

アドバンテッジEAP「ココロの健康診断eMe」 性格指標（社会的性格）に関する調査結果

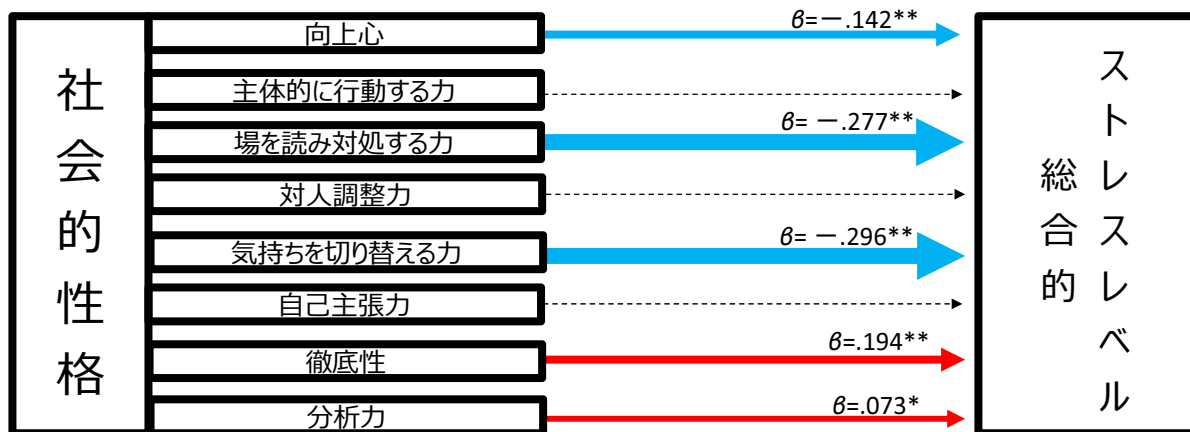
**「気持ちを切り替える力」と「場を読み対処する力」を高めることが、
総合的ストレスレベルを軽減させることに寄与！**

(対象者225,153名中無作為に抽出した999名のデータを使用)

1.調査概要

- ◆調査目的：性格指標（社会的性格）と総合的ストレスレベルとの関連を明らかにすること
- ◆調査対象：アドバンテッジEAPご契約企業様の従業員225,153名のデータ（2013年7月1日～2014年6月30日）から無作為に1,000名を抽出し、その内欠損値（1名）を除いた999名（男性n=796,女性n=203）のデータを使用
- ◆分析方法：社会的性格の8下位尺度を説明変数、総合的ストレスレベルを結果変数とした階層的重回帰分析によって各下位尺度の調整済み決定係数 ($AdjR^2$)、標準偏回帰係数 (β) を検討

2.調査結果



【Figure】階層的重回帰分析（ステップワイズ法）の結果

◆アドバンテッジEAPが定義する社会的性格（社会生活の中で獲得するソーシャル・スキルのこと）の中でも、特に「気持ちを切り替える力」と「場を読み対処する力」を高めることは、総合的ストレスレベルを軽減させる要因であることが、この度の調査で示唆された。

◆「向上心」「徹底性」「分析力」にも総合的ストレスレベルへの影響力が確認された。その内、「徹底性」「分析力」に関しては正の影響であったため、これらのスキルが高いほど総合的ストレスレベルは高くなり、職場不適応を生じる要因にもなり得ることが推測される。しかしながら、部署や職種によっては「徹底性」「分析力」が高い方が業務内容上、生産性が高くなる場合も考えられるため、「人材育成」や「適材適所」の観点からも更なる検討が必要であろう。

3.今後の展開

◆アドバンテッジEAPでは、今後「気持ちを切り替える力」と「場を読み対処する力」を身につけるための集合研修（セルフケア研修）を企画・検討する。