

感情語から探る日本らしいウェルビーイング

人間系 准教授 菅原 大地

日本らしいポジティブな感情語（例；和んだ、名残惜しい）について網羅的・ボトムアップ的にデータを収集・分析することで、「**日本らしいウェルビーイングとは何か**」を明らかにする



① 解決したいこと ウェルビーイング概念の氾濫

	トップダウン的な決定・施策	測定指標の乱立
世間	私が考えたウェルビーイング	<ul style="list-style-type: none"> 世界幸福度調査 地域幸福度 人生満足度 〇〇県独自の幸福度
研究者の世界	私が考えたウェルビーイング	<ul style="list-style-type: none"> 幸福感 精神的健康 エンゲージメント 対人関係 いきがい

基礎・基盤・理論が無いウェルビーイング

② 研究内容とその背景

(1) ポジティブ心理学の第3波
「それぞれの言語・文化におけるポジティブな言葉の研究が、その文化・言語圏のウェルビーイングの向上につながる」
(ハーバード大学/ティム・ロマス)

(2) 日本らしいポジティブな感情語
単なる単語を超えて、「楽しい」「好き」「落ち着く」等の感情語には様々なイメージや表象が伴う

(3) プロトタイプ・アプローチ
＝明確な定義ではなく、**典型例**をみつける

たとえば

正三角形

明確な定義がある

かぼちゃ

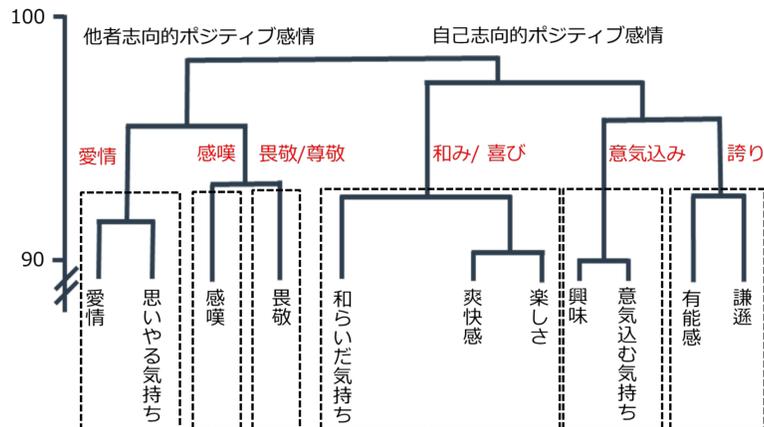
典型的ではない
典型的！

カボチャっぽいカボチャと
そうじゃないカボチャがある

ボトムアップ的に日本らしいウェルビーイングを探る

③ ポジティブ感情の概念構造

研究手法
感情語（「楽しい」とか）が書かれている132枚のカードを配る
集計
100名にカードを分類してもらう



【日本らしいポジティブ感情の特徴】

- ① 「和み」と「喜び（幸せ）」が近い感情としてみなされる
- ② ポジティブとネガティブが混じった**混合感情** (mixed emotion) も典型的なポジティブ感情とみなされる
→和んだり、単にポジティブではない状態が日本らしい幸せ

④ 典型的な混合感情は？

3つの調査によって日本語で典型的な混合感情語について評定を求めた

「名残惜しい」が典型例
・自分にとって重要なことが
終わりを迎える悲しみ
→悲しいことではあるが自分の
励みにもなるような感情

	プロトタイプ性 (MIN)		ポジティブ感情 評定		ネガティブ感情 評定	
	M	SD	M	SD	M	SD
名残惜しい	3.29	1.30	4.01	1.60	4.62	1.60
思いにふける	3.20	1.14	4.44	1.38	3.85	1.49
羨ましい	3.03	1.20	3.67	1.52	4.64	1.66
恥じらい	2.96	1.13	3.45	1.29	4.40	1.59
儂い	2.96	1.09	3.52	1.38	4.55	1.67
甘酸っぱい	2.96	1.24	4.65	1.44	3.44	1.55
哀愁	2.93	1.15	3.59	1.38	4.30	1.65
待ち焦がれる	2.91	1.18	4.82	1.47	3.31	1.52
もどかしい	2.86	1.07	3.49	1.42	4.64	1.69
切ない	2.81	1.12	3.31	1.47	5.08	1.68
愛憎	2.79	1.16	3.08	1.45	5.41	1.64
待ち遠しい	2.73	1.19	5.27	1.67	3.09	1.50

⑤ 最近の研究



日本の文化体験で生じる感情



「道」を究める効果



温泉・旅館の癒し

これまでの共同研究・学術指導の実績

- ・星和電機株式会社
- ・NECソリューションイノベータ
- ・マルハニチロ
- ・アサヒクオリティードイノベーションズ株式会社

研究室のQR

