

ポジティブ心理学講座⑤

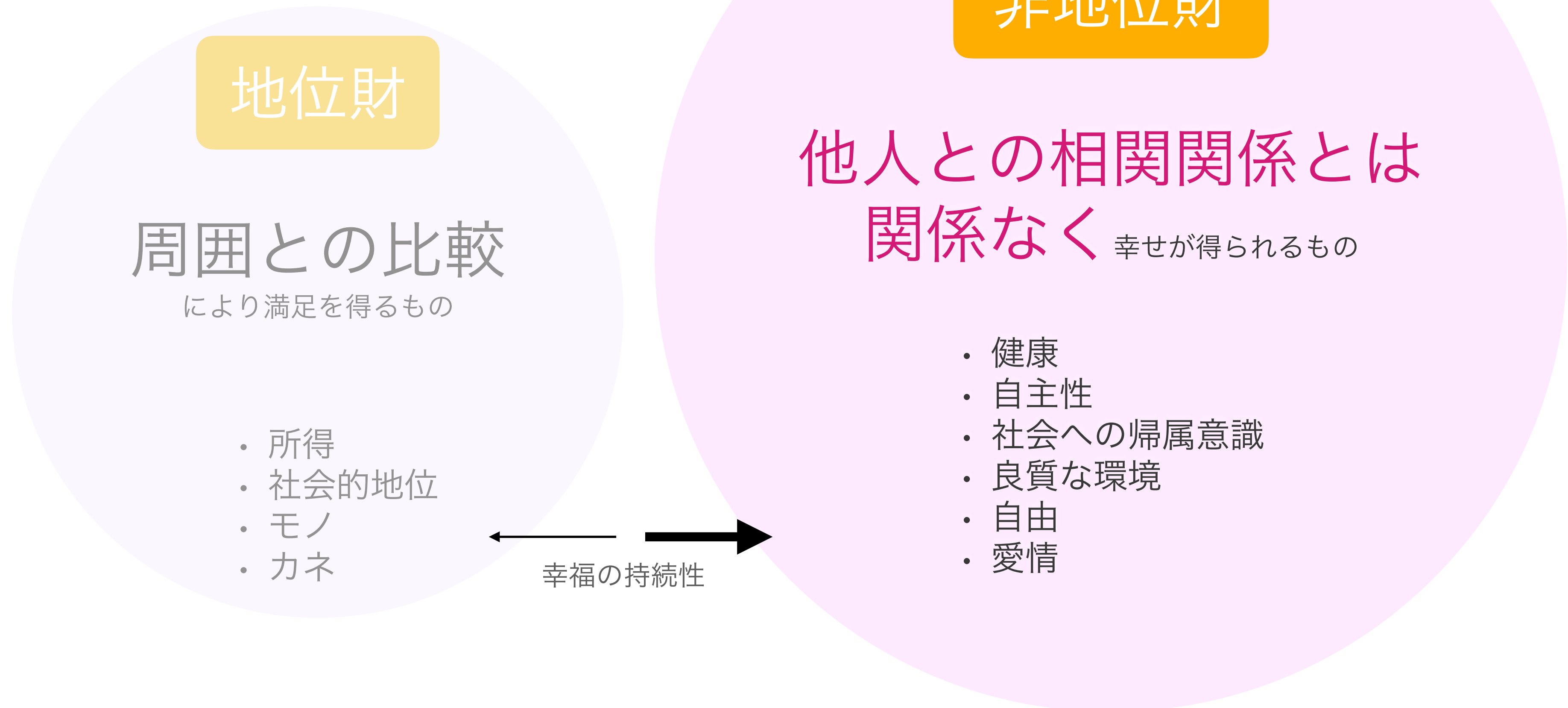
テキストP17-18の深掘り

ビンボーでも幸せな人は、なぜ幸せなのか

PRESIDENT 2016年9月12日号 前野隆司

幸福の持続性で違う2つの財

幸せになる近道は「**非地位財**」の追求



なぜ地位財に飛びついてしまうのか??? なぜ目の前にぶら下がった具体的な餌に飛びついてしまうのか???

フランクは、人間は自然淘汰に勝ち残って進化してきた生物だから、と説明しました。子孫を残すために重要なのは、「競争に打ち勝つこと」。だから人間は、競争に勝つと嬉しくなるようにできている。そのため、他人との比較優位に立てる「地位財の獲得」を目指してしまう、しかし現代社会では、生存競争にそこまで躍起になる必要はありません。平均年収を超える態度までは「地位財」を目指し、それ以降は幸福の持続性が高い「非地位財」を追求するのが、幸福を掴む近道かもしれません。

所得もたらす幸福の要因3つ

1. 楽しみや笑顔など、ポジティブな感情をもたらす

この側面の飽和値は年収660万円。

これを超えると、所得が増加してもポジティブ感情はそんなに増えません。

2. ストレス、怒り、不安など、ネガティブな感情がわかなくなる

この側面の飽和値は年収550万円。

これを超えると、ネガティブ感情はそんなに減りません。

3. 生活の満足度は年収に比例

この側面の飽和値は、1210万円程度。

これを超えると、生活の満足度はそんなに上がりません。

参考：[ダニエル・カーネマン&アンガス・ディートン | High income improves evaluation of life but not emotional well-being](#)

賢い消費は「モノより経験」

- ✓ モノを買って高まる幸福度は一瞬
- ✓ 経験は社会的なもの
- ✓ 経験は比較する機会が少ない
- ✓ 経験は時と共に価値が高まる
- ✓ 人は経験でできている