

# 教育研究創発国際研修における学術活動報告書

令和5年10月10日

氏名 黒沢 拓夢

所属 臨床心理学 コース

指導教員名 滝沢 龍 准教授

1. 研究課題 労働者のメンタルヘルスと生産性の相互関係の解明と介入プログラム開発
2. 報告する学術活動の実施期間 令和5年9月28日 ~ 令和5年10月1日
3. 日本学術振興会特別研究員 (DC) の現在の採用状況 DC1 DC2 採用無し
4. 学術活動
  - 国外 国内
  - ①英語論文公表
  - ②研究科教員の研究プロジェクト参加
  - ③フィールドワーク
  - ④国際会議 (研究発表 運営補助 出席のみ)
  - ⑤研究会 (研究発表 運営補助 出席のみ)
  - ⑥研究指導委託
  - ⑦留学
  - ⑧国際研修
  - ⑨国際インターンシップ
  - ⑩その他 (具体的に: )

## 5. 学術活動実施の概要

※上記4で選択した学術活動について具体的に記載してください。括弧内の概要を必ず記載してください。

- ① 英語論文公表  
(著者、発表論文名、掲載誌名等、発表年月巻号、発表年月日等、論文内容の概要)
- ② 研究科教員の研究プロジェクト参加  
(プロジェクト名、代表研究者名、自身の具体的な活動、活動期間(年月日)及び活動頻度、プロジェクトの概要)
- ③ フィールドワーク  
(調査先機関等、国名・都市名、具体的な活動、活動期間(年月日)及び活動頻度、調査先の概要)
- ④ 国際会議  
(研究発表・運営補助・出席のみ の別、学会・会議名、国名・都市名、発表題目名、発表形式(口頭・ポスター等)、発表年月日、発表内容等の概要)
- ⑤ 研究会  
(研究発表・運営補助・出席のみ の別、研究会名、国名・都市名、発表題目名、発表形式(口頭・ポスター等)、発表年月日、発表内容等の概要)
- ⑥ 研究指導委託  
(派遣先機関、国名・都市名、受入身分及び研究、研究テーマと受入教員、受入期間(年月日)、具体的な研究活動、研究発表内容等の概要)
- ⑦ 留学  
(派遣先機関、国名・都市名、受入身分及び研究科、受入期間(年月日)、具体的な履修状況、研究発表内容等の概要)
- ⑧ 国際研修  
(プログラム名、派遣先機関、国・都市名、派遣期間(年月日)、プログラム概要、研究発表内容等の概要)
- ⑨ 国際インターンシップ  
(プログラム名、派遣先機関、配属部署、国・都市名、派遣期間(年月日)、具体的な活動、プログラム内容等の概要)
- ⑩ その他(具体的な活動、活動期間(年月日)及び活動頻度等の概要)

|  |   |
|--|---|
| 学術活動区分<br>(①～⑩を記入)   | ④ |
| <p>形式：研究発表<br/>           学会・会議名：23rd WPA World Congress of Psychiatry<br/>           国名・都市名：オーストリア・ウィーン<br/>           発表題目：MODERATION EFFECTS OF SELF-COMPASSION ON THE RELATIONSHIP BETWEEN DEPRESSIVE SYMPTOMS AND PRESENTEEISM IN JAPANESE WORKERS.<br/>           発表形式：ポスター<br/>           発表予定年月日：2023年9月28日～10月1日<br/>           発表内容等の概要：<br/>           健康問題による生産性損失は社会的な課題となっており、特にメンタルヘルス不調は労働者の生産性損失と密接な関連がある。こうした課題を解決する手段の一つとして、スマートフォンを活用したモバイルヘルスアプリケーションによる支援が挙げられる。労働者4,263名を対象に縦断調査を実施しており、本研究では初回測定の一時点データを中心にメンタルヘルスとワークパフォーマンスの関係性におけるセルフ・コンパッションの調整効果を検討したものである。メンタルヘルスは抑うつ症状の指標としてK6 (Kessler et al., 2003)、ワークパフォーマンスは生産性損失の指標としてStanford Presenteeism Scale (Koopman et al., 2002)、セルフ・コンパッションはSelf-Compassion Scale (Neff, 2003)を用いて測定された。分析の結果、抑うつ症状と生産性損失の関係性において、セルフ・コンパッションが有意な調整効果を持つことが示された。また、二時点目の回答も得られた2,586名を対象とした追加分析からは、一時点目の生産性損失が二時点目の抑うつ症状に与える影響を、セルフ・コンパッションが緩衝する効果を持つことが示された。以上の結果から、抑うつ症状と生産性損失の関係性において、セルフ・コンパッションが調整効果を持つことが示され、生産性損失が将来的な抑うつ症状を引き起こす影響を、セルフ・コンパッションを滋養することによって和らげることができる可能性が示唆された。</p> |   |

- (注) ① 年月日は西暦で記入してください。  
 ② 英語論文発表については報告する学術活動において発表又は受理されたもの。  
 ③ 上記に記載しきれない場合は、ページを追加しても差し支えありません。  
 ④ 複数回の学術研究活動による報告の場合、適宜本ページを追加し、2つ目以降についても必要な内容を網羅してください。

## 6. 学術活動による成果

※報告する学術活動について、教育分野における国際的リーダー人材の育成とその研究成果を海外に発信することを目的とした教育研究創発国際研修の趣旨に照らし、その成果を具体的に記載してください。学術活動により得られた自身の研究課題につながる成果についてもわかるように記載してください。

※本欄に書ききれない場合、ページを追加しても差し支えありません。

### 【学術活動の目的と概要】

本学術活動の目的は、研究課題「労働者のメンタルヘルスと生産性の相互関係の解明と介入プログラム開発」の一連の研究を通じて得られた成果を、国外の研究者に向けて発表することであった。精神医学のトップカンファレンスである World Congress of Psychiatry（以下、WCP）にて研究成果の一部を発表した。その結果として、関連領域の研究者に広く発信するとともに、国内外の研究者との交流の中で、今後の研究に有益な示唆が得られた。

WCP で発表した内容は以下の通りである。Sickness presenteeism は「病気やその他の健康上の問題によって、職場にいるにも関わらず十分な能力を発揮できない労働者のワークパフォーマンスの損失」と定義されており（Kessler et al., 2003, 2004）、健康問題の中でもメンタルヘルスによる Sickness presenteeism が最も経済的損失をもたらしているとされる（Yoshimoto et al., 2020）。Sickness presenteeism は将来の抑うつ症状のリスクを予測することも確認されており、対策が求められる（Suzuki et al., 2015）。そこで本研究では、セルフ・コンパッションに着目し、ワークパフォーマンスの損失が抑うつに与える影響を緩衝する効果について検討した。なお、セルフ・コンパッションとは、困難な時に温かさや理解を持って自分自身に接し、間違いを犯すことも人間であることの一部であると認識する自己態度を意味する（Neff, 2003）。労働者 4,263 名を対象に縦断調査を実施し、初回測定の一時点データを中心に解析に使用した。メンタルヘルスは抑うつ症状の指標として K6（Kessler et al., 2003）、ワークパフォーマンスは生産性損失の指標として Stanford Presenteeism Scale（Koopman et al., 2002）、セルフ・コンパッションは Self-Compassion Scale（Neff, 2003）を用いて測定された。分析の結果、抑うつ症状と生産性損失の関係性において、セルフ・コンパッションが有意な調整効果を持つことが示された。また、二時点目の回答も得られた 2,586 名を対象とした追加分析からは、一時点目の生産性損失が二時点目の抑うつ症状に与える影響を、セルフ・コンパッションが緩衝する効果を持つことが示された。

### 【得られた成果】

本研究の結果から、抑うつ症状と生産性損失の関係性において、セルフ・コンパッションが調整効果を持つことが示された。以上から、生産性損失が将来的な抑うつ症状を引き起こす影響を、セルフ・コンパッションを滋養することによって和らげることができる可能性と考えられる。経時的なデータを用いて抑うつ症状と生産性損失の関係性を調べた研究はわずかであり、本研究は両者の関係性にセルフ・コンパッションが与える影響を実証的に示した点に、一定の学術的意義が認められた。こうした研究成果や研究の限界に関して、海外の精神医学分野の研究者から多様な意見をもらい、研究の更なる発展に寄与する機会となったと考えられる。