

建学科目「しあわせを考える」 特別授業ご報告

研究員 渡部 博志



(「しあわせを考える」特別授業時の様子)

武蔵野大学が「世界の幸せをカタチにする。」というブランドステートメントを定め、それに呼応する形で設立された全学横断的な研究所、Musashino University Creating Happiness Incubation（武蔵野大学しあわせ研究所）は、この7月で4年目を迎えました。

大学のブランドステートメントを様々な形で具現化していくための一つとして、2017年度より全学共通科目の一つとして授業を開講しています。その名も「しあわせを考える」。これまでも研究所通信にてご報告させていただいてきましたが、今年度は両キャンパス合わせて100名に迫る履修者が受講しています。

これまでは各キャンパスに分かれて授業を受ける形だったのですが、今年度は、両キャンパスの受講生が有明キャンパスに一堂に会し、日本における幸福学の第一人者である慶應義塾大学大学院教授の前野隆司先生の特別授業を受けました。ちなみに、前野先生は本研究所の客員研究員でもいらっしゃいます。

前野先生が提唱されている幸福学とは、原理が分かったことを応用していく工学的な発想と同様に、心理学等の知見を活かして人々のしあわせを目指していくものです。ここでの「幸福」とは、健康や福利などを含む長期的な心の状態としての「幸せ」である Well-being と、短期的な心の動きである感情としての「幸せ」である Happiness の両方を含んでいるものです。

授業の中では、幸せな社員の方が3倍創造的であるとか、1.3倍生産性が高いとか、10年近く長寿であるといった、幸せに関する様々な研究成果を紹介して下さいました。また、前野先生自身が1,500人の日本人にアンケート調査を行い、そこから抽出された幸せの4つの因子「自己実現と成長」「つながりと感謝」「前向きと楽観」「独立と自分らしさ」についてもお話いただきました。

質疑応答では、次々と受講生から質問があがりました。中には、「自分には夢や目標がないのだけれども、どうしたらよいでしょうか」といった質問もありました。前野先生からは、私たちは過去の経験でしか判断ができない部分があるので、とりあえずいろいろなことをやってみて、そして視野を広げる大切さ説かれました。また、日々のちょっとした差であっても、それが積み上がると大きな差になることも指摘され、受講生にとって大変刺激的な2時間でした。