

# 教育政策における ウェルビーイング

京都大学

内田 由紀子 (委員)  
ジェルミー ラプリー

# 自己紹介

- 京都大学人と社会の未来研究院教授
- 専門：文化心理学・社会心理学
- テーマ：対人関係と幸福感、認知と感情における比較文化研究
- 国際比較（主に北米、欧州）
- 国内での企業との共同
- 地域比較
- 社会連携（2010-2013：内閣府幸福度に関する委員会; 2021-文部科学省中央教育審議会など）
- JST未来社会創造事業(2021-2024)採択課題  
「個人の最適化を支える「場の状態」：  
個と場の共創的Well-Beingへ」



# 自己紹介

- 京都大学、教育学研究科 准教授
- 専門：比較教育・教育社会学・教育思想
- テーマ：グローバルな視点での日本教育、日本の教育観の国際化・国際発信
- 東京大学 (2007-2011, 荻谷剛彦教授との共同研究)
- 国際比較 (主に北米、東アジア)
- 教育実践の思想・文化・価値的基盤
- グローバル時代の日本の教育について本6冊出版
- 2015-2023にOECD/PISAに関連する学振助成金複数
- 2013-2020 世界銀行・ユネスコなどのアドバイザー
- 2021-2022年スタンフォード大学客員研究員 (文化心理学者との共同研究)



# ウェルビーイングとは何か

ウェルビーイングとは何か：

今なぜウェルビーイングが必要なのか？

- Well-being: 新しい「ものさし」・コンセプト

経済だけではなく「こころ」の充足、生活への評価・感情・価値、健康まで含めてとらえる

- 自分の生きる道だけではなく、家族や友人、自分の住む街・国が、どのようにすれば「良い状態」でいられるのかについて考えること

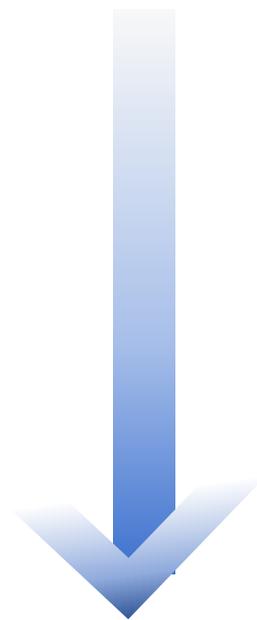
- 「幸せ」とウェルビーイングの違い：

- happiness = より短期的で個人的な状況評価・感情状態
- Well-being = より**包括的**で、個人のみならず**個人をとりまく「場」**が**持続的に**よい状態であること

# ウェルビーイングの深化

- 今が楽しい  
(個人・現在)
- これからの将来に希望を持てる  
(個人・将来展望)
- クラスや地域の人々の幸せを願う  
(社会・共生)
- この町・学校・世界を良くしていきたい  
(利他性・公共・持続)

ウェルビーイングの  
深化



# ウェルビーイングを考える際の注意点

1. 意味の問題（よくある誤解）：生きがい・人生の意義（ユーダイモニア） > 快楽（ヘドニア）
2. 意味は国や地域の文化により異なる  
→それぞれの国・集団・地域での文化的価値につながる「ウェルビーイング」のあり方を考える必要がある  
→世界ランキングではなく、学校や教育現場の状況を知ることが大切
3. 多様なウェルビーイングの求め方を認める



# 文化と幸福

## 日本的幸福

- 幸福の「陰と陽」
- 他者とのバランス
- 人並み志向
- まわりまわって自分にも幸せがやってくるという信念

## 協調的幸福観

## 北米的幸福

- 個人の自由と選択
- 自己価値の実現と自尊心
- 競争の中でもまれる
- それらが翻って社会を豊かにするという信念

## 獲得的幸福観



## 協調系幸福

- 自分だけでなく、身近なまわりの人も楽しい気持ちでいると思う
- 大切な人を幸せにしていると思う
- 平凡だが安定した日々を過ごしている

全くそう思わない = 1点    とてもそう思う = 5点

協調的幸福  
(Hitokoto & Uchida, 2015)

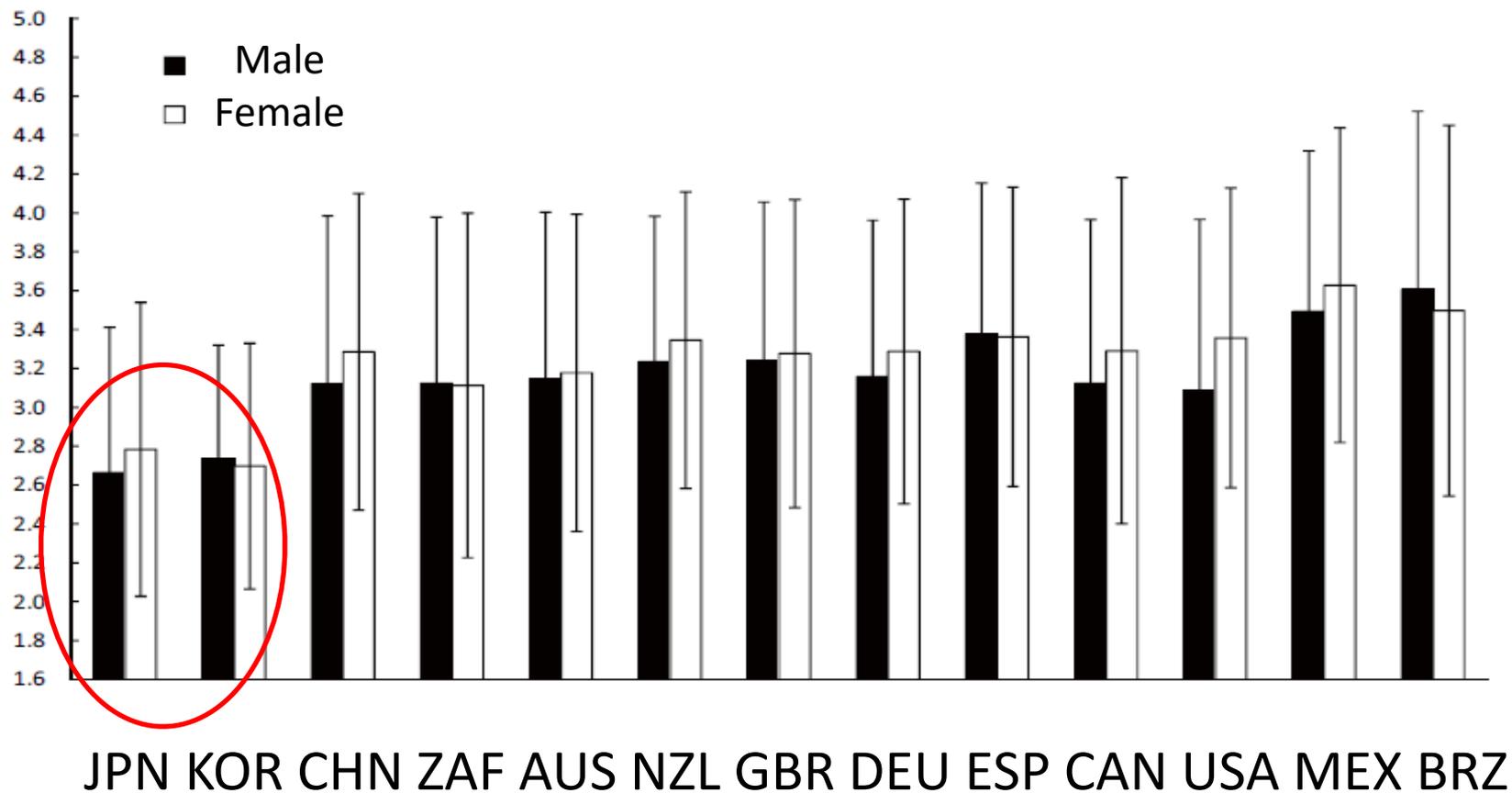
## 獲得系幸福

- 私の人生は、とてもすばらしい状態だ。
- 大体において、私の人生は理想に近いものである。
- これまで私は望んだものは手に入れてきた。

人生の満足感尺度  
(Diener et al., 1985)

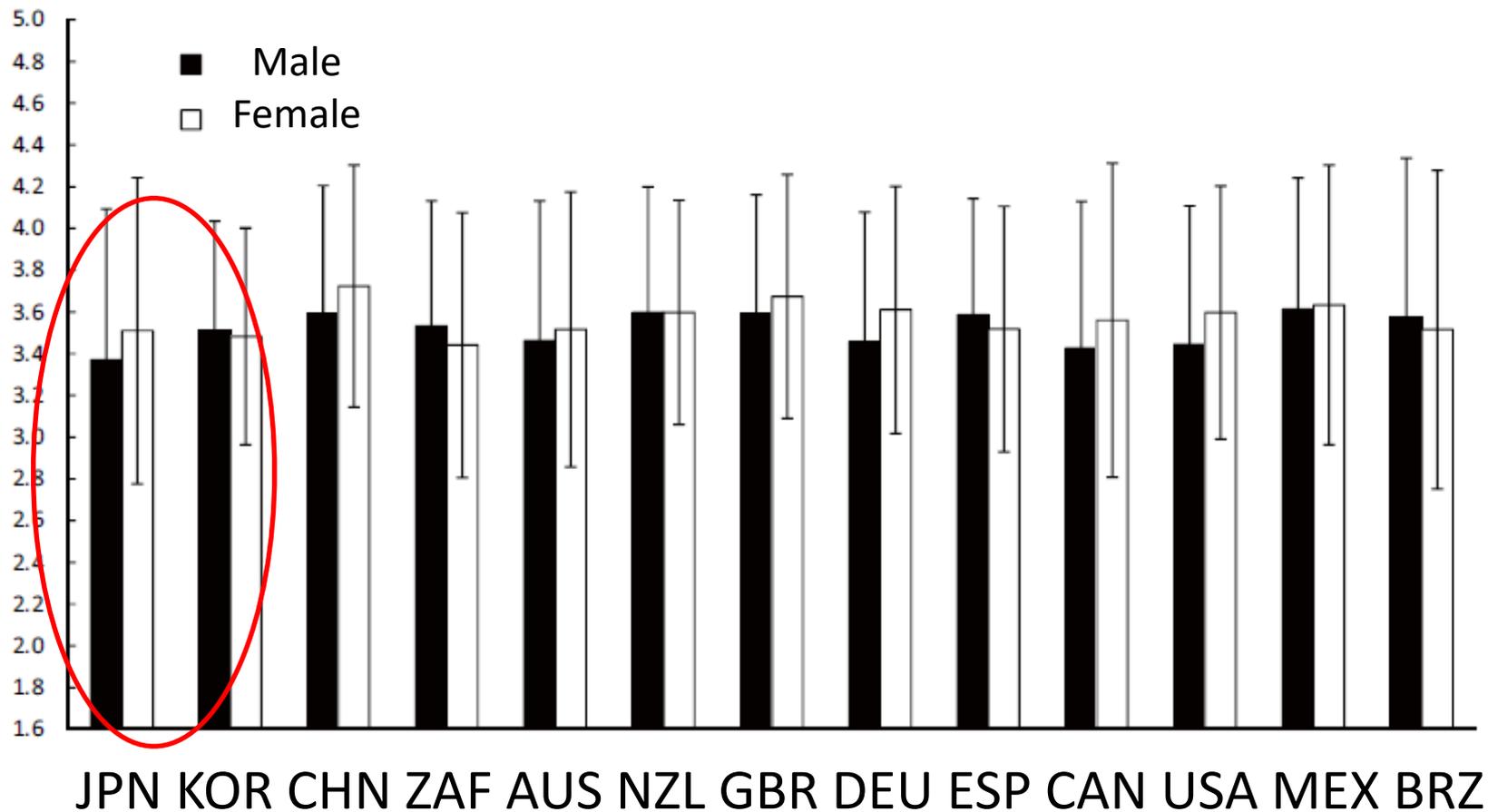
# 人生の満足感尺度

日本・韓国は人生満足度尺度の得点が低い



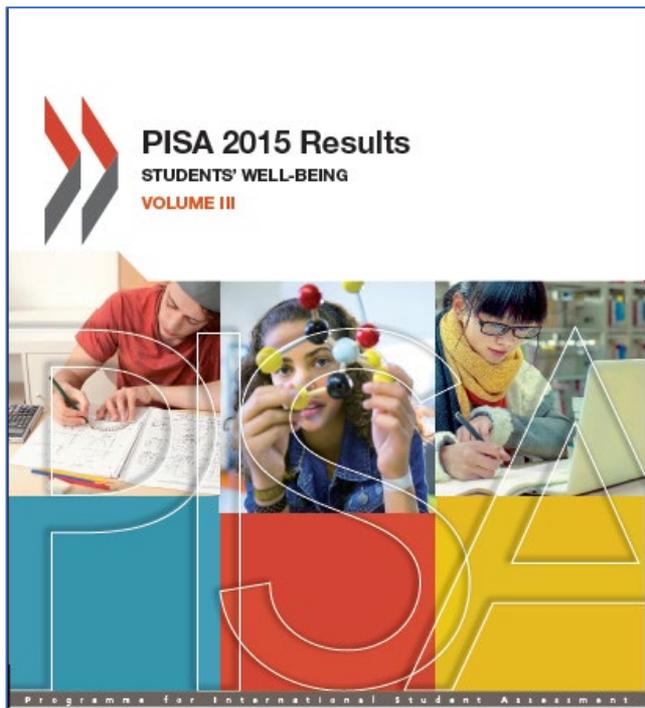
# 協調的幸福

協調的幸福感尺度を使うと平均値がだいたい同じ

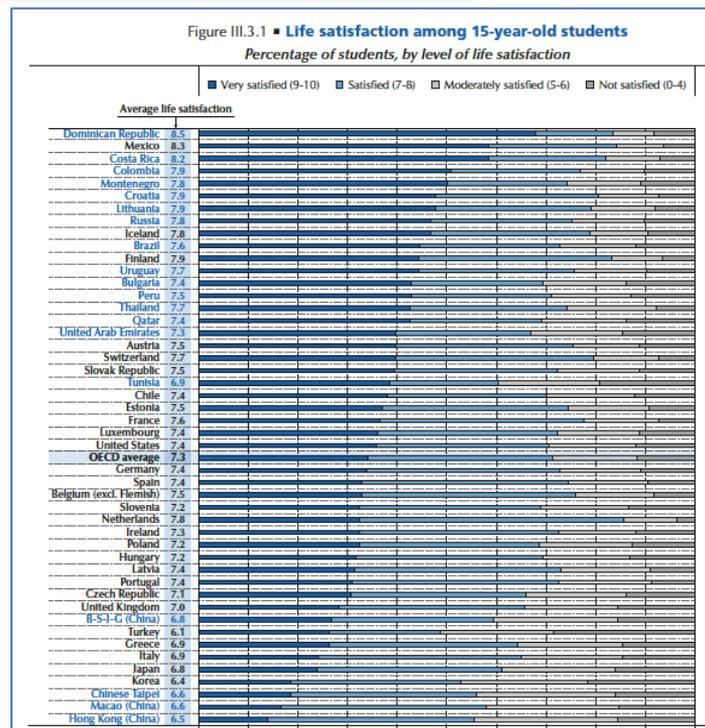


# 人生満足感尺度のグローバル指標

## OECD's Shift to Happiness: 2017 Student Well-Being Report



OECDはLife Satisfaction=  
Well-Being in PISA2015を使用



**ST016**

The following question asks how satisfied you feel about your life, on a scale from "0" to "10". Zero means you feel 'not at all satisfied' and "10" means 'completely satisfied'.

**Overall, how satisfied are you with your life as a whole these days?**

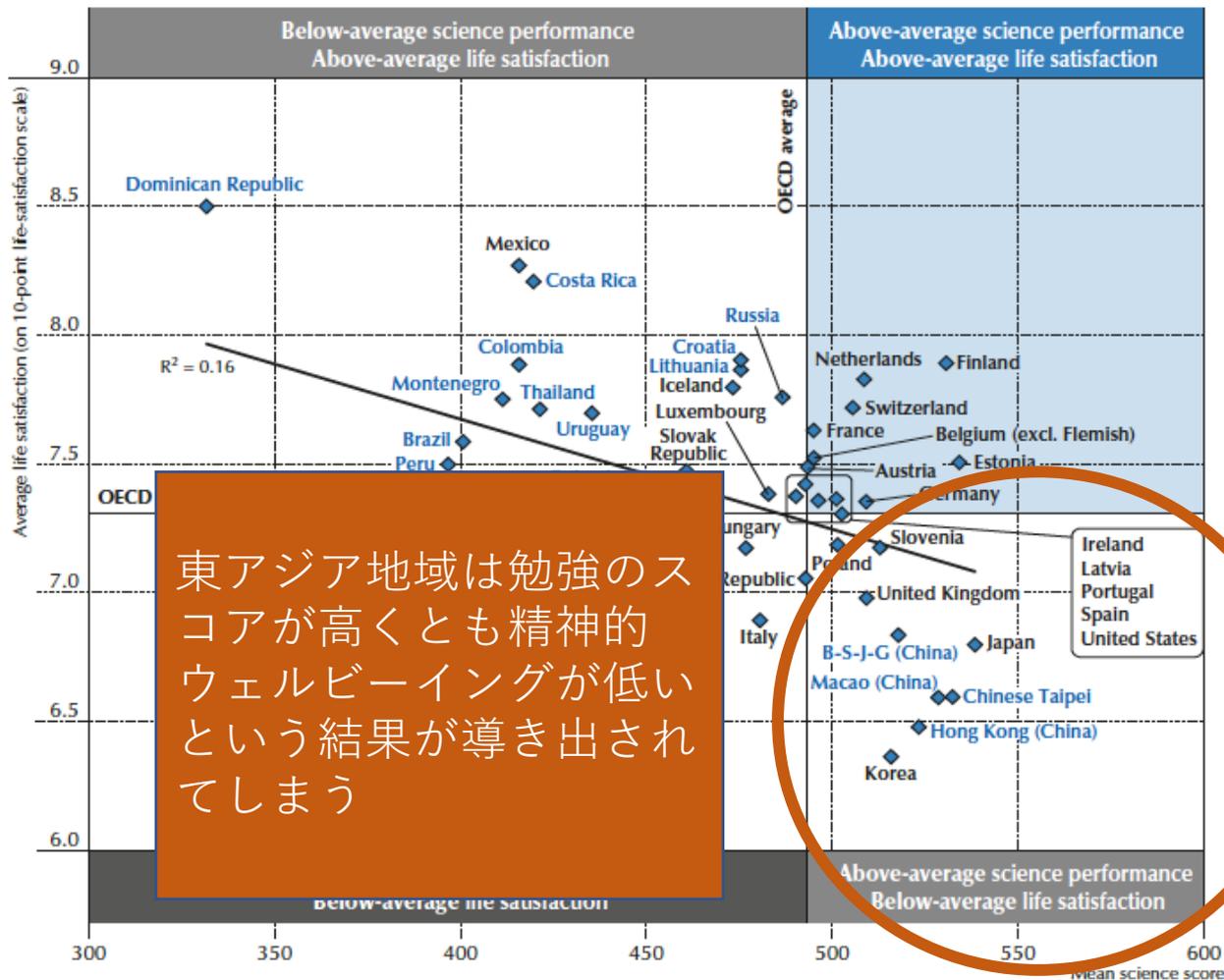
(Please move the slider to the appropriate number.)

ST016Q01NA01

0 | not at all satisfied | 10 | completely satisfied

# 人生満足感尺度のグローバル指標

Figure III.3.3 ■ Life satisfaction and performance across education systems



東アジア地域は勉強のスコアが高くとも精神的ウェルビーイングが低いという結果が導き出されてしまう

# UNICEF / UNESCO

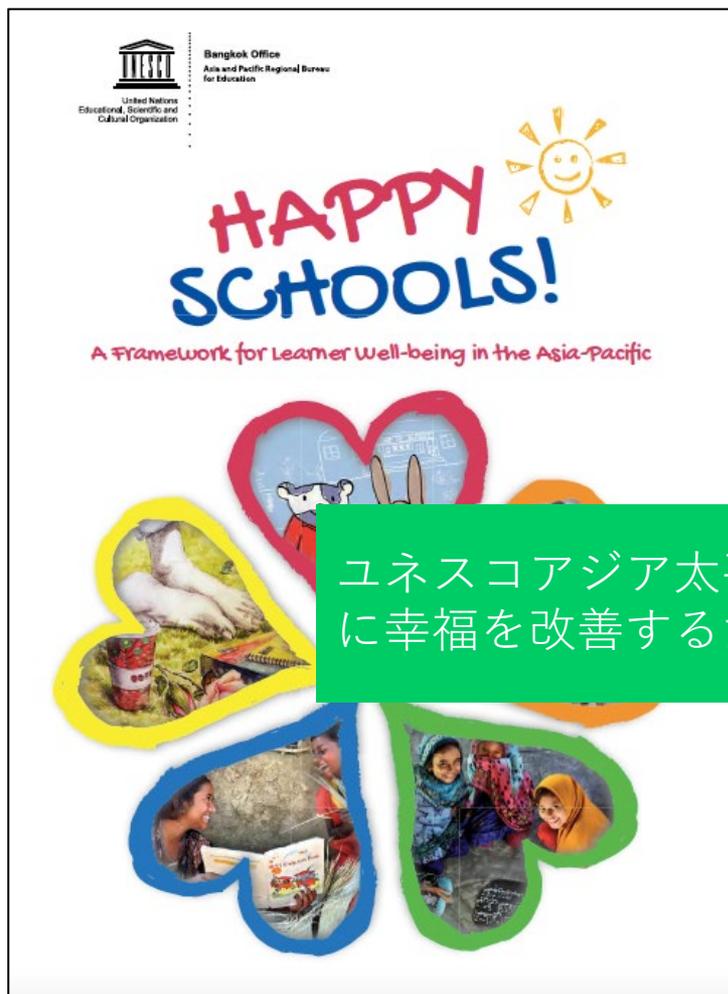


Overall ranking	Country	Mental well-being	Physical health	Skills
1	Netherlands	1	9	3
2	Denmark	5	4	7
3	Norway	11	8	1
4	Switzerland	13	3	12
5	Finland	12	6	9
6	Spain	3	23	4
7	France	7	18	5
8	Belgium	17	7	8
9	Slovenia	23	11	2
10	Sweden	22	5	14
11	Croatia	10	25	10
12	Ireland	26	17	6
13	Luxembourg	19	2	28
14	Germany	16	10	21
15	Hungary	15	21	13
16	Austria	21	12	17
17	Portugal	6	26	20
18	Cyprus	2	29	24
19	Italy	9	31	15
20	Japan	37	1	27
21	Republic of Korea	34	13	11
22	Czech Republic	24	14	22
23	Estonia	33	15	16
24	Iceland	20	16	34
25	Romania	4	34	30
26	Slovakia	14	27	36
27	United Kingdom	29	19	26
28	Latvia	25	24	29
29	Greece	8	35	31
30	Canada	31	30	18
31	Poland	30	22	25
32	Australia	35	28	19
33	Lithuania	36	20	33
34	Malta	28	32	35

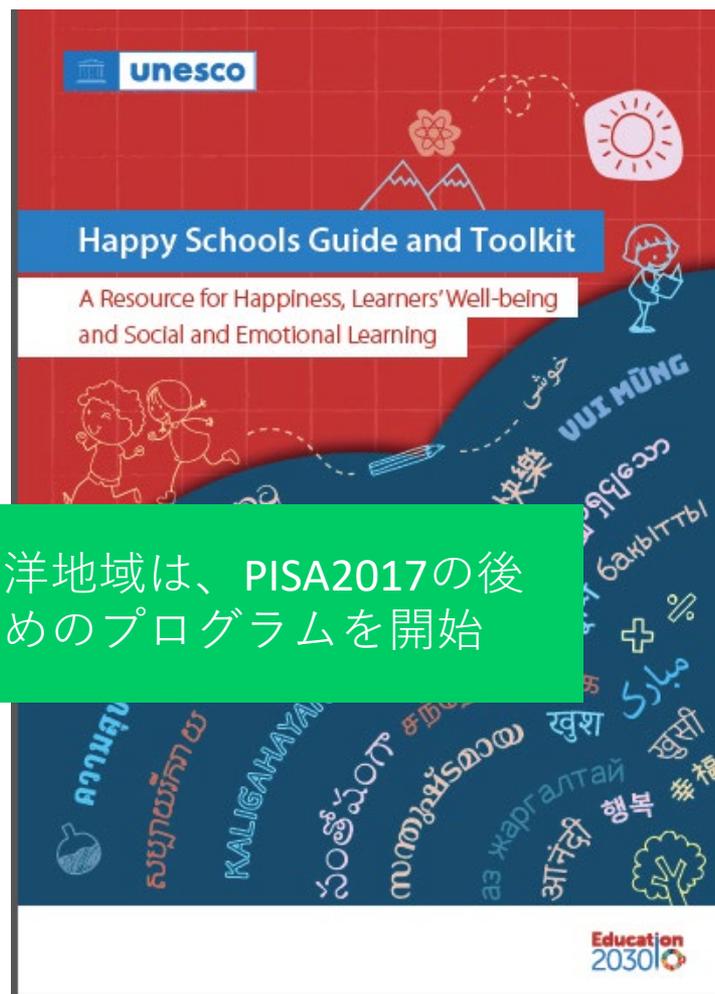
ユニセフの「メンタルヘルス」指標は、PISA 2015スコア (=最後から2番目の日本のスコア)

ランキングに基づくネガティブなメディア評価

# 獲得系幸福 → 協調系幸福へ

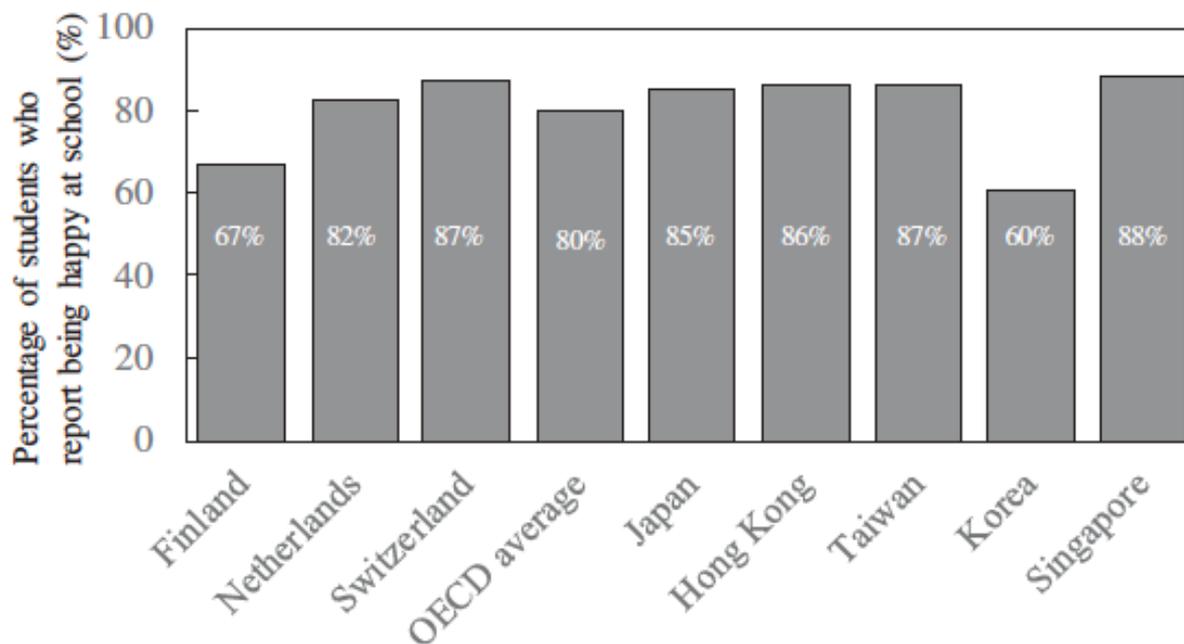


2017



2021

ユネスコアジア太平洋地域は、PISA2017の後に幸福を改善するためのプログラムを開始



**Figure 7.** Percentage of students who 'agree' or 'strongly agree' with the statement 'I feel happy at school'. Original data were derived from the PISA 2012 survey (OECD 2013b, 32).

「学校で楽しいと感じている」という質問に対する「そう思う」と「強くそう思う」の合計の割合で見ると、国際比較のパターンは異なる（日本のスコアも十分に高い）

WHR 2022 | CHAPTER 6

# Insights from the first global survey of balance and harmony

**Tim Lomas**

Psychology Research Scientist, Harvard T. H. Chan School of Public Health & Human Flourishing Program at Harvard University

**Alden Yuanhong Lai**

Assistant Professor of Public Health Policy and Management, New York University

**Koichiro Shiba**

Postdoctoral Research Fellow, Harvard T. H. Chan School of Public Health & Human Flourishing Program at Harvard University

**Pablo Diego-Rosell**

Senior Researcher, The Gallup Organization

**Yukiko Uchida**

Professor, Kyoto University

**Tyler J VanderWeele**

John L. Loeb and Frances Lehman Loeb Professor of Epidemiology, Harvard T. H. Chan School of Public Health & Director, Human Flourishing Program at Harvard University

Acknowledgment: We are grateful above all to the founding members of the Global Wellbeing Initiative (GWI) – including Dominique Chen, Ed Diener, Jim Harter, Yoshiki Ishikawa, Mohsen Joshanloo, Takafumi Kawakami, Takuya Kitagawa, Louise Lambert, Hiroaki Miyata, Holli Anne Passmore, and Margot van de Weijer – whose work includes the research featured in this



〈写真右上から、右回り〉  
ハーバード大学 研究員  
サイモンフレイザー大学 特任准教授/  
World Happiness Report 共同編集者  
京都大学 こころの未来研究センター 教授  
〈モデレーター〉  
ニューヨーク大学  
School of Global Public Health 助教授

**世界は「寛大さ」に注目**

「討論」  
ライ「世界幸福度報告に新たに追加された「バランス」(調和)という概念は、従来の幸福(well-being)の意味とは異なる意味を持つ。ローマンス「幸福の原則」

「健康、仕事、人間関係など」(バランス)は幸福の要素としての側面に関わる。バランスは特定の客観的指標ではなく、主観的な意味を持つ。内田「持続可能なような新しいパラダイム」

ティム・ローマンス氏  
アラ・アクニン氏  
内田 由紀子氏  
アルデン・ライ氏

コロナ禍において他者のことを思いやるようになった。その一方で、自分自身を大切にすることが必要だ。アンソニー・キヤラン社の調査は、見知らぬ人への手助け、慈善事業の寄付、ボランティア活動などの貢献のレベルが、昨年から大幅に上昇している。世界的なパンデミックが起きているなか、世界中

# 日本における二つの自己意識

日本における二つの自己意識の良いバランスの模索  
→ 日本的well-beingを考える



「独立性」

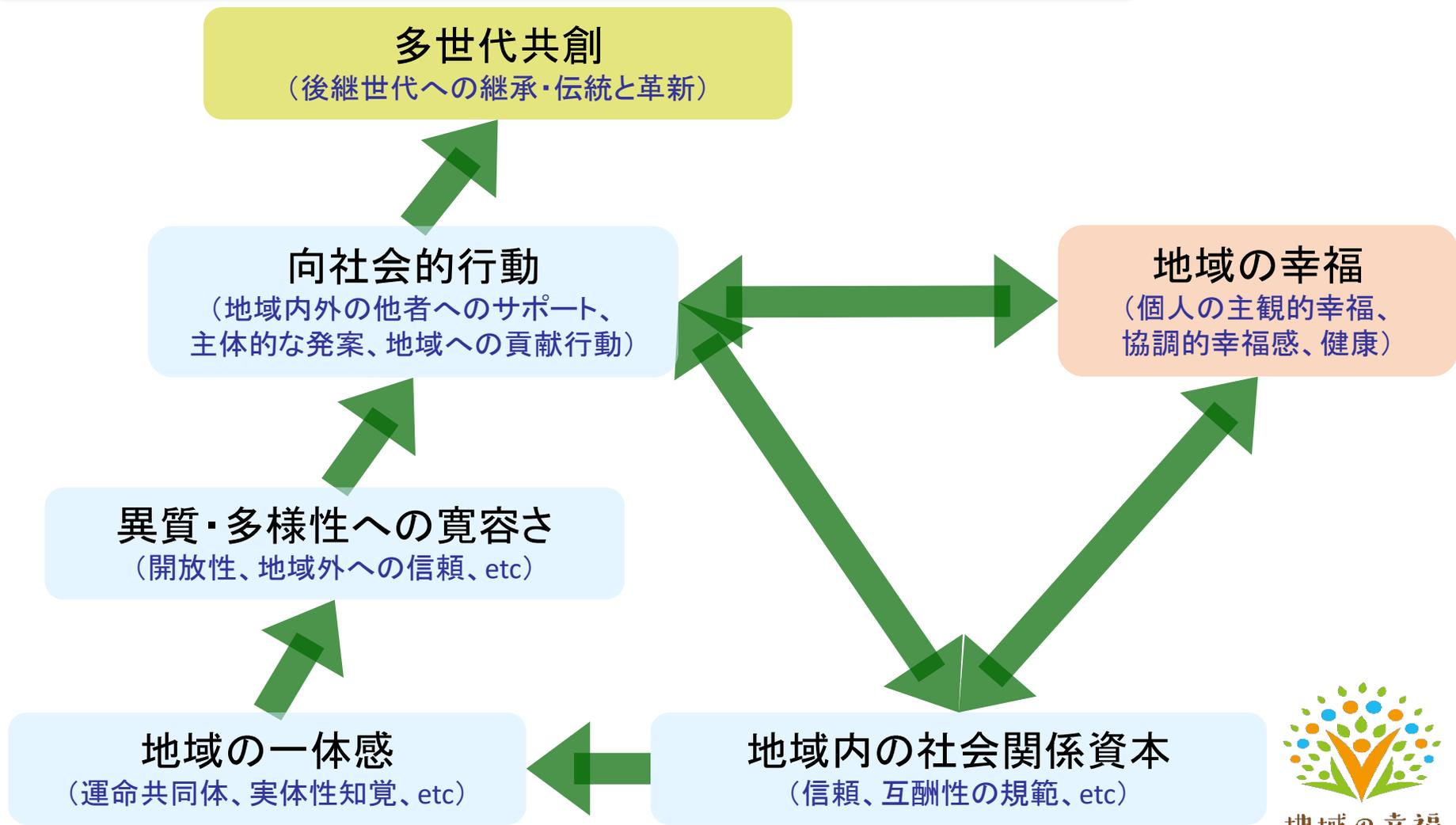
公平なシステム  
多様な生き方を認める  
色々な人とつながる  
新しい機会を得る  
同調圧力からの解放

「協調性」

人と協調する  
他者の幸せを考える



# 地域の幸福の測定指標



地域の幸福  
プロジェクト

JST RISTEX 持続可能な多世代共創社会のデザイン

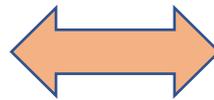
「地域の幸福の多面的側面の測定と持続可能な多世代共創社会に向けての実践的フィードバック」

# 教育とウェルビーイングの概念整理（試案）

教育を通して得られるWell-being

生徒のWell-being

場（学校）のWell-being  
（多様な構成員による理解）



スキル・思考力

レジリエンス・挑戦

多様な経験と主体性

社会貢献力

尊重・倫理・道徳観

多様なつながりと協働

心身の健康と幸福感

自己実現と自己受容

物理的・心理的安全

創造性の育成

多様性と開放性

つながりと信頼の基盤

格差の是正

制度と規範

周辺環境

教育制度・教育現場・学級

家族要因

地域要因

# 生徒のウェルビーイングの構成要素（例）

## 生徒のWell-being

主観的幸福感  
ー現在・将来・周囲  
のウェルビーイン  
グー

学校生活が楽しい（今の幸せ）  
心身が健康である（今の幸せ）  
日常生活に不安や心配事がない（今の幸せ）  
大切な人を幸せにしたり、楽しませていると思う（自分＋周囲）  
自分は将来幸せに暮らしていると思う（将来の幸せ）  
食事や睡眠が十分である

自己実現と自己受容

自分には良いところがあると思う  
自分のことが好きである  
勉強が理解できたとき、喜びを感じる  
部活動や委員会活動にやる気が出る  
得意なことが伸ばせる環境だと思う  
苦手なことにチャレンジできる環境だと思う  
#勉強する意味が見出せない

多様なつながりと  
協働・向社会性

相談できる大人がいる  
先生のこと好きだ  
家で学校の話をしている  
友人関係に満足している  
クラスの居心地が良い  
学校や地域、社会などで、人の役に立つことをしてみたい

安心・安全な環境

通学路は安全であり、安心して学校に通える  
校舎や設備が快適・清潔であり、満足している

# 学校（教員）のウェルビーイングの構成要素（例）

## 学校のWell-being

主観的幸福感  
ー現在・将来・周囲  
のウェルビーイン  
グー

学校の仕事楽しい（今の幸せ）  
心身が健康である（今の幸せ）  
日常生活に不安や心配事がない（今の幸せ）  
大切な人を幸せにしたり、楽しませていると思う（自分＋周囲）  
自分は将来幸せに暮らしていると思う（将来の幸せ）  
食事や睡眠が十分である

自己実現と自己受容

自分にはいろいろな良いところがあると思う  
自分のことを好ましく感じる  
教育に意欲を感じる  
子供の成長を実感する  
指導方法や内容を学ぶ機会が提供されている

多様なつながりと  
協働・向社会性

相談できる人がいる  
職場の居心地が良い  
生徒との信頼関係がある  
卒業生とのつながりがある  
保護者や地域との信頼関係がある

安心・安全な環境

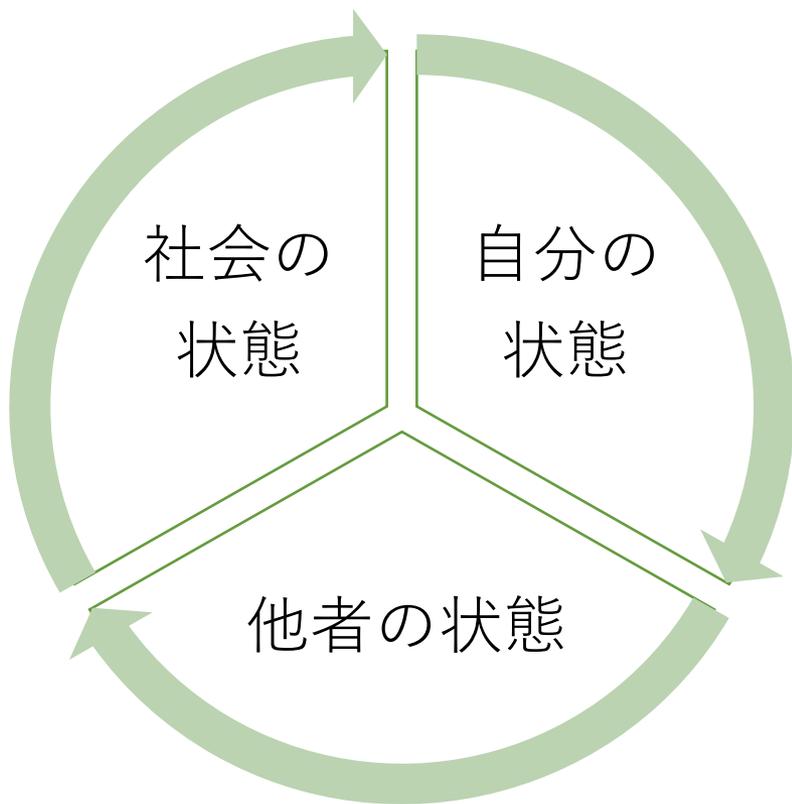
通学路は安全であり、生徒が安心して学校に通える  
校舎や設備が快適・清潔であり、生徒が満足できる環境である

# 計画→測定が目指すこと

1. 自分たちで活用できてこそその指標：**外向きのランキングや評価ではない**→**自分たちの学校や地域での「ウェルビーイング」が何かを考える**
2. アウトカムだけではなく、それを支える要因（プロセス）を重視して包括的に検討し、強みや弱みを分析すること
3. 小学校から大学まで、長いプロセスでの教育とコミュニティの積み上げと広がり
4. 思い込みを是正し、**子供や現場の声（ウェルビーイング）をきくこと**→学校の現場を良くしていくことにつなげる

# ウェルビーイングの循環

互いの幸せな状態  
「ウェルビーイング」  
を循環させる



好循環を支える要因

多様性  
開放性  
社会的つながり（社会関係資本）  
自立と共生を支える仕組み



ご清聴ありがとうございました

問い合わせ先

[uchida.yukiko.6m@kyoto-u.ac.jp](mailto:uchida.yukiko.6m@kyoto-u.ac.jp)