

ウェルビーイングは測ることができるか?② キャントリルのハシゴ

ウェルビーイングを測る、現在のグローバル・スタンダード

ハシゴを想像してみてください。

ハシゴの各段には数字が振ってあり、ハシゴを上るにつれて数字は大きくなっていきます。最下段は0で、最上段は10です。

最上段はあなたにとって考え得る最も良い生活で、最下段は最も悪い生活です。

今現在、あなたはハシゴの何段目に立っていると思いますか?

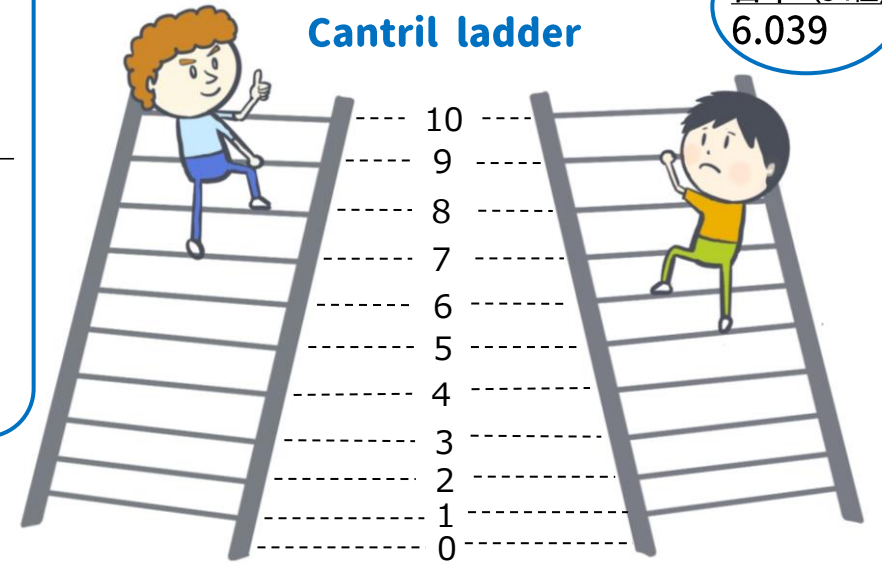
この手法は、米国の社会心理学者、ハドレー・キャントリルが考案した「キャントリル (又はカントリル) ラダー (Cantril ladder)」と呼ばれるもので、主観的な人生の評価を測る現在の国際標準とも言えます。

国際的調査会社・ギャラップ社の調査でもこの手法が使われ、その結果は、国連の「世界幸福度報告 (World Happiness Report)」のランキングに活用されています。最新の報告では、日本は6.039 (※2019~2021年の平均値) で54位。上位は、北欧など欧米各国が多くを占めています。

一方で、ハシゴを上がれば上がるほど幸せ、という考え方は、西洋の価値観を反映した尺度であり、日本などの東洋的な価値観との文化差に注意が必要だという指摘もあります。

さて、この設問に対して、皆さんなら、今何段目だと答えますか?

- フィンランド (1位)
7.821
- デンマーク (2位)
7.636
- アイスランド (3位)
7.557
- スイス (4位)
7.512
- オランダ (5位)
7.415
- ...

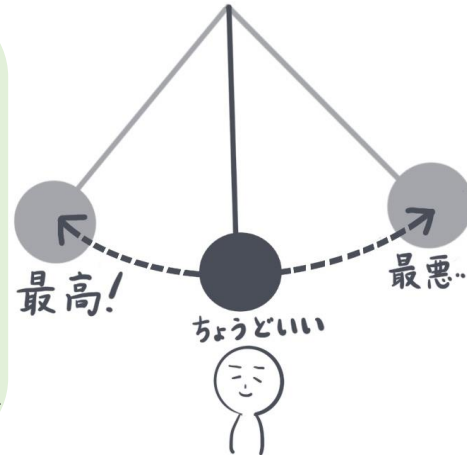


日本 (54位)
6.039

誰かが「幸せとはこうだ」と決めて点数をつけるのではなく、あくまで本人が、自分自身で幸せな状態を定義して、その自己評価を答える。
「わたし基準」で、満たされている状態かどうかを問うんだね。
この考え方は、県のウェルビーイング意識調査でも使っているね。



日本人の幸福観について、例えば
幸せすぎても怖い、というような感覚もあり、最高よりも「ほどほど」
「ちょうどいい状態」が理想、
バランスや調和を重視する傾向がある、
とも言われています。
このため、人生をハシゴではなく、
「振り子」と捉えるほうが、日本人にはしっくりくる、というような意見もあります。
世界幸福度報告でも最新版で、東洋的な幸福観 “バランスと調和”を取り上げており、注目され始めています。



(参考) 鶴見哲也・藤井英道・馬奈木俊介「幸福の測定」(中央経済社)
高野翔「ウェルビーイングの概念の自治体政策への適用可能性と課題に関する考察」
石川善樹「フルライフ」(ニューズピックス)
内田由紀子「これからの幸福について」(新曜社)
The Sustainable Development Solutions Network 「World Happiness Report 2022」