

2022 年 8 月 9 日
株式会社ハピネスプラネット
株式会社日立製作所

職場のメンタルリスク低減に向け、ハピネスアプリの活用による 縦・横・斜めのコミュニケーションの改善を実証

株式会社ハピネスプラネット(以下、ハピネスプラネット)と株式会社日立製作所(以下、日立)は、ハピネスプラネットが提供する組織支援サービス「Happiness Planet Gym」^{*1} のアプリを用いることで、リモートワークが多く、顔を合わせる機会の少ない職場においても、メンタルリスクに関わるコミュニケーションを改善できることを実証しました。

メンタルリスクの高い組織では、上司と部下の縦のコミュニケーションだけでなく、チームや階層をまたいだ横や斜めのコミュニケーションが不足する傾向にあることが明らかになっています^{*2}。ハピネスプラネットでは、この縦・横・斜めのコミュニケーションの「三角形のつながり」を意図的に作り出す「応援団自動生成機能」を開発し、2022 年 5 月よりサービス提供を開始した「Happiness Planet Gym」の機能として提供しています。本機能は、横や斜めのつながりを含む 3 人～4 人のチームを自動で形成するもので、各メンバーは、アプリ(ハピアドバイザー)に促されて日々の前向きな取り組みを表明し、さらに互いに応援団としてメッセージを送り合います(図 1)。

今回、ハピネスプラネットと日立は、約 250 名の組織を 2 グループに分け、「応援団自動生成機能」の適用有無により、その効果を検証しました。まず、2 グループとも自由に応援相手を選んで 1 カ月間メッセージを送り、それぞれのグループのコミュニケーションのつながりを確認しました。その後、一方は同様の応援を、他方は「応援団自動生成機能」を適用した応援を 1 カ月間行い、コミュニケーションのつながりの変化を分析しました。その結果、同様の応援を行ったグループにはコミュニケーションの構造に大きな変化がなかった一方で、「応援団自動生成機能」を適用したグループでは、周囲の人同士のつながりが希薄だった 33%の従業員に、新たに「三角形のつながり」が生じることを実証しました(図 2)。

このことから、本機能により職場コミュニケーションが改善することで、従業員のメンタルリスクを低減することへの貢献が期待されます。

ハピネスプラネットと日立は、今後も社会のウェルビーイング向上に向けた取り組みを加速させるとともに、データとテクノロジーでサステナブルな社会を実現して人々の幸せを支えることをめざしていきます。

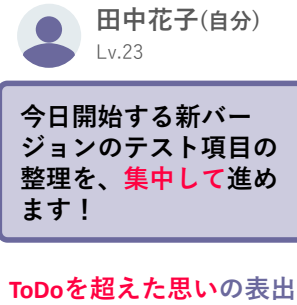
ハピアドバイザー

16年のデータと心理学に基づく提案が「リタ」から提示されます。



自分

リタの提案に促されて、今日の仕事への思いを書きます。



周り

応援メッセージを書きます(感謝/共感なども)。

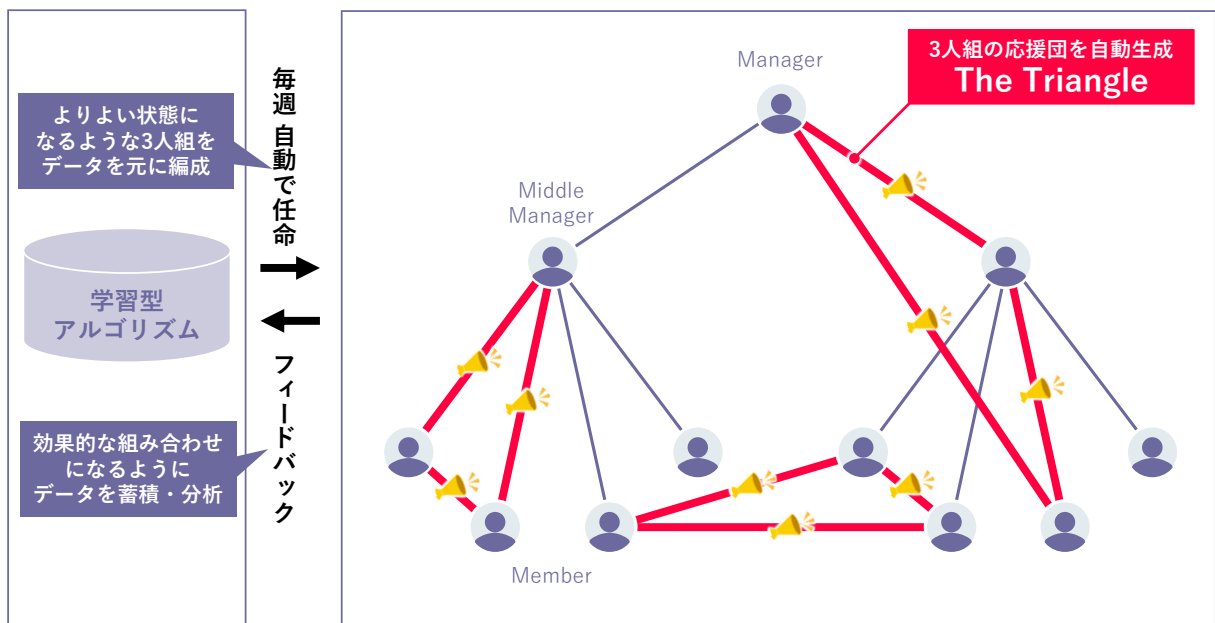
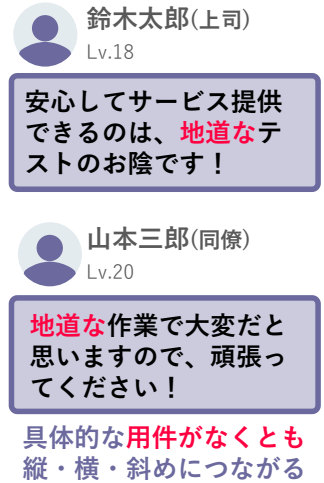


図1 コミュニケーションの「三角形のつながり」生成のための応援団自動生成機能

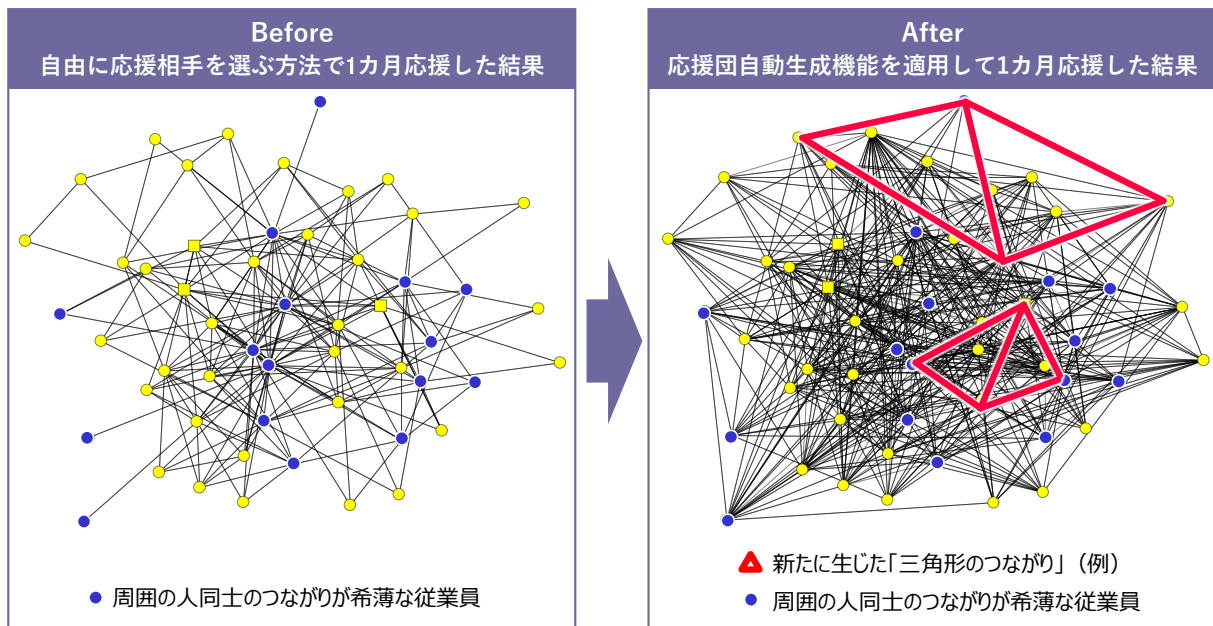


図 2 応援団自動生成機能によるつながりの構造の変化

*1 組織支援サービス「Happiness Planet Gym」について <https://happiness-planet.org/>

*2 Nature / Scientific Reports に掲載された、職場におけるうつ状態とコミュニケーション構造の関係性についての日立・ハピネスプラネット・東京工業大学の共同研究結果について <https://www.nature.com/articles/s41598-022-14366-9>(2022年6月17日オンライン掲載)

Lee, JH., Sato, N., Yano, K., Miyake, Y., Universal association between depressive symptoms and social-network structures in the workplace. Sci Rep 12, 10170 (2022).

■背景

コロナ禍をきっかけにリモートワークが普及した一方で、職場のコミュニケーションは社会課題となっています。メールや Web 会議によるコミュニケーションだけでは、横や斜めのつながりのない孤立した従業員が生まれやすいと言われており、これによるエンゲージメントやメンタルヘルスの低下、離職率の増加などが懸念されます。

そこでハピネスプラネットと日立は、東京工業大学の三宅美博教授の研究グループと共同で、業種や職種異なる 10 組織で働く 449 名に対して、コミュニケーションや身体運動、さらに、落ち込みやうつの兆候に関する質問紙調査(CES-D)^{*3}を行い、落ち込んだり、うつの兆候を見せる従業員の周囲のつながりの構造を分析しました。その結果、従業員がコミュニケーションをとっている相手の数や頻度は、うつの兆候とは相関が見られない一方で、その人がよく話をする相手 2 人が互いに話さない関係にあると、その従業員は落ち込んだり、うつの兆候が出やすくなることを発見しました。逆に、相手 2 人がよく話しコミュニケーションの「三角形のつながり」がある場合には、メンタル的に良好である傾向が明らかになりました。なおこの成果は 2022 年 6 月に英国科学誌「Nature / Scientific Reports」にも掲載されました^{*2}。

この研究成果を元に、ハピネスプラネットは職場の「三角形のつながり」の形成を促進するため、今回の検証に活用した「応援団自動生成機能」を盛り込んだ「Happiness Planet Gym」を開発しました。

*3 CES-D(Center for Epidemiologic Studies Depression Scale): 米国国立精神保健研究所が開発した調査方式。過去一週間の幸せ、集中、好調、希望、安眠、会話、とらわれ、食欲、憂うつ、労力、心配、孤独、悲しみなどに関する全 20 問の質問に回答し自己評価を行うもの。

■株式会社ハピネスプラネットについて

ハピネスプラネットは個人及び組織のハピネス向上を目的とする、ソフトウェア・サービスを提供しています。2020年7月に、幸せの見える化技術で新たな産業創生をめざす「出島」として株式会社日立製作所他を主要株主とし、資本金9億9千万円で設立しました。スマートフォンやウェアラブル端末を活用した職場の幸福感やコミュニケーションの計測・分析に関わる研究開発の成果に基づき、企業のミッション達成に向けて従業員が前向きに行動する組織づくりを支援する事業を推進しています。また、2022年度からはウェルビーイングに関するデータと科学的な知見を基盤に、従業員一人ひとりの前向きな心と心理的安全性を高めるSaaSサービス「Happiness Planet Gym」を展開しています。

詳しくは、ハピネスプラネットのウェブサイト(<https://happiness-planet.org/>)をご覧ください。

■日立製作所について

日立は、データとテクノロジーでサステナブルな社会を実現する社会イノベーション事業を推進しています。金融・官公庁・自治体・通信向けITサービスやお客さまのDXを支援する「デジタルシステム&サービス」、エネルギーや鉄道で脱炭素社会の実現に貢献する「グリーンエナジー&モビリティ」、産業流通、水インフラ、ヘルスケア、家電・空調システム、計測分析システム、ビルシステムなどの幅広い領域でプロダクトをデジタルでつなぐ「コネクティブインダストリーズ」と、自動車・二輪車の分野で先進技術を提供する「オートモティブシステム」の事業体制のもと、ITやOT(制御・運用技術)、プロダクトを活用するLumadaソリューションを通じてお客さまや社会の課題を解決します。グリーン、デジタル、イノベーションを原動力に、お客さまとの協創で成長をめざします。2021年度(2022年3月期)の連結売上収益は10兆2,646億円、2022年3月末時点で連結子会社は853社、全世界で約37万人の従業員を擁しています。

詳しくは、日立のウェブサイト(<https://www.hitachi.co.jp/>)をご覧ください。

■お問い合わせ先

株式会社ハピネスプラネット

問い合わせフォーム：<https://happiness-planet.org/contact/>

株式会社日立製作所 研究開発グループ

問い合わせフォーム：<https://www8.hitachi.co.jp/inquiry/hqrd/news/jp/form.jsp>

以上

このニュースリリース記載の情報(製品価格、製品仕様、サービスの内容、発売日、お問い合わせ先、URL 等)は、発表日現在の情報です。予告なしに変更され、検索日と情報が異なる可能性もありますので、あらかじめご了承ください。
