

インナー大会プレゼン部門 2016 専用企画シート

※電話番号や住所などの個人情報は記載しないでください。

大学・学部・所属ゼミナール名（フリガナ）		
フリガナ）ブンキョウガクインダイガク	フリガナ）ケイエイガクブ	フリガナ）マワタリゼミナール
文京学院大学	経営学部	馬渡ゼミナール

※チーム名は参加申込書に記入した名称を記入してください。

チーム名（フリガナ）	代表者名（フリガナ）	チーム人数 （代表者含む）	PPT 動画 （有・無）
フリガナ）フーバン	フリガナ）スズキリュセイ	6	無
ぶー班	鈴木隆正		

研究テーマ（発表タイトル）
未来へ繋がるストレス社会対策～レジリエンスが鍵～

※必ず＜企画シート作成上の注意＞を確認してから、ご記入をお願いいたします。

1. 研究概要（目的・狙いなど）

近年、9割もの社会人がストレスを抱えるストレス社会において、ストレスが原因の離職や休職者が増えている。そこで、日々感じるストレスとの向き合い方と対処法を社会に出る前の早い段階から身につけることで、心身に異常をきたすリスクを下げより良い生活を過ごせるとともに、企業への負担も減らせられるのではないかと考えた。よって、本研究の目的は、学生のうちにストレス耐性を身につけ社会に適応する人材を育成することとする。

2. 研究テーマの現状分析（歴史的背景、マーケット環境など）

現在、20代以上の社会人のうち、9割もの人がストレスを抱えている。ストレスを抱えすぎると、うつ病や胃潰瘍など様々な病気を患ってしまう。そして、企業側も休職者が出た場合一人当たり平均4.5万円もの負担がかかることとされている。このようなこともありストレス耐性も重視して採用する企業も存在する。また、2015年12月に厚生労働省からストレスチェック制度が執行されるなど、ストレスは社会全体で問題となっている。

そもそもストレスとは、外部からの刺激により心身に負担がかかり歪みが生じる状態のことを指す。ストレスには人間関係や環境が原因の外的ストレスと心情や体調が原因の内的ストレスの2種類がある。

ストレスと向き合うにはどのようにするべきか、調べたところ、困難な状況に遭ってもしなやかに対応し回復する「レジリエンス」という力を鍛えると良いことが分かった。レジリエンスはダボス会議でも話し合われるほど世界的に注目されている力で、日本国内でも一部の企業や私立高校では研修や授業で扱われている他、小学生向けの講習も行われている等、広がりを見せている。また、レジリエンスの効果事例として幼少期の心理的虐待による精神的症候へつながるリスクがレジリエンスによって修正されたという検証もされている。レジリエンスには先天的に身につけている資質的レジリエンス要因と後天的に身につく獲得的レジリエンス要因の2種類に分けられる。それらの中で比較的第三者による訓練で身につけられると思われる後者に注目した。

実際に企業では学生のうちにストレスへの対処法やレジリエンスを身につけることは必要とされているか複数の企業へヒアリングと電話調査を行ったところ、対処法やレジリエンスを備えてほしいと答えた企業が8割以上にも上り、これらの力が必要とされていることが分かった。

3. 研究テーマの課題

ストレスが大きな社会問題となる中で、学生のうちに対処法を身につけるべきだという声もある一方、実際には解決に向け行動しているところは少なく、また、学生側はほぼレジリエンスやストレスの対処法について学ぶ機会が少ない。対処法等を知らずに社会人となり、予想を超えるストレスにより心身ともに負担がかかってしまい悪循環に陥っていると考えられる。

4. 課題解決策（新たなビジネスモデル・理論など）

レジリエンスを身につけるゲームを開発し、実際に効果を試すことを提案する。本ゲームは複数の少人数グループで遊ぶ。双六のようにマスが連なったコースがあり、各マスには社会人が実際に体験した仕事上での挫折談が記載されている。コマを進めて行き、止まったマスにある挫折談に対してグループ全体で解決策を考え、その解決策を実行するにはどのように対処するかを制限時間内に話し合う。時間が来たら一番よい考えの人にポイントが加算され、最終的にグループごとの合計ポイントをより稼いだグループの勝ちとする。

本ゲームの効果は、個人の意見を発表することで自己理解が深まり、他人の意見を聞くことで他社理解が深まり、そしてグループで話し合うことで問題解決思考が養われるのではないかと考えられる。

また、本ゲームをキャリア教育の教材として取り入れたいと考えている。実施期間として、大学1年生後期～3年生後期までの半期に1回、合計4回を考えており、定期的実施することでよりレジリエンスを高められると考えている。

本ゲームには学生はもちろんのこと、マスのお題を提供する企業やキャリア教育の授業場を提供する大学の三者が関わる。それぞれが関わるメリットとして、学生はキャリア教育を通じて早いうちから自らのレジリエンスを高めることができること、企業はレジリエンスの高い人材を確保することができること、大学はキャリア教育の充実が図れることと考えている。

5. 研究・活動内容（アンケート調査、商品開発など）

本課題解決策を独自性・有効性・実現可能性の3点から検証する。

独自性は、インターネットやキャリアセンター等の専門機関へのヒアリングしたところ大学生に向けたレジリエンスを高めるためのゲームは行われていないことが分かった。よって独自性はあると考えられる。

有効性は、複数の企業へ学生と社会人とでは、どちらの時期にレジリエンスを高めたほうが良いか、と調査を行った結果、社会人と答えた企業は20%に対し、学生と答えた企業は80%にものぼった。このことから有効性は十分にあると考えられる。

実現可能性としては、文京学院大学キャリア・社会教育センター、キャリア支援本郷グループの小泉拓也様より、本課題解決策に対しぜひ授業に取り入れたいと前向きなコメントをいただいた。よって実現可能性は十分あると考えられる。

6. 結果や今後の取り組み

今後の展望としては、本課題解決策が本当に効果的なのか検証実験を行いつつ、本格的にキャリア教育での採用を交渉し、実際にキャリア教育関連の授業内で実施する。また、協力企業とのタイアップも視野に入れている。

7. 参考文献

エン・ジャパン エン・転職ユーザーアンケート

<https://www.atpress.ne.jp/news/108885> (2016. 5.20)

株式会社ディスコ キャリアリサーチ「選考プロセスに関する企業調査」より

<http://www.disc.co.jp/service/test.htm> (参照 2016. 7.12)

カラフル・ドアーズ実践行動学研究所

<http://www.jissenkoudougaku.jp/colorfuldoors/index.html#rezitoha> (参照 2016. 6.21)

休職者がもたらす企業への影響

<http://special.nikkeibp.co.jp/as/201301/dsn> (参照 2016. 3.30)

クローズアップ現代：レジリエンス 逆境力 “折れない心の育て方”

<http://www.nhk.or.jp/gendai/articles/3486/1.html> (参照 2016. 8.05)

公益財団法人 大阪府保健医療財団

<http://www.osaka-ganjun.jp/health/lifestyle/stress/more.html> (参照 2016. 5.08)

日本の人事部 経験やスキルより「ストレス耐性」で採用する企業

<https://jinjibu.jp/article/detl/recruit/730/1> (参照 2016 7.21)

未内定就活生への集中支援

<http://www.mhlw.go.jp/file/04-Houdouhappyou-11652000/> (参照 2016. 6.13)

“未来を変える”プロジェクト「レジリエンス」～ビジネスパーソンが押さえておくべきキーワード

https://mirai.doda.jp/theme/resilience/resilience_keyword/ (参照 2016. 4.12)

論文：神戸大学大学院経営学研究科博士課程後期課程 中原翔・西村知晃・伊藤智明・福本俊樹・貴島耕平

神戸大学大学院経営学研究科研究員 高瀬進 神戸大学大学院経営学研究科教授 金井壽宏

「組織行動論へのレジリエンス概念の導入－マルチ・レベルで捉えるレジリエンス研究－」(2014)

人事労務用語辞典

論文：東京大学大学院教育学研究科 平野 真理

「心理的敏感さに対するレジリエンスの緩衝効果の検討」(2012)

論文：東京大学大学院教育学研究科 平野 真理

「レジリエンスの資質的要因・獲得的要因の分類の試み」(2010)

論文：文学研究科教育学専攻博士前期課程修了 三宅広美

「レジリエンスに着目した大学生のパーソナリティ理解－文章完成法と半構造化面接による検討－」

論文：文京学院大学総合研究所 聖マリアナ医科大学医学部医学教育研究分野 伊野美幸・江島佐知子

文京学院大学人間学部自動発達学科 金子智栄子

「新医師臨床研修必修化に伴う研修医のストレスについて 研修医のストレス、ストレスコーピングスタイル、ストレス反応について」(2008)

論文：文京学院大学人間学部研究紀要 金子智栄子

「高校生の孤独感に関する研究－孤独感とアサーション、両親の養育態度、学校ストレスとの関連性－」(2002)

論文：文京学院大学人間学部研究紀要 金子智栄子

「女子大学生のストレスに関する研究－ストレス反応とストレス、コーピングとの関連について－」(2006)

論文：文京学院大学人間学部研究紀要 第15巻1号 金子智栄子・金子功一・佐藤広崇

「保育実習生のストレス対処に関する研究－4年制養成課程の学生における実習中の困難対処について－」(2013)

論文：三重大学学校教育専攻 学校教育専修 市川大貴

「レジリエンスの変化に着目したスキルトレーニングプログラムの作成と評価」(2014)

論文：広島文教女子大学紀要 石原由紀子・中丸澄子

「レジリエンスについて－その概念、研究の歴史と展望」(2007)

インナー大会プレゼン部門実行委員会への連絡事項

特になし

<企画シート作成上の注意>

※本企画シートは審査の対象となります。

※本企画シートは、「日本語」で書かれたものとし、1チーム・1点提出してください。

※本企画シートの項目に沿って、ご記入をお願いいたします。各項目に文字数制限はありませんが、1～7以外の項目を追加することは「不可」とさせていただきます。

※本企画シートは、インナー大会プレゼン部門実行委員会への連絡事項と企画シート作成上の注意を含め、3ページ以内に収めてください。実行委員会から審査員に渡す際は、A4サイズでプリントし、3ページ目までをお渡しします。

※大会参加申込み時点から、「参加メンバー」の変更があった場合、上記「インナー大会プレゼン部門実行委員会への連絡事項」に記入してください。なお、参加申込書提出時からのチーム名変更は「不可」とさせていただきます。

※企画内容は、未発表の（過去に他誌・HPなどに発表されていない）ものに限り、ただし、学校内での発表作品は未発表扱いとなります。

※商品写真、人物写真、音楽などを掲載・利用する場合、必ず著作権、版権の使用許諾を得てください。日本学生経済ゼミナル関東部会・日経BP社・日経BPマーケティング社は一切の責任を負いません。

※書籍や新聞等の文献から引用した場合は、出典先（使用した文献のタイトル・著者名・発行所名・発行年月など）を明記してください。統計・図表・文書等を引用した場合も同様に明記してください。また、Webサイト上の資料を利用した場合は、URLとアクセスした日付を明記してください。

※電話番号や住所などの個人情報は記載しないでください。