

「幸福を形にする－認知行動の視点からの分析」

愛知大学人文社会学研究所客員所員（愛知大学名誉教授）

樋口 義治

1. はじめに 幸福に対する著者の、行動心理学者（心理学の対象について科学的手法と分析を用いる）であることも含めて、基本的立場

1) 幸福感はあくまで主観的である

個人の幸福、幸福感、幸福な状態とは、ある環境状況の中で、本人にとって好ましい（快とも考えられる）、ある種類の感覚的・感情的な心的状態を指すと思われる。そして、個人は基本的にその心的状態の持続と、生じる頻度の上昇を望むと考えられる。ただし、この個人の幸福、幸福感、幸福な心的状態は、本人にしか感じられないものである。彼が幸福であることは他者には直接、感じ取ったり、指摘したり、確認したりすることはできない。その意味で主観的な個人的意識状態であると言える。このことを図1として表した。この写真の中の人物（Aさんとする）は、動物に囲まれていることが大好きである。彼は今“幸福”であろう。しかし、この状態で、彼が今、幸福感に満ちていることは、他者にはわからない。



図1 動物に囲まれている彼の心的状態は？



図2 Aさんの友人は状況から彼の“幸福”感を推測し、認知、共感する

そのためAさんが幸福、幸福感、幸福な心的状態であるということを他者が客観的に把握するためには、幸福を感じているAさんの動作（行動）や言葉と、その個人の置かれている状態、状況（環境状況）から判断するしかない。これを表したのが図2である。右側の人物は彼の長年の友人であり、Aさんが動物好きなことを知っている。そのため、Aさんが今“幸福”であることを確信している。とはいえ、この確信は友人の内的主観的感覚であり、Aさんの幸福感を直接感じ取っているわけではない。推測してAさんの幸福を理解しているのである。または、友人の自己体験から類推して共感として感じているかもしれない。

## 2) 行動心理学の立場から主観的幸福をどのように扱うか

行動心理学の立場から幸福を扱うというのは、科学的な手法を用いてこれを研究するということである。科学としての心理学は、1879年にドイツのヴィルヘルム・ヴント(Wilhelm Maximilian Wundt)が、ドイツのライプツィヒに心理学実験室を作った時から始まると言われている。19世紀は科学の時代と言われるように、世の中の物事を知るための手法として、自然科学、すなわち物理学、化学、そして生物学が発展した。そこで、心の問題についても、自然科学の手法を使おうということから科学的心理学は始まった。今回幸福に対しても科学的な手法を使って研究することを考えた。そのためには、主観的幸福感を客観的なエビデンスとなるものに変えなければならない。

では客観的にするには具体的などのようなことを指すのであろうか。個人の心理的“幸福(感)”は、他者によって直接具体的な感覚として知覚されるわけではない。しかし、人はこうした心理的内的感覚・感情を多くの場合、シンボルとしての“言葉”や“行動”によって表し、他者に自分の内的“幸福(感)”を表現している。すなわち、他者とコミュニケーションをしている。これは、自分と相手以外の第三者にとっても記録可能であり、その意味で客観的と考えられる。

また、より科学思想的観点からは、N.キャンベル(1953、森一夫訳:1979 p40)の科学の定義を挙げておく。すなわち、「科学とは全ての人の合意が得られるような判断についての研究である。」と言い、全ての人の合意を『共同主観性「私たちが思う」という(万人の)共同主観性の考えによって客観性を説明し、その保証をした上で、客観的存在の研究が科学である。』という考えに著者は基本的に賛同し、今回の幸福研究を行った。この共同主観性を担保するために、実験法が有力な武器となる。

## 3) 抽象概念、言葉としての“幸福”と、それを構成する事項(感覚・観念や概念、具体的な物、事象、行動)

幸福を他者に伝える簡単な方法は、言葉を使いコミュニケーションするということであろう。“幸福”というシンボル(言葉、単語)は、実際には“幸福”な状態を構成する、具体的な事物や事象、類似の観念等から共通の特徴が抽象され、その特徴に名前をつけるという意味で“抽象概念”であるといえる。そして、この抽象概念である“幸福”は、個人の見地からは、個人の幸福感をとりまく様々な場面から抽出されたものである。このことは、一般的に使われる言葉・言語としての“幸福”抽象概念は、いくつもの感覚・観念、概念や具体的な物・行動といった事象、事物(これを項目と称す)によって構成されている。

これまで心理学や関連領域において、質問紙を用いた多くの幸福研究が行われてきたが、この項目のどれを対象としているかによって、アプローチの方法やその解釈が異なってくる。以下に(図3)幸福・幸福感について抽象して概念化する、感覚・観念や概念、具体的な物、状態、行動について図化する。

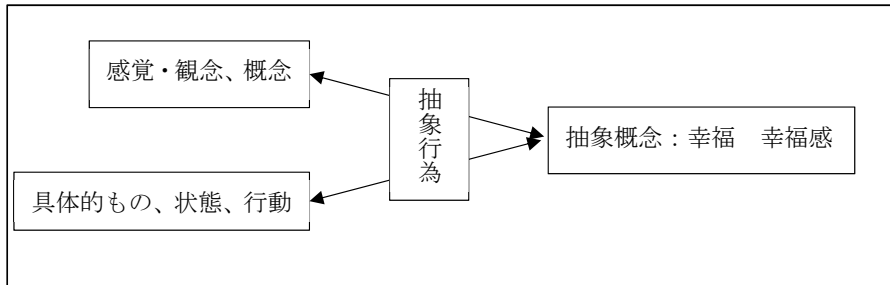


図3 抽象概念“幸福”とそれを構成している項目

#### 4) 本稿の目的

本稿の目的は、従来心理学領域の幸福研究において、質問紙法が採られ、その質問が主観的幸福を聞くため、質問自体が極めて概念的、抽象的なものとなっていることに対し、問題を提起するものである。そして、科学的実証幸福研究を目指し、他者に理解させることを念頭に、より具体的な言葉と粘土による形を作成する（形化）方法と結果を提示するものである。

#### 2. 幸福を構成する下位分類項目

そのため、まず幸福にはどのような分類があるのかを、舟木（1997）の幸福に関する項目によって見ていくこととする。

図4は舟木(1997)に基づき、幸福・幸福感・幸福状態について、構成している下位項目を図化したものである。幸福・幸福感・幸福状態、そして言葉としての幸福概念は、個人の主観的な契機と、具体的で客観的な契機によって形成されている。

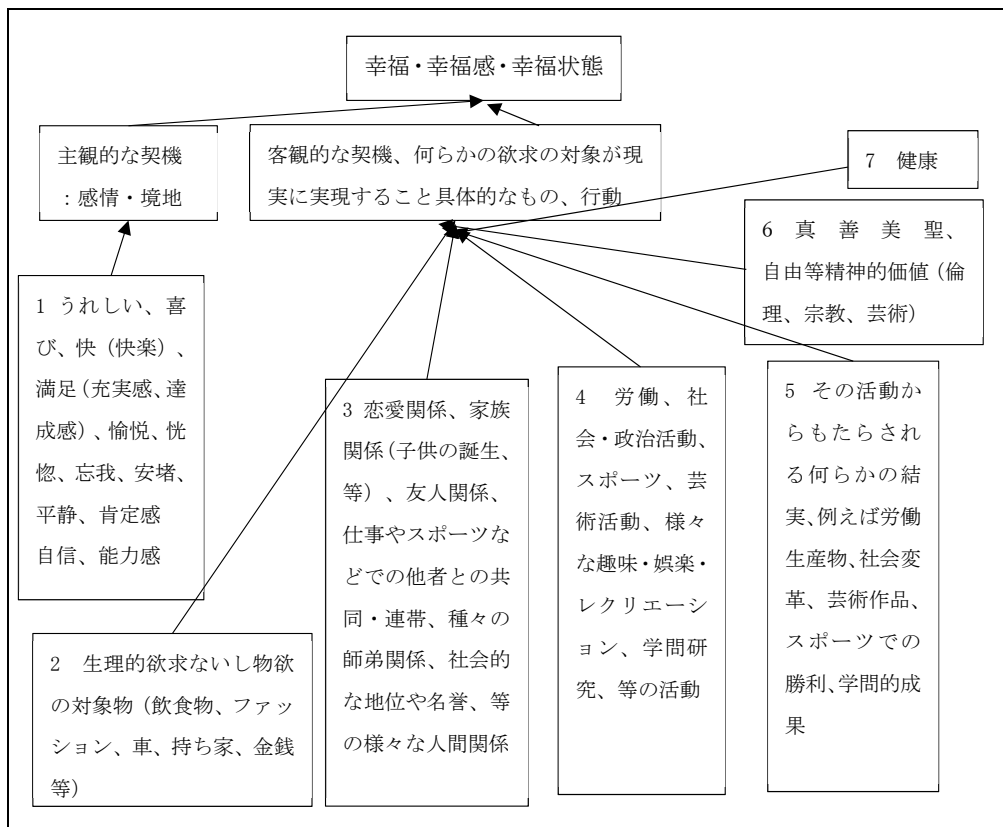


図4 幸福概念を構成する下位項目分類（舟木、1997を基に著者が改変図化した）

### 3. 「幸福」に関する心理学の関係する研究例

これまでの「幸福」に関する心理学分野における研究は、主として、主観的幸福感尺度 (Subjective Well-Being Scale: SWBS) を作成することであった。これは「幸福度」と言われているもので、幸福度を測る、計測するというのも心理学の一つの特徴であり、心理的尺度である「主観的幸福感尺度」を作る試みになっている。これは幸福度の主観的モノサシ、尺度を作ることを目的としている。

ここで例を挙げる。

#### 1) 伊藤ら（2003）による、主観的幸福感尺度の作成

こうした主観的心理尺度の作成は通常、質問紙によって行う。以下に、伊藤ら（2003）が使った項目についてその領域区分とともに示す。

表1 伊藤ら(2003)が主観的幸福感尺度作成に用いた領域および質問項目

<p>領域1 人生に対する前向きな気持ち(満足感)</p> <p>1 あなたは人生が面白いと思いますか</p> <p>2 過去と比較して現在の生活は幸せですか</p> <p>3 ここ数年やってきたことを全体的に見て あなたはどの程度幸せを感じていますか</p> <p>領域2 自信</p> <p>4 物事が思ったように進まない場合でも、あなたはその状況に適切に対処できると思いますか</p> <p>5 危機的な状況(人生を狂わせるようなこと)に出会った時、自分が勇気をもってそれに立ち向かって解決していけるという自信がありますか</p> <p>6 今の調子でやって行けば、これから起きることにも対応できる自信がありますか</p> <p>領域3 達成感</p> <p>7 期待通りの生活水準や社会的地位を手に入れたと思いますか</p> <p>8 これまでどの程度成功し出世したと感じていますか</p> <p>9 自分がやろうとしたことはやり遂げていますか</p> <p>“人生に対する失望” 10~12 逆転項目</p> <p>10* 自分の人生は退屈だとか面白くないと感じていますか</p> <p>11* 将来のことが心配ですか</p> <p>12* 自分の人生には意味がないと感じていますか</p> <p>領域4 至福感</p> <p>13 自分が周りの環境と一体化していて、欠かせない一部であるという所属感を感じるがありますか</p> <p>14 非常に強い幸福感を感じる瞬間がありますか</p> <p>15 自分が人類という大きな家族の一員だということに喜びを感じるがありますか</p>
--

主観的幸福感とは機能的には、自分の人生への認知的評価とその評価に基づく感情という両面を持つものであるが、この二つは幸福感の経験としては不可分のものと考えられる

伊藤らの質問内容を見ると、その領域からして、満足感、自信、達成感、至福感、といった感覚的・感情的主観から構成されている。そのため主観的幸福感尺度の作成のための質問も、主観的内容の質問を設定しているため、質問が抽象的、概念的になり、具体性を欠いているように思われる。例えば、質問1の「人生が面白いと思いますか」や質問2の「現在の生活は幸せですか」といった感覚的、感情的内面状態を聞いている。このため、科学的と云いにくい面があるように思われる。

次に、一時有名となったブータンの国民総幸福量について見ていく。

2) GNH 指標 (国民総幸福量, Gross National Happiness) を見てみる。

賀戸一郎・田中一彦による「ブータン GNH 指数の解説ならびに GNH 調査結果一覧」(表 2)によると、GNH 指標は、ブータンの幸福と福祉の構成要素とみなされている 9 つの核となる分野を含むよう設計された。9 つの分野は次の通りである。

- 1、心理的幸福感 2、時間の使い方 3、地域活力 (コミュニティの活力) 4、文化  
5、健康 6、教育 7、自然環境の多様性 8、生活水準 9、統治

ここでは、心理学的に問題となる、心理的幸福感の各項目と家族などの人間関係に係るコミュニティの活力分野の項目を挙げる。

表 2 ブータンの国民総幸福量における心理的幸福感項目 (賀戸一郎 田中一彦、2016)

心理的な幸福の分野		ブータン 2008 年 GNH 第 1 回調査	
指標	指数	質問	
① 総合的な精神的健康	心の健康の指数	総合的な健康調査	
② 祈りの暗唱の頻度	精神的な指数	あなたは祈りを唱えていますか？	
③ 瞑想の頻度	精神的指数	いつも瞑想していますか？	
④ 日常生活におけるカルマへの考慮	精神的指数	日常生活の中でカルマ (宿命) を意識していますか？	
⑤ 利己主義感情の頻度	感情的なバランスの指数	どのくらいの頻度で利己主義ですか？	
⑥ 嫉妬の感情の頻度	感情的なバランスの指数	どのくらいの頻度で嫉妬を覚えますか？	
⑦ 穏やかな感情の頻度	感情的なバランスの指数	どのくらいの頻度で穏やかな気持ちになりますか？	
⑧ 思いやりの感情の頻度	感情的なバランスの指数	どのくらいの頻度で思いやりを抱きますか？	
⑨ 寛大な感情の頻度	感情的なバランスの指数	どのくらいの頻度で寛大になりますか？	
⑩ 不満の感情の頻度	感情的なバランスの指数	どのくらいの頻度で不満を感じますか？	
⑪ 自殺願望の発生	感情的なバランスの指数	真剣に自殺を考えたことがありますか？	

これらの質問を見ると、伊藤らの主観的幸福感尺度よりは具体的である。特に質問⑤-⑩では、その頻度を質問していて、客観性を持っていると言える。とはいえ全体としては、い

まだ主観的、概念的である。

そこでこうした概念的、総括的でかつ内的事象の質問ではない、より具体的な幸福の形を求めて以下の実験を実施してみた。

#### 4. 幸福を形にする実験 「幸福を形にする－認知行動の視点からの分析」

##### 1) 認知行動 (樋口、2016)

主観的抽象概念を客観化することを目的として本実験を実施したが、その考えの基となる「認知行動」について簡単に述べる。

認知行動とは、個体が自分の周りの物や事象、現象に気づくところから始まり、その原理を把握して、はっきり意識的にその原理を使用して、自分の日常生活を送っていくことを指している。個体を取りまく環境の中から自然環境についての認知行動について考えてみよう。これは物理学における法則の成立についての認知行動と言えるであろう。

#### “川が上から下へ流れる、物も上から下へ移動する”

を例として、個体の気づく事象・現象から始まり、物理原理に至る道筋に関して、環境中に潜む仕組み・原理に気づき、それに基づき行動する、こうした“認知行動”のプロセスについては図5のようになる。

#### ● 認知の変化

1. 現象の気づき、発見学習；第1の発見学習：川は上から下へ流れる（現象の気づき、認知）。  
**現象認知**
2. 現象の般化による一般原理学習；第2の般化学習：川の中のさまざまな物は、上から下へ移動する（抽象化、般化による学習）  
**世間一般原理**
3. 自然（古典）物理原理；第3の学習：何故物は上から下へ移動するのか？ ⇒ 引力の存在の発見  
**自然（古典）物理原理**
4. 物理原理；第4の学習：引力は何故生じるのか？  
**物理原理**

#### ● 個体はこうした気づき・認知に基づき行動し、自然環境を利用する。

図5 認知行動のプロセス (樋口、2016 を一部改変)

このように認知行動とは、個体が自然環境を含む自分の周りの事象や現象について、その原理や法則について気づき（これは主観的内的作用である）、その原理に基づき、適用・応用して自分にとって有用であるように行動する（客観的外的作用である）ことである。今回はこの認知行動をコミュニケーションの見地から実験し分析する。

このため以下のように、18歳の女子学生42人を対象として実験を実施した。目的は、“幸福”のような抽象概念を、他者にわからせること（コミュニケーション）を頭に置き、まず、

言葉で“幸福”を定義し、それを粘土により形を作る（認知行動）ことで、形のない幸福という抽象概念をどれほど、具体的に客観化できるかであった。

## 2) 実験 テーマ 『考え感じ方を形にして、他へ伝える実習実験』

以下のように、幸福という内的抽象概念を形化する実験を行った。

### ①方法

教示：私たちは自分の内部に、考えや感情のあることを感じ理解しています。しかし、それは自分以外の人には直接感じてもらえません。伝えるために身振りや言葉があります。身振りや言葉以外にも、物で相手に伝えることができることがあります。今日は粘土で形を作り、自分以外の人にわかってもらえるかを、試してみましょう。テーマは“自分にとって幸福とは、どのようなことか、それを人にわかる形にするとどのような形になるか”です。次の作業を行ってください。

- ✧ はじめに“自分にとって幸福とはなにか”を言葉で書いてください。
- ✧ そして、次にその自分の幸福を他人にわからせるために、身振りや言葉ではなく、粘土で形を作る計画を、どのように何を作るか図を含めて記してください。（15分）。
- ✧ 粘土で形を作ってください（30分）。
- ✧ 近くの友人に見せて、あなたの幸福を推測させてください。その後、自分の幸福を粘土で作ったものを見せながら解説してください。（コミュニケーション）

### ②結果

#### 幸福の定義（“言葉”による幸福）

上記の手続きで実験を実施したが、まず言葉による幸福の定義について結果を見ていく。幸福の定義の例を表3に挙げる。表中下線部が言葉による幸福の定義を表すと考えた。一重の下線は具体的な物や状況行動と考へ、二重線は内的な感情・境地や抽象的な概念を表すと考えた。右側の数字は舟木(1979)の幸福分類項目に沿って選択した(複数選択)。項目分類は破線下に示した。

また、この結果を図6に示した。



表3 言葉による幸福の定義（例）

- ・ ライブに行くこと。日常の嫌なことを何もかも忘れて楽しむことができるから。4
- ・ 心穏やかに毎日笑って過ごすことができる。1
- ・ 家族友達に囲まれて毎日楽しく過ごす。ご飯食べてる時。2 1 3
- ・ 愛だ。3
- ・ 何も考えなくていいこと。雲 フワフワ 浮いているイメージ。1 6
- ・ 私はバイト先が小児歯科なので、小さいお子さんと関わる機会があります。小さい子の笑った顔を見ると幸せな気持ちになります。赤ちゃんは偉大だと思います。生命の誕生は幸福です。1 3 6
- ・ 友達とか家族とゆっくりする時間。動物と戯れる。 アイスを食べてる時間 アイドルなどを見ている時間。1 4 2 4
- ・ 美味しいご飯を食べた時 1 2
- ・ 自分が落ち着ける場所（家があること テレビを見たり寝たりゆっくり過ごすことが幸福）。1 2 3
- ・ おしゃべりすること（友達との会話）。3

-----

**項目分類**

- 1 感情・境地（快満足平静安堵） 2 飲食・金・家 3 人間関係（友人・恋愛・家族）  
 4 娯楽・レクリエーション 5 活動の結実 6 抽象概念（善・美・聖・自由） 7 健康

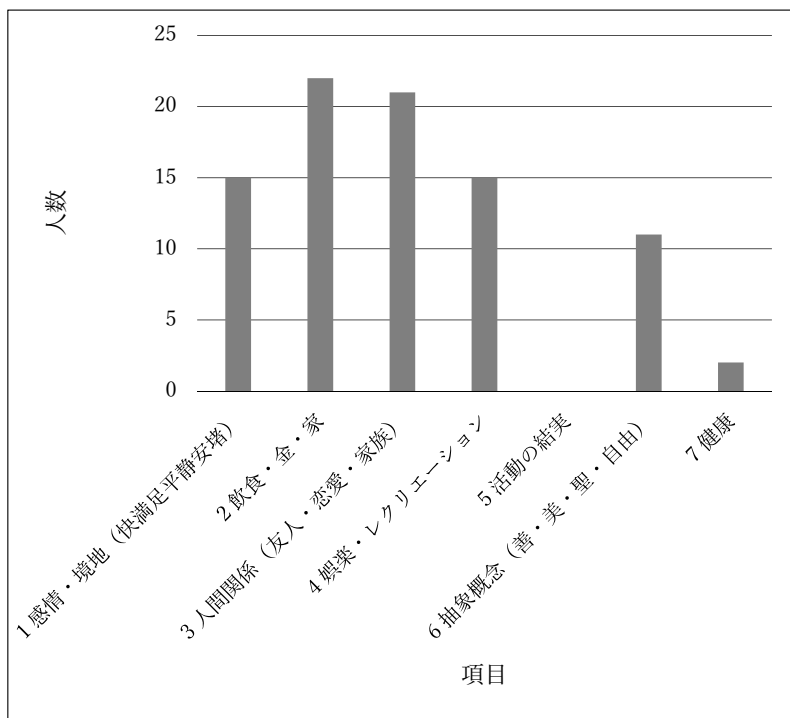


図6 言葉による幸福とはなにか (複数回答 合計 86)

図6を見ると、感情とか、境地というのが15人、具体的な食べ物やお金、家22人、人間関係、友人、恋愛、家族が21人、娯楽やレクリエーションが15人、抽象概念の善、美、聖、愛、自由が私の幸福であるのが11人、健康については2人ということとなった。18歳の女子学生の結果ではあるが、図を見ると、飲食・金・家と人間関係が多く、感情や境地、娯楽・レクリエーションが次いでいる。文字による言葉の幸福定義からは、彼女らの幸福は具体的であるようだ。

### 幸福の形化、分類とその結果

始めに“幸福”について、他者にわかること（コミュニケーション）を前提に言葉で表現してもらい、次いで、その形を粘土で表現してもらった。すなわち、個人の内的な幸福という抽象概念（事物・事象などの具体的全体から、共通した一般的性質を抽象・抜きだし、概括的な意味を捉える）を言葉や形によってシンボル化（具体的な事物で表す）して、他者に理解できるかを調べることを目的として実験が行われた。

その結果であるが、幸福についての各被験者の言葉による表現、そして粘土による形化表現は、両方とも客観的存在として他者に提示される。そして、その表現は内容から、具体物としての表現と抽象概念（実際には粘土作品という物）に分かれる。そこで、言葉と抽象（概念）を表4のように4分類し、各分類にあたる人数を示した。また、表4を図7に図化した。

表4 幸福についての言葉表現と形化表現の分類と人数

言葉表現	形化粘土作品表現	
	具体(物)	抽象(概念)
	具体(物)	①
抽象(概念)	③	④
分類	人数	
	① 具体(物) → 具体(物)	21
	② 具体(物) → 抽象(概念)	5
	③ 抽象(概念) → 具体(物)	9
	④ 抽象(概念) → 抽象(概念)	7

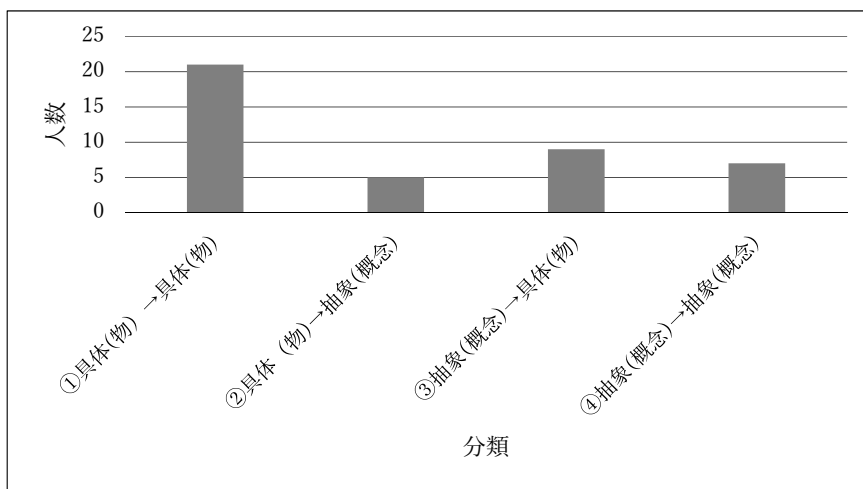


図7 内的幸福→言葉表現→形化（粘土作品による表現）

結果から見ると、彼女たちの幸福は、言葉で具体的な表現をして、そして、それを具体的な形で作ることが多かった。しかし、抽象表現を行うものもいた。

以下に、作品を例示する。右の文字は被験者の幸福を言葉で表した文章で、写真が幸福を形化した粘土作品である。

### 作品例示

具体物→具体物

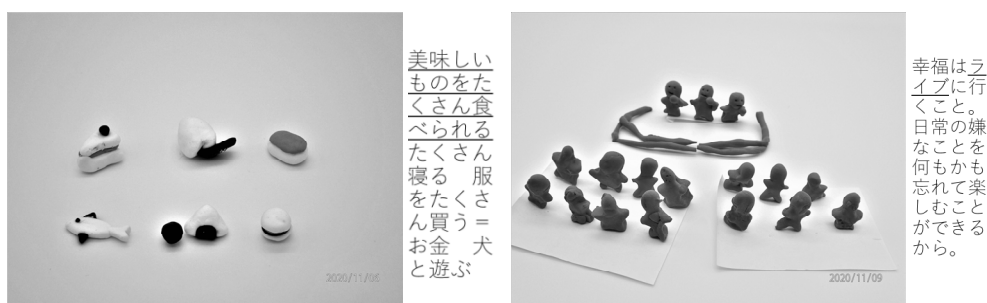


図8 具体物→具体物

図8左の被験者は、言葉では「おいしいものをたくさん食べられる」「たくさん寝る」「服をたくさん買う」「お金」「犬と遊ぶ」と表現しているが、形化された粘土作品を見ると「おいしいものをたくさん食べる」に絞って表現している。そのため、これは具体的から具体物になっている。図8右の図は「幸福はライブに行くこと。日常の嫌なことを何もかも忘れて楽しむことができるから」となっている。形化された粘土作品を見るとライブを実施しているこ

とが表現されている。幸福はライブに行くということで具体的であり、作品も具体的に表現されている。

#### 具体物→抽象（概念）



図9 具体物→抽象（概念）物

図9は具体的な物、事象から抽象（概念）の作品を作る場合であるが、粘土作品は形化された物なので抽象（概念）物とした。抽象的というのは他の物で置き換えるという意味で象徴化しているわけだが、左の作品の「音楽を聴くとき」はこれを音符で表しているということである。音楽を聴いている状態は具体的であり、音符はそのものとしては具体であるが、音楽を聴いている状態を象徴しているという意味で抽象（概念）と考える。右図は「おしゃべりすること（友達との会話）」ということで、おしゃべりを吹き出しと口で象徴している。

#### 抽象（概念）→具体物

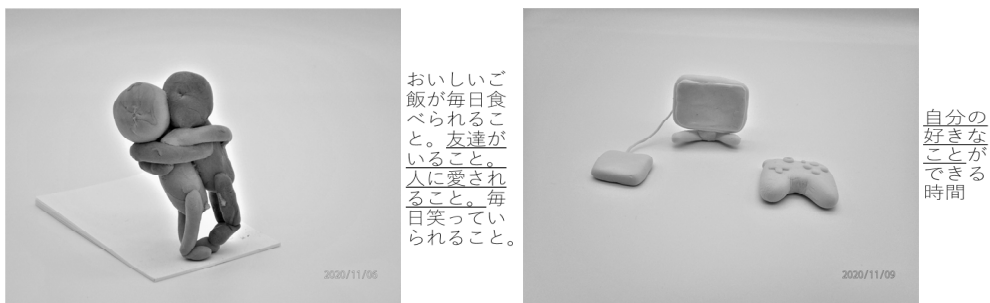


図10 抽象（概念）→具体物

図10は抽象（概念）を具体物で表す例であるが、左図は愛されるという抽象概念を抱き合う具体的な2人で表している。右図は「自分の好きなことができる」という概念を自分の好きなTVゲームで表している。

## 抽象（概念）→抽象物

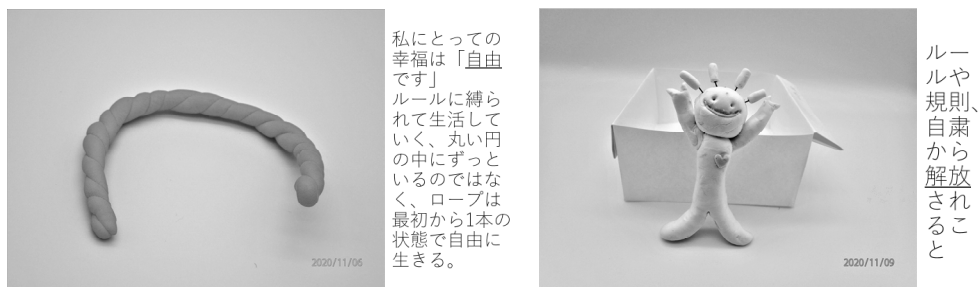


図 11 抽象（概念）→抽象（概念）物

図 11、ここでは、左図は抽象概念の「自由」をロープで抽象化させている。説明を見ると理解できる。幸福は自由だと言ってるが、「ルールに縛られて生活していく丸い円の中、丸い円の中にずっといると、これは縛られていることだ。そこで、この途中で切れたロープの状態です。自由に生活できるという。ある意味極めて抽象的と言える。右図は「ルールや規則、自粛から解放される」を、「バンザイ」という抽象的喜びで表している。

### ③コミュニケーションとしての形化

個人の内的幸福抽象概念を言葉で表し、それを具体的なものとして形化する結果を見てきたのであるが、実際にこの粘土作品がどれくらい他者に伝わったのであろうか。今回の実験はテーマである幸福について、42人全員が作品を作成し、お互いに相手の幸福概念がどのようなものなのかを、言葉により推測し当てる設定となっていた。すなわち、幸福という抽象概念は皆テーマとして知っていて、実際にはその幸福を構成する下位項目（事象、事物、概念、感情、境地、観念、状況、行動等）を具体的な粘土作品としたものから、その下位項目を当てることとなっていた。

結果は記述してもらったが、複数の評価をしていて数量的な処理ができるものではなかった。そこで、先の例示の写真について個人の記述を以下に示す。

---

#### 図 8 の作品に対する記述

左図：ぱっと見て食べ物だと分かってくれて嬉しかった。私の選んだ色が薄いピンク色だったので、わりと何を作るにも作りやすかったし、色味が可愛いと言われたので嬉しかった。他の人の作品を見て、私が思いつかないような作品を作っていたりしてびっくりした。

右図：友人の幸福は、意味を教えてくださいと考えるのが面白かったです。また、自分の粘土作りは、難しく伝わった子と伝わらない子がいた。

図 9 左図の作品に対する記述：わかりやすくて細かく作っていた。いろんな人とも話すこ

とができた。表現の仕方が難しかった。

右図の作品に対する記述：自分のを見た時みんなわかってくれました。友達のを見た時はみんな個性があって面白かったです。色々な色を使って表現されていたり様々な想いが込められていて世界観が素晴らしかったです。同じ内容でも全く一緒のものではなくそれぞれ自分らしさがあっていいと思いました。

図 10 左図の作品に対する記述：個性があって良かった。幸せを感じるのはみんな違うのかなと思った。

右図の作品に対する記述：自分の思い通りに作ることができました。皆それぞれ幸福のイメージがあって面白かった。

図 11 の左図の作品に対する記述：他の人の作品がすごかったです。幸福とは何かが人によって全然違ったので面白かったです。

左図の作品に対する記述：わかりやすく細かく作っていた。いろんな人とも話すことができた。表現の仕方が難しかった。

---

上記のように粘土作品を見て幸福の概念の下位項目を当てるのは難しい場合と易しい場合があることがわかる。総じて具体的なものについては了解しやすく、観念的、概念的な作品については難しかったようである。また、被験者たちは幸福が人によって異なることに驚いている。個人の幸福は一つであり、他者も同じだと考えていたことをこれは表している。このように、幸福は多数あることに被験者たちが気がついたことは興味ある知見であった。

## 5. 形化された幸福検査法の提案

幸福についてのこれまでの研究、特に心理学的研究は、主観的幸福感の尺度を作り、その尺度から得られた主観的幸福度と、政治体制や、経済状態、社会状態、宗教への態度といった他の客観的に数値化される指標との間の相関を取り、幸福度と他の尺度との関係を探るものであった。

しかし、その方法は質問紙により主観的感覚を聞くものであり、「あなたは今幸福ですか、その多少を数値によって（1～10）示してください」という、かなり概念的、総括的な内容であった。そのため、今回の実験は、それをより客観的に見るため、他者へ説明することを前提に、言葉と粘土により形に表せというものであった。

結果的に対象とした年齢、個人の状況にもよるが、かなり具体的な物、事象、状態を幸福と考えていることがわかる。質問紙法によるものであっても、幸福度の質問はより具体的にする必要があるのでないか。

また、形による粘土作品は、まず、幸福感という個人の内面的な感覚を言葉で表した後、形になるわけであるが、こうした個人の作品を一つ一つ見ると、彼女たちが感じている感覚を了解できるようになる。これは、単なる言葉では得られないものであり、一歩進んだコミ

コミュニケーションと言えるのではないであろうか。

さらに、こうした作品を集め分類し、それを各下位項目のシンボルとして形化（フィギュア化）すれば、具体的な形のない言葉ではなく、象徴や概念を表していても具体物として提示される、幸福感尺度を作ることも可能ではないか、というアイデアも浮かんできた。形を持った幸福度検査法である。

## 6. コミュニケーションの見地からの“幸福形化”実験の考察

言葉や身振り手振りはあくまで具体的現物や状態、状況ではなく、置き換えられた形のないものである。その実態は、我々が感じ理解している、自分の内部にある考えや感情のことであり、他者とのコミュニケーションにおいて理解が難しいことも当たり前のことと言える。

今回は、この個人の内部にある言葉の基（もと）を外に出す試みを、粘土で形を作り他者に理解してもらえるかという実験で行った。テーマは“自分にとって「幸福」、とはどのようなことか、それを人にわかる（伝える）形にするとどのような形になるか”というものに設定した。自分の内部を外に出し、他者に理解されるかという目的が達成されるのか否かを検討していった。

形化する行為について考えると、今回の形化のテーマは“自分にとっての「幸福」”という抽象的なもので、被験者の間で表現方法に大きな違いがあったと言える。具体的な場面を表現する被験者もいれば、自身も具体的に説明ができない、抽象概念的な作品を作る被験者もいた。今回の実験では、粘土で作成する前に他の被験者に自身の作品を見せると伝えられていたため、他者にわかりやすい作品を作ることを含めて、自身の内部にある幸福感に最も近いものを作る努力がなされた（粘土作品）。

コミュニケーションの見地から、今回の形化、内面を外に出す方法は以下のプロセスをたどると言える。すなわち、課題と材料から、どのように成果物を作るかを被験者自身（自己）が内的に計画する。ここで生じている認知は被験者の内的な“心的事象”と考えられる。この心的事象は個体内部に生じているので他者にはわからない。しかし、この心的事象を被験者が粘土で形として表現し（形化）、さらに、被験者の言葉による説明を聞けば、他者も彼の心的事象を他者自身の心的事象として何らかの理解をすることができる。そして、他者がその理解内容を被験者に対し、言語等により表明（外在化）することで、相互理解としての確認ができる（コミュニケーションの成立）。これを時間軸に沿って並べると以下ようになる。

課題 → 被験者自己による計画の内的認知(心的事象) → 形化(自己の行動とその結果) → 他者への提示 → 他者の内的理解(他者の心的事象) → 他者による理解内容の被験者自己への表明による相互確認(コミュニケーションの成立)
--

図 12 認知行動のプロセスと形化、コミュニケーションの成立



## 7. 幸福概念の形化 最後に

今回の幸福概念の形化実験結果から、人の幸福はその対象が様々に分かれる。実証研究においては、過去において、因子分析などで抽出した概念的な質問ばかりではなく、その概念を構成する具体的な物や、状態、行動、観念、概念を考慮して形化することが必要である。そのことにより他者の内面をより理解できるようになるであろう。

### 文献

- 伊藤裕子他 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.
- 賀戸一郎 田中一彦 2016 ブータン GNH 指数の解説ならびに GNH 調査結果一覧 西南学院大学 人間科学論集 第11巻 第2号 p117-140.
- N.Campbell (1953) What is Science? 森一夫訳(1979) 「科学とは何か」 法律文化社
- 樋口義治 2016 糸づくりによる”認知行動”の研究 日本行動分析学会第34回年次大会 発表論文
- 舟木亨 1997 幸福 星野・三嶋・関根編 「倫理思想辞典」 p94-96.