

特集 4/ウェルビーイングとシステム論——地域統合に対する日米政治の動向分析

ポジティブ政治心理学セミナー「ポジティブ心理学と政治——コミュニタリアニズムを手がかりにして」¹

- I. リンジー・オーズ「システム・インフォームド・ポジティブ心理学」
- II. アーロン・ジャーデン「ウェルビーイングの様々なプロジェクトと倫理的ガイドライン」
- III. 小林正弥「コミュニタリアニズム・社会システム論のシステム論的ポジティブ心理学としての再定式化」

I. リンジー・オーズ「システム・インフォームド・ポジティブ心理学」

リンジー・オーズ（メルボルン大学のポジティブ心理学センター長）：メルボルン大学のポジティブ心理学センター長のリンジー・オーズです。メルボルン大学やメルボルンに最近来てくれた方もいらっしゃると思うので、またお会いできて嬉しいです。

話したいことはたくさんありますが、この会場にいる人の状況を踏まえると、お話しして役立つかもしれないと思うことのひとつは、私が現在取り組んでいる初期段階の研究で、システム・インフォームド・ポジティブ心理学と私たちが呼んでいるものについてです。

私は、皆さんが、今年の初めに『ポジティブ心理学ジャーナル』に掲載され

¹ 当日の録音記録をもとにオーズ、ジャーデン両氏に修正していただき、五十嵐慧（千葉大学技術補佐員）が下訳をして、小林が改訂した。なるべく両氏の発言は忠実に訳したが、口頭発表なので（ ）などで読みやすくし、[] で言葉を補って編集している。小林の報告や参加者の発言は、内容や応答を理解するために必要な限りで残しており、割愛したところがある。発言者本人に確認してもらっていないので匿名になっているが、当日の参加と発言に感謝する。オーズ氏とジャーデン氏の講演タイトルは、事後に付したものである。

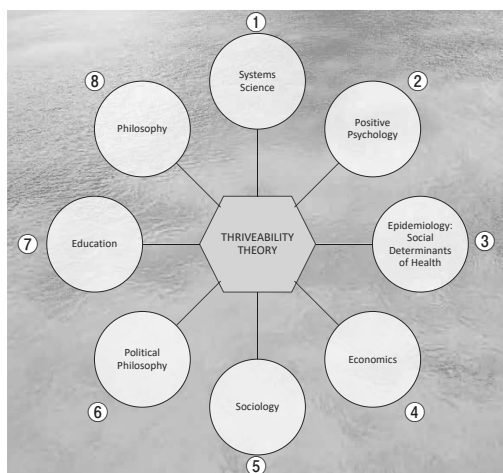
た、システム・インフォームド・ポジティブ心理学についての私たちの論文²を配布されていることを伺いました。もし持っていない場合は、そのオンラインジャーナルで見ることが可能です。

本質的に私たちがやろうとしていることは、ポジティブ心理学の領域に、広範に定義されているシステム科学の考え方を持ち込んで、ポジティブ心理学の限界（の一部）と私たちが考えているものに、明示的に対処することです。もっとも大きなものは特に、個人に焦点を置いていて限定されており、その他の環境が存在しないとか、個人はそれ自身で動いているというような想定をしているということです。そこで私たちはシステム理論を持ち込んでいるのです。その努力には多くの人々が関わっていますが、特にベギー・カーン准教授は、今回の訪問で私たちと一緒にここにいませんが、その記事の主な著者であり、また、私たちのセンターでその研究の流れをリードしています。

私が今日簡単にお話ししようとしている仕事である繁栄可能性理論（thriveability theory）は、私がかかなり長期間関与してきた仕事であり、それはシステム・インフォームド・ポジティブ心理学の一部として存在しています。でも、それは、進んでいる仕事のすべてを代表しようとしているわけではありません。その中のひとつであり、システム・アプローチを使用することについての私の特別な視点です。ここにいる理由のひとつは、それが、より広い社会的・政治的な力について言及していて、私があるそれを、コミュニタリアニズムと結びつけようとしているからです。もし私たちが価値に基づいたアプローチを行おうとするのなら、自分たちの想定について明示する必要がある、自分たちのアプローチを支える政治的・社会的哲学について明示しようと思っていたところで私はコミュニタリアニズムに遭遇し、それが私たちの仕事を支えると考えたのです。

² Margaret L. Kern, Paige Williams, Cass Spong, Rachel Colla, Kesh Sharma, Andrea Downie, Jessica A. Taylor, Sonia Sharp, Christine Siokou & Lindsay G. Oades, "Systems informed positive psychology," *The Journal of Positive Psychology*, July, 2019, DOI: 10.1080/17439760.2019.1639799

図 1



(出典) 以下すべて当日の発表スライドより

その仕事には影響を与えたものが多くあり、すでに言いましたようにシステム科学はそのひとつです (①) (図 1 参照)。もちろん、ポジティブ心理学はもうひとつ (の影響源) です (②)。皆さんの中には健康を研究している方もおられると伺いましたが、健康の仕事の社会的決定因の研究、特にマイケル・マーモットの影響も受けています (③)。彼の仕事は、特に主体 (エージェンシー) が従属変数であるという考え方に影響を与えています。私たちは、エージェンシーたる人々が世界で行動すると考えるのではなく、マーモットのように、社会的・経済的条件がエージェンシーを現実に関り出し、それから人々が世界で行動すると考えているのです。

私の考え方は、開発経済学の仕事にも深く影響されており (④)、それに関心のある皆さんのために言いますと、私は先ほど開発経済学者の石戸教授とお話をしたところです³。この仕事は特にアマルティア・センのケイパビリティ (潜在能力) の概念に影響を受けていますが、センのケイパビリティについての独

³ この石戸教授の発言内容をもとに文章化したのが、本特集に収録した「主観的な幸福度と客観指標としての SDG s との連関についての基礎的考察」である。

創的な仕事、つまり「私たちは何でありえて何ができるのか」という仕事は、私を魅了しました。なぜなら、センが定義した未来志向的なケイパビリティは、ポジティブ心理学でとてもよく知られている希望や楽観主義と同じように、未来志向的な概念だからです。ケイパビリティは、複数の分野を統合する道として私を引き付けました。少なくとも心理学、教育、経済学という3つです。少なくともこれらの文献にまたがって使われている概念であり、私たちは現在、「正確にはケイパビリティとは何か、異なる分野でどのように使われているのか、特に現在検索している英語圏のデータベースではどのように使われているのか」について、体系的なレビューを行っているところです。

社会学もこの仕事に影響を与えています (⑤)。特に「構造—主体 (エージェンシー)」論争です。この古典的な議論は、「社会の構造が人間の状態を作り出しているのか、それともそれを操作する個々のエージェントが人間の状態を作り出しているのか」ということです。この論争は、私が自分たちの理論をどのように構成すべきか、明示的に示唆してくれました。

すでにお話ししましたように、政治哲学 (⑥)、あるいは——何が正しい呼び方かわかりませんが——社会哲学か、あるいは今日私が知ることかもしれませんが、そういったもの〔も源流になると思うこと (⑥)〕が、私がここにいる理由のひとつです。私はコミュニタリアニズムについて多くのことを学んでおり、それは私たちの理論に影響を与えているものの一部です。バーリンの「～からの自由」と「～への自由」についての仕事は、この理論の建築様式 (architecture) の一部について示唆してくれました。ポジティブ心理学の多くは「～への自由」を想定していて、都合よく「～からの自由」を省いています。例えば、PERMA、マーティン・セリグマン教授のウェルビーイング理論は、自由な人々のためのウェルビーイングの理論であることを想定しているので、広く定義すれば自由でない人々の多くを範囲外においています。

私は教育学部で働いているので、教育はとても重要です (⑦)。繁栄可能性理論のもうひとつの部分は、ケイパビリティ (能力) の考え方を取り入れています。人々がウェルビーイングを持てるようにするための技能 (スキル) を学ぶ

ことができるという考え方は、ポジティブ教育の根本的な目的ですが、もし彼らが学校に行けなければ、彼らにとっては学ぶのは難しいのです。ここでの課題のひとつ、あるいは目的のひとつは、社会経済的条件が（ウェルビーイングの観念や経験を可能にする）心理的条件とどのように相互作用するかを見るために、システム科学的なアプローチを導入することです。分野を横断しようとするのは実際に大胆な試みで、システム科学のアプローチを使って諸分野を統合しようとするのです。

そして、ここで最後に挙げる影響源は、ウェルビーイング哲学の考え方です（⑧）。幸福への快楽主義や快楽主義的（ヘドニック）アプローチについてはよく耳にしてきました。幸福へのユーダイモニックなアプローチについてもよく耳にしてきましたが、主観主義や価値実現の考え方など他のものもあります。これらは、「何が善い生なのか、何がウェルビーイングなのか、根本的な想定は何なのか、経験か経験との関係についてなのか」ということについての異なった描き方です。快楽主義的なアプローチをとれば、それは本当に純粋な経験です。あなたが経験についての意味や認知について話すたびに、あなたは経験との関係について話していることになります。「私たちがどのように望むか」という根本的な議論は、「ウェルビーイングとは何か」についてのものです。でも、ウェルビーイングをどのように概念化するかということは、（空想的な）ドン・キホーテが風車を急襲する際のような見方と呼ばれているようなものを思わせるように、私は時々感じています。ご存知かどうかはわかりませんが、この旅のように、とても難しいのです。そこで無理だと感じることもあります。とにかくやってみようと思います。少なくとも、コミュニタリアニズムについて話すために日本に旅行に来たのですから。

ここにあるものはちょうど今週の議会で印刷されました。これは繁栄可能性理論そのものについての記事ではありませんが、システム科学とポジティブ心理学を融合させようとする私たちの試みについての記事であり、繁栄可能性理論はそのひとつの試みです。この部屋には私よりもシステム科学におそらく詳しい人がいると思いますが、お分かりのように、システム科学は広い分野です。

ヨーロッパと言うようなものです。そこで、システム科学の世界に入っていくとわかると思いますが、どのシステム概念を本当に使うかを選ぶことになります。繁栄可能性理論では、少なくとも重要な鍵概念のひとつは創発（エマージェンス emergence）です。これは、おそらく鍵となる指導原理であり、それについてはまた後で説明します。

繁栄可能性理論のもうひとつの部分は、ポジティブ心理学への幾つかの批判です。正確かどうか別にして、それはポジティブなことだけに焦点を当てていて、それ自体は素晴らしいことなのですが、他方で苦しんでいる人がたくさんいるというものです。「人々が何を必要としているのか、ウェルビーイングを経験できるように自由になるために何に取り組むことができるのか」という議論に入る前に、「自分がともに働いている人々が困難な人生を歩んでおり、どのようにして、またなぜそうなったのか。苦闘している社会的・経済的状況は何か、何から自由になることが必要なのか。もしそこから自由になれば、より善い状態になることができるのか」という話がなされていたことを私は知っています。ですから、ポジティブな発達の側面と並行してネガティブな側面を熟慮して、包括的な中間レベルの理論の中に取り込もうとしているのです。

人々が一般的にウェルビーイングを経験するための最高のチャンスを持つために、避けなければならない最も重要な5つのことは何か。もしあなたが世界でそれらを持っていたらウェルビーイングを経験できないのなら、あなたは最高のチャンスを持つために取り除くか、なくすか、または減らすでしょう——ウェルビーイングを経験する確率の観点から、最高のチャンスを保証するものではありませんけれども（図3の下段）。

ヘルスケアをする人々はこれらを何と言うのでしょうか。おそらく病気と言うでしょう（②）。このようなもののいくつかは非常に基本的なものです。これらのいくつかは私たちの社会の主要な機関、病院、政治システム等を表しています。これは包括的な理論です。大きな部分を見ているのです。言及されていないものの中でここにありうるのは、戦争です。これらは、私たちが対処しようとしている大きなブロックです。

図 2

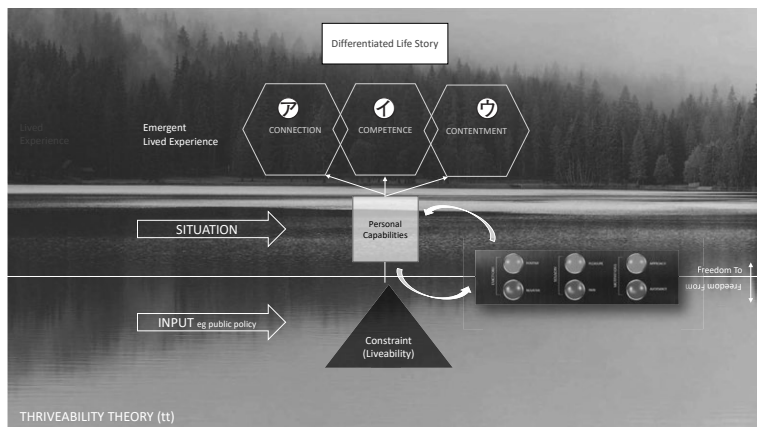
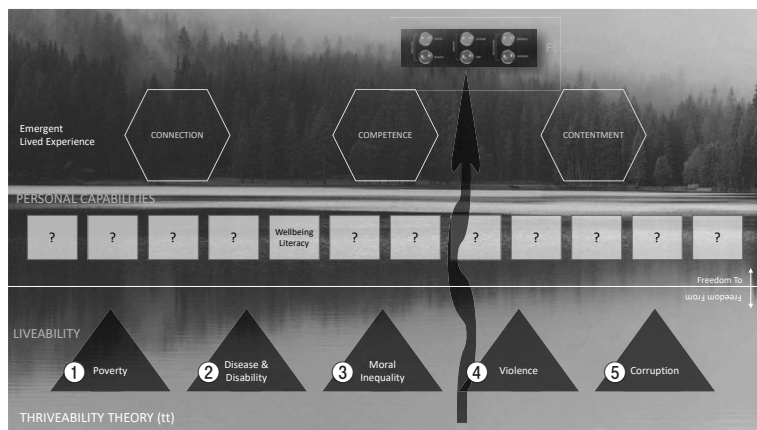


図 3



これによって皆さんは、私たちがどのようにして理論を構築しているのかについて、洞察を得ることができます。これらはあくまでも例です。私たちは現在、体系的なレビューを行っていて、何がここに入るに値するかの実証的な証拠を調べています。誰もが意見を持っていますが、私たちは何がここに入るに値するかについてのエビデンスを調べているのです。なぜなら、これらは簡単

な質問ではありませんし、議論の可能性があるからです。しかしその候補としてしばしば挙げられているのは、貧困 (①)、病気・障害 (無能力) (②)、不平等 (③)、疎外、孤立、暴力 (④)、腐敗 (⑤) などです。

先ほども言ったように人々はこれらの法的・腐敗の側面などを議論しますが、理論を構築する際には、最終的な結論を出す前に、その中に何があるのかを経験的に見ることはできません。これは現在進行形の作業であると言わなければなりません。私は皆さんに理論の建築様式とその根拠を理解してもらうように務めています。私たちはそれをテストして使用することを通じて作業を開始します。

ここまでの理論の一部分です。私たちが「～からの自由」のために必要とするものです。その理論のもうひとつの中心的部分は、「ウェルビーイングそのものとは何か、あるいは実際には何のことを私たちは言っているのか」ということです。ここに創発の考え方が入ってきます。これまで使われてきたようなウェルビーイングの基本的な定義、あるいはウェルビーイングに関する想定について、この特定の理論から何が生まれるかということをお話しします。

簡単に言えばこのアプローチでは、ウェルビーイング〔の概念〕を創発的な経験として用いており、そこには2つのキーワードがあります。これは経験ですので、多くの経済学者は客観的な指標や客観的な尺度を見ようとしますが、基本的には心理学的または主観的な定義です。なぜなら、人が実際に経験して報告した現実の経験だからです。もちろん快樂主義的な伝統は、ウェルビーイングないし幸福を、定義によって経験と定義していますが、それはとても単純なものです。快樂と痛み、そしてもっと最近はポジティブな感情とネガティブな感情を入れる人もいます。しかし、本質的には経験であり、私は一過性で単純な、シンプルな経験と言いたいと思います。

私が実際に話しているのは、より複雑な経験の話であり、私が意味するのは一連の経験であり、物語 (ストーリー) としてまとめられます。私は幸せな人間だとします。どうやって自分が幸せな人だと分かるのかというと、良い経験をして、さらに別の経験をして、物語を語っているからです。私はその定義に興

味があります。私は経験とそれを主張していますが、それを刺激への物理的な反応だけには還元していません。それは本質的には私が考えてきたことであり、〔他に〕そう考えている人はほとんどいません。私の理論では、その経験は通常は3つのタイプで来るし、そう考えることができると主張しています（図2・3）。

まず、彼らの「つながり（connection）（㊦）」の経験があり、ここでは熟慮して広い用語として用いられています。皆さんは友達がいいますか？結婚していますか？誰か他の人々との楽しい時間を思い浮かべたり話したりできますか？——（ここで聞いている）誰もがただ微笑んでいるだけなので、（私は）それをイエスと受け取ります。同じように、「誰もがグループに属している感覚を感じたことがあるか」または「場所とのつながりを感じたことがあるか」、または「自分自身よりも大きな何かとつながっていると感じるスピリチュアルな経験をしたことがあるか」ということです。

これらのタイプの経験のすべてが、「つながり」の特定の部分に当てはまるでしょう。繁栄可能性理論のこのひとつの部分（つながり）は、ウェルビーイングの一類型です。つまり、あなたが微笑んでいるという実際の経験がウェルビーイングであるということの意味しており、それがウェルビーイングか何かを〔変数として〕予測しているということの意味しているわけではありません。それを終点〔目的〕として定義していて、これはいくつかのアプローチとは全く異なります。

第2〔のコンピタンス（有能性：能力・適性 competence）（㊦）〕は、ケイパビリティ（能力）そのものを伴う作業〔について〕です。何回か、私が世界で行動したときに自分は話をうまくできると感じたことがあります。「私は何かをした、私は何かが得意だった、私は自信を感じた、私はできる、私には能力がある」と感じ、「成長のクラスターがこのような考え方に関連している」と感じました。この考え方の多くは新しいものではありません。特定の方法で配置しているのであり、私たちはそれを一緒にしてテストすることができます。多くの心理学者は、「エージェンシー（主体）なのか、それ自体が自己効力感なの

か、コンピテンシー（有能性）なのか」を議論し、細かいと呼べる事柄について多くの議論をするでしょう。しかし公共政策のレベル、より広いレベルでは、細かいことはそれほど重要ではありません。人々が実際に自分たちは能力があると感じていること、世界に行動するためのある程度のレベルの主体性や自律性を持っていることが大事です。それはどこからともなく自動的にやってくるものではありません。

そして第3に、「充足（満足・自足・安らぎ contentment）(㊦)」という考え方——経験した満足感です。「私は気分がいい、大丈夫」だと感じています。その中に人生満足の要素が入ってくるのですが、それは熟慮されて入れてられているもので、「幸せを感じる」とか「気分がいい」ということではありません。より広い意味での満足感です。もう少し言うと、私たちは部分的に仏教の伝統の影響を受けている国なので、仏教の安らぎ（コンテンツメント）の観念の方がこの考え方に近いかもしれません。それは、広範囲に渡って定まっている考えです。それは単一の感情ではありません。人生全体の姿勢なのです。だから、その広い意味で、「私は本当に大丈夫だ、物事は大丈夫だ」と思うということです。ここで言う充足（コンテンツメント）とはそういう意味で、少し後ほど説明する感情とは違います。

この3つが、図2・3の上部にあります。私が主張しているのは、私たちがウェルビーイングの経験を語る際に少なくとも3つのタイプの経験、あるいはこれら3つのテーマがあるということです。なぜならそれらは、複数の出来事を含んでいる話であり、複数の経験を統合している話だからです。よって、ウェルビーイングの文献では、ウェルビーイングとは意味なのか〔それとも経験に意味を与えるものなのか〕という大きな議論があります。私は両方だと思います。私たちの良い経験に意味を与えることがウェルビーイングであり、意味はまたウェルビーイングの特定の方法なのです。

この特定のアプローチについての理論的な変化の大きな側面のひとつは、快楽主義（ヘドニズム）と呼ばれるものと、文献の中で善福主義（幸福主義ユーデモニズムと呼ばれるものをどう考えるかということです。「幸福かウェルビー

イングか」ということについて、大きな議論が続いています。

私がシステムの観点から主張しているのは、我々が文献の中で通常ヘドニック（快楽的な）ウェルビーイングや幸福と呼んでいるものは、痛みより喜び、ネガティブな感情よりもポジティブ感情の方が多いということです。それらは一過性の状態や衝動的なものです。「何かに移動したい、何かから離れたい」という願望を持つのは、一過性の動機の状態や衝動です。繁栄可能性理論では、「快樂主義的ウェルビーイングであるべきか、善福主義的（ユーデモニック）ウェルビーイングであるべきか」というよりもむしろ、システムの視点から見ると時間的な次元があるということが大事なのです。システムの観点からすると一過性の状態であって、快樂的ウェルビーイングに対してフィードバックを行っています（図2）。

ポジティブ感情を持っている時、それは、より長く、より広いウェルビーイングの感覚への旅についてのあなたの環境からのフィードバックであり、それは物語の性格によって規定されていて、この議論のゲームを大きく変えます。「ユーデモニック（善福的）対ヘドニック（快樂的）」という議論から抜け出ることができるからです。ヘドニック（快樂的）とは何かというと、私が「生存の計器盤（ダッシュボード survival dashboard）」と呼んでいるもので示せます（図4）。これらは進化によって組み込まれてきました。喜びと痛みがあるのには理由があります。ポジティブな感情とネガティブな感情があるのには理由があり、何かに向かって逃げたり、何かから逃げたりするのには理由があります。それは、進化的な理由です。

これらはフィードバックであり、即時のものですが、私がウェルビーイングと呼ぶようなものではありません。たくさんの喜びを得ていたり、ポジティブな感情であればウェルビーイングと呼ばれたりするかもしれませんが、広く定義されたウェルビーイング感覚ではありません。どちらかが正しくてどちらかが間違っていること、つまりヘドニック（快樂的）なアプローチが間違っていて、ユーデモニック（善福的）なアプローチが正しいということでもありません。それらは、実際は違ったものであり、違った時間的地平を持っているので

す。システムの観点から見ると、快樂的なものを、ウェルビーイングの複雑な経験に向けた長期的な旅におけるフィードバックとして扱っているのです。その〔経験の〕一部はかなり重いものですね。

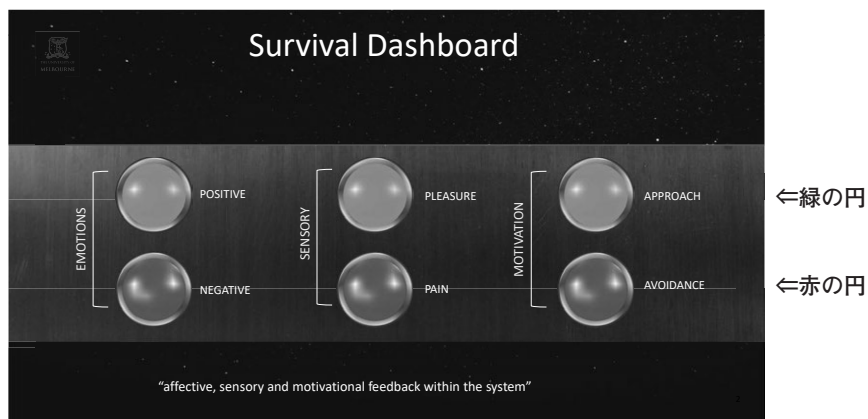
時間的次元から、エド・ディーナーのような人々は、主観的なウェルビーイングを、なくなりうるか短期的なウェルビーイングであり、時にはユーデモニックをより長い期間のウェルビーイングと述べており、これらのウェルビーイングに即した幸福についても同様に考えています。私は現在、『ウェルビーイングを追求しないでください』という本を書いており、このタイトルは販売のために米国憲法を熟慮してほのめかしています。でも、より重要なのは、ウェルビーイングを追求しないということです。なぜなら、この定義では幸福の追求は手段だからです。単にポジティブな感情を得て快樂を求めるために〔たとえば、〕外出しているのです。あなたが実際には何をしているかということ、信号とフィードバックを追求しているのです。

次の部分は、ウェルビーイングを追求せずにウェルビーイングの準備をすることです。ウェルビーイングの準備とは、心理的・教育的レベルでケイパビリティ（能力）を構築することです。社会的、経済的、政治的なレベルでケイパビリティと技能（スキル）を構築することです。心理的・教育的な役割と社会経済的・政治的な役割があります。ひとつは、社会経済的についてのもので、悪いものを取り除くということであり、心理学的・教育的には、良いものを持つための人々の技能を構築するということです。この二つでひとつであり、ひとつはもう片方と〔組に〕なっています。それは強調点の問題であり、アイザイア・バーリンの「～からの自由」「～への自由」についての仕事と関係しています。人々が自由にウェルビーイングを体験できるように、悪いものから自由になりたい。それが理論の建築様式（アーキテクチャ）です。

小林正弥（千葉大学大学院人文社会科学研究科教授）：感情や動機と快樂主義・善福主義との関係について、もう少し説明していただけますか？

オーズ：私が言っているのは、このフィードバックは明らかに重要なシステム

図 4



の鍵概念であり、非線形なので、そのフィードバックに基づいて私たちは行動を変えていくということです。この場合は、社会的環境であれ物理的環境であれ、環境からのフィードバックであり、その進化は人間が生存できるようにしてくれています。システムの概念化を用いて、フィードバックの概念により、快楽主義はウェルビーイングやウェルビーイングそのものではなく、実際にはフィードバックであるとしているのです。それは、ウェルビーイングやウェルビーイングを持つということについての私たちの考え方を変えます。幸福は快楽主義ではなく、快楽主義は、幅広いウェルビーイング体験に向けた長い時間の旅の一部としての、環境からのフィードバックだと私たちは考えているのです。

私がフィードバックとシステムについて言っている時は、フィードバックはシステム概念であり、私は「快楽主義（ヘドニズム）対 善福主義（ユーデモニズム）」の議論の中に挿入するために使っています。私は、両方とも妥当だが、異なったことについて妥当であり、私たちの時間の地平の異なった部分に妥当だと考えています。

私はこの図を生存計器盤（サバイバル・ダッシュボード）と呼んでいます（図4）。理由は2つあります。1つはマーケティングやブランド化するため、そして人々に覚えてもらうためで、生存する「ためのもの」という意味です。これ

に対して、私たちが追求しているのは、繁栄することで、繁栄可能性理論と呼んでいます。そこで、これは「生存 対 繁栄する (thriving)」という区別であり、マーケティングで覚えてもらうためという理由以上のものがあり、より根本的な科学的な理由は、これらのことが進化論から来ているということです。これら〔生存計器盤〕は私たちが生き延びるために役立ってきたもののなのです。

私たちはポジティブ感情を感じると、とても何かをするように仕向けられます。痛みを感じると火から手を離し、ライオンや日本の雪竜を見ると逃げます。このように私たちは逃げ出したいという衝動や動機を持っています。これは生存（生き残ること：サバイバル）と呼ばれるものです。文字通り私たちが動物として生き延びるための手助けをしてくれているからです。

小林：短期的には快楽的なものを放棄したり手放して、それが長期的なユーデモニア（善福）につながる状況があります。そのような状況を生存計器盤ではどのように説明するのでしょうか。

オーズ：これはおそらく哲学的な問題であると同時に、経験的な問題でもあると思います。時間的な次元を加えること〔が大事です〕。私は、時間はウェルビーイング論において最も活用されていない次元のひとつだと思います。例えば、あるモデルは時間を排除しており、現在と未来のトレードオフという言葉は、連続的な投資とその報酬というような事柄と同じように、経済的分析にとってもよく適合します。

私が経験的に興味を持っていることのひとつは、この内部システムを実際にテストすることです。システム・アプローチで定量的にテストする賢い人々を見つけることができたなら、私の見解は、異なる人々が異なる重み付けをするだろうということです。あなたの質問を解決する際の個人的差違や個人的方法について、私は経験的な答えは知りませんが、このアプローチから言えば、いくつかのモデル、特に発達モデルがあり、それがどのように起こるかを答えることができます。私の目標は、少なくとも人々がウェルビーイングを得るために取るさまざまなルートの概略を描くことができるだろうということです。また、

あなたが快楽を感じるならば、異なるヘドニック（快楽的）なフィードバックがウェルビーイングへの旅の中でどのくらいの役割を果たすことができるようになるかという概略を描くことです。長い答えで、部分的には私自身が知らないということになりますが、部分的には、私たちはそれに答えるために取り組んでおり、その関係は、私がいっと知りたいと興味を持っているということです。

小林：この理論のどこに、意味が位置づけられるのでしょうか？

オーズ：私の考えでは、意味とは私たちが自分の経験とどのように関係しているかということであり、それゆえ私たちが自分の経験をどのように理解しているかということです。私たちがすべての領域を見ると、皆さんは快楽や意味などの事柄を通ることになります。私はまだそうし終わってはいませんが、私の計画では、次の発表の時には実際にそうして、この生き方の意味はここにあり、この生き方の意味はここにあるというようにお話ししたいと思います。それらは、図2・3の上部の6角形の中でいつも表現されているわけではなく、意味はこれらの上部のもののすべてにまたがって生きています。なぜなら、意味とは、一連のできごとについてのあなたの経験に（意味を）付与するものだからです。それらの人々と関わる時、それはあなたにとって何を意味するのか。あなたがあることをすることができるとは、それはあなたにとって何を意味するのか。なぜあなたはそう考えるのか。その認知とは経験についてのもののなのです。

これらの図の上下の中間レベルについて話しましょう。私はボトムレベルから始めました。あなたがそこから自由になりたいと思っている社会経済的な課題、そして創発的な経験としてのウェルビーイングについて話しましたが、実際には何から創発されるのでしょうか。それは、私が議論していることから生まれます。それは、あなたの一連の能力と一連の課題との相互作用で、そしてもちろん、その文脈とそこにインプットされることから生まれてくるのです。私たちはシステムモデルで行っていきたいと思うのは、実際にこのことを、より良く操作化して測定可能にし、一連のネガティブな課題をモデル化し、実際に

それらに重み付けを与え、あなたが発達させた一連の技能である個人的ケイパビリティのタイプをモデル化することです。これはセンの定義に非常に似ています。それらがどのように相互作用し、それらの部分の相互作用の関係から、つまり一連の課題と一連のケイパビリティの相互作用から、ウェルビーイング・レベルで何が創発するかということです。

この中間部と下部を拡大してみると（図3）、下の方に一連の生きやすさ（liveability）があり、それは4つか5つと言われていて、それらに数値的な重み付けをして、同様に一連のケイパビリティにも重み付けを設定することができます。ポジティブ教育の中で話すことの多くは、ウェルビーイング感を得るのに役立つだろうと言われていますが、社会経済状況が悪ければ、実際には多くのことができませんので、これらのことが配慮されていると想定して、私たちはポジティブ教育の取り組みを行っています。

この理論では、これらの両方を考慮に入れていますが、単にそれらが存在していると言って線形に加算するのではなく、実際にシステムモデリングを使っています。私たちが実際に試したいのは、異なるネガティブなもの、異なる技能やケイパビリティとのさまざまな重み付けの間の相互作用が、ここによって定義されたウェルビーイングの出現をどのように可能にするのかということです。よって、繁栄可能性という用語は、ケイパビリティという用語に基づいて働くものなのです。これらは私たちが実際に学び、人々が使えるようにすることができるものです。私たちは、ネガティブなものを社会経済的・政治的な政策を通じて取り除くことを目指しており、それらの関係を体系的に検証しようとしているのです。

創発の概念を理解するためには、私たちのほとんどが家族の中にいるので、個々の部分よりもあなたの家族の方が大きいという観念を考えてみましょう。家族のメンバーとしての皆さんの間の相互作用が家族を構成しています。私が主張しているのは、あることから自由になりたいというネガティブな事柄、あることに向かって自由になりうるために持ちたいケイパビリティとの間の相互作用が、ウェルビーイングがそこから創発する道であり、ウェルビーイングは、こ

のアプローチによって定義されるような創発的な経験であるということです。

これが、この理論の本質的な考え方です。どのような課題にどのようなケイパビリティが必要かということについて、どこから〔研究を〕始めるべきかが正しいか経験的に検討しているところです。私の推測では、将来は、異なる文脈の中では特に異なる能力が強調されるようになるでしょう。それはもっと先の話ですが、根本的にシステムの考え方で理解してほしいのは、これらの部分の相互作用がウェルビーイングの創発する（生み出される emergence）場所ということです。そして、その関係性をテストして、異なる文脈の中で異なる人々のために異なったものにすることができます。これは経験的なもので、もし私たちが操作化して、完全ではなくても適正なデータを得ることができれば、少なくともモデル化することができて、私たちが発展させて別のシナリオをテストすることができるようになります。

全てをまとめると、私たちが「～から自由」になりたい社会的・経済的・政治的なもの、そして私たちが発達させたい心理学的・教育的なものという、この4つの基本的な部分を説明してきました。これを少し具体的に説明すると、ケイパビリティとして「人々はこれを持っていないなければならない」とか、「感情の調節をしなければならない」とか、「自己調節をしなければならない」とか、「自然とのつながりを持っていないなければならない」というように、人々、特に教育的な心理学者が議論し、経済学者や社会学者もいつもこのことについて議論しています。それは私たちがやろうとしていることであり、より優れたケイパビリティを形成する試みの助けになっています。課題の一部は、異なる分野の人たちがお互いに話し合うことの複雑さです。なぜなら私たちは説明を自分の知っている分野に減らしてしまうからです。こうして私たちは全てを説明しようと務めています。私たちが心理学者なら、認知の観点からすべてを説明しようとします。経済学者の場合、我々は消費などを合理的な仮定を使用してすべてを試行・説明しようとします。それらは妥当で有用なところもありますが、どのように我々は、ひとつの枠組みを用いながら、実際に学際的な言説や、ウェルビーイングのために役立つ調査を進めていくことができるのでしょうか。

ここでのもうひとつの暗黙の事柄は、私たちは教育することができ、このアプローチにおけるケイパビリティは定義上、変化しえるもので、私たちはこれらの事柄のいくつかについて公共政策を行ったり、少なくとも何かを試みることをできるといことです。

では、最後にいくつかのコメントを述べさせていただきます。私はこの考え方の本質をまとめる本を書いています。「幸せを追求するな」とは、基本的には、私が呼んでいるヘドニック・フィードバック指標に到達することを考えるな、と言っているのです。この生存計器盤は、あなたが到達しようとするもの〔目標〕ではありません。その生存計器盤は、この図の「緑の光に恋をする」というようなものです。道を進んでいて、緑色の光があれば、それは「進み続けろ」と言っているようなものです。緑の光を愛していると言っても、それはあなたの幸せ、つまり私たちが実際に〔実現〕しようとしていることを意味しているではありません。私たちが実際にやろうとしているのは、この道を進み続けようとしていることなのです。それは、あなたが進み続けることを伝えるための指標に過ぎません。

ウェルビーイングの準備とは、基本的にはケイパビリティを持つことです。その能力は、将来志向で、「私たちが何になれて、何ができるか」ということであり、「私たちがそれを構築することができ、社会や社会的制度によって私たちはどのようにこれらのケイパビリティを構築することを支援することができるか」といことです。これは、私たちが幸福のための3つの簡単なコツを得るといような、もっと単純なメッセージとは違います。なぜなら、それらは必然的に社会的・経済的・政治的条件を無視して、すぐにむしり取られてしまいます。でもそれらは、見込みがあって本が売れるのです。それが、現実に行っていることの一部です。

最後にお伝えしたいことのひとつとして、私はポジティブ心理学とウェルビーイング・リテラシーについての、『環境研究・公衆衛生国際ジャーナル』の特集号のゲスト編集者を務めています。今日はウェルビーイング・リテラシーについて多くを語っていませんが、それは私が現在取り組んでいるひとつの領域で

あり、本当に私たちが使用している言語と、私たちがどのようにコミュニケーションをとっていてそれが今後どうなるかについてです。読むこと、書くこと、話すこと、聞くこと、創ること、見ることといった、すべてのウェルビーイングについてのコミュニケーションの方法、あるいは他の誰かのウェルビーイングを助けるためのコミュニケーションの方法は、私がウェルビーイング・リテラシーと呼ぶものです。これはコミュニティで増加を測定することができるケイパビリティの一例だと主張したいと思います。

私たちは、より広範なシステムやコミュニティに基礎を置いた、ウェルビーイングへのアプローチ、特に公衆衛生や言語に重点を置いた論文を募集しています。今日の講演で、うまくいけば、ポジティブ心理学とウェルビーイングの分野でシステム論的な仕事を私たちがしているという事実と、繁栄可能性理論は、私が取り組み始めた一理論であり、今後も取り組み続ける予定の理論でもあるということがお分かりいただけたと思います。これ〔今後も続ける理由〕は、小さな努力でできることではないからです。私はコミュニタリアニズムについては、皆さんがすでに知っていると思うのであまり話しませんでした。既にお話ししたように、それは想定（仮定 *assumption*）の枠組みにおける重要な点です。すべてのものは、その下に、イデオロギーや一連の想定を持っています。私が言っているのは、一連の想定がその〔理論の〕下にあるということです。が、コミュニタリアニズムが選ばれた理由は、ウェルビーイングにとって人間関係が重要だというエビデンス（証拠）があり、人間関係を強調するコミュニタリアニズムのアプローチを入れて共にすると、この理論を作る助けになるからです。

小林：ケイパビリティの中の種類や相違について説明していただけますか。

オーズ：図2・3の上下の中間が指しているのは、教えたり習ったりすればするほど、環境の中で技能を習得して、それを使うことができるようになることで、それはケイパビリティ（能力）、伝統的なケイパビリティです。正直に言うと、この図の一番上にあるケイパビリティ（コンピタンス）は、他の名前と呼

ばれることもあります。それは、効力感 (efficacy) の経験です。3つのCと覚えることができるので、ケイパビリティと呼んでいるだけです。それは「結びつき (connection)」と並んでおり、中央部にある方が正式なケイパビリティです。

小林：このケイパビリティの概念と、美德や人格的強みとの間の区別はどのようなのでしょうか。

オーズ：あると思います。私たちは身近な概念をどのようにこの理論にあてはめるかという話を前にしました。強みの概念、少なくともポジティブ心理学の文献で見受けられるような〔人により〕異なった人格的な強みは、「私は強い」と感じるという部分に当てはまります。これらはすべて、あなたが現実経験-結びつき、経験-ケイパビリティ〔コンピタンス〕、および経験―充足に相当します。これらは、人々が報告している実際の生きた経験です。いつ強いと感じたのか、いつ有能だと感じたのか、倫理的な領域ではいつ徳ある生き方をしているように感じたのか。それらは経験のレベルですが、ケイパビリティのレベルでは、私たちは若者の人格を発達させています。彼らはどのように学習しているのか、どのように私たちは教えているのか、ということはやがて何らかの方法でお知らせできるでしょう。

聴衆1：環境に埋め込まれた小さなものが、良いフィードバックを与えてくれる例を挙げていただけますか？ 私は、良いフィードバックを人々に与えるためのシステムやツールをデザインできないかと考えています。

オーズ：私の生存ダッシュボードにおける緑と赤の円の上にはポジティブな情報とネガティブな情報があります。ポジティブな感情の方では、たとえばあなたは笑っています。あなたは私にフィードバックを与え、あなたが笑っていると私はいい気分になります。私は、根本的な行動の水準である動機に近づいています。緑の側面のいくつかは、すでに良いことです。これはミクロ・レベルです。これは良いフィードバックですが、おそらくあなたの質問は、より広範なベースのコミュニティや少し大きなシステムについてのものでしょう。つま

り、大きなシステムでのミクロな個々のシステムについてです。

（それには）フィードバックの良い例があります。メルボルンのひとつに、マルーンダー（Maroondah）と呼ばれる地方自治体や議会の地域があり、学校群があります。私が一緒に働いている 27 の学校は、学校でポジティブ教育のアプローチを行っているか、あるいは子供たちのウェルビーイングを実際に測定しています。その数字、データは親、企業、学校にフィードバックされており、彼らは文字通りその周囲に座って、測定によるデータについて話しています。こうして実際に 21 の学校では、コミュニティ全体のシステムの枠組みの中で、文字通りフィードバックがなされ、その意味を理解しているのです。

ミクロまたはメソといった異なるレベルでフィードバックについて考えることもできます。私は、あなたがフィードバックをすることのできるシステムを設計することができると思いますし、あなたは人々にフィードバックを解釈し、使用することを人々に教えることができるでしょう。だから、大事なものは単なるフィードバックではありません。コミュニティの発展のためには、フィードバックをどのように使うかが重要だと思います。ですから、先ほどケイパビリティの話をしましたが、システムを設計するという点では、フィードバックを活用するためのケイパビリティもあるのです。

痛みを感じているのに何もしていなかったり、ネガティブな感情をたくさん感じているのに何もしていなかったり、危険から遠ざかるとうとする動機を行動に移していなかったりすると、フィードバックを使っていないことになります。これが十分な答えになっていないことはわかっているのですが、システムの話を一般的にするといつも抽象的になります。例を挙げる方がいいですね。

聴衆 2: そうですね。環境を改善する努力をしたいと思うのは誰しも同じだと思います。

オーズ: そうですね。繰り返しになりますが、どのレベルに入っていくかによります。家族、学校、組織、コミュニティ、政府、などです。

聴衆3：人とのつながりをケイパビリティとして考えることは重要なことですが、それは人としての通常の属性ではないですか？

オーズ：第1に、図2・3の上部の左側にある「つながり」の感覚は、私はつながっていると感じているということで、それは良いことであり、つながっているという話をすることができます。しかしケイパビリティとしては、私たちは人々がより良くつながることができるように教えることができます。私たちがそうしていることを、私は嬉しく思っています。「親や学校として、どのようにコミュニケーションするか、優しくするか、友達を作るか、ボランティアなど向社会的なこと一般をするか、コミュニティを維持するか」など様々な教えるべきことがあり、そうするための技能の構成要素があります。全てがただ善意「でできる」というわけではありません。実際には、個人レベルで人々がつながることをどのように助けるか、という技能があるのです。

オープンデザインや、私たちがデザインしている建築物もそうですが、昼食室などで人々が実際につながることができるようにデザインすることができますし、人々がオープンスペースで一緒にいられるように都市をデザインすることもできます。これは別の例です。

第2に非常に重要なのは、個人だけではなく、コミュニティ自体がケイパビリティを持つことができるということです。システムの枠組みからすると、計測・検証可能なので、個人においては見られなかったものが、コミュニティレベルや、より高い階層の概念では見ることができます。ケイパビリティでも同じです。この種の考え方は、組織についての文献によく出てくるもので、「この個人の集合に能力がある」というよりも、「このチームは能力がある」とか「この組織は能力がある」と見ているのです。

聴衆4：生存計器盤には感情、快楽的感覚に加えて、動機が含まれています。動機があるということは、計器盤には評価も含まれるのでしょうか。どれが、生存ダッシュボードの主要な部分ですか。

オーズ：〔図4の生存計器盤に挙げられているのは〕主に、これらが古い脳の

一部だからです。即座の感覚的な快感や痛み、即座の感覚的な入力や根本的な動機について考えてみると、手を離そうという基本的な動機や、ライオンから逃げようという動機など、これらはすべて基本的な脳の初期進化における発達機能です。これらは最初に生存のために生じたもので、意識的認知はより高次で、後から生じたものです。

もうひとつの理由は、これらは瞬間的なものであるのに対し、私たちの意識的な認知の多くは、省察や予期による計画であり、認知の部分は、多くの点で、私たちが話す際の上部（図 2・3）における省察の側面から出てきます。私が自分の経験を意味づけるとき、私は認知を使っている、それが物語（ストーリー）とは何かということです。それは一連の出来事についてのリンクされた認知です。だから認知はこれらの図にあり、それは（生存ダッシュボードとは違って）理論の別の部分〔図 2・3〕にあります。それは、意味の主な属性と結びついています。

Ⅱ. アーロン・ジャーデン「ウェルビーイングの様々なプロジェクトと倫理的ガイドライン」

アーロン・ジャーデン（メルボルン大学のポジティブ心理学センター准教授）：こんにちは、アーロン・ジャーデン（准教授）です。私はメルボルン大学のポジティブ心理学センターでリンジー・オーズ教授と一緒に働いています。私の主な役割は、センターでの応用ポジティブ心理学修士課程プログラムのコーディネーターですので、私はセンターの教育プログラムを改善する方法について考え、どのようにすれば正しい知識の基礎と技能（スキル）を持つ学生が〔大学から〕出て行って現実の世界でポジティブ心理学の科学を適用できるようになるのかという方法について考えることに、私の時間のほとんどを費やしています。

それに続いて、私は研究するのが好きで、もっと研究をしたいと思っています。修士課程が順調に進んでいるので、その機会も増えています。私が現在行っているプロジェクトの一部を紹介したいと思いますが、もし興味を持っていたら、私に声を掛けていただければ、それぞれのプロジェクトについ

でもっと詳しくお話しします。そこで詳細には立ち入らず、私に関わって主導・運営している様々なプロジェクトの一例をご紹介しますと思います。

また、私の経歴についても少しお話しします。そうすれば、なぜ私たちが行っている研究プロジェクトが大事に思えるかという文脈がわかるでしょう。私は哲学者として学問のキャリアをスタートさせましたが、特に倫理学や倫理的理論に興味を持ち、後に応用倫理学にも興味を持ちました。そこから心理学に進み、臨床心理士として学びました。それから少しITの仕事をしたので、哲学、臨床心理学、そして少しITとビジネスなどのバックグラウンド(背景)を持っていますが、ポジティブ心理学を発見したのがきっかけで、この15年間はポジティブ心理学の分野に携わってきました。そこでポジティブ心理学という分野をどのように発展させていくかを考えるために、このような幅広いバックグラウンドを集めてポジティブ心理学の分野を発展させることができるか、例えば臨床心理学のような様々な分野ですでに知られているものから便益を得ることができるかを考えています。

また、健康に関するバックグラウンドも少し持っています。例えば、私がポジティブ心理学センターに来る前の仕事は、南オーストラリア保健医療研究所のウェルビーイング&レジリエンス・センターで研究責任者をしていました。私たちの研究センターでは、ポジティブ心理学を地域社会全体に大規模に適用することにとっても興味を持っていました。例えば、更生部、大企業全体、学校のシステム全体など、高齢者や若者のような様々な人々に適用しました。また、ポジティブ心理学から得られるスキルの応用に興味を持っている社会のセクターにも、です。ですから、私には科学の経験と実社会への変換・応用の経験があります。

いつ研究する時間があるのでしょうか？ それはとにかく、私が特に興味を持っている研究分野のひとつは、ウェルビーイングとは何かを概念化することです。この分野の研究を始めたのは、教師や弁護士がウェルビーイングの概念について何を考えているかを調べることからでした。私たちは、プロトタイプ分析と呼ばれる特定のタイプの分析を使いました。これは、少し混合的な分析

です。彼らがたとえば「あなたは、ウェルビーイングの概念についてどう思いますか？ 何が頭に浮かんできますか？」と教師たちのグループに尋ねて、ウェルビーイングという言葉について考えるときに思い浮かべるものを自由にリストアップしてもらいます。彼らは「人間関係、身体的な健康、大切にされていると感じること」と言うかもしれませんが、彼らが何を言っても、彼らが言うことができることに制限はありません。彼らは「ウェルビーイング」という言葉について考えるときに思いつくことをリストアップします。

〔このように〕まず、多くの人に、ウェルビーイングについて考えるときに何を思い浮かべるかをリストアップしてもらいます。次に、別のグループの先生のところに行って、「私たちは以前、あなたのような人たちに、ウェルビーイングについて考えるときに何を考えるかを尋ねたことがあります。彼らがウェルビーイングから連想するものは何でしょうか？」と言うのです。次に、それを数値化してもらうために、2番目のグループの人たちに聞いてみます。「これらの用語のそれぞれについて考えてみて、それがあなたのウェルビーイングの概念にとってどの程度中心的なものなのか、あるいは周縁的なものなのかを考えてみてください」と言います。そして例えば、身体的な健康がどれだけ重要であるかを定量的に評価してもらい、教師がウェルビーイングをどのように概念化しているかを示してもらいます。これらの評価に基づいて、概念がウェルビーイングにとって、より中心的なもの、それほどではないものをランク付けすることができます。

次に3つ目のステップとして、妥当性チェックのようなものとして、別のグループの先生たちのところに行きます。私たちは、前のグループが非常に中心的であると報告した構成要素に基づいて、ケース・スタディのシナリオを作成します。例えば先生方が、「身体的な健康、大切にされていると感じること、人生の意味を持つこと」などのウェルビーイングの要素が本質的だと見ていたら、私たちは、「ジョンは工場で働いていますが、彼のウェルビーイングにとって本当に大切なことは、大切にされていると感じること、良い運動をすること、人生の意味を持つことです。」というケース・スタディを作ります。私た

ちはそれについてのケース（事例）の説明を少し書きます。教師のウェルビーイングの概念にとってより周辺のな、あるいは本質的ではない要素を使ったケースの説明も書きます。

こうして、私たちは2つのケース・スタディを用意します。1つは本質的な構成要素を持つケース、もう1つはより周辺の構成要素を持つケースです。3番目のグループの人に、「このケースを読んで考えたときに、あなたのウェルビーイングの概念をより代表するのはどちらか」と聞いてみます。これは一種の妥当性チェックです。このような調査を、教師、弁護士、青年、看護師など、さまざまなタイプのグループを対象に行う予定ですが、私たちが発見しているのは、「ウェルビーイングとは何か」、特に「ウェルビーイングの要素にとって何が重要で、より本質的なものであるか」について、さまざまなグループが大きく異なる概念を持っているということです。

いくつか例を挙げてみますと、看護師にとっては、評価されていると感じることが本当に重要であり、ウェルビーイングの社会的側面も重要です。弁護士の場合は、あまりそうではありません。彼らは、あなたが想像するように、コントロールや自律性などの個人主義的な概念をより重視しています。思春期の子どもたちのウェルビーイングの概念は、大人のウェルビーイングの概念とは大きく異なります。例えば、ペットを飼うことは思春期の若者にとって本当に大切なことです。

また、社会経済的なグループ間でも違いがあることも分かっています。思春期の子どもたちを対象にした研究では、貧困地域のような社会経済的地位の低い学校に通う子どもたちと、高い地域に通う子どもたちでは、より本質的なものが大きく異なるという意味で、ウェルビーイングに対する考え方が異なることがわかりました。基本的なニーズを満たす必要があるという考え方はある程度正しいと言えますが、同時にこのこと（結果）は、学校でウェルビーイングを発達させたり実施したりする際についての洞察を与えてくれます——学校のタイプに応じて、それを調整したり、文脈に合わせたりする必要がおそらくあるでしょう。

「人々がウェルビーイングによって何を意味しているのか。人々がそれをどのように定義しているのか。そしてどのようにそれがウェルビーイングのモデルにつながり、彼らのウェルビーイングの定義と整合しているのか」を実際に把握するというような全部の考え方や領域があり、それから評価のツール（道具）として使うことができます。ウェルビーイングのモデルや、人々のウェルビーイングの定義との整合性は、例えば学校でのプログラムを評価するためのデータ収集の基礎となります。このようなウェルビーイングの概念化という全アイデアは、ウェルビーイングを高める旅の出発点です。

これは、私がもっと研究したいと思っている分野のひとつで、様々なタイプの人々や年齢層、文化の異なる人々のサンプルをもっと集めたいと思っています。

私が本当に興味を持っているもうひとつの分野は、倫理学です。先ほども言いましたが、私は哲学や応用倫理学、倫理的理論のバックグラウンドを少し持っています。最近私たちがポジティブ心理学の分野で初めての「実践のための倫理的ガイドライン」を発表したことを皆さんは知っているかもしれません。これを日本語に翻訳してほしいと思っています。

これは非常に興味深く、当初考えていた以上に挑戦的なプロジェクトでした。3年近くかかりました。なぜなら、ポジティブ心理学において鍵となる全てのステークホルダーとともに分野を横断して協力し、実践者にとってどのような倫理的ガイドラインが有用であるかについて意見を得るために、かなりの努力をしたからです。当座のためにも、この分野をより専門職的な状態に発展させるためにもなるガイドラインを作るためです。今後のポジティブ心理学の可能性としては、資格取得についても考えていますが、実践のベースとなる倫理的なガイドラインがなければ、心理学者としての資格を登録することはできません。ポジティブ心理学がどのように専門職化していくのかという道筋の中での小さな1歩であり、これらのガイドラインを作成することは、私たちがやる価値のある努力だと思った理由です。

それがもうひとつの興味のある分野です。私が本当に興味を持っているもうひとつの分野は、「ウェルビーイングと公共政策」という考え方です。私の同僚

のダン・ウェイジャース (Dan Weijers) と私は、数年前から「ウェルビーイングと公共政策」という会議シリーズを始め、これまでに3回の会議を開催しました。特に、「どのようにウェルビーイングの科学を、もっと広く見るか。公共政策と実践についてどのように見るか。ポジティブ心理学や心理学自体が、実際の公共政策の展開に対して、経済学を超えて役割を果たしうる役割の範囲についての論争」などです。そのシリーズの第4回目の会議が来年2020年にメルボルンで12月4日と5日に開催されますが、私たちは幸運にもその会議を主催することになりました。私たちは、「人々の心とウェルビーイング・サイエンスの最前線にある社会変革の概念にどうやって応えられるか」、そして「社会の最前線にある私たちの時代の大きな課題に私たちはどのように取り組めるか」、「ウェルビーイング・サイエンスはそれらについて何を語るができるのか」、そして「それらをどのように結びつけて、社会政策に反映させることができるのか」を考えています。

私たちは、人々の混ざり方 (ミックス) を見て、それについて話すために適切な人々を集めようとしています。他の国がウェルビーイングを公共政策に取り入れるためにした例から、学ぶことができます。もともとニュージーランド人である私自身も、ニュージーランドが世界初のウェルビーイング予算を開発したことや、「経済モデルに生きやすさ (livability) やウェルビーイングの側面をどのように含めることができるか、という長年の議論を通じてどのようにしてそれが実現したのか」、「政府機関がどのように国家レベルでウェルビーイングを支援することができるか」などの話をすることができます。これがウェルビーイングと公共政策の分野です。

私が本当に興味を持っているもうひとつの分野は、このポジティブ心理学の分野が成長していく中で、実践者が使えるツールを開発していることです。そのうちのいくつかについてお話ししますが、私たちは測定可能なレベルでインパクトを与えることにとても興味があります。私が現在取り組んでいるものは、「マイ・ウェルビーイング・プランナー」と呼んでいます。以前は「パーソナライズ (個人化) されたウェルビーイングとパフォーマンスのプランニング」と

呼ばれていました。これはウェルビーイング・リテラシーという概念を、まだ何も知らない人にどうやって導入できるのかに関するアイデアです。「ウェルビーイングが何を意味するか」というウェルビーイングの概念化を考えてもらうようにするというアイデアなのです。そして、それに基づいて彼らにいくつかのウェルビーイング技能（スキル）を教えることができるのです。彼らは実際に自分のウェルビーイングの考え方にあわせて、計画や目標設定の過程に入ることができます。コーチやメンターと一緒に、実際に自分たちのウェルビーイングの構築に取り組むことができるのです。現在、私たちが開発しているこの製品は、大学生を対象にしています。メルボルン大学に入学してくる留学生ですので、彼らの学業成績計画と連携させることにも興味を持っています。

学業成績のための計画に関する技能と同じ種類のものが、個人のウェルビーイングのための計画にも妥当だと私たちは考えています。留学生のための製品を開発する際に私たちは時とともに反復しテストしてきており、今は作動させて改良しています。これは、たとえば留学生のウェルビーイングを高めるためにどうすべきかという点で実践者（プラクティショナー）たちに提供できる製品の例に過ぎませんが、これは留学生だけに意義がある製品というわけではありません。これは、全ての市場において有意義です。「ウェルビーイングとは何かを考え、それを自分のものにし、それを実際に計画したりモニタリングしたりして、時間をかけてウェルビーイング度を高めていくスキルを学ぶ」という考え方は、あらゆる種類の市場に関連しています。

私が熱心にもっと働きたいと思っているもうひとつの産物は、私たちがウェルビーイングをどう評価（アセスメント）するかということに関してです。現在、私たちが行っている評価の大部分は調査であり、その大部分は非常に認知的なものです。この調査では、あなたのウェルビーイングの評価、つまり人生の満足度について質問します。それほどではありませんが、感情についても質問しますが、あなたの行動や実際に何をしているかについて質問している調査は、非常に少数であり、非常に低い割合です。幸福な人が実際に何をしているのかについてはほとんど知られていませんし、生理学を使った評価もほとんど

ありません。こういった潮流は増えているのですが、実際のレベルではあまり多くの評価は行われていません。

私たちの評価の多くの基礎は実際に、認知的なフォーマットに基礎を置く調査ですが、大規模な組織や学校に話を聞くと、学生を授業外に連れ出して評価のための時間を確保しなければならず、学生は少し退屈だと感じているため、非常に現実的ではないことがわかります。このような方法でウェルビーイングを評価するには、これらすべての障害があります。私の課題は、「学生に調査を依頼することなく、どうやって学生のウェルビーイングを評価するか」ということです。私たちは、メルボルン大学のコンピュータサイエンス分野の別のチームと協力して、子供たちに「人生で何をしたいか」を話してもらい、実際に顔認識と、イントネーションや声を評価し、実際に言葉として使う用語を見て、これらすべての変数を組み合わせて、ウェルビーイング度評価を作成するための大きな挑戦をしています。これは、非常に高遠な研究の目標であり、それには長い時間がかかりそうですが、私は評価（アセスメント）がどのようになるのかを見たいと思っています。それは、侵襲的ではない形で誰かのウェルビーイングをモニターして追跡することができる評価方法であり、学校の子供のウェルビーイングが侵されることを積極的に防衛し、彼らが落ち込んだり自殺しようになる時にただ顔の認識や声のイントネーションなどから変化を捕まえることができるようになるでしょう。

そして、もうひとつ関心のあるプロジェクトがあります。今、書き始めた本がいくつかあります。ひとつはポジティブな大学についての本で、アメリカのジョージ・メイソン大学の友人と共同で書いています。今日のポジティブな大学について私たちが知っていることについて、最初の教科書を作りたいと思っています。世界中の他の大学の良い事例をいくつか紹介したいと思います。様々なスケールの大学で、本当にうまくやっていて、ウェルビーイングの科学をスムーズに動かして実施しているところです。メキシコのテクミレニオ(TecMilenio)大学やアメリカのジョージ・メイソン大学、そしてここオーストラリアでも、大学全体のスケールで、例えば強み評価のように、ウェルビーイングの一部を実

施しています。学部レベル、学科レベル、分野レベルの区画で行われているものについては、本当に良い例がもっとたくさんあります。

この本は、人々が行って本当にうまくいったことのケース・スタディについての本になりますが、この領域に進出したいと考えている大学のために、良いツール（道具）や枠組み、構造を提供する本にもなります。需要は高まっていますが、この領域でどのように進めていけばいいのかについての知識はほとんどありません。それが1冊の本です。

もうひとつの本は、あなたのウェルビーイングを向上させるための、より斬新で普通ではない方法について書いています。ポジティブ心理学が発展していく中で、かなり中心的で一般的に知られているポジティブ心理学的介入、例えば3つの良いことや自分の強みを利用するなどの方法がありますが、それ以外にもあまり知られていないウェルビーイングを向上させる方法がたくさんあり、それが役に立つこともあります。

ひとつの例を挙げてみましょう。不快感を避けるためにテクノロジーを使う社会〔にするの〕ではなく、不快感は実際にウェルビーイングへの経路になりうと思います。不快感から、ウェルビーイングを経験するケイバビリティの一部を構築できるからです。この本は、ウェルビーイングを改善する方法についての約12または13の異なるアイデアをめぐるものになるでしょう。それらは、それほどよく認識されていないのですが、実際に、証拠に基づいた科学的な文献が周辺にあります。しかしウェルビーイングの科学のコミュニティにおけるポジティブ心理学ではあまり知られていません。

小林：（会場の）皆さんに対し、今のお話しについて2つだけ説明します。ひとつ目は、日本ポジティブサイコロジー医学会事務局（松隈信一郎氏）の尽力もあって、タイヤープ・ラシッド先生から提案があって、今、アーロン・ジャーダン先生がお話しになった倫理的ガイドラインの国際的文書に、日本のこの医学会が署名をし、それが『ウェルビーイング国際ジャーナル』第9巻3号（2019年）に掲載されています⁴。ジャーダン先生が第一執筆者ですので、中心的な

役割を果たされたのだらうと思います。私もあのガイドラインを見て、思想的にしっかりしていると思っていたので、今、ジャーデン先生に哲学的なバックグラウンドがあると伺ったので、とても納得しました。その件も話していただきたいと思って、今日の講演をお願いしました。

それから、2点目は、『ウェルビーイング、回復、そして精神的健康』⁵という本は、オーズ先生とジャーデン先生が3人の編者の中におられ、この本の中でお2人とも3～4本、共著論文を書いてらっしゃっています。その中には、もちろんメンタルヘルスの問題も入ってるのですが、同時にジャーデン先生の場合は政策の問題、それも、一般的なウェルビーイング政策や、オーストラリアとニュージーランドのウェルビーイング政策についての論文を書いておられます。

（ジャーデンに）倫理ガイドラインを読んでも、哲学的な観念も存在することにとっても感銘を受けました。

ジャーデン：そのガイドラインの作成は覚えています。イーストロンドン大学、カナダ、ニュージーランドの同僚とのコラボレーションで3年近くかかったプロジェクトですが、最初は哲学的な議論からスタートしたと思います。

小林：では、次の質問をさせていただきます。ニュージーランドとオーストラリアの政策について、少し言及されました。オーストラリアとニュージーランドの公共政策で、ウェルビーイングについてどのようなことが起きているのか、少し説明していただけますか？

ジャーデン：はい。私たちは、オーストラリアとニュージーランドのウェルビーイング政策について本の章を書きました。はじめにウェルビーイングという言葉

⁴ Aaron Jarden, Tayyab Rashid, Annalise Roache, Tim Lomas, "Ethical Guidelines for Positive Psychology Practice," *International Journal of Wellbeing*, Vol.9, n.3 (2019), <https://internationaljournalofwellbeing.org/index.php/ijow/issue/view/35>

⁵ Mike Slade, Lindsay Oades, Aaron Jarden, *Wellbeing, Recovery and Mental Health* (Cambridge, Cambridge University Press, 2017).

葉が公共政策の中でどのように使われているかを調べました。何がウェルビーイング志向なのか、ニュージーランドとオーストラリアはどのような政策を展開し、実施しているのか、それとウェルビーイングとの関係は何なのか。私たちは、その2国で、ウェルビーイングに少し違った重要性が置かれていることを見つけました。私たちはウェルビーイングという用語が政策でどのように用いられているかを調べましたが、特にニュージーランドの軌跡を見るのはとても興味深いものがあります。おそらく今から8年か9年前頃に、ニュージーランド統計局が国際的レベルで、ウェルビーイングの測定に本当に焦点を当てたと確信を持ちました。彼らは、特に心理的なウェルビーイング度に関する項目を増やし、財務省と緊密に連携しているため、生活基準フレームワーク（一種のウェルビーイング・フレームワーク）や、オーストラリアの同様の（やはり更新している）ウェルビーイング・フレームワークとの関連について会話を始めました。

その考え方は今も動き続けています。そこで、私たちは統計局の人たちに財務省の人たちと話をしてもらいました。そして、私たちは彼らにウェルビーイングのアイデアに興味を持ってもらい、それについてもっと考えてもらい、彼らはこの枠組みの中でウェルビーイングの例を少しだけ出しました。その時点で、話は少し左に曲がってしまいました。なぜなら、経済学者が少しだけハイジャックして、経済学者たちがもっと大事だと考えた方向に戻ってしまったからです。それは、心理的ウェルビーイングの側面が少ない方向です。しかしそれにもかかわらず、このような議論は数年間続いていましたが、私たちが最初に与えたアドバイスを認識するに至りました。つまり経済学者たちのアドバイスの方はあまり役に立たないだろうということです。そこで（その行政の人々は）最近では心理的なウェルビーイングの理解の方に戻ってきていて、それは良いことです。ニュージーランドでは、この全てが基礎を作り、労働党政権が誕生したときに、ウェルビーイングに真に焦点を当てることになったのです。

彼らは、世界初のウェルビーイング予算を打ち出したのです。すべての大臣や政府部門は、心理的なウェルビーイングにどのような影響を与えるかという

点で、お金を使いたい理由を正当化しなければなりません。これは、世界最初のことで、皆が世代間のウェルビーイングについての見解を念頭に置きながら、大臣や政府の各機関が協力しなければなりません。政府のその部門がしたいことはどのようなもので、それが誰かのウェルビーイングにどのように影響を与えのか。そのようなことをすべて辿ることができ、考えたり測ったりすることに興味を持った初期の政策担当者や、関係者たちが実際にどのようにしてこのような仕事を実践していくのか、ということがわかりました。この点では、財務省は本当に本質的な役割を果たしていましたが、実際に私たちの多くを彼らだけで後押ししてくれました。これを見ることは本当に素晴らしいことでしたが、その本の章は、「何が起きているのか」についての調査と、「なぜ私たちはもっとできないのか」についての新しいアイデアの種をまくことにもっと重点を置いています。

小林：ありがとうございました。

ジャーデン：他にもいくつか興味深いプロジェクトがありますが、私が特に興味を持っているのは、ポジティブな大学空間に関連するもので、博士課程の学生に関係しており、特に彼らが博士課程を修了できるように支援することです。博士課程修了に関する統計は非常に悪く、進学者が実際に修了する割合は非常に小さいのが現状です。多くの理由により、彼らは、レジリエンス（回復力）が増大すれば便益を得られるので、私たちはその技能を教えることができますが、彼らはウェルビーイングの増大からも便益を得ることができるのです。実際に、彼らが研究の過程や経路を楽しむことができるように支援します。そうすれば、博士号を取得した後に彼らがより多くのことを学ぶことができるという知見を大書することができます。彼らは、これ以上何もしたくないという気持ちで博士号の経験を終えるよりも、実際にその経験を沢山もっとエンジョイすれば、その知識は社会に、もっと良く変換（翻訳）されて生きるでしょう。私たちは、特に指導教員との関係性のスキルなどを中心に、レジリエンスの技能

やウェルビーイングの技能を高めるための特別なプログラムを開発しました。それは、修了率を高めるためのものであるとともに、その経験をもっとエンジョイして、修了の日にはその知識の変換の便益を大きくするためでもあります。私たちがちょうどその特定の産物（プロダクト）を作るのも終わりに近づいています——これは、別の一例です。

聴衆5：思春期の研究について教えていただけますか？

ジャーデン：生涯発達の観点から見た場合、11～12歳前後の思春期の子供たちは若い子供たちです。彼らは人生経験を積んでおらず、多くのケイパビリティをまだ身につけていません。彼らがウェルビーイングとして経験することの多くは、彼ら自身の視点や仲間のグループからのものであり、これは他の心理学の文献とよく一致しています。例えば価値観などは良い例です。生涯にわたる価値観に関する文献によると、若者は最初「快楽主義的」な価値観から始まり、人生を経るにつれて、より「安心」や「伝統」のような価値観を持つようになります。彼らは人生の終わりには、人生の始まりの時よりもずっと伝統のようなものを大切にしています。

思春期の子どもたちがどのようにウェルビーイングを概念化しているかを見てみたところ、ポジティブな感情やフィードバック・ループを促進することや、社会的な関係性の重要性、目的や意味を感じることの重要性について（かつては）話していましたが、今の子どもたちはそれらを全く言いません。今の子供たちは、ペットを飼っているようなことに興味を持っていて、それがポジティブな感情を瞬時に体験させてくれるからです。それは、自分たちのウェルビーイングを築くための幅広い概念を身につけるための人生経験がまだないことと、そのための時間がないことが重なっているためだと思います。それは経験的な質問なので、確かに検証する価値がありますが、それが私の推測です。

また、もうひとつの反面は、ウェルビーイングに関する文献を見てみると、ウェルビーイングについて若者にはまったく尋ねていません。実際には、感情的なウェルビーイングを若者に押し付けているのです。国連や経済協力開発機

構（OECD）のような大きな団体が、若者の認識の向上を呼びかけているのを目にします。それらはウェルビーイングを定義し、概念化することは十分に洗練されていると思うのですが、なぜ若者自身のものではないウェルビーイングの観念を含む政策を彼らに押し付けるのでしょうか。この分野は、もっと多くの努力と仕事を必要とする分野です。

聴衆6：とても興味があります。私は青少年の発達に携わっていて、時々思春期や高校生に教えているように感じます。ある種の困難は、彼らがもっと成熟するための心理的発達にとっても重要なので、それをなくすことにためらいを感じます。困難を経験する前にレジリエンス技能のようなものを教えるのは、どうでしょうか。

ジャーデン：ええ、とてもいい質問ですね。2つの例を紹介しましょう。ひとつは、私が関わっていた以前のセンターで、「自由な範囲での遊びと子供たち」と呼ばれるものについて、とても良い研究をしていました。研究者たちは小学校に入って、学校のルールをすべて取り払いました。子供たちは好きだけ速く走れるようになりました。木にも好きだけ登れるようになりました。武器を使ったり喧嘩をしたりしてもいいのですが、安全に関する新しい規則や規制を押し付けるのではなく、取り払うことに重点が置かれていました。それから、彼らは、全てを計測しました。発見したのは、子供たちは怪我が減り、より幸福になり、学校でより焦点を合わせることができるようになったということです。また彼らははるかに活動的になったので、身体的健康に大きな効果がありました。これは1年間に渡って行われました。

子供たちに自分たちのやりたいように自律的に遊ばせたところ、このパイロットプログラム（試験的計画）は大きな成功を収めました。また、デザイン思考のような種類の、子供たちの助けになるものを学校に設置しました。固定された遊びの構造物ではなく、それらを取り払い、タイヤや木の束を置いて、子供たちを放し飼いにして創造的に遊べるようにし、大きな成功を収めたのです。もっとも、親を説得するのはとても大変でした。遊び場についての文献に少し

似ています。遊び場の下にセーフティネットを敷いた途端に、怪我の発生率が2倍になってしまうのです。子供たちは、リスクを評価することが実際にうまく、この実験からわかったことは、この「遊び場における」知見などに続いています。このプロジェクトの全体的な考えは、人生の早い段階で子供たちにリスクを予測させ、回復力やケイパビリティを身につけさせた方が、もう少し遅く、つまり高校生になってから性的健康や飲酒運転など、人生の中でより危険なことに直面するようになってから「そうする」よりも良いということでした。

もうひとつの例は、あなたの質問に関連していますが、私が参加していたプロジェクトで、「レジリエント・フューチャー（回復力の未来）」と呼ばれるものがあります。これは南オーストラリアのアデレードで、社会の中で最も非参加型の若者850人を特定するために、大規模な助成金を受けました。彼らは皆、本当に辛い思いをしてきた子供たちです。家族もいず、刑務所に入ったこともあります。教育システムから完全に切り離されています。経済学者は、これらの子供たちひとりひとりに、もし介入がなければ、一生の間に100万ドルのコストがかかると計算しました。ですから、全体では8億5000万ドルの問題です。このプロジェクトの課題は、彼らを特定し、彼らにウェルビーイングと回復力の技能を教えることでした。

その子供たちは橋の下で寝泊まりしていたり、家族がいなかったり、お金がなかったり、麻薬を手に入れることに焦点を置いていたりしていました。そんな状況だからこそ、彼らはもっとレジリエンス（回復力）を高める必要があったのです。彼らがどうやってこの状況から抜け出すにしても、彼らはよりレジリエンスを高めることで恩恵を受けることができますし、それと同時に、もっとウェルビーイングのための技能を身につけることでまた恩恵を受けることができます。

「このような状況にいる人に、どのようにしてこの技能を教えるのか」という課題があり、実際には支援機関を通し、ケアを提供する人に教える必要があることが分かりました。ヘルスケアであれ、経済的支援であれ、これらの子供たちはいつも少なくともどこか「の支援機関」とのつながりがあります。子供た

ちはセミナーには来ようとしないので、その「機関の」人に、ウェルビーイングと回復力の技能を教える方法を教えなければなりません。つまり、(サービス) 提供者がどうやって技能を教えるかを、また、提供者がすでに子供たちと一緒にしている仕事の文脈の中で、どうやって会話の中に技能構築を取り入れるか、ということをお教えるということです。

これは非常にトリッキーなことなのですが、私たちが発見したのは、プロジェクト終了時には約56%の学生が教育に再参加していたということです。これは大きなことで、以前は教育にとどまらなかった人が教育に戻るということは、彼らがトラブルに巻き込まれうる機会が減るからです。よって、このプロジェクトは大成功を収めました。グッドデザイン賞を受賞しました。これはオーストラリアでは、実施科学に関する方法論についての大きな賞です。

聴衆7: 私は医学部に勤務しているので、大学生のレジリエンスプログラムに興味があります。日本では、医学部生は高校を卒業してすぐに医学部に入学しますが、6年間のプログラムで、カリキュラムは非常に窮屈で、学習環境も厳しく、精神的な問題を抱えてドロップアウトしてしまう生徒もいるため、プログラムを含めたレジリエンス・トレーニングを始めたばかりです。もっと詳しくプログラムの内容を知りたいです。

ジャーデン: 両刃の剣のようなものだと思うのですが、ストレスの多いシステムに人を入れて、そのシステムの中の人を変えようとしても、実際には(ストレスを)補強しているシステムを変えずにできることは限られています。現実には「どのようにシステムを変えられるか、どのように個人を助けられるか」という2つの問いがあります。例えばメルボルン大学の医学部では、システムがあまりにもストレスが大きいと判断しました。そこで、最初の年に成績を出すのをやめました。彼らは、その競争的なストレスが役に立つと感じなかったからです。これはシステム変化で、私の理解では、とてもポジティブな効果をあげました。個人レベルでは、思いやりや優しさ、共感などの技能を教えることができますが、実際には「システムを理解し、それがどの程度機能できるの

か。それが何なのか」を理解することも、本当に良い第1歩となります。特に医学部学生は、とても大きな期待をされているからです。

私たちは「変化の理論」の観点から、文献に基づいて、役に立つと思われる特定の技能を探し出し、はじめにそれを基にしたプロトコル（実施要領）を作成します。私たちは、このプロセスでどのような特定の技能が役に立つのかを明確にします。各学問分野が微妙に異なるという意味では、いま話された点も適切です。例えば、医学は非常に階層的で、競争が激しいのに対して、創造的な芸術の話をしていると、別の分野の話ということになってしまいます。大学の先の職業によって、異なったストレスの存在していることが知られています。例えば獣医学は人とはあまり話さず動物と話しますし、歯科医は常に不安の周りにいます。私たちは、さまざまな職業についての合理的に優れた洞察をいくつか持っており、その人々は異なった理由でウェルビーイングを持っていて構築しています。ですから、特定の分野で博士課程にいる人に教える際には、このような知識を教えなければなりません。なぜなら、彼らの分野の研究の先、私たちが介入できるとわかっている領域の先に、あることよりも別のことをする方が彼らのウェルビーイングに資することがあるからです。

聴衆8：私は、医学部の学生のためのレジリエンス・トレーニングのいくつかに関わっていて、レジリエンスの議論を聞いています。レジリエンス・トレーニングと一般的なウェルビーイングの関係は、どのようなものでしょうか。
ジャーデン：経験的な文献では、レジリエンス（回復力）と、広く定義されたウェルビーイングの間には、ポイント5（0.5）の相関があることが示されているので、どちらも無視することはできません。ある程度のレジリエンスがなければ高いウェルビーイング感を得ることは極めて難しいですし、高いウェルビーイングを持たずに非常に高いレジリエンスを得ることもできません。ですから、どちらか一方だけを教えるのではなく、両方を教えることが重要なのです。

小林：（参加者向けに）オーズ先生たちは、私の研究しているコミュニタリアニ

ズムの考え方が、自分たちのシステム・インフォームド・ポジティブ心理学と近いと思われて、今回はわざわざこの点を議論するために、中国を訪問される機会に来日もしてくださいました。実際に、皆様にお送りした論文で、コミュニティアニズムとの関係についても触れていらっしゃいます。コミュニティアニズムについては、さきほど詳細な説明や議論を両先生と個人的に行いました。一方で、私もシステム・インフォームド・ポジティブ心理学にとっても啓発されました。もともと、コミュニティアニズムという政治哲学の考え方を、システム理論として展開したらどうなるかという可能性を考えていたのですが、この機会にその挑戦をおこなってみようかと思います。

（オーズに）オーズ教授、システム・インフォームド・ポジティブ心理学を日本語に翻訳するのは少し難しいので、その意味を私たちに説明してくださいますか？

オーズ：皆さんが楽しめるように、少し背景を説明します。ある段階では、私たちはそれをポジティブ・システム・サイエンスと呼んでいました。しかしシステム科学は非常に大きな分野なので、それは大きすぎると思い、野心を減らして、私たちが実際にしていることを見ると、それは、ポジティブ心理学に〔システム科学の〕情報を与える（知らせる *informing*）ことであり、システム科学を使い、システム科学から学び、もっとシステム・アプローチを使ってポジティブ心理学を改善しようとしています。こうしてこの用語が現れました。あなたの質問に直接に答えれば、それはシステム科学の概念を使ったポジティブ心理学であり、「インフォームド」が意味しているのは、システム科学からの概念を用いているということです。どのように翻訳するのがよいかは、私にはわかりませんけれども。

（※この答えに基づくと、「システム・インフォームド・ポジティブ心理学」は「システム科学の概念を用いるポジティブ心理学」ということになるが、以下では簡略化して時に「システム論的ポジティブ心理学」とも訳す。）

Ⅲ. コミュニタリアニズム・社会システム論のシステム論的ポジティブ心理学としての再定式化（小林正弥）

小林：ありがとうございます。これはとても大事な論文だと思います。

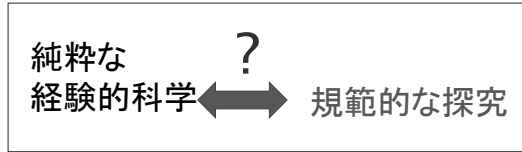
私の今日の発表では、まず、私が過去3回のIPPA（国際ポジティブ心理学会）大会でお話しした基本的なポイントを説明します。次に、システム・インフォームド・ポジティブ心理学に触発されて、私自身の政治哲学をこのようなシステム理論として再定式化していきたいと思います。

私が初めて発表したIPPA世界大会（2013年）では、ポジティブ心理学のアリストテレス的解釈を提起して、ポジティブ心理学の認識論的な問題を扱いました。認識論はシステム・インフォームド・ポジティブ心理学の論文でも言及されていましたが、ポジティブ心理学者は、ポジティブ心理学は科学だから規範的ではないし、指示的でもないと主張することが多かったからです。しかし、ポジティブ心理学を実践的な生活に応用しようとする人たちは、「明らかにこれは科学だが、幸福を促進するものだ」と言います。そのようなファシリテーションと、規定的・指示的な学問との違いは何なのか。それが考えなければならない問題です（図1）。

ここには、規範的な議論と経験的な記述を厳密に区別している現代科学の通常理解と関係する若干難しい哲学的な問題があります。アリストテレスは明らかに規範論的な哲学者そのものですが、「実践学」という学問分類を提起しました（図2）。このような古典哲学の立場からは、実践学とされる倫理学や政治学において、規範哲学と記述科学とは何らかの形で共存・共生し得ると考えられます。このような観点から、私はそのアプローチを「哲学的科学」、つまり哲学に触発された経験的科学と呼んでいます（図3）。これまで科学と哲学の間には大きな溝がありましたが、ポジティブ心理学や幸福研究ではそれらが架橋されて、この溝は減ってきていると思います。

哲学的科学という言葉は私は、哲学的思想に導かれた科学と定義しており、これは、規範的側面と経験的・実証的側面の両方から構成される科学です。アリストテレスの学問分類では、3つの種類があります。ひとつは、現代科学にお

図1 ポジティブ心理学の認識論的な問い

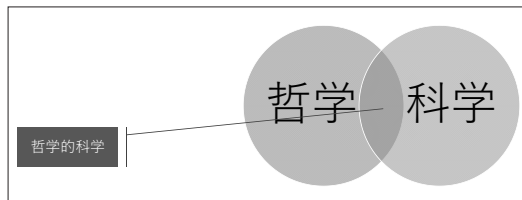


（出典）以下すべて当日の発表スライドより

図2 アリストテレスの学問分類



図3 哲学的科学の概念



ける物理学や化学のような厳密な理論科学です。その次は実践学であり、倫理学や政治学です。倫理学と政治学の2つはアリストテレスの思想では密接に結びついています。この学問は、正確な理論的科学ではなく、実践的な事柄についての大きな傾向の概要を示したものです。

第3の分類は、詩学や技術のような制作学です。ポジティブ心理学は、アリストテレスの古典的な実践学の伝統を復活させたものであり、実践的で実証的

な科学、つまり実践的科学であると考えた方が良いでしょう⁶。

ポジティブ心理学では、統計分析から法則に似た傾向性を発見しますが、それは厳密・正確な法則ではないと思います。厳密な科学的因果関係は数学的法則で表現されていますが、ポジティブ心理学の発見の多くは、明らかに統計的分析に基づいています。

このように考えることによって、ポジティブ心理学における数学的または理論的な議論のいくつかの失敗の背景となっている理由がわかります。バーバラ・フレドリクソンは、彼女の共同研究者であるロサダの数理的根拠に対して批判が現れたために、約 3:1 というポジティブ比の数字（繁栄に向かう可能性が高い比率）を撤回しました。この比が一定以上だと繁栄に向かうという統計的な傾向は確かにありますが、その数字は必ずしも 3:1 ではないと認めて、当初の主張を修正したのです。

また前回の IPPA 大会（2019 年）では、ソニア・リュボミアスキーが自分の提起した幸福チャート（図）の数字を公に撤回しました。幸福チャートは、遺伝子による設定値・状況・意図的活動の幸福に対する影響をおおむね 50%、10%、40%と示していましたが、この数字は必ずしもいつも正確であるとは限らないと認めたのです。

最近のこのようなポジティブ心理学の展開は、ポジティブ心理学が法則に似た傾向を示す実践的な実証科学であることを意味します。それらは正確な科学的法則ではなく、大まかな科学的傾向を示しているのです。

このように実践的科学という見方を導入すれば、規範的または促進的な側面と、記述的または経験的な科学という側面を統合することができます。また古典的な政治哲学の洞察を導入することもできます。政治哲学は、近代になって自然科学と区別されてきましたが、こうすれば政治哲学と科学的なポジティブ心理学の視点を橋渡しすることができるのです。

図 4「政治哲学の布置」と図 5「ポジティブ政治哲学」とは、政治哲学の布

⁶ 小林正弥「ポジティブ心理学と公共哲学」『公共研究』第 14 巻第 1 号、2018 年、第 1 図（89 頁）参照。

図4 政治哲学の布置

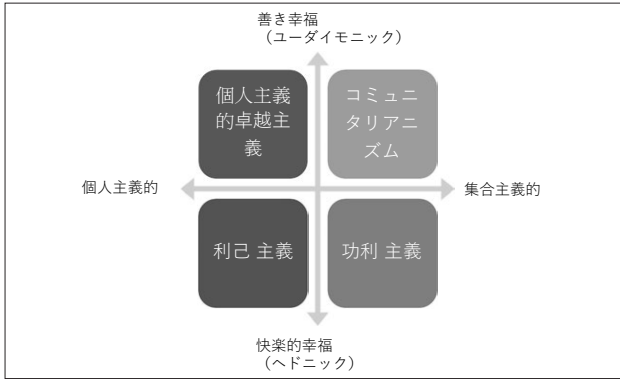
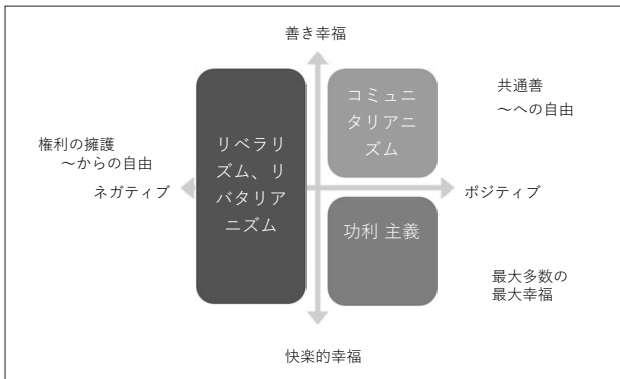


図5 ポジティブ政治哲学



置関係を簡単に示したものです。コミュニタリアニズムは、リベラリズムやリパタリアニズムを批判して現れたという点で、挑戦的な政治哲学であり、また、功利主義とも違います。後者の3つは、現在のところ、今日の世界の主要な政治哲学です。

まず、図4「政治哲学の布置」では、政治哲学を「快楽的（ヘドニア）／善福的（エウダイモニア）」という次元と「個人主義的／集合主義的」という次元に即して沿って位置づけています。右下の第4象限に功利主義があります。こ

これは「最大多数の最大幸福」というベンサム有名な言葉で知られていますが、これは快楽主義的な幸福観に基づくものです。これは個人の快楽の総計を意味しているので、集合主義的な右半分の領域にも位置しています。これに対して単純な「利己主義（エゴイズム）」は、個人主義的であると同時に快楽主義的なので、第3象限に位置しています。これは、効用の概念に基づいた主流派経済の基本的な考え方と関係しています。それは個人の利益を基礎としており、快楽的（ヘドニック）な幸福観に近いのです。

対照的に、美德倫理に関連する他の思潮があります。それは、この図の上半分にあるコミュニタリアニズムと個人主義的卓越主義（完成主義）です。コミュニタリアニズムは、美德のような倫理的次元の重要性を強調し、様々なコミュニティに見られるように、政治における集合的次元の重要性を強調しています。これに対して、個人主義的卓越主義は、個人の美德の重要性のみを強調し、共同体的、あるいは集合的な次元を無視するという点で、コミュニタリアニズムとは異なっています。

図5「ポジティブな政治哲学」は、政治哲学を「快楽的（ヘドニア）／エウダイモニア（善福的）」だけでなく、「ネガティブ／ポジティブ」という軸を用いて分類しています。これは、本日のオーズ教授の発表で言及されたI・バーリンの「積極的（ポジティブ）／消極的（ネガティブ）」な自由という観念と関連しています。リベラリズムやリバタリアニズムは、国家権力の脅威に対して、個人の権利の保全や防衛を主に重視しています。それは、負（ネガティブ）の政治権力に対抗する政治哲学であり、消極的自由を守ることを主眼にしています。これは、（ネガティブな領域を中心に研究するという点で）「普通の心理学」（ポジティブ心理学が誕生する以前からの通常の心理学）に類比して考えることができます。つまり、（ネガティブな政治権力に対する議論という点で）「普通の政治哲学」なのです。

これに対して、コミュニタリアニズムや功利主義はポジティブな側面も扱っています。コミュニタリアニズムは共通善の概念を重視しており、功利主義的な「最大多数の最大幸福」と同様にポジティブな側面に焦点を置いています。こ

の二つは、「快楽的（ヘドニア）／善福的（エウダイモニア）」という軸については異なっていますが、どちらもポジティブな方向を扱っています（図5の右側の領域）。

以前も政治学者が心理学に目を向けることはありましたが、通常の心理学はネガティブな面に焦点を当てていたので、病理的な政治現象の説明には有効でしたが、健全な政治の説明にはあまり役に立ちませんでした。しかし、今はポジティブ心理学がポジティブな面に焦点を当てているので、コミュニタリアニズムはポジティブ心理学の成果を活用することができ、その重要性を理解することができます。コミュニタリアニズムはポジティブな政治哲学と言えるのです。

コミュニタリアニズムの角度から見ると、オーズ教授の論文で言及されているシステム原理の重要性がわかります。「システムの原理」とコミュニタリアニズムとの類似性をまとめたのが、図6です。論文で言及されている「目的の共有」は共通の善にかなり近いので、システム論的ポジティブ心理学はコミュニタリアニズムにかなり整合的だと思います。コミュニタリアニズムでは、一体感や相互扶助などの概念の中で、オーズ先生らの言う「相互結合性」が常に強調されています。

システム論的ポジティブ心理学では、「動態性（ダイナミクス）」が挙げられています。私はコミュニタリアニズムも動態的側面を理論化することが必要と考えて「動態的コミュニタリアニズム」という考え方を提起しています。

システム原理には原理の「境界」が含まれ、コミュニタリアニズムは常にコミュニティなどの境界を重要視しています。例えば市民に福祉を提供するためには、コミュニティやその構成員の境界が重要であるからです。普遍主義的リベラリズムやポストモダニズムのような今日の政治思想家たちは、「コミュニタリアニズムが境界を必要視していることが部外者を排除することを意味しており、それはヘゲモニーの側からマイノリティに対して抑圧する思想だ」とみなして、しばしばコミュニタリアニズムを論難しています。

しかし実際には、主流のコミュニタリアニズム、すなわちリベラル・コミュニタリアニズムは、公共圏の重要性を強調しています。公共性とは、社会にお

図6 システムの原理とコミュニタリアニズムとの類似性

- 共有目的/共通善
- 相互結合性/一体感、相互助力
- 動態的ダイナミクス/動態的コミュニタリアニズム
- 境界/コミュニティの境界
- パースペクティブ/公共的領域(共通性/複数)
- 適応・創発、自己組織化/自然な行動または出現

ける共通の要素だけでなく、多元的・個人主義的な要素も含んでいます。個人性の要素とコミュニカルな要素の両方を含むという点でも、公共の概念はコミュニタリアニズムの思想において重要だと思います。システム論的ポジティブ心理学では「パースペクティブ (perspective)」という概念で、関係者が類似的ないし異なった視点を持っていることを表しています。

システム論的ポジティブ心理学では「適応・創発」とともに、「自己組織化」が挙げられていますが、コミュニタリアニズムにおける「生成」もこれに近い考え方です。近代思想が通常は人間の合理性や、合理性に基づく行動を重視していたのに対して、コミュニタリアニズムは、家族や地域社会など様々なコミュニティが自然に生成することを認識しています。それゆえに、人間の合理的人為性のみで社会を説明する近代思想とは違って、自己組織化はコミュニタリアニズムと整合的です。

また、システム論的ポジティブ心理学の「哲学的想定 (仮定 assumption)・関与 (コミットメント)」とコミュニタリアニズムとの類似性を図7にまとめました。オーズ教授らは「間・存在 (inter-being)」や「相互結合性 (interconnectedness)」という概念を用いていますが、これは公共哲学の重視する「関係性」と極めて近い考え方です。

「認識論的想定」についてのこの論文の説明 (多因性・動態的・ゲシュタルト的・単純性) は、コミュニタリアニズム的な公共哲学ととても整合的です。また、この論文の「政治的仮定」では「多元主義、権力の再均衡、制度的重要性」とともに「責任を伴う権利」が挙げられています。これは、特にリベラル・コ

図7 システム論的ポジティブ心理学の哲学的想定とコミュニティリアニズムの類似性

- 間-存在⇄関係性
- 認識論的想定:境界性、多因性、動態的、ゲシュタルト的、単純性
- 政治的想定:多元主義、権力の再均衡、責任とともに権利、制度的重要性⇄リベラル・コミュニティリアニズム
- 倫理的仮定:集合的主観性、埋め込まれていること、価値駆動、ホメオスタティック

コミュニティリアニズムにおいて重要な言葉です。また「倫理的想定」では「集合的主観性、埋め込まれていること (embeddedness)、価値駆動 (価値に動かされること: value-driven)、ホメオステティック」が挙げられていますが、コミュニティリアニズムの議論においても、「埋め込まれていること」や「価値駆動」は重要な意味を持ちます (図7)。

—社会システム論の再構築—

システム論的ポジティブ心理学とコミュニティリアニズムの類似性を説明してきました。次に、システム論的ポジティブ心理学に即してタルコット・パーソンズの社会システム論を再定式化する際の基本的な考え方を提案します⁷。この理論は1960年代の世界の社会学においてパラダイムとなっていました。

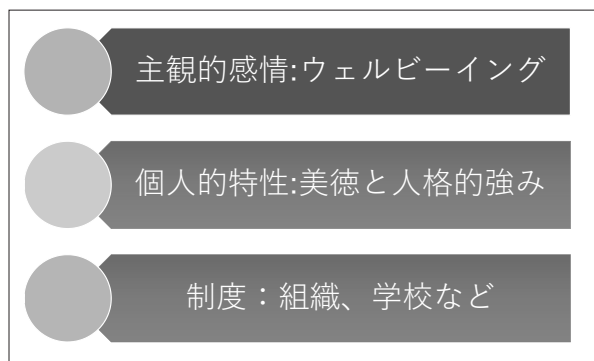
ポジティブ心理学はその研究の3本柱として、主観的感情、個人的特性、そして制度を列挙しました。第3の領域である制度の研究は、システムと構造の概念を導入することによって発展させることができます (図8)。

パーソンズの理論の基本的な概要は、「行動有機体→パーソナリティ・システム」という影響関係と、「パーソナリティ・システム」「文化システム」「社会システム」の相互作用によって示されます⁸。行動有機体とは、身体を指し、パー

⁷ この日の発表を踏まえて、小林正弥「ポジティブな動態的公共システム論——多水準・次元・領域の分析枠組み」(『公共研究』第16巻第1号、2020年3月、72-106頁)を執筆した。同論文の図と共通のものは、該当箇所を示しているので、参照していただければ幸いです。

⁸ 小林、前掲「ポジティブな動態的公共システム論」、80頁、第2図。

図8 ポジティブ心理学の基本的主題



ソナリティ・システムには心理学的次元が含まれます。社会システムには政治や経済が含まれ、文化システムには価値観や象徴が関係しており、これらのシステム間には相互作用があります。この枠組みは今でも有用ですが、パーソンズは明らかにその時代の心理学、つまり 1960 年代の「通常の心理学」を前提としています。それは、ニーズとモチベーションというような基本的な概念に焦点を当てています。

また、パーソンズは行為のパターン変数も考案し、最終的には、4 角形の分化として示される AGIL 図式⁹にたどり着きました。4つの領域は、Aは「適応」、Gは「目標達成」、Iは「統合」、Lは「潜在的な価値と、注意・ストレスの管理（マネージメント）」に相当します。これらの機能的側面はそれぞれ、経済、政治、社会統制、教育・文化へと展開します。これら4つの領域は、現代世界では様々な制度に細分化されています。

さて、哲学的な視点としては、自己、他者、世界があります¹⁰。これは原子論的な世界ではなく、それらの間には様々な関係があり、（上記の「相互存在」と同じ意味である）相互主観性を前提としています。これらは明らかに、時間と空間の枠組みの中に位置しています。

⁹ 同上、87 頁、第 8 図。

¹⁰ 同上、82 頁、第 4 図。

私は今のポジティブ心理学の洞察に基づいてパーソンズの理論枠組みを改訂しようとしています¹¹。最初の改訂は、行動有機体とパーソナリティ・システムの関係についてです。パーソンズは、行動有機体からパーソナリティ・システムへの因果的な影響関係を主に考えていました。しかし、哲学的相互作用論が示唆するように、今では心と身体の間には双方向の関係があることが理解されるようになりました。身体は心に影響を与え、心は身体に影響を与える。因果関係は1方向だけではなく、2方向です。人格システム（パーソンズの言うパーソナリティ・システム）では、心（マインド）は知性（認知的構成要素）、意志（意図的構成要素）、感情（感情的構成要素）で構成され、それぞれが相互作用しています。

これらのシステムは、文化システムや社会システムと相互作用しています。パーソンズのシステム論では、社会化、つまり社会システムや文化システムが人格に影響を与えるという因果関係を強調します。これは内面化と社会化のプロセスですが、社会学者のアンソニー・ギデンズは、因果関係には2つの道があると言ってこの考え方を批判しました。もうひとつの因果関係は、人が自分を省みて解釈したり、価値観を変えたりすることで、文化や社会システムに影響を与えたり、変化させたりすることがあるということです。このような2通りの道があるのです。これが構造化理論の基本的な考え方です。社会化という考え方は基本的にはコミュニタリアニズムと整合的していますが、ギデンズの構造化の考え方は近年のコミュニタリアニズムの発展に対応しています。ですから、コミュニタリアニズム的な視点は両方向の矢印で図にも示されています。

このような観点から、タルコット・パーソンズの主意主義的行為理論を発展させて図示することができます¹²。パーソンズは、近代における社会学の発展を振り返り、理想主義と経験主義ないし功利主義を主意主義的行為の理論に結合させようとしてしました。彼が指摘したのは、人間は文化的・社会的システムの影響を受けるだけでなく、自分の世界観や価値観に基づいて、自分自身の主意

¹¹ 同上、80頁、第3図。

¹² 同上、79頁、第1図。

的（自らの意志による）行動を行うことができるということです。この考え方は、現在のポジティブ心理学の考え方、例えばリュボミアスキーの幸福チャートのような考え方にも通じるものがあると思います。さきほど述べましたように、彼女はこの図における数字は撤回しました（156 頁）が、人の幸福度に影響を与えるこの 3 要素を考えることができるということに変わりはありません。この点はパーソンズの理論における自発的行動の枠組みととても一致しています。私たちは、ポジティブ心理学の影響によって、タルコット・パーソンズのもともとの考えを修正したり、再定式化したりすることができます。また、現代の社会哲学においては、ユルゲン・ハーバーマスなどが提起したコミュニケーション的行為の考え方も、ハンナ・アーレントの作品に触発された（公共的）活動と関連していて、重要です。

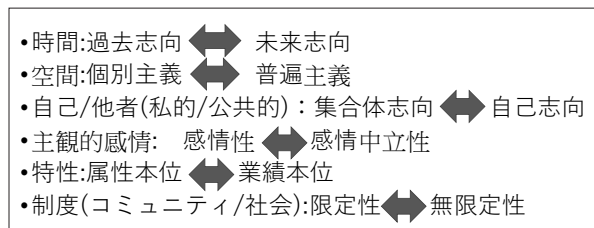
公共哲学における「自己—他者—世界」図式を、ポジティブ心理学に即して展開してみましょう¹³。マーティン・セリグマンの PERMA モデル（ポジティブな感情、意味、関係性、エンゲージメント、達成感）をこの中に位置づけることができます。これらは、過去・現在・未来における、人間の自己と他者との関係と、自己と物理的な世界との関係の双方を表していると考えられると思います。

この図式では、協調性や共同体、あるいは（向）社交性とともに自律性も加えて示すことができます。コミュニタリアニズム的な観点から見ると、自律性と協調性の両方が非常に重要です。これらの共存が公共性の概念には不可欠だと思います。それらの概念を、いわばポジティブ公共哲学の枠組みの中で再構築することができます。パーソンズの社会システム論におけるパターン変数を、時間・空間などの枠組みを用いて、図 9 のように整理したいと思います。詳しい説明は省きますが、この 2 つの間には関係が見られるのです。

「システム・インフォームド・ポジティブ心理学」の論文は、倫理・政治・経済の 3 つの領域に言及しているので、とても印象的です。これらは、私自身の

¹³ 同上、85 頁、第 6 図。

図9 ポジティブ心理学と型の変数



考えとかなり一致しているからです。

パーソンズはAGIL図式に関して、後にI（統合）の機能に関して「社会コミュニティ（social community）」という言葉を使うようになりました。この言葉はコミュニタリアニズムと整合的です。この基礎の上に、G（目標達成）、A（適応）、L（潜在パターン維持・制御）の機能に対応した政治、経済、文化のサブ・システムが存在すると考えることができます。これら3システムが社会コミュニティの基盤の上にあると考えて、パーソンズのAGIL図式をこの新しい枠組みに再定式化したのです。

タルコット・パーソンズは、彼のシステム理論がシステムの維持・管理の重要性を強調していたために、システムの変化の可能性を軽視しているという点で批判されました。確かに彼は常にそのような角度から社会システムを見ていましたが、公共哲学の観点からは変化の可能性も重要であり、ダイナミックな変化の瞬間には公共圏がしばしば決定的な役割を果たしています。そこで、ポジティブ心理学に基づく社会システム論においては、A（経済）・G（政治）・I（社会コミュニティ）・L（文化）の4領域の中心的な場所に公共圏が位置すると考えられます¹⁴。

そして、地域コミュニティ、国民コミュニティ、グローバルコミュニティというように多層的な社会コミュニティを考えることができます¹⁵。その基礎の上に、政治システム、文化システム、経済システムがあります。政治システム

¹⁴ 同上、88頁、第9図。

¹⁵ 同上、96頁、第11図。

には政府、経済システムには市場、文化システムには宗教、倫理、教育・学校などがあります。これらのシステムの間には相互作用があり、また、これらのシステムと社会コミュニティの間にも相互作用があります。社会コミュニティの中には家族や自発的結社があり、家族のように私的領域にあるものもあります。市民団体のようなものは公共圏の中にあります。グローバルコミュニティなど様々なコミュニティの外には、自然や環境が描かれています。

このような社会システム論にポジティブ心理学が導入できる重要な点は、これらのシステムは人格システムを中心にしており、そのシステムと政治・経済・文化の3つのシステムとの間に相互作用があるということです。元々のタルコット・パーソンズの理論はこの交わりを軽視していましたが、この認識は非常に重要です。著名な哲学者ユルゲン・ハーバーマスは、政治経済のシステムによって生活世界が植民地化されるという考えを提起しましたが、この理論もこの分析枠組みで説明できます。生活世界は社会コミュニティに近い概念です。

私は、有力なポジティブ心理学者であるジョナサン・ハイトの社会空間という概念に似た人間の精神空間を考えていますが、このシステム論は精神空間において、縦軸・横軸・超越軸に沿って制度が発展していくこととして理解できます。様々な理念の展開と、これらの理念の次元に沿って展開した3つのサブ・システムや、それに対応する制度を図示することができます¹⁶。垂直方向の次元は政治システムに対応し、水平的な次元は、もともとの（経済主体が平等な）市場システムに対応し、超越的・精神的次元は、文化システムに対応しています。これらのシステムの間には、いくつかの相互作用があります。例えば、政治と文化の関係として、垂直次元の現象は超越次元の現象と交差しています。また、システムの中には、これらの次元の下位分化やそれらの間の相互作用が存在します。例えば、政治システムの分化として、行政・立法・司法の三権分立があり、その間の相互作用として三権の抑制・均衡があります。これらは、政治システムにおける下位分化と相互作用です。この考え方は、パーソンの AGIL

¹⁶ 同上、92 頁、第 10 図。

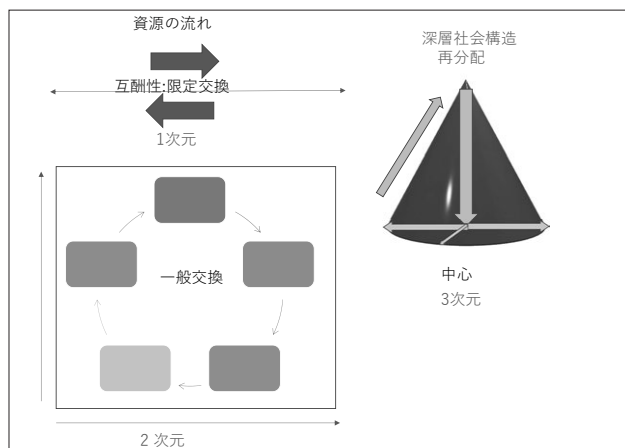
モデルにおけるシステムの下位分化という考え方に対応しています。

この角度から見ると、古代からの資源交換の様々な歴史的展開を認識することができます。例えば図10が示すように、原始社会では、対等な主体間での資源の互酬と循環的な流れがあります。人類学者は、これらをそれぞれ限定的交換と一般（化された）交換（レヴィ＝ストロース）という用語で説明しました。これらは水平的交換の2つの様式であり、これらは超越的な次元に沿った宗教的ないし道徳的な思想や習慣と密接に関連しています。また、もうひとつの様式は、古代の首長国・王国の誕生に伴って生じたもので、権力の中心が出現し、権力によって庶民から集めた資源を再分配するというものです（K・ポランニー）。これは、垂直的な一般交換と考えることができます。

このように、パーソンズの社会システム論は、システム論的ポジティブ心理学を導入することで発展させることができると思います。今年のIPPAでは、私はポジティブ政治心理学の講演をしました。今や、ポジティブ政治心理学は、システム論的ポジティブ心理学という考え方の中に、含めて考えることもできることに気づきました。図11には、ポジティブ政治心理学の主題として、主観的な政治的感情、政治的な心理的特性、政治的制度という3つを示しています。これは、一般的なポジティブ心理学の3つの要素を政治的領域に展開したもので、政治的なウェルビーイングは一般的なウェルビーイングと並行して概念化することができ、政治的な心理的特性は政治における美德と強みを意味し、政治的制度は政治的なシステムに位置づけることができます。同様に、私たちはPERMAモデルに基づいて政治的PERMAを考えることができます。政治的ウェルビーイングは、図12のように、政治的ポジティブ感情、政治的没頭（エンゲージメント）、政治的人間関係、政治的意味、政治的達成によって測定することができますと考えられます。

図13は、政治システムと政治的幸福度の関係を示したものです。ポジティブ心理学者は、トランプ大統領が誕生した2016年アメリカ大統領選挙で、選挙結果と主観的な幸福度の間に驚くべき関係があることを発見しました（57頁参照）、これは政治学の研究では非常に重要な発見だと思うので、それにな

図 10：資源交換の歴史的展開



らって私も、今年（2019 年）の夏に行われた日本の参議院選挙の研究をし、初期段階の分析でも、心理的な幸福度と選挙結果との間にも何らかの相関関係があることがわかりました¹⁷。これは、この図の中の政治的入力に関する研究です。ウェルビーイングと政治全般との関係については、様々な可能性があるのではないかと思います。

日本の食品会社についても実証研究をして、PERMA や職場の PERMA などの質問票を用いて、心理的要因と年商変動というパフォーマンス（業績）との間の相関関係を明らかにしました（56-57 頁参照）。

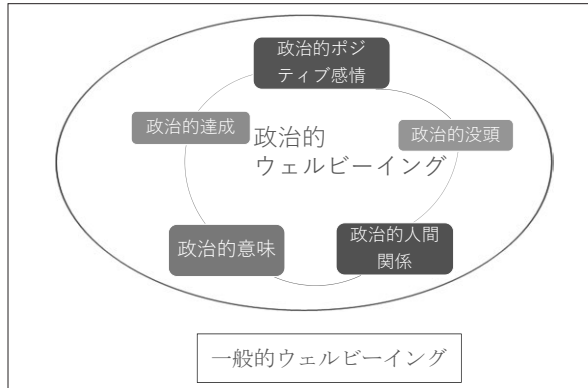
ここで用いた PERMA や職場 PERMA の質問票は、オーズ教授が言及された M・カーン博士（メルボルン大学）らが開発したものです。職場の PERMA とお店のパフォーマンスの相関関係は、一般的な PERMA とパフォーマンスの関係よりも低かったです。これは非常に興味深いことだと思います。少なくともこの研究からは、人生ウェルビーイングなどの一般的な幸福度がパフォーマンス

¹⁷ 小林正弥「ポジティブ公共システム論と地域統合——日本内外の関係論的な多層的・多次元的分析——」（石戸光・鈴木絢女『グローバル関係学 3 多元化する地域統合』岩波書店、第 11 章）、252－257 頁。

図 11 ポジティブ政治心理学の主題



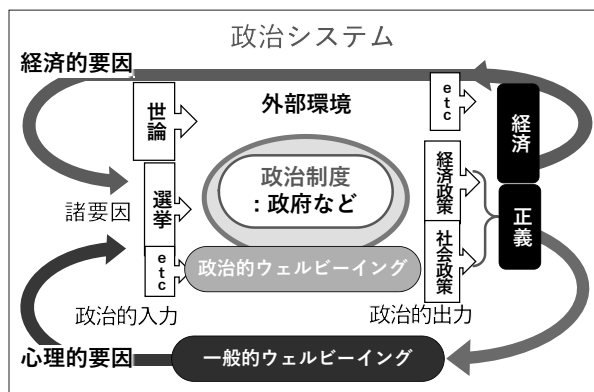
図 12 政治的ウェルビーイング（政治的 PERMA）



スにもっとも影響を与える要因と推察されます。

同様に、一般的なウェルビーイングと政治的なウェルビーイングとの関係や、一般的なウェルビーイングと組織的・経済的なウェルビーイングとの関係についても研究ができるのではないかと思います。このような研究は、人間間のウェルビーイング、組織的なウェルビーイング、コミュニティのウェルビーイングなど、多重のウェルビーイングについて考えることができます。これらが、システム論的ポジティブ心理学に触発された基本的な概念化です。

図 13 政治システムとウェルビーイング



オーズ：ポジティブ心理学は、人間システムに、既存の心理学にはなかった何を加えると考えているのでしょうか？

小林：パーソンズの社会システム論は、通常の心理学を想定していましたが、ポジティブ心理学を導入すると、人間システムや、文化システム・政治システム・経済システムのポジティブな要素を導入することができます。ポジティブな要素の存在は社会科学でも当然のことなのですが、通常の心理学のレンズを通して政治システムを見ると、研究者はいつもネガティブな側面に目を向けることになってしまいます。例えば、ファシズムや権威主義の心理学的基礎については、第2次世界大戦後にアドルノやフロムによって理論が展開されましたが、その後の政治心理学の主流は、紛争やある種の排除のようなネガティブな現象に焦点を当てていることが多いのです。

この視点が現在の右翼のポピュリズムを考える上で非常に重要であることはもちろん言うまでもありませんが、その視点からは、将来の政治についてのポジティブなビジョンはほとんど見えてこないのです。ポジティブな要素を利用して、私たちは政治経済システムの概念を再定式化することができます。経済学の主流は、幸福ないし効用の最大化という考え方に似ており、これが功利主義の伝統です。しかし、例えば企業の可能性を考える上では、個人や組織の強

みも見た方が良いのではないのでしょうか。これは、今の経済学や経営学の理論のいくつかの動向と整合的です。これらは、私が展開していきたい方向性です。

オーズ：心理学でもよく話題になる、人間性に関する基本的な仮定や、異なる心理学の理論も気になります。人間の本性に関する想定についてポジティブを定義していただけますか？

小林：これは哲学においても大きな課題です。今回の発表では、私はポジティブ心理学に触発されて、社会システム論を再構築しました。ポジティブ心理学の人間観は、フロイト心理学や行動主義とは全く異なります。

哲学的な観点から見ると、ポジティブ心理学の発展は、アリストテレスの古典的な哲学的な考え方とかなり一致していると思います。例えば、今、セリグマンは幸福ではなく開花・繁栄（栄福：フローリッシュ）という言葉をよく使っていますが、後者はアリストテレスのエウダイモニアの概念に非常に近いと思います。これは幸福と訳されることもありますが、アリストテレスの見解では、繁栄へと現実化させられる潜在的な形相（エイドス）があるので、開花・繁栄という言葉の方が良い訳だと思います。つまり、この哲学におけるポジティブとは、自分自身に内在する人間の潜在性の開花を意味しているのです。

これはアリストテレス哲学の非常に基本的な概念です。セリグマンはまた、コーリング（召命）にも一種の科学的な説明ができることを示唆しています。これもまた、エウダイモニアというアリストテレスの思想と非常に整合的です。

コミュニタリアニズムはこのようなアリストテレス的な目的論的概念を社会科学に導入しましたが、目的論的概念の導入は社会的・政治的領域に限定されています。なぜなら、今日の科学では人間の人生について目的を考えることは難しいのですが、企業や学校のような人間の制度については目的を考えることができるからです。しかし、現在のコミュニタリアニズム論者たちは、人間や自然についての目的論的概念を語ろうとはしません。ですから、コミュニタリアニズムの理論では、制度の目的によってポジティブを定義することができます。

さらに、ポジティブ心理学の発展は、アリストテレスの目的論的な人間観念

とも整合的だと思います。ポジティブ心理学の発展は、その方向に向かっていくと思うので、目的論的人間観におけるポジティブを考えることもできるだろうと思います。

オーズ：人間の目的論的概念は、文献で言われているところの「人生の目的」なのでしょうか？

小林：はい。このような見方は、心理学で言われている「人生の目的」を含んでいます。アリストテレスは、人は潜在性ないし潜在能力を持っていると言いました。例えば、子供の頃の天才的な音楽家は、優れた音楽家になる可能性を持っています。彼は当然、その能力を伸ばすためには努力をしなければなりません。努力をすることによって音楽家になることが彼の人生の目的の実現であります。それに対して、たとえば、私自身は、子供の頃にも優れた音楽家になる可能性はなかったと思います。だから、幼少期であっても、人によって可能性の差はあるのではないのでしょうか。もちろん、これは古典的な考え方なので、先天的な「人生の目的」を意味しているという点で少し硬直的な目的論的思想ですが、ポジティブ心理学の徳や長所を生かすとか、開花という考え方は、古典的な哲学的思想と非常によく一致しています。

オーズ：その考え方は人格的強みですね。あなたのモデルとコミュニタリアニズムの架け橋という意味では、人格的発展が主要なリンクになるのでしょうか？

小林：はい。古典的な概念には美徳倫理が伴っていたので、それはとても重要なことです。私はポジティブ心理学が現在の心理学にそのような伝統を復活させていると思います。それが、私がポジティブ心理学に興味を持った理由のひとつです。