日本的な「ウェルビーイング」

経済学部3年　堀内万梨紗

イングをつくりあうために
―その思想、実践、技術」

安藤英由樹/坂倉杏介/村田藍子　編著
渡邊淳司/ドミニク・チェン　監修・編著

＜論旨＞

ウェルビーイング＝身体的、精神的、さらには社会的にも「良い状態」のこと、と定義したうえで日本的なウェルビーイングのあり方を探る。

STEP1. 個人のウェルビーイング

Q.あなたはどんなときにウェルビーイングを感じますか？（3つ）

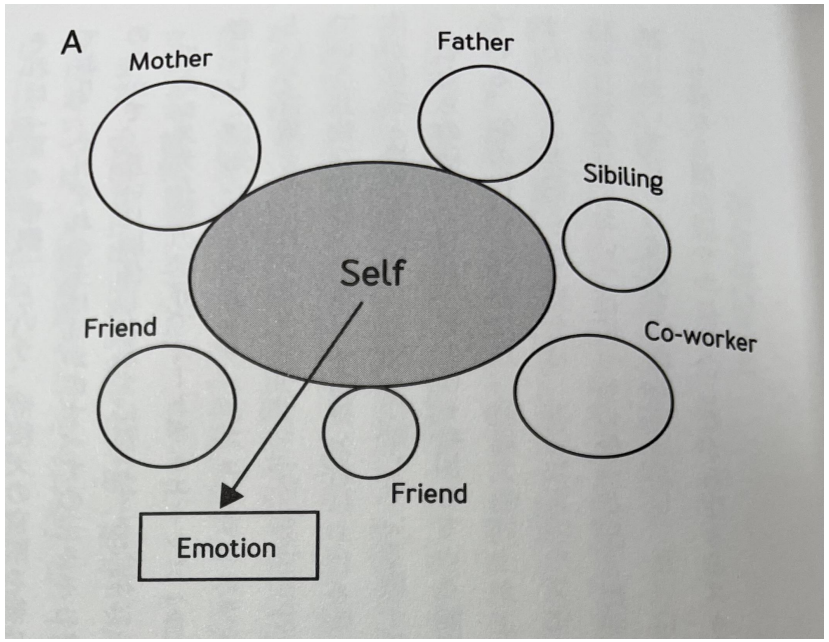
ウェルビーイングの3つの心理的要因カテゴリー

	I（個人的なこと）	WE/SOCIETY（他人との関係性や社会的なこと）	UNIVERSE (超越的な社会との関わり）
具体例	目標・やりたいことがある、趣味に没頭する	感性を共有できる、他者と認め合える	世界平和、美しい景色を見る、推し活
要因	ポジティブ感情、心的状態の継続、自己認知	相手へ/からの心的表現、相手への行動、	社会的責任、意義

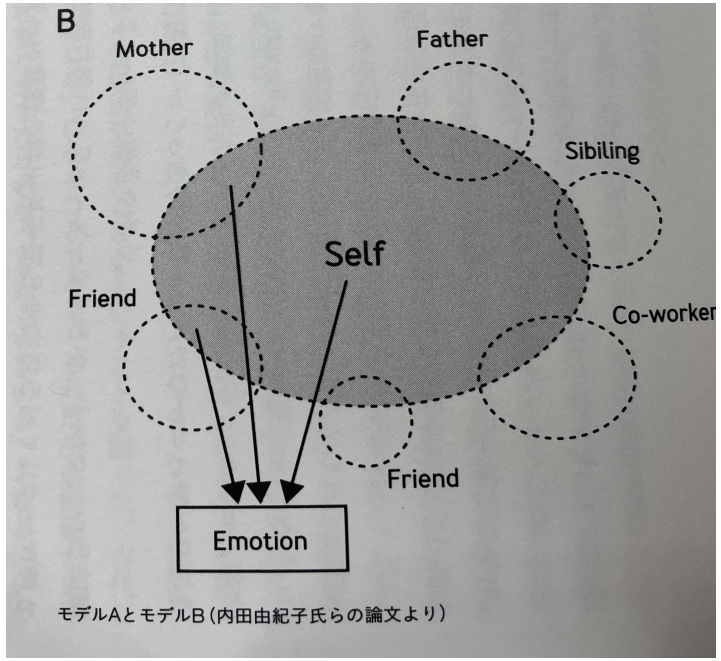
（自己決定理論、PERMA理論、ハパートとソーの10要因に基づく分類）

「個」のとらえ方

欧米（個人主義）



日本（集産主義）



モデルAとモデルB（内田由紀子氏らの論文より）

「個でありながら
共」

日本社会におけるウェルビーイングの3つの要因

- 自律性（個人的）
  自分の周りの環境に対して主体能動性を感得できるか

- 思いやり（個人間）
  自己のウェルビーイングだけでなく、他者のそれにも寄与できるか

- 受け容れ（超越的）
  自律性と他者の存在が調和し現在のポジティブ・ネガティブの双方を含む状況を受け容れられるか

STEP2. コミュニティと公共のウェルビーイング

コミュニティと公共のウェルビーイングの3つの要因

- 存在論的安心
  自身や自分をとりまく環境が確かに存在しているという安心感

- 公共性
  多様な人々が共存できる公共の場を創り出す

- 社会創生ビジョン
  存在論的安心、公用性を前提に、その中で自ら活動することで新たなイノベーションが生まれ、社会創造を実現する

わたしたちのウェルビーイングを考える具体的姿勢

- 相対主義の姿勢
  分からない他者を分からないまま受け入れる

- すり合わせ
  分からないからこそ一歩踏み出す

- 自らコミュニティをつくる
  新しい価値観を持ったコミュニティ
  多層的な意識の交流をさまざまな場所で展開する

われわれとしての自己

- 「自己」＝「人生の主体」 → 「自己」＝「ウェルビーイングの主体」

- マルチエージェントシステムとしての自己
  行為者性の委譲者、被委譲者
  全体的なウェルビーイング＝個人的なウェルビーイング

- 自己を「わたし」から「われわれ」にすることで対話が生まれる

善いウェルビーイング

- 「善」＝すべての行為の目的
- 部分/全体の関係性と手段/目的の関係性
- 「われわれ」としての自己は、自らを大きく広くすることを目指している

善いウェルビーイング

＝行為をより大きく広いものとするという目的の達成に向かっている状態

ご清聴ありがとうございました