

第6回 “ウェーブ：幸福になる可能性についていったん考え始めてしまえば、すでにあなたは幸せに向かっている”

## 連載 “Well-being” ことはじめ

### 第6回 “ウェーブ：幸福になる可能性についていったん考え始めてしまえば、すでにあなたは幸せに向かっている”

臨床心理士・カウンセラー 三村 和子

前回に引き続き、レオ・ボルマンズ氏によってまとめられた「世界の学者が語る『幸福』」に示された格言を用いて、目の前の具体的な問題を、基礎情報学をもとに検討していきたい。今回のメッセージを読んでみよう。

「ウェーブ： 幸福になる可能性についていったん考え始めてしまえば、すでにあなたは幸せに向かっている」

このメッセージを記したのは、ホセ・デ・ヘスス・ガルシア・ベガ氏（メキシコ）で、メキシコのモントレイ大学のウェルビーイング研究所に勤務している。メッセージの「ウェーブ」は、スタジアムの観客が連続して立ったり手を振ったりしてうねりを起こす行動を指す。ベガ氏の住むモントレイは、60年代にいわゆる「ウェーブ」の発祥地の1つとされたことで有名となった場所である。ベガ氏は、冒頭で「さあ両手を挙げて、リズムに合わせて振ってみよう」と、このメッセージを共に味わおうと語りかける。

ベガ氏にとって、「幸福とは旅の過程であって、目的地ではないという。（中略）幸福の研究は、まさに旅であった。実に素晴らしい旅だ！」と語る。そして、人生において幸福が最も重要であり、目標であることをはっきりと自覚できたという。そして、ベガ氏は人生を「全ての人々が招待されている素晴らしいパーティ」と例え、以下の3つのキーメッセージを示す。

① 幸福になることを忘れないようにしよう。

人々をより幸福にするのに役立つ道具や手段、アイデアはたくさんある。無知は幸福になるための最大の障害であると思う。誰もがそれらを利用してきくようにすればいい。

② 物事をあるがままに受け入れなさい。

幸福になるためには、「不満を述べるのに多くの時間をかける」のではなく、「持っている物を楽しむ」必要がある。

③ 私の幸福は私自身と私自身の考え次第である。

幸福になることを求めれば、どんな状況に直面しても、その時にどんな方法で対処するかを選ぶ自由はいつも自分にある。

そして、ベガ氏はパーティで楽しんだ後、「会場を元通りにすること」、「元の状態よりも良い状態に」して、(先人達がしてくれたように)素晴らしい舞台を残そう、と呼びかける。

ここで、ベガ氏のメッセージが、IS<sup>\*1)</sup>技術者にとっての幸福＝「仕事にやりがいを持ち続けること」にどのような意味があるかについて、基礎情報学による分析を用いて検討する。①の幸福になるために役立つ道具、手段、アイデアなどの知識を得ることは、基礎情報学上の HACS<sup>\*2)</sup>であるプロジェクトのメンタル・プロセス・マネジメント<sup>\*3)</sup>の体系や自己効力感を高めるための手法について、範列的メディア<sup>\*4)</sup>を通じて学ぶことである。IS 技術者がプロジェクトのメンタル・プロセス・マネジメントに熟達することにより、なじみができてくれば、②の物事をあるがままに受け入れ、楽しむことができるようになる。これは、IS 技術者の心的システム<sup>\*5)</sup>と HACS であるメンタル・プロセス・マネジメントが構造的にカップリングしている状態である。そうなれば、IS 技術者は、様々なコミュニケーションの創発、例えば、プロジェクトにおいて顧客への提案活動を積極的に行ったり、自らの目標設定をしつつ能力開発を図ることができ、組織に自律的に働きかけることができる人材となる。このことが、ベガ氏のメッセージ③に相当すること、つまり、IS 技術者が困難な状況においても、失敗を恐れずに、解決を図ることができる。

IS 産業では、下請け構造などの社会的関係から、顧客から無理難題を押し付けられても「やって当たり前」などといった風潮があり、若手の IS 技術者が自信を持って交渉することは難しく、そのため、「言われたことだけ」やるといった文化があると聞く。このことが、IS 技術者の創造的な活動や成果、やりがいなどに悪い影響を与えていると想定される。メンタル・プロセス・マネジメントの考え方や実践が IS 産業全体に浸透し、IS 技術者が本来もつ力量を発揮できる環境となることを強く望む。そのような環境となることが、IS 技術者の仕事上のやりがいにつながり、未来の社会をよりよい方向に導くことになる信じている。

IS 技術者の方々がやりがいを持って働くことができるよう、そして組織がよい方向に向かうために何がよいのかについて、本稿では今後も探って参ります。皆様からのご指摘やご意見をお待ちしています。

<注釈>

\*1) IS とは：

Information Systems を指し、技術中心ではなく、人間中心の情報システムを想定し、あえて IT、ICT ではなく、IS としている。

\*2) HACS とは：

第6回 “ウェーブ：幸福になる可能性についていったん考え始めてしまえば、すでにあなたは幸せに向かっている”

**Hierarchical Autonomous Communication System** の略。「階層的自律コミュニケーション・システム」 基礎情報学の主要な概念であり、情報の意味伝達モデルである。人の心的システムの上位概念に社会システムがあり、さらにその上にマスメディア・システムがあるとして階層的に位置づける点が特徴である。

\*3)メンタル・プロセス・マネジメント：「新情報システム学序説 情報システム学会新情報システム学体系調査研究委員会編」において、プロジェクトマネジメントの機能、役割を構成するプロセスとして、従来より明示されている「プロジェクトマネジメント・プロセス」および「ソフトウェア・エンジニアリング・プロセス」に加えて、第3のプロセス「プロジェクト・メンタル・プロセス」が重要であると示されている。

\*4)範列的メディアとは：

成果メディアは、連辞的メディアと範列的メディアに分類される。連辞的メディアは、コミュニケーションの時間的・継起的なつながりに関わり、範列的メディアはコミュニケーションの空間的・概念的なつながりに関わる。範列的メディアは安定した意味ベースに関連づけ、概念上の選択肢を用意することにより、「情報の意味伝達」という擬制が達成される。

\*5)心的システムとは：

「思考」を構成素とするオートポイエティック・システムである。心的システムは常に脳神経システムと相互作用し、「原一情報」（＝生命情報）を素材とした思考が算出され、記述行為によって社会情報が形成され、人間社会で通用する意味内容を含んだ情報が現れるとされる。

#### <参考文献>

- ・レオ ボルマンズ編[猪口孝 監訳] (2016) 世界の学者が語る「幸福」 西村書店
- ・西垣通 (2004) 基礎情報学：生命から社会へ NTT 出版
- ・西垣通 (2008) 続 基礎情報学：「生命的組織」のために NTT 出版
- ・西垣通 (2012) 基礎情報学入門：生命と機械をつなぐ知 高陵社書店