医療従事者の抑うつの背景要因について

―完全主義とタイプＡからの考察―

13006PCM　武井　茉里

1　問題と目的

近年労働者のメンタルヘルスに対する取組の重要性が叫ばれるようになってきており，厚生労働省によるとストレスを感じる労働者の割合が H24 年度 60.9%と示されている。また，厚生労働省は労働者の自殺者の 24.7%が「勤務問題」であると指摘している。労働者の自殺以外にも、過重労働による心筋梗塞や脳梗塞など，いわゆる「過労死」や「突然死」といわれるものへの予防的対応の必要性も求められている。1960 年代に Friedman と Rosenman によって，循環器疾患（心筋梗塞）の危険因子としてタイプＡ行動様式が指摘された。タイプＡ行動様式とは，時間的切迫感，緊張感，焦燥感をもち，早く行動し，熱中し，精力的に目的遂行に向かい，競争心や，攻撃性が高いといった行動を指し，我が国においては，早野(1993)が循環器疾患の危険因子に加えて，タイプＡ行動様式が抑うつの背景要因でもあると報告した。完全主義は，抑うつやストレス反応を引き起こしやすいパーソナリティとして注目されている。清水・古井（2004）は，完全主義傾向の中でも「ミスを過度に気にする」と「行動疑念」は抑うつに陥りやすいと指摘した。本研究では抑うつの背景因子として完全主義が関与すると共に，タイプＡ行動様式が深く関連すると考えた。タイプＡ行動様式と抑うつとの関係が先行研究で指摘されてきたが，どういう形でタイプＡ行動様式が抑うつと関係するのかは議論されていない。また，先行研究において，抑うつと関連する性格傾向として完全主義が取り上げられてきたが，タイプＡ行動様式と完全主義を合わせてみた研究は見当たらなかった。そこで，今回は，行動様式としてタイプＡ行動様式に，パーソナリティーとして完全主義に注目し抑うつの背景を検討することにした。今回，過重労働が指摘されている老人介護に関わる医療従事者を対象とし，抑うつと職務負担，タイプＡ行動様式，完全主義傾向との関連を検討することにする。

2　方法および対象

(1)　調査協力者

病院・老人保健施設に勤務する職員に質問紙調査を行った。配布部数 319 件のうち，回収部数は 319 件（回収率 100%）のうち調査研究にデータとして用いることを承諾とし，かつ回答に欠落のなかったものの中から，人数が少なかった 10 代・60 代を除き，244 名（平均 39.02 歳，SD=9.66，男性 61 名，女性 183 名）を分析の対象とした。

(2)　調査方法

健康に関するアンケート調査として施行した。書面で研究目的と内容を説明し，文書による同意を得た。匿名性を保持するために記入後本人が封印したものを回収した。

(3)　質問紙の構成

フェイスシートと，前田式Ａ型行動様式評価尺度（前田 1985），新完全主義尺度（桜井，大谷 1997），職業性ストレス簡易調査票（厚生労働省），CES-D（The Center for Epidemiologic Studies Depression Scale）から構成された。

(4)　分析方法

SPSS を使用し，尺度の検討を行った後，環境要因や性格要因（完全主義）が抑うつとどのような関係にあるのかを調べるために，重回帰分析を行った。

3　結果

全体，男女別に分け，各尺度の平均点，標準偏差をみた。各尺度の相関を出した。年代，職種，雇用形態，性別，同居の有無ごとに，職業性ストレス簡易調査票の各項目をみた。「抑うつ感」の項目では，有意な差は見られなかった。そのため，全体の 244 名で解析をした。重回帰

分析で,完全主義を独立変数にCES-Dを従属変数として行ったところ，有意水準0.1%で「ミスを過度に気にする」（β＝0.304）「行動疑念」（β＝0.287），有意水準1%で「高い目標」（β＝－0.197）が選出された。完全主義を独立変数にタイプA行動様式を従属変数として行ったところ有意水準0.1%で「完全欲求」（β＝0.386）「高い目標」（β＝0.156）が選出された。完全主義を独立変数に職業性ストレス簡易調査票の各項目を従属変数にして行い,「不安感」が有意水準0.1%で「行動疑念」（β＝0.316），有意水準1%で「ミスを過度に気にする」（β＝0.232），有意水準5%で「完全欲求」（β＝0.179）が選出された。「抑うつ感」では有意水準0.1%で「ミスを過度に気にする」（β＝0.333）「行動疑念」（β＝0.291），有意水準5%で「高い目標」（β＝－0.153）が選出された。次に，職業性ストレス簡易調査票の全項目を独立変数に，従属変数CES-Dとした重回帰分析で，有意水準0.1%で「不安感」（β＝0.205），「抑うつ感」（β＝0.468），有意水準1%で「活気」（β＝－0.112），有意水準5%で「身体愁訴」（β＝0.114），「同僚支援」（β＝0.112），「配偶者・家族・友人からの支援」（β＝0.079）が選出された。

4　考察

完全主義の中で「完全欲求」がタイプA行動様式と関係があり，さらに抑うつとの関係もあることが示された。また,「自分に高い目標を課する傾向」という側面は，その傾向が強いほど負の影響を及ぼし，抑うつに陥りやすいという結果が得られた。一方「ミスを過度に気にする傾向」や「自分の行動にいつも漠然とした疑いをもつ傾向」という側面は，その傾向が強いほど抑うつに陥りやすいことが確認できた。先行研究をみると，桜井，大谷（1997）は大学生を対象に完全主義と抑うつ傾向などとの関係について報告した。清水，古井（2004）は，完全主義傾向の中でも「ミスを過度に気にする」と「行動疑念」は抑うつに陥りやすいと指摘した。髙坂(2008)は，完全主義の中でも「ミスを過度に気にする」傾向の強い青年が劣等感を強く感じやすいことを指摘した。今回の結果は，「ミスを過度に気にする」と「行動疑念」は抑うつと関連があることが示され，先行研究と一致するものであった。さらに重回帰分析では，職務負担の活気や働きがいは高い目標に影響をすることが示された。これは，自分の仕事にやりがいをみつけ働きがいを感じ仕事に取り組むことは良い一面である一方で自分に非現実的な高い目標を定めて，達成できないと抑うつに陥るのではないかと考える。また,職務負担の抑うつ感，身体愁訴，不安感，配偶者・家族・友人からの支援は，ミスを過度に気にすることに影響することが示された。また，職務負担の心理的な仕事の量的負担，心理的な仕事の質的負担，活気は，行動疑念に影響を及ぼす。また，コントロール，疲労感，仕事の適性，不安感，抑うつ感，身体愁訴，仕事の満足度，上司の支援も行動疑念に影響を及ぼす。これは，完全に仕事をするために高い目標をたてるあまりに失敗を過度に恐れや，課題の出来ばえに対して常に漠然とした不安をもつという先行研究と一致すると考える。ミスをしてはいけないとなってしまうと，不安になり，仕事が終わっても気にし過ぎて考えすぎて抑うつが高まるのではないかと考える。また，完全でありたいと思うがゆえにミスをしてしまった時には，できなかった自分を責め抑うつに陥ってしまうのではないだろうか。そんなときに職場以外の家族や友人と話すことができて，仕事場以外で失敗をいつまでも考え続けることから離れることができれば，不安が減り抑うつが和らぐことも考えられる。また，自分の行動に疑念を持つと，この仕事が自分に適性なのだろうか，自分は仕事のコントロールがうまくできないと自分を責めることにつながり抑うつを引き起こすことが考えられる。本研究では，性格傾向としての完全主義である「完全欲求」「高い目標」「ミスを過度に気にする」「行動疑念」の全ての側面において抑うつへの影響がみられた。完全主義の傾向が強い人ほど，中でも「完全欲求」については，タイプA行動様式と関連がみられ，職務負担を抱えやすく抑うつにつながることが示された。