

『就実教育実践研究』第13巻 抜刷  
就実教育実践研究センター 2020年 3月31日 発行

**保育教職志望者から見た幸福感**  
**— 学校園の幸福感向上のための基礎的議論 —**  
**What is happiness for students who want to become teachers?**

高 木 亮

# 保育教職志望者から見た幸福感 — 学校園の幸福感向上のための基礎的議論 —

高木亮（初等教育学科）

What is happiness for students who want to become teachers?

Ryou TAKAGI (Department of Elementary Education)

## 要旨

本研究は、学生視点から見た検討を行うこととした。

キーワード：大学生，幸福感，楽しい，充実感，保育職，教職

## 1. 問題と目的 学校園を巡る幸福感の課題

『PISA2013』では日本で言う高校生を対象に幸福度100点満点での測定がなされるようになっている。学力またはコンピテンスとして“学校での幸福”に注目が集まると考えることもできる。しかし、“幸福とは何か？”と聞かれても多くの人にとって答えることは難しいであろう。内閣府（2011）が示すように幸福は様々な測定方法があり、敢えて一つの場合や質問・指標に絞ることが適切とも言い切れないと指摘する。幸福を1項目での測定というのは“人それぞれの主観や概念に差異があることを踏まえた上での大枠の評価”といえる。

このような留意点を踏まえた上で、できれば、“幸福な学校園”を考える上で“子供にとっても教職員ら大人にとっても共有可能”で、“1項目測定よりは詳しいが極力簡易な測定評価”を検討することとした。そこで注目したのが幸福を“楽しい（受け身で感じる幸福）”と“充実（能動的でなければ感じない幸福）”の2点で測定する発想である。ここでいう“充実”は“苦しくても目標に向かって努力した、成し遂げた”感覚であるため、“楽しい”とは逆の感情である“苦しい”の上で成立する幸福の構成要素と定義できる。

上記の定義を行った議論の背景を整理したい。“楽しい幼稚園・学校”などというように“楽しい”は幸福と類似して測定されてきた。が、人生に必要なストレス耐性・レジリエンスや能力の伸長には“楽しくなくとも努力して充実”させることも必要であり、学校園において“今は楽しくはなく、逆に苦しくとも、動機づけをもって何かをすることに前向きな感覚を感じる”ことは教育的意義がある“学力の一つ”と考えることもできる。この発想は平成18、19年度に岡山県教育センターが実施したSSN研究における小・中学生と小中学年齢期適応指導教室通所者の体験活動評価尺度研究で考察・議論されている（岡山県

総合教育センター，2007)。前者は充実感のために苦勞（楽しくなさ）をある程度耐えることができるが，後者はその耐えられる余裕が少なく，体験活動の企画を調整することでそれぞれの適応と能力開発を議論できると提案がなされている（北神ら，2008）。また，この研究に関わった門原は後に小学校6年生の修学旅行における前後比較で修学旅行で感じられた“楽しさ”と“充実”の得点が事後の学級風土因子に異なる影響を与えていることを指摘している（門原ら，2019）。

一方で同様の視点は教職員研究からも指摘がなされている。教職員についても中長期キャリアを描画的に測定するライフライン研究の視点で，“楽しい”（その時期感じられる結果としての幸福感）と“楽しい人生を向上させること目指す姿勢・資質・能力”からなる“充実”を分けて考えることが有益であると調査および調査の解説を通して被験者との議論で指摘している（高木・高田，印刷中）。

本稿は初等教育・高木ゼミ3年時学生に課題としている調査演習において保育・教職志望学生に調査を行い，考察を求めてきた。その中で過去5回の調査で本稿主旨の成果を報告することとあわせて，この幸福と楽しいと充実の関係における基礎的データ分析を通して学校園での課題を考えることとした。

## 2. 方法 — 4つの学生実施調査—

3つのリッカート法を用いた量的調査と1件の自由記述形式の質的調査を行った。これらは就実大学初等教育学科教職教養ゼミの3年次課題として行われた調査である。なお本学科は県下でも概ね“まじめ”で“素朴”で“社交的”な保育教職志望学生が集まる養成校といえる。

各調査は参加学生の卒論を意識した関心に基づいて各々合計70～90項目の回答がある。ここではその全部を取り上げず主要部分と幸福に関する項目の関係を報告する。なお，リッカート形式での測定はいずれも5件法を用いた。

### （1）調査1：幸福関連5項目とキャリア適応力の数的関係（平成27年度）

実施者は的場功基（現岡山県小学校教諭）であり，平成27年7月14，16日に実施。有効回収は189部であった。なお，追加分析を増成悠太（現広島県小学校教諭）と花房幹根（現岡山市小学校講師），村上幸輝（現愛媛県小学校教諭）が平成31年3月に行ったものを報告している。

ここでは幸福関連の6項目の質問と大学生の職業準備・適応力指標であるキャリア適応力10項目（図表1）（高木ら，2006）を合計した得点の関連検討を行う。キャリア適応力10項目得点を合計し上位三分位と下位三分位に最も分かれる得点の区切りを設けた。上位三分位（N=56，29.6%）の幸福関連6項目相関表と下位三分位（N=45，23.8%）の相関表を図表2に示す。

# キャリア適応力10項目（1因子構成）

C1) 読書や講演で、仕事に必要な情報を積極的に集めるよう心がけている。
C2) “自分は何のために働いているか”とよく考える。
C3) 仕事の上で自分の成長に必要な能力や自分の姿勢についてよく考える。
C4) 自分の職業生活を後悔しないように、自分の考えや信念に沿って行動している。
C5) “どうなりたいのか”や“どうしたいのか”といった仕事上の希望がある。
C6) 現在の職業生活が充実しないのは、自分で対処できないことが多すぎるからである。(G)
C7) 今後の仕事の上で、必要な技能を身に就ける努力を今はしていない。(G)
C8) 仕事上、自分の理想を達成するには、自分の自主性や努力次第だと思う。
C9) 自分に必要な能力や仕事を充実させていく上での計画・見通しを持っている。
C10) 必要性を感じにくい研修や研究指定を受けることに大きな負担を感じる (G)

図表 1, キャ適10項目内訳, (G)とは逆転項目

## 大学生キャリア適応力高群（上位3分の1、N=56）

	H1)楽しい	H2)力発揮	H3)心健康	H4)体健康	H5)人間関係	H6)幸福度
H1) 今の自分の生活は楽しいことが多い	1.00	0.62	0.57	0.65	0.55	0.61
H2) 今の自分の生活は力が発揮できている	0.62	1.00	0.58	0.71	0.45	0.71
H3) 今の自分の心の健康は恵まれている	0.57	0.58	1.00	0.55	0.51	0.65
H4) 今の自分の身体の健康は恵まれている	0.65	0.71	0.55	1.00	0.61	0.55
H5) 今の自分の人間関係は恵まれている	0.55	0.45	0.51	0.61	1.00	0.52
H6) 今の自分は幸福だと感じる	0.61	0.71	0.65	0.55	0.52	1.00

## 大学生キャリア適応力低群（下位3分の1、N=45）

	H1)楽しい	H2)力発揮	H3)心健康	H4)体健康	H5)人間関係	H6)幸福度
H1) 今の自分の生活は楽しいことが多い	1.00	0.45	0.66	0.62	0.68	0.78
H2) 今の自分の生活は力が発揮できている	0.45	1.00	0.78	0.66	0.67	0.55
H3) 今の自分の心の健康は恵まれている	0.66	0.78	1.00	0.78	0.75	0.78
H4) 今の自分の身体の健康は恵まれている	0.62	0.66	0.78	1.00	0.72	0.72
H5) 今の自分の人間関係は恵まれている	0.68	0.67	0.75	0.72	1.00	0.88
H6) 今の自分は幸福だと感じる	0.78	0.55	0.78	0.72	0.88	1.00

図表 2, キャ適高（上）・低（下）群ごとの相関係数表

図表2のキャリア適応力高群（上）と低群（下）を比べると概ね、幸福関連6項目は互いに相関を有していることが分る。しかし、低群において相関係数0.6～0.79といった互いに強い相関の項目間が多く、“人間関係の恵まれ度”（H5）と現在の“幸福度評価”（H6）は相関係数0.88とほぼ同様の変数といえる。一方でキャリア適応力高群では0.4～0.59といった中程度の相関の組み合わせも多い。概してキャリア適応力が高いことで幸福関連の感情の各項目は相関が緩やかになることが示唆された。

少し思い切った提案であるが、就職の心理的準備（キャリア適応力）が低いと、“楽しい”と“力が発揮できる”、“自分の条件が恵まれている”が曖昧で、“幸福感”は現在の“人間関係”とほぼ一致してしまい全体が環境や条件に左右されることになる。つまり努力やレ

ジリエンスの余裕がなく人間関係の雰囲気気分に気分全体が左右されやすい。しかし、働く準備に関わるキャリア適応力が向上すると余裕ができることで環境や条件に強く左右され過ぎず“楽しい”と“幸福”自分なりに模索できるのかもしれない。これらは岡山県総合教育センターの研究報告（北神ら、2008など）において小中学生と適応指導教室通所者間で“体験活動で充実感を探索できる余裕の有無があり、体験活動の楽しさと苦勞・充実点のデザインを変える必要性”に関する指摘と同様の感想を持つことができる。

## （２）調査２：幸福と楽しいと充実に関する自由記述調査（平成30年度）

実施者は辻奈々穂、角原愛、奥河篤哉、杉本夏子、森安佑紀、田中千尋、新崎奈央、藤井翔太、大野優歌、小見山安奈、茶本真由香、田中理沙及び森綾佳（いずれも令和元年現在、本学科４年生）である。平成30年７月10、12日に実施し、有効回収は135部であった。この調査では学生に対して「あなたが幸福感を感じる場面や気持ちを自由に書いてください」や「あなたが楽しいと感じる場面や気持ちを自由に書いてください」、「あなたが充実していると感じる場面や気持ちを自由に書いてください」の３つの自由記述質問を行い分析を行った。

自由記述の分析にはKJ法的な文脈を類型化する方法があるが、Excelでできる分析としては質問の自由記述の頻出単語の集計をおこなうこととした。類似の単語（例えば「アルバイト」と「バイト」などを合わせること）をまとめつつ、質問の種類ごとに名詞と動詞と形容詞を分けて頻出単語のリスト化を行う。ここでは作業を効率化するためExcelアドインソフトである『トレンドサーチ』を用いて自由記述における「幸福」「楽しい」「充実」に関する自由記述の最頻の単語をランキング表とすることとした（図表３）。

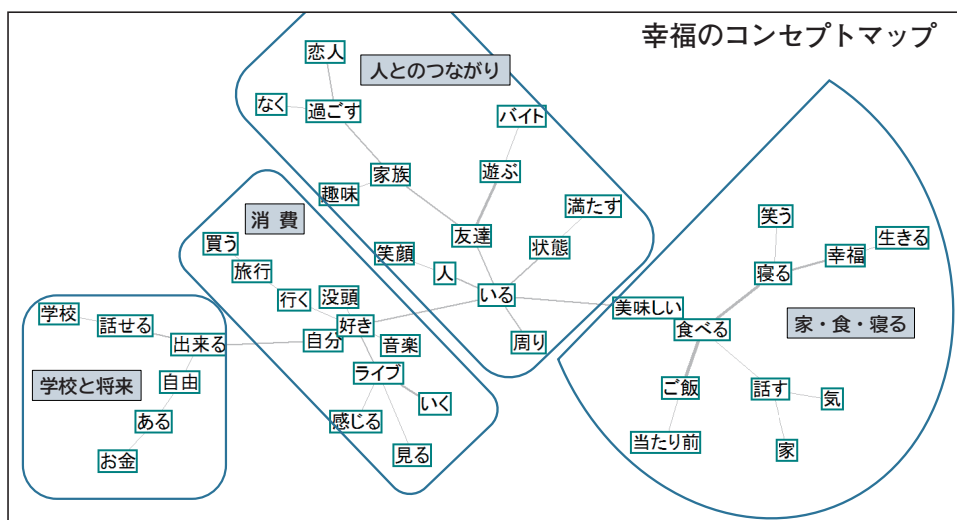
幸福の名詞	楽しいの名詞	充実の名詞	幸福の動詞	楽しいの動詞	充実の動詞	楽しいの形容詞	幸福の形容詞	充実の形容詞
友達 49	友達 68	バイト 24	食べる 67	遊ぶ 39	感じる 32	美味しい 29	苦しい 29	無い 28
好き 47	好きなこと 33	自分 20	寝る 43	話す 21	出来る 16	楽しい 27	無い 10	いそがしい 16
自分 41	自分 28	好き 17	過ごす 25	笑う 20	ある 15	無い 13	美味しい 6	楽しい 11
家族 28	逆 18	予定 17	遊ぶ 24	行く 17	思う 14			美味しい 5
充実 22	人 16	友達 15	いる 22	食べる 14	行く 13			うまい 5
ご飯・食べ物 20	買い物 12	状態 15	感じる 22	過ごす 13	食べる 12			虚しい 5
状態 12	趣味 12	学校 18	出来る 16	出来る 11	いく 11			
心 12	話 11	暇 10	行く 9	話せる 8	詰まる 9			
ライブ 9	家族 11	生活 7	話せる 9	ある 8	いる 7			
バイト 9	状態 11	ライブ 6	笑う 8	見る 8	遊ぶ 7			
旅行 7	ゲーム 7	お金 5	生きる 8	寝る 7				
自由 6	会話 7	家族 5	買う 7	いる 7				
恋人 5	旅行 6		なる 5	なくなる 5				

図表３、「幸福」と「楽しい」、「充実」にあがる名詞（左）と動詞（中）、形容詞（右）

名詞についてみれば「幸福」と「楽しい」に関する質問の回答が比較的類似して、「友達」や「好き・好きなこと」が上がっている。「充実」については「アルバイト」や「予定」、「学校」が頻出単語である。いずれも「自分なりに」や「自分にとっては」と断りが入っている点などは回答者自身が“人それぞれに幸福や楽しい、充実の形がある”と感じてい

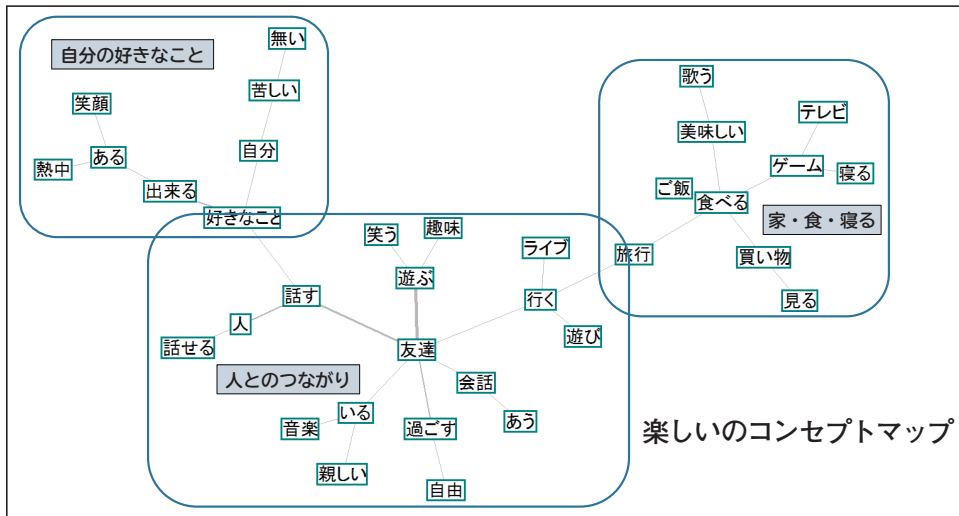
ることの表れであろう。動詞についても「幸福」と「楽しい」は類似しており「食べる」や「過ごす」、「笑う」などが共通の頻出単語にあがる。「充実」の動詞には「出来る（ようになる）」や「(予定などが) 詰まる」が上がった。形容詞についても「幸福」と「楽しい」は類似しているが、「充実」は「無い（今、充実していない）」や「忙しい」が上がる点が特徴である。大学生にとって“楽しいか？”や“幸福か？”と聞かれれば今の楽しい・幸福な時間がイメージされるものの、“充実しているか？”と聞かれればなかなかイメージが付きにくく、“予定が埋まっている”や“忙しい”から“多分、充実しているのだろう”と評価される文脈が全体的な雰囲気であるといえる。

次いで『トレンドサーチ』のコンセプトマッピング機能を用いて関連単語間のつながりを確認した。つながりに対して概ねの解釈ができる面積に筆者の方で題目を設けて図表4～6に示す。



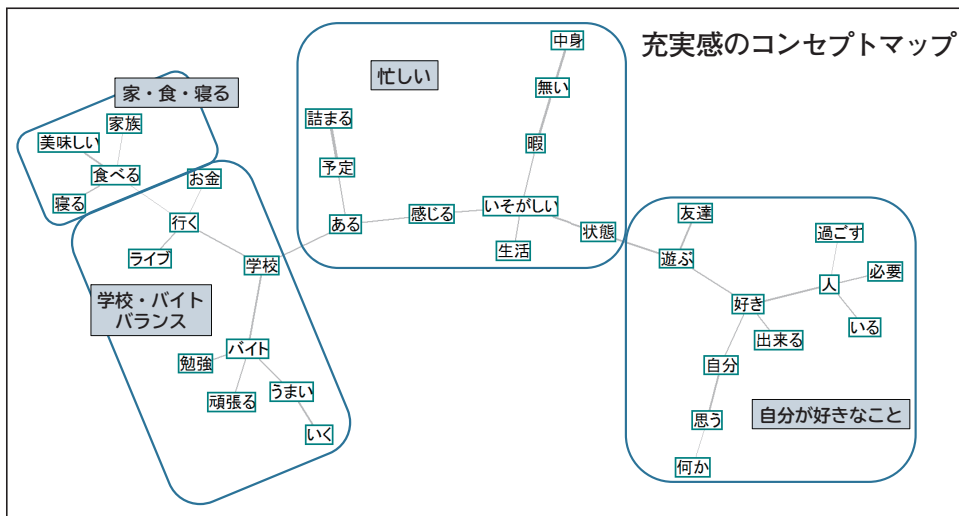
図表4. 幸福に関するコンセプトマップ

「幸福」自由記述についてのコンセプトマップ（図表4）は“人とのつながり”に関する単語群が真ん中に存在し，“消費”と“学校と詳細”が図表4で言うところの左に続き，“家・食べる・寝る”ということが右に続く。高木（2019）では教師の幸福感と強すぎる関連のある項目として「今日一日がいい日だったと思うことが多い」が示されている。学生においても楽しいイベント（消費行動や将来展望）も重要ながら色々ありながら一日を家で食べる・寝るをして終えることが大きな要素といえるのかもしれない。



図表5. 「楽しい」のコンセプトマップ

「楽しい」の自由記述のコンセプトマップ（図表5）は“自分の好きなこと”や“人とのつながり”“家・食・寝る”の3領域で示された。“家・食・寝る”は幸福のコンセプトマップとはほぼ同じ内容である。また、調査1で示された人間関係の良好度は“楽しい”で語られる部分が多い単語からなることが分る。



図表6. 「充実」のコンセプトマップ

「充実」自由記述のコンセプトマップ（図表6）においても“家・食・寝る”が示された。これは「楽しい」も「充実」も「幸福」にも一貫する要素であるといえる。一方で「楽しい」同様に“自分が好きなこと”に関する単語もここで領域として見られた。充実に関する固有の要素は“忙しい”とともに“学校やアルバイトのバランスの良さ”に関する単語



は楽しいにも幸福にもみられない領域であるといえる。

以上を踏まえれば“一日の終わりを家で過ごし食べる・寝る”は楽しいにも充実にも幸福にも共通する大きな要素であると考えられる。“好きなこと”は楽しいにも充実にも共通するが、“好きなことをできる”のは「楽しさ」であり“好きなことから苦しくなくともできる”のが「充実」であるといえるのかもしれない。一方で「充実」は忙しさや負担・役割間のバランスが上手くいっているという自己評価である点は想定していないが了解できる結果である。

### （３）調査３：“SNSと人間関係”と幸福関連３項目の数的関係（平成30年度）

実施者は杉本夏子，森安佑紀，田中千尋，新崎奈央，藤井翔太及び大野優歌である。平成30年7月11日に実施し，有効回収は152部である。例えば「ツイッターを使っていますか」，「LINEでつながる人数はどれぐらいですか」などSNSに関する質問を20項目程度設けたがいずれも幸福関連の質問とは弱い正負の相関が散見される程度であり，簡単に文脈をまとめることができなかった。ここではSNS利用と相関があると仮説づけ導入した人間関係の持ち方に関する質問項目群（図表7の12項目）との「今の生活が楽しい」や「今は大変だけど充実している」「心身ともに健康である」の3項目との相関（図表8）を見ていこう。

項1	清潔感がある
項2	他人への気遣いができる
項3	自分に自信が持てる
項4	「ありがとう」などの感謝の気持ちをよく伝えられる
項5	行動力のある方だ
項6	誰に対しても平等に接することができる
項7	人と話していると「おもしろい」「楽しい」といわれることがある
項8	他人に共感することができる
項9	挨拶は進んで自分からする
項10	約束や時間はきっちり守る
項11	人と目を合わせて会話をする
項12	余裕を持って行動できる

図表7．SNS調査での人間関係項目群

	項1 清潔感	項2 気遣い	項3 自信	項4 感謝	項5 行動力	項6 平等	項7 会話力	項8 共感	項9 挨拶	項10 約束守る	項11 目合わせる	項12 余裕のある行動
今の生活が楽しい	0.30	0.43	0.31	0.42	0.22	0.33	0.48	0.42	0.46	0.28	0.42	0.27
今は大変だけど充実している	0.30	0.37	0.29	0.47	0.28	0.46	0.43	0.43	0.46	0.21	0.35	0.21
心身ともに健康である	0.34	0.39	0.35	0.26	0.14	0.36	0.39	0.36	0.36	0.22	0.33	0.32

図表8．楽しい，充実，健康と人間関係項目群の相関

図表8より，ほとんどの項目間において少なくとも弱い相関がある。中程度の相関についてみれば，“人への気遣い”や“人に合わせる”といった比較的受動的な状況を大切に



する項目で楽しいとのみ中程度の相関があり，“平等に接することができる”において充実とのみ中程度の相関があった。あまりはっきりとした差が示されなかったのは“嫌な人間関係のある程度避けることができる学生”という立場の特徴ゆえかもしれない。しかし，“人に合わせること”という受動的な人間関係の受け方がより“楽しさ”に影響をする点は留意が必要かもしれない。逆に言えば、充実が人間関係において“平等に接する注意”はしながらも“気遣い”や“人に合わせる”ことに重きを置きすぎない状況で得られると考えることもできる。

#### (4) 調査4：“恋愛と浮気傾向”と楽しい・充実・ストレスの弱さ間の関係（平成30年度）

実施者は小見山安奈，茶本真由香，田中理沙及び森綾佳である。平成30年7月3，5日に実施し，有効回収は172部である。恋愛と浮気傾向についてのアンケートの項目の具体的な例と相関について図表9，10に示す。幸福関連項目としては「ストレスを感じやすい方だ」と「今の生活が楽しい」，「今の生活は大変だが充実している」を設けている。恋愛質問については「3ヶ月以上お付き合いをしている人がいる」ものは男女あわせて3割程度に過ぎない。そのため，今の恋愛関係についての質問は正規分布していないことも踏まえて考えていきたい。

	H1) ラブラブ	H2) 一目ぼれ	H3) 友達同士	H4) 穏やか	H5) ストレス	H6) 楽しい	H7) 充実
H1) 恋人とはラブラブな関係が多い	1.00	0.24	0.05	0.25	0.22	0.22	0.35
H2) 一目ぼれしたことがある	0.24	1.00	0.07	0.03	0.26	-0.02	0.00
H3) 恋人とは仲の良い友達同士のような関係	0.05	0.07	1.00	0.25	0.01	0.12	0.08
H4) 穏やかな恋愛	0.25	0.03	0.25	1.00	-0.23	0.14	0.15
H5) ストレスを感じやすい方だ	0.22	0.26	0.01	-0.23	1.00	-0.02	0.06
H6) 今の生活が楽しい	0.22	-0.02	0.12	0.14	-0.02	1.00	0.79
H7) 今の生活は大変だが充実している	0.35	0.00	0.08	0.15	0.06	0.79	1.00

図表9. 恋愛態度・意識項目群とストレス，楽しい，充実の相関

	H1) 穏やか	H2) ストレス	H3) 楽しい	H4) 充実
H1) 穏やかな恋愛	1.00	-0.23	0.14	0.15
H2) ストレスを感じやすい方だ	-0.23	1.00	-0.02	0.06
H3) 今の生活が楽しい	0.14	-0.02	1.00	0.79
H4) 今の生活は大変だが充実している	0.15	0.06	0.79	1.00

図表10. 直近の恋愛の穏やかさ・激しさとストレス，楽しい，充実の相関

図表9から分るように「楽しい」と「今の生活は大変だが充実している」の間はとても高い正の相関係数が見られる。ここでは1，2年生の回答者が主となったため「学生生活の充実」＝「学生生活の楽しさ」という図式が成立した。他の調査ではここまで楽しいと充実の相関が無く，学年によって，また他の質問項目に影響を受けてか「楽しい」と「充実」の関係は強い相関だったり，相関が弱まったりと不安定なものといえるのかもしれない。今後の分析を要するが仮説としては，社会人や労働人生（キャリア）に前向きになるほど楽しいと充実が独立していくものと定義しているが，今後詳細に分析が必要である。

主たる恋愛に関する質問で言えば、「恋人とはラブラブな関係が多い」と「ストレスを感じやすく」「楽しく」「充実」するようだ。「一目ぼれをしやすい」と「ストレスを感じやすい」が「楽しさ」や「充実」とは関関係が無い。「穏やかな恋愛」が多いと「ストレスを感じにくく」なるがこれは逆転させて“激しい恋愛をすることが多いほどストレスを感じやすい”と理解した方が分りやすいかもしれない。しかし、恋愛と学生生活の「楽しさ」「充実」は無関係であった。恋愛は“楽しくも苦しくもあり”、“充実することも虚しくもある”。人それぞれなのか、同一人物でも恋愛のケースごとに違うのか、はたまた大学1、2年生の「3ヶ月以上のお付き合い」は主観的情報が少ないのか理由は色々と思像はできる。ただ、ストレスの原因となり得る恋愛は、少なくとも平均で考える範囲において幸福や楽しさ、充実の線形性を有する規定要因と言にくいことがわかる。人生の大きなイベントや心理的要因が幸福でもあり不幸でもあるという点は、少なくともストレスと幸福が独立している一つの側面として把握することができる。

### 3. 結果と考察 「幸福」を測定する際に「楽しい」と「充実」を測定する視点の提案

本研究は保育職・教職志望学生の学生生活における「幸福」を「楽しい」と「充実」の側面から検討してきた。建前としては教職員ら大人の学校における幸福と子供の幸福を今後発展させて考えていく上で、両者の中間ともいえる保育職・教職志望学生の心理の構造から議論を始めた。しかし、正直に言えば学生対象の調査は実施が容易で、比較的大胆な質問も許容され、ゼミナールの授業における教育活動で例年収集ができる、などが本音である。そのため、学生教育に趣旨をおく報告であり、分析や表記の甘さなど反省点も多いが、このようにまとめなければせっかくの収集データが消滅してしまうため本報告とした。

そのような点を踏まえても価値ある成果があった。「幸福」と「楽しい」と「充実」はある程度類似しつつ、ある程度異なる数的特性（“高すぎない程度の相関”や一部自由記述の単語群が共有されりなど）が示された。また、ストレスとははっきりと異なる変数であり影響過程・規定要因も異なりそうである。さらに、ここでは“人間関係の良好さ”や“良好さを気にするような態度”と「楽しさ」は類似している傾向が示された。このあたりはポジティブ心理学の泰斗ともいえるセリグマン（セリグマン、2014）が幸福の一要素として“人間関係の良好さ”を強調していることやストレスの逆転変数とはいえない幸福の規定要因の独立性の指摘と類似している部分を見ることができる。

一方で、本稿では心理的余裕やキャリア適応力の高さを背景とすることで得られる「充実」感の重要性を指摘した。“受け身の幸福感：楽しさ”や“能動的な幸福感：充実感”などとした表現を行ったが、“楽しさが充実感に劣る”という意味ではないことも抑えておきたい。例えば、鈴木（1993）は仕事のやる気・モラルが高い教師ほどバーンアウトが高いことや、秦・鳥越（2003）では教職に「やりがい」を強く感じる教師ほど離職を検討していることが指摘されている。このことは、「充実」が“苦しくとも現状を乗り越えようと努力している前向きさ”を示しており、“楽しくはないこと”と“ストレスの原因

ではあること”を踏まえれば”充実”ばかりを強調することも危険であることが理解できる。例えば、分りやすい人間関係や自分の好きなことといった「楽しさ」に関する要素も同時に検討しなければ「幸福」はアンバランスなのだとも考えることができる。

我が国の幸福研究において前野（2013；2017）の活躍は目覚ましいが、前野（2013）は既存の主観的幸福尺度を規定する要因として「あなたらしく」と「なんとかなる」、「ありがとう」、「やってみよう」の4つの要因（前野の著作では「幸福4因子」）を強く推奨している。この4要因は「楽しい」という環境・状況を自ら構築しようという心理・態度・行動であり、本報告で測った「充実」と同様の要素であると考えることができる。今置かれている状況を受動的に満足する「楽しさ」とともによりそのような状況を改善しようとする心理的な能動性（「充実感」）を合わせて理解することは有益な「幸福」の捉え方の一手法であると自画自賛したい。

一方で高木（2019）が示した「今日一日は良い日だったと思うことが多い」は1項目での幸福感点数と極めて高い正の相関があることが示された。本研究自由記述でみたように「家で食べる、ゆっくり、寝る」という単語群は「幸福」と「楽しい」、「充実」いずれのコンセプトマッピングでも見られた共通要素である。“気持ち様”の域を出ないのかもしれないが、一日を終えるにあたっての一日の振り返りを満足感を感じやすくするような仕事や学習のまとめであり、自己理解の姿勢は手軽で重要な発想なのかもしれない。

## 参考文献

- 門原眞佐子ら 2018「体験活動により向上する学級社会関係資本—小学校修学旅行の充実の背景と効果の検証—」『就実教育実践研究』11,pp.63-76.
- セリグマン, M. (著), 宇野カオリ (訳) 2014『ポジティブ心理学の挑戦』ディスカヴァー・ツェンティワン
- 伊藤裕子・相良順子・池田政子・川浦康至 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),pp.276-281.
- 秦政春・鳥越ゆい子 2003「現代教師の日常性（Ⅱ）」『大阪大学教育学年報』8,pp.182-187
- 北神正行ら 2008「公立学校および適応指導教室におけるチェックリスト運用体制の開発Ⅰ」『岡山大学教育学部研究集録』137,pp.143-152
- 前野隆司 2013『幸せのメカニズム』講談社現代新書
- 前野隆司 2017『無意識の力を伸ばす八つの講座』講談社
- 鈴木邦治 1993「教師の勤務構造とストレス」『日本教育経営学会紀要』35,pp.69-82.
- 岡山県総合教育センター, 2007『研究紀要第1号 スクールサポートネットワークにおける3つの取組』
- 高木亮・田中宏二・淵上克義・北神正行 2006「教師の職業ストレスを抑制する方法の探索」『日本教育経営学会紀要』48,pp.100-114
- 高木亮・高田純印刷中「教職員のキャリア発達段階に関するライフラインでの検討」『学

**【附記1】**

本研究は初等教育学会助成を受け平成31年1月の日本学校改善学会第2回大会において筆者である学生メンバーで口頭発表を行うことができた。こころよりお礼を申し上げます。

**【附記2】**

本研究はJPSP科研費基盤研究(C)19K04288「教職員の“幸福”概念はどのように形成され、どうすれば高まるか？」の助成を受けている。