研究者のウェルビーイング
― 対人関係がパフォーマンスと精神健康に与える影響 ―
Well-being of Researcher: A Psychological Assessment of the Influence of Human Relationship in and out of Laboratory on Research Performance and Mental Health

有田恵（京都大学こころの未来研究センター　特定研究員）

【メンバー】

大石高典（京都大学こころの未来研究センター　特定研究員）
内田由紀子（京都大学こころの未来研究センター　助教）
平石界（京都大学こころの未来研究センター　助教）

【ねらいと目的】

若手研究者の多くが、後期青年期（20 代前半）から成人期前期（20 代後半～40 歳）といった発達心理学上重要な時期に、数年から場合によっては十年以上にわたる長期間を研究室という特異な環境で過ごす。この時期は、個人の生活史上において学位取得、就職、結婚と大きなライフイベントが集中する時期であり、研究に従事する個人は研究者として「生き残る」ために研究活動と私生活の間で生ずる様々な葛藤や困難を解決していかねばならない。研究者個人にとって、おそらくは最も身近な社会である研究室内の人間関係は、研究業績に代表される直接的な教育研究の成果だけではなく、心理的発達や人生観、人間観にも大きな影響を及ぼしていると考えられる。特に、女性研究者が結婚や出産と研究生活の継続との両立を求める上で、研究室内の対人関係は上記の葛藤解決において重要な要因となっているであろう。

研究者の幸福感を構成する重要な要素として、仕事における充実感と共に、他者との親密性が挙げられ、両者は互いに関係し合っている。研究活動の場である研究室は、しばしば疑似的な「家族」としてみなしうるほどの親密な人間関係を形成する。研究室における親密な人間関係は、心的サポートにもなりうるが、一方では差別やハラスメントを生みだす危険性もはらむ。さらには、研究者の恋愛や結婚にあたり、同僚研究者がパートナーとして選択される場合とそうでない場合でのパフォーマンスにも差異が見られるかもしれない。本研究では、大学院生が研究室というネットワーク資源を研究面、私生活面でどのように活用することが幸福感と研究業績向上に貢献しているのかについて、男女の違いや共通性等を量的・質的に明らかにする。

【活動の記録】

2008 年 10 月
　調査内容の決定
11 月
　予備調査紙の作成
12 月
　予備調査紙配布（12 月 17 日～12 月 31 日まで）

2009 年 1 月

予備調査データ分析

2 月

予備調査インタビュー（2 月 13 日）の実施及び本調査紙作成、本調査紙配布

3 月

本調査インタビュー（3 月 25 日・3 月 31 日）

【成果の概要】

本年度は、主に「研究室内の対人関係と幸福感」という観点から予備調査を行った。若手研究者を対象に質問紙調査を行い、【自尊心、幸福度、研究上の価値観や理想の研究者像、ワークバランス、性格特性、研究室の人数構成や被験者の家族構成】の各項目について、複数部局に在籍する計 36 名から回答を得た。また、研究室における人間関係の実態についてグループインタビューを行い、個別事例の検討を行った。質問紙調査からは、1）業績数が必ずしも若手研究者の自尊心につながらないこと、2）個人研究だけ、共同研究だけに偏らないことが、感情状態に良い影響を持つこと、3）配偶者などのパートナーの存在がポジティブな感情を呼び起こす傾向があること、その傾向は女性研究者でより顕著であることなどが示唆された。特定の他者との「親密」な関係の形成が研究者の感情生活に重要な意味を持つことは、生涯発達心理学の観点からも首肯できる。グループインタビューの参加者らは、研究室において必ずしも「親密」な関係を築いているわけではなく、むしろ、奨学金獲得や就職、博士号取得に大きく関係する研究指導を介しての指導教官との対人関係が、若手研究者の研究室への関与のあり方や精神健康に大きな影響を与えていることが示唆された。例えば、指導教官以外の教官や研究者との連携や交流をとり易い環境にいる研究者に比べ、指導教官や上司との一対一の関係以外に交流の少ない環境にいる若手研究者は、指導教官以外の研究室構成員と、研究上の悩みを共有することが困難であったり、「親密」な人間関係を結びにくいことを指摘していた。今後は、調査対象者数を増やすとともに、直接観察や個別事例の社会学的分析など多角的な研究手法を取り入れて研究者の幸福感の実態について明らかにしていきたい。