

メンタルヘルス不調の背景要因の検討

—性格特性と行動特性に着目して—

14003PCM 須田 真衣子

問題と目的

近年、労働者のメンタルヘルスに関心が深まっている。2014年6月25日に公布され2015年12月1日より施行された「労働安全衛生法の一部を改正する法律」には、ストレスチェック制度の創設が明記された。このストレスチェックは、主にメンタルヘルス不調の未然防止の段階である一次予防を目的とするものであり、ストレス状況を個人にフィードバックし気づきを促したり、ストレスチェックにおいて高ストレス者として選定された労働者には、医師による面接指導や、保健師、看護師、心理職などが相談対応にあたる事が定められている。しかし、相談対応は労働者の申し出によって行うこととされており、現状では実際に面談につながるケースは多くないようである。厚生労働省より使用を勧められている職業性ストレス簡易調査票にはパーソナリティに関する項目が含まれておらず、パーソナリティは面接指導の際に考慮すること(下光, 2000)とされているが、パーソナリティについての項目を質問紙に含めることが有用ではないだろうか。

ストレスを強く感じる個人特性のひとつとして、FriedmanとRosenmanによって提唱された、心筋梗塞・狭心症などの虚血性心疾患患者に見られる一連の行動特性であるタイプA行動パターンがあげられる。タイプA行動パターンはうつ親和性格との関連が指摘されており(服部・福西, 1993; 西松, 1993), タイプA行動パターンはいずれ抑うつを呈する可能性のある個人特性であるといえるだろう。うつ親和性格とは、Tellenbach,H.(1961)の提唱した几帳面、過度な良心性、責任感、対他配慮、自己の仕事に対する高い要求水準を表す「メランコリー親和型性格」や下田(1941)の仕事熱心、凝り性、徹底的、正直、几帳面、強い正義感を表す「執

着性格」である。これらはいずれも完全主義傾向と関連があるといえるだろう。完全主義についての定義は様々にあるが、桜井・大谷(1997)は、完全主義を「過度に完全性を求めること」とした。先行研究では、完全主義は多次元で捉えられており、抑うつに陥りやすい側面と、何らかの条件を伴うと抑うつに陥るという側面があることが示されている。

タイプA行動パターンと完全主義は、抑うつや精神的不健康の背景にある個人特性として関連が研究されてきたが、その関連についてはいまだ明確ではないようである。完全主義やタイプA行動パターンは抑うつへどのように影響を及ぼすだろうか。また、どのような職務負担をかえやすいだろうか。本研究では、ストレスチェック制度の創設を背景に、メンタルヘルス不調の一次予防につなげるために、労働者の職務負担や抑うつの背景要因を検討する。

方法

(1)調査対象

介護やリハビリテーション事業を主とする医療法人A病院の職員233名を分析の対象とした。男性は65名(平均35.95歳)であり、男性の職種は主に、理学療法士や作業療法士、介護士、事務員であった。女性は167名(平均40.25歳)であり、女性の職種は主に介護士、看護師、理学療法士や作業療法士、事務員、福祉系職員であった。

(2)調査手続き

本調査はA病院におけるメンタルヘルスチェックを兼ねており、質問紙調査はA病院の健康診断の時期に合わせ、2015年7月に実施した。法人事務部総務の総務部長と連携の上、2015年7月に配布し、封筒にいれ密封した形で回収した。個人結果報告書を封筒に入れ密封した状態で職場で返却した。

(4)質問紙の作成

フェイスシート， JAS 日本語版 (Jenkins Activity Survey), 自己志向的完全主義尺度 (福井義一・山下由紀子, 2012), 職業性ストレス簡易調査票 (厚生労働省), CES-D 日本語版 (島悟, 1985) を用いて作成した。

結果

因子分析により, JAS 日本語版から「精力的」, 「真面目」, 「短気」, 「食事の速さ」の 4 尺度を構成した。職務負担や抑うつと関連のある性格特性、行動特性として以下を想定した。自分に対し高い質を要求し, 自分の定めた理想を追い求める「完全性と理想の追求」, 自分の定めた質の高い理想を追い求めるあまりに失敗を過度に恐れる「不完全性と失敗への恐れ」, 自分だけでなく他者からも熱心で競争的でな人間あるとみられている「精力的な行動」, 誠実で責任感のある行動を示す「真面目な行動」, 気が急いており気性が強い「短気な行動」, 食べる速度の早い「食事のスピード」であった。

考察

各パーソナリティ特性が職業性ストレスへ及ぼす影響について検討した。これらの結果からは, 「完全性と理想の追求」, 「真面目な行動」, 「精力的な行動」は職業性ストレスを一見抑制するかのようと思われる(図 1)。しかし, これらの特性は抑うつに至る背景から考察すると, メンタルヘルス不調に陥るリスク要因であると言えるかもしれない。

共分散構造分析の結果, 「抑うつ」の背景にある性格傾向および行動特性を説明するひとつのモデルが提示された(図 2)。

本研究では「抑うつ」の背景には「完全性と理想の追求」があり, 「完全性と理想の追求」が

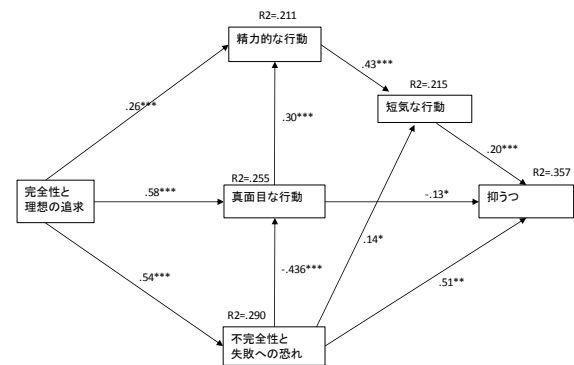


図2 性格特性と行動特性が抑うつへ及ぼす影響

「抑うつ」を生じるまでには複数の経路があることが示された。大きく分けると 2 つあり, 一つは「不完全性と失敗への恐れ」の性格特性が強いために抑うつや職業性ストレスを強く訴えるものである。「真面目な行動」が抑制され, 自己中心的な秩序を重んじるのは, 神経症的であり不安抑うつ障害に特徴的である。もう一つは, 「真面目な行動」や「精力的な行動」を示す者が, いずれそれまでのやり方ではかなわなくなり, 「短気な行動」を経て「抑うつ」に陥るものである。後者では「短気な行動」を示すまでは職業性ストレスの訴えや抑うつの自覚は抑制されており, 大うつ病に特徴的である。メンタルヘルス不調による休職等を未然に防止するためには, 職務負担の自覚が強く抑うつを訴える労働者よりもむしろ, 後者の真面目な行動や精力的な行動を示し, 自覚せず職務負担を抱えていく可能性のある労働者に目を向ける必要があると考えられた。ストレスチェックにおいてはパーソナリティ特性を考慮したうえで高ストレス者を選出しフィードバックを行う必要があり, ストレスを感じる労働者が増え対応に迫られている産業保健スタッフは, 訴え以上に行動特性から客観的にストレスを評価することが有用であると考えられた。

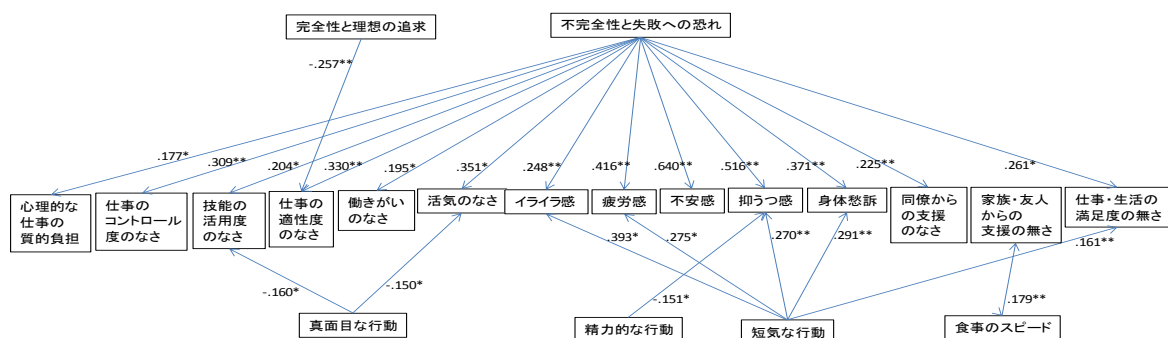


図1 性格特性と行動特性が職業性ストレスへ及ぼす影響