

にちようさはんじ Vol.13

希望って、なに？

今日のゴール

「希望」って何なのかがわかる
希望が高い人と低い人の差がわかる

本日のメニュー

導入：チェックイン、希望についてのイメージ

本論：希望の定義、正体

結び：まとめ、学べた点（ご感想）

導入

チェックイン

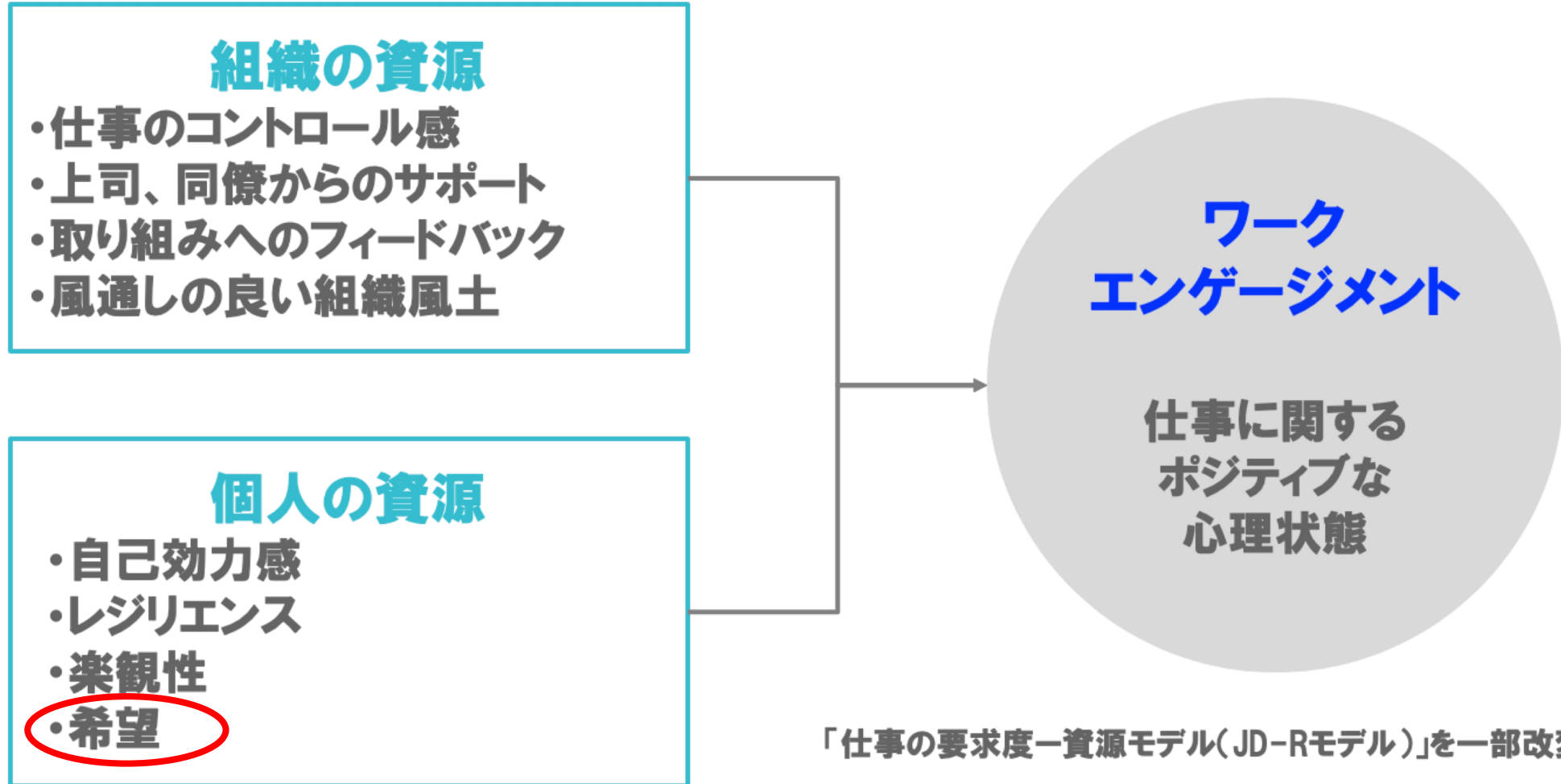
- 希望と聞いて、何を思い浮かべますか？

～チャット欄へどうぞ～

本論

希望の定義・正体

心理的資源（個人の資源）の構成要素



希望とは・・・

- 英語では「hope」「wish」

「求めるものが得られるという確固とした信念」 (Erikson)

「くるべき未来の状況に明るさがあるという感知に伴う快調をおびた感情」 (北村)

「希望を抱く人にとって、現実的に可能であり、個人的に重要である未来の良いことを成し遂げるといふ、確信しているが、まだ不確実な期待によって特徴づけられる多次元的で、動的な人生の力」
(Dufault, Martocchio)

エリクソンのいう「希望」

発達段階	年齢	時期	導かれる要素	心理的課題	関わる人	例
1	0～2	乳児	希望	信頼vs不信	母親	授乳
2	2～4	幼児	意思	自律性vs恥、疑惑	両親	トイレができる,服を着る
3	4～7	児童	目的	積極性vs罪悪感	家族	探検,道具使用,芸術表現
4	7～12	学童	有能感	勤勉性vs劣等感	地域,学校	スポーツ,部活動,仲間意識
5	13～19	青年	忠誠心	同一性vs同一性の拡散	仲間,手本	社会的関係,学業
6	20～39	成人	愛	親密性vs孤独	友人,恋人	仕事,恋愛,育児
7	40～64	壮年	世話	生殖性vs停滞性	家族,同僚	仕事(管理職),親として
8	65以上	老年	賢さ	自己統合vs絶望	人類	人生への感謝

出典：「トレホ」



Erik Homburger Erikson
(1902~1994)

希望とは・・・

久野は希望の定義を4つにまとめた

- ①未来の良いこと、個人的に重要なことを成し遂げるという肯定的な見通し
- ②肯定的な感情を呼び起こすもの
- ③未来に明るさがあるという信念
- ④希望を抱く人にエネルギーを与え、生きる力となりうるもの

希望のテスト

No.	項目
1.	将来に期待が持てる
2.	自分の力でうまくいかないことはあきらめる+
3.	物事がうまくいかない時いつまでもそういう状態が続くはずはないと思う
4.	10年後の自分の生活は、想像できない+
5.	もっともやりたいことを成し遂げる時間は十分あると思う
6.	将来、自分が重要と思っていることで成功できると思う
7.	自分の将来は暗いように思う+
8.	今後、自分の生活は普通の人より恵まれると思う
9.	将来、幸運には恵まれないと思う+
10.	これまでの経験は将来により影響をもたらすと思う
11.	将来のことを考えると頭に浮かぶことは楽しくないことが多い+
12.	どうしてもほしいものでさえ、手に入らないと思う+
13.	将来もっと幸せになれると思う
14.	物事は、結局、自分の思い通りにならないと思う+
15.	自分の将来が明るいことを信じている
16.	欲しいものが手に入らないのだから何か手に入れたいとのぞむ事は愚か+
17.	不幸なことに、将来はいかなる満足も得られないと思う+
18.	自分の将来がどうなるのか、予測がつかない+
19.	これからは楽しくないより楽しい時間のほうが多いと思う
20.	どうせ手に入らないのだから欲しいものを得ようとしても無駄+

萩原(2007)

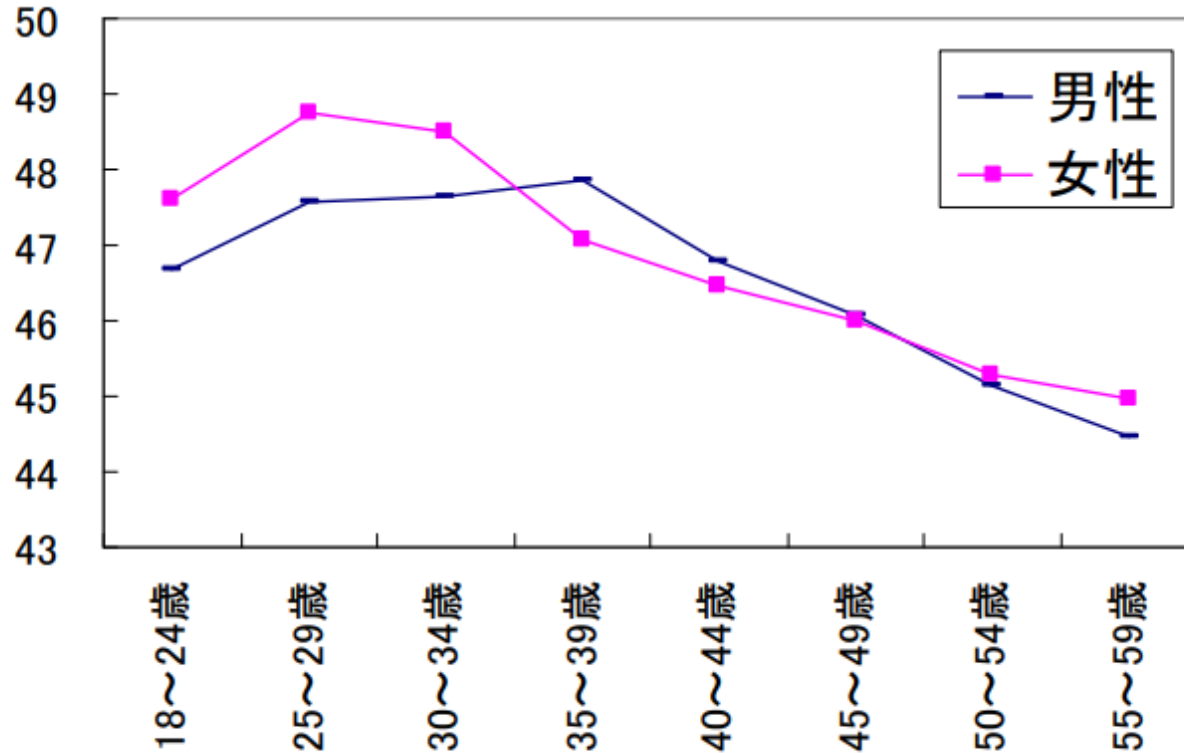
図表 3 希望の平均得点・標準誤差・変数係数

	N数	平均	標準偏差	変動係数
男女計	6429	46.82	8.021	0.171
男性	3769	46.69	8.111	0.174
正社員	3217	47.18	7.825	0.166
フリーター・パート	354	43.44	9.583	0.221
女性	2660	47.01	7.890	0.168
正社員	1223	47.96	7.708	0.161
フリーター・パート	1240	46.21	7.756	0.168

- 男性より女性
- フリーター、パートより正社員の方が希望得点が高い

萩原(2007)

図表6 年齢と希望の関係



- 女性は25～29歳まで
 - 男性は35～39歳まで
- が高くなるがそれ以降は低い

萩原(2007)

希望の研究 ～将来との関連～

図表 12 どの程度仕事がしたいか

(%)

	人並み以上に仕事をしたい	どちらかという人並み以上に仕事をしたい	人並みの仕事をしたい	どちらかというあまり仕事をしたくない	仕事をし たくない	人並み以上に仕事をしたい (計)	仕事をし たくない (計)
全体	15.9	30.4	45.3	7.6	0.7	46.3	8.3
希望(低)	10.3	25.5	52.7	10.0	1.5	35.8	11.5
希望(中)	12.6	32.3	48.2	6.6	0.3	44.9	6.8
希望(高)	24.2	33.3	35.8	6.2	0.5	57.5	6.7

- ・ 希望が高い方が労働意欲がある

萩原(2007)

図表 13 今後転職することを考えているか

(%)

	転職を考 えてお り、転職 活動をし ている	転職を考 えている が、転職 活動はし ていない	いずれ転 職したい と思っ ている	転職する つもりは ない
全体	4.3	13.4	28.0	54.3
希望(低)	4.8	18.8	29.9	46.5
希望(中)	3.4	11.7	27.1	57.8
希望(高)	4.5	9.9	27.2	58.6

- ・ 希望が低い人は
仕事への姿勢が中途半端

萩原(2007)

図表 14 3年後どのように働いているかイメージができるか

	(%)					
	全くイメージできない	あまりイメージできない	ある程度イメージできる	明確にイメージできる	イメージできない(計)	イメージできる(計)
全体	8.7	25.0	50.4	15.8	33.7	66.3
希望(低)	14.3	34.7	41.0	10.0	49.0	51.0
希望(中)	6.6	22.6	56.4	14.4	29.2	70.8
希望(高)	5.4	18.1	53.8	22.6	23.6	76.4

- ・ 希望が高い人は
先々のキャリアをイメージ
して仕事に取り組んでいる

萩原(2007)

希望の研究 ～職場環境～

- 上司・リーダーを信頼できる
- 上司・リーダーと仕事上の対話を必要十分に行なっている
- 会社からOJTや研修など、学ぶ機会を与えられている
- 今の仕事を楽しいと感じる
- 成長したいと思って働く
- 課題解決や処理といった能力よりも人と関わる能力の方が希望に影響する

萩原(2007)

希望の研究 ～老いとの関連～

Herthの希望尺度

- 「実存性と見通し」
- 「前向きな構えと期待」
- 「自他の一体感」

研究方法

＜研究対象＞がんの終末期8名（男性3名、女性5名、平均年齢55.7歳）

表2 半構成的質問紙

＜調査方法＞ 半構成的面接

1. 対象者にとっての希望、希望を抱いているもの（対象）について
2. 生きる力となっているもの、生きる支えとなっているもの、生きがいとなっているものについて
3. 病気や治療に関することについて
4. これからの生活をどのように過ごそうと考えているか
5. 家族に関することについて
6. これまでの人生を振り返って思うこと、これからの人生こうありたいと思うことについて
7. 大切にしている考え方、信念について
8. 信仰に関することについて

久野(2002)

希望の研究 ～終末がん患者の希望～

希望の根源	希望を見出せる状態	希望の内容	心の安寧が保てている状態
<p>「自分自身や他者を信頼することがから生まれるもの」 (Erikson)</p> <p>自分のことを思ってくれている存在を認識し、人とのつながりを心のよりどころに</p> <p>大切な人との関わりの維持や強めることは希望を支える</p>	<p>「漠然とした将来への有益な感覚」 (Dufaultら)</p> <p>揺れ動く感覚の中で、気持ちを切り替えたり、肯定的な感覚に向かわせたりする力</p> <p>楽しみや趣味、前向きに考える姿勢</p>	<p>生きながらえたい、と生きる意欲燃やす</p> <p>残された生を家族と過ごしたり、生きる意味を見出すことで、生への意欲を燃やす</p> <p>たとえ自分の生が終わるとも、未来に願いを託すことで外に希望を見出す</p>	<p>「希望に満ちたがん患者は、自分の状況を十分理解した上で平安であり、その状態に満足している」 (Owen)</p> <p>過去、現在、未来の自分の人生をあるがままに受け入れている安らぎの時</p>

希望はどこから ～信頼から出発する～

「希望と信頼の密接な相互関係が、どの調査からも明らかにされる」

「出発点が信頼に置かれる<信頼→希望→寛容>という研究枠組みが支持された」

「希望は、自己安心感の基盤の上に立って、その安全基地の上に築かれるものではないであろうか」

「希望は、今日と明日、及び他者と自己とのつながりの感覚を基盤として生まれる」

渡辺(2005)

まとめ

- ・希望とは ～働く上で～

将来を見据え、腰を据えた仕事への姿勢

- ・希望とは ～生きる上で～

自分自身、他人からの思いやり

今日と明日、自分と他者とのつながり

皆さんの学び

チャット欄へお願いします

次回

「教育ってなに？」

○2023年2月26日(日) 8:00~8:30