

小学校，中学，高校，大学時代，そして将来の幸福感 ——学校生活，学校教育，人生生活満足度，価値観との関係——

松 井 洋* 佐 藤 哲 康**

Happiness in Past, Present, and Future for Students

Hiroshi MATSUI, Tetsuyasu SATOU

要 旨

本研究は，幸福感を「今の」幸福感だけではなく，過去の評価や将来の見通しから検討する。「幸福」の認識とは「今現在」の感覚だけではなく「将来展望」に基づいて成立するものと考えたからである。また，価値観や，学校生活などによる年代別幸福度への影響について検討した。

大学生 101 名を対象に小学校時代，中学，高校，現在，そして，5 年後とそれ以降 10 年毎に 50 年後まで幸福度を 100 点満点でマークさせた。結果は，今現在の幸福度は 68.8 でかなり高い。大学生にとっての近未来の 5 年後は幸福度が下がるが，その後 10 年～50 年後の幸福度は低くない。中学時代の幸福度は人生の中で一番低い傾向にある。

学校生活，学校教育と幸福度の関係は，現在の満足度とは関係があるが，他の時期，特に未来の幸福の予期とは関係がなかった。

いわゆる人生生活満足度尺度（SWLS）は現在の幸福度評価と関係があるが未来の幸福度の予期とは関係がないものであった。

つまり，過去や現在の自分の状況や意識の評価から生じる幸福感は将来の幸福感を予測しないということである。

他方，自己肯定感などの自己観や「夢」「成長」「自分らしく」という前向きな価値観は将来の幸福感と関連がある。

幸福であるという感情は現在の自分についての充足感や満足感ではなく，明日や将来に対する希望であると考えたが，結果はこれを支持するものであった。このことは，小学校から以降の学校教育における生徒支援において一考すべきことでもあると考える。

キーワード：幸福感，若者，学校生活，自己肯定感，生徒支援

*教授 社会心理学・教育心理学

**助教 臨床心理学・教育心理学（1. 幸福度，2. 学校生活，学校教育と幸福度担当）

問題と目的

現代の日本の若者の適応について、彼らを取り巻く状況から考えると、適応しにくい状況と言えよう。たとえば、低い経済成長、非正規雇用の増加や、少子高齢化にともなう年齢構成の変動による将来の年金などの負担の大きさ等、若者を取り巻く経済的状況は暗いと言わざるを得ないだろう。他方、たとえば古市（2011）の「絶望の国の幸福な若者たち」はその題のとおり、取り巻く状況は悪いかもしれないが、しかし若者たちは幸せだということである。言うまでもなく、適応は本人の主観的な問題ということが第一である。それゆえ、ニートであっても、フリーターであっても、ひきこもりであっても、そのことが常に不適応であるとは限らないという考え方もできよう。

本研究はこれまで行ってきた若者の問題に関する一連の研究の延長線上にある。筆者はこれまで大学生の生活、意識、適応について研究してきた。たとえば、大学生の不適応に影響する要因として、授業理解、友人関係、入学目的などについてその組み合わせ効果などを指摘している（松井他（1991）松井・中村・田中（2010）中村・松井・田中（2011）松井・田中・中村（2012）。また、松井（2013）（2014）（2015）では大学生の諸問題を世界観というような認識の枠組みから分析しようとしている。

これらの研究では上記の諸要因と適応の関係を示す従属変数として、大学満足感、授業満足感、人生観などの主観的な要因を用いて検討している。このように、筆者のこれまでの研究は適応を主観的な要因との関係でとらえている。本研究は適応についての上記の議論に基づいて、主観的な「幸福感」を若者の適応を示す変数として焦点を当てて取り上げてみることにした。「幸福感」は大石（2009）が言うように心理学ではこれまであまり取り上げられてこなかった変数である。本研究はこの幸福感を「今の」幸福感だけではなく、過去の評価や将来の見通しから検討することとした。「幸福」とは「今現在」の感覚だけではなく「将来展望」が重要と考えるからである。つまり、人の幸福は今が満たされているかということより、今は十分に幸せではないが、明日や将来はよくなるだろうという感覚によって作られると考えるからである。例えば、戦後の焼け跡の中でも、将来の光が見えてくると人々の幸福感は増大していったのではないだろうか。今日、多くの大人が日本の将来に暗い予測を持っている中で、若者がどのような将来の幸福を描いているのか検討する。

本研究では加えて、価値観による年代別幸福度への影響について検討する。検討するのは、人生観、自己観、世界観などである。

小学校, 中学, 高校, 大学時代, そして将来の幸福感

方 法

1. 調査対象者

調査対象者は, 東京都内, 近郊大学生 101 名 (女子 85 名, 男子 16 名)。

2. 調査実施時期

2016 年 7 月。

3. 調査項目

質問項目は「価値観」, 「人生観」の項目 (4 段階評価) に加えて, 「幸福感」について Diener ら (1985) の人生満足度尺度 (SWLS, 7 段階評価), それぞれの時代の幸福感について, 小学校, 中学校, 高校, 現在, 5 年後, 10 年後, 20 年後, 30 年後, 40 年後, 50 年後について 100 点満点のスケールにマークさせた。また, マークした時期のうち最も低い時期と高い時期についてその理由を自由記述させた。

結 果

1. 幸福度

幸福度を 100 点満点でライン上にマークさせた。幸福度を年代別に示すと図 1 のようになる。今現在の幸福度は 68.8 でかなり高いと言える。また, 今現在の幸福度は他の時代より高い傾向があり, 5 年後はやや低いがその後の 10 ~ 50 年後は低くない。なお, 分散分析の結果

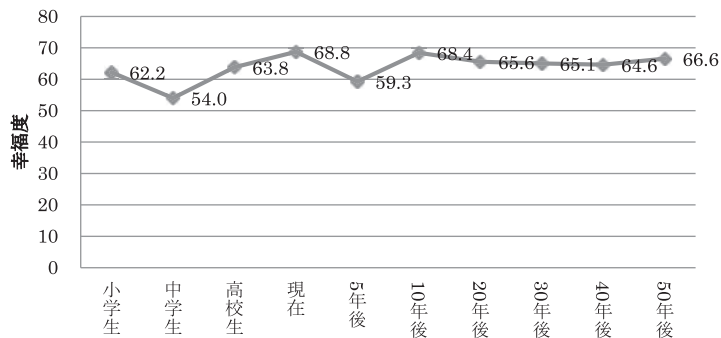


図 1 年代と幸福度予想

は幸福度は年代によって有意に異なり，多重比較の結果は中学時代が低い傾向にある ($F(9) = 2.887, P = .002$ 中 < 10年後・50年後)。

なお，マークしたものの一番高い時期と低い時期についてその理由を自由記述させた。それを分類すると，幸福度が高い理由は，比較的多いものを順にあげると，安定 (14)，人間関係 (11)，家庭 (11)，楽しいこと (11)，学校 (10)，夢や達成 (10) であった。幸福度が低い理由は，人間関係 (15)，仕事などの将来 (13)，自己 (10)，学校 (7) であった。

2. 学校生活，学校教育と幸福度

「大学の勉強に満足」はどの年代の幸福度とも有意な関係はないが，現在だけ「勉強に満足」が幸福度が高い傾向がある傾向がある ($t(87.876) = 1.845, p = .068$)。

「はっきりとした目的があって大学に入学」はどの年代の満足感とも有意な関係がない。

「学校に行きたくないことがある」は小学校 ($t(91) = 2.164, p = .033$) と現在 ($t(78.913) = 2.188, p = .032$) で「行きたくない」ほうが幸福感が低い。

「大学生活満足」は現在だけ満足群の幸福度が高い ($t(49.337) = 4.139, P = .000$)。

「学校適応 (これまで学校にはおおむね適応してきた)」は幸福感に有意差はないが高校 ($t(16.536) = 1.982, P = .064$)，現在 ($t(16.483) = 2.030, P = .059$)，20年後 ($t(93) = 1.872, p = .064$) で適応群の幸福度が高い傾向がある。

3. 人間関係と幸福度

人間関係の満足度は図2のように幸福度に影響する。人間関係に満足な群は現在で幸福度

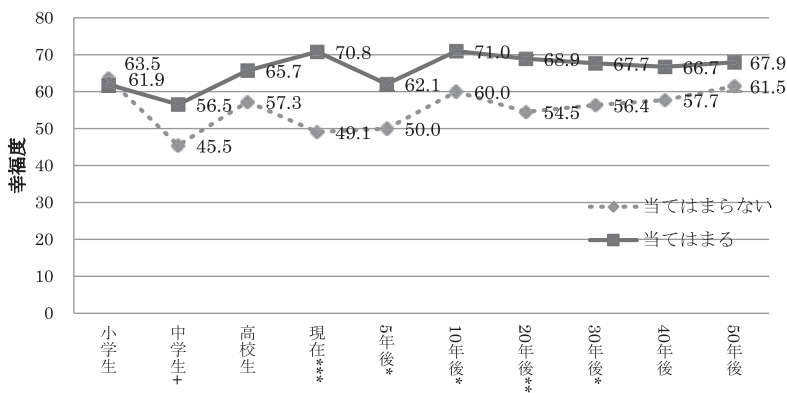


図2 人間関係満足と幸福度

小学校, 中学, 高校, 大学時代, そして将来の幸福感

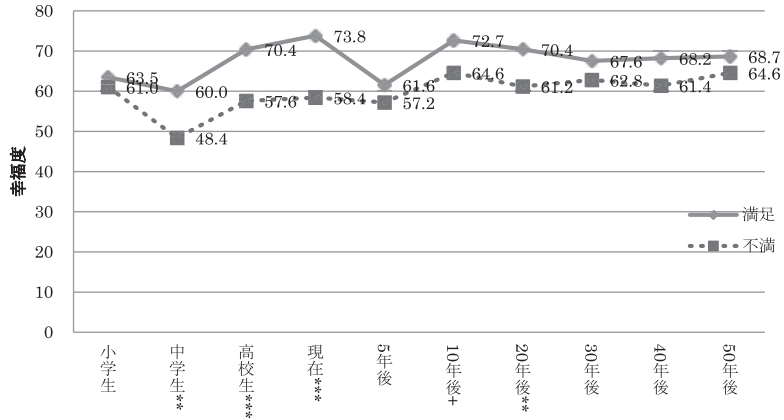


図3 人生生活満足度と幸福度

が最も違いが大きく有意に高い。20年後など将来でも幸福度予測は高い（図中 *** $p < .001$, ** $p < .001$, * $p < .05$, † $p < .1$ 以下同じ）。

4. 人生生活満足度と幸福度

Diener ら（1985）の人生生活満足度尺度（SWLS, 7段階評価）は次の項目からなる。

- 1) ほとんどの面で、私の人生は私の理想に近い
- 2) 私の人生は、とても素晴らしい状態だ
- 3) 私は自分の人生に満足している
- 4) 私はこれまで、自分の人生に求める大切なものを得てきた
- 5) もう一度人生をやり直せるとしても、ほとんど何も変えないだろう

この5項目を合計して中央値によって人生生活満足度高低2群を作った（以下の変数についても同様の方法で2群を作った）。

この2群別に幸福度を図3に示した。人生生活満足度が高い群は現在で有意に幸福度が高い。また、中高生時代でも同様に有意に幸福度が異なる、しかし未来になると必ずしも有意な違いがあるとは限らない。つまり、人生生活満足度は過去と現在の満足度の評価に基づくものと考えられるが、未来の幸福度予想を作るものではない。

5. 自己認識と幸福度

自己認識と幸福度について、「自分に自信」と幸福度の関係は図4のとおりである。自信が

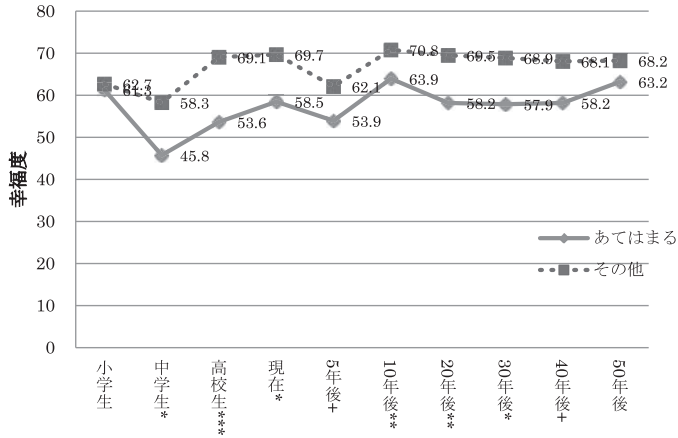


図4 自分に自信がないと幸福度

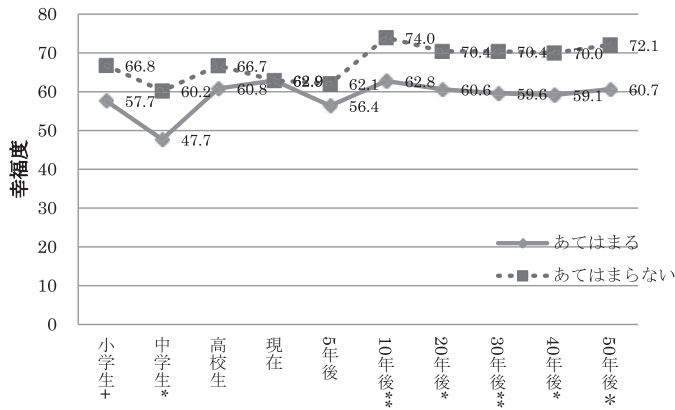


図5 自己否定上下と幸福度

あることは小学校の時代、50年後を除いて多くの時代における幸福度と関係がある。

自己否定については図5のように、現在と現在の前後の時代は幸福感と関連がないが、過去についても将来についても自己に肯定的なほうが幸福度高い。

6. 人生観と幸福度

「人生に意味を見いだせない」ということにあてはまると図6のように多くの年代で幸福度が低い。

小学校, 中学, 高校, 大学時代, そして将来の幸福感

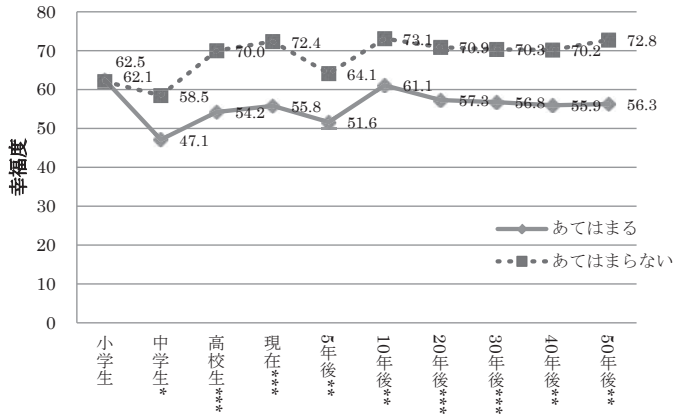


図6 人生に意味を見いだせない幸福感

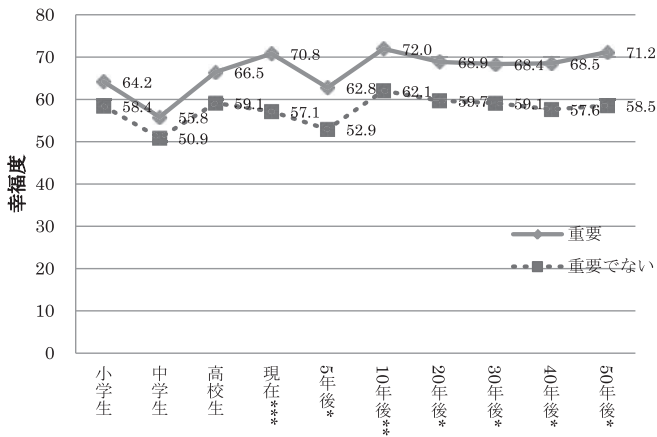


図7 面白おかしく上下と幸福感

7. 価値観と幸福度

「面白おかしく」という価値観を重視すると、図7のように過去の幸福感とは関係ないが現在と将来長く幸福感を増す。

「夢を実現」という価値観を重視すると図8のように、過去と現在の幸福度には影響しないが、将来の幸福度予測を高くする効果がある。

「自分らしく」という価値観を重視すると図9のように、過去と現在の幸福度には影響しな

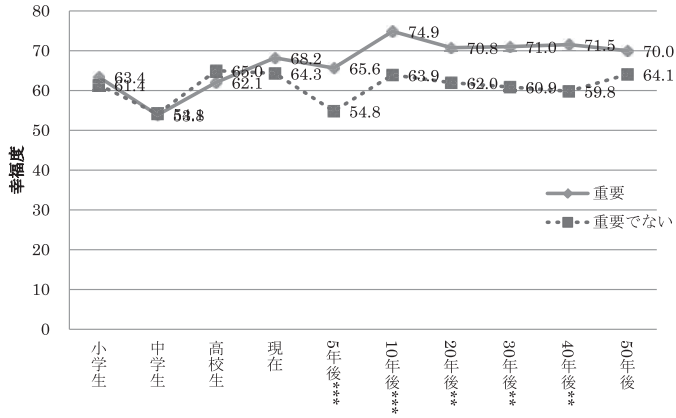


図8 夢実現重視と幸福度

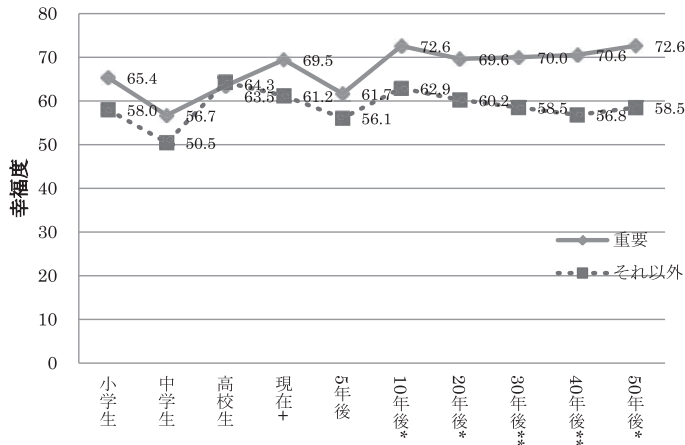


図9 自分らしく重視と幸福度

いが、将来の幸福度予測を高くする効果がある。

「自己の成長」という価値観を重視すると図10のように、過去と現在の幸福度には影響しないが、将来の幸福度予測を高くする効果がある。

「家庭」を重視する価値観は図11のように高校、現在、そして近未来の幸福感に影響する。

小学校, 中学, 高校, 大学時代, そして将来の幸福感

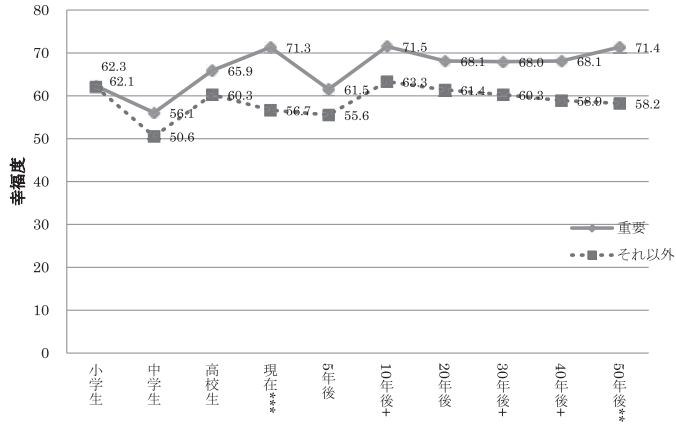


図10 自己の成長重視と幸福度

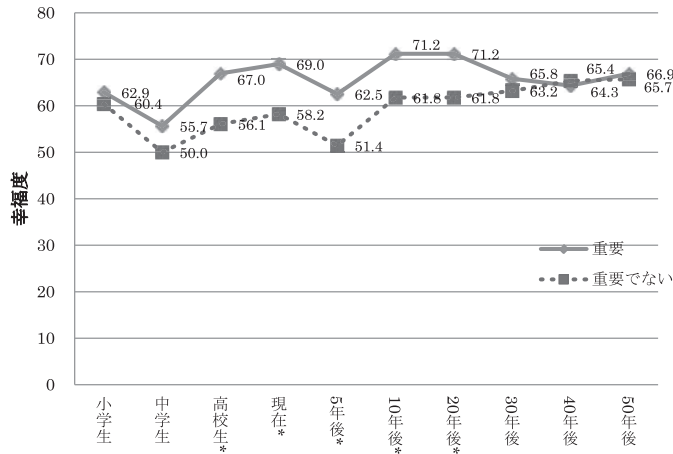


図11 家庭価値上下と幸福度

考 察

幸福度を100点満点でマークさせたところ、今現在の幸福度は68.8でかなり高く、また、今現在の幸福度は他の時代より高かった。中学時代の幸福度は人生の中で一番低い傾向にある。現在の幸福度の高さについては、対象者に大学1年生が多かったことから受験を終えて入

学した安定・安心感からくるものと思われる。中学時代の理由として、幸福度が低い理由の記述から考えると人間関係が考えられる。大学生にとって近未来の5年後の幸福度は現在よりやや低い、かなりの高さで維持される。多くの大学生にとっての未来はそれほど暗くないと言える。大人の多くが心配するような日本の暗い未来という予測とは異なり楽観的である。ただし、この研究の対象者が大学生という、日本においてある程度恵まれた層であることも影響していると思われる。

学校生活、学校教育と幸福度の関係は、「大学の勉強に満足」、「学校に行きたくないことがある」、「大学生生活満足」、「学校適応」などについて現在の満足度と関係があるが、他の時期、特に未来の幸福の予期とは関係がなかった。学校生活に不満であってもそれは過去、今だけの問題で、将来はまた違うという感覚である。

人生生活満足度（SWLS）が高い群は現在で有意に幸福度が高く、中高生時代でも高い、しかし未来になると必ずしも有意な違いがあるとは限らない。つまり、人生生活満足度は大石（2009）でも幸福度の指標とされているが、これは過去と現在の満足度の評価に基づくものと考えられるが、未来の幸福度予想を作るものではない。このことは「幸福」ということが今考える、あるいは振り返って考えるという型の過去と現在の自分の満足度だけで説明されるものではないことを示していると考ええる。

他方、「自信」、などの自己認識と、「人生に意味」などの人生観は過去、現在、未来の幸福度と関係があるが、特に「自己肯定」は未来の幸福予測と関係がある。「家庭的価値」は現在と近未来の幸福度と関係があるが、価値観の多く、たとえば「面白おかしく」、「夢実現」、「自分らしく」、「自分の成長」は現在の幸福度とは関係がなかったが将来の幸福度とは関係があった。

以上のように、いわゆる人生生活満足度尺度は、現在の幸福度評価と関係があるが未来の幸福度の予期とは関係がないものであった。このことと同様に学校生活や教育・勉強に関する評価や態度も現在の幸福度と関係があるが未来の幸福予期とは関係がなかった。つまり、過去や現在の自分の状況や意識の評価から生じる幸福感は、必ずしも将来の幸福感を予測するものではないということである。

他方、自己肯定感などの自己観や「夢」「成長」「自分らしく」という前向きな価値観は将来の幸福感と関連がある。幸福であるという感情は、現在の自分についての充足感や満足感ではなく、明日や将来に対する希望であると考えたが、結果はこれを支持するものであった。つまり、SWLSのように自分の過去をふり返っての満足感は現在の幸福感にはつながるが、将来の自分も考えた完結した幸福感ではない。将来を含めた完結した形の幸福感は自己観が充実して

小学校, 中学, 高校, 大学時代, そして将来の幸福感

いることと, その自己が将来も向上していくという意識である。

以上のことは学校教育における生徒支援においても配慮すべき問題と言えるだろう。つまり, 夢や将来を肯定的に考えていくという方向である。

文 献

- Diener, E., Horwitz, J., & Emmons, R.A. (1985). Happiness of the very wealthy. *Social Indicators Research*, 16, 263-274. (大石 2009 より訳文を引用)
- 古市憲寿 (2011). 絶望の国の幸福な若者たち 講談社.
- 松井 洋 (1992). 大学生の学校適応と授業態度に関する研究 川村学園女子大学研究紀要, 第3巻 第1号, 147-165.
- 松井 洋・中村 真・田中裕 (2010). 大学生の大学適応に関する研究 川村学園女子大学研究紀要, 第21巻 1号, 121-133.
- 松井 洋・田中裕・中村 真 (2011). 大学生の大学適応に関する研究 平成22年度川村学園女子大学教育研究奨励報告書 59頁.
- 松井 洋・田中裕・中村 真 (2012). 大学生の大学適応に関する研究Ⅲ 川村学園女子大学研究紀要, 第23巻 1号, 117-129.
- 松井 洋 (2013). 若者の世界観と適応 川村学園女子大学研究紀要第24巻 1号, 107-129.
- 松井 洋 (2014). 大学生の世界観・人生観・自己観と幸福感 川村学園女子大学研究紀要, 第25巻 1号 85-106.
- 松井 洋 (2015). 大学生における不適応傾向の分析 川村学園女子大学研究紀要, 第26巻 1号, 77-91.
- 中村 真・松井 洋・田中 裕 (2011). 大学生の大学適応に関する研究Ⅱ—入学目的, 授業理解, 友人関係でみた対象者のタイプと大学不適応との関連—川村学園女子大学研究紀要, 第22巻 第1号, 85-94.
- 大石繁宏 (2009). 幸せを科学する—心理学からわかったこと 新曜社.