

「不易」と「流行」 誠実・克己・忠恕

～「幸福になる・・・4つの因子」とは・・・？～

慶応義塾大学大学院教授の前野隆司さんは、自分の過去の幸せ研究を体系化しようと、2012年学生たちと因子分析（多変量解析、たくさんのデータ間の関係の解析の一つで、多くのデータを解析し、その構造を明らかにする手法）を行った結果・・・

「この要因を満たせば誰もが幸せになれるという因子」が得られたそうです。それは・・・次の4つの因子でした。

・第一因子「『やってみよう!』因子」

（自己実現と成長の因子）

人生の大きな目標や日々の目標を持ち、それを実現していくための自分の強みが分かっている。

また、強みを生かすために学習・成長しようとしている人は幸せであることを示している。

・第二因子「『ありがとう!』因子」

（繋がりと感謝の因子）

人に感謝して、人のために何かをしたい、誰かを喜ばせたいという気持ちが強く、様々な人と交流を持っている人は幸せであるということです。

・第三因子「『なんとかなる!』

（前向きと楽観の因子）

幸せには前向きさや楽観性が必要だということを示しています。自己実現や成長、他者との繋がりを育むときも「よし、なんとかなる!」と前向きで楽観的にチャレンジしていけることが必要です。

・第四因子「『ありのままに!』因子」

（独立と自分らしさの因子）

周りの目を気にせず、自分らしく生きることが幸せに繋がることを示しています。



『1日1話読めば心が熱くなる365人の仕事の教科書』（致知出版社）より

どうでしたか？

第一因子が自己実現や成長といった**自分に向かう幸せ**だったのに対し、第二因子は感謝と利他、**他人に向かう幸せ**と書いていいでしょう。

第三因子の前向きで楽観的にチャレンジする(**なんとかなる**)というのは、幸せになるためのスパイスのようなものだと言えるのではないのでしょうか。

また、第二因子と第四因子についてですが・・・

第二因子の実現のために周囲と仲良くするのはよいのですが、それが人のペースに合わせてばかりになっては幸せとはいえないのではないのでしょうか。

人と仲良くしつつも、同時に自分らしさももつことが幸せにつながっていくんですね。

考査1週間前なので通心（信）はお休みします。

