

|         |                           |         |          |       |
|---------|---------------------------|---------|----------|-------|
| 氏名(本籍)  | かた<br>片                   | うけ<br>受 | やすし<br>靖 | (東京都) |
| 学位の種類   | 博士(学術)                    |         |          |       |
| 学位記番号   | 博乙第2293号                  |         |          |       |
| 学位授与年月日 | 平成19年3月23日                |         |          |       |
| 学位授与の要件 | 学位規則第4条第2項該当              |         |          |       |
| 審査研究科   | 人間総合科学研究科                 |         |          |       |
| 学位論文題目  | 勤労者のソーシャルサポートと精神的健康に関する研究 |         |          |       |
| 主査      | 筑波大学教授                    | 博士(心理学) | 庄司一子     |       |
| 副査      | 筑波大学教授                    | 教育学博士   | 田上不二夫    |       |
| 副査      | 筑波大学教授                    | 博士(理学)  | 井田仁康     |       |
| 副査      | 筑波大学助教授                   | 保健学博士   | 武田文      |       |

## 論文の内容の要旨

### (目的)

本研究は、勤労者の精神的健康の問題が指摘される中、職場のソーシャルサポートと精神的健康との関係について、詳細な検討を加えたものである。現代は、強いストレスを感じ、メンタルヘルスの不調を呈する勤労者が増加している。従来のストレス研究の中で、ストレス緩衝要因として職場のソーシャルサポートが重視されているが、勤労者を対象としたサポートの研究は数が少なく、勤労者のソーシャルサポートの構造やソーシャルサポートが精神的健康に与える影響について十分な検証が行われているとは言い難い。勤労者のメンタルヘルス対策が重要な課題である現状において、勤労者のソーシャルサポートの諸側面について検証し、職場のメンタルヘルス対策へ寄与する知見を得ることは極めて重要である。そこで、本研究では勤労者に特化したソーシャルサポート尺度を作成し、勤労者のソーシャルサポートの構造や精神的健康に与える影響について検証を行った。

### (方法)

全部で9つの研究を実施した。すべて質問紙調査であり、研究1～研究6までは、勤労者200名から400名を対象として、ソーシャルサポートの尺度の検討とメンタルヘルス、関連要因や規程要因の検討を行った。研究7では、80名の勤労者を含む短期大学生に対して、実験法により、メンタルヘルスを規定する要因としての、ソーシャルサポートの影響を検討した。

### (結果と考察)

得られた要な結果としては、(1) 勤労者がサポートを受け取ることは、抑うつや不安の低減と関連があり、抑うつに対しては本人が満足感を得られるようなサポートが効果的であり、不安に対しては、多くのサポートを与えることが有効であると推測されること、(2) 抑うつ、不安ともに情緒面に影響を与えるサポートを与えることが精神的健康の回復に有効性が高いと推定されること、(3) サポートを与えることとサポートを受け取ることは相関が高く、サポートの授受の互恵性が検証され、職場でサポートが行われやすい雰囲気

醸成は、サポートの送り手を増やし、職場全体の精神的健康の向上に役立つと仮定できること、等の知見が得られた。

今後の課題として、本研究で得られた結果を基礎とし、精緻化された尺度の作成、本研究の結果の一般性を検討し、研究を発展させていくことの必要性が示唆された。また勤労者のメンタルヘルスを増進する上で、ソーシャルサポートの一定の効果が検証されたが、メンタルヘルスへの寄与はあまり高くないことも指摘され、他の要因との関連、さらに職場環境の特性なども考慮して、得られた結果をさらに洗練させることが必要である。

## 審 査 の 結 果 の 要 旨

本論文は、勤労者のメンタルヘルスが叫ばれながら、また、ストレス研究ではストレス緩衝要因としてソーシャルサポートの効果が指摘されながら、検討されてこなかった勤労者のソーシャルサポートを検討した論文である。勤労者を調査対象とすること自体、現在の職場環境では、非常に困難なことであるが、そのテーマを取り上げて検討したことがまず意義あることである。また勤労者のメンタルヘルス上、重要な問題である不安と抑うつに関しては、どのようなサポートが求められるかも具体的に示された。さらにサポートの互恵性も指摘された。以上から、勤労者のソーシャルサポートの効果とメンタルヘルスの関連を検討した論文として、一定の成果が得られたと判断された。特性、対象者の特性が考察に十分生かされていない点、職場環境以外のサポートの検討などが課題として残された。

よって、著者は博士（学術）の学位を受けるに十分な資格を有するものと認める。