The University of Osaka
Institutional Knowledge Archive

Title	<Book Review> Richard Layard, Happiness : Lessons from a New Science, Second Edition, Penguin Books, 2011
Author(s)	橋爪, 裕人
Citation	年報人間科学. 2013, 34, p. 141-145
Version Type	VoR
URL	https://doi.org/10.18910/24986
rights	
Note	

The University of Osaka Institutional Knowledge Archive : OUKA

https://ir.library.osaka-u.ac.jp/

The University of Osaka

〈書評〉

Richard Layard

Happiness: Lessons from a New Science, Second Edition

Penguin Books, 2011

橋爪 裕人

誰もが幸せになりたいと思っており、幸福というものはいつも人々をひきつけてやまないものである。そのため、心理学や経済学、社会学に哲学、脳科学などのアカデミックな分野における議論から、ハウツー本や自己啓発書、雑誌の記事に至るまで、様々なレベルで幸福というものは語られる。なかでも近年、所得の上昇と幸福度の停滞という一見矛盾した状態、いわゆる「幸福のパラドックス」への関心から、多くの経済学者が幸福についての研究を行っている。

本稿で取り上げる Happiness: Lessons from a New Science, Second Edition の著者 Richard Layard もそのような経済学者のひとりである。もともと彼は、イギリスで失業対策の基礎となる知見を提供するなど、失業や不平等と公共政策についての研究で知られている学者であり、現在は London School of Economics(LSE) の経済学教授である。また Action for Happiness という幸福な社会を目指す運動の中心人物の一人でもある。以前には LSE 内に設立された Center for Economic の初代ディレクターや Programme on Well-Being のトップを務めたこともあり、イギリスにおける幸福研究の中心的人物である。本書ではその幸福について、経済学のみならず、心理学、社会学、脳科学、哲学など、多くの分野からのアプローチを取り入れて議論を展開している。同時に本書は、難解な議論や数式を含まず、初学者が幸福について、議論の概要をつかむのに非常に有用な一冊となるだろう。ここでは本書の概要を示しつつ、日本において、そしてまた社会学の立場からどのように幸福にアプローチするべきか考察していきたいと考える。

第 1 章では経済学の世界においてよく知られた「幸福のパラドックス」を端緒として、議論の方向性を定めている。人々はより高い収入を求めるが、ある一定レベル以上では、収入が増加しても幸福にはならないという現象があり、これが「幸福のパラドックス」と呼ばれるものである。事実、50 年前に比べると生活はあらゆる面で非常に豊かになっている。それでも、人々は幸福にはなっていない。そこで、筆者は幸福へ至る答えを知るべく、経済学だけにとどまらない、多くの分野を参照して議論を展開するという方針を示している。

第 2 章では、幸福を概念的に整理する。幸福とは、感情的に良い状態にあることを指し、逆に不幸とは、悪い感情を抱いている状態のことを指すと、シンプルに筆者は定義する。そのため、多くの人にとって、自分が幸福であるのかを語ることは容易であり、そのことは調査において幸福についての質問への回答率がほかの項目よりも高いことから明らかであると筆者は言う。

しかし感情というものは当然、日々の生活の中で変動する。ただし、本書で取り上げる幸福は、そのような細かなブレをあまり反映しない長期間の平均的な幸福感をたずねたものであり、それは主に個人の気質や態度、そして人間関係や健康、経済状況などの生活状況に規定されるものである。またこの幸福は、幸せから不幸までの一次元で測定できるものであるとされる。

第 3 章から 5 章において、私たちが以前と比べて幸せにはなっていないことを確認し、そのメカニズムと幸福になるための重要な要素について検討している。まず第 1 章でもふれた「幸福のパラドックス」についてさらに検討する。アメリカでは、1950 年代以降、人々の収入は大きく増加しているのに、幸福感はほとんど変化がない。また、多くのヨーロッパ諸国における幸福感の上昇は、収入の大幅な増加に比べるときわめて小さなものである。やはり少なくとも欧米諸国の人々は 50 年前と比べて幸せになっていないようである。

続いて筆者は、豊かであるにもかかわらず、幸せにならないメカニズムを考察するにあたって非常に示唆的なデータを見せている。まずアメリカでもイギリスでも、もっとも豊かな 25% の人たちは最も貧しい 25% の人たちに比べると、とても幸せであると答える人が 10% ほど多く、その傾向は 30 年間続いている。また、世界各国の一人あたりの所得と幸福を比べると、最も貧しい国から、国民一人あたりの平均年収が 20,000 ドル未満の国々においては、貧しい国よりも豊かな国のほうがより幸福である。しかし平均年収が 20,000 ドル以上の国においては国の豊かさによって幸福感に違いがない。

筆者は幸福にならない要因として、まず相対所得を挙げている。私たちは、自分の所得について他者と、もしくは過去の自分と比較をする。比較対象となる「準拠集団」内部の他者の所得も自分と同様に上がっていれば、幸福感は上昇しない。アメリカやイギリスにおいて、豊かな人のほうが幸福である割合が高いことは、これによって説明される。豊かな人は国内の貧しい人と比べて、より幸福感を得やすいのである。しかし、社会全体が豊かになった場合、同一社会内の他者と比較した自分の位置は変わらないので幸福感は上昇しない。また、もともと豊かであれば、所得に対する期待も貧しい人より高く、そのため豊かであっても容易に幸福にはならない可能性も指摘されている。

第二に、私たちは状況に順応するという特性がある。これは心理学の分野で知られていることであるが、ある幸せな経験をしたとしても、それと同等の幸福を維持するためには、それ以上に幸福な経験をしなければならないのである。つまり、一度豊かな状態になってしまうと、初めは幸福に感じるが次第に豊かな状況に順応してしまい、それほど幸福とは感じなくなるのである。

最後に、追加的な収入を得たとしても、より豊かな人は貧しい人に比べると幸福感が上昇しないことを指摘している。ある一定の収入の増分も、もともと豊かな人にとっては相対的に小さな価値しか持たず、逆に貧しい人にとっては大きな価値を持つ。このことから、現代社会において大きな問題となっている格差も「幸福のパラドックス」の要因の一つであると筆者は述べている。豊かな人がより豊かになっても幸福感の上昇には寄与しないのである。

ではどうすれば私たちは幸福になるのだろうか。その根源的な問いに対して答えを提示する。まず初めに、筆者は遺伝的な要因について触れ、幸福感に対して確かに関連はあるがそれがすべてではないと語っ

ている。次に幼少期のことについて、家庭でのしつけや、両親の離婚などといった生育環境が将来の幸福感に影響を与えることを指摘している。

しかし筆者がもっとも強調しているのは大人になってからの生活状況に関連することであり、そのもっとも代表的なものを "The Big Seven factors"(Layard, R. 2011:62) として挙げている。その 7 つの大きな要因は、家族関係、経済的な状況、仕事、コミュニティと友人、健康、個人の自由、個人の価値観である。家族関係については、離婚や別居が幸福感を大きく下げる要因になっている。収入が減少するときも幸福感は低下する。また失業は大きく幸福感を低下させるが、これは失業による収入の減少が原因ではなく、自尊心が損なわれ、仕事を通じた社会的つながりが失われるからであると筆者は主張している。コミュニティや友人にかかわるのはソーシャルキャピタル[1] であり、他者に対する一般的信頼感の低下が幸福感の低下を促すとされる。健康もまた幸福感に強く関連するが、筆者は特にメンタルヘルスを重要視しており、これについては本書の後半でも触れる。そして個人の自由という項目は主に政府の質に依拠しており、法制度、治安の安定、政治に人々の意思が反映されているか、効果的な行政サービスが行われているかといった、政府の安定性と国民の自由と権利が重視されている。最後に個人の価値観について、ここでは宗教への信仰を用いている。より一般的には人生における中心的な価値観が個人の幸福感に影響を与えるのである。

幸福になっていない過去 50 年間を鑑みると、少なくともいくつかの点において先述の 7 大要因が好転している。それでは、いったい何が私たちの幸福を妨げているのだろうか。そのような疑問に答えるのが第 6 章である。まず筆者は、離婚率の上昇に代表される家族の崩壊、そして犯罪の増加、一般的信頼感の低下を注目すべき傾向としてあげている。また家族と性役割について、科学技術の進歩により家事労働の負担が大きく減少し、女性の社会進出が進んでいる。これにより家族とともに過ごす時間が極端に減少し、家族関係の構築が困難になった。これらのことは、幸福感の増大を妨げる要因になっている。また、パットナムがいうように、テレビの爆発的な普及も、幸福感を下げる要因であるという。そして最後に、科学の進歩によって、人々の宗教観が変化したことも、要因の一つであると筆者は述べている。宗教に依拠した価値観が後退し、ダーウィンや、アダム・スミスに代表される合理的な考え方が支配的になれば、人々はより利己的になるというのである。

7,8 章では私たちが求める幸福の形、特に社会全体の幸福について、続く 9 章ではその幸福に対して経済学がなす貢献とその限界について、10 章以降ではではやみくもな競争を抑える方法について幅広く論じている。筆者は幸福を限りある資源として奪い合うのではなく、全体の幸福を高めるために他者と協力し合う方法について述べている。古くからなされてきたものとしては、集団に協力的でない者に対して罰を与えるという方法がある。また、他者からよい評判を得たい、認められたいという欲求、人類にとって根本的な倫理観、そして集団にコミットメントしていることが、他者との協力関係を築くための重要な要素であると筆者は主張する。道徳的な行動によって他者からの信頼を得て、協力関係を築くことができれば、社会全体として幸福を追求することができるのである。

私たちの求める全体の幸福について筆者は、ベンサムのいう最大多数の最大幸福という原則に基本的には同意を示す。しかし例えば薬物を用いるような近視眼的幸福の追及や、先ほども述べた他者と争うよう

な形での幸福の追求はあってはならないと筆者は言う。人類に共通する一定の倫理観を保ち、集団全体として、より平等な形での最大幸福が望ましいと述べている。

薬物に頼る方法にせよ、ゼロ・サムゲーム[2)]式の競争にせよ、非倫理的な、不平等な状態にせよ、不幸な人が発生する。全体として私たちがより幸せになるには、幸福を増やすというよりも不幸を取り除くことに注目したほうが、より効果的であると筆者は主張する。

このような理想的幸福のありように対して、経済学が果たす役割は何であろうか。経済学はその強みとして、市場における自由な交換という概念を持つ。一定の条件のもとではあるが、市場における自由な交換は、交換にかかわる双方に利益をもたらす。これは本書で目指す幸福に適合的である。また経済学は、費用と効果を計算、比較することによって、公共政策の効果を分析する優れたフレームワーク[3)]をもっている。しかし、社会において経済領域は独立に存在しているものではなく、家族やコミュニティ、健康や価値観とも互いに関連するものである。その点において、経済学はそれ独自の知見のみだけでなく、他の領域の知識も結合させて考える必要があることを筆者は認めている。

また、自分の幸福のために他者を不幸にすることのない、互酬性のある関係が全体の幸福にとって重要であると言っても、人びとはより良い地位を求めるものである。そのような果てのない競争を抑制するために筆者は公共政策としての税金を重視する。また、それのみならず、私たちは様々な理由から競争をしがちであるが、その大きな原因として、リスクに対する危機感がある。他者を下回るリスクを回避したいという私たちの意識も問題であると筆者は主張する。このリスクを避けようとする意識は、これまでも何度か述べてきた現代社会における、収入、失業、家族関係、コミュニティ、メンタルヘルスの問題と密接に関連している。失業率や、離婚率の上昇、精神疾患の増加はリスク要因として非常に分かりやすいものだろう。

幸福とはポジティブな意識である。リスクなどのネガティブな要因がある中で、私たちの感情をポジティブにする方法として、哲学、仏教・キリスト教などの宗教的な考え方、認知療法といったセラピーの手法、新たな心理学分野であるポジティブ心理学、さらにはうつ病などの治療に用いられる薬に至るまで様々な可能性を提示している。

本体の最後 12 章でこれまでの議論を総括し、常に幸福感がどうなっているのかに注目し、全体にとっての最大幸福を求めることの必要性と、自分と他者両方の不幸を取り除き、幸福感を増大させることの重要性を強調して締めくくっている。また、15,16 章は 1st Edition には無かった部分で、2nd Edition の発売までに起きた議論についてコメントしている。そこで筆者は、改めて幸福の重要性とそのためには政府の働きかけが大切であることを強調し、利他だけではなくあくまで自分自身の幸福が前提であること、公正とは不幸が最も少ない状態であることを述べている。そして、まだまだ問題は多いが、社会は少しずつ幸福に目を向け始めており、明るい兆しも見られることを述べて本書を締めくくっている。

ここまでに述べてきたように、筆者は経済学以外の分野の知見をも取り込み、非常に多面的な幸福のとらえ方をしている。この点は、これまでの幸福研究において欠けていた点であろう。これまでは主に、それぞれの分野で独自の幸福研究が目立ち、幸福について総括的な議論を試みるような本であっても、多く

の筆者からなる編著の形式をとるものが多かった。本書は、一人の筆者が多くの分野の知見を参照して書いた幸福についての著作として、また広い分野に拡散して、収拾のつきにくいこの分野に一定のまとまりを与えるものとして評価できるだろう。しかし一方で、本書で用いられた知見には理論的なものが多く、また経験的データに基づくものも幸福と各変数との 2 変数間の関係で語られているにすぎない。幸福についてその全容を解明するためにはまだまだ多くの知見の積み重ねや、分析の精緻化が求められる。日本においても近年、幸福について特に経済学者の間で研究されてきたが、他分野との連携はまだほとんどなく、今後の課題といえるだろう。

では社会学は幸福についての議論にいかに貢献できるだろうか。格差社会論などをはじめとする、現代社会についての様々な社会学理論は、いまだ各分野の寄せ集めの様相を呈する幸福の議論に通底する一定のストーリーを提供しうるのではないだろうか。本書で取り上げられたような幸福に関する様々な現象について、社会学理論を適用し、理論と経験的データの両面から幸福をめぐるストーリーをより精緻に描いてゆくことこそ社会学がなすべきことである。

注

1）本書ではソーシャルキャピタルを他者に対する信頼感としている。

2）限られた資源を競争的に奪い合うシステムのこと。経済学において資源の分配などにおいてよく用いられる。

3）筆者は 2006 年の論文において幸福と公共政策の関係について論じている。そこでは、本書でも取り上げている所得の他者比較などの幸福にならない原因について、数式を用いて論じ、それらに対応して公共政策の影響についても述べている。そして、経済政策が所得に、家族政策が家族生活にという一対一対応の関係ではなく、政策の影響で社会が流動的になったことで、収入の増加、家族の不安定化、犯罪の増加、価値観の多様化を生み、私たちの幸福感に影響を与えていると論じている。

文献

Layard, R . 1980. Human Satisfactions and Public Policy. The Economic Journal. 90 pp737-750

――――. 2006. Happiness and Public Policy. The Economic Journal. 116 c24-c33

大竹文雄 , 白石小百合 , 筒井義郎編著 , 2010,『日本の幸福度　格差・労働・家族』日本評論社