、レジリエンスを高める方法を見つける手掛かりになりそうです。

**マインドセットと心の状態の関係**：今回の調査では 5 つのマインドセット（社会的信頼、ゼロサム思考、成長思考、希望、人間関係志向）に関する質問をしました。まず注目したいのはマインドセット間の関係です。相互に安定した相関関係があることがわかります。たとえば、ゼロサム思考の人は社会的信頼が低く、人は変わらない、未来は変えられない、人間関係はあまり重要ではないと思う傾向があります。マインドセットはそれぞれに独立であるようにも思われますが、実際はそうではなく、何らかの関係性があるようです。ちなみに、「マインドセット」という本の著者ドゥエック氏は固定思考の人は人間の能力は高めることができないと考えているので、ともに成長しようという発想にならず、自分の立場を高めるために他を攻撃したりするある種のゼロサム思考になること。人間関係についても人は変わらないと思っているので自分と合わない人とはすぐに関係を断ってしまうことなどを指摘しています。マインドセットは行動にも影響を与え、その行動の結果が思考に影響を与えるというループがあり、思考と行動の多様性を生んでいるのではないかと考えられます。

そして、マインドセットは心の状態と相関があることが今回の調査でわかりました。たとえば、人を信頼できない、ゼロサム思考、固定思考、未来は変えられないという思考、人間関係は重要ではないという思考を持つ人ほど、抑うつ傾向が高く、孤独感を感じていて、自己肯定感が低いことが観察されました。マインドセットは主観的幸福感とも高い相関があります。最も相関が強いのは社会的信頼でこれはソーシャルキャピタル研究でも指摘されている点です。次に強い相関は希望＝未来は変えられるという思考です。次いでゼロサム思考、成長思考、人間関係志向となりました。意外だったのは、成長思考が主観的幸福感との相関が 5 つの中で相対的に弱いことです。ドゥエック氏の仮説では成長思考か固定思考かの違いが他の思考に影響を与えて、それが行動や人間関係に影響を与えるとしているので、最も重要なのは成長思考ではないかと予想していましたが、そうではないのかもしれませんが。

相関関係には調査 A と調査 B で若干の差があり、また見せかけの相関の可能性もあります。また、今回の回答者のサンプリングバイアスもあると考えられるので、マインドセットと心の状態の関係は引き続き注目して研究していきたいと思えます。



一般調査	抑うつ傾向	孤独感	自己肯定感	多様性受容	レジリエンス	社会的信頼	ゼロサム思考	成長思考	希望有り	人間関係思考	主観的健康感	主観的幸福感	性別	年齢
抑うつ傾向	1.00	0.60	-0.47	-0.16	-0.43	-0.36	0.17	-0.20	-0.25	-0.11	-0.45	-0.45	0.12	-0.04
孤独感	0.60	1.00	-0.43	-0.28	-0.33	-0.37	0.24	-0.27	-0.29	-0.19	-0.28	-0.55	0.10	0.01
自己肯定感	-0.47	-0.43	1.00	0.30	0.59	0.50	-0.23	0.30	0.40	0.21	0.45	0.59	0.05	0.01
多様性受容	-0.16	-0.28	0.30	1.00	0.52	0.40	-0.21	0.43	0.29	0.29	0.20	0.21	-0.02	-0.02
レジリエンス	-0.43	-0.33	0.59	0.52	1.00	0.45	-0.25	0.40	0.33	0.21	0.36	0.40	0.06	-0.04
社会的信頼	-0.36	-0.37	0.50	0.40	0.45	1.00	-0.33	0.35	0.31	0.32	0.38	0.49	0.02	0.05
ゼロサム思考	0.17	0.24	-0.23	-0.21	-0.25	-0.33	1.00	-0.33	-0.36	-0.38	-0.12	-0.26	-0.10	-0.06
成長思考	-0.20	-0.27	0.30	0.43	0.40	0.35	-0.33	1.00	0.40	0.23	0.27	0.24	-0.11	-0.07
希望有り	-0.25	-0.29	0.40	0.29	0.33	0.31	-0.36	0.40	1.00	0.34	0.22	0.37	-0.02	-0.12
人間関係思考	-0.11	-0.19	0.21	0.29	0.21	0.32	-0.38	0.23	0.34	1.00	0.12	0.24	0.12	-0.02
主観的健康感	-0.45	-0.28	0.45	0.20	0.36	0.38	-0.12	0.27	0.22	0.12	1.00	0.49	0.00	-0.10
主観的幸福感	-0.45	-0.55	0.59	0.21	0.40	0.49	-0.26	0.24	0.37	0.24	0.49	1.00	0.11	0.02
性別	0.12	0.10	0.05	-0.02	0.06	0.02	-0.10	-0.11	-0.02	0.12	0.00	0.11	1.00	-0.10
年齢	-0.04	0.01	0.01	-0.02	-0.04	0.05	-0.06	-0.07	-0.12	-0.02	-0.10	0.02	-0.10	1.00

SET調査	抑うつ傾向	孤独感	自己肯定感	多様性受容	レジリエンス	社会的信頼	ゼロサム思考	成長思考	希望有り	人間関係思考	主観的健康感	主観的幸福感	性別	年齢
抑うつ傾向	1.00	0.60	-0.56	-0.19	-0.35	-0.28	0.25	-0.24	-0.30	-0.28	-0.33	-0.48	-0.05	0.00
孤独感	0.60	1.00	-0.54	-0.22	-0.39	-0.35	0.48	-0.24	-0.39	-0.39	-0.22	-0.63	-0.21	-0.09
自己肯定感	-0.56	-0.54	1.00	0.33	0.50	0.43	-0.34	0.24	0.33	0.31	0.20	0.51	0.00	0.00
多様性受容	-0.19	-0.22	0.33	1.00	0.56	0.26	-0.06	0.38	0.30	0.20	0.11	0.21	-0.10	-0.04
レジリエンス	-0.35	-0.39	0.50	0.56	1.00	0.28	-0.23	0.44	0.35	0.21	0.20	0.43	-0.03	-0.05
社会的信頼	-0.28	-0.35	0.43	0.26	0.28	1.00	-0.48	0.13	0.26	0.28	0.13	0.39	0.18	-0.04
ゼロサム思考	0.25	0.48	-0.34	-0.06	-0.23	-0.48	1.00	-0.19	-0.40	-0.37	0.03	-0.29	-0.23	0.05
成長思考	-0.24	-0.24	0.24	0.38	0.44	0.13	-0.19	1.00	0.45	0.21	0.02	0.22	-0.06	-0.01
希望有り	-0.30	-0.39	0.33	0.30	0.35	0.26	-0.40	0.45	1.00	0.34	0.16	0.24	-0.05	0.04
人間関係思考	-0.28	-0.39	0.31	0.20	0.21	0.28	-0.37	0.21	0.34	1.00	0.09	0.21	0.02	0.14
主観的健康感	-0.33	-0.22	0.20	0.11	0.20	0.13	0.03	0.02	0.16	0.09	1.00	0.28	0.07	0.00
主観的幸福感	-0.48	-0.63	0.51	0.21	0.43	0.39	-0.29	0.22	0.24	0.21	0.28	1.00	0.13	-0.02
性別	-0.05	-0.21	0.00	-0.10	-0.03	0.18	-0.23	-0.06	-0.05	0.02	0.07	0.13	1.00	-0.18
年齢	0.00	-0.09	0.00	-0.04	-0.05	-0.04	0.05	-0.01	0.04	0.14	0.00	-0.02	-0.18	1.00

全体	抑うつ傾向	孤独感	自己肯定感	多様性受容	レジリエンス	社会的信頼	ゼロサム思考	成長思考	希望有り	人間関係思考	主観的健康感	主観的幸福感	性別	年齢
抑うつ傾向	1.00	0.60	-0.50	-0.17	-0.40	-0.33	0.20	-0.22	-0.27	-0.18	-0.40	-0.46	0.05	-0.04
孤独感	0.60	1.00	-0.45	-0.26	-0.35	-0.36	0.32	-0.26	-0.32	-0.26	-0.26	-0.58	-0.01	0.02
自己肯定感	-0.50	-0.45	1.00	0.30	0.55	0.45	-0.26	0.27	0.35	0.25	0.31	0.55	0.04	0.16
多様性受容	-0.17	-0.26	0.30	1.00	0.53	0.35	-0.15	0.41	0.29	0.25	0.16	0.21	-0.05	-0.03
レジリエンス	-0.40	-0.35	0.55	0.53	1.00	0.39	-0.24	0.41	0.34	0.21	0.29	0.41	0.03	0.02
社会的信頼	-0.33	-0.36	0.45	0.35	0.39	1.00	-0.39	0.26	0.29	0.30	0.29	0.45	0.09	0.01
ゼロサム思考	0.20	0.32	-0.26	-0.15	-0.24	-0.39	1.00	-0.27	-0.37	-0.37	-0.07	-0.27	-0.15	-0.02
成長思考	-0.22	-0.26	0.27	0.41	0.41	0.26	-0.27	1.00	0.42	0.22	0.17	0.23	-0.09	-0.03
希望有り	-0.27	-0.32	0.35	0.29	0.34	0.29	-0.37	0.42	1.00	0.34	0.20	0.32	-0.03	-0.09
人間関係思考	-0.18	-0.26	0.25	0.25	0.21	0.30	-0.37	0.22	0.34	1.00	0.10	0.22	0.08	0.02
主観的健康感	-0.40	-0.26	0.31	0.16	0.29	0.29	-0.07	0.17	0.20	0.10	1.00	0.41	0.02	-0.16
主観的幸福感	-0.46	-0.58	0.55	0.21	0.41	0.45	-0.27	0.23	0.32	0.22	0.41	1.00	0.12	0.02
性別	0.05	-0.01	0.04	-0.05	0.03	0.09	-0.15	-0.09	-0.03	0.08	0.02	0.12	1.00	-0.05
年齢	-0.04	0.02	0.16	-0.03	0.02	0.01	-0.02	-0.03	-0.09	0.02	-0.16	0.02	-0.05	1.00

## 2020年7月までのコミュニティキャピタル診断と総合指数間の相関関係

今回のSET調査では、携帯電話の下4ケタを回答していただいた。SETの皆さんには2019年度前期と2020年度前期のコミュニティキャピタル診断でも携帯電話の下4ケタを回答していただいているため、この情報に加えて、性別、年齢を照合して同じ人物と推定される人のコミュニティキャピタル診断の数値と今回の調査の総合指数等の関係を調べることができた。

照合の結果、同一人物と想定される回答者は147名中117名、約8割の人を追跡することができた。

その結果をまとめたのが以下の相関表である。

	抑うつ傾向	孤独感	自己肯定感	多様性受容	レジリエンス	社会的信頼	ゼロサム思考	成長思考	希望あり	人間関係思考	主観的幸福感	主観的健康感	性別	年齢
Factor 1	-0.19	-0.46	0.18	0.13	0.24	0.35	-0.38	0.26	0.39	0.11	0.45	0.08	0.17	0.20
Factor 2	-0.25	-0.40	0.35	0.04	0.30	0.28	-0.26	0.18	0.21	0.12	0.37	0.14	-0.08	0.15
Factor 3	-0.20	-0.43	0.20	0.07	0.13	0.22	-0.20	0.20	0.32	0.11	0.32	0.08	0.01	0.11
コミットメント	-0.18	-0.28	0.16	-0.01	0.15	0.23	-0.29	0.13	0.27	0.08	0.28	0.16	-0.01	0.09
幸福度	-0.25	-0.47	0.28	0.09	0.21	0.36	-0.16	0.03	0.12	0.27	0.53	0.21	0.10	0.16
健康度	-0.16	-0.23	0.18	-0.09	0.15	-0.02	-0.03	0.07	0.19	0.09	0.21	0.43	0.02	0.18
愛着	-0.13	-0.38	0.13	-0.01	0.11	0.24	-0.34	0.32	0.37	0.09	0.34	0.03	0.14	0.17

表側の項目はコミュニティキャピタル診断の回答から計算した項目

- Factor 1 第一因子 理念共感と貢献意欲
- Factor 2 第二因子 自己有用感
- Factor 3 第三因子 居心地の良さ
- コミットメント 数値が大きいほど熱心に団体に関わっている
- 幸福度 主観的幸福感と同じ質問
- 健康度 主観的健康感と同じ質問
- 愛着 数値が大きいほど団体に愛着を感じている

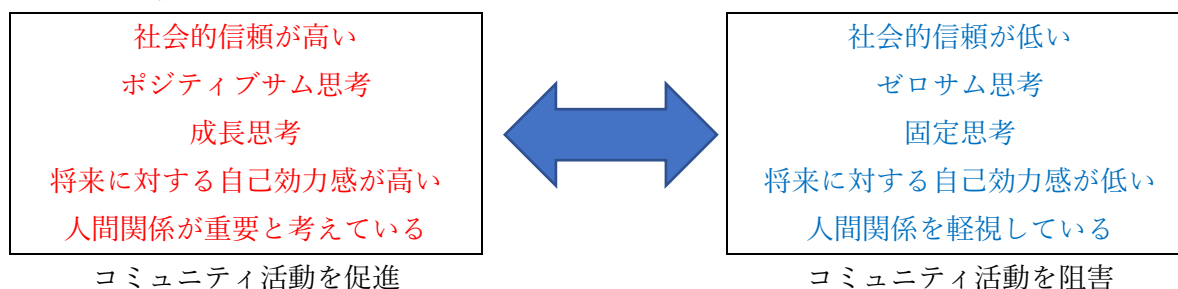
相関関係はそれほど高くないものもあるが、全体として私たちの予想通りの結果であった。

コミュニティキャピタルが高い人は

心の状態にプラスの効果 = 抑うつ傾向や孤独感が低く、自己肯定感が高い

団体行動に有効と考えられる資質が高い = 多様性受容度が高く、レジリエンスも高い

マインドセットに傾向がある



因果関係の特定には時間がかかると考えられますが、考え方が行動変容の出発点になるのではないかと考えています。