



HOKKAIDO UNIVERSITY

Title	若年者における失業体験が精神的健康に及ぼす影響 [全文の要約]
Author(s)	鬼頭, 愛子
Description	この博士論文全文の閲覧方法については、以下のサイトをご参照ください。 配架番号 : 2202 https://www.lib.hokudai.ac.jp/dissertations/copy-guides/
Degree Grantor	北海道大学
Degree Name	博士(医学)
Dissertation Number	甲第12098号
Issue Date	2016-03-24
Doc URL	https://hdl.handle.net/2115/61782
Type	doctoral thesis
File Information	Aiko_Kito_summary.pdf



学 位 論 文（要約）

若年者における失業体験が精神的健康に及ぼす影響

**(An exploration of the effects of unemployment
experiences on the mental health of young people)**

2 0 1 6 年 3 月

北 海 道 大 学

鬼 頭 愛 子

1. 緒言

労働は、個人の健康と成長にとって重要な活動である。労働は、個人に対して、経済的安定だけでなく、意義のある生活を提供してくれる^{1,2}。しかし、新自由主義や市場原理主義の台頭、経済不況などにより、労働者を取りまく近年の環境は大きく変化し、様々な問題が生じている。特に、若年者の失業が世界的な社会問題となっており、社会的排除の問題としても深刻化している³。失業は、個人の健康と健康にかかわる行動にさまざまな影響を及ぼすことが報告されている⁴⁻⁷。若年者にとっては、特に、精神的健康が発達の側面に影響を与えることが予想されるため⁸、若年失業者の失業と精神的健康に着目した研究を実施することは重要である。

失業者の精神的健康に関して、これまでに様々な理論が提唱され、研究がおこなわれてきた。例えば、古典的な研究理論のひとつに、Jahoda⁹の機能的アプローチがある。Jahoda⁹は、就労が、金銭的報酬を得るという顕在的機能だけでなく、①日常生活の時間の構造と枠組み、②社会的接触、③個人を超えた集合的な目標・目的の共有、④社会的地位、⑤活動のような潜在的な機能を提供しているとしている。そして、失業中は、就労の顕在的機能だけでなく、潜在的機能が喪失されるため、精神的健康が低下するとしている。また、Warr¹⁰は、ビタミンモデルを提唱し、精神的健康の保持増進に必要な仕事にかかわる9つの要因(①コントロールする機会、②スキルを使う機会、③外的な目標、④多様性、⑤環境の明確さ、⑥経済的ゆとり、⑦身体的安全性、⑧対人接触の機会、⑨価値のある社会的地位)をあげた。Warr¹⁰のビタミンモデルは、就労していれば健康で、失業していれば不健康である、あるいは、すべての外的環境が整っていれば良いと考えるのではなく、各々の要因の全体のバランスが重要であるとしている。

その後も、近年にかけて、失業と精神的健康に関するさまざまな研究が行われ、それらの研究をまとめたレビュー論文が執筆されている^{4,11-14}。しかし、先行研究には、いくつかの限界がある。まず、若年者を対象とした失業と精神的健康に関する先行研究は、欧米社会で実施されている。また、失業は、基本属性のひとつとしてとらえられており、若年者の失業体験の深い考察がなされていない。さらに、精神的健康が、単に精神障害や精神症状がない状態としてとらえられ、量的に評価されている。World Health Organization (WHO)¹⁵によると、精神的に健康な状態というのは、単に精神障害や症状がないというだけでなく、個人が自己実現したり、日常生活にかかわるストレスに対処し、生産的に働き、地域社会へ貢献ができる状態と

している。この定義をふまえると、個人の精神的健康は、単に、精神障害や精神症状がないというだけでなく、個々が直面している生活状況を考慮しながら検討され、理解されるものと考えられる。

日本の若年者を取り巻く失業と労働の状況について概観すると、15-34歳の若年者の失業率は、全世代の平均失業率と比較して高い（順に、6.3%, 4.3%, 2012年度）¹⁶。また、全労働者にしめる非正規労働者の割合は高く、特に、若年者の間では近年増加している¹⁷。非正規雇用は、不安定雇用、低賃金、キャリア開発の機会の減少のような問題を伴う。日本では、若年労働者もストレスにさらされる傾向がある^{18,19}。さらに、日本における若年失業者への支援（教育訓練、失業保険等）は十分でないことが指摘されている^{20,21}。

以上のことから、本研究では、日本の若年失業者における失業するという体験と精神的健康について探索的に検討することを目的とした。具体的には、①日本の若年失業者は、失業するという体験をどのように語るのか、②近年の日本の社会文化的文脈のなかで、失業するという体験は、精神的健康にどのように影響しているのか、の2点について検討した。

なお、日本の若年失業者の失業体験をより深く探究するため、本研究では、質的研究法を採用した。また、先行研究の限界を補うため、研究の理論的枠組みとして、本研究では社会構成主義²²⁻²⁴を採用した。社会構成主義では、社会文化的文脈を強調し、個人の意味世界の理解と認識が、文化や社会的文脈により形成されていることを想定している²³。本研究では、社会構成主義をより幅広く解釈し、採用している。

2. 方法

本研究では、質的データを収集するために、個別の半構造化インタビューを採用した。この方法を選択した理由としては、インタビューでは、出来事を外側から観察しているだけでは分からない、対象者の主観的意味世界を明らかにすることができるからである²³。また、調査を開始する前に、筆者自身の日本の若年者の精神的健康と失業に関するバイアスを確認し、適切に扱うために、ブラケットिंग²⁵を実施した。

2.1. 調査場所と調査対象者

本研究は、日本国内のA市にある、求職者を支援する関係機関3か所の協

力を得て実施された。調査期間における調査対象地域の若年者の失業率は、日本の若年者の平均失業率と比較して、高かった（順に、7.1%、6.3%）¹⁶。また、調査期間における調査対象地域の有効求人倍率は、日本の平均と比較して低かった（順に、0.59, 0.80）²⁶。調査対象者は、2012年10月から2013年1月にかけて、調査協力が得られた関係機関3か所のいずれかを利用して、いる者のなかから、スノーボールサンプリングを含む有意サンプリングにより抽出された。調査対象者の選択基準は、①年齢が18-34歳である、②就業者でない、③就職する意思がある、④学生（大学生、専門学校生）でない、であった。本研究に関する調査案内資料を施設内の掲示板に設置し、若年失業者に対して配布した。調査対象者のリクルートは、新たなデータが抽出されなくなるまで継続した。最終的に、25名の調査対象者が本研究に参加した。

2.2. 調査手続き

プライバシーが保護される個室にて、個別の半構造化インタビューを実施した。インタビューの回数は、各調査対象者につき1回、インタビューの所要時間は、1人あたり、41-151分（平均77分）であった。すべてのインタビューは、予備調査を経て改訂されたインタビューガイド（テーマリスト）を用いて、筆者により実施された。インタビューのテーマリストは、①学校卒業後から現在にいたるまでの仕事や求職活動の経緯、②求職中の生活と健康、③求職者に対する支援、④今後の求職活動、⑤調査対象者の基本属性であった。インタビューの内容は、すべて、調査対象者承諾の上、ICレコーダーおよび筆記による記録を行った。本研究は、北海道大学医学研究科医の倫理委員会の承認を得て実施された。

2.3. 分析方法

分析方法は、テーマ分析²⁷を採用した。データ分析は、以下の手順で実施した。まず、逐語記録を何度も読み返して、最初の印象や考えをメモに書きとめた。次に、データの興味深い特徴をコーディングした。その後、研究設問に関連したデータについて他の研究者と議論し、抽出した。そして、それぞれのテーマ候補に関係するデータをすべて集めた。作成したテーマをさらに検討し、修正した。テーマが、抽出したコードやデータ全体をうまく説明できるものであるかどうかを確かめた。テーマを決め、言葉で表現した。そして、これらのテーマをさらに検討し、定義が明確で表現が的確になるよう

分析を続けた。研究の信用性を確保するため、分析過程のなかで、質的研究に造詣が深い研究者のスーパーヴィジョンを受けた。また、専門家を交えた研究会を開き、結果について議論し、確認した。これらの議論に基づき、テーマを見直し、修正した。

3. 結果

3.1. 調査対象者の特徴

調査対象者は、男性 10 名、女性 15 名であった。調査対象者の年齢の中央値は 27 歳、範囲は 19-34 歳であった。失業期間の中央値は 3.5 か月で、範囲は 3 日-24 か月であった。前職の雇用形態に関しては、6 名の調査対象者が正規労働者として働き、19 名の調査対象者が、非正規労働者として働いていた。23 名の調査対象者が、家族もしくはパートナーと同居しており、2 名の調査対象者がひとり暮らしをしていた。11 名の調査対象者が失業保険を受給していたが、失業保険を受給していない者でも、本研究の調査対象者はすべて家族やパートナーから経済的支援を受けていた。病歴については、調査期間中に 5 名の調査対象者が治療を継続していた。

3.2. 調査対象者の語りの分析

テーマ分析²⁷の結果、①精神的健康を低下させるストレスからの解放、②就職のためのレディネスを高めるための休息期間、③就職に必要なスキルを高める準備期間、④生活習慣の変化という 4 つのテーマが抽出された。以下にそれぞれのテーマについて説明する。

3.2.1. 精神的健康を低下させるストレスからの解放

調査対象者にとって、失業するという体験は、有職時のストレスからの解放のプロセスであった。失業は、ストレスが多い労働環境からの解放というある種のコピーンク方略であった。インタビューのなかで、調査対象者は、有職時にストレスや不満をどれだけ感じていたのかを多く語る傾向にあった。このテーマには、ストレッサーの種類の違いによる解放パターンが、サブテーマとして認められた。それらのサブテーマは、仕事のストレスからの

解放，仕事の条件にかかわるストレスからの解放，職場の人間関係にかかわるストレスからの解放，ワークライフバランスにかかわるストレスからの解放であった。以下に各サブテーマについて説明する。

調査対象者にとって，失業するという体験は，仕事のストレスからの解放であった。例えば，調査対象者（34歳，男性）は，システムエンジニアとしてのキャリアを諦めた経緯について，次のように語った。

（前職は）楽しいこともあったけれども，つらいことが多かったですね。何度も自殺も考えたし。7年目で限界がきたんですね。（中略）簡単に言うと，エンジニアとしては，もう限界に達したんですね。能力的にも，仕事ができなくなってしまって。プログラミングが，難しいの，私できなかったんです。社長と話して，退職しようっていう話になりました。

調査対象者は，不安定な労働条件からの解放のプロセスとして失業を体験していた。例えば，調査対象者（33歳，女性）は，夫と離婚後，いくつかのパートの仕事を経験した。彼女は独身に戻ったので，一人で稼いで生きていくのがいかに大変であるかということを悟ったと話した。彼女は，徐々に不安定な仕事の条件に対して不満を抱くようになり，以下のように語った。

ずっとパートできたんですよ。私もひとりになって，このままじゃいかんと。30なんぼになって，そろそろ年齢制限がくるんですよ。35以下とか，30以下とかっていうやつ，求人募集で。ちゃんと正社員で働きたいなって。もうちょっと給料アップしたいっていう願望で（退職した）。

失業はまた，職場の人間関係，特に上司との関係にかかわるストレスからの解放のプロセスとして体験されていた。例として，調査対象者（23歳，男性）は，一般企業で正社員として勤務していたが，上司との関係や失業に至る経緯について次のように語った。

上司で，横領とかに近いことをしている人がいて。すごい理不尽なことを言ってきたりですとか，結構気分が動いたりとかっていうのが強くて。『もうその人下では働きたくないです』って言って，辞めました。

調査対象者は，失業をワークライフバランスにかかわるストレスからの解放として経験していた。このサブテーマは，女性の対象者のみで認められた。

例えば、調査対象者（27 歳，女性，既婚）は，以前，保育士として働いていた。保育士の仕事はとても忙しく，彼女にとって，とてもストレスが多いものであった。彼女は，当時の様子を次のように語っていた。

働いてて，勤務時間だけじゃなく，やることもたくさんあったので，それなりに結構ストレスとかも感じて，それが家に帰っても続いたりとかするとあまりよくないなって思って。それで，それを機にやめて，また違う仕事を探してみるのもいいかなと思って。

3.2.2. 就職のためのレディネスを高める休息期間

調査対象者にとって，失業するという体験は，就職のためのレディネスを高める休息期間であった。このテーマでは，休息によるレディネスを高める期間と個人の興味関心に自由時間を費やすことによるレディネスを高める期間という 2 つのサブテーマが認められた。以下に各サブテーマについて説明する。

休息によるレディネスを高める期間というサブテーマは，有職時にストレスを経験している対象者によく認められた。そのような対象者にとって，失業するという体験は，精神的にも身体的にもレディネスを高めるよい機会となっていた。例えば，調査対象者（33 歳，女性）は，「はじめてそのような退職ということで，自由な時間というものがもてるということで，ちょっとお休みさせていただいて」と話していた。

調査対象者は，また，失業期間を自分の興味関心のために費やすことができる貴重な時間ととらえていた。このサブテーマは，女性の調査対象者でのみ認められた。例えば，調査対象者（33 歳，女性）は，仕事をしている時は多忙であったため，まとまった休暇がとれなかったが，仕事を辞めた後は，自由時間が増えたので，妹と一緒に 1 週間の海外旅行をしたと語った。インタビューで，調査対象者は有職時に十分な自由時間を確保できなかったと話していた。特に，この傾向は失業前に正規労働者として働いていた調査対象者に認められた。

3.2.3. 就職に必要なスキルを高める準備期間

調査対象者は，新たな職につくために必要なスキルを十分に有していないと感じていた。しかし，自分の希望する仕事に必要な資格を取得するための

勉強やスキルの習得に励み、就職のための準備をしていた。例えば、調査対象者（27 歳，男性）は，システムエンジニアを目指しており，試験に合格することで，仕事を得る機会が増すと考えていた。彼は，下記のように語っていた。

資格の勉強はしているんですよね。ちょっと資格取ろうかなあと思っていて。IT パスポート試験っていうやつなんですけど，そういうのをちょっと取ろうと。

インタビューのなかで，調査対象者の多くは，仕事を見つけることは難しいと感じていた。それゆえ，彼らは，自分の希望にあった安定した仕事を見つけるためによりいっそう努力しないといけないと感じている様子がうかがえた。例えば，調査対象者（23 歳，男性）は，「そういうの（就職が厳しい社会情勢）を感じて，やっぱり人よりも努力しないといけないというか」と話していた。

3.2.4. 生活習慣の変化

有職時と比較した場合，調査対象者の生活習慣に変化が生じていた。この変化は，失業による不安やショックによるものというよりも，自由時間の増加，活動の変化，収入の喪失によって影響されていた。この生活習慣の変化には，ポジティブな変化とネガティブな変化があった。ポジティブな生活習慣の変化には，健康的な生活習慣への変化が挙げられる。例えば，調査対象者（27 歳，男性）は，失業してから，特に食生活の面において，規則正しい生活を送れるようになったと語った。

食生活，たぶん働いているときよりは，意外にいいかもしれないですね。働いているときだったら，朝食べないでとか行ってたんで。忙しかったりしてて。今だったら，朝，昼，夜，食べるみたいな。

しかし，失業するという体験には，ネガティブな生活習慣の変化も認められた。例えば，調査対象者（27 歳，男性）は，次のように語った。

たぶん，たばこの量は増えたかなって思うんですね。働いている時だったら，吸う時間がなくて。今だったら家にいるんで，好きな時間に吸え

るから、たぶん増えたんだと思うんですね。

また、調査対象者（26歳、女性）は、失業中に十分な睡眠がとれていないときがあったことを告白した。彼女は、有職時の方がよく働いて疲労したので、熟睡できていたと語った。しかし、失業している今はあまり疲れないため、彼女は睡眠があまりとれないと思っていた。

最初のうちは、たぶん、日中にそんなに動かない、仕事をしているときよりも頭を使っていないというか。そのせいか、最初のうちは寝つきが悪かったんですね。なんかあんまり眠たくなっていなくて。

4. 考察

本研究では、日本の若年失業者における失業するという体験について記述し、精神的健康にかかわる失業体験の意味を探索的に検討することを目的とした。若年失業者は、仕事の内容や、仕事の条件、職場の人間関係、ワークライフバランスに関するストレスについて報告していた。この文脈のなかで、若年失業者は、失業するという体験をストレスからの解放、就職のためのレディネスを高める休息期間、就職に必要なスキルを高める準備期間として経験していた。これらの失業体験は、若年者の精神的健康を改善し、生活習慣の変化をもたらした。ポジティブな生活習慣の変化は、精神的健康を増進することが期待される一方で、ネガティブな生活習慣の変化は、精神的健康の低下をまねく可能性があった。本研究のデータはまた、有職時の精神的健康の状態が、失業時の精神的健康に影響を与えることを示した。

本研究は、日本の若年失業者が、失業するという体験を、ストレスからの解放として語ることを明らかにした。この結果は、失業は、精神的健康を低下させることを示唆していたこれまでの量的研究^{4,11,13}の結果と異なるものであった。本研究の調査対象者は、経済的支援を受けており、生存に必要なものが満たされていた。このことが、失業時に解放という感覚をもたらしたことに関連している可能性がある。中高年を対象とした先行研究では、失業にともなって生じる自由という感覚について述べられている^{28,29}。しかし、本研究の調査対象者の感情と経験は、彼らの前職時の精神的健康とより関連を示していた。

本研究では、日本の若年失業者が、失業するという体験を、休息したり、

必要なエネルギーを補給することによって、就職のためのレディネスを高める期間として語ることを示した。これまでの研究^{20,30}が示唆するように、現代の日本の労働環境は、過重労働や不安定雇用のような問題がある環境として調査対象者からも特徴づけられていた。インタビューのなかで、調査対象者は、有職時に感じた疲労、ストレス、不満について語っていた。このような労働環境は、若年労働者を疲弊させ、彼らから休息とエネルギー補給のために必要な機会をうばっている可能性がある。これは、彼らが失業期間をエネルギー補給のためのよい機会とみなしていたことを説明するかもしれない。

本研究では、また、日本の若年失業者が、失業するという体験を、就職のためのスキルを習得する機会として語ることを示した。先行研究^{28,29}においても、失業者が、失業体験を個人の成長のための機会としてとらえていることが示唆されている。しかしながら、先行研究^{28,29}の調査対象者と比較して、本研究の調査対象者は、スキルをより高めることに着目していた。その理由のひとつとして、先行研究^{28,29}の調査対象者は、年齢が高く、より専門的なキャリアをもつ傾向にあった。したがって、より若く、比較的スキルが未熟な本研究の調査対象者とは異なり、先行研究^{28,29}の調査対象者は、スキルを改善する必要がなかったのかもしれない。また、この結果は、日本で安定した職を見つけることの難しさや近年の日本の労働環境における変化を反映している可能性も考えられた。

さらに、本研究では、生活習慣の変化が認められた。調査対象者は、収入を喪失したけれども、失業中にポジティブな生活習慣の変化を経験していた。その考えられる理由のひとつとして、家族やパートナーからの経済的支援があげられる。経済的支援が、彼らが極端な貧困に陥ることを防止していたのかもしれない³¹。また、調査対象者は、失業によるネガティブな生活習慣の変化を経験していた。この変化は、自由時間の増加と活動の減少に関連していた。この結果は、日常生活の時間の構造と枠組み、活動などのような失業の潜在的機能の喪失が精神的健康を低下させることを提唱したモデル⁹を支持した。

本研究の結果は、日本の若年失業者の失業体験における性差を示した。女性の若年失業者においてのみ、ワークライフバランスにかかわるストレスからの解放と、個人の興味関心に自由時間を費やすことによるレディネスを高める機会という失業体験のテーマが認められた。日本の社会では、性役割のひとつとして、女性に家事育児が期待されている。これは、働く女性にとっては難しく、ストレスを誘発する可能性がある。また、日本の男性は、家族

を養うことが期待されている。そのため、女性と比較して、男性は安定した職を探すための社会的圧力を経験しているのかもしれない。その結果、男性は失業時に、個人的興味・関心を追求することができず、仕事を探すことに集中していたのかもしれない。

本研究は、現代の日本の社会文化的文脈において、失業が、時には労働よりも若年者の精神的健康に対してより肯定的な経験であるかもしれないことを示した。失業するという体験は、有職時のストレスを解放するというコーピング方略として機能し、状況によっては、休息や個人的成長、生活習慣の改善を可能にすることを本研究の結果は示した。これらはすべて、精神的健康にとって有益である。このパラドキシカルな結果は、社会構成主義の理論的枠組みから説明することが可能である。本研究の若年失業者を取り巻いていた状況は、現代の日本の劣悪な職場環境であり、それが有職時の精神的健康にネガティブな影響を与えていたのかもしれない^{20,30}。Warrのビタミンモデル¹⁰でも、精神的健康に関して、過酷な仕事を辞めることによるポジティブな影響と満足感に乏しい職場で働くことによるネガティブな影響が指摘されている。これは、日本では、雇用されている若年者と比較して、失業している若年者が、必ずしも精神的健康の低下を体験しているわけではないことを示している。

本研究には、いくつかの限界がある、まず、調査対象者が、日本の特定の地域にある、失業者を支援する関係機関をとおしてリクルートされていた。それらの関係機関を利用している若年失業者は、関係機関を訪れていなかったり、仕事を探すことをあきらめてしまった若年失業者と比較して、より健康であった可能性も考えられる。また、調査対象者は、何らかの経済的支援を得ており、長期的に失業していなかった。そのような調査対象者の特徴が、結果に影響している可能性も考えられた。

これらの限界にもかかわらず、本研究は、今後の研究の方向性を示し、失業体験と精神的健康に関する知見の有益な枠組みを示してくれている。本研究の強みは、質的研究法を採用したことにより、日本の若年者の失業と精神的健康に関する考察が深まったことである。また、理論的枠組みとして、社会構成主義を採用したことにより、日本の若年者にとって、失業するという体験が、状況によっては、就労の経験よりもよりよい可能性があることが示唆された。このようなパラドキシカルな結果は、これまでの量的研究では詳細が十分に検討されていなかった。

今後の研究と介入の展開についていえば、本研究の結果は、より大きな研究プログラムを計画するために利用できる可能性がある。統計解析にたえう

る十分なサンプルサイズを確保することは困難であるかもしれないが、そのような研究を実施することで、日本の若年失業者の精神的健康についての理解が深まることが期待される。また、日本の失業者に対する介入のほとんどは、失業者がより早期に仕事を見つけることができるように焦点化されている。しかし、本研究により、仕事のある者は、そうでない者と比較して、必ずしも精神的健康がよいとは限らないことが示唆された。そのため、介入は、個人のニーズに合致した質の高い仕事につけるよう、また、退職をまねくような職場のストレスを低減し、職場環境を改善できるよう、計画されるべきである。

本研究では、日本の若年失業者の主観的な失業体験と精神的健康について記述してきた。本研究の結果から、日本の若年者が、失業を意味のある体験として、そして、状況によっては、精神的健康に肯定的な影響があるものとして経験していることが示唆された。これは、現代の日本の若年者を取り巻く労働環境が悪いこと、調査対象となった地域では、職を見つけることが困難だったこと、調査対象者が経済的支援を得ていること、調査対象者の失業期間が比較的短かったことが影響している可能性が考えられた。日本の若年者にとって、失業するという体験は、状況により、働くことよりもより肯定的な体験でありうるかもしれない。しかし、長期間の失業は、精神的健康を低下させる可能性がある。若年世代の失業は、国家にとっても大きな損失である。若年者個人の精神的健康と成長、発達のために、彼らを取り巻く労働環境の抜本的改善とディーセントワークの実現が喫緊の課題であると考えられた。

引用文献

1. Blustein, D.L. The role of work in psychological health and well-being: a conceptual, historical, and public policy perspective. *Am. Psychol.* **63**, 228-240 (2008).
2. World Health Organization. *Closing the gap in a generation : health equity through action on the social determinants of health*. World Health Organization. Geneva, 2008.
3. Kieselbach, T. Long-term unemployment among young people: the risk of social exclusion. *Am. J. Community Psychol.* **32**, 69-76 (2003).
4. Paul, K.I. & Moser, K. Unemployment impairs mental health: Meta-analyses. *J. Vocat. Behav.* **74**, 264-282 (2009).
5. Khlat, M., Sermet, C. & Le Pape, A. Increased prevalence of depression, smoking, heavy drinking and use of psycho-active drugs among unemployed men in France. *Eur. J. Epidemiol.* **19**, 445-451 (2004).
6. Mullahy, J. & Sindelar, J. Employment, unemployment, and problem drinking. *J. Health Econ.* **15**, 409-434 (1996).
7. Jefferis, B.J., *et al.* Associations between unemployment and major depressive disorder: evidence from an international, prospective study (the predict cohort). *Soc. Sci. Med.* **73**, 1627-1634 (2011).
8. Suvisaari, J., *et al.* Mental disorders in young adulthood. *Psychol. Med.* **39**, 287-299 (2009).
9. Jahoda, M. *Employment and unemployment : a social-psychological analysis*. Cambridge University Press, New York, 1982.
10. Warr, P.B. *Work, unemployment, and mental health*. Clarendon Press, Oxford, 1987.
11. McKee-Ryan, F., Song, Z., Wanberg, C.R. & Kinicki, A.J. Psychological and physical well-being during unemployment: a meta-analytic study. *J. Appl. Psychol.* **90**, 53-76 (2005).
12. Paul, K.I. & Moser, K. Incongruence as an explanation for the negative mental health effects of unemployment: Meta-analytic evidence. *J. Occup. Organ. Psychol.* **79**, 595-621 (2006).
13. Wanberg, C.R. The individual experience of unemployment. *Annu.*

- Rev. Psychol.* **63**, 369-396 (2012).
14. Murphy, G.C. & Athanasou, J.A. The effect of unemployment on mental health. *J. Occup. Organ. Psychol.* **72**, 83-99 (1999).
 15. World Health Organization. *The world health report 2001 : mental health : new understanding, new hope*. 2001.
 16. 総務省統計局. 平成 24 年労働力調査. (2012).
 17. 厚生労働省. 平成 23 年度労働経済白書 : 世代ごとにみた働き方と雇用管理の動向. 日経印刷, 東京, 2011.
 18. 厚生労働省. 平成 24 年労働者健康状況調査. (2012).
 19. 厚生労働省. 平成 25 年度「脳・心臓疾患と精神障害の労災補償状況」.
 20. 西谷敏. 人権としてのディーセント・ワーク: 働きがいのある人間らしい仕事. 旬報社, 東京, 2011.
 21. 後藤道夫. 若者の現在(上)労働市場関係からみた若者の現在. *前衛* **880**, 205-217 (2012).
 22. Ulin, P.R., Robinson, E.T. & Tolley, E.E. *Qualitative methods in public health: a field guide for applied research*. Jossey-Bass, San Francisco, 2005.
 23. Patton, M.Q. *Qualitative research & evaluation methods*. Sage Publications, California, 2002.
 24. Bradbury-Jones, C., Taylor, J. & Herber, O. How theory is used and articulated in qualitative research: development of a new typology. *Soc. Sci. Med.* **120**, 135-141 (2014).
 25. Gearing, R.E. Bracketing in research: a typology. *Qual. Health Res.* **14**, 1429-1452 (2004).
 26. 厚生労働省. 労働統計年報 平成 24 年. (2012).
 27. Braun, V. & Clarke, V. Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology* **3**, 77-101 (2006).
 28. Blustein, D.L., Kozan, S. & Connors-Kellgren, A. Unemployment and underemployment: A narrative analysis about loss. *J. Vocat. Behav.* **82**, 256-265 (2013).
 29. Gabriel, Y., Gray, D.E. & Goregaokar, H. Temporary derailment or the end of the line? Managers coping with unemployment at 50. *Organization Studies* **31**, 1687-1712 (2010).
 30. Kanai, A. "Karoshi (Work to Death)" in Japan. *Journal of Business Ethics* **84**, 209-216 (2009).

31. Marmot, M.G. & Wilkinson, R.G. *Social determinants of health*. Oxford University Press, New York, 2006.