

立教大学学術推進特別重点資金（立教 S F R）

大学院学生研究

2 0 2 5 年度研究成果報告書

研究科名	立教大学大学院 現代心理学研究科 臨床心理学専攻		
研究代表者 (2026 年 3 月現在 のものを記入)	在籍課程・学年	氏 名	
	☐ 博士前期課程 年 ☒ 博士後期課程 1 年	永 江 亜 紗	
指導教員	所属部局・職名	氏 名	
	現代心理学部・教授	松 永 美 希	
自然・人文・社会の別	自然 ・ 人文 ・ 社会	個人・共同の別	個人 ・ 共同 名
研究課題	管理職の精神的健康に関連する心理的要因の基盤的検討		
研究組織 (共同研究者が いる場合のみ、 2026 年 3 月現在 のものを記入)	在籍研究科・専攻・課程・学年	氏 名	
研究期間	2 0 2 5 年度		
研究経費 (1 円単位)	(支出金額) 195,000 円 / (採択金額) 195,000 円		

研究の概要 (200～300 字で記入、図・グラフ等は使用しないこと。)
当該研究の研究目的を含むこと。
本研究は当初、管理職における SAI と精神的健康との関連を明らかにするための理論的および測定的基盤を整備することを目的に、文献レビュー（研究 1）および日本語版 SAI 尺度の妥当性再検討（旧研究 2）を計画していた。しかし、尺度検討が共同研究へ移行したことに伴い、次年度予定の調査を前倒しした上で、全体の対象者を「管理職」から「正社員」へ変更し、さらに対象者に合わせて研究内容を以下の通り新たに見直し、研究 2・3 として実施することとした（研究 2「劣等回避へのあがきが精神的健康に及ぼす影響—お金に対する信念およびワーカホリズムを媒介変数とした質問紙調査—」、研究 3「劣等回避へのあがきが精神的健康に及ぼす影響—評価制度の認知および援助要請を媒介変数とした質問紙調査—」）。 以上の変更点を踏まえ、本研究は成果主義や社会的比較が強調される職場環境において「劣等回避へのあがき」が、お金に対する信念や援助要請行動等を介して精神的健康に与える影響を解明し、労働者の精神的健康に関する基盤的検討を行うことを目的とした。 本研究の目的 ① 研究 1 では、SAI に関連した心理的変数の抽出やリサーチクエスションの設定のため、システマティックレビューにより収入、精神的健康、競争心または社会的比較の関連に関する知見を整理する。 ② 研究 2 では、SAI がお金に対する信念やワーカホリズムを介して、精神的健康に影響を及ぼすプロセスを検討する。 ③ 研究 3 では、SAI が評価制度の認知や援助要請を介して、精神的健康に影響を及ぼすプロセスを検討する。
キーワード (研究内容をよく表しているものを 3 項目以内で記入。)
[労働者] [精神的健康] [劣等回避へのあがき]

研究成果の概要 (図・グラフ等は使用しないこと。)

以下の視点を含めて記載のこと。

- ・当該研究は何をどこまで明らかにできたのか(できなかったのか)。
 - ・何をもって研究成果(経過)を達成できた(できなかった)と考えられるのか。
- 自身が設定した研究目的・目標に照らして、その根拠がわかるよう記載のこと。

現代社会において、収入や雇用形態などの社会経済的要因が精神的健康に与える影響は大きいとされている (Wilkinson & Pickett, 2018; 堤ら, 2015)。しかし、精神的健康はそうした客観的指標のみによって規定されるわけではなく、他者との比較や自己評価といった主観的な認知もまた、独立して重要な役割を果たしていることが先行研究にて示されている (Kondo et al., 2008 ; Senik, 2008)。こうした他者との比較の過程で生じやすい感情の一つとして、「劣等感」が挙げられる。劣等感自体は自己成長を促す側面も持つ一方で (Adler, 1932)、それを「回避しなければならぬ脅威」と捉え、回避するために努力し続ける信念・努力の過程に着目すると、その適応的意義は大きく異なってくる。

特に、他者より劣っていると見なされることを恐れ、それを隠そうと努力し続ける「劣等回避へのあがき (Striving to Avoid Inferiority : SAI)」という信念は、劣等感そのものよりも抑うつや不安を強く予測することが示されている (Gilbert et al., 2007)。また、SAI が高い個人は、たとえ外的要因が整っていても、心理的圧力によって精神的健康を脅かされやすいことも明らかになっている (Nagae et al., 2022)。

この SAI を中核とした不適応的なプロセスは、主に 2 つの側面から労働者の精神的健康に悪影響を及ぼすと考えられる。第一に、個人内の認知的側面においては、競争心性を背景に持つ SAI 傾向の強い個人ほど、金銭的成功を自己価値と結びつけやすく、お金の重要性を強く認知する傾向がある (Kirkcaldy & Furnham, 1993)。このため、自己の心理的ゆとりや自信を左右する認知的側面として「お金に対する信念」が形成され (渡辺, 2014)、これがワーカホリズムを惹起する不適応的なプロセスが想定される。

第二に、組織内の対人的側面においては、SAI は他者からの評価や順位付けが強調される文脈において活性化されやすい (Gilbert et al., 2007)。特に自己の有能さが厳格に評価される環境下では、援助を求めることが「劣性の露呈」という心理的コストとして認知され (Nadler, 1991)、援助要請行動を回避する傾向が報告されている (Borg et al., 1991)。そのため、環境要因と SAI の特性が相互に作用し、不適応的な援助要請の阻害が生じる可能性が示唆される。

以上のことから、本研究におけるリサーチクエスチョンは、以下の 3 点である。

- (1) 収入、精神的健康、競争心、および社会的比較の関連について、既存の知見はどのように整理されるか (研究 1)。
- (2) 個人内の認知において、SAI は、お金に対する信念やワーカホリズムを媒介して労働者の精神的健康に影響を及ぼすか (研究 2)。
- (3) 組織内の対人行動において、SAI は、評価制度の認知や援助要請の阻害を媒介して労働者の精神的健康に影響を及ぼすか (研究 3)。

【本研究によって明らかにできたこと・できなかったこと】**(1) 収入、精神的健康、競争心または社会的比較に関するシステマティックレビュー (研究 1)**

研究 1 では、収入、精神的健康、および心理的要因の関連性を検討するため、2025 年 6 月から 7 月にかけて PubMed を用いたシステマティックレビューを実施した。2015 年から 2025 年までに発表された英語・日本語の論文を対象とし、「income」「mental health」「competitiveness」「social comparison」を主要なキーワードとして設定した。選定に際しては、収入・精神的健康・競争心・社会的比較のいずれか 2 要素以上を含み、かつ心理学的観点が明示されていることを基準とした。タイトル、抄録、および全文の精査を経て、臨床心理学専攻の大学院生と教員の計 2 名が独立してスクリーニングを行い、最終的に 10 件の論文を抽出した。

抽出した採択論文は、①所得格差や地位の認知を通じた「主観的認知」、②失業率や職業的不確実性などの「地域・職業文脈」、③給与の透明性や公平感に関わる「報酬」をめぐる比較の 3 カテゴリーに大別された。

分析の結果、社会的比較は精神的健康を左右する主要な心理メカニズムであることが確認された。一方で、競争心などの比較を促す心理的背景に関する研究は依然として発展途上にある。また、雇用形態や組織文化などの環境要因がこの関連を調整する可能性が示唆された。したがって、社会的比較の影響を理解する上では、「個人要因と環境要因の交互作用」の観点から包括的に捉える必要性が明らかとなった。

研究成果の概要 (つづき)**(2) 劣等回避へのあがきが精神的健康に及ぼす影響のインターネット調査 (研究 2・3)**

研究 2 の目的は、SAI がお金に対する信念やワーカホリズムを介して精神的健康に影響を及ぼすプロセスを検討することであった。そこで、正社員 432 名を対象に、デモグラフィックデータ (年齢・性別・世帯収入・職種等) に加え、劣等回避へのあがき尺度 (SAIS-J)、大学生用お金に対する信念尺度、ワーカホリズム尺度 (DUWAS)、および日本語版 DASS-21 といった尺度を用いて、インターネット調査 (アイブリッジ社アンケートツール「Freeasy」) を実施した。

研究 3 の目的は、SAI が評価制度の認知や援助要請を介して精神的健康に影響を及ぼすプロセスを検討することであった。そこで研究 2 同様、正社員 432 名を対象に、デモグラフィックデータ (年齢・性別・世帯収入・職種等) や評価制度に関する設問に加え、劣等回避へのあがき尺度 (SAIS-J)、職場での援助要請意図尺度、および日本語版 DASS-21 といった尺度を用い、インターネット調査を実施した。

しかしながら、現時点では有効回答のデータクリーニングを行っている段階であり、「お金に対する信念やワーカホリズム (研究 2)」、および「評価制度の認知や援助要請行動 (研究 3)」が SAI と精神的健康の関連をどのように媒介するかという、具体的な認知的・対人的プロセスの解明には至っていない。

【研究目的・目標に照らした達成度の評価とその根拠】

本研究の目的は、成果主義や社会的比較が強調される職場環境において、「劣等回避へのあがき (SAI)」が、お金に対する信念や援助要請行動等を介して精神的健康に与える影響を解明し、労働者の精神的健康に関する基盤的検討を行うことである。この目的に照らすと、現段階において本研究は、目標に向けて実証的基盤を構築し、達成の途上にあると評価できると考えられる。

達成できた根拠としては、第一に、研究 1 のシステマティックレビューを通じて社会的比較や環境要因に関する知見を整理し、そのメカニズムを SAI の文脈へと適用することで、基盤的検討のための理論的枠組みを確立できたことが挙げられる。第二に、その理論的枠組みに基づき、実際に正社員 432 名 (男性 216 名、女性 216 名、平均年齢 39.66 歳) という十分な規模のインターネット調査を実行し、データ回収を完遂できたことである。

一方で、現段階で目標を完全に達成できなかった理由としては、質の高い実証研究を実施するため、事前の理論的整理に基づく研究計画の練り直しに十分な時間を割いたこと、ならびに、産業・労働分野の文脈に合わせた適切な尺度選定および質問紙の構築に想定以上の期間を要したことが挙げられる。

この精緻な調査プロセスに注力した結果として、現在データのクリーニング段階にとどまっており、SAI が精神的健康に及ぼす具体的な認知的・対人的プロセスの解明の完了、および研究 1 の論文投稿には至っていない。しかしながら、これらは本研究の目的である「基盤的検討」の精度を高める上で不可欠なプロセスであったと言える。今後は速やかにデータの解析を進め、「労働者の精神的健康に関する基盤的検討」としての最終的な成果の取りまとめを行っていく。

研究発表 (研究によって得られた研究成果を発表した①～④について、該当するものを記入してください。該当するものが多い場合は主要なものを抜粋してください。なお、成果発表を確認できる資料を合わせて研究成果報告書提出フォームより提出してください (紙媒体等、研究成果報告書提出フォームから提出できない場合は、別途リサーチ・イニシアティブセンターへ提出してください)。

①雑誌論文 (著者名、論文標題、雑誌名、巻号、発行年、ページ)

②図書 (著者名、出版社、書名、発行年、総ページ数)

③シンポジウム・公開講演会等の開催 (会名、開催日、開催場所)

④その他 (学会発表、研究報告書の印刷等)

※修士論文・博士論文は含みません。

④ その他 (学会発表、研究報告書の印刷等)

- 1) 永江亜紗・松永美希 (2025). 収入, 精神的健康, 競争心または社会的比較に関するシステマティックレビュー 日本認知療法・認知行動療法学会プログラム・抄録集 第 25 回日本認知療法・認知行動療法学会 (pp.226). 日本認知療法・認知行動療法学会.