

## [総説]

## 幸福感研究の児童期への応用に向けた展望

小嶋 佑介\*

## はじめに

「幸せ」は、紀元前4～5世紀のギリシャ哲学最盛期以来、哲学、経済学、心理学などあらゆる研究分野において重要なテーマとされてきた（大石・小宮，2012）。さらに大石・小宮（2012）は「幸せ」の概念の歴史的背景について次のように述べている。「当初、幸せの概念は、運や霊といった外的要因によって規定されると考えられ、アリストテレスは、幸せな人生とは、運に恵まれ、良い霊に取り付かれた人生と述べている。しかし、1880年代のアメリカにおける産業革命によって、貧しい国からの移民が増加し、経済的困窮に苦しむ彼らにとって幸せとは経済的な成功と同義であるという世論が形成されていった。このような時代背景から、幸せは運によって規定されるものではなく、努力によって達成可能であるとされ、幸せの概念が変化していった。産業革命以降、アメリカのウェブスター辞典をはじめ、幸せの定義も変化し、幸運に恵まれた状態から比較的長期間に渡り快い感情を感じている状態とされた」。

このような時代背景を経て、現在、広く国民を対象とした福祉政策においても、「幸福度」を政策評価に取り入れようとする動きが国内外問わず広まっている。その中で、幸福度の評価基準は、所得や就業形態、婚姻状態、子どもの有無、教育など、経済的要因や環境的要因という客観的視点からの調査が多くを占めている。しかし、幸福度の向上を目指した福祉政策においても、それらが実際に個人の主観的幸福感に結びつくことが重要であり、福祉政策においても幸福の主観的判断という視点は切り離すことができないものであると考えられる。

心理学の領域において「幸せ」が「主観的幸福感」として捉えられ、研究が盛んに行われるようになったのは、1980年代であり、現在も幸福感研究は心理学における重要な課題の一つとなっている（橋本・子安，2012）。幸福感は広範かつ曖昧な概念であり、社会の変化とともにその様相は変遷していく特徴をもつ。現代では社会が物質的に豊かになる過程で、人々の価値観は多様化し、個々人の価値観の違いが幸福の定義に大きく反映されると考えられる。例えば、経済的に豊かであることが必ずしも幸福を増大させるとは限らず（島井，2015）、親しい他者との関係性を重視するよりも、自身の余暇に熱中している方が幸せな個人も存在する。つまり幸福は主観的

---

\* 淑徳大学大学院総合福祉研究科社会福祉学専攻博士後期課程

であり、その判断基準は個人内においても固定化されたものではないため、幸福の普遍的な必要十分条件を見つけ出すのは困難な作業である（内田・萩原，2012）。このような難しさがあっても、多くの研究で幸せや人生の満足感尺度が十分な信頼性や妥当性をもっていることが示され、幸福感が心理学の研究対象として受け入れられてきた（大石・小宮，2012）。

また、曖昧な概念である幸福の構造を捉えるためには、何をもって「幸せな状態」や「幸せな存在」、「理想の人間像」、「良い生き方」なのかという哲学的な問題にまで遡って考える必要がある（大石，2009）。幸福の定義に関して、その中核にあるのは、理想の人物像や理想の人生であるが、理想の人生や生き方の定義は個人によって異なる。ただし、理想の人生を歩んでいる個人は、自分の人生に満足しているという点は、多くの人の共通認識であるとされている。したがって、幸福の定義に関する哲学的背景として、個人にとっての理想の人物像や人生にどの程度合致し、満足しているかということが挙げられると考えられる。

さらに、主観的幸福感の構造として、認知的側面と感情的側面の二つの領域があることは多くの研究者の一致した見解であるが（伊藤・池田・相良・川浦，2003）、これは包括的な定義であり、さらに詳細に幸福の構造について検討した Seligman（2012 宇野訳 2014）の PERMA モデルや、Hills & Argyle（2002）による認知的側面、情緒的側面、有能感の3側面から捉えるモデル、一般-個別の水準を設けて幸福を捉える枠組み（溝上，2012）などが示されている。

このように幸福の構造や概念的理解のための研究の蓄積がみられるものの、幸福感は年代によって異なることが明らかとなっている。例えば、幸福感と年齢との関連を検討した内閣府（2008）の調査では、15歳から80歳にかけては下降の一途を辿るとの結果が示されている。しかし、日本ではデータによって幸福感は年齢に対して単調に減少もしくは増加したり、中年期で落ち込むU字型をしたりと様々な形状を描くことも示されている（黒川・大竹，2013）。このように、年代による幸福感の差異は、必ずしも一貫していない。また、年代による幸福感の差異は、ライフサイクルやライフスタイルに関連して説明されることが多い。すなわち、生活をしていく上で家族環境、経済状態、健康状態、職場環境などが変化していくが、そうした環境や状態に適応していくことで幸福に近づくことが出来るといったものである。このように、幸福感の年代差について、単純に幸福感の度合いを比較したものもあれば、発達的变化の過程を示唆しているものもみられる。しかし、上述したような幸福に関する理論や定義は、青年期以降の幸福を前提としたものであり、幸福感に関連するこれまでの研究も青年期以降を対象としたものがほとんどである。そこで、幸福感に対して発達の変化や発達段階における特徴が与える影響を視野に入れたとき、青年期より前の発達段階における幸福を検討することが、発達的变化の視点を幸福感研究に組み込んでいくうえで重要になると考えられる。なお、OECD（2015）によれば、幸福感を測定することができる年齢は11歳以降とされており、これは生活評価と感情状態の評価が可能となる思考能力が小学5、6年生ころに発達することを示している。

そこで本稿では、「幸福」という抽象的な概念を十分に認識することができる年齢の最低水準

を小学校高学年の児童としたうえで、幸福感研究を児童期へ応用していくための展望を各発達段階における発達課題の視点から再考し、模索することを目的とする。

## I 各発達段階における幸福感研究の動向と発達課題

幸福感研究の児童期への応用を考えるために、まずは各年代の幸福感研究をみていく。

### 1. 児童期

児童期の幸福感に関して阿部・竹沢（2013）は、OECD加盟国31カ国を対象とする国際調査として子どもの幸福度を報告している。そこでは、物質的豊かさ（金銭的剥奪・物質的剥奪）、健康と安全（出生時の健康・予防医療・子どもの健康）、教育（就学・学習到達度）日常生活上のリスク（健康行動・リスク行動・暴力）、住居と環境（住居・環境面の安全）の5分野12領域20指標が設定されている。これらの指標から算出される日本の子どもの幸福度は、教育と日常生活上のリスクが第1位であり、総合得点でも先進国中の上位にあることが報告されている。また、子どもの主観的幸福感に関して、深谷（2015）は、小学6年生1,439名を対象に調査を実施している。そこでは、現在の幸福感について、「とても幸せ」と「かなり幸せ」の合計が57.5%となっており、対象者の約半数が高い幸福感を抱いているといえる。このように、わが国においても児童の幸福感についての調査は行われているものの、その数は少なく（露口，2017）、児童期の主観的幸福感を変数として扱う実証的研究はさらに少ない現状がある。また、子どもの主観的幸福感に関する海外の実証研究を概観した露口（2017）によれば、児童の主観的幸福感は、友達・家族・近所住民等との対人関係によって多くの部分が説明できるとしている。

小学高学年生の時期は、幼児期と思春期の狭間にあり、身体的発達と精神的発達のバランスの悪さに戸惑いながら、子ども集団の中での多様な人間関係を経験し、喜びや苦悩、葛藤への対処を学ぶ時期であり、家族、学校、友人たちとの関係が非常に重要であるとされている（津田，2005）。また、この時期はエリクソンの発達段階では児童期にあたり、もう少し細かく分類するならば学童中期と呼ばれる（福富・伊藤，1980）。この時期に子どもは、社会で価値が置かれている技能の習得に多くの時間を費やし、その文化の基礎的な技能を学んでいくとされる。したがって、非常に好奇心をもち、学びたい、知りたいという願望をもっており、生産性を発展させることが目標となる（田中，2008）。このように、学童中期は家族よりもより大きな社会的単位に対してコミットしていく時期であるが、保護者の管理・影響力は大きく、保護者に対して依存的に過ごす時期から、精神的な自立に向かっていく時期として位置づけられる（尾木ら，2012）。このように、親との親密な関係から仲間関係の領域へと生活の場を広げていく時期であることを踏まえれば、前述した露口（2017）の指摘は、児童期の発達課題が幸福感と密接に結びついていることを示唆しているものと考えられる。

## 2. 青年期

吉村（2017）によれば、青年期における主観的幸福感の研究では、対人関係を重要な要因としている研究が多くみられると指摘している。続けて、青年期において幸福感を得るためには、自分のことを気かけ理解し、受容してくれる友人の存在が重要であり、そのような友人関係を築くことが重要な発達課題であることを示している。

たとえば、曾我部・木村（2009）は青年期における大学生の主観的幸福感に影響を与える要因として、社会心理的自己効力意識を取り上げ検討している。社会心理的自己効力意識とは、「個を中心に、自身を取り巻くさまざまな次元の社会状況との関わりにおいて、自己効力をいかに発揮出来ているかという主観的認知」であり、社会心理的自己効力意識は青年期の主観的幸福感を有意に規定していることが示されている。また、徳永・松下（2010）は、大学生のソーシャル・スキルが主観的幸福感にどのような影響を与えているかについて検討している。分析の結果、相手がどの程度自分の要求や感情に反応を返してくれたかという応答度が主観的幸福感に正の影響を与えることが示された。また、浅井（2014）は、青年期の過剰適応と幸福感の関連について、アイデンティティの発達における他者との関係という視点から、過剰適応の内的・外的側面が与える影響が男女で異なることを指摘している。

このような対人関係に関する要因と幸福感の関連についての検討は、他者との関係の中に自己を位置づけ、内面的交流において他者に影響を与え、また与えられている高度な相互交流という点において、青年期の発達課題としての友人関係や異性関係の成熟という視点から幸福感を捉えることが可能である。さらに、森田（2002）は、大学生を対象とした幸福感の質的検討において、個人の幸福の度合いのみを問うのではなく、「幸福の捉え方」まで明らかにすることが重要であると指摘している。

## 3. 成人期以降

冒頭でも述べたように、年齢と幸福感に関する調査や研究では、中年期に幸福感が最も落ち込むU字型を示すという一定の結果が示されている。中年期は、生物学的にも社会的・心理的にも変化の多い時期であり、体力の衰えや職業的能力の限界などを含め、人生を改めて問直す時期であるとされている（岡本，1985）。このように多様な変化が求められる発達の特徴が幸福感の低さに繋がっているという指摘もあり（Rauch, J., 2018 多賀谷訳 2019），中年期においても発達の危機をどのように乗り越えていくかが幸福において重要だと考えられる。また、黒川・大竹（2013）は、中年期以降の幸福感について、未婚者の場合は右肩下がりであったのに対して、既婚者の場合はU字型を示すことを明らかにした上で、中年期以降の幸福感に結婚が大きな影響を与えていると推測している。しかし、桂・野尻・中野（1996）は、老年期では発達の危機（就職、結婚、退職など）よりも予測が困難な状況の危機（病気、死、離婚など）が幸福感を規定すると指摘しており、発達段階に応じて幸福の価値観が変化する可能性が窺える。したがって、幸福の

意味が加齢とともに変化する可能性が浮かび上がってくると考えられる（西牧，2018）。また、中年期を過ぎ、老年期へと移行していく過程では、これまでの人生をいかに受容し、統合していくかが重要である（塚原，2013）。さらに、老年期の幸福感において重要とされている概念にサクセスフル・エイジングがあり、社会学における「活動理論」や「離脱理論」、心理学における「補償を伴う選択的最適化」などの理論に基づき生活の基盤を築いていくことが重要であるとされている（健康長寿ネット，2016）。このように、成人期以降の幸福感研究では、従来の理論的枠組からの検討やライフイベントとの関連を検討したものが多くみられるが、発達段階に応じて変化する可能性が指摘されている「幸福の捉え方」を検討した研究は、児童期や青年期を対象とした研究と同様にあまり見受けられない。

## II 幸福感における発達課題の位置づけ

幸福感に対して発達課題がどのように位置づけられるのか、ということについて、ハヴィガーストは、「発達課題は、人生の一定の時期あるいはその前後に生じる課題であり、それをうまく達成することが幸福とそれ以後の課題の達成を可能にし、他方、失敗は社会からの非難と不幸をまねき、それ以後の課題の達成を困難にする」（Havighurst, 1972 児玉・飯塚訳 2004）と述べている。また、個人の幸福感は、幼児期では両親の愛情によって左右されることが多く、児童期や青年期では友人など親しい他者との関係、中年期では職場での能力評価や家庭の人間関係、老年期では周囲からの信頼や健康状態、社会活動などが重要なテーマとなるなどの指摘がある（佐藤・長澤，2013）。さらに Ryff（1989）は、従来の生涯発達理論における成人の人格発達や自己成長に関連した先行理論について詳細に検討し、それらの重複、収束した部分に着目して、心理的 well-being の統合モデルを提案している。Ryff（1989）は心理学的幸福を定義するための理論のさらなる領域は、ライフサイクルのさまざまな段階で直面するさまざまな課題を強調する生涯発達の観点から導かれると指摘したうえで、6次元からなる幸福感の概念を提唱している。そこでは、「自己受容（self-acceptance）」、「積極的な他者との関係（positive relationship with others）」、「自立性（autonomy）」、「環境調整（environmental mastery）」、「人生の目的（purpose in life）」、「個の成長（personal growth）」の6次元から心理的幸福感（psychological well-being：PWB）という概念を提唱している（西田，2000）。

すでに述べてきたように、各発達段階にみられる先行研究には、幸福感と発達課題の結びつきが想定される研究が多くみられるものの、積極的に発達課題と幸福感の関連を検討する試みは少ない。したがって、発達課題を適応的に乗り越えていくことで人々の幸福が達成されていくという考え方は、従来から指摘されてきた発達課題の概念的枠組みに依拠したものと考えられる。しかし一方で、現代の多様化した幸福の価値観や時代とともに変化していく幸福の価値観と、発達課題を乗り越えていくことで幸福へ接近していく在り方の結びつきを視野に入れた検討が必要に

なるのではないかと考えられる。

### Ⅲ 今後求められる児童期の発達課題と幸福感の関連

これまで、幸福感に関する先行研究と発達課題の結びつきについて述べてきた。それらを踏まえて、今後求められる幸福感研究について、児童期の幸福感研究の重要性に焦点を当てて述べていきたい。

まず、尾木ら（2012）は、日本の青年期について、ニートやひきこもり、不登校の増加、正規就労が困難で精神的にも自立が困難となっている実情があり、このような問題に対して、青年期だけでなくそこにつながっていく思春期や学童期を過ごす子どもたちの問題としても捉えていく必要があると指摘している。この指摘は、個人の不適応や精神的健康を発達過程の中で理解する重要性を示唆していると考えられる。また、青年期以降では、自己の行為の独立性が高まることで、自分が望むことを自由意志にて決定できるようになり、自らの体系価値に則った判断が可能となる（福富・伊藤，1980）。一方で、児童期の価値判断は他律的であり、親など周囲の大人の影響を強く受けるのと同時に、心理的依存の対象が親子関係から友人関係へと移行する過渡期であるため、親と友人の双方が依存対象となるとされている（國枝・古橋，2006）。したがって児童期では、親や友人など周囲の他者の影響を強く受け、自らの行為の枠組みが周囲の他者によって規定される傾向が強いと考えられる。

このような児童期の発達的特徴を踏まえ、独立的な価値体系や価値判断の基準をもたない児童期にある者に対して、その後の発達や人格的成長に向けて安定した幸福感を維持し、幸福の価値観を育てていくためには、他者からの働きかけが重要であると考えられる。ピアジェの発達理論によれば、形式的操作期は11～12歳ころから形成され始め、徐々に具体的あるいは直接的経験を越えた事象に対して関心を抱き、推論することが可能になるとされている（中垣，2011）。前述したように、幸福感の測定が可能となる年齢は11～12歳ころであるとされているものの、思考や感情が経験したことの内容に依存する特徴をもつ具体的操作期の傾向（中垣，2011）を残している高学年の児童にとって、自らの幸福についての価値観を認識することは容易ではないと思われる。したがって、まずは個々人で得られた幸福感を大切な感覚として受容し、もち続けられるようにしていくことが重要だと考えられる。幸福の感覚を抱くことができるという自己認識が土台となり、親や教師などの身近な大人や友人とのかかわりを通し、知識の獲得や生活経験を積む中で、幸せの感情や評価の体系を発達とともに徐々に形成・同定し、幸福の価値観として自らの中に位置づけていくことが重要だと考えられる。個人の発達が一つの時間軸上の過程であることを踏まえれば、発達過程の比較的早い段階からの幸福感や幸福の捉え方を検討することは、その後の発達過程に付随していく幸福の在り方を捉えていく手掛かりになると考えられる。しかし、発達の比較的早期の段階である児童期の幸福感に関する研究の蓄積は少なく、これまでの青

年期や成人期以降を対象としてきた幸福感の概念的枠組みから児童の幸福を捉え、測定することには限界があると考えられる。そのため、発達の視点を踏まえたうえで、児童の幸福の全体像を描き出す必要があると考えられる。また、児童にとっての幸福は、経験の内容依存的傾向によって喚起される「楽しさ」や「嬉しさ」などの基本的快感情の代替としての側面をもつ可能性が考えられる。しかし、快感情は児童にとっても重要な幸福感の要素であると考えられるため、測定上の問題として、快感情を排除するのではなく、快感情以外の要因を見落とさないようにするアプローチが必要であると思われる。したがって、児童の幸福に関する体系的な理論がない現状において、幸福感の度合いを測定する量的検討のみでは、幸福の全体像を捉えることができず、包括的に児童の幸福を測定することが困難であると思われる。このような量的検討の限界を補うためにも、まずは質的な検討によって、児童自身がどのように幸福について考え、捉えているのかを、児童自身の語りや表現をもとに探索的に検討していく必要があるだろう。

## 【引用文献】

- 浅井継悟 (2014) 「青年期の過剰適応が主観的幸福感に及ぼす影響」『心理学研究』85(2), 196-202.
- 橋本京子・子安増生 (2012) 「楽観性とポジティブ志向が幸福感に及ぼす影響」『心理学評論』55(1) 178-190.
- Havighurst, R. J. (1972) *Developmental tasks and education*. New York : Longmans. (ハヴィガースト, R. J. 児玉憲典・飯塚裕子 (訳) (2004). 『ハヴィガーストの発達課題と教育』新装版 川島書店).
- Hills, P., & Argyle, M. (2002) *The Oxford Happiness Questionnaire: a compact scale for the measurement of psychological well-being*. *Personality and Individual Differences*, 33, 1073-1082.
- 深谷昌志 (2015) 「子どもの中の幸福感と未来像」『児童心理』(3) 2-50.
- 福富 護・伊藤恭子 (1980) 『生涯発達心理学』川島書店.
- 伊藤裕子・池田政子・相良順子・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(3), 276-281.
- 桂 敏樹・野尻雅美・中野正孝 (1996) 「中高年期における発達の危機および状況の危機が主観的幸福感に及ぼす影響」『日本看護研究学会雑誌』
- 経済協力開発機構 (2015) 『主観的幸福感を測る』明石書店.
- 公益財団法人長寿科学振興財団 平成28年 (2016) 「健康長寿ネット サクセスフル・エイジングとは」  
<https://www.tyojyu.or.jp/net/kenkou-tyojyu/tyojyu-shakai/successful.html> (最終閲覧日2019/9/2).
- 國枝幹子・古橋啓介 (2006) 「児童期における友人関係の発達」『福岡県立大学人間社会学部紀要』15(1) 105-118.
- 黒川博文・大竹文雄 (2013) 「幸福度・満足度・ストレス度の年代効果と世代効果」『行動経済学』第6巻 1-36.
- マーティン・セリグマン 宇野かおり (訳) (2014) 「ポジティブ心理学の挑戦—幸福から持続的幸福へ」『ディスカヴァー・トゥエンティワン』.
- 溝上慎一 (2012) 「学校教育で「幸福」をどのように捉えればよいか—自己の分権的力学からの示唆—」『心理学評論』55(1) 156-173.
- 森田 薫 (2002) 「青年期の「幸福のとらえ方」に関する一研究 —幸福度及び充実感との関連を中心に—」九州大学大学院人間関係学府修士論文 (未公開).

- 中垣 啓 (2011) 「ピアジェ発達段階論の意義と射程」『発達心理学研究』第22巻 第4号 369-380.
- 内閣府 (2008) 『平成20年版国民生活白書』.
- 西田裕紀子 (2000) 「成人女性の多様なライフスタイルと心理的 well-being に関する研究」『教育心理学研究』(48) 433-443.
- 西牧由起 (2018) 「幸福に関する理論的考察—社会福祉学のための基礎研究として—」『上智大学社会福祉研究』第43号.
- 尾木まり・柏女霊峰・斉藤 進・八重樫牧子・三輪律江 (2012). 「小学高学年の生活実態および意識と将来への期待について」厚生指針第59巻2号.
- 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.
- 大石繁宏・小宮あすか (2012) 「幸せの文化比較は可能か?」『心理学評論』55(1) 6-21.
- 岡本祐子 (1985) 「中年期の自我同一性に関する研究」『教育心理学研究』33(4) 295-306.
- Rauch, J. 多賀谷正子 (訳) (2019) 『ハピネスカブ—人生は50代で必ず好転する—』CCCメディアハウス.
- Ryff, C, D (1989) Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- 佐藤茂則・長澤伸一 (2013) 『幸福実現論』万来舎.
- 島井哲志 (2015) 『幸福の構造』有斐閣.
- 曾我部佳奈・木村めぐみ (2009) 「青年期における大学生の主観的幸福感—その影響要因の探索に向けて—」『和歌山大学教育学部紀要』第60巻 81-87.
- 田中禮子 (2008) 「基本的欲求の充足と子どもの幸せ感についての研究」『吉備国際大学社会福祉学部研究紀要』第13号 163-173.
- 徳永美沙子・松下姫歌 (2010) 「青年期の友人関係における主観的幸福感、ソーシャル・スキルおよび対人相互作用の質との関連」『広島大学大学院心理臨床教育研究センター紀要』(9) 80-90.
- 津田真知子 (2005) 『学童期の子どものウェルビーイング』至文堂.
- 塚原拓馬 (2013) 「成人期におけるキャリア発達に与える要因と支援の在り方—成人期のアイデンティティ危機と職業・家庭要因からの考察—」『実践女子大学生活科学部紀要』(50) 99-110.
- 露口健司 (2017) 「学校におけるソーシャル・キャピタルと主観的幸福感: 「つながり」は子どもと保護者を幸せにできるのか?」『愛媛大学教育学部紀要』第64巻 171-198.
- 内田由紀子・萩原裕二 (2012) 「文化的幸福観—文化心理学的知見と将来への展望—」『心理学評論』55(1) 26-42.
- 吉村 英 (2017) 「青年期の発達課題が幸福感に与える影響」『京都女子大学大学院発達教育学研究科博士後期課程研究紀要』11.
- ユニセフ イノチェンティ研究所・阿部 彩・竹沢純子 (2013) 「イノチェンティレポートカード11 先進国における子どもの幸福度—日本との比較 特別編集版」公益財団法人日本ユニセフ協会.