

# 医療従事者の職業性ストレスと抑うつ背景要因の検討

—自己志向的完全主義と攻撃性に着目して—

18012PCM 矢田 隼大

## I. 問題

労働者のメンタルヘルス不調を未然に防止することが益々重要な課題となっている。現在実施されているストレスチェック制度は、平成 27 年 12 月 1 日に施行された、いわゆるメンタル不調といわれる、職場不適應の未然防止を念頭に置いたものである。

永田ら(1996)は、退職前に 51 例中 39 例 (76.5%) の事例で職場適應上の問題がある事を報告した。また小杉(1991)によると、職場不適應とは職業生活上での心理的・身体的不全感を自覚する抑うつの前駆状態であり、また岡田・室谷・蒲原・花澤・志度(2009)は職業性ストレスと抑うつとの関連を検討し、職業性ストレスの各下位因子と抑うつは多面的に関連していることを明らかにした。さらに抑うつの背景には、完全主義があることが指摘されている(大谷・桜井, 1995)。また完全主義と抑うつには、攻撃性が関連することが報告されている(斉藤・沢崎・今野, 2008)。

本研究では、職場不適應や職業性ストレスに関連して抑うつに陥る可能性を強める要因について検討する事を目的とする。抑うつとの関連が指摘されている完全主義と攻撃性との関連を検討して、労働者のメンタルヘルスについて、具体的な特徴を明確にすることを目的とする。

## II. 方法

(1) 対象: 医療法人 A 病院の従業員に対して、例年実施しているメンタルヘルス対策の一環として質問紙調査を行った。男性は 58 名(平均年齢 34.05 歳)、女性は 152 名(平均年齢 38.28 歳)であった。回答に欠損のある場合と、人数の少ない年代、また人数の少ない職種を除き、210 名を分析の対象とした。

(2) 調査方法: A 病院総務課の担当者を通して、2018 年 8 月に質問紙を配布した。記入後は封筒

に入れ、本人が封緘したものを回収した。

(3) 質問紙の構成: フェイスシート, CES-D 日本語版(島・鹿野・北村・浅井, 1985), 職業性ストレス簡易調査, 日本語版 Buss-Perry 攻撃性質問紙(安藤他, 1999), 自己志向的完全主義尺度(桜井・大谷 1997) から構成された。分析は IBM SPSS Statistic21 を用いて行った。

## III. 結果

自己志向的完全主義が攻撃性と抑うつ及び職業性ストレスに及ぼす影響を検討するため、重回帰分析を行った。その結果、「高目標」が「言語的攻撃」に正の影響を与えた。また「失敗過敏」が「ストレス反応」、「修飾要因」及び「抑うつ」「敵意」に正の影響を与えた。「行動疑念」が「ストレス反応」、「修飾要因」及び「抑うつ」に正の影響を与えた。

攻撃性尺度の下位尺度を独立変数、職業性ストレスの各下位尺度と「抑うつ」を従属変数して重回帰分析を行った。「短気」が「ストレス反応」、「修飾要因」及び「抑うつ」に正の影響を示し、「敵意」が「ストレス要因」「ストレス反応」、「修飾要因」、「抑うつ」に正の影響を与えた。「言語的攻撃」が「ストレス反応」、「修飾要因」、「抑うつ」に負の影響を与えた。

自己志向的完全主義の下位尺度の「完全でありたい欲求」と「自分の行動に漠然とした疑いを持つ傾向」を平均値を基準に低群と高群に分け独立変数とし、職業性ストレス、抑うつ、攻撃性について、二要因分散分析を行った。その結果、「ストレス反応」では、「行動疑念」が低い群で、「完全欲求」が高い方が「ストレス反応」が有意に高くなることが示され、「完全欲求」が低い群で、「行動疑念」が高い方が「ストレス反応」が有意に高いことが示された。「修飾要因」では「行動疑念」が低い群で、「完全欲求」が高い方が「修

飾要因」が有意に高いことが示された。抑うつでは、「行動疑念」が低い群で「完全欲求」が高い方が有意に高くなることが示された。さらに「完全欲求」が低い群で、「行動疑念」が高い方が有意に高いことが示された。

「敵意」では、「行動疑念」が低い群で「完全欲求」が高い群が有意に高くなることが示された。「完全欲求」が低い群で、「行動疑念」が高い群が有意に高いことが示された。また「言語的攻撃」では、「行動疑念」が高い群で「完全欲求」が高い方が有意に高くなることが示された。「完全欲求」が低い群で、「行動疑念」が低い群が有意に高いことが示された。

攻撃性の認知的な側面である「敵意」と道具的な側面である「言語的攻撃」の2つの下位尺度を平均値を基準に高群と低群に分けて独立変数とし、職業性ストレスの各下位尺度と「抑うつ」について二要因分散分析を行った。その結果、「言語的攻撃」の高さにかかわらず、「敵意」が高い方が「ストレス反応」と「修飾要因」においてが有意に高くなることが示された。一方で、「敵意」が低い群において「言語的攻撃」が高い方が有意に低くなることが示された。「抑うつ」では、「言語的攻撃」の高さにかかわらず、「敵意」が高い方が有意に高くなることが示された。しかし、「敵意」が低い群においても「言語的攻撃」の影響はみられなかった。

#### IV. 考察

自己志向的完全主義の「失敗過敏」と「行動疑念」が攻撃性や抑うつ、職業性ストレスを強める影響を示した。また「敵意」や「短気」といった怒りを感じやすい強い程、ストレスや抑うつを感じやすい。「言語的攻撃」はストレスの訴えを低減させる可能性が示されたが、敵意的な認知が強い場合、「言語的攻撃」の影響が出なかった。鈴木・安齋(1999)は、抑うつ者は内面にある他責性を外面に表さず、抑制していると報告したように、言語的攻撃は抑うつを低減させなかったと考えられる。

林(2006)、古井(2007)は、完全主義は全能感のあらわれであるとしている。辻(1993)は、神

経症においては自己意識の強さに加え、完全主義が高いことが症状を固定させる要因であると述べている。さらに伊藤・竹中・上野(2005)は、完全主義、執着性格、非機能的態度という異なる抑うつ心理的要因は、共通してネガティブな反すう傾向と正の相関があり、ネガティブな反すう傾向が高い場合にうつ状態が引き起こされることなどを示した。

完全主義者は万能感に浸っているため、自身の不完全性に目を向けず、完全主義のみが高く表れる。この時、他者から得られる評価に対する要求水準は高くなり、自身が望んだ評価や結果を得られないことで感じる怒りを他者に帰属することで、自身の完全性を保証しようとすると考えられる。しかし自身が望んだ結果や評価を得られないことを繰り返し経験する中で、ネガティブな反すうが続くと考えられるため、抑うつ的になりストレス反応も強くなると考えられる。その過程で自身の不完全性に目が向き始めると考えられる。このような状態が「職場不適応」に至っている状態であると考えられる。すなわち、自身の万能感が傷つくことを恐れているため、敵意的な認知が強く、怒りを感じやすい故に、ストレスや抑うつを感じやすく、「職場不適応」に陥っていると考えられる。

自身の不完全性に目が向き始めていく中で、万能感から脱していくと考えられる。しかし、この時には自身の万能感から脱したのみであり、現実的な有能感が身についていないため、自身の行動に対する不安のみが強くなる。自身の能力や特性を知ることで万能感も強くなく、自身の行動の恐れも低くなっていき、適応的な状態になると言えよう。

以上のことから、職場不適応によって抑うつ状態にある個人の支援としては、ストレスや抑うつへの訴えの背景にあると考えられる、強い敵意を強めている非現実的なパーソナリティ要因の完全主義を考慮し、現実的な有能感を獲得するような支援が考えられると言えるだろう。

なお、本研究は愛知淑徳大学大学院心理医療科学研究科倫理委員会での承認を得ている。