人間関係研究（南山大学人間関係研究センター紀要）, 9, 101-117.

■ Article

女子中・高校生の「幸せ」意識

浦　上　昌　則
（南山大学人文学部）
野　村　祥　恵
（名古屋大学心理発達相談室相談員）

問題と目的

本研究は、女子中・高校生の「幸せ」という意識について検討しようとするものである。日々の生活の中で「幸せになりたい」という表現を耳にすることは多く、また宗教のみならず、本や新聞などにおいても「幸せになるために…」「幸せな…」といった表現があふれている。このように、人生において幸せであること、幸せになることが非常に重要視されていることはあえて指摘するまでもないであろう。しかし、心理学的研究の俎上における「幸せ」を鑑みると、「幸せ」は一部の意識調査において取りあげられることがあるものの（たとえば、深谷，2004）、解明が進んでいるとは言い難いのが現状である。

本研究では、「しあわせ」を「幸せ」と表記している。しかし、広辞苑では「仕合」という漢字が用いられており、「幸とも書く」と指摘されている。そもそも「幸せ」ということばは、どのような背景をもつものなのだろうか。このことばの変遷は、語彙の研究において検討されている。小野（1983）によると、語源はサ変動詞「す」と下二段動詞「あはす」の複合語「しあはす」の名詞形と考えられている。このことばは12世紀に出現し、当初は「時節に一致させる（あるいは、する）」という意味であった。その後、15世紀くらいから、「しあはせ（仕合）」という名詞形が出現し、「めぐりあわせ」というような意味を持ち、「…がよい」、「…がわるい」などという評価語と共に用いられるようになった。さらに1600年代後半になると、「しあはせ」自体が「幸運（よいめぐりあわせ）」という意味を含むことばとして利用されることが多くなり、表記も「僥倖」や「幸福」「為合」などが用いられていたようである。さらに明治になってから、「幸運」というような事態ではなく、「幸福」というような心持ちを意味するようになった。「幸せ」という表記をするのも、やはり明治からである。

「幸せ」ということばは、このような経緯を持つが、心理学研究において「幸せ」

ということばを用いた研究は極めて少ない。さらに、このような経緯を踏まえているものはほとんど見つけることができない。すなわち、「幸せ」という概念自体が研究の枠組みの中で扱われていないのが現状であると言えるだろう。ところが、「幸せ」ではなく、類義語である「幸福」という用語を用いた心理学研究は多い。では、「幸せ」と「幸福」にはどのような異同があるのだろうか。国語辞典で「幸せ」の意味を調べると、ほとんどの場合で、解説の中に「幸福」という言葉が表れる。またマスメディア等での「幸せ」の利用を見聞きしても、「幸せ」は「幸福」とほぼ同意であるように用いられているといえよう。たとえば、Nettleの著書“Happiness”は、2005年に英語で記され出版されているが、その邦訳にあたった山岡（2007）は、「訳者あとがき」において、happinessを「幸せ」と「幸福」という言葉に置き換えたことを記している。また「幸福」や「幸せ」に関する心理学研究をまとめた大石（2009）も、特にそれらを区別してはいない。

このように、「幸せ」と「幸福」が同じ内容を指し示すことばであれば、「幸せ」ではなく「幸福」を用いた研究結果をそのまま、「幸せ」についての知見とみなすことができるだろう。しかし現状を鑑みると、このような安易な適用は危険であると考えられる。

心理学やその周辺領域の研究において、「幸福」あるいは「幸福感」はひとつの専門用語的にあつかわれているようであるが、その利用はかなり混乱している。たとえば、subjective well-beingは主観的幸福感と訳される（たとえば、伊藤・相良・池田・川浦，2003など）が、subjective happinessも同じく主観的幸福感と訳される（たとえば、島井・大竹・宇津木・池見・Lyubomirsky，2004）。また、前田・浅野・谷口（1979）などは、一般的に用いられる「生きがい」を主観的な幸福感と操作的に定義している。well-beingやhappiness、生きがいなどの概念には、たしかに類似性はあると考えられるが、それが「幸福」もしくは「幸福感」という概念名と整合的であるかどうかについての検討は未だ十分に行われているとは言い難い。

再び語彙の研究（中村，1983）を参考にすると、「幸福」は「幸せ」とはまったく異なった経緯をもつことばであることがわかる。「しあわせ」は12世紀に出現していることが確認できるが、「幸福」は江戸時代から使われるようになった新しいことばと考えられている。たとえば、1814年の辞典「譜厄利亜語林大成」では、happinessに「幸福（サイワイ）」の訳がみられるなど、「幸福」という表記は1800年ごろから使われ始めている。現在一般的になっているように、「幸福」を「かうふく（こうふく）」と音読するようになったのはいつからなのかは確定できないが、中村の例示によれば、江戸末期から明治ごろからは「かうふく（こうふく）」という読みがなされている。

また中沢は河合との対談の中で、「幸（さち）」は古くからある日本語であるが、「幸福」という言葉は明治になってから使われ始めた言葉であり、西欧の

言葉（フランス語のbonheurや、英語のhappy）を翻訳する際に作り出されたものと指摘している（河合・中沢，2003）。この指摘は、中村（1983）とは使われ始めた時期に関する見解は異なるが、たしかに「譜厄利亜語林大成」ではhappinessに「幸福（サイワイ）」の訳があてられていることから、やはり「幸福」は翻訳語として作られた可能性は十分に考えられるだろう。

このように「幸福」は「幸せ」とは異なった経緯をもつことばであるが、中村（1983）は、現在ではそれらは共存して多く用いられていると指摘する。しかし同時に、「『幸福』は漢語としての堅い響きを持ち、『しあはせ（しあわせ）』はやまと言葉の持つ柔らかい響きを持つ。前者に理性的・客観的・必然的・遠心的傾向があるとすれば、後者には感情的・主観的・偶然的・求心的傾向があるといえようか」と述べ、内容的な違いがあることにも言及しているのである。国語辞典での説明や、一般的な利用を踏まえても、「幸福」と「幸せ」を類義語と見なすことは適当といえるだろう。しかし、その意味までが同じことば、すなわち同義語とは言い難く、「幸せ」についてはそのことば自体を用いた研究が求められるといえよう。

以上のような検討から、「幸せ」は社会において非常に重要視されているにもかかわらず、それについての心理学的知見は極めて少ないと指摘することができる。また、前述したように「幸福」や「幸福感」をあつかった研究はあるが、それらの研究の状況やことばの歴史をふまえると、その知見を安易に援用、応用すべきではないといえる。そこで本研究では、「幸せ」についてアプローチする手始めとして、女子中学生および高校生を対象として、どのようなものを「幸せ」とよぶのか／感じるのかという点を検討する。

方法

調査時期

2008年２月から３月。

調査対象

Ａ県内の私立女子中高校で調査を実施した。中学１年生から高校３年生までの計1178名から回答が得られた。その内訳は、中学１年生194名、中学２年生187名、中学３年生172名、高校１年生231名、高校２年生194名、高校３年生200名である。

質問紙の内容

質問紙の内容は、２つの設問からなる。設問1は、対象の感じる大きな幸せについて把握するために、「今年度（2007年４月頃から現在まで）に、あなたが大きな『幸せ』を感じた時、もしくは出来事を３つまで教えてください」という教示文で回答を求めた。なお、教示において大きな幸せを感じた期間を制限したのは、対象者の年齢差による経験の差を統制するためである。設問２では、日常的に感じている幸せを把握するために、「めったに感じない大きな『幸

せ』ではなく、日々の生活の中でよく感じる『幸せ』には、どのようなこと（出来事や時間）がありますか。よく感じる順に３つまで教えてください」という教示文を用いた。回答は、それぞれ１位、２位、３位と順位をつけた回答欄にすべて自由記述で求めた。

結果

１．内容カテゴリーの作成

最初に、内容的類似性から、幸せとして記述された内容をいくつかのカテゴリーに分類することを試みた。その第１段階として、各学年から10名ずつ、合計で60名の回答を無作為に抽出し、すべての回答を１枚ずつのカードにした。なお、設問は２つあるため、１名で６つのカードとなる（無記入も１枚のカードとした）。こうして作成された360枚のカードをKJ法的に整理した。この手続きは、心理学を専攻する大学院生２名によって行われた。その結果、無記入、その他のカテゴリーを含め、17のカテゴリーに分類された。

次に、これらのカテゴリーを出発点とし、すべてのデータについて分類を行った。これは先の２名とは異なる心理学を専攻する２名によって行われた。なお、より適切なカテゴリーの作成のために必要に応じてカテゴリーの修正が２名の合議によって行われ、最終的には12のカテゴリーにまとめられた。その12のカテゴリーの内訳は、Table 1に示す通りである。

カテゴリー１は、「大好きな服や靴が手に入ったとき」や「ほしいものを買ったとき」など、物理的に何かを手に入れることによってまとめられたため「ほしいものを得る」と命名した。また、このカテゴリーは「大好きな服や靴が手に入ったとき」というように、具体的にほしいものに言及しているものと、「ほしいものを買ったとき」というように、抽象的に言及しているものにさらに分類された。そのため、それぞれを「具体的に言及」「抽象的に言及」と命名し、下位カテゴリーとして設定した。

カテゴリー２は、「好きな芸能人のライブにいったこと」「好きな音楽を聴いているとき」など自分の好きなことをしている、もしくは好きなことができる状況にあることによってまとめられたため「好きなことをする」と命名した。なお、カテゴリー２は、カテゴリー１と同様に記述内容の具体性に差が認められたため、カテゴリー１と同様の下位カテゴリーを設定した。

カテゴリー３は、「食べてるとき」「たっぷり睡眠がとれたとき」など、生理的な欲求充足によって特徴づけられるものであり「生理的満足」と命名した。

カテゴリー４は、「がんばる目標ができたこと」「好きなものや熱中できるものがあること」などといった本気になれるものに出会ったり、目標が得られることによってまとめられたため「目標がある」と命名した。

カテゴリー５は、「家族が楽しそうにしているとき」「友達が喜んでいるとき」などと自分以外の人の成功や喜びについて言及しているものによってまとめら

Table 1　カテゴリーの内訳

No.	カテゴリー名	下位カテゴリー	設問1（大きな幸せ）例	設問2（日常的な幸せ）例
1	ほしいものを得る	具体的に言及	大好きな服や靴が手に入ったとき	おこづかいがもらえるとき
			DSを買ってもらったとき	夜ごはんが自分の好きなものが出たとき
		抽象的に言及	ほしいものを買ったとき	買いたいものが買えるとき
			好きなものをかってもらったとき	ほしいものが手に入る時
2	好きなことをする	具体的に言及	好きな芸能人のライブにいったこと	好きな音楽を聴いているとき
			演劇を見に行けたとき	部屋でのんびりしているとき
		抽象的に言及	好きなことをやれていたとき	好きなことをやっているとき
			時間が自由に使えるとき	自分の好きなことができる
3	生理的満足		たっぷり睡眠がとれたとき	食べてるとき
			食べること	寝てるとき
4	目標がある		がんばる目標ができたこと	好きなものや，熱中できるものがあるということ
			自分の目標があること	好きなことをみつけたとき
5	誰かの喜び	家族対象	母の病気が治ったこと	妹が中学受験に受かったこと
			家族が楽しそうにしているとき	家族がみんな健康でいられること
		家族以外の身近な他者対象	友達が高校受験に受かったこと	友達が喜んでいるとき
			好きな芸能人がいっぱいテレビに出ていること	友達みんなが笑ったとき
		芸能人対象	ドラゴンズが優勝したこと	好きな芸能人がたくさんテレビに出ているとき
			好きな芸能人が日本に帰ってきたとき	好きなアーティストがテレビに出ているとき
6	成果を得る	個人的な成果	試験に合格したとき	朝，時間通りに起きられたとき
			部活で辛くても最後までやりとおしたとき	テストでいい点取ったとき
		他人からの評価	部活でほめられたこと	お母さんがほめてくれるとき
			努力がみとめてもらえたとき	先生にほめられたとき
		集団での成果	みんなで力を合わせて賞をとったとき	部活でみんなで協力して頑張ったとき
			1つのことをクラス全員で頑張って結果をだしたとき	行事でみんなが協力してひとつにまとまるとき
7	居場所感	家族のなかで	家族の何気ない会話に温かみを感じたとき	家族と一緒にいるとき
			親が私を一番に考えてくれてると思ったとき	家族で仲良くご飯を食べにいってるとき
		家族以外の身近な他者のなかで	好きな人がそばにいてくれること	友達としゃべっているとき
			友達がたくさんできたこと	友達と過ごすこと
		抽象的な他者	クラスのみんなと過ごす時間	みんなが笑顔で挨拶をしてくれたり仲良くできる時
			たくさんの人とのかかわりを実感できるとき	クラスや部活で素の自分を出せているとき
8	偶然，奇跡		チケットが当たったこと	時計の数字がそろったとき
			街で野球選手に会ったとき	何気なく描いた絵が意外とうまく描けたとき
9	日常からの脱出	家族とともに	家族で旅行にいったこと	家族と旅行してるとき
			家族と海外旅行	
		家族以外の身近な他者とともに	友達と卒業旅行にいったこと	
			好きな人に会いに旅行に行くこと	
		対象指定なし	短期留学したこと	旅行に行けること
			ディズニー旅行	滅多に行けないところに買い物に行ったりするとき
10	日々の生活そのもの		生きているということ	五体満足であること
			毎日が平和に過ごせること	何かかわったこともなく，ふつうに生活できているとき
11	無回答			
12	その他		一歩大人に近づいたことを実感したとき	笑ってるとき
			幸せだと思うこと	引っ越し

れたため「誰かの喜び」と命名した。なお、このカテゴリーの内容は、自分以外の幸せの対象が、家族、家族以外の身近な他者、芸能人といったまとまりを持っていると考えられるため、これらを３つの下位カテゴリーとして設定した。

カテゴリー６は、「試験に合格したとき」「テストでいい点取ったとき」など成果を得ることや目標を達成することによってまとめられたため「成果を得る」と命名した。このカテゴリーは、その内容によってさらに３つの下位カテゴリーに分類された。１つめは、「朝、時間通りに起きれたとき」など個人的な目標の達成や成果についてであり「個人的な成果」と命名した。２つめは、「お母さんがほめてくれるとき」など他者から評価されることによって成果を感じる内容でまとめられたため「他者からの評価」と命名した。３つめは「みんなで力を合わせて賞を取ったとき」というように、みんなで協力して成果を得る一体感が強調された内容であり、「集団での成果」と命名した。

カテゴリー７は、「友達がたくさんできたこと」「家族と一緒にいるとき」などといった他者との絆や関わり、居場所感を重視したものによってまとめられたため、「居場所感」と命名した。この居場所感は、その対象によってさらに下位カテゴリーに分類され、家族、家族以外の身近な他者（「友達」「好きな人」など）、抽象的な他者（「クラス」「部活」「たくさんの人」など）の３つに分けられた。

カテゴリー８は、「チケットが当たる」など懸賞にあたることや、「街で野球選手に会った」などといった偶然や奇跡的な出来事といった滅多に起きない嬉しい内容によってまとめられたため「偶然、奇跡」と命名した。

カテゴリー９は、「旅行」や「短期留学」などいつもとは違った生活や体験をすることによってまとめられたため「日常からの脱出」と命名した。このカテゴリーの記述内容は、単に脱出自体に幸せを感じるだけでなく誰かと行くことにも言及しているものも含んでいたため、それぞれ「家族とともに」「家族以外の身近な他者とともに」「対象指定なし」の３つの下位カテゴリーが設定された。

カテゴリー10は、「生きているということ」「普通に生活できていること」などといった日常生活そのものに対する再認識によってまとめられたため「日常生活そのもの」と命名した。

最後に、無回答をカテゴリー11、カテゴリー１から10に当てはまらない回答を「その他」としてカテゴリー12に分類した。また、一つの回答が明らかに二つ以上のカテゴリー内容を含んでいると判断された場合、一つの回答欄に二つ以上の記述が併記されている場合、回答欄そのものに修正を加えて回答されている場合（順位をすべて第１位へと書き換えている、など）については分析の対象外とした。

２．大きな幸せ、日常的な幸せの概略

それぞれの設問別に、各カテゴリーに分類された回答数を整理した（参考資料参照）。なお、以後設問１への回答を「大きな幸せ」、設問２への回答を「日常的な幸せ」と記す。

大きな幸せおよび日常的な幸せについて、順位に関係なくすべての回答を用いてカテゴリー別に集計したものがFigure 1である。大きな幸せは、「居場所感（約27％）」「成果を得る（約20％）」「無回答（約14％）」「好きなことをする（約12％）」の４つのカテゴリーへの回答が相対的に多く、これらの４つで70％を超える。他方で日常的な幸せでは、「居場所感（約29％）」「好きなことをする（約25％）」の２つが、大きな幸せと同様、相対的に回答数の多いカテゴリーであった。しかし「生理的満足（約20％）」も高い割合を占めており、これらの３つで70％を超えている。

逆に回答数の少ないカテゴリーを取りあげると、大きな幸せでは、「生理的満足」「目標がある」「誰かの喜び」「偶然、奇跡」「日々の生活そのもの」への回答は、いずれも５％を下回っていた。日常的な幸せにおいては、「目標がある」「誰かの喜び」「偶然、奇跡」「日常からの脱出」が５％を下回っている。両カテゴリーに共通する、「目標がある」「誰かの喜び」「偶然、奇跡」などは、幸せとして認識されにくいものといえるだろう。

以上のように、カテゴリーとしては12に分類できたが、中には極めて回答数の少ないカテゴリーも含まれる。また大きな幸せ、日常的な幸せのいずれにおいても、いくつかの相対的に多くを占めるカテゴリーが存在している。これらのことから、いずれの幸せにおいても、代表的な内容があることを指摘できる。

次に、大きな幸せと日常的な幸せを比較すると、大きな幸せは「成果を得る」や「無回答」の占める割合が日常的な幸せに比較して高く、日常的な幸せでは「生理的満足」や「好きなことをする」が高い割合を占めることが特徴的である。また、「居場所感」や「好きなことをする」といったことは、大きな幸せとしても、日常的な幸せとしてもとらえられるといえる。

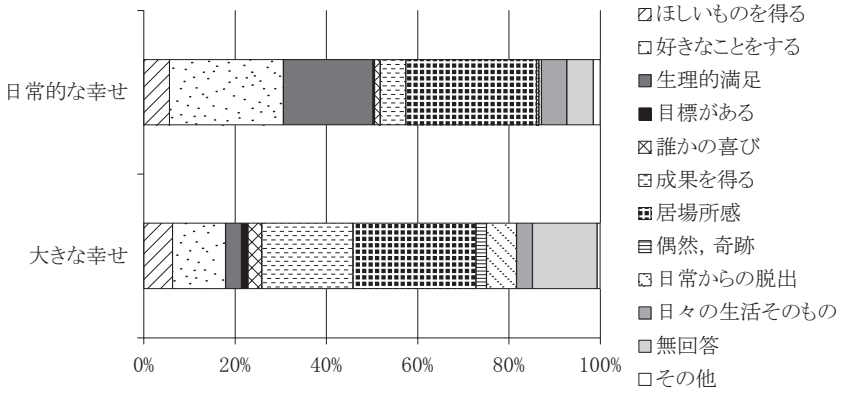

Figure 1　日常的な幸せ、大きな幸せのカテゴリー内訳

次に、大きな幸せおよび日常的な幸せについて、それぞれの順位ごとに回答を集計したものがFigure 2およびFigure 3である。大きな幸せ、日常的な幸せの両者において、ともに１位から３位にかけて徐々に「居場所感」の占める割合が小さくなる。また、両者ともに１位では、「居場所感」の割合が最も大きい。特に日常的な幸せにおいては、１位の約42％が「居場所感」に分類される内容で占められている。これらの結果から、大きな幸せとしても日常的な幸せとしても、人との関係性やつながりに関するものが最重要視されているといえよう。

このように「居場所感」の比率は順位によって比較的大きく変化する。他のカテゴリーで順位によって比率が一貫した変化を示すものに着目すると、日常的な幸せにおいて、順位が下がるごとに「好きなことをする」の割合が増加する傾向があること（１位では約21％、３位では約27％）を指摘できる。しかし「居場所感」ほど大きくは変化していないし、その他のカテゴリーについてはあまり変化がみられない。これらのことを考え合わせると、「居場所感」は幸せとして非常に重要視されやすいが、「居場所感」および日常的な幸せにおける「好

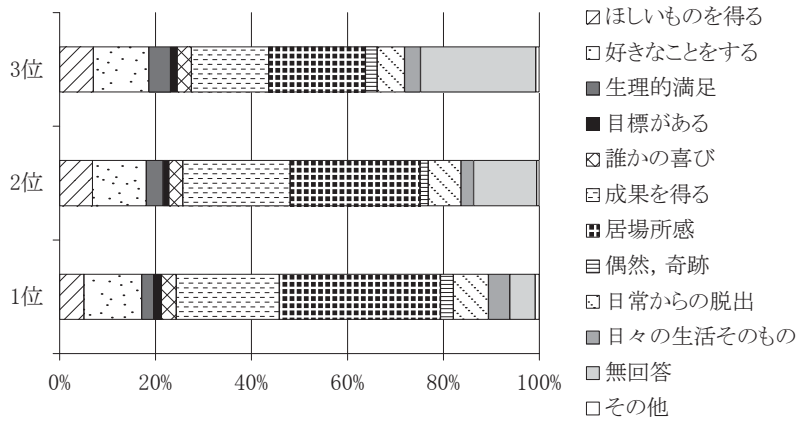

Figure 2　大きな幸せの順位別カテゴリー内訳

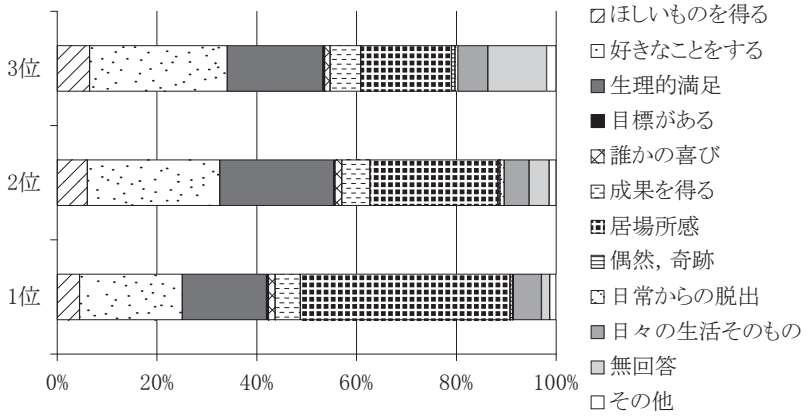

Figure 3　日常的な幸せの順位別カテゴリー内訳

きなことをする」以外のカテゴリーについては、重視度に個人差が大きく反映されていると考えられよう。

また「無回答」の占める割合は、大きな幸せ、日常的な幸せの両方において順位が下がるごとに増加している。特に大きな幸せにおいては、その傾向が顕著である。これは、２つめ、３つめになるにしたがって幸せを記述することが難しくなっていく可能性、すなわち幸せを感じることがそれほど多くあるわけではないことを示唆していると考えられる。そして､特に大きな幸せにおいて、この傾向が顕著であるということは、大きな幸せを感じることがそれほど多くないことを示唆しているといえよう。

３.「幸せ」カテゴリーの学年による特徴

次に、学年による特徴を検討した。まずそれぞれの幸せについて、順位に関係なくすべての回答を用いて､学年別に集計した（Figure 4､Figure 5）。なお、それぞれのカテゴリーの学年における推移をより明確に図示するためにここでは無回答とその他のカテゴリーを除いた割合を示す。

その結果、大きな幸せにおいては、中１を除くと学年が上がるにつれて「成果を得る」カテゴリーの割合が増加していくことが示された（中２：約10％、中３：約13％、高１：約17％、高２：約25％、高３：約31％）。中１において

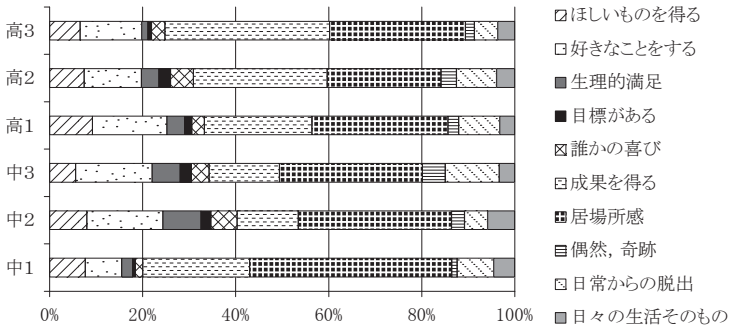

Figure 4　大きな幸せ総合得点の学年別推移

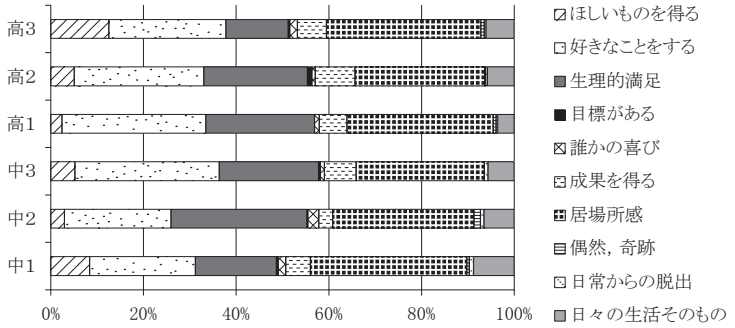

Figure 5　日常的な幸せ総合得点の学年別推移

は、このような傾向と異なり、「成果を得る」カテゴリーが占める割合が高い。これは、その具体的な記述内容から、今回の調査対象が入試のある私立学校であり、その受験の要因が大きく影響していることが推測できた。同様に高３についても進路や受験に関する記述が多く、「成果を得る」カテゴリーが高くなる傾向にあると考えられる。このような学年に特有の要因はあるが、中２から高２にかけても「成果を得る」カテゴリーの占める割合が増加していることから、学年が上がるごとに何かを達成したり成果を得たりすることが、大きな幸せの対象として重要視されていくと考えられる。

また、大きな幸せにおいて中１は他学年に比べて「居場所感」の占める割合が高いことが示された。このことは、見知らぬ仲間が初めて集まるという中１では、まずは自分の居場所をみつけていくことが必須の課題であるという背景を考えると理解しやすいであろう。新たに関係を構築しなければならない状況においては、「居場所感」が特に大きな幸せとして重要視される傾向にあることが示された。

なお、このような解釈が妥当であるとすれば、高１でも中１と類似した傾向が認められるはずである。しかしながら、本研究のデータではそのような傾向は認めにくい。これは、対象となった学校が、高校から新規に外部より受け入れる人数が40名ほどと少ないことが影響していると考えられる。

他方、日常的な幸せについては、中１と高３においてカテゴリーの内訳が類似している点を除いては学年や学年における推移においての特徴的な傾向は認めにくい。中１と高３は比較的類似性が高いようであるが、ここには両者ともに受験という要因が与える影響が想定されるだろう。

大きな幸せおよび日常的な幸せについて、学年別に、それぞれの順位ごとに回答を集計したものがFigure 6、7である。なお、それぞれのカテゴリーの学年別推移をより明確に図示するために、ここでも無回答とその他のカテゴリーは除いて割合を算出している。

大きな幸せの１位において、Figure 4に認められる以上に、中１の「居場所感」への回答割合の高さが他の学年に比べて顕著である。中１は、大きな幸せ１位から３位において一貫して「居場所感」の占める割合が他学年に比べて高い。このことから、中１における「居場所感」は、他学年に比べて大きな幸せとして捉えられる傾向が強いことが顕著に示されたと考えてよいだろう。

また、高３では「成果を得る」ことが大きな幸せの１位を占める割合が高いものの、順位が下がるごとに割合も下がっていくことが示された。このような傾向は、他の学年ではあまり認められない。このことは、高３において「成果を得る」はもっとも大きな幸せとして選択されやすいが、順位が下がるごとに多様に幸せの内容が変化していくと言えるだろう。

日常的な幸せの１位では、すべての学年において「居場所感」が占める割合が高いことが示された。さらに、順位が下がるごとに徐々に「居場所感」が占

める割合が減り、逆に「好きなことをする」の割合が増加していく傾向も認められる。日常的な幸せとして、学年を問わず「居場所感」が重視される特徴が示される一方で、順位が下がるごとに人との関係性といった誰かとのやりとりではなく、好きなことをするといった個人の中で完結することが可能な内容を日常的な幸せとして感じる傾向が高くなるといえるだろう。

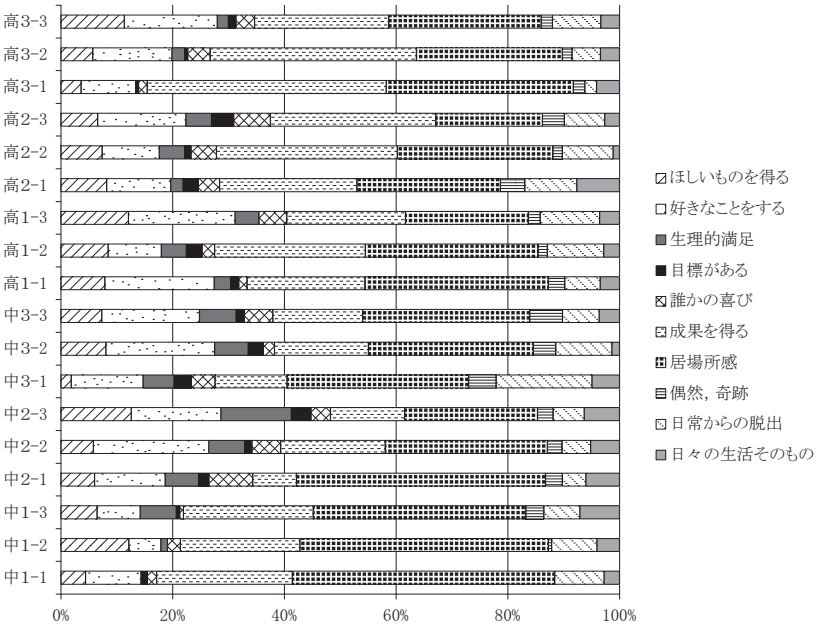

Figure 6　学年別・順位別カテゴリー内訳（大きな幸せ）

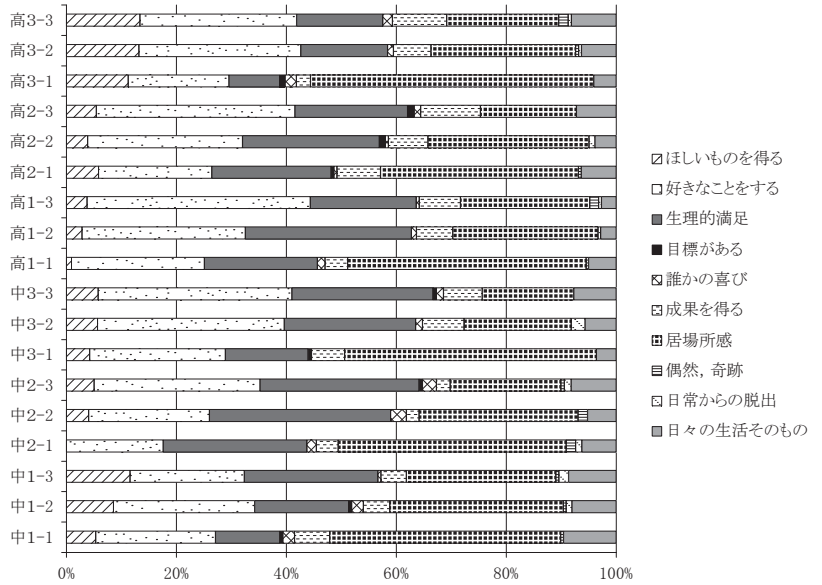

Figure 7　学年別・順位別カテゴリー内訳（日常的な幸せ）

４.「居場所感」について

これまで分析において、大きな幸せとしても、日常的な幸せとしても「居場所感」というものが注目されている傾向が明らかになった。そこで、大きな幸せとしてとらえられる「居場所感」と、日常的な幸せとしてとらえられる「居場所感」との異同について、下位カテゴリーの割合をもとに検討した（Figure 8）。

まず大きな幸せについては、家族、家族以外の身近な人、抽象的の３つのカテゴリーの割合は、それぞれ約18％、約68％、約14％であった。日常的な幸せにおいては、それぞれ約29％、約61％、約10％であった。すなわち、大きな幸せ、日常的な幸せともに、家族以外の身近な他者（多くは友人）との関係や絆について、幸せと捉える傾向がある。しかし大きな幸せとして「居場所感」をあげる場合は、家族以外の他者の中における居場所感であることが多く、また「クラス」「部活」「たくさんの人」などの抽象的な他者をあげることも日常的な幸せに比べて若干多くなるといえる。

特に「居場所感」への回答が目立った中１のみを対象に同様な分析を行ってみると、大きな幸せについては、家族、家族以外の身近な人、抽象的の３つのカテゴリーの割合は、それぞれ約17％、約65％、約19％であった（Figure 9）。日常的な幸せにおいては、それぞれ約33％、約54％、約13％であった（Figure 9）。これは、全体の傾向とほぼ同じであり、特に中１に顕著な特徴というものは認められない。すなわち、中１において下位カテゴリーのいずれかが特に重要視されているというような傾向はなく、その上位カテゴリーである「居場所感」というもの自体が重視されていると考えられる。

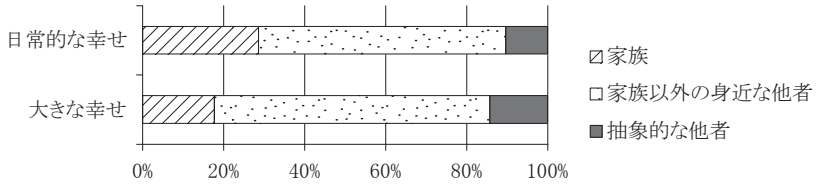

Figure 8　対象全体における居場所感の下位カテゴリー内訳

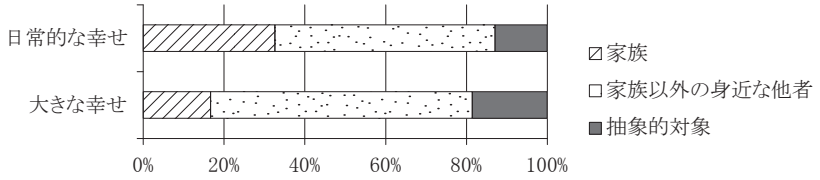

Figure 9　中１における居場所感の下位カテゴリー内訳

考察

本研究は、「幸せ」ということばや概念が社会において非常に重要視されているにもかかわらず、それについての心理学的知見は極めて少ないことをふまえ、「幸せ」というもの自体へのアプローチを試みた。そしてその手始めとして、女子中学生および高校生を対象として、どのようなものを「幸せ」とよぶのか／感じるのかという点を検討することを目的とした。

1100名を越える対象からの、自由記述による回答を分析した結果、回答は12のカテゴリーに分類できた。ところが回答頻度は、カテゴリーごとに大きく異なっており、「目標がある」「誰かの喜び」「偶然、奇跡」などは、幸せの一側面ではあるものの、めったに認識されないものであることが示された。逆に回答頻度が高いものとしては、大きな幸せでは、「居場所感」「成果を得る」「好きなことをする」の３つのカテゴリーを、日常的な幸せでは、「居場所感」「好きなことをする」「生理的満足」といったカテゴリーを指摘できた。また、大きな幸せでは、日常的な幸せよりも無回答率が高く、このことにより、大きな幸せは日常的な幸せに比べて数多く経験されるものではないことも示された。

最初に述べたように、語彙研究において、幸せはその意味が変化してきた歴史を持つことが示されていたが、今回の回答内容から推測すると、「幸せ」ということばは、めぐりあわせやそのような事態という意味よりも、多くの場合は比較的新しい意味である心持ちを表現するものと捉えられていると考えられる。本研究ではこのような心的な状態を喚起することがらをリストアップし、カテゴリー化できたのであるが、幸せとしてリストアップされたものは比較的日常においてよくあることであり、希有なものは少ないという点は興味深い。大きな幸せは数多く経験されるものではないという示唆も考慮に加えると、幸せは、身近な、日常的な状況に喚起されて生じていると考えられる。

さて、回答頻度の多かったカテゴリーを再掲すると、「生理的満足」「好きなことをする」「居場所感」「成果を得る」の４つであった。この４つで、分析対象となった全回答のうち約70％（無回答をのぞいた場合は約78％）を占めるほどの量である。そのため、これらが女子中・高校生に幸せを生じさせる主たる要因と考えてよかろう。

これらの４つを、大きな幸せ、日常的な幸せのそれぞれにおける回答頻度の多少により配置したものがTable 2である。今回のデータからは、これらの４

Table 2　回答頻度から検討したカテゴリーの構造

大きな幸せ	カテゴリー	日常的な幸せ
20	成果を得る	(6)
27	居場所感	29
12	好きなことをする	25
(4)	生理的満足	20

表内数値は回答の割合

つのカテゴリーはある種の階層構造をなしており、大きな幸せと日常的な幸せは、重なる部分（主に「好きなことをする」と「居場所感」）も持ちながらも異なった階層から生じていると考えることができる。

この階層がどのようなものによって生じるのかという点については、今回のデータから推測することは難しいが、たとえば幸せな気分を生じさせる力の強さや、生じる頻度などが考えられよう。さらに、視点を変えれば、Maslow（1954他）の欲求の階層と対応しているところを見つけることができる。

Maslowは、人間の欲求を階層的にとらえ、下位から、「生理的欲求」「安全の欲求」「所属や愛情への欲求」「承認や自尊の欲求」が存在するとした。これらは、人間の生存に不可欠な基本的欲求であり、Maslowは欠乏欲求ともよんでいる。そしてその上位に自己実現の欲求が位置すると指摘される。

このようなMaslowの階層と、Table 2に示した階層はかなり類似性が高いといえるのではないだろうか。「生理的満足」はMaslowの指摘する「生理的欲求」とほぼ対応するといってよいであろう。「好きなことをする」のカテゴリーには、音楽を聴くことや、本やマンガを読むこと、部屋に一人でいることなどが含まれており、自分が安定した状態になるという意をくむこともできる。Maslow（1970）は、「安全の欲求」の範疇を、「安全、安定、依存、保護、恐怖・不安混乱からの自由、構造・秩序・法・制限を求める欲求、保護の強固さなど」と述べているが、このような内容と類似性が高く、「好きなことをする」のカテゴリーは安全の欲求と対応すると考えられる。「居場所感」は、まさに所属や愛情のある関係といった内容と関連が深く、「所属や愛情への欲求」と対応するといえるが、さらに安全や安定という意味合い、承認といった意味合いも含むような位置にあるといえよう。「成果を得る」は、「承認や自尊の欲求」と対応するといえるが、試験での合格は所属を求めることとも関連するといえよう。なお、「成果を得る」の一部には、自己実現とも関連するような内容も含まれると推測できるが、今回は簡単な記述で回答を求めたため判断材料に乏しく、今後詳細な検討が求められる。

このようにMaslowの欲求階層との類似性が認められることから推測すると、女子中高生の感じる多くの「幸せ」は、基本的欲求との対応から説明することができるといえるだろう。より下位欲求が満たされることは日常的に感じられる幸せと対応し、高次の欲求はめったに満たされず、満たされた時には大きな幸せを感じることにつながると考えることができる。なお、めったに満たされない欲求が存在するということは、そこに「よいめぐりあわせ」というものが関わっていると考えられる。この要素を考慮に入れると、具体的な記述内容として「よいめぐりあわせ」というものはあまり見られなかったが、現在でも幸せという言葉の意味は「よいめぐりあわせ」から全く乖離したものではないとも考えられよう。

最後に、以上のような考察を踏まえながら、「幸せ」に対する意識について

発達的観点から検討を行う。中１において「居場所感」の回答が多かったことは、結果でもふれたように、新しい学校において人間関係形成の土台を模索しているところから生じていると考えられる。学校の移行によって生理的欲求が満たされる程度が変化するとは考えにくいが、「居場所感」のように、所属や愛情、安全や安定、承認といったものも得られる関係は、学校移行の影響を直接的に受けるといえる。すなわち、環境の変化により、一時的にこれらの欲求が満たされなくなることが、中１における「居場所感」の回答の多さにつながっていると考えられる。

また高３では「成果を得る」という回答が多かった。具体的な記述内容からは、これは受験という大きなイベントがあることと強く関連していると考えられる。一方で、中１を除くと学年を追うごとに「成果を得る」カテゴリーの占める割合が徐々に増えていくという傾向も認められた。上田（1988）は成長欲求や自己実現欲求は、人格が成人の域に達した時にその人格を支配するようになると述べているが、「成果を得る」というカテゴリーにみられる発達的変化は、その萌芽とも推測できよう。また、このような傾向は、成果が求められるという現在の社会における風潮とも関連しているとも考えられる。発達につれて、このような成果志向を自らに取り入れ、成果を得ることが幸せであるという捉え方になっていく可能性も十分に推測できる。これらのことから、高３で「成果を得る」という回答が多かったことは、受験などのイベントだけでなく、その発達的変化など様々な要因が関係しているとも考えられよう。

本研究は、「幸せ」について女子中・高校生を対象として検討を進めてきた。その結果、いくつかの示唆を得ることができたが、それはまだ作業仮説のレベルにすぎない。我々の生活において非常に重要視されている「幸せ」という概念に対する心理学的な知見を豊かにしていくためにも、今後は男子についての調査や、対象の年齢を拡大した調査が不可欠である。

引用文献

深谷昌志（監修）　2004　高校生は変わったのか（２）―1980年・1992年調査と比較して―　モノグラフ・高校生, VOL.70, ベネッセ未来教育センター

伊藤裕子・相良順子・池田政子・川浦康至　2003　主観的幸福感尺度の作成と信頼性・妥当性の検討, 心理学研究　**74**, 276-281

河合隼雄・中沢新一　2003　仏教が好き！　朝日新聞社

前田大作・浅野　仁・谷口和江　1979　老人の主観的幸福感の研究―モラール・スケールによる測定の試み―　社会老年学, **11**, 15-31.

Maslow, A. H.　1954　*Motivation and personality.*　New York: Harper & Brothers.

Maslow, A. H.　1970　*Motivation and personality*（2nd ed.）.　Harper & Row.（小口忠彦訳　1987　改訂新版　人間性の心理学　産能大学出版部）

中村邦夫　1983　こうふく（幸福）　佐藤喜代治編　講座日本語の語彙　第10巻　明治書院　pp. 48-51.

Nettle, D.　2005　*Happiness : the science behind your smile.*　N.Y. : Oxford University Press.（山岡万里子訳　2007　目からウロコの幸福学　オープンナレッジ）

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

小野正弘　1983　しあわせ（仕合せ）　佐藤喜代治編　講座日本語の語彙　第10巻　明治書院　pp155-160.

島井哲志・大竹恵子・宇津木成介・池見　陽・Lyubomirsky Sonja　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　日本公衆衛生雑誌, 51, 845-853.

上田吉一　1988　自己実現の教育　黎明書房

参考資料　各カテゴリーの回答数

	学年	幸せのカテゴリ												合計
		ほしいものを得る	好きなことをする	生理的満足	目標を得る	誰かの喜び	成果を得る	居場所感	偶然，奇跡	日常からの脱出	日々の生活そのもの	無回答	その他	
大きな幸せ1位	中1	8	18	0	2	3	44	85	0	16	5	6	1	188
	中2	10	21	10	3	13	13	74	5	7	10	13	5	184
	中3	3	21	9	5	7	21	53	8	28	8	7	0	170
	高1	16	40	6	3	3	43	67	6	13	7	23	2	229
	高2	15	21	4	5	7	45	47	8	17	14	8	0	191
	高3	7	19	0	1	3	83	65	4	4	8	4	2	200
	合計	59	140	29	19	36	249	391	31	85	52	61	10	1162
大きな幸せ2位	中1	21	10	2	0	4	37	77	1	14	7	17	0	190
	中2	9	32	10	2	8	29	45	4	8	8	30	1	186
	中3	12	29	9	4	3	25	44	6	15	2	20	1	170
	高1	15	17	8	5	4	48	55	3	18	5	51	1	230
	高2	13	18	8	2	8	57	49	3	16	2	16	0	192
	高3	10	25	4	1	7	65	46	3	9	6	20	3	199
	合計	80	131	41	14	34	261	316	20	80	30	154	6	1167
大きな幸せ3位	中1	10	12	10	1	1	36	59	5	10	11	37	1	193
	中2	18	23	18	5	5	19	34	4	8	9	41	1	185
	中3	10	24	9	2	7	22	41	8	9	5	31	2	170
	高1	17	27	6	0	7	30	31	3	15	5	85	2	228
	高2	10	24	7	6	10	45	29	6	11	4	41	1	194
	高3	17	25	3	2	5	36	41	3	13	5	46	1	197
	合計	82	135	53	16	35	188	235	29	66	39	281	8	1167
日常的な幸せ1位	中1	10	41	22	1	4	12	79	1	0	18	1	2	191
	中2	0	31	46	0	3	7	73	3	2	11	5	4	185
	中3	7	41	25	1	0	10	76	0	0	6	4	2	172
	高1	2	53	45	0	3	10	94	1	0	11	8	1	228
	高2	11	39	41	1	1	15	68	1	0	12	1	2	192
	高3	22	36	18	2	4	5	101	0	0	8	0	4	200
	合計	52	241	197	5	15	59	491	6	2	66	19	15	1168
日常的な幸せ2位	中1	16	48	32	1	4	9	59	1	2	15	3	1	191
	中2	7	38	57	0	5	4	50	3	0	9	8	3	184
	中3	9	54	38	0	2	12	31	0	4	9	10	2	171
	高1	6	63	64	0	2	14	56	0	1	6	14	3	229
	高2	7	51	45	2	1	13	53	0	2	7	6	4	191
	高3	25	56	30	0	2	13	50	1	1	12	6	3	199
	合計	70	310	266	3	16	65	299	5	10	58	47	16	1165
日常的な幸せ3位	中1	20	36	42	0	1	8	47	1	3	15	18	3	194
	中2	8	48	46	1	4	4	32	1	2	13	22	4	185
	中3	9	55	40	1	2	11	26	0	0	12	15	0	171
	高1	7	76	36	0	1	14	44	3	1	5	42	0	229
	高2	9	60	34	2	2	18	29	0	0	12	20	8	194
	高3	23	49	27	0	3	17	35	3	1	14	21	7	200
	合計	76	324	225	4	13	72	213	8	7	71	138	22	1173