

令和 4 年 5 月 13 日現在

機関番号：32605

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2017～2021

課題番号：17K04448

研究課題名(和文) 若年非正規労働者のキャリア発達とメンタルヘルスに関する総合的研究

研究課題名(英文) A Comprehensive Study on Career Development and Mental Health of Young Irregular Workers

研究代表者

種市 康太郎 (Kotaro, Taneichi)

桜美林大学・リベラルアーツ学群・教授

研究者番号：40339635

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,300,000円

研究成果の概要(和文)：本研究では若年非正規雇用労働者と正規雇用労働者の職場ストレス、メンタルヘルスを比較した。非正規労働者は仕事のストレスは少ないが、仕事の資源も少なく、ワーク・エンゲイジメントが低いことが明らかとなった。コロナ禍の2020年の調査では職の不安定性が高く、収入減少が大きい非正規労働者は、他に比べて資源とワーク・エンゲイジメントが低く、ストレス反応も高いことが明らかとなった。質的研究では、雇用にとらわれない働き方をするフリーランスに着目してインタビュー調査を行った。その結果、フリーランスは準備段階、探索段階、マスタリーの獲得段階、後期の戦略的行動段階というプロセスを経ることが明らかとなった。

研究成果の学術的意義や社会的意義

この研究では、若年非正規雇用労働者のストレスとメンタルヘルスに着目した。性別、年代などを同じ割合にして比較した結果、若年非正規雇用労働者のメンタルヘルスは正規雇用労働者と統計的な差はなく、仕事の負担はむしろ少ないが、ワーク・エンゲイジメントが低く、やりがいを得られない仕事状況にあることが明らかとなった。また、コロナ禍で雇用が不安定で、収入が減少すると、メンタルヘルスの悪化もみられることが明らかとなった。

一方、非正規雇用労働者の一形態であるフリーランスの調査では、準備、探索の後、やりがいを得るという過程が明らかとなった。非正規雇用労働者のキャリア支援を検討する上で示唆の得られる結果となった。

研究成果の概要(英文)： This study compared the workplace stress and mental health of young irregular workers and regular workers. It was found that irregular workers had less occupational stress, but also fewer workplace resources and lower work engagement. The Corona Disaster 2020 study found that irregular workers with higher job insecurity and greater income loss had lower resources and work engagement and higher stress responses than others.

The qualitative study focused on freelancers with employment-independent work styles and conducted interviews. The results revealed that freelancers undergo a process of preparation, exploration, mastery acquisition, and later strategic action phases.

研究分野：臨床心理学

キーワード：非正規雇用労働者 メンタルヘルス 職業性ストレス 職の不安定性 キャリア フリーランス ワーク・エンゲイジメント 新型コロナウイルス

## 1. 研究開始当初の背景

近年、有期契約労働者、パートタイム労働者、派遣労働者などの非正規労働者は全体的に増加傾向にあり、2015年には約1980万人と、役員を除く雇用者全体の3分の1超を占める(厚生労働白書, 2016)。非正規雇用労働者の労働環境は、正規雇用者に比べて良好とは言えない。時間あたりの賃金は安く、雇用契約期間が短く、勤続しても給料が上昇しにくく、福利厚生が不十分であると言われている。社会保険や労働保険の適用から外れている場合もある。特に、若年層(25~34歳)の非正規労働者は正規雇用を希望しながら、それがかなわずに不本意非正規社員として働いている者が26.5%と言われている(厚生労働白書, 2016)。

このような中、非正規雇用労働者に対して厚生労働省は「正社員転換・待遇改善実現プラン」を2016年に策定し、正社員転換・待遇改善を推進する予定である。

一方で、非正規雇用労働者のキャリア形成支援も注目されている。例えば、昨年改正された労働者派遣法では、派遣元事業主は、雇用している派遣労働者のキャリアアップを図るため、(1)段階的かつ体系的な教育訓練、(2)希望者に対するキャリア・コンサルティングを実施する義務が生じた。これは、非正規雇用労働者が正規雇用されてキャリア形成を図るのではなく、非正規雇用労働者のままでキャリア形成を目指すことを意図して作られた制度と言える。このように非正規雇用労働者には、正社員への転換を図る道と、非正規雇用労働者のままでキャリア形成を行う道があると言える。

日本の若年層の非正規労働者のキャリア形成について、小杉(2010)は「非正規雇用 正社員」「非正規雇用 非正規雇用」の二つの経歴を分ける要因について検討し、(1)正社員登用の場合は非正規期間のOff-JTや自己啓発の効果が大きいこと、(2)正社員並みの労働時間で勤務していることが要因であるとし、正社員登用という仕組みの普及・拡大と、20歳代をキャリア探索期ととらえた相談・支援、能力開発支援を整えることが重要と述べている。このような知見から考えると、(1)キャリア形成を支援する教育の必要性、(2)正社員並みの労働を維持できる環境を整える必要性があると言える。特に後者は、健康と就業意欲の維持や向上が重要と考えられる。

筆者は、科学研究費若手研究(B)「大学生の就職活動時におけるストレス・マネジメント教育プログラムの開発と効果の検証」(平成18年度~平成20年度)において、就職希望者に対するストレス・マネジメント教育プログラムを作成し、科学研究費若手研究(B)「若年労働者のキャリア意識、職業性ストレスが離職に及ぼす影響に関する縦断的研究」(平成21年度~平成24年度)においては、若年労働者のキャリア意識に関する調査を行ってきた。その中で、特に、若年層でも非正規労働者に対してはキャリア教育がなされておらず、就業し続けるためのストレスマネジメントスキルや対人スキルに乏しいために、離職や疾病休養などに至る事例が少なくないと考えている。

## 2. 研究の目的

以下の研究を行い、本研究では若年の非正規雇用労働者のキャリア発達とメンタルヘルスについて定量的・定性的に明らかにすることを目的とした。

(研究1) 非正規と正規雇用労働者のキャリア発達とメンタルヘルスに関する比較

(研究2) 非正規雇用労働者のキャリア形成とストレス・マネジメント教育に関する無作為化比較試験による介入研究

(研究3) 非正規雇用労働者のキャリア発達に関する質的研究

(研究4) コロナ禍における、非正規と正規雇用労働者のメンタルヘルスに関する比較

## 3. 研究の方法

(研究1) 若年(18~34歳)の非正規雇用労働者、正規雇用労働者それぞれ400名。性別・年齢・居住地域・業種・企業規模が均等になるように工夫した。また、職種についても一定程度、実情に即したものとした。対象は、Web調査会社に依頼し、設定条件に該当する登録者(モニター)の抽出、調査協力依頼を行った。調査内容: 新職業性ストレス簡易調査票(川上, 2009)とキャリア自律に関する質問紙(堀内・岡田, 2009)を用いた調査用紙を作成した。新職業性ストレス簡易調査票は、職業性ストレス簡易調査票20尺度に、22の尺度を追加した42尺度120項目の調査票であり、より広い職場の心理社会的要因、特に部署や事業場レベルでの仕事の資源および労働者の仕事へのポジティブな関わりを測定できる。キャリア自律に関する質問紙は、心理要因と行動要因の2尺度50項目の調査票であり、キャリア自律について、心理と行動の2側面から測定できる。

(研究2) スマートフォンで受講することができるe-learningプログラムを開発し、ストレスマネジメントとキャリア意識の向上を目指し、派遣労働者に実施した場合の教育効果を測定することを目的とした。2018年8月~2018年10月に調査を実施した。対象者は介護派遣事業を行う派遣会社A社に所属する若年(18~34歳)の特定派遣労働者、53名であった。対象者53名に対し、研修プログラムを作成し、(1)認知再構成法群、(2)ジョブクラフティング群、(3)統制群に割り付けて、各群に介入を行った。3群に対して、4回の介入と職業性ストレス簡易調査票・日本語版K10質問票を行った。

(研究 3) 国内在中の 22 歳以上から 60 歳未満の広義のフリーランスとして働いている労働者男女のうち、ユトレヒト・ワークエンゲイジメント尺度の点数が一般平均以上の 13 名を分析対象とした。分析には修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ(木下, 2003) を用いた。分析テーマは「広義のフリーランスとしてキャリアを形成していくプロセス」、分析焦点者は「充実感・満足感を感じている広義のフリーランス」とした。

(研究 4) 2020 年 12 月 24 日 - 2021 年 1 月 4 日の間に Web 調査を行った。対象者は、若年 (22 - 34 歳) 非正規、正規それぞれ 400 名ずつを目標とし、最終的には計 880 名 (正規 440 名, 非正規 440 名) となった。調査用紙には、新職業性ストレス簡易調査票 (川上, 2009) と職の不安定性に関する調査票 (堤, 2015) を使用した。

#### 4. 研究成果

(研究 1) 非正規と正規雇用労働者の比較の結果、「仕事の負担」は非正規が高得点である一方、「仕事の資源」「いきいきアウトカム」「満足度」は、非正規は低得点であった。重回帰分析の結果、正規雇用群は、仕事の資源があると、ワーク・エンゲイジメント、職場の一体感が低いという関連が強くみられた一方、非正規雇用群では、それに加えて仕事の資源と仕事の満足度との関連も強く見られた。

(研究 2) 「ストレス反応」は研修の有無と研修時期との交互作用が認められた。各群における研修時期の単純主効果の検定では、統制群では介入後は介入前より有意にストレス反応得点が高く、認知再構成法群では介入後は介入前より有意にストレス反応得点が高いことが明らかとなった。ただし、フォローアップ時点では、これらの群間の差は有意ではなく、統制群と介入群との「ストレス反応」得点に有意な違いはみられなかった。フォローアップ時の有意差が認められなかったことから、介入の効果は一時的なものであったと言え、効果の持続について、さらに検討が必要であると言える。

(研究 3) 25 の『概念』, 6 の「サブカテゴリー」, 8 の【カテゴリー】が生成された。下記のプロセスが認められた。広義のフリーランスとして最初に【前ぶれの時期】が存在する。その後、【将来のキャリアプランの見通し】を持ち【キャリアのはじまりの段階】へと移行する。【初期の探索的な行動段階】では、「試行錯誤を行いながら自己理解」をする巡回的な過程がみられる。その過程を経る中で【マスターの獲得段階】が生じる。その後、【後期の戦略的行動段階】において「社会状況にあわせた自分のバージョンアップ」, 「ネットワークの形成」が行われ「人脈を通じた仕事への発展」が進む。プロセス全体にあたって、周囲からの【情緒的なサポート】があり、【キャリア成長に関する手応え】を少しずつ感じる。結果から、フリーランスのキャリアには段階的発展過程が見られること、途中で【マスターの獲得段階】が生じること、認知的には見通しを持ち、社会的にはネットワーク形成の行動が多く見られることが特徴であることが明らかとなった。

(研究 4) 正規が非正規より有意に高得点 (高得点ほど良好) だったのは「仕事の資源」, 「いきいきアウトカム」, 「満足度」であった。非正規が正規より有意に高得点だったのは「仕事の負担」, 「心身の健康」, 職場のハラスメントであった。非正規は仕事の負担や心身の健康については良好な結果だったものの、仕事の資源、いきいきアウトカムは低い結果であった。また、クラスター分析の結果、不本意就労が多く、雇用不安があり、労働時間が長く、収入減少が著しい群では、仕事の資源が全体的に少なく、ストレス反応が高いことが明らかとなった。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計0件

〔学会発表〕 計5件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 1件）

1. 発表者名 薦研一・種市康太郎
2. 発表標題 就職氷河期を経た中年期におけるキャリア発達とメンタルヘルスに関する研究～若年と中年の非正規雇用労働者の比較～
3. 学会等名 日本産業ストレス学会
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 Kotaro, TANEICHI & Satoshi, KOBAYASHI
2. 発表標題 Effects of the Stress Coping Programs on Smartphones for Specified Workers Dispatching Undertakings: A Randomized Controlled Trial
3. 学会等名 7th Asian Congress of Health Psychology (ACHP 2019) (国際学会)
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 切明那々子・種市康太郎
2. 発表標題 非正規と正規雇用労働者のキャリア発達とメンタルヘルスに関する比較
3. 学会等名 第26回日本産業ストレス学会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 永野史彰・種市康太郎
2. 発表標題 非正規雇用労働者と正規雇用労働者の離職意思に関する比較
3. 学会等名 第26回日本産業ストレス学会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 小林 哲・種市康太郎
2. 発表標題 派遣労働者を対象としたe-learningによるストレス対処研修の有効性について 無作為化比較試験による検討
3. 学会等名 第26回日本産業ストレス学会
4. 発表年 2018年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
---------------------------	-----------------------	----

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------