

主観的生産性尺度

(Subjective Productivity Scale: SPS)

2024 年 10 月 25 日

NECソリューションイノベータ株式会社 イノベーションラボトリ

本尺度のご使用について

研究目的でのご使用につきましては、下記文献を引用して頂ければ、事前連絡は必要ありません。
なお、同文献において本尺度の信頼性と妥当性が確認されております。

<文献>

市川 玲子・鈴木 美穂・谷沢 典子・秋富 穰(2024). 就業者個人の生産性の高さを測定する尺度の開発
心理学研究, 95(4), 232-241. <https://doi.org/10.4992/jjpsy.95.22225>

商用利用につきましては、下記連絡先にお問い合わせください。

<問い合わせ先>

bt-design-contact@nes.jp.nec.com（担当:市川・秋富）

測定内容

「就業者個人が能力を有効に発揮できている状態」を五つの側面から自己評価するための尺度です。各下位尺度の測定内容は以下の通りです。

下位尺度名	測定内容
仕事のパフォーマンス	労働遂行能力に関する自己評価
仕事仲間との関係の良さ	職場交流活動における関係性の良好さや有意義な同僚関係
余裕のなさ	多忙によって生じる疲弊状態や、仕事に関する認知や感情によって心理的資源が枯渇した状態
プライベートの充実感	仕事から離れた状態で経験する充実感や安定感
経済的満足	自分の現在の経済状態に対する全般的な満足度

（市川・鈴木・谷沢・秋富(2024)より作成）

得点化

下位尺度ごとに項目平均値を算出し、各下位尺度得点とします。

教示文

「ここ1ヶ月間のあなたの状態について、それぞれあてはまる選択肢を一つずつ選んでください。」

項目一覧(全項目版)

	項目文	まったく あてはま らない	あまり あてはま らない	どちらとも いえない	すこし あてはまる	とても あてはまる
「仕事のパフォーマンス」下位尺度						
1	一定時間内により多くの仕事をこなすことができる	1	2	3	4	5
2	仕事を効率よくこなすことができている	1	2	3	4	5
3	仕事のパフォーマンスが高い	1	2	3	4	5
4	要領よく仕事をこなしている	1	2	3	4	5
5	難易度の高い業務もこなすことができている	1	2	3	4	5
6	仕事を丁寧にならしている	1	2	3	4	5
7	自分の仕事の出来に満足できている	1	2	3	4	5
8	仕事に集中できている	1	2	3	4	5
9	メリハリをつけて仕事をする事ができる	1	2	3	4	5
10	計画的かつ余裕のあるスケジュールで業務を進める事ができている	1	2	3	4	5
「仕事仲間との関係の良さ」下位尺度						
11	仕事仲間と協力・団結できている	1	2	3	4	5
12	仕事仲間とのコミュニケーションを多くとれている	1	2	3	4	5
13	仕事仲間との関係が希薄である (R)	5	4	3	2	1
14	仕事仲間と積極的に関わろうとしている	1	2	3	4	5
15	仕事仲間と互いに信頼し合っている	1	2	3	4	5
「余裕のなさ」下位尺度						
16	十分な休息をとる余裕がない	1	2	3	4	5
17	疲労がたまりやすく、休息を必要とする日が多い	1	2	3	4	5
18	心理的に負荷が高く、ストレスが多い	1	2	3	4	5
19	自分の健康に気が回らない	1	2	3	4	5
20	常に緊張している	1	2	3	4	5
21	仕事が忙しく、プライベートに支障が出ている	1	2	3	4	5
22	頭が混乱し、考えがまとまらない	1	2	3	4	5
23	眠りが浅いなど、睡眠に問題がある	1	2	3	4	5
24	身体に何らかの不調が生じている	1	2	3	4	5
「プライベートの充実感」下位尺度						
25	プライベートが充実している	1	2	3	4	5
26	プライベートでやりたいことに没頭できている	1	2	3	4	5
27	プライベートの付き合いが充実している	1	2	3	4	5
28	プライベートの活動に積極的である	1	2	3	4	5
29	プライベートの時間を多く持っている	1	2	3	4	5
30	家族や友人と過ごす時間を十分に持っている	1	2	3	4	5
31	仕事とプライベートのバランスがとれている	1	2	3	4	5
32	プライベートに問題がない	1	2	3	4	5
33	幸福感が高い	1	2	3	4	5
「経済的満足」下位尺度						
34	金銭的・経済的に余裕がある	1	2	3	4	5
35	金銭的・経済的に余裕がない (R)	5	4	3	2	1
36	自由に使えるお金が十分にある	1	2	3	4	5
37	収入と支出のバランスが取れている	1	2	3	4	5
38	貯蓄の管理ができている	1	2	3	4	5

注) (R)は逆転項目を表します。項目提示順は、全下位尺度を含めてランダム化してください。

項目一覧(短縮版)

	項目文	まったく あてはま らない	あまり あてはま らない	どちらとも いえない	すこし あてはまる	とても あてはまる
「仕事のパフォーマンス」下位尺度						
1	仕事を効率よくこなすことができる	1	2	3	4	5
2	仕事のパフォーマンスが高い	1	2	3	4	5
3	難易度の高い業務もこなすことができる	1	2	3	4	5
4	仕事を丁寧にこなせている	1	2	3	4	5
「仕事仲間との関係の良さ」下位尺度						
5	仕事仲間と協力・団結できている	1	2	3	4	5
6	仕事仲間とのコミュニケーションを多くとれている	1	2	3	4	5
7	仕事仲間との関係が希薄である (R)	5	4	3	2	1
8	仕事仲間積極的に関わろうとしている	1	2	3	4	5
「余裕のなさ」下位尺度						
9	十分な休息をとる余裕がない	1	2	3	4	5
10	疲労がたまりやすく、休息を必要とする日が多い	1	2	3	4	5
11	心理的に負荷が高く、ストレスが多い	1	2	3	4	5
12	自分の健康に気が回らない	1	2	3	4	5
「プライベートの充実感」下位尺度						
13	プライベートが充実している	1	2	3	4	5
14	プライベートの付き合いが充実している	1	2	3	4	5
15	仕事とプライベートのバランスがとれている	1	2	3	4	5
16	プライベートに問題がない	1	2	3	4	5
「経済的満足」下位尺度						
17	金銭的・経済的に余裕がある	1	2	3	4	5
18	金銭的・経済的に余裕がない (R)	5	4	3	2	1
19	収入と支出のバランスが取れている	1	2	3	4	5
20	貯蓄の管理ができている	1	2	3	4	5

注) (R)は逆転項目を表します。項目提示順は、全下位尺度を含めてランダム化してください。