後半

PR009

2023年
3月19日（日）
11:10～12:00

「ありがとう」のチカラ

―― 最新の研究と当社の実験からわかったこと ――

NECソリューションイノベータ株式会社

デジタル感謝の研究から分かったこと

デジタル感謝＝アプリを用いた感謝

デジタル感謝の研究

わたしたちの感謝研究のあゆみ

およそ８年前、感謝のアプリの研究試作を開始！
2017年にストア公開し、年１回ペースで効果検証実験を実施！

2015
- エンゲージメントの調査結果から感謝に着目
- 感謝のアプリを開発

2016
- アプリを用いた感謝について社内トライアルを実施

2017
- 社外の方にも利用いただけるようアプリをストアに公開

2018
- 介入実験にアプリを利用
- １か月程度で飽きてしまうということが判明

2019
- 奈良県三宅町役場での実験を実施
- 信頼の改善効果が示唆される

2020
- 信頼改善を目的とした社内実験を実施
- 三宅町役場の結果を学会にて発表

2021
- 信頼改善を目的とした社内実験を再度実施
- 三宅町役場の結果を論文化

2022
- 信頼度向上を確認するための追加実験を実施中

© NEC Solution Innovators, Ltd. 2023

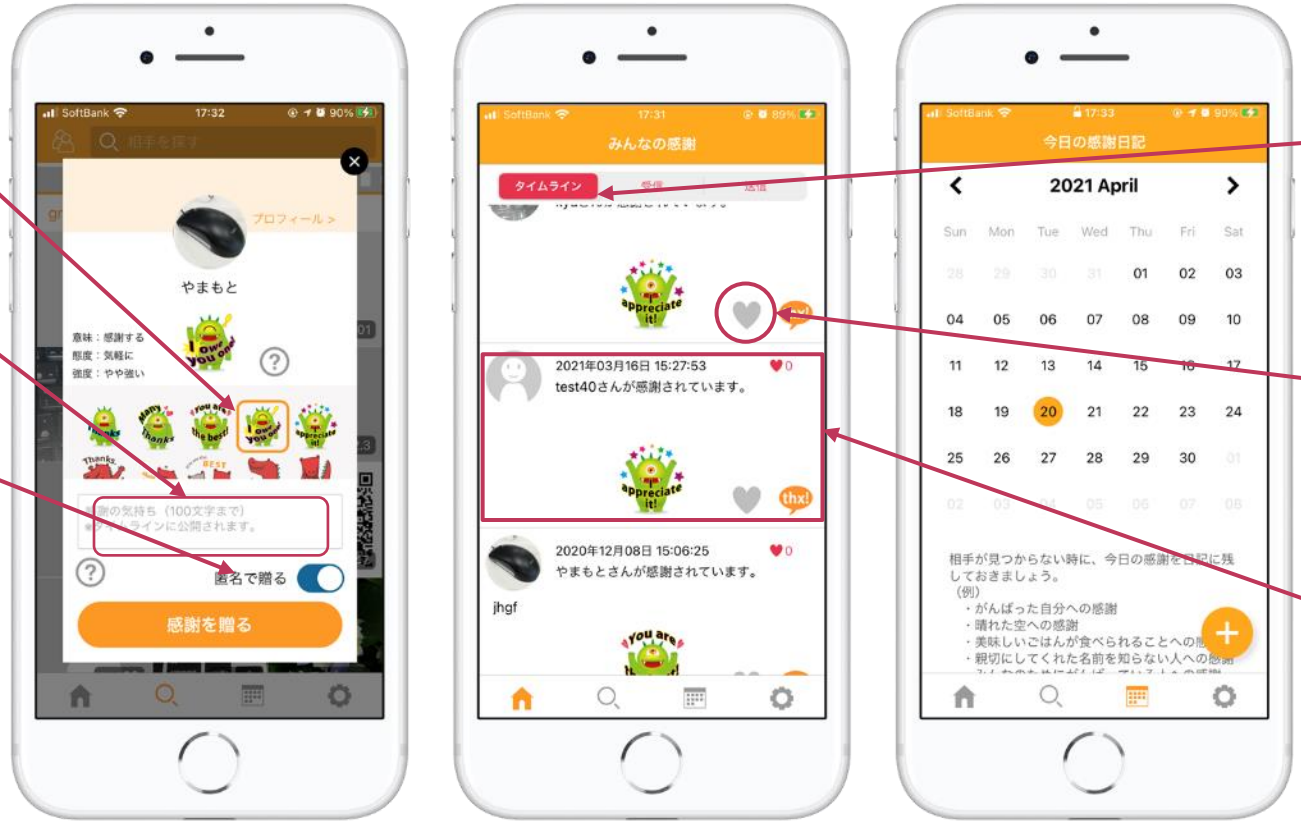
NEC Thanks Card – 感謝を贈り合うアプリ

利用者同士で感謝を贈り共有するシンプルなスマートフォンアプリ

感謝を表現する
スタンプを選択
（状況、強さ、気持ちを表現）

コメントを記入

匿名／非匿名を選択



送信画面　　受信画面　　感謝日記

「タイムライン」ビュー
（チーム内で感謝を共有）

「いいね」ボタン
（感謝をチーム内で称賛）

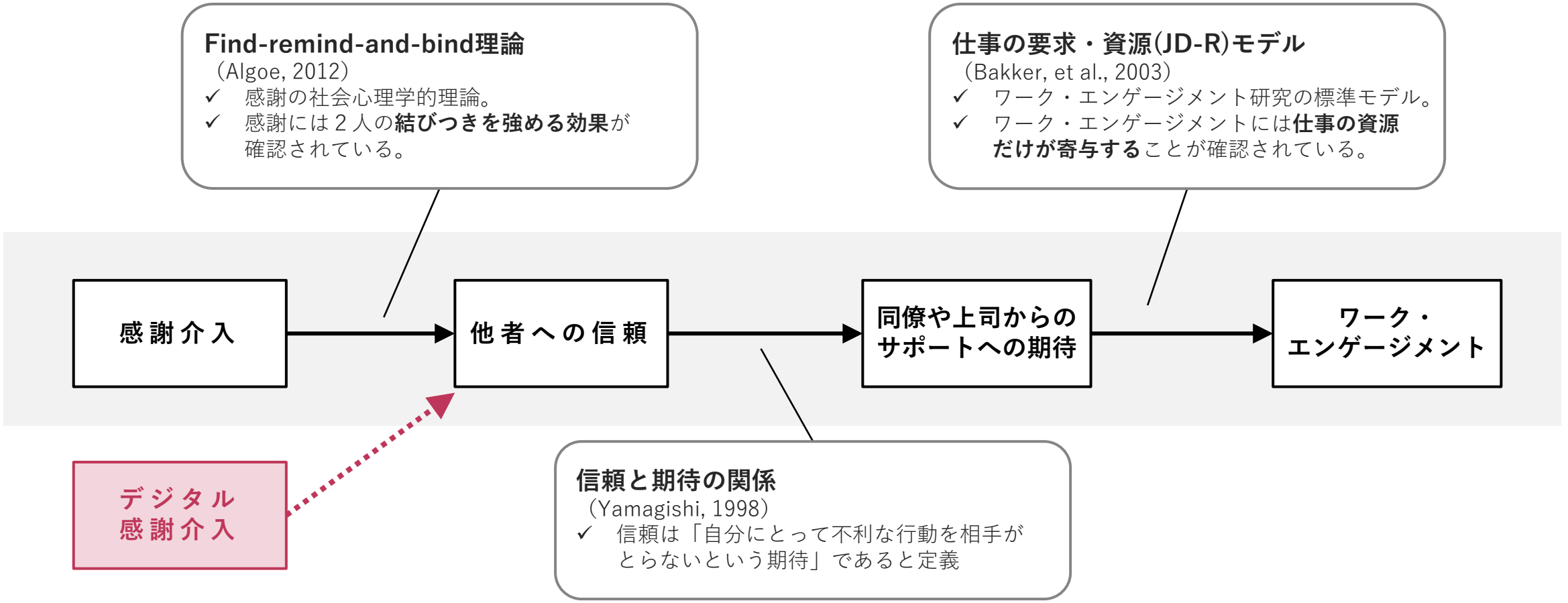
感謝カード
（スタンプ＋コメント）

ポイント機能は
あえて搭載していません

© NEC Solution Innovators, Ltd. 2023

デジタル感謝研究の仮説

仮説｜デジタル感謝でも、ワークエンゲージメントが高まる。



© NEC Solution Innovators, Ltd. 2023

デジタル感謝の介入実験

目的：デジタル感謝がエンゲージメントを改善するか検証する

実験の流れ

1. 事前説明　：　トライアルに関する説明をします。
2. 事前アンケート　：　信頼度を測定する事前アンケートを実施します。
3. アプリ利用　：　NEC Thanks Card を 2 か月間チームで利用してもらいます。
4. 事後アンケート　：　信頼度を測定する事後アンケートを実施します。
5. 結果報告　：　アプリ利用前後のアンケートと感謝のデータを分析します。

© NEC Solution Innovators, Ltd. 2023

お伝えしたいこと

- デジタル感謝でも**信頼感が強化**される
- 信頼感は“**感謝の三角形**”を作ると効果的
- デジタル感謝の前に**少しの信頼**を
- 「**ありがとう＋α**」が有効かも？

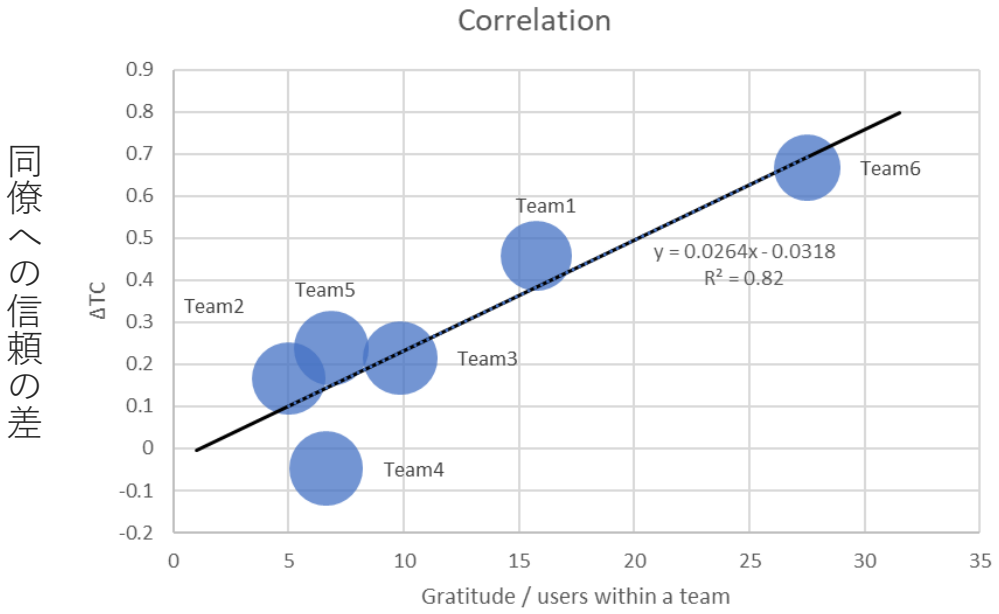
© NEC Solution Innovators, Ltd. 2023

分かったこと ①

デジタル感謝でも信頼感が強化される

感謝が信頼感を改善

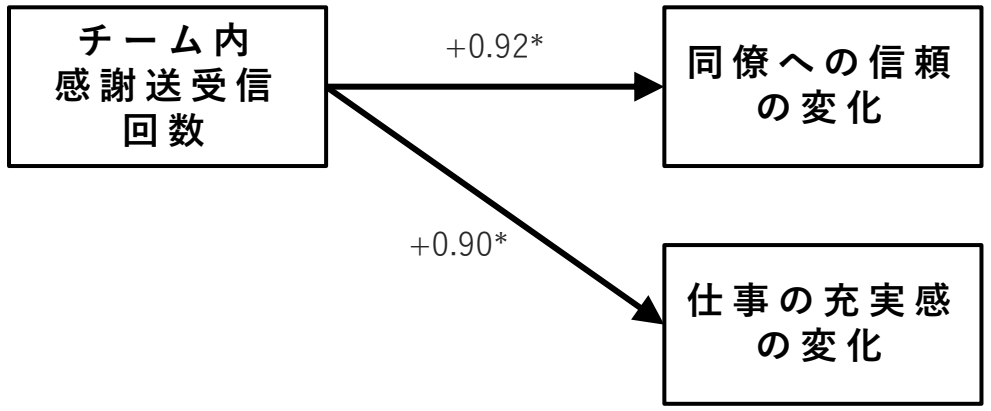
感謝を贈り合うチームほど、同僚への信頼が改善した



一人当たりチーム内感謝送信数

感謝が充実感も改善

感謝を贈り合うチームほど、仕事の充実感も改善した



* $p<0.05$

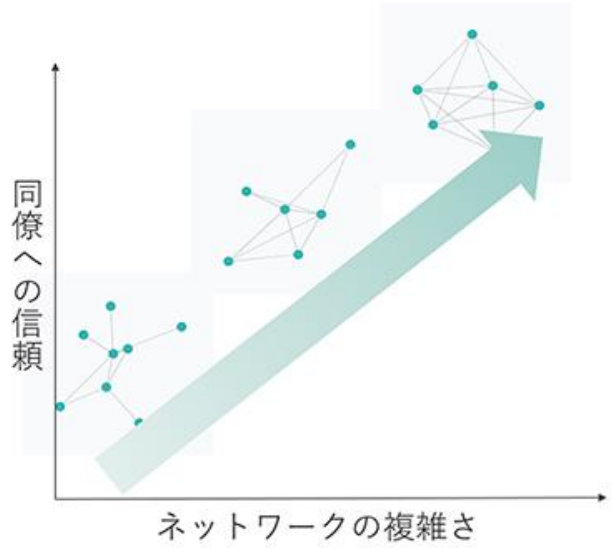
いずれも当社調達部での調査結果より作成

© NEC Solution Innovators, Ltd. 2023

分かったこと ②

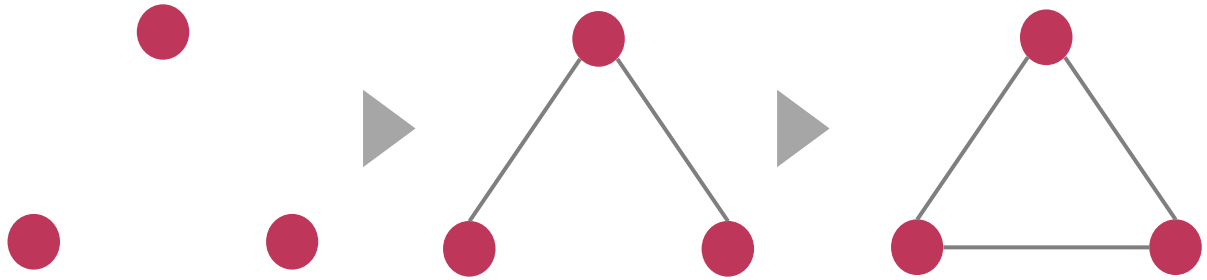
信頼感は“感謝の三角形”を作ると効果的

信頼感が高いチームほど
感謝ネットワークが複雑になる



感謝ネットワーク
感謝データによるソーシャルネットワーク

感謝ネットワークは
チーム内に三角形が増えると複雑になる



チームがバラバラ

上司だけ
感謝してる

チーム内に
信頼感がある

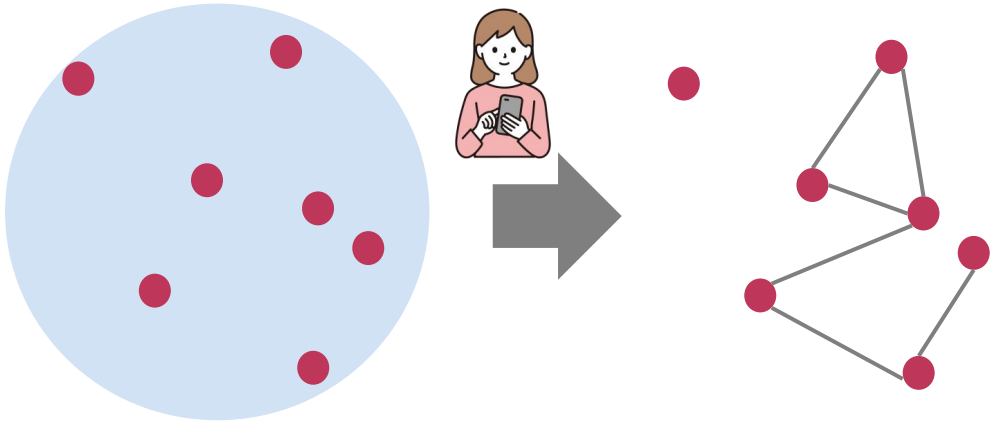
チームの信頼感を高めるには、感謝の三角形を増やすべき

© NEC Solution Innovators, Ltd. 2023

分かったこと③

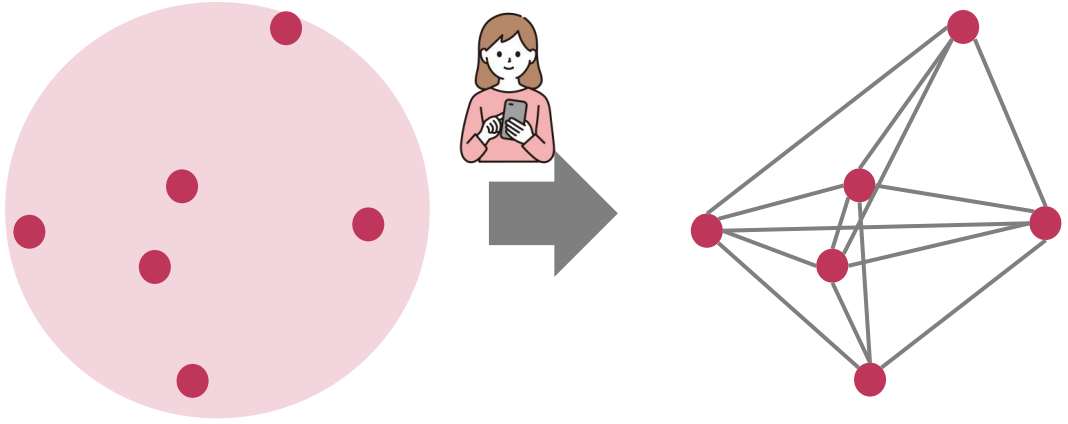
デジタル感謝の前に少しの信頼を

信頼感が低いチームは、そもそもアプリを使わない



信頼感が低いチーム　　疎な感謝ネットワーク

信頼感が高いチームは、どんどんアプリを使う



信頼感が高いチーム　　密な感謝ネットワーク

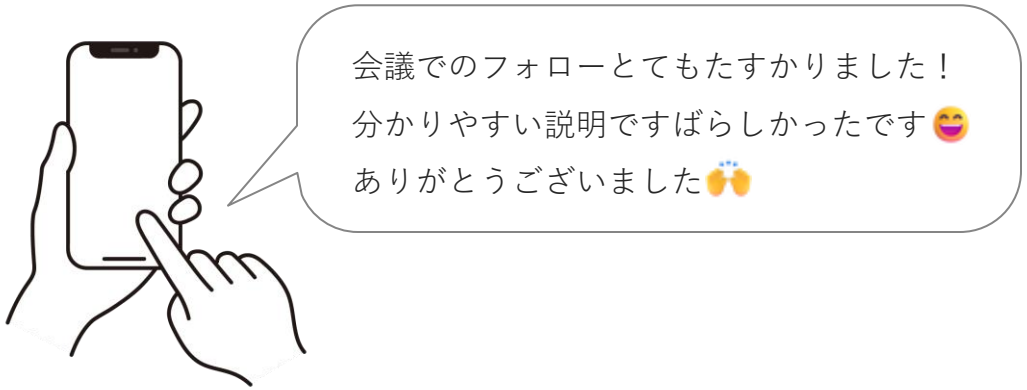
© NEC Solution Innovators, Ltd. 2023

分かったこと④

「ありがとう＋α」が有効かも？

デジタル感謝では、非言語情報（表情、言い方など）が伝わりません
＋αとして、想いを少し大胆に表現したメッセージの方が効果的かもしれません

＋**メッセージ**｜組織への愛着を高める
＋**絵文字**　　｜一般的信頼感を高める



＋**理由**　　｜納得感が高い？
＋**称賛・労い**｜心に訴える？記憶に残る？

何に対する感謝？	**日々の業務/会議/イベントなど…**
どんな感謝？	**称賛する/労う/応援する/挨拶など…**

「説明会の司会進行に加え資料説明も立派でした。ありがとう！」

「気の遠くなるような調整対応ありがとうございます。
あとちょっと一緒に頑張りましょうー！」

© NEC Solution Innovators, Ltd. 2023

まとめ

研究から得られた感謝に関してお伝えしたいこと

- デジタル感謝でも**信頼感が強化**される
- 信頼感は“**感謝の三角形**”を作ると効果的
- デジタル感謝の前に**少しの信頼**を
- 「**ありがとう＋α**」が有効かも？

© NEC Solution Innovators, Ltd. 2023

「ありがとう」のチカラとは…

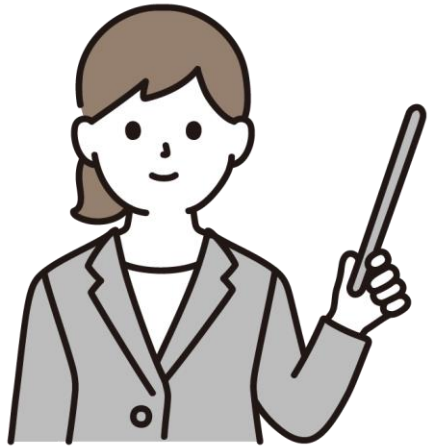
人と人との信頼関係を強化すること

- 感謝した人・された人・目にした人と幅広く良い効果があります
- アプリでの感謝にも効果があります
- 職場における信頼やエンゲージメント向上にも効果があります

© NEC Solution Innovators, Ltd. 2023

【おまけ】感謝のコツ

- **週１回よりも毎日感謝をする**ことにして、**早く慣れてしまった方が習慣化しやすい**です
- **毎日決まった時間帯に感謝をする**と続きやすいです（帰宅中や就寝前など）
- **日常的に使用するツール**の中に、感謝を促す仕組みを入れるとハードルが下がります
- 感謝を３つよりも、感謝・応援・褒めのどれかを１～３個と**条件を緩めた方が続きやすい**です
- デジタル感謝は感謝だけでなく、**称賛・労い・褒め・応援を添えると効果が高そう**です
- 理由が分からない感謝は「キモチワルイ」ので**感謝の理由を添えましょう**



© NEC Solution Innovators, Ltd. 2023

本日は貴重なお時間を頂きありがとうございました！

Thank You！

質疑応答

- 感想やコメントでもOKです！
- チャット欄にご記入ください。
- マイクオンで発言していただいてもOKです！

© NEC Solution Innovators, Ltd. 2023

宣伝

\Orchestrating a brighter world NEC

研究試作品として配信中です。

アプリのダウンロードおよびご利用は 無料 です。

NEC Thanks Card

App Store からダウンロード

Google Play で手に入れよう

© NEC Solution Innovators, Ltd. 2023

実験参加者募集中

一緒に仕事をしているチームで、２か月間NEC Thanks Cardをご利用いただきます。
利用前後に信頼度を測定するためのアンケート（Web形式）にご回答いただきます。

対象となる方	• チームで仕事をしている方ならどなたでも （チーム単位でのご応募をお願いしております）
必要となること	• NEC Thanks Cardのインストール（無料） • アプリでのユーザー登録（無料）
実施いただくこと	• 信頼度測定のアンケートにご回答いただく （Web形式、所要時間約5分） • チームでアプリを2か月間ご利用いただく

← **ご応募はこちらから**

- 実験の時期についてはチームごとに個別に調整させていただきます。
- １チームの人数は３名以上を想定しています。

© NEC Solution Innovators, Ltd. 2023

実験にご参加いただくメリット

簡　単

無　料

参加は簡単、無料です

みなさまにお願いするのは、
アンケートへの回答と２か月間のアプリ利用のみです。

チーム専用

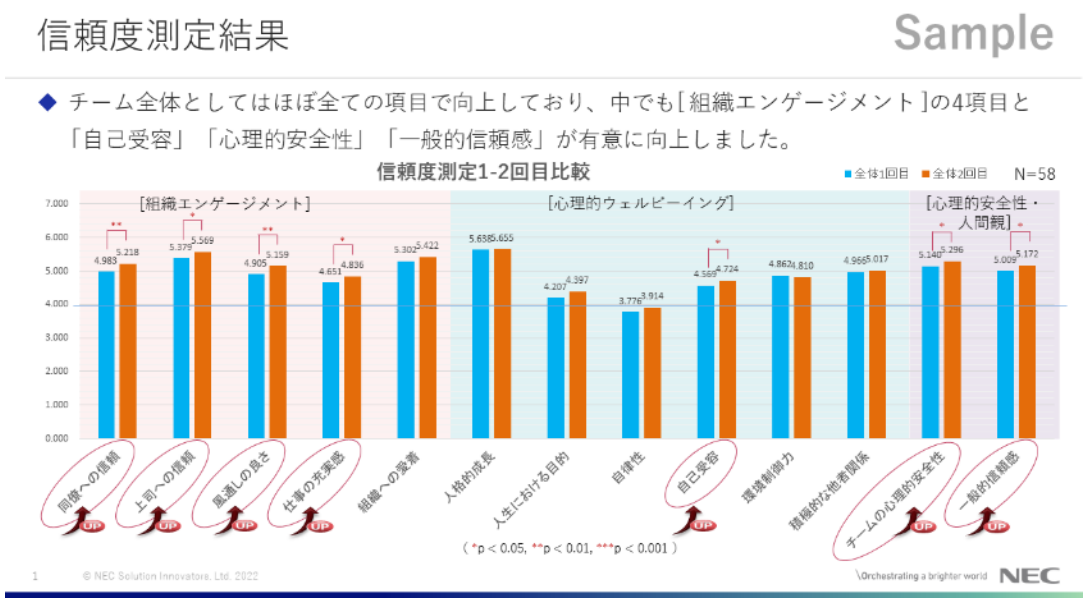
分析レポート

あなたのチーム専用の分析レポートをプレゼント

当社の研究者が信頼度アンケートおよび感謝のデータを分析し、
あなたのチームだけの分析レポートを作成し、お渡しします。

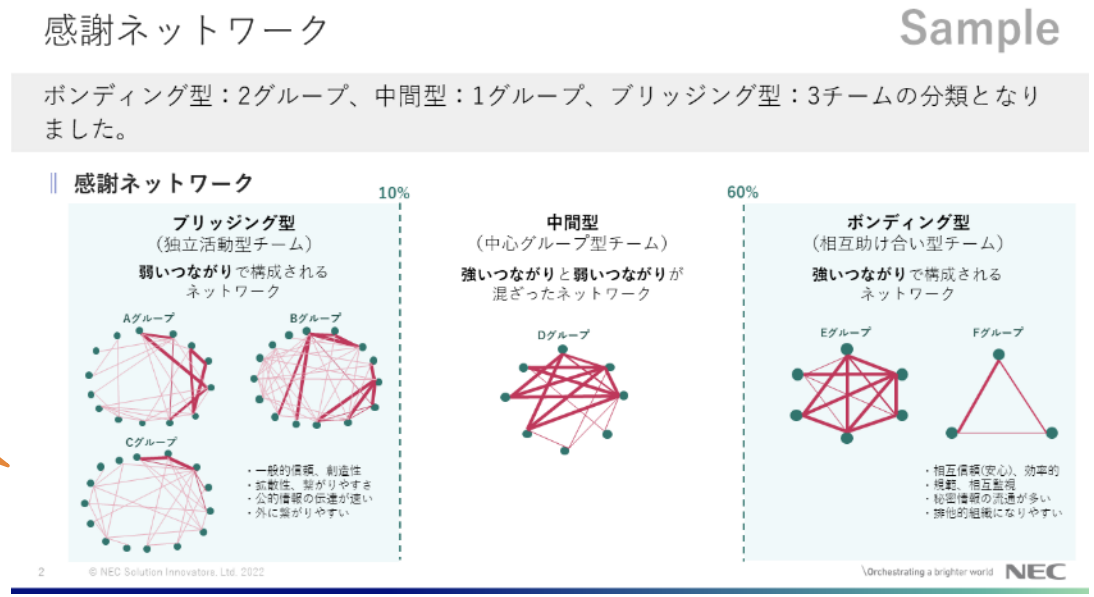
© NEC Solution Innovators, Ltd. 2023

あなたのチームの状態に関するレポート（サンプル）



信頼度アンケートの結果について
前後の変化を可視化し、
統計的に有意な差があるかどうか示します。

感謝ネットワークの複雑さ表す
“三角形ネットワーク密度” を計算し、
図として可視化します。



© NEC Solution Innovators, Ltd. 2023

Orchestrating a brighter world
NEC