

自分のことを運がいいと感じるための方法とは

武生高等学校

要旨

運のいい人はどのような人なのかを知るために、自分のことを運がいいと感じている人と運が悪いと感じている人のそれぞれにアンケートをとった。その結果、運がいいと感じている人は運が悪いと感じている人よりも自分のことが好きであると答えた人が多いことがわかった。

1 はじめに

私は自分のことを運がいいと感じている。しかし、これは根拠があって言っているわけではない。そこで、運がいいと感じている人は、何か共通点があるのではないかと考えた。私は運がいいと感じる人は、自分のことが好きな人ではないかという仮説を立て研究を始めた。

2 検証方法

クラスルームにて二つのアンケートを実施した。アンケートの内容は自分は運がいいかどうかをはいかいいえで答えてもらい、はいと答えた人といいえと答えた人、それぞれの人にいくつかの質問に答えてもらう形でアンケートを行った。

3 結果

アンケート結果からわかること

アンケート①より、運がいいと感じる人の90%の人が自分のことが好きで、運がよくないと感じる人は57.1%の人が自分のことが好きであった。自分のことを好きと答えた人の方が運がいいと感じる割合が高かったということ。

アンケート②より、運がいいと感じる人の63.6%の人がポジティブな祈りをしているということ。

4 考察

自分のことを運がいいと感じる人は、なぜ自分のことが好きと答える割合が高いのか？それは自分のことを大切にしているからだと考え。精神科の医者が患者さんに行っている治療法のひとつに自分のことを好きになってもらうために自分に対して好きという言葉を書いてもらうという治療法がある。自分のことを好きになり、そして、自分のことを大切にするための治療法である。つまり、自分を大切に扱うには、自分で

自分のことを好きになることが大切であることがわかる。では、なぜ、自分のことを大切にすることで運がいいと感じるのか。その理由は、2つ考えられる。①自分を大切にしている人は他の人からも大切にされるからである。その人の運のよしあしは周囲の人たちとの人間関係も大きく関係すると考える。そこで心理学の「割れ窓理論」が出てくる。この理論はすでに秩序が乱れている場所があると、さらに秩序を乱すことへの心理的抵抗が少なくなるというもの。これは人に対しても起こるのである。自分を大切にしている人を粗末に扱うのには抵抗がある。しかし自分で自分を粗末に扱っている人には同じように粗末に扱ってもいいような気がしてくる、だから、他の人から自分を大切に扱われるようにするには、そして、周囲の人と良好な人間関係を築くためには、まずは自分のことを大切にしなければならないというわけだ。さらに、自分のことが好きな人は人の話を素直に聞けるという特徴がある。そのため、人を引きつける力もある。②「自分」をもっているから。自分のことを大切にしている人は、自分をないがしろに扱っていないか、自分の価値観を見失っていないかと、自分を大切にする上で自問自答する傾向がある。そのため、世間の価値観に縛られることなく、自分のやりたいことができるわけだ。

・なぜ運がいいと感じる人はポジティブな祈りをするのか

それはドーパミンが出るからである。私たちの行動の裏には必ず動機がある。この動機に関わっているのがドーパミンである。また、脳が喜びを感じるとドーパミンが分泌され、私たちに快感をもたらしてくれる。そして、やる気に関わるドーパミンは、目標や夢の達成のための行動を促すわけだ。

5 結論

自分のことを好きになること、そして、ポジティブな祈りをすることが自分が運がいいと感じるための方法である。

6 今後の展望

ポジティブな祈りとはどのような祈り、そしてどのような場所が一番効率的でかつ、効果的なのか

が曖昧になっているため、ポジティブな祈りの最適方法について研究したいと考えている。

参考文献

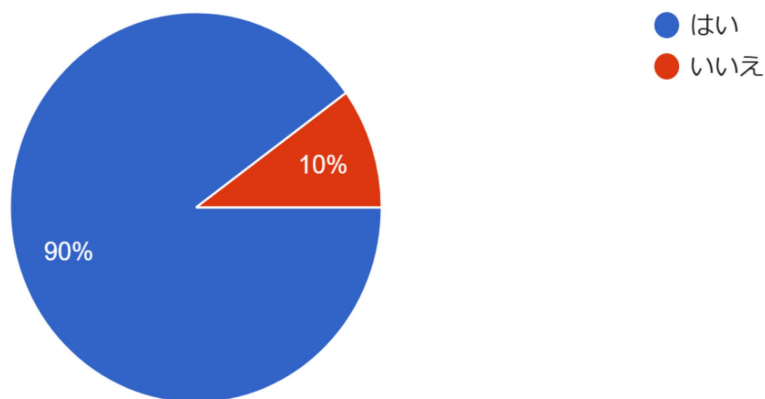
中野信子（2023）『新版 科学がつきとめた「運のいい人」』 株式会社サンマーク出版

アンケート①

（自分のことを運がいいと感じている人対象）

あなたは自分のことが好きですか？

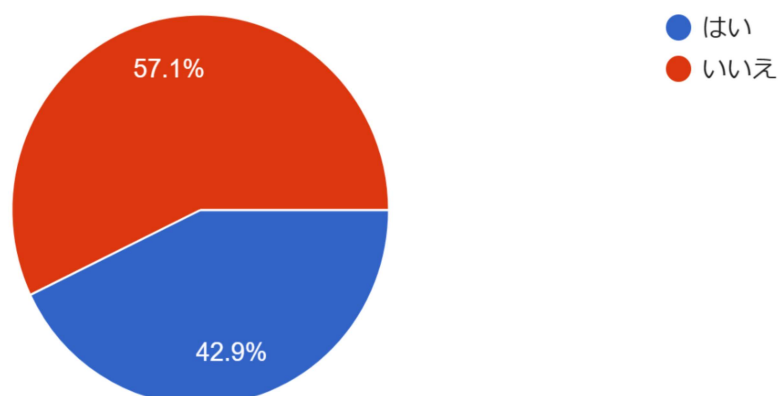
10 件の回答



（自分のことを運が良くないと感じている人対象）

あなたは自分のことが好きですか？

7 件の回答



アンケート②

(質問内容) ※質問内容は参考文献から引用

当てはまるものに全て答えてください

※この問は自分が運がいいと思う、で

【はい】を選んだ人のみ答えてください

なお、全てあてはまらなければ

無理にチェックを入れようとしないでください

- ☐ 運を高めようとするために今の自分を最大限に生かそうとする
- ☐ 自分はいい加減だとおもう
- ☐ 物事を選択する上で面白いかどうかで決める
- ☐ 根拠は無いが自信がある
- ☐ 自分の周りには運のいい人が多いと思う
- ☐ 早寝早起きをする
- ☐ 良い妄想をする
- ☐ よく、困難に立ち向かおうとする
- ☐ 品のある行動をとっている
- ☐ ライバルの成長を祈れる
- ☐ 自分が人を助けたときこそありがとうと言ったことがある
- ☐ 自分は飽きっぽい人だと思う
- ☐ マイナスなことを受け入れることが出来る
- ☐ 夢がある
- ☐ ポジティブな祈りをすることがある
- ☐ 人のいい所を素直に褒めることが出来る

(アンケート結果)

当てはまるものに全て答えてください ※この問は...ば 無理にチェックを入れようとしないでください

11 件の回答

