

要旨

充実した人生を送ることとミッションを持つことは密接に関係していると言われている。一度きりの人生で自分は何のために生きているのか、何を果たすために生きているのかを定めることで、自分の基本的な行動指針や原理を定めることができる。行動指針を定めれば、人生においてより有意義な行動を選択できるようになる。既存研究では、人生全般に資するミッションを持つ事で人生の充実度にどの様に寄与するのか、定量的分析は行われていない。そこで、本研究は、どのような人がミッションを持って生きているのか、そして、ミッションを持つか持たないかで主観的幸福度にどの程度影響を与えるのか、明らかにする。116名の大学生と、68名の社会人を対象にアンケート調査を実施し、データを収集、統計分析を行った。結果、歳を取ればミッションを持つ可能性が高くなること、一人親の家庭で育った場合はミッションを持つ可能性が減少すること、自分に自信のなかった人が自信を持つとミッションを持つ確率が上がるということが分かった。上記に加え、ミッションを持つと主観的幸福度に良い影響を与えるということが分かった。要するに、歳を取ると明確なミッションを持つようになる。更に、人生のミッションを持つことは、主観的幸福度を高めるということが示された。