



企業メンタルヘルス活動を基盤とした 働き方タイプ診断とe-ラーニングコンテンツの開発

教授 高橋悟* 教授 石原宏* 准教授 高見友理* 講師 坂井朋子* 講師 山崎基嗣* 講師 豊原響子* 特任教授 岩宮恵子 特任講師 三嶋朋子** 特任講師 高野由美子** 特任講師 佐々布亜希子** 特任講師 大賀美侑子 特任助教 河田知奈 特任助教 布野浩一

(*は人間科学部, 人間社会科学研究科兼任 **は人間社会科学研究科兼任)

島根大学こころとそだちの相談センターでは、地域住民の来所相談に応じるだけでなく、山陰地域の複数の企業とメンタルヘルス契約を結び、従業員の心理相談や、管理職に対するコンサルテーション、eラーニング教材を提供してきました。こうした活動を通して開発した、島根大学式働き方タイプ尺度 (Shimane University Scale for Working Attitude Type; 島大式ScWAT) を企業に提供し、5つの働き方タイプに基づく従業員の自己理解の促進と、メンタルダウンの予防に役立ててもらっています。近年は、企業の協力を得た大規模データの分析から、働き方のサブタイプを見出すなどより洗練されたツールとなっています。また、管理職等の立場から従業員の働き方タイプを判別できるようになることを目指したeラーニング教材を開発し、現在は部下とのかかわりを通してタイプ判別スキルを修得するゲーム開発を行っています。これらの活動を通して、地域の住民や企業の構成員の方々の心の健康の維持・増進に貢献できるよう、日々実践と研究に取り組んでいます。

島根大学こころとそだちの相談センターHP <https://www.psy.shimane-u.ac.jp>

あなたの働き方タイプ
あなたの回答から導き出された性格タイプをご確認ください

関係志向タイプ
やる気 中 × 人間関係の影響 中

あなたは、対人関係の中で、自己役割を果たしているかを気にかけています。
職場で何が求められているのかわからないのに気が配りをしながらやるだけでなく、どうすればえようと思います。
自分と相手、主張と協調、関係の強弱などのバランスを大事にしますので、一般人としての自分、関心を払う達成志向タイプともタスクに集中する志向タイプとただ、ときには、その自配りをなそうとしていることと、わかにも配慮してほしいという気持ちがあります。

タスク割り振り
各部下に1つずつタスクを割り当ててください (同じタスクの重複割り当ては不可)。

高橋

割り当てタスク

- スパイスを準備
- 選択してください
- 【重要】ご飯をたく
- 【重要】玉ねぎを切る
- スパイスを準備
- にんにくをすりおろす

佐藤

ScWATの結果例 (左) とタイプ判別ゲーム画面 (右)