本ペーパーの掲載情報は、ウェルココWebサイト掲載情報と一部内容が異なる場合があります。

24時間・土日祝・全国対応　アドバンテッジ カウンセリング

株式会社アドバンテッジリスクマネジメント

24時間いつでも心理専門家による相談対応が可能です(年末年始を除く)。

https://www.armg.jp/mhlw/toughness-counseling/

サービス分類・提供内容（選択式）			サービス概要・特徴（500文字以内）
体制・業務構築支援	産業保健体制構築支援		「安心して心のケアやトレーニングを任せられる相談窓口が欲しい。」そんな人事の皆様のお悩みを解決する相談窓口サービスが「アドバンテッジ タフネスカウンセリング」です。 ストレスチェック制度義務化以前より、長くご愛顧いただいているストレスチェックサービス「アドバンテッジ タフネス」内で利用可能なカウンセリングサービスを、そのまま単独でご利用いただけます。24時間いつでも心理専門家による相談対応が可能で、従業員の皆様の万が一の「心の緊急時」への対応も安心してお任せいただけます。メンタル不調予防の対応だけでなく、心を強くする、心をしなやかにするためのメンタルトレーニングも対応していますので、一部の方だけでなくご家族を含め多くのみなさまにご活用いただけるサービスとなっています。まずはお気軽にお問合せください。
	健康経営推進支援		
	ストレスチェック制度対応支援		
	ハラスメント対策支援	○	
	過重労働対策支援		
	復職支援に係る体制・業務構築支援		
	人事・労務向けアドバイザリー	○	
調査・分析支援（人的支援）			
現状把握・分析システム	ストレスチェックシステム		
	パルスサーベイ・従業員意識調査		
	健康・労務データ統合分析システム		
組織づくり・職場環境改善	組織開発コンサルティング		
	管理職向け研修		
	従業員向け研修		
管理職向け個別支援		○	
従業員支援	相談窓口・カウンセリング	○	
	セルフケア研修		
	セルフケア支援アプリ		
	復職支援	○	

期待される効果		根拠の詳細		
【凡例*】◎:実証評価>○:導入企業の評価>●:理論的裏付け		導入企業の評価	理論的裏付け	実証評価
基盤整備	1. 法制度対応			–
	2. 制度・施策体系の整理			–
	3. 人事・産業保健業務の効率化・負担減			–
	4. 組織状況の把握			–
取組の普及・浸透	5. サーベイ受検率向上			
	6. 相談窓口の利用率・認知率向上			◎
	7. プログラムへの参加率・利用率向上			
	8. 不調の早期発見・対応		●	
	9. ヘルスリテラシー・意識向上			
	10. 仕事のストレス要因低減		●	◎
	11. 心理的安全性・上司のサポート力向上		●	
	12. 周囲のサポート力向上			
心の健康・業務パフォーマンス	13. 生活習慣の改善			
	14. 健康状態・心理指標改善		●	◎
	15. アブセンティーイズム改善			
	16. プレゼンティーイズム改善			
	17. ワーク・エンゲイジメント向上		●	
	18. 従業員エンゲージメント向上		●	
	19. 労務指標改善（離職率、残業時間等）			

*ウェルココ上で掲載される際に複数の根拠がある場合は、凡例の優先順で表示されます。

導入企業の評価（500字以内）

理論的裏付け（500字以内）

・カウンセリングでの介入手法はエビデンスベーストである認知行動療法（その流れより派生したACT、マインドフルネス含む）を第一選択としております。認知行動療法はプレゼンティイズムやアブセンティイズムが改善される研究も多数発表されております。
・認知行動療法で介入したカウンセリングの初回と終結回でメンタルタフネス度を取得し、その比較でカウンセリングの効果を確認しています。
・定期的なご契約企業様へのインタビューや、相談者に向けたカウンセリング後に実施する満足度アンケートの結果も効果を確認するための使用しています。

実証評価

学術介入の有無	エビデンスの水準
学術研究機関等による科学的な効果検証	単純前後比較などの準実験的研究（介入研究）

（学術介入有りの場合）氏名・所属・専門、掲載文献・発表した学会・演目名（500字以内）

■カウンセリングにおける効果検証実施や学会発表
・【日本産業ストレス学会：産業ストレス研究】労働者に対するストレス介入方法の有効性の検討の試みⅠ、
・【日本キャリア・カウンセリング学会】認知行動療法を用いた短期解決型カウンセリングの効果と今後の課題）
・【日本キャリア・カウンセリング学会】「新型コロナウイルス感染症の流行後期における短期解決志向型カウンセリングの効果と今後の課題について」
■その他EAP事業者としてのカウンセリング介入状況に関する発表
・【日本産業ストレス学会】コロナ禍におけるストレスに対するEAPとしてのアプローチの検討
・【日本産業ストレス学会】コロナ禍におけるストレスに対するEAPとしてのアプローチの検討Ⅱ

実証評価の結果概要（500字以内）

カウンセリングの効果検証として量的な検証をしておりますが、ストレス反応、エンゲージメントに効果が考えられる認知傾向（「認知的1次評価として、対処可能と評価する認知」）や対処行動（「事象を再評価する認知的行動」、「相談行動」）に変容が生まれ、また、ストレス要因（仕事の難しさ、職場の安全性）についても良化する可能性が示唆されております。

24時間・土日祝・全国対応　アドバンテッジ カウンセリング

株式会社アドバンテッジリスクマネジメント

様式4 理論的裏付け

該当する効果		
基盤整備	1. 法制度対応	
	2. 制度・施策体系の整理	
	3. 人事・産業保健業務の効率化・負担減	
	4. 組織状況の把握	
取組の普及・浸透	5. サーベイ受検率向上	
	6. 相談窓口の利用率・認知率向上	
	7. プログラムへの参加率・利用率向上	
	8. 不調の早期発見・対応	○
	9. ヘルスリテラシー・意識向上	
	10. 仕事のストレス要因低減	○
	11. 心理的安全性・上司のサポート力向上	○
	12. 周囲のサポート力向上	
心の健康・業務パフォーマンス	13. 生活習慣の改善	
	14. 健康状態・心理指標改善	○
	15. アブセンティーイズム改善	
	16. プレゼンティーイズム改善	
	17. ワーク・エンゲイジメント向上	○
	18. 従業員エンゲージメント向上	○
	19. 労務指標改善（離職率、残業時間等）	

採用する理論的枠組みの概要　※「該当する効果」との対応がわかるよう（ ）内に効果のNoを付記する

・カウンセリングでの介入手法はエビデンスベーストである認知行動療法（その流れより派生したACT、マインドフルネス含む）を第一選択としております。認知行動療法はプレゼンティイズムやアブセンティイズムが改善される研究も多数発表されております。
・認知行動療法で介入したカウンセリングの初回と終結回でメンタルタフネス度を取得し、その比較でカウンセリングの効果を確認しています。
・定期的なご契約企業様へのインタビューや、相談者に向けたカウンセリング後に実施する満足度アンケートの結果も効果を確認するための使用しています。（No10.14.17）

理論的枠組みの活用方法

認知行動療法は、主に、うつ病や不安障害の治療に用いられてきた高い改善効果を有するとされる心理療法の一つであり、現在では教育やビジネス、スポーツなど多岐にわたる分野でも活用されています。
アドバンテッジカウンセリングにおいては、対人コミュニケーションの向上、職場のストレス低減、ストレス対処(セルフケア)、メンタルヘルス対策(休復職者支援)、ハラスメント行動変容、傾聴力向上、禁煙プログラム等の設計と運用にあたり、認知行動療法の基礎理論および同療法で用いられる各種の技法を全面的に活用しています。

名称：認知行動療法
提唱者：アーロン・T・ベック（Aaron T Beck）
掲載文献等：
Beck, A. T., Rush, J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979).
Cognitive therapy of depression. New York: Guilford Press.
（ベック, A. T., ラッシュ, J ., ショウ, B. F., エメリー, G. 坂野 雄二（監訳）神村 栄一・清水 里美・前田 基成（共訳）（2007）．うつ病の認知療法 岩崎学術出版社）

24時間・土日祝・全国対応　アドバンテッジ カウンセリング

株式会社アドバンテッジリスクマネジメント

様式5 実証評価

実証デザイン	介入・観察対象	企業で働く従業員とその家族
	介入・要因	・データ取得期間　：2021年6月21日～10月31日(中期：コロナ禍2年目) ・1回50分の対面予約カウンセリング、オンライン予約カウンセリング、電話予約カウンセリングにおいて、初回(1回目)と終結回(およそ5回～6回目)にアンケートを実施した。なお、体調が著しく悪いクライエントについてはカウンセラー判断で除外した。
	比較対象	設定なし
	アウトカム	・当社ストレスチェックより、ストレス原因指標30項目 ・当社ストレスチェックより、メンタルタフネス度指標29項目
	エビデンスの水準	単純前後比較などの準実験的研究（介入研究）
学術介入	学術介入の有無	学術研究機関等による科学的な効果検証
	（学術介入有りの場合） 氏名・所属・専門、掲載文献・発表した学会・演目名	鈴木潤也(「人」ソリューション部・公認心理師/臨床心理士) 日本キャリア・カウンセリング学会第26回大会 「認知行動療法を用いた短期解決型カウンセリングの効果と今後の課題」

該当する効果		
取組の普及・浸透	5. サーベイ受検率向上	
	6. 相談窓口の利用率・認知率向上	○
	7. プログラムへの参加率・利用率向上	
	8. 不調の早期発見・対応	
	9. ヘルスリテラシー・意識向上	
	10. 仕事のストレス要因低減	
	11. 心理的安全性・上司のサポート力向上	
	12. 周囲のサポート力向上	
心の健康・業務パフォーマンス	13. 生活習慣の改善	
	14. 健康状態・心理指標改善	○
	15. アブセンティーイズム改善	
	16. プレゼンティーイズム改善	
	17. ワーク・エンゲイジメント向上	
	18. 従業員エンゲージメント向上	
	19. 労務指標改善（離職率、残業時間等）	

実証結果

・有効回答数　：14名。Preテスト/Postテスト計7データ。
・男女比　：男性7名、女性7名
・結果　：
ストレス原因指標においては、偏差値が41.9から45.2へ3.3ポイント上昇した。また、メンタルタフネス度指標においては、偏差値が40.5から47.1へ6.6ポイント上昇した。さらにそれぞれのPreテスト/Postテストのアンケート結果に対して、差が有るかどうかを調べるために対応のあるt検定を行ったところ、ストレス原因指標においては仕事の難しさ(t(13)=2.69，p=.018)と職場の安全性(t(13)=3.42，p=.004)において、有意な差が得られた。 またメンタルタフネス度指標においては、対処できる思考(t(13)=2.41，p=.031)、相談行動(t(13)=2.92，p=.011)、物事を重く受け止める傾向(t(13)=2.47，p=.027)において、有意な差が得られた。

24時間・土日祝・全国対応　アドバンテッジ カウンセリング

株式会社アドバンテッジリスクマネジメント

様式5 実証評価

実証デザイン	介入・観察対象	企業で働く従業員とその家族
	介入・要因	・データ取得期間：2022年1月1日～2024年12月31日 ・・1回50分の対面予約カウンセリング、オンライン予約カウンセリング、電話予約カウンセリングにおいて、初回(1回目)と終結回(およそ5回～6回目)にアンケートを実施した。なお、体調が著しく悪いクライエントについてはカウンセラー判断で除外した。
	比較対象	設定なし
	アウトカム	・当社ストレスチェックより、ストレス原因指標31項目 ・当社ストレスチェックより、メンタルタフネス度指標29項目
	エビデンスの水準	単純前後比較などの準実験的研究（介入研究）
学術介入	学術介入の有無	学術研究機関等による科学的な効果検証
	（学術介入有りの場合） 氏名・所属・専門、掲載文献・発表した学会・演目名	西村有美香(「人」ソリューション部・公認心理師/臨床心理士) 日本キャリア・カウンセリング学会　第30回大会 「新型コロナウイルス感染症の流行後期における短期解決志向型カウンセリングの効果と今後の課題について」

該当する効果		
取組の普及・浸透	5. サーベイ受検率向上	
	6. 相談窓口の利用率・認知率向上	○
	7. プログラムへの参加率・利用率向上	
	8. 不調の早期発見・対応	
	9. ヘルスリテラシー・意識向上	
	10. 仕事のストレス要因低減	○
	11. 心理的安全性・上司のサポート力向上	
	12. 周囲のサポート力向上	
心の健康・業務パフォーマンス	13. 生活習慣の改善	
	14. 健康状態・心理指標改善	○
	15. アブセンティーイズム改善	
	16. プレゼンティーイズム改善	
	17. ワーク・エンゲイジメント向上	
	18. 従業員エンゲージメント向上	
	19. 労務指標改善（離職率、残業時間等）	

実証結果

有効回答数　：１１名。Preテスト/Postテスト１１７データ。
男女比　：男性８名、女性３名
結果　：
・ストレス原因指標においては、、偏差値が38.9→39.7（0.8上昇）へ、メンタルタフネス度指標においては、偏差値が37.5→41.0（3.6上昇）とそれぞれ上昇した。
また、それぞれのPreテスト／Postテストのアンケートのアンケート結果に対して、差が有るかどうかを調べるために対応のあるt検定を行ったところ、ストレス原因指標においては仕事の難しさ(t(11)=2.69，p=.018) と職場の安全性(t(11)=3.42，p=.004) が、メンタルタフネス度指標においては仕事への自信(t(11)=2.04，p=.03) と対処できる思考(t(11)=2.79，p=.009) において優位な差が得られた。