



やりたいことと幸福度の関係

～やりたいことの「あるべき姿」とは？～

伊藤綾香 岡嶋理緒菜 奥山新斗

本日の流れ

1. 導入
2. やりたいことについて
3. やりたいことがもたらす影響
4. 幸福度について
5. 仮説
6. 調査方法
7. 分析結果
8. 結論
9. 理論的意義
10. 実践的意義
11. 参考文献

An aerial photograph of a vast, densely packed urban landscape, likely a major city. The foreground and middle ground are filled with a sea of buildings, mostly multi-story residential and commercial structures. Several taller skyscrapers stand out against the lower-rise buildings. The city extends to the horizon under a clear, vibrant blue sky with a few wispy white clouds. The overall scene conveys a sense of a bustling, modern metropolis.

あなたが働く上で求めるものは何ですか？

働く上で求めること



収入



成長する環境



世界で活躍できる



やりたいことができる 福利厚生充実

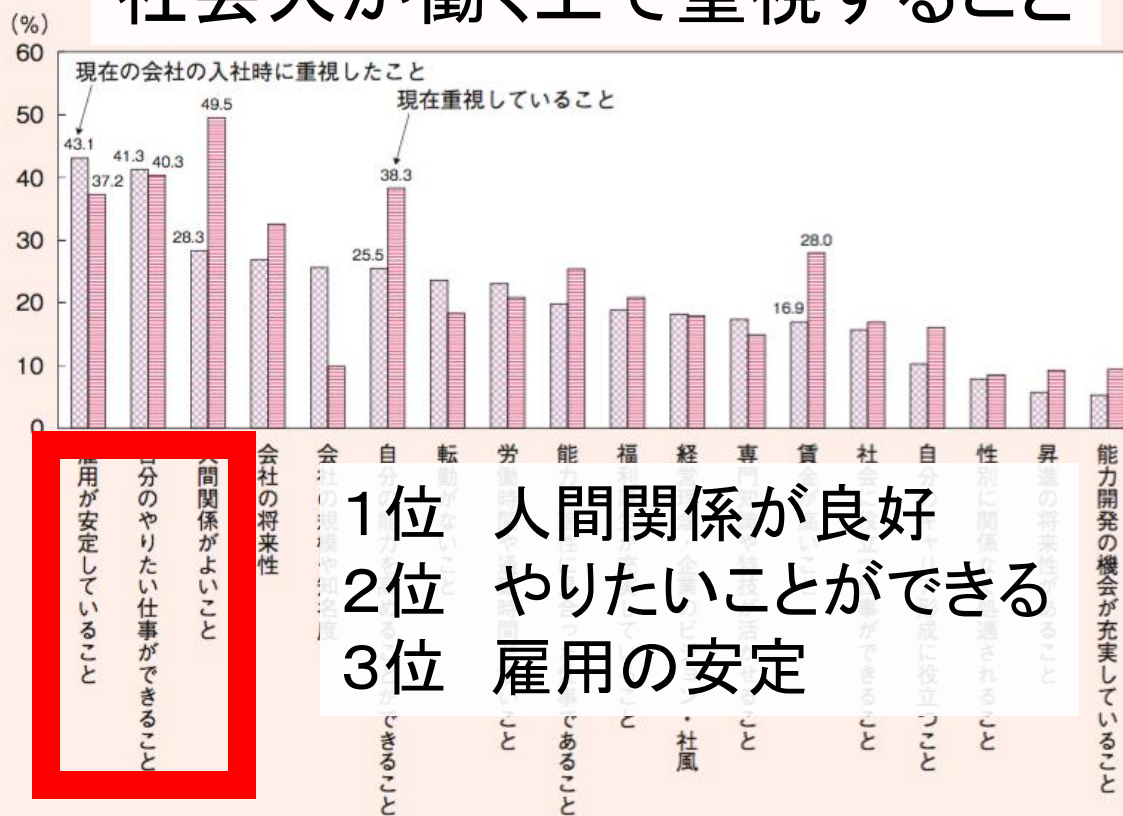


働き方における価値観の多様化が起きている

先行事例(アンケート)

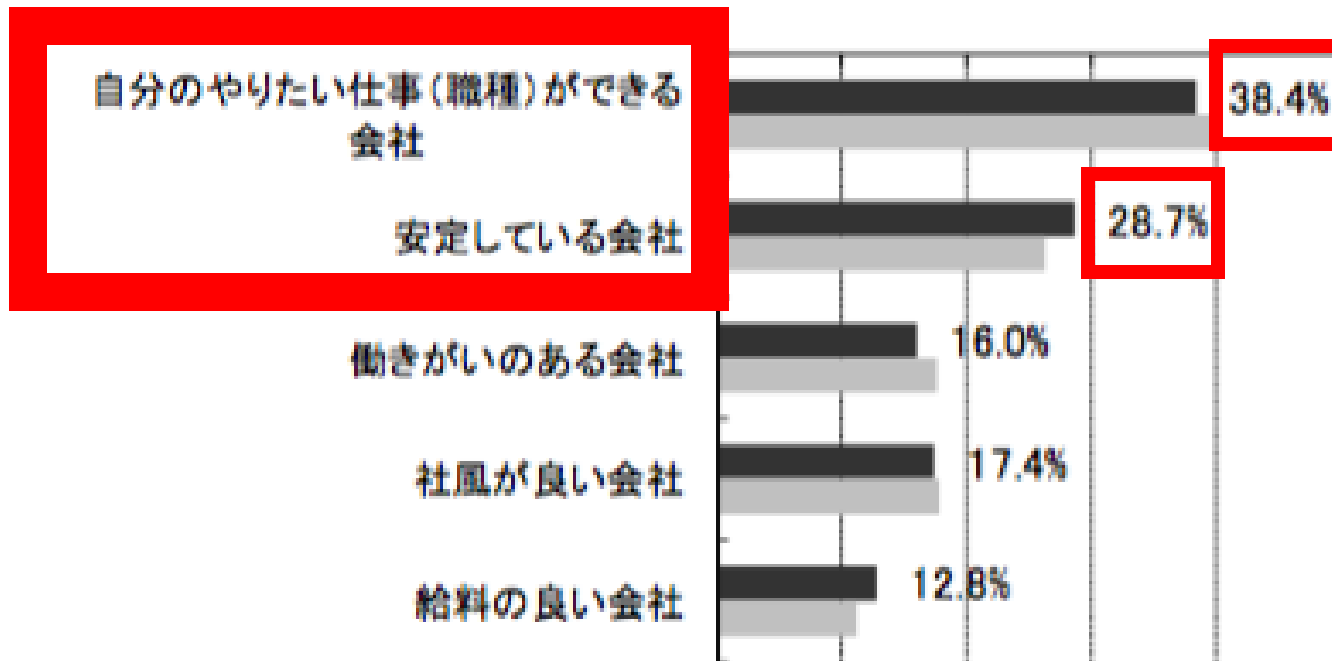
第2- (2) 12図 会社の入社時に重視したことと現在重視していること(30歳未満)(5つまでの複数回答)

社会人が働く上で重視すること



資料出所 (独) 労働政策研究・研修機構「従業員の意識と人材マネジメントの課題に関する調査(従業員調査)」(2008年)

先行事例(アンケート)



(2017年卒マイナビ大学生就職意識調査より)

大学生が働く上で重視すること

1位 やりたいことができる

2位 安定している

働く上で求めること

社会人

- 1位 人間関係が良好
- 2位 やりたいことができる
- 3位 雇用の安定

学生

- 1位 やりたいことができる
- 2位 安定している

「やりたいこと」が重視されている

“やりたいこと”とは。

Q.皆さんは「仕事でやりたいこと」というと何を思い浮かべますか？

人によって様々である。

「営業で一位をとりたい。」

「宇宙の謎を解明したい。」

「プロサッカー選手になりたい」等



“やりたいこと”とは。

目標

夢



先行研究

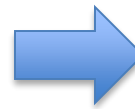
目標設定理論 (Locke and Latham 1984)

意識的かつ適切に設定された、

「目標」が人を動機づけるという理論

明確な目標

ある程度難易度の高い目標



満足度は高い

“やりたいこと”とは。

目標 意識的かつ適切に設定された、人を動機づけるもの。
(目標設定理論Locke and Latham 1984)



夢 曖昧で、難易度が比較的高いもの。(金井、高橋 2004)

- ①仕事に関わること、かつ
- ②目標・夢を含む幅広いもの

やりたいことの構成要素

①有無

②明確さ

どの程度到達地点がはっきりしたものか
(目標設定理論Locke and Latham 1984)

③難易度

(目標設定理論Locke and Latham 1984)

④道筋の理解度

達成のために必要なことの把握度合い

⑤実行度合い

具体的な行動に移せている度合い

⑥達成への意欲



やりたいことは人生にどんな影響をもたらすのか？

やりたいことがもたらす成果



主観的幸福度

主観的幸福度とは？

感情状態を含み、家族・仕事など特定の領域に対する満足や人生全般に対する満足を含む広範な概念である (Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999)

ある程度の時間的安定性と状況に対する一貫性を持つと考えられる。(伊藤・相良・池田・川浦 2003)

主観的幸福度を用いた理由

①GDPに変わる新たな豊かさの指標として
世界で注目されている尺度である

(Joseph, Amartya, Jean-Paul 2012)

②日本の主観的幸福度は低い

先進国で最下位(PewResearchCenter 2014)

157ヶ国中53位(World Happiness Report 2016)

主観的幸福度が重要視されている

本日の流れ

1. 導入
3. やりたいことについて
4. やりたいことがもたらす影響
5. 仮説
6. 調査方法
7. 分析結果
8. 結論

仮説

I. やりたいことの明確さ、道筋の理解度、実行度合いが高いと、
幸福度は高い

II. やりたいことの難易度が高いと、
幸福度は高い

III. やりたいことが学生時代からあると、
幸福度は高い

IV. やりたいこと志向高く、やりたいことの明確さが高いと、
幸福度は高い

調査方法

媒体： Webアンケート(11月1日～11月7日)

対象： 社会人130名

役職は一般社員から部長クラスまで



質問項目

1. やりたいことの構成要素(現在・過去)

有無、明確さ、難しさ、道筋の理解度、実行度合い、達成への意欲

2. 主観的幸福度

(主観的幸福度尺度 伊藤・相良・池田・川浦 2003)

3. プロフィール

年齢・性別・収入・役職・勤続年数・健康状態・趣味・人間関係・
やりたいこと志向(萩原・櫻井 2008)

分析のモデル

原因(独立変数)

結果(従属変数)

やりたいことの
構成要素
(ex.②道筋の理解度)
プロフィール
(ex.①やりたいこと志向)

重回帰分析

主観的幸福度

交互作用項付き重回帰分析

やりたいことの
構成要素
(ex.①明確さ②難易度)

重回帰分析

係数^a

モデル		非標準化係数		標準化係数	t値	有意確率
		B	標準誤差	ベータ		
1	(定数)	2.136	.586		3.643	.000
	年齢			-.102	-6.72	.503
	性別			-.035	-3.62	.718
	役職			.029	-.226	.822
	勤続年数			-.027	-1.98	.843
	同居人の有無			.123	1.132	.260
	収入	.0	.070	.120	.885	.378
	健康状態	.0	.058	.123	1.393	.167
	趣味	.122	.062	.188	1.974	.051
	社内の人間関係	.064	.06			.323
	社外の人間関係	.064				.363
	やりたいこと志向の度合	.001				.992
	明確さ	-.008				.905
	道筋の理解度	.039			.578	.565
	実行度合	.207	.062	.376	3.342	.001
	難易度	-.161	.081	-.174	-1.974	.051
	達成への意欲	.016	.078	.021	.200	.842
	過去におけるやりたいことの有無	-.02	.159	-.015	-.160	.873
	志向×明確さ(中心化)		.256	-.022	-.231	.818

モデルの要約

モデル	R	R2乗	調整済みR2乗	推定値の標準誤差
1	.580	.336	.223	.58410

分散分析

モデル		平方和	自由度	平均平方	F値	有意確率
1	回帰	17.255	17	1.015	2.975	.000
	残差	34.118	100	.341		
	合計	51.373	117			

0.122
プラスの影響

0.207
プラスの影響

-0.161
マイナスの影響

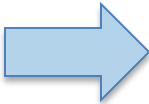
有意でない

a. 従属変数 幸福度平均

重回帰分析

a. 実行度合いが高いと幸福度**高い**

仮説Ⅰ. やりたいことの明確さ、道筋の理解度、実行度合いが高いと、幸福度は高い

 一部支持

b. 難易度が高いと幸福度**低い**

仮説Ⅱ. やりたいことの難易度が高いと、幸福度は高い

 棄却

c. 過去のやりたいことの有無で幸福度変化しない

仮説Ⅲ. やりたいことが学生時代からあると、幸福度は高い

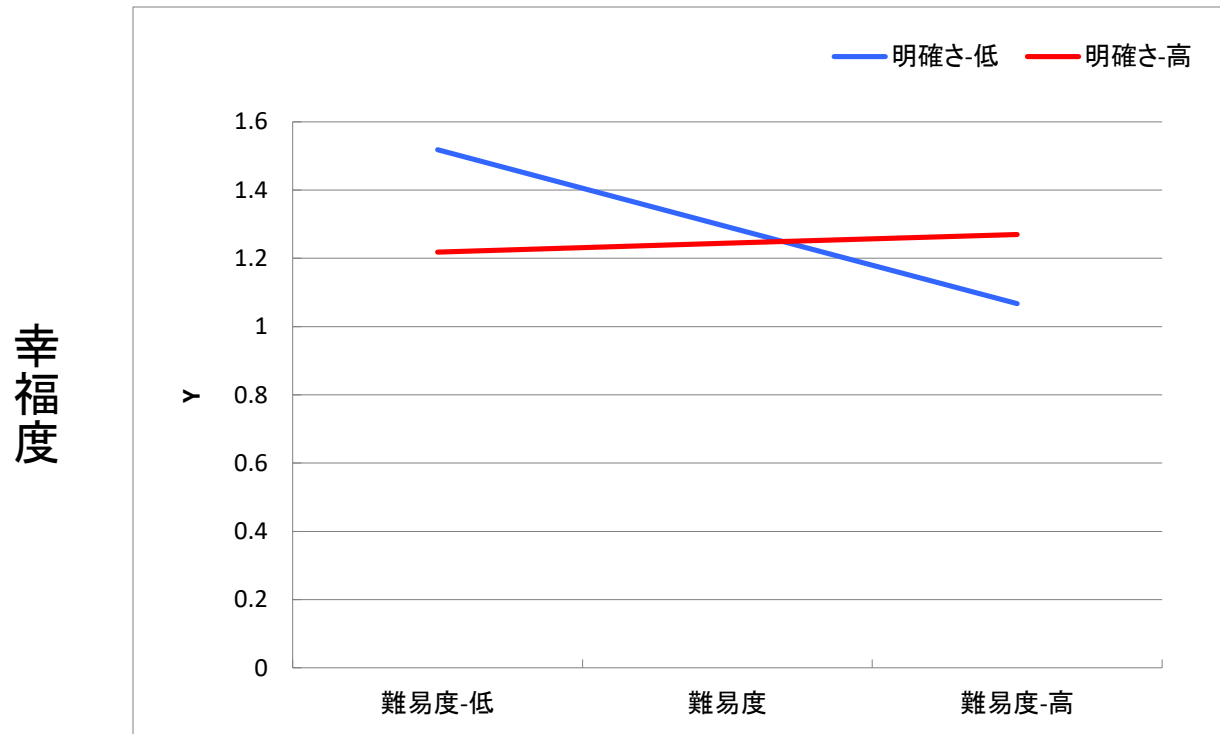
 棄却

d. 明確さ× やりたいこと志向は幸福度に影響を与えない

仮説Ⅳ. やりたいこと志向高く、やりたいことの明確さが高いと幸福度は高い

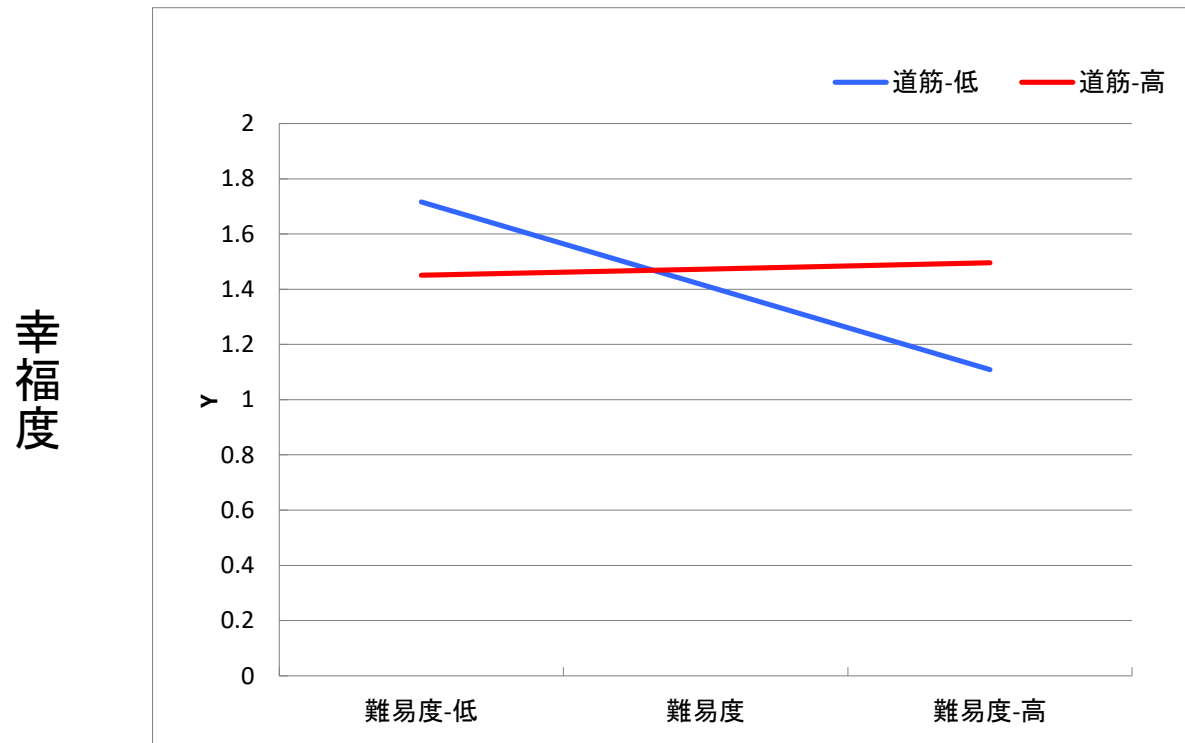
 棄却

追加分析:交互作用項付き重回帰分析



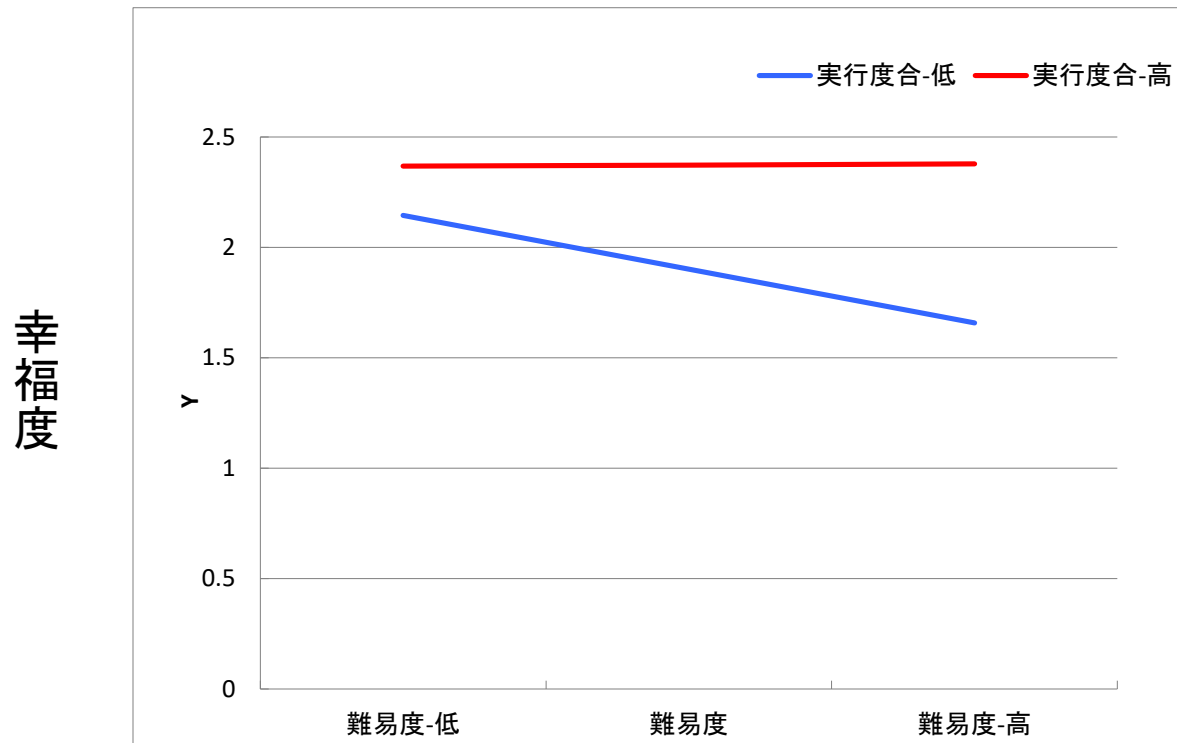
明確さが高い場合は、難易度が高いと
幸福度が高くなる(赤線)

追加分析:交互作用項付き重回帰分析



道筋の理解度合いが高い場合は、難易度が高いと
幸福度が高くなる(赤線)

追加分析:交互作用項付き重回帰分析



実行度合いが高い場合は、難易度が高いと
幸福度が高くなる(赤線)

追加分析:交互作用項付き重回帰分析

仮定Ⅱ結果より難易度が高いと幸福度は低い。

しかし、以下の場合...

明確さが高い
道筋の理解度が高い
実行度合いが高い

×

難易度
が高い

幸福度が高くなる！

分析結果

I. やりたいことの実行度合いが高いと、幸福度は高い

II. やりたいことの難易度が高いと、幸福度は低い

III. やりたいことが学生時代にあることは、幸福度に影響しない

IV. やりたいこと志向高く、やりたいことの明確さが高いことは
幸福度に影響しない



明確さor道筋の理解度or実行度合いが高く、難易度が高いと、
幸福度が高い

理論的意義

目標設定理論は明確な目標を持てる人向けだった。
しかし、明確な目標を設定しにくかったり持てない人もいる。
(例えば、夢や大学生が描く将来など。)



やりたいことは明確なものから、
曖昧なものまで幅広く含む。

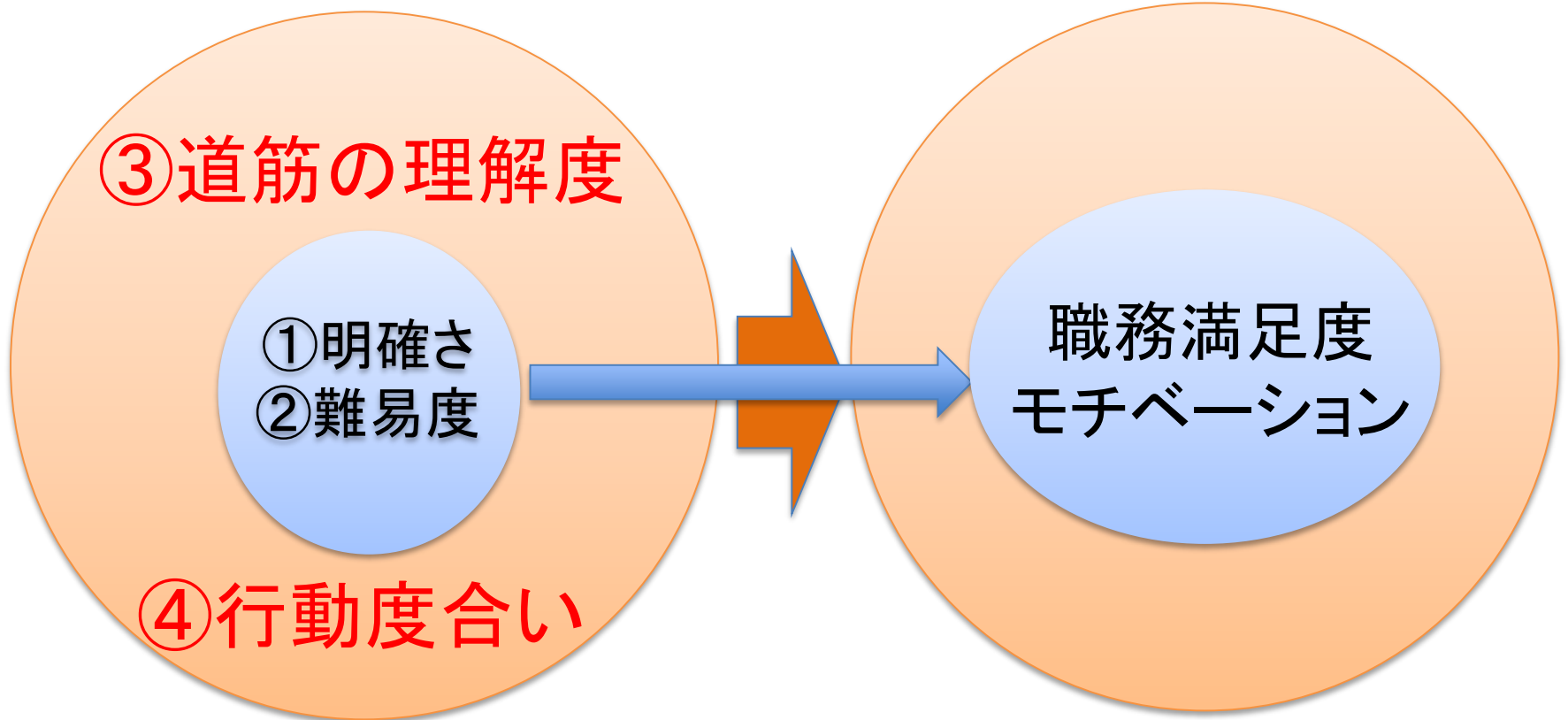
《やりたいことを考えるメリット》

今までの理論ではカバーできなかった人たちを
考慮することができる。また、人生全体を考える
幸福度についても説明することができる。

理論的意義

〈やりたいこと〉

〈主観的幸福度〉



理論的意義

「やりたいこと」は目標設定理論に含まれない人を考慮することができる。また、人生全体を考える幸福度についても説明することができる。



その際には目標の構成要素にプラスして道筋の理解度、実行度合いが重要になる

実践的意義

社員がキャリア形成を行う際、
「やりたいこと」については

- ・具体的な道筋を立てること、
 - ・それを実行に移すこと
- をサポートした方が良い。

参考文献

- ・金井壽宏・高橋潔(2004)「組織行動の考え方」東洋経済新報社, pp.65-71
- ・Joseph E. Stiglitz, Jean-Paul Fitoussi, Amartya Sen(2010)「Mismeasuring Our Lives: Why GDP Doesn't Add Up」, pp.13-23
- ・伊藤裕子・相良順子・池田政子・川浦康至 (2003)「主観的幸福感尺度の作成と信頼性・妥当性の検討」, pp.276-281
- ・萩原俊彦・櫻井茂男(2008)「“やりたいこと探し”の動機における自己決定性の検討—進路不決断に及ぼす影響の観点から—」,pp 1-2

参考文献

- ・The United Nations(2016)「The World Happiness Report 2016」,pp. 20
- ・(独)労働政策研究・研修機構「従業員の意識と人材マネジメントの課題に関する調査(従業員調査)」(2008)
- ・株式会社マイナビ「2017年卒マイナビ大学生就職意識調査」, pp.6