

# はたらく人の幸せ／不幸せ診断

Well-Being At Work Scale (WaW77)

## 回答方法

7件法（1. 全くそう思わない 2. そう思わない 3. どちらかというと思わない  
4. どちらでもない 5. どちらかというと思おう 6. そう思う 7. とても思う）

## はたらく人の幸せ診断(短縮版:21項目)

因子名称 (通称)	概念定義	下位尺度項目
自己成長 (新たな学び)	仕事を通じて、未知な事象に対峙して新たな学びを得たり能力の高まりを期待することができる状態	私は、仕事を通じてやりたかった事を実現できそうだと思う
		私は、仕事で好奇心がくすぐられることがある
		私は、仕事を通じて知識・スキル面での成長を感じる
リフレッシュ (ほっとひと息)	仕事を一時的に離れて精神的・身体的にも英気を養うことができたり、私生活が安定している状態	私は、仕事の身体的な消耗から回復することができる
		私は、仕事の精神的な消耗から回復することができる
		私は、プライベートなことに気を揉むことなく仕事ができている
チームワーク (ともに歩む)	仕事の目的を共有し、相互に励まし・助け合える仲間とのつながりを感じる状態	私には、相互に励まし、助け合える仕事仲間がいる
		私は、仕事仲間との一体感を感じている
		私は、仕事仲間と目的を共有している
役割認識 (自分ゴト)	自分の仕事にポジティブな意味を見いだしており、自分なりの役割を能動的に担っている実感が得られている状態	私は、責任感を持って仕事をしている
		私は、職場で自分なりの役割を担っている
		私は、主体的に仕事に取り組んでいる
他者承認 (見てもらえてる)	自分や自分の仕事は周りから関心を持たれ、好ましい評価を受けていると思えている状態	私は、仕事で同僚から高い評価やよい評判を得ている
		私は、仕事で上司から高い評価やよい評判を得ている
		私の仕事は、周囲から関心を持たれている
他者貢献 (誰かのため)	仕事を通じて関わる他者や社会にとって、良い影響を与え、役に立っていると思えている状態	私は、仕事で関わる他者の成長を感じることができる
		私は、仕事を通じて、他者を喜ばせている
		私は、仕事を通じて、社会へ貢献している実感がある
自己裁量 (マイペース)	仕事で自分の考えや意見を述べることができ、自分の意志やペースで計画・遂行する事ができている状態	私は、仕事を自分の裁量で進められている
		私は、仕事の計画を自分で立てて進めることができる
		私は、仕事で自分自身の考えや意見を表現できている

# はたらく人の不幸せ診断(短縮版:21項目)

因子名称 (通称)	概念定義	下位尺度項目
自己抑圧 (自分なんて)	仕事での能力不足を感じ、自信がなく停滞している。また、自分の強みを活かす事を抑制されていると感じている状態	私は、仕事で成果を出す自信がない
		私は、仕事をどのように習熟していいのかわからない
		私は、自分の強みを仕事に活かせていない
理不尽 (ハラスメント)	仕事で他者から理不尽な要求をされたり、一方的に仕事を押し付けられたりする。また、そのような仲間の姿をよく見聞きする状態	私は、上位者から理不尽な要求をされることもある
		私は、職場で他者への暴言や叱責をよく耳にする
		私は、上司や同僚から一方的に仕事を押しつけられる
不快空間 (環境イヤイヤ)	職場環境において、視覚や嗅覚など体感的に不快を感じている状態	私の職場は、汚れていて不衛生だと感じる
		私の職場は、嫌なにおいがする
		私の職場は、無機質で冷たい感じがする
オーバーワーク (ヘトヘト)	私的な時間を断念せざるを得ない程に仕事に追われ、精神的・身体的に過度なストレスを受けている状態	私は、仕事で時間に追い立てられていると感じる
		私は、仕事のために私的な時間を断念することが多い
		私は、仕事で他者から追い立てられていると感じる
協働不全 (職場バラバラ)	職場内でメンバー同士が非協力的であったり、自分の足を引っ張られていると感じている状態	私の職場のメンバーは、協力し合って仕事を進めようとしていない
		私の職場では、特定の人の意見が押し通される
		私は、職場のメンバーに足を引っ張られているように感じる
疎外感 (ひとりぼっち)	同僚や上司とのコミュニケーションにおいてすれ違いを感じ、職場での孤立を感じている状態	私は、職場に気の合う仲間がいない
		私は、同僚と意思疎通できていないと感じる
		私は、上司と意思疎通できていないと感じる
評価不満 (報われない)	自分の努力は正当に評価されない、努力に見合わないと感じている状態	現在の収入は、私の努力に見合っていないと思う
		私は、自分の努力が正当に評価されていないと感じる
		私の仕事での努力は、報われないと思う

和名総称：はたらく人の幸せ／不幸せ診断 英名総称：Well-Being At Work Scale 略称表記：WaW77

## 使用方法

- 学術目的での使用、個人での使用、自組織内に限る使用は「無償」で使用いただけます
- 商用目的で使用される場合はパーソル総合研究所にご相談ください
- 使用目的を問わず、尺度使用時には以下の引用を明記するようお願いいたします（和文表記又は英文表記）
  - ・ 和文表記：「パーソル総合研究所・慶應義塾大学前野隆司研究室」（略称「パーソル総合研究所+慶大前野研究室」でも可）
  - ・ 英文表記：「PERSOL REREARCH AND CONSULTING CO.,LTD & Takashi Maeno, Keio University」

## お問い合わせ先

株式会社パーソル総合研究所

mail : thinktank-rc@persol.co.jp HP : <https://rc.persol-group.co.jp/>