

研 究

中高生の幸福感受イベント

井村 亘¹⁾, 石田実知子²⁾
 渡邊 真紀^{1,3)}, 大森 大輔⁴⁾, 小池 康弘⁵⁾

〔論文要旨〕

本研究は、中高生の主観的幸福感の向上に向けた、支援方法の開発に資する知見を得ることをねらいとして、中学生・高校生のそれぞれの時期に男女ともに大多数の生徒が経験し、且つ共通して幸福を感じるイベントを明らかにすることを目的とした。予備調査では、中高生が幸福を感じるイベントの項目プールを作成するために、中高生を対象として「今までに幸福と感じた出来事はなんですか」と教示し、自由記載方式で回答を求めた。得られた記述に対して、研究チームで内容的類似性に基づいて分類した。本調査では、予備調査で抽出された項目（イベント）を基に質問紙調査を実施し、中学生・高校生のイベントの経験率とイベントに対する幸福感受度の高さで回答のばらつきの程度を確認し、それぞれの時期に男女ともに大多数が経験し、且つ共通して幸福を感じるイベントを選択した。予備調査では、中高生637人分の記述、648記録単位が分析対象となった。内容に従って33項目に分類された。本調査では、中高生898人分のデータが分析対象となった。その結果、男女ともに大多数が経験し、且つ共通して幸福を感じるイベントとして、中学生は22のイベント、高校生は18のイベントが採用された。本研究で明らかとなったイベントは、促しやすさの程度に差があるものの、中学生・高校生の主観的幸福感の向上に向けた支援方法の開発に対して一定の示唆を与えると推察する。

Key words : 中学生, 高校生, 幸福, イベント

I. はじめに

幸福とは、人間においてある欲求が心身および周りの生活条件において充実している状態であり、これには主観的な契機と客観的な契機があって、両者が合致した状態を十全な意味で幸福という¹⁾。このように幸福感には、自己評価によって判断する主観的幸福感と社会・経済的指標といった客観的な評価によって判断する客観的幸福感がある²⁾。1970年代には所得と幸福の自覚の程度がほとんど相関しない「幸福パラドックス」^{3,4)}が提唱され、現在は客観的幸福感よりも主観

的幸福感が重要視されている。主観的幸福感の定義はいくつかある^{5~8)}ものの、いずれの定義においても概ね共通して「生活満足度」と「快感情」を主観的幸福感を構成する要素として挙げている。したがって、主観的幸福感とは「生活満足度」もしくは「快感情」の側面から測定されることが多い。

Leger Marketing による2011年発表の主観的幸福度ランキングで、日本は58ヶ国中23位となっている⁹⁾。また、2017年に公表された OECD（経済協力開発機構）による主観的幸福感の測定に用いている「生活満足度」の調査において、日本の15歳の「生活満足度」

Daily Life Events Making Junior and Senior High School Students Have a Sense of Well-being

[3058]

Wataru IMURA, Michiko ISHIDA, Maki WATANABE, Daisuke OOMORI, Yasuhiro KOIKE

受付 18. 8. 3

1) 玉野総合医療専門学校作業療法学科（作業療法士）

採用 19. 5. 19

2) 川崎医療福祉大学保健看護学部保健看護学科（研究職 / 看護師）

3) 岡山大学大学院保健学研究科博士後期課程（作業療法士）

4) 医療法人紀典会北川病院（作業療法士）

5) 川崎医療福祉大学リハビリテーション学部作業療法学科（研究職 / 作業療法士）

は47ヶ国中43位となっており、世界的に見て低い¹⁰⁾。思春期の主観的幸福感の低さは自殺の危険性を高める¹¹⁾ことや、将来の社会的能力や対処スキルの低下につながる¹²⁾ことが明らかとなっている。15歳は中学生から高校生への移行期であることから、日本の中高生の幸福感的向上に向けた支援は重要である。

近年、心身の健康を考える際にはネガティブなイベントや感情だけでなく、ポジティブなイベントや感情も考慮すべきである¹³⁾と考えられている。したがって、中高生の主観的幸福感的向上に向けた支援方法を検討するのであれば、彼らの主観的幸福感に好影響を与えるイベントを知ることは重要であろう。実際に、肯定的および否定的なイベントの積み重ねが主観的幸福感に影響するといったボトムアップ理論^{14,15)}を基に米国では、高校生においてポジティブなイベントと主観的幸福感の一つの要素である「生活満足度」とは関連があることが明らかにされ¹⁶⁾、日本においても、中学生を対象とした調査で同様の結果が得られている¹⁷⁾。また、米国の8～18歳の主観的幸福感を高めるイベントとして「人やペットとの関わり」、「趣味活動」、「スポーツをする」、「達成感のある出来事」などが報告されている¹⁸⁾。日本の中学生または高校生を対象として、幸福感和類似した概念である「幸せ」や主観的幸福感の一つの要素として考えられている「快感情」を感受するイベントの内容に関しては検討されている^{17,19～21)}。その結果、日本の中高生は「友だちとの関わり」、「部活動」、「学業」、「恋愛」、「欲しい物を得る」、「成果を得る」などに関することで「幸せ」や「快感情」を感受することが明らかとなっている。これらのイベントを採用する基準として、三浦¹⁷⁾は、中学生を対象に経験頻度や快感情の程度（その出来事があったときにどのくらい「嬉しい」、「楽しい」と思うか）を用いている。しかし、快感情の程度によるイベントの採用基準に関しては、快感情の程度に対する4件法のうち「とてもそう思う」、「少しそう思う」に回答した生徒が、全体の20%を超えるイベントを「快感情」を感受するイベントとして採用しており、基準が低い。そのため採用されたイベントが、中学生全体に共通して「快感情」を感受するイベントといえるのかは検討の余地が残されている。そのほかの中学生または高校生を対象とした「幸せ」、「快感情」を感受するイベントの内容に関する報告^{17,19～21)}では、経験頻度や快感情の程度に基準を設けてイベントを選定しているものはない。

さて、中高生の主観的幸福感的向上に向けた支援を考える際に、生徒に対する個別的な支援はもちろん重要であるものの、中高生は、クラスや学年単位で活動することが多いために、クラスや学年単位などの集団を対象とした支援についても考える必要がある。幸福を感受するイベントを中高生のクラスや学年単位などの集団を対象とした支援で活用するのであれば、中学生・高校生のそれぞれの時期に男女ともに共通して幸福を感受するイベントを明らかにする必要があるだろう。

そこで、本研究は、中高生の主観的幸福感的向上に向けた、支援方法の開発に資する知見を得ることをねらいとして、中学生・高校生のそれぞれの時期に男女ともに大多数の生徒が経験し、且つ共通して幸福を感受するイベントを明らかにすることを目的として、予備調査および本調査を実施した。

II. 予 備 調 査

1. 目 的

中高生が幸福を感受するイベントの項目プールを作成することを目的とした。

2. 方 法

i. 研究デザイン

本研究は、横断的な自記式の質問紙を用いた質的記述的研究とした。

ii. 調査対象

調査対象は、調査協力が得られたA県内のA中学校1校の中学生370人およびB普通科全日制高等学校1校の高校生311人とした。なお、調査対象校は、進学状況において標準的な中学、高等学校である。

iii. 調査実施期間および調査内容

調査は平成29年4～6月に実施した。

調査内容は、基本属性（性別、学年）と「今までに幸福と感じた出来事はなんですか」と教示し、自由記載方式で回答を求めた。なお、自由記載の回答に関しては複数回答も可能とした。対象者への教示は、中学、高校教員の担当する教科あるいはホームルームの時間を利用して行い、教示は各クラスとも共通の教示文により実施した。

iv. 分析方法

予備調査では、幸福を感受するイベントを幅広く抽出するために、中高生の男女のデータを混合した状態で分析した。

分析は、得られた記述に対して、不要な部分を削除し、句点から句点までの1文章を記録単位として、記録単位数を算出した。なお、個別性が高く、日常生活では起こり得ないような極端な非日常的なイベントの記述内容および、意味内容が明確でない記述内容は除外した。その後、それぞれの記述単位を内容的類似性に基づいて分類し、その分類に対して命名した。最後に中高生が理解可能であるかなどの各項目の表現について検討した。分析の内容的な妥当性を確保するために、上記の分析は質的研究に精通する心理学分野の専門家、医療系専門職、教員の3名で検討して実施した。

v. 倫理的配慮

本調査は、対象中学校および高等学校の職員会議で承認を得たうえで実施した。また、調査票には研究目的、内容、手順、利益、不利益、匿名性について明記し、実施時には調査対象者に対して口頭で説明したうえでアンケートへの協力を求めた。結果公表に際しては、匿名性を保証した。調査票とともに各個人の秘密厳守をするための個別の封筒を配布し、生徒自身によって厳封された調査票の提出をもって研究参加の同意とした。なお、本研究計画は、川崎医療福祉大学の倫理委員会の承認を得て実施した（承認番号17-100）。

3. 結果

分析対象は、分析に必要なすべての調査項目に欠損値を有さない中学生338人（有効回答率91.4%）、高校生299人（有効回答率96.1%）分のデータを使用した。回答者の属性分布は表1に示した。

回収できた記述は664記録単位であった。その中で個別性が高く、日常生活では起こり得ないような極端な非日常的なイベントの記述内容および、意味内容が明確でない記述内容が16記録単位あり、分析対象と

なった記述は648記録単位であった。分析対象となった648記録単位は内容的類似性に従って33項目に分類された。この33項目で構成されたイベントを「中高生幸福イベント（原版）」とした。

III. 本調査

1. 目的

予備調査で抽出された項目に対する中学生・高校生のそれぞれの時期に男女ともに大多数の生徒が経験し、且つ共通して幸福を感受するイベントを明らかにすることを目的とした。

2. 方法

i. 研究デザイン

本研究は、横断的な自記式の質問紙を用いた量的記述的研究とした。

ii. 調査対象

調査対象は、調査協力が得られたA県内のC中学校1校の中学生506人およびD普通科全日制高等学校1校の高校生585人とした。なお、調査対象校は、進学状況において標準的な中学、高等学校である。

iii. 調査実施期間

調査は平成29年10月上旬に実施した。

iv. 調査内容

調査内容は、基本属性（性別、学年）と「中高生幸福イベント（原版）」とした。

「中高生幸福イベント（原版）」の測定には予備調査で抽出された33項目に対して、過去6か月以内に経験したことがあるかを問い、加えて経験したことがあると答えた項目に対しては、そのイベントに対して幸福を感じたかを4件法で尋ねた。過去6か月以内のイベント経験という期間を限定した理由は、6か月以上の期間を範囲とすると、中学1年生に関しては小学生の時期、高校1年生に関しては中学生の時期が対象期間に入ってしまう、当該学校種での経験でない可能性が生じる。そのため、本研究の結果の妥当性の担保の観点から過去6か月以内に期間を限定した。各項目の得点化については「感じなかった」、「あまり感じなかった」、「少し感じた」、「感じた」に1～4点を代入し、幸福を感受するイベントであるほど得点が高くなるように設定した。

なお、対象者への教示は、中学、高校教員の担当する教科あるいはホームルームの時間を利用して行い、

表1 予備調査 属性分布
n=637人 (%)

	男子	女子
中学		
1年生	53 (67.1)	26 (32.9)
2年生	76 (63.9)	43 (36.1)
3年生	85 (60.7)	55 (39.3)
高校		
1年生	59 (61.5)	37 (38.5)
2年生	60 (62.5)	36 (37.5)
3年生	70 (65.4)	37 (34.6)
合計	403 (63.3)	234 (36.7)

教示は各クラスとも共通の教示文により実施した。

v. 分析方法

ポジティブなイベントの経験率は性別によって異なる^{22, 23)}ことから、本調査のデータに関しては、中学生の男女、高校生の男女別に分析した。まずは、「中高生幸福イベント（原版）」の33項目の過去6か月以内に経験したことがある者の確率を算出した。その確率が80%以上の項目を大多数の生徒が6か月以内に経験した項目であると判断し、採用した。なお、「試験が終了した」の項目については、対象者全員が6か月以内に必ず経験しているイベントであることから、この項目を経験していないと回答した者に関しては、結果の信頼性を低下させる可能性があるとして分析対象から除外した。次に、前記基準を満たした項目に対して、幸福感受度の中央値と四分位数範囲を算出した。幸福感受度の中央値は、対象者の幸福感受度の高さの程度を確認する目的とし、四分位数範囲は、対象者の幸福感受度のばらつきの程度を確認する目的として算出した。本研究においては、幸福感受度の中央値が4に達し、四分位数範囲が1.0以下の項目を中学生・高校生のそれぞれの時期に男女ともに共通して幸福を感じるイベントであると判断し、採用した。つまり、50%以上の者が4点を選択し、且つ75%以上の者が3点以上を選択した項目を採用した。中学生の男女ともに前記の採用基準を満たした項目を、中学生の大多数の者が経験し、且つ幸福を感じるイベントであると判断し、「中学生幸福イベント」とした。また、高校生の男女ともに前記の採用基準を満たした項目を、高校生の大多数が経験し、且つ幸福を感じるイベントであると判断し、「高校生幸福イベント」とした。

データの集計にはMicrosoft Excel 2013の関数機能を用いた。

vi. 倫理的配慮

本調査は予備調査と同様の倫理的な配慮のもと実施した。

3. 結果

分析対象は、調査項目に欠損値を有さない中学生426人、高校生504人分のデータとなった。なお、「試験が終了した」の項目に経験していないと回答した男子中学生12人、女子中学生6人、男子高校生8人、女子高校生6人は分析対象から除外した。結果的に中学生408人（有効回答率80.6%）、高校生490人（有効回

表2 本調査 属性分布 n=898人 (%)

	男子	女子
中学		
1年生	82 (63.6)	47 (36.4)
2年生	80 (55.6)	64 (44.4)
3年生	69 (51.1)	66 (48.9)
高校		
1年生	90 (55.9)	71 (44.1)
2年生	106 (62.7)	63 (37.3)
3年生	102 (63.8)	58 (36.2)
合計	529 (58.9)	369 (41.1)

答率83.8%)分のデータを分析には使用した。回答者の属性分布は表2に示した。

分析結果は、中学生では「中高生幸福イベント（原版）」の33項目のうち80%の経験率の基準を満たした項目は、男子は26項目、女子は27項目であった。その項目のうち幸福感受度の中央値が4に達し、四分位数範囲が1.0以下の項目は、男子は23項目、女子は24項目であった（表3）。最終的に男女ともに採用基準を満たした項目は、22項目であった。したがってその22項目のイベントを「中学生幸福イベント」とした。

高校生では「中高生幸福イベント（原版）」の33項目のうち80%の経験率の基準を満たした項目は、男子は25項目、女子は25項目であった。その項目のうち幸福感受度の中央値が4に達し、四分位数範囲が1.0以下の項目は、男子は20項目、女子は24項目であった。最終的に男女ともに採用基準を満たした項目は、18項目であった（表4）。したがってその18項目のイベントを「高校生幸福イベント」とした。

4. 考察

本研究は、中高生の主観的幸福感の向上に向けた、支援方法の開発に資する知見を得ることをねらいとして、中学生・高校生のそれぞれの時期に男女ともに大多数が経験し、且つ共通して幸福を感じるイベントを明らかにした。

本研究では、まず予備調査として幸福を感じるイベントの項目プール作成のために中高生に自由記述による回答を求め、そこから幸福を感じるイベントを抽出し、研究チームで検討した。その結果、幸福を感じる33項目のイベントが抽出された。また、本調査によって予備調査で抽出された幸福を感じるイベントの33項目の中で中学生・高校生のそれぞれの時期に

表3 中学生の幸福イベントの経験率と幸福感受度

項目		経験率 (%)	1幸福を感じ なかった (人)	2幸福をあまり 感じなかった (人)	3幸福を少し 感じた (人)	4幸福を 感じた (人)	中央値	四分位数 範囲
1 テストで良い成績を収めた	男子	<u>79.65</u>						
	女子	85.88	1	10	58	83	4	1
2 部活動で良い成績を収めた	男子	<u>67.53</u>						
	女子	<u>63.28</u>						
3 友人と遊んだ*	男子	95.67	0	6	51	164	4	1
	女子	98.31	2	1	37	134	4	0
4 旅行に行った*	男子	92.64	7	8	49	150	4	1
	女子	93.79	2	5	29	130	4	0
5 美味しいものを食べた*	男子	99.13	1	11	60	157	4	1
	女子	99.44	0	5	43	128	4	1
6 好きなアーティストのライブに行っ た	男子	<u>23.81</u>						
	女子	<u>37.29</u>						
7 欲しいものを買った*	男子	94.81	2	0	37	180	4	0
	女子	97.18	4	1	34	133	4	0
8 達成感を感じるような出来事があつ た*	男子	92.21	8	16	50	139	4	1
	女子	94.35	2	10	47	108	4	1
9 思いがけずラッキーなことがあった*	男子	90.91	2	10	51	147	4	1
	女子	93.79	1	5	31	129	4	0
10 人から褒められた*	男子	93.51	8	15	77	116	4	1
	女子	98.87	1	12	53	109	4	1
11 家族と一緒に過ごした	男子	98.70	17	22	76	113	<u>3</u>	1
	女子	96.05	7	28	47	95	4	1
12 ゆっくりとくつろげた*	男子	97.84	3	9	54	160	4	1
	女子	96.61	3	7	37	124	4	1
13 ゲームをした	男子	96.10	7	20	45	150	4	1
	女子	87.01	8	29	60	57	<u>3</u>	1
14 良い人間関係を築けていることに気 が付いた*	男子	87.01	6	10	67	118	4	1
	女子	91.53	3	7	44	108	4	1
15 しっかりと寝た*	男子	96.54	11	22	52	138	4	1
	女子	97.74	7	18	30	118	4	1
16 笑えるような出来事があった*	男子	98.70	4	15	62	147	4	1
	女子	99.44	1	6	33	136	4	0
17 楽しく会話した*	男子	96.54	5	13	56	149	4	1
	女子	98.87	3	5	39	128	4	1
18 好きな本、漫画を読んだ*	男子	94.37	3	15	79	121	4	1
	女子	96.61	5	16	50	100	4	1
19 好きなスポーツをした*	男子	87.88	6	10	56	131	4	1
	女子	85.31	7	10	50	84	4	1
20 友人ができた*	男子	91.77	3	3	58	148	4	1
	女子	95.48	2	9	31	127	4	0
21 好きなテレビ番組を観た*	男子	97.84	6	18	74	128	4	1
	女子	98.31	3	15	49	107	4	1
22 人から認められた*	男子	83.12	8	17	68	99	4	1
	女子	84.18	1	12	42	94	4	1
23 バンド活動をした	男子	<u>9.09</u>						
	女子	<u>16.95</u>						
24 好きな人と過ごした	男子	<u>57.14</u>						
	女子	<u>72.88</u>						
25 ペットとたわむれた	男子	<u>52.81</u>						
	女子	<u>62.71</u>						
26 好きな音楽を聴いた*	男子	98.27	3	15	79	121	4	1
	女子	98.87	2	9	36	128	4	1
27 人から励まされた*	男子	85.71	9	25	61	103	4	1
	女子	97.74	3	16	59	95	4	1
28 長期休みが始まった*	男子	100.00	17	15	40	159	4	1
	女子	98.87	7	16	51	101	4	1
29 良いことをひらめいた	男子	85.28	7	23	84	83	<u>3</u>	1
	女子	85.88	3	23	64	62	<u>3</u>	1
30 試験が終了した*	男子	100.00	17	25	54	135	4	1
	女子	100.00	3	12	40	122	4	1
31 良い思い出をおもいだした*	男子	90.91	10	22	65	113	4	1
	女子	95.48	7	9	56	97	4	1
32 好きな人に告白された	男子	<u>33.77</u>						
	女子	<u>48.59</u>						
33 美しい景色を観た	男子	91.77	17	18	77	100	<u>3</u>	1
	女子	96.05	6	19	70	75	<u>3</u>	1

下線：経験率、幸福感受度の基準を満たさなかった数。

*：男女ともに経験率80%以上、幸福感受度の中央値が4に達し、四分位数範囲が1.0以下の基準を満たした項目。

表4 高校生の幸福イベントの経験率と幸福感受度

項目		経験率 (%)	1幸福を感じ なかった (人)	2幸福をあまり 感じなかった (人)	3幸福を少し 感じた (人)	4幸福を 感じた (人)	中央値	四分位数 範囲
1	テストで良い成績を取めた	男子 79.87 女子 82.81	3	12	50	94	4	1
2	部活動で良い成績を取めた	男子 67.45 女子 65.10						
3	友人と遊んだ *	男子 98.66 女子 97.92	5	5	90	194	4	1
4	旅行に行った *	男子 84.23 女子 93.23	8	13	72	158	4	1
5	美味しいものを食べた *	男子 97.65 女子 99.48	9	6	101	175	4	1
6	好きなアーティストのライブに行っ た	男子 37.92 女子 48.44	0	1	32	158	4	0
7	欲しいものを買った *	男子 93.29 女子 97.40	6	9	75	188	4	1
8	達成感を感じるような出来事があっ た *	男子 89.60 女子 91.15	9	16	95	147	4	1
9	思いがけずラッキーなことがあった *	男子 90.27 女子 91.15	5	17	81	166	4	1
10	人から褒められた	男子 90.27 女子 95.83	12	26	107	124	3	1
11	家族と一緒に過ごした	男子 96.64 女子 98.96	28	50	107	103	3	2
12	ゆっくりとくつろげた *	男子 95.64 女子 99.48	8	19	65	193	4	1
13	ゲームをした	男子 95.64 女子 87.50	14	33	83	155	4	1
14	良い人間関係を築けていることに気 が付いた *	男子 85.91 女子 89.58	12	20	93	131	4	1
15	しっかりと寝た *	男子 95.64 女子 97.92	11	23	73	178	4	1
16	笑えるような出来事があった *	男子 97.65 女子 98.96	13	17	100	161	4	1
17	楽しく会話した *	男子 97.99 女子 98.96	5	16	82	189	4	1
18	好きな本、漫画を読んだ *	男子 94.97 女子 92.19	6	16	90	171	4	1
19	好きなスポーツをした	男子 86.91 女子 76.04	10	18	74	157	4	1
20	友人ができた *	男子 88.59 女子 88.54	7	18	102	137	4	1
21	好きなテレビ番組を観た *	男子 94.97 女子 97.92	7	28	102	146	4	1
22	人から認められた	男子 80.20 女子 82.81	12	25	92	110	3	1
23	バンド活動をした	男子 22.48 女子 13.02	1	4	41	113	4	1
24	好きな人と過ごした	男子 65.10 女子 69.27						
25	ペットとたわむれた	男子 58.39 女子 65.10						
26	好きな音楽を聴いた *	男子 98.32 女子 100.00	4	15	84	190	4	1
27	人から励まされた	男子 84.56 女子 92.19	1	5	38	148	4	0
28	長期休みが始まった *	男子 84.56 女子 92.19	13	35	104	100	3	1
29	良いことをひらめいた	男子 98.66 女子 97.92	1	18	54	104	4	1
30	試験が終了した *	男子 98.66 女子 97.92	29	43	69	153	4	1
31	良い思い出をおもいだした	男子 78.52 女子 78.65	4	30	48	106	4	1
32	好きな人に告白された	男子 100.00 女子 100.00	26	34	89	149	4	1
33	美しい景色を観た *	男子 87.25 女子 92.71	7	19	44	122	4	1
		男子 41.61 女子 45.31	12	27	101	120	3	1
		男子 86.91 女子 91.15	2	9	52	115	4	1
			11	32	83	133	4	1
			3	18	55	99	4	1

下線：経験率、幸福感受度の基準を満たさなかった数。

*：男女ともに経験率80%以上、幸福感受度の中央値が4に達し、四分位数範囲が1.0以下の基準を満たした項目。

男女ともに大多数が経験し、且つ共通して幸福を感受するイベントを採用した。その結果、22項目の「中学生幸福イベント」と18項目の「高校生幸福イベント」が採用された。本研究は、従来の研究では行われていない中学生・高校生のイベントに対する幸福感受度の高さと回答のばらつきの程度を指標として、中学生・高校生のそれぞれの時期に幸福を感受するイベントを採用した。そのため、中学生・高校生のそれぞれの時期に共通して幸福を感受するイベントを精密に採用することができたと推察する。

さて、本研究で中高生ともに採用されたイベントは、「旅行に行った」などの比較的非常日常的事件から、「しっかりと寝た」、「ゆっくりとくつろげた」などの日常的事件まで網羅されている。従来の日本の中高生を対象とした「幸せ」、「快感情」を感受するイベントの内容に関する報告^{17, 19~21)}では、採用されたイベントのほとんどが比較的非常日常的事件であり、日常的事件はほぼ採用されていない。近年、日本の中高生にとって望ましい生き方が「他人に負けないようにがんばる生き方」から「のんびりと自分の人生を楽しむ生き方」に変わってきている²⁴⁾。このことを勘案するならば、中高生にとって日常的事件も幸福を感受する重要なイベントであると推察できる。本研究により、幸福を感受するイベントに日常的事件も採用されたことは、従来の知見を補完する意味で意義があると考えられる。

イベントの経験量は、主観的幸福感に影響を与えることが先行研究にて明らかにされている^{16, 17)}。そのため、本研究により中学生・高校生のそれぞれの時期に男女ともに大多数が経験し、且つ共通して幸福を感受するイベントを明らかにしたことは、中学生・高校生の主観的幸福感の向上に向けた、支援方法の開発に対して重要な示唆を与えようとする。つまり、本研究で採用されたイベントは、多くの中学生・高校生に馴染みがあり、幸福を感受しやすいものであることから、中高生の主観的幸福感の向上に向けた個別的な支援に対する手掛かりとなることはもちろんのこと、クラスや学年単位などの集団を対象とした支援にも活用しやすいものであろう。特に本研究で採用されたイベントの中でも「友人と遊んだ」、「楽しく会話をした」、「好きな本、漫画を読んだ」、「好きな音楽を聴いた」などは、学内教育でその機会を促すことが容易であると考えられる。例えば、ホームルームの時間などを利用して、

前述したイベントを促すことが主観的幸福感の向上に向けた支援になる可能性があると考えられる。そのほかに採用されたイベントに関しても、家庭での生活に関する指導の際などに活用することが可能であろう。更に、これらのイベントが明らかになったことは、主観的幸福感の向上に向けた今後の研究の発展のために貢献すると思われる。例えば、これらのイベント頻度が主観的幸福感に与える影響などを詳細に検討することが可能になるであろう。別言するのであれば、肯定的および否定的なイベントの積み重ねが主観的幸福感に影響するといったボトムアップ理論^{14, 15)}に対する実証的な研究の発展に貢献できると考える。

最後に今後の課題について述べる。本調査に関しては、10月上旬に過去6か月以内に経験したイベントを調査していることから11~3月間に起こるイベントについての検討が十分ではない。そのため、本研究と時期をずらして調査を実施することで更に妥当性の高い結果が得られると考えられる。また、中学生・高校生の80%以上が経験し、75%以上が「少し幸福を感じた」もしくは、「幸福を感じた」イベントを大多数が経験し、且つ共通して幸福を感受するイベントであると判断し、採用したため、必ずしも全員が経験し、全員が幸福を感受したイベントであるとは言いきれない。そのため、結果の一般化に関しては慎重である必要がある。

IV. 結 論

本研究は、中学生・高校生のそれぞれの時期に男女ともに大多数の生徒が経験し、且つ共通して幸福を感受するイベントを検討した。その結果、中学生では22のイベント、高校生では18のイベントが採用された。本研究で採用されたイベントは、「旅行に行った」などの比較的非常日常的事件から、「しっかりと寝た」、「ゆっくりとくつろげた」などの日常的事件まで網羅されている。その中でも「友人と遊んだ」、「楽しく会話をした」、「好きな本、漫画を読んだ」、「好きな音楽を聴いた」などは、学内教育でその機会を促すことが容易であることから、中学生・高校生の主観的幸福感の向上に向けた学内での支援に用いやすいイベントであると考えられる。そのほかに採用されたイベントに関しても、家庭での生活に関する指導の際などに活用することが可能であろう。

謝 辞

本研究の実施にあたり、ご協力いただきました中学・高校教員の方々、生徒の皆様に深謝いたします。

本研究は科学研究費（17K12579）の助成を受けたものの一部である。なお、本研究は第30回岡山県作業療法学会において発表している。

利益相反に関する開示事項はありません。

文 献

- 1) 渋谷治美. 「幸福」. 星野 勉, 三嶋輝夫, 関根清三編. 倫理思想辞典. 東京: 山川出版社, 1997: 94-96.
- 2) フライ BS, スタッファー A. 幸福の政治経済学—一人々の幸せを促進するものは何か—. 佐和隆光, 沢崎冬日監訳. 東京: ダイヤモンド社, 2005 (Frey BS, Stutzer A. Happiness and economics: how the economy and institutions affect human well-being. Princeton University, 2002).
- 3) Brickman P, Campbell DT. Hedonic relativism and planning the good society. Adaptation-level theory. Academic Press, 1971: 287-302.
- 4) Easterlin RA. Does economic growth improve the human lot? Some empirical evidence. Nations and households in economic growth: essays in honour of Moses Abramovitz. Academic Press, 1974: 89-125.
- 5) Organization for Economic Co-operation and Development. OECD Guidelines on measuring subjective well-being. Paris: OECD Publishing, 2013.
- 6) Diener E, Oishi S, Lucas RE. Personality, culture, and subject well-being: emotional and cognitive evaluation of life. Annual Review of Psychology 2003; 54: 403-425.
- 7) Keyes CLM, Shmotkin D, Ryff CD. Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. Journal of Personality and Social Psychology 2002; 82: 1007-1022.
- 8) Seligman MEP, Csikszentmihalyi M. Positive psychology: an introduction. American Psychologist 2000; 55: 5-14.
- 9) Leger Marketing. NEW YEAR POLL “ON HAPPINESS” http://leger360.com/admin/upload/publi_pdf/Press_Release_Global_Barometer_on_Happiness_for_2011-ENG.pdf (参照2017-12-20)
- 10) 国立教育政策研究所. “OECD 生徒の学習到達度調査 (PISA) 2015年調査国際結果報告書「生徒の well-being」” http://www.nier.go.jp/kokusai/pisa/pdf/pisa2015_20170419_report.pdf (参照2017-12-20)
- 11) 高橋祥友. 青少年のための自殺防止マニュアル. 東京: 金剛出版, 1999.
- 12) Currie CC, Zanotti A, Morgan D. Social determinants of health and well-being among young people. Health behaviour in school-aged children (HBSC) study: international report from the 2009/2010 survey. Denmark: WHO Regional Office for Europe, 2012.
- 13) Fredrickson BL. The role of positive emotions in positive psychology: the broaden-and-build theory of positive emotions. Am Psychol, 2001: 218-226.
- 14) Andrews FM, Withey SB. Social indicators of well-being: Americans' perceptions of life quality. New York: Plenum Press, 1976.
- 15) Campbell A, Converse PE, Rodgers WL. The quality of american life: perceptions, evaluations, and satisfactions. New York: Russell Sage Foundation, 1976.
- 16) McKnight CG, Huebner ES, Laughlin JE. Life events, self-concept, and adolescents positive subjective well-being. Psychology in the Schools 2000; 37: 281-290.
- 17) 吉武尚美. 中学生の生活満足度に関連するポジティブ・イベント—イベントの項目収集と相互影響関係の検討—. 教育心理学研究 2010; 58: 140-150.
- 18) Chaplin LN. Please may I have a bike? better yet, may I have a hug? an examination of children's and adolescents' happiness. Journal of Happiness studies 2009; 10: 541-562.
- 19) 三浦正江. 中学生用学校デイレリーアップリフツ尺度 (DUS-J) の作成. 健康心理学研究 2013; 26: 38-47.
- 20) 浦上昌則, 野村祥恵. 女子中・高校生の「幸せ」意識. 人間関係研究 (南山大学人間関係研究センター紀要) 2010; 9: 101-117.
- 21) 工藤浩二, 藤生英行. 高校生のネガティブライフイベントに対する脆弱性と自己分化度の関連についての実証的研究. カウンセリング研究 2009; 42: 237-246.

- 22) Santa Lucia RC, Gesten E, Rendina-Gobioff G, et al. Children's school adjustment : a developmental transactional systems perspective. *Journal of Applied Developmental Psychology* 2000 ; 21 : 429-446.
- 23) 高比良美詠子. 対人・達成領域別ライフイベント尺度 (大学生用) の作成と妥当性の検討. *社会心理学研究* 1998 ; 14 : 12-24.
- 24) 豊泉周治. 若者のための社会学—希望の足場をかける—. 東京 : 星雲社, 2010.

[Summary]

Daily life events that most junior and senior high school students experience in each period and make them well-being were examined to obtain data to develop of support methods for improving the subjective well-being of students.

In Preliminary study, a questionnaire was administered to develop an item pool of events that made junior and senior high school students well-being. Participants were asked to describe events that made them well-being by using the free description method. These descriptions were classified base on content similarity. In main study, we conducted a questionnaire survey based on the items extracted in the Preliminary

study and confirmed the experience rate of junior high school students and high school students' events, the degree of well-being to events and the degree of coincidence. Then, events that most junior and senior high school students experience in each period that commonly made them well-being were examined.

In Preliminary study, collected descriptions (n=637) and recording units (n=648) were analyzed. They were classified into 33 categories depending on the content. In main study, the items that were extracted (n=898) in Preliminary study were analyzed. Consequently, 22 events for junior high school students and 18 events for senior high school students were adopted as experiences that made most junior and senior high school students commonly feel well-being.

The events revealed in this research given certain suggestions to the develop of universal support methods for the improvement of subjective well-being of junior and senior high school students although there is a difference in the degree of promptness.

[Key words]

junior high school students, senior high school students, well-being, daily life events