



私の仮説検証

北村 柚季
高知丸の内高校 3年

♥昔から低い日本人の自己肯定感

2018年の内閣府調査によると、「自分に満足」している日本人の比率は40%台なのに対して、欧米諸国では80%台もあります。また、「自分には長所がある」という日本人の比率は60%程度なのに対して、欧米諸国では90%前後と高くなっています。

また、2024年3月に発表された「2024年世界幸福度ランキング」によると、日本人の幸福度順位は51位でした。私がビックリしたのは「人生の主観的満足度」という項目で日本の順位が110位だったことです。

両方のランキングで上位を占めているのが、北欧を中心とした欧米です。

実は、日本人の自己肯定感が欧米人に比べて低いという国際統計は、今に始まったことではなく、昭和や平成の時代から変わらないようです。

♥私の仮説「自己肯定感≒自信≒幸福度」

そこで私は、「自己肯定感≒自信≒幸福度」という仮説を立てました。つまり、自己肯定感が高い人は自信があり、結果、それに比例して幸福度も高くなったり、低くなったりするという仮説です。

実は、私の仮説には一定の根拠があります。例えば、今年2月の「世界青年の船」事業の受入学習会からYOUTH FORUMまで、KOCHI IYEOのイベントに何度も参加する中で感じたことですが、KOCHI IYEOのリーダーやスタッフのみなさんには、自信と自己肯定感があって幸せそうに見えます。私の仮説がピッタリ当てはまりました。

しかし、ある日私は、自分の仮説が不完全であることを知ります。それは、私が一人の友人を見つけて「私の仮説」についてどう思うのか聞いたときのことです。

その友人の答えは、意外なものでした。

「私は自信がないけど、不幸ではないよ…（それはそうですよね。失礼しました。）本人が感じる「幸福感」は、他人から見えている「幸福度」とは違う？

もしかしたら、本人が幸福でも人には「私は今、（人より）幸福です」と言わない？

この感情表現は日本人の当たり前の文化？

もし、そうだとしたら、それは何故？

私の仮説検証は、調べ学習に入りました。



日本海（京都丹波）

♥自己肯定感の測定方法

「欧米人は、なぜ日本人より自己肯定感が高いのか？」（もしかしたら、同じ幸福感なのにその感情をどうして高く表現するのか？）

私は、この問題の解決の糸口を探すために「自己肯定感の測定方法」を調べました。

すると自己肯定感は多くの場合、「自分に満足している」「私は価値ある人間だと思う」

「自分はダメな人間だと思うことがある」といった項目で測定されていることが分かりました。

続けて、欧米人は、大人も子どもも、前の二つの項目をほとんどが肯定し、三つめの項目は多くが否定するのに対し、日本人は大人も子どもも、前の二つの項目を肯定するのは半数にも満たず、三つめの項目は多くが肯定していることも分かりました。

♥異なる「良い子の条件」とその理由

「どんな人間になってほしいのか」と子どもに期待することを発達期待というそうです。発達期待に関するある日米の調査によると、米国人は幼い頃から、「自分に自信を持ち、他人に負けないように自己主張する」ように育てられるため、小さい子どもでも偉そうに自己主張するそうです。

一方、日本人は幼い頃から、「思いやりを持ち、自分勝手な言動は控え、協調性を身に付ける」ように育てられるため、小さい子どもも友だちの気持ちを考えて行動するそうです。日米で全く異なる良い子の条件と自己形成の方向ですが、両者の価値観はどのようにして生まれたのでしょうか。

早速、KOCHI IYEO ホットラインで調べると次のようなアドバイスをいただきました。まず、この問題はざっくり日本と世界という

枠組みで考えた方が理解しやすいそうです。

つまり、日米の「発達期待」の違いは、日本と中国、韓国、印度、欧州などでも見られ、そこにある共通項は「弱肉強食」社会という世界で、「自己主張をしないと他人に馬鹿にされて生きていけない」という現実です。

この厳しい世界や現実を理解するには地政学や歴史を勉強する必要があって、宗教紛争や植民地や戦乱が続いた地域では、そういった過酷な環境ができあがりやすいそうです。

幸い日本には、日本海という自然要塞としての万里の長城があり、異民族の本格的な侵略を受けずにすんだのですが、その長い歴史と事実が日本人特有の平和と防衛感覚を生んだそうです。

日本人の強い協調性については、日本に伝播した稲作文化が「水」という生命線で集団をまとめる農村共同体を形成した影響が大きく血（親族）よりも水（コミュニティ）を重視する同調圧力の強い「日本村社会」の当たり前のルールになったそうです。

中国では「血は水より濃い」と言いますが、日本人は「水は血より大事」という中国人とは真逆の暗黙のルールを自然との共生の中で作りあげてきたこととなります

「私の仮説の奥に地政学と歴史と文化あり」そんな学びの多い調べ学習でした。

KOCHI IYEO HP



2024年7月15日発行
発行者
高知県青年国際交流機構
(KOCHI IYEO)
会長 前田正也

☎ 090-9552-0022

✉ xiwang@yacht.ocn.ne.jp