

# 現代の若者の幸福

東京都立戸山高等学校 SS情報 1年 石藏美紗子

## 研究背景

これまでの研究により、現在の若者の間で流行るものには多少なりとも負の面があるものやネガティブな要素を含んだものが多いという結論が出た。そのため、現在の若者たちにとって現状は幸せではないのではないか。また幸せではないのならばそれらはどんなことが要因となっているのかと考え、この研究に取り組んだ。

## 研究方法

現役の高校生79名にアンケートを取った。  
「自分の人生は自分の理想に近い」  
「自分の人生はとても素晴らしい状態だ」  
「自分の人生に満足している」  
「自分はこれまで自分の人生に求める大切なものを得てきた」  
「もう一度人生をやり直すとしても自分の人生はあまり変わらないだろう」  
の五つを五段階評価で回答してもらい、点数化した。また、  
「自分の幸福と不幸、それぞれの一番の原因」  
を記述式で回答してもらった。

記述式の質問に関しては今回は「幸福学」の研究を行っている前野隆司氏の提唱している「幸せの4つの因子」を用いる。回答してもらった幸福の原因をこれらに当てはめる。また、不幸の原因はどの因子の不足によるものかを当てはめる。

幸福には外的要因(財産等)と内的要因があり、その内的要因を細分化したものが四つの因子である。

### ・「やってみよう!」因子(自己表現と成長の因子)

個人的成長、自己肯定感など

### ・「ありがとう!」因子(つながりと感謝の因子)

人を喜ばせる、愛情、親切など

### ・「なんとかなる!」因子(前向きと楽観の因子)

楽観性、自己受容、積極的な他者関係など

### ・「あなたらしく!」因子(独立とマイペースの因子)

他者との比較志向のなさ、自分らしさなど

の四つで成り立っている。

## 結果

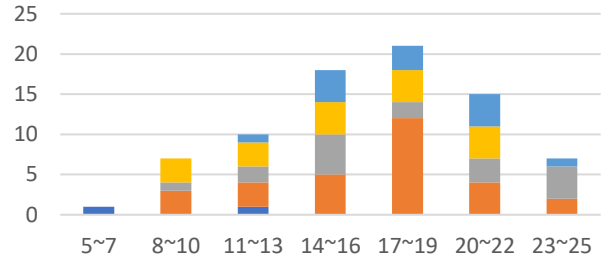


図1 幸福度の点数と人数と幸福要因

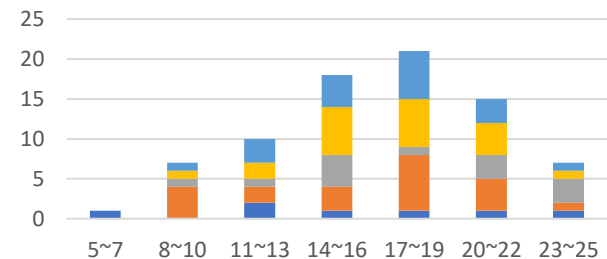


図2 幸福度の点数と不幸要因の人数

## 考察

過半数の人が現在、25点満点中17~25点という「幸せ」寄りの枠組みに入っていることがわかる。しかし、残りの約半数の人々は5~16点となっているため、若者全体として幸福度が低いと考えることができる。幸せだという人とそうでもないという人の点数がかなり離れているのが問題なのではないだろうか。

若者の幸福を最も左右するものは「ありがとう因子」、つまり他者との関わりの中にある。これは高校生は学校というコミュニティで生活しているうからだと考えることができる。また、自己表現の因子より楽観性の因子や自分らしさの因子の影響の方が大きかったことから、若者たちは向上心よりも己を貫くことや好きなことに没頭することなどによりモチベーションを増進しているのではないだろうか。

また、幸福度の高い人の幸福要因がありがとう因子である割合が少ないため、対人関係より個人を重視する人の方が幸福を感じやすいのではないかと考えられる。

## 参考文献

幸せのメカニズム 実践・幸福学入門 前野隆司著