

ワーク・エンゲイジメント ②

ワーク・エンゲイジメントとは？

健康で生き活きと働くキーワードとして、健康経営でも注目されているのが「ワーク・エンゲイジメント」です。

本日の講師 慶應義塾大学総合政策学部・教授 島津明人 先生

2000年早稲田大学大学院文学研究科心理学専攻博士後期課程修了、博士(文学)。公認心理師、臨床心理士。早稲田大学助手、広島大学専任講師、同助教授、オランダ ユトレヒト大学客員研究員、東京大学准教授、北里大学教授を経て、2019年4月より、慶應義塾大学総合政策学部教授(現職)。専門は産業保健心理学、行動科学。主な著書に「新版ワーク・エンゲイジメント：ポジティブ・メンタルヘルスで活力ある毎日を」(労働調査会、2022年)など。



ワーク・エンゲイジメントの3つの要素

ワーク・エンゲイジメントが高い人は、3つがそろった状態で、バーンアウト(燃え尽き)の対概念として位置づけられています。

活力

仕事から活力を得て
いきいきとしている



熱意

仕事に誇りと
やりがいを感じている



没頭

仕事に熱心に
取り組んでいる



ワーク・エンゲイジメントと関連する概念との関係図



ワーカホリックな人は、仕事から離れると罪悪感や不安が高まるため、この不快な状態から逃れるために仕事をしています。

ワーカ
ホリズム

我慢型の努力

活動水準(高い)

健康経営で目指す領域

ワーク・
エンゲイジ
メント

夢中型の努力

ワーク・エンゲイジメントの高い人は、仕事に誇りとやりがいを感じ、主体的に取り組む、生き活きと働いています。仕事を肯定的に評価しているだけでなく、より主体的に関わり、生き活きと働く点が特徴です。

仕事への態度(否定的)



バーンアウトした人は、仕事でエネルギーを使い果たし、疲れ果て、仕事への熱意や自信が低下しています。

バーン
アウト

活動水準(低い)

職務
満足感

仕事への態度(肯定的)

職務満足感は、仕事への態度・認知が肯定的ですが、活動水準は必ずしも高くありません。



「健康経営」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

監修：慶應義塾大学総合政策学部・教授 島津明人 先生

お問合せ先・担当者



アクサ生命保険株式会社

〒108-8020 東京都港区白金1-17-3

TEL 03-6737-7777(代表)

www.axa.co.jp/