

# パーソナリティ、発達障害傾向および回復力（レジリエンス）と ストレス反応との関連

## － 労働態度尺度 ScWAT を用いて －

野口 寿一

### Relationship between personality types, tendency of developmental disorder, resilience and stress responses : Using the scale on working attitude types (ScWAT)

Toshikazu Noguchi

#### 要 旨

我々は、労働に従事する態度に影響するパーソナリティ傾向と、発達障害傾向、そしてストレス状態からの回復力を測定するための質問紙尺度、労働態度尺度（ScWAT）を開発し、地域企業のメンタルヘルスサポートに活用してきた。本稿では、どのような個人的特性があるとストレス反応が現れやすいのかを明らかにするため、ScWATの各尺度とストレス反応尺度との相関を調べた。首都圏の企業の従業員20代～50代の男女のデータ1510名分を分析した。結果、ストレス反応の高さと関連していたのは〈嫌われ不安〉〈配慮希求〉〈主張困難〉〈自閉的傾向〉〈コミュニケーションの不器用さ〉〈臨機応変さの不足〉〈注意集中の不器用さ〉であり、低さと関連していたのは〈責任志向〉〈回復力〉〈関係による支え〉〈対人柔軟性〉〈楽観性〉であった。さらなる検討で、〈完全志向〉については極めて高い者でストレス反応が低く、比較的ポジティブな性質であることが見出された。

キーワード：産業メンタルヘルス、アセスメント、職業性ストレス

#### I. 問題および目的

島根大学人間科学部および島根大学こころとそだちの相談センターでは、地域のニーズに応える形で、いくつかの企業に対してメンタルヘルス向上と維持のためのサービスを提供している。具体的には、従業員に対する電話相談の実施、来談カウンセリングの実施、管理監督者および人事部およびメンタルヘルス担当者に対するコンサルテーション、管理監督者向けのEラーニング教材による教育と、従業員の心理的特徴を適切に掴むためのアセスメントの実施である。

アセスメントのためのツールとしては、個々の社員が自身の心理的特徴をつかむための島大式労働態度尺度（Scale of Working Attitude Test, 以下 ScWAT）という質問紙テストを作成し、それを用いてストレスによるネガティブな心身反応の高低に影響する働き方のタイプを測定して

いる。この尺度は、サンプルデータをもとに、十分な信頼性（信頼できる安定したものさしであること）と、妥当性（確かな精度をもって測定しようとしている性質を測定できていること）を備えた尺度として構成されている。さらに、人事担当者からの「本人たちに自覚を促したい」という声を受けてメンタルヘルス部門のみに結果のフィードバックを行うのではなく、健康診断のように回答者本人に結果とアドバイスを返すシステムを構築した。厚生労働省より実施が義務付けられたストレスチェックが、「すでに疲労が極度に溜まっている者」「負担が強く、メンタルダウンの危険性が迫った者」をピックアップすることを目的としているのに対して、この ScWAT を用いたフィードバックシステムは、「働くときに、自分はこんな感じ方・考え方をしてストレスをためがち」といった傾向の自覚を促し、それによって高

ストレス者が出るのを未然に防ぐことを目的としている。

ストレッサーとストレス反応の関係については、職務の複雑さや負担、責任の重さといった職務要請 job demands と、個人の能力 abilities の間の不適合や、収入などの供給 supplies と個人の動機との間の不適合に注目したモデル (French, Rodgers, & Cobbs, 1974) [1] や、職務よりも組織との適合・不適合に焦点を当てたモデル (Kristof, 1996) [2] の他、職務の負荷の程度と、意志決定の裁量のギャップ (Karasek & Theorell, 1990) [3] や、職務遂行に必要な努力と報酬のアンバランスに注目した研究 (Siegrist, 1996) [4] もある。これらのモデルは、いずれも個人のもつ性質と環境側から与えられる性質との不適合に焦点を当てており、広い意味での「職場環境」の改善や、それと個人との相性をアセスメントするのに有用な視点を与えてくれる。

にもかかわらず、我々が「働き方のタイプ」という言わば、個人内のパーソナリティ要因に注目したのは、昨今、企業の管理職から、「ある社員にどのように対応したらよいかわからず困る」と相談されることが増えたためである。そのような相談では、特に若手社員に対する戸惑いが多く、ある人事担当者の印象では、「自分たちの世代と若い世代とでは労働への姿勢にギャップがあると感じてきた。しかも、ここ2、3年でさらに若手の様子も変化し、ギャップが広がっている」という。もちろん企業や地域によっても違いはあろうが、現代日本において若年層を中心にパーソナリティが大きく変化しつつあることは、様々な臨床現場でも指摘されている。

児童の不登校を例にとると、1982年の小倉清 [5] の報告によれば、不登校になる子は「几帳面でいつもきちんとしており、皆から好かれ、どこでも評判のいい子」で「責任感が強い」ことが多く (p28)、表面に現れる問題の裏には「深い悲しみ・寂しさ・不安」が存在していた。それに対して2000年代には、不登校に関して学校に來られないことを悩んでいなかったり (岩宮, 2009) [6]、本人は不適應とも思っていない (岩宮, 2014) [7] 事例が増えていると報告される。

産業領域で象徴的なのは、うつ (depression) である。うつになる人の性格の典型は、以前であればメランコリー親和型と言われるような、几帳面、律儀、強い責任感、他者配慮を特徴とする性格であったが、1990年以降、日本で若者患者を中心に報告されるうつは、未熟型うつ病、現代型うつ病、ディスチミア親和型うつ病などと呼ばれる。彼らは、ちょっと叱られただけで発症し、会社に対して自分をうつ状態にした非難感情を表明したり、仕事以外では元気であったり、病気で

あることを主張して職場復帰を先延ばしにしたりする。このような他責的、回避的なあり方は、従来型のうつの人が、自責的で焦燥感から回復が不十分な状態で職場復帰を希望したのとは大きく異なっている。

このように現代においてこころのあり方が変わってきている要因には、社会構造の変化があると指摘されている。現代日本社会においては、多様な生き方が認められるようになり、それゆえに社会的要請に対しての「葛藤」をもちにくくなっている (河合, 2016) [8]。また「明確な評価の物差しが社会の側」に存在しなくなったことで、人は周囲からの反応を絶えず探り、それを自分の羅針盤とせざるをえなくなっている (土井, 2014) [9] という指摘もある。このような社会ゆえに、葛藤も罪悪感もなく主張が強いように見えて、自分の軸がなく、ちょっとした他者の反応に左右されやすい者が増えているとすると、不登校やうつの変化は、不調や不適應を呈した者に限定してみられるわけではなく、水面から出た氷山の一部のように、現代日本人の生き方を集約して顕在化したものとも考えられよう。

以上の問題意識から、これからの産業メンタルヘルスや企業へのコンサルテーションを考える上では、個々人のパーソナリティにも注目する必要があると考え、ScWATを作成するに至ったのである。

ScWATの作成にあたっては、現代型うつと現代のパーソナリティの共通項を抽出する形で作成した質問に、完全主義傾向を測定する質問を加えて因子分析を行い、他者に悪く思われたり嫌われたりするのではないかと不安になりやすい「嫌われ不安」因子、周囲に対して配慮を求める気持ちを示す「配慮希求」因子、周囲の都合を気にして自己主張や拒絶が出来ない傾向を示す「主張困難」因子、完全にやり遂げないと気が済まない傾向を示す「完全志向」、プレッシャーがかかる状況や責任状況を回避したい願望の低さと活躍したい願望の高さを示す「責任志向」因子を抽出した。以上の5つの因子を構成する20項目 (各因子4項目ずつ) からクラスター分析によって得られた5つの働き方タイプに関しては、タイプ間でストレス反応のパターンに有意な差があることが確認されている (Noguchi, in print) [10]

さらに発達障害傾向を測定する項目群と、ストレスがかかった状態から回復するための力 (回復力) を測定する項目群を加えている。これらの2種類の項目群の尺度作成については野口 (2018) [11] で報告したが、本稿でも簡単に触れておく。まず、自閉症傾向を測定するために、AQ (Autism-Spectrum Quotient) 日本語版 [12] の質問項目をもとに、労働領域で自閉傾向が自覚に上る状況

を想定して、質問を作成していった。自閉症が疑われる者、つまりAQのスクリーニング基準を上回る者を弁別できる項目のみを採用した。12の採用項目の単純合計を自閉的傾向の得点とした。また、質問内容を吟味して、「コミュニケーションの不器用さ」(8項目)と「臨機応変さの不足」(4項目)という下位得点をも算出することにした。ADHD傾向を測定するためには、ASRS(Adult ADHD Self Report Scale)の日本語版の質問項目をもとに、労働領域で自閉傾向が自覚に上る状況を想定して、質問を作成していった。ADHDが疑われる者、つまりASRSのスクリーニング基準を上回る者を弁別できる7項目のみを採用し、合計得点を「注意集中の不器用さ」得点とした。

さらに、ストレスがかかった状態から回復するための力(回復力)を測定する項目群を、レジリエンスの先行研究を参考にして作成した。アルファ係数を吟味して項目の選定を行った後、残った11項目の合計得点と、Ego-Resiliency尺度(畑・小野寺, 2013) [13]との間に高い相関が見られ、妥当性が確認された。野口(2018)の時点では合計得点のみを扱っていたが、現在は、因子分析の結果をもとに、対人関係のサポートが得られているかどうか(関係による支え)、様々な人と接するための柔軟性をもてるか(対人的柔軟性)、楽観的に考えたり気持ちを切り替えたりできるか(楽観性)という3つの下位尺度の得点を算出して用いている。

本稿では、ScWATを活用するための基礎的なデータを蓄積することを目的として、ScWATの各得点と、ストレス反応尺度(島津・布施・種市・大橋・小杉, 1997) [14]との相関を検討する。

## II. 方法

首都圏の一企業にメンタルヘルステストを開発するための調査として、ScWATとストレス反応尺度を冊子にしたものを配布した<sup>1</sup>。ScWATとストレス反応尺度に欠損値の見られない20代~50代の男女のデータ1510名分を分析対象とした。

## III. 結果

ScWATについては各因子に属する質問項目の単純合計得点を算出した。ストレス反応尺度は原典にしたがって得点を算出した。ScWATのそれぞれの得点の基本統計量を表1に、ストレス反応尺度の基本統計量を表2に示す。

ScWATの各尺度得点とストレス反応尺度の得点およびその下位尺度得点との間のピアソンの相関係数を算出した(表3)。

〈嫌われ不安〉では、憂うつ感、緊張感、スト

表1 ScWATの各得点の基本統計量 (n=1510)

		平均値	標準偏差
パーソナリティ	嫌われ不安	9.4	2.8
	配慮希求	9.0	2.5
	主張困難	11.5	2.4
	完全志向	10.7	2.2
	責任志向	9.1	2.4
発達障害傾向	自閉的傾向(合計)	28.4	5.7
	コミュニケーションの不器用さ	18.4	4.2
	臨機応変さの不足	9.9	2.3
	注意集中の不器用さ	16.1	3.1
回復力	回復力(合計)	29.1	5.9
	関係による支え	10.7	3.0
	対人柔軟性	8.0	2.1
	楽観性	10.4	2.7

表2 ストレス反応尺度の各得点の基本統計量 (n=1510)

ストレス反応(合計)	73.1	20.3
憂うつ感	19.7	6.8
イライラ感	15.1	5.5
身体不調感	10.8	4.8
緊張感	15.3	5.0
疲労感	12.3	3.8

レス反応の合計得点と中等度の有意な相関が見られた。〈配慮希求〉では、憂うつ感、イライラ感、ストレス反応(合計)と中等度の有意な相関が見られた。〈主張困難〉では、緊張感との間に中等度の有意な相関が見られた。〈完全志向〉では、ストレス反応の各得点とは、ごく弱い負の相関が見られた。〈責任志向〉では、憂うつ感、緊張感、ストレス反応(合計)との中等度の有意な負の相関が見られた。

〈自閉的傾向〉とは、緊張感と高い有意な相関が見られ、憂うつ感、疲労感、ストレス反応(合計)と中等度の有意な相関が見られた。自閉的傾向の下位尺度である〈コミュニケーションの不器用さ〉と〈臨機応変さの不足〉では、どちらも憂うつ感、緊張感、ストレス反応(合計)と中等度の有意な相関が見られた。〈注意集中の不器用さ〉は、ストレス反応(合計)と中等度の有意な相関が見られた。

〈回復力(合計)〉では、憂うつ感、ストレス反応(合計)と有意に高い負の相関が見られ、イライラ感、緊張感、疲労感と中等度の有意な負の相関が見られた。回復力の下位尺度である〈関係による支え〉では、憂うつ感と中等度の有意な負の

<sup>1</sup>その他にもいくつかの既存尺度と心身の疾患への罹患に関するアンケートも同時に配布したが、その結果は稿を改めて報告する。

表3 ScWATの各尺度得点とストレス反応

		憂うつ感	イライラ感	身体不調感	緊張感	疲労感	ストレス反応(合計)
パーソナリティ (働き方)	嫌われ不安	.42**	.36**	.26**	.44**	.30**	.46**
	配慮希求	.42**	.45**	.24**	.33**	.36**	.47**
	主張困難	.38**	.17**	.14**	.45**	.25**	.36**
	完全志向	-.14**	-.03	-.08**	-.18**	-.09**	-.14**
	責任志向	-.44**	-.26**	-.26**	-.48**	-.36**	-.46**
発達障害傾向	自閉的傾向(合計)	.54**	.40**	.32**	.64**	.41**	.60**
	コミュニケーションの不器用さ	.50**	.35**	.31**	.58**	.38**	.55**
	臨機応変さの不足	.43**	.35**	.23**	.53**	.35**	.49**
	注意集中の不器用さ	.34**	.36**	.25**	.33**	.30**	.41**
回復力	回復力(合計)	-.65**	-.42**	-.33**	-.54**	-.42**	-.62**
	関係による支え	-.45**	-.20**	-.18**	-.29**	-.23**	-.36**
	対人柔軟性	-.35**	-.34**	-.18**	-.44**	-.24**	-.41**
	楽観性	-.64**	-.44**	-.37**	-.51**	-.48**	-.64**

\*\*：p<.01

相関が見られた。同じく下位尺度である〈対人柔軟性〉では、緊張感、ストレス反応（合計）と中等度の有意な負の相関が見られた。同じく下位尺度である〈楽観性〉では、憂うつ感、ストレス反応（合計）と有意に高い負の相関が見られ、イライラ感、緊張感、疲労感と中等度の有意な負の相関が見られた。

次に、擬似的な相関や無相関が見られる可能性を考えて、調査協力者を各得点の4分位数で分割し、群間比較を行った。1群（第1四分位数以下の得点）、2群（第1四分位数～中央値の得点）、3群（中央値～第3四分位数の得点）、4群（第3四分位数以上の得点）の4グループに分割し、グループを独立変数、ストレス反応尺度の全体得点を従属変数として、一元配置分散分析を行った。多重比較には、Tukeyの方法を用いた。等分散性が保証されない場合には、Welchの方法で自由度の修正を行い、多重比較にはDunnettのT3検定を用いた。

結果、〈嫌われ不安〉、〈配慮希求〉、〈自閉的傾向（合計）〉、〈コミュニケーションの不器用さ〉、〈臨機応変さの不足〉については、得点が高くなるほどストレス反応（合計）の得点も有意に高くなっていることが確認された（1群<2群<3群<4群）。〈回復力（合計）〉、〈関係による支え〉、〈対人柔軟性〉、〈楽観性〉については、得点が高くなるほどストレス反応（合計）の得点が有意に低くなっていることが確認された（4群<3群<2群<1群）。〈主張困難〉〈責任志向〉〈注意集中の不器用さ〉については、極端に高いとストレス反応は有意に高く（4群）、極端に低いとストレス反応は有意に低く（1群）、中等度の群同士ではストレス反応の得点に有意な差は見られなかった（1群<2群=3群<4群）。〈完全志向〉につ

いては、極端に高い群のみストレス反応が有意に低く、他の群間の差は有意ではなかった（4群<1群=2群=3群）。

#### IV. 考察

パーソナリティ（働き方）に関する項目は、〈完全志向〉を除く4得点はいずれもストレス反応の下位得点のいずれかと中等度以上の有意な相関が見られた。これはScWATのパーソナリティ項目が、ストレス反応を左右する要因を測定できていることの証左と言えるだろう。

〈嫌われ不安〉は、「相手が自分のことを悪く思っていないか、確かめたくなる」「とにかく、自分が嫌われていないという安心感が欲しいときがある」「自分が相手にしてもらえなくなるのではないかと不安になることがよくある」「自慢するような話をしてしまったと後から気にすることがある」という項目から構成されている。表4の結果を踏まえると、その高低が、一次関数的にストレス反応の程度に影響しやすい得点と言える。周りの評価をネガティブな形で気にして不安になる態度が強い者は、気持ちが落ち込んだり（憂うつ感）と緊張が強くなったり（緊張感）という反応でストレスの影響が現れやすいようである（表3）。

〈配慮希求〉は、「私の気持ちに対する配慮が欲しいと思うことがよくある」「私に接するときは、私の心情や事情を十分に理解して接して欲しい」「周囲の人が私に十分に配慮してくれていないと思うことがある」「自分のしたことをほめてもらったり、感謝されたりしないと満たされない気持ちになることがある」という項目から構成されている。この得点もまた、その高低が、一次関数的にストレス反応の程度に影響しやすい得点であっ

表4 各尺度得点の上位下位群におけるストレス反応の比較

		ストレス反応(合計)の得点				F値	多重比較
		1群 (下位25%)	2群 (下位25% ~50%)	3群 (上位25% ~50%)	4群 (上位25%)		
パーソナリティ	嫌われ不安	平均値 SD	64.4 19.6	70.8 16.2	76.5 17.7	85.6 18.3	105.3 ** 1<2<3<4
	配慮希求	平均値 SD	61.4 19.8	70.2 17.3	79.2 17.0	89.8 18.0	136.9 ** 1<2<3<4
	主張困難	平均値 SD	64.7 19.9	73.1 17.8	75.3 18.3	85.4 20.4	70.0 ** 1<2=3<4
	完全志向	平均値 SD	76.3 21.0	73.0 19.2	72.9 19.8	68.7 21.0	8.0 ** 4<1=2=3
	責任志向	平均値 SD	81.1 19.4	73.3 17.1	69.8 18.6	55.9 17.0	104.1 ** 4<2=3<1
発達障害傾向	自閉的傾向(合計)	平均値 SD	59.4 17.8	70.8 16.5	77.1 16.5	89.1 17.6	202.9 ** 1<2<3<4
	コミュニケーションの不器用さ	平均値 SD	60.9 18.7	69.4 16.5	78.1 16.6	87.2 18.3	163.0 ** 1<2<3<4
	臨機応変さの不足	平均値 SD	61.1 19.2	71.2 17.5	77.2 16.1	85.9 19.4	123.7 ** 1<2<3<4
	注意集中の不器用さ	平均値 SD	63.2 18.1	73.4 19.3	76.4 17.9	84.3 20.4	81.5 ** 1<2=3<4
	回復力(合計)	平均値 SD	89.0 18.4	75.5 15.8	68.8 15.3	56.4 16.9	246.6 ** 4<3<2<1
回復力	関係による支え	平均値 SD	81.1 20.2	73.3 18.5	69.6 17.8	62.0 19.0	66.6 ** 4<3<2<1
	対人柔軟性	平均値 SD	81.6 19.7	74.0 16.9	69.7 17.8	61.0 19.6	86.4 ** 4<3<2<1
	楽観性	平均値 SD	87.2 17.3	71.4 15.7	66.1 16.6	55.6 16.3	256.5 ** 4<3<2<1

\*\* : p &lt; .01

た(表4)。パーソナリティに関する因子の中では、唯一、イライラ感との相関が中等度以上見られたのが特徴的である(表3)。「配慮希求」が高いということは、周囲に責を求めて、自分自身の不安や不快状況を収めようとする態度の強さを意味しており、そのような態度の強い人は、ストレス反応の中でもイライラ感が出やすいのであろう。

〈主張困難〉は、「周りの都合に合わせることが多い」「頼まれたことを断るのは、悪い気がする」「場の流れに逆らって、自分の都合を主張することができない」「何かにつけて周囲の意向を気にするほうだ」という項目から構成されている。極端に高い者(上位25%)でストレス反応が高く、極端に低い者(下位25%)でストレス反応が低かった(表4)。中央値前後であれば、多少の高低は問題ではない得点と言えよう。ストレス反応は、〈配慮希求〉とは対照的にイライラ感としては現れず、緊張感として現れやすいようである。一見、主張に乏しく周りに合わせる態度が強い者が、その内心では、周囲との軋轢を生まぬようにと強い緊張を感じていることを表3の結果は示している。〈配慮希求〉が他責的であるのに対して、主張困難は、自責的な態度に関わっている得点と理解することもできるように思われる。

〈完全志向〉は、唯一ストレス反応との相関がごく弱くしか見られなかった得点である。しかし、調査協力者を4分割して群間比較してみると、上位25%の群が他よりも有意にストレス反応が低かった。この〈完全志向〉という因子を構成している質問項目は、「一旦引き受けたことは中途半端

な出来では納得できない」「“なあなあ”で済ませるのは嫌いだ」「与えられた目標はちゃんとやり遂げないと気が済まない」「面倒なことに直面しても、根気強く取り組むほうだ」である。そのうちの3つの項目は、「納得できない」「で済ませるのは嫌い」「気が済まない」と否定的なニュアンスのある文章であるが、ストレス反応との関連からすると、困難に粘り強く取り組もうとするポジティブな態度を測定していると言えそうである。群間比較では有意ではないものの、下位25%でストレス反応の素点が比較的高いのも、緩やかな傾向ではあるが、高いほどストレスに対する抵抗性があることを示唆している。ただ、他の得点に比べて比較的SDが高いことからすると、ストレスに対して人によって良くも悪くも働く、振れ幅が比較的大きい性質であると考えられる。

〈責任志向〉は、「責任のある作業を任されるようになりたい」「周りの注目を集めるような働きをしたいと思う」「責任がかかると、プレッシャーに押しつぶされそうになる(逆転項目)」「できれば、負担やプレッシャーがかからない生活をおくるのが理想だ(逆転項目)」という項目から構成されている。この得点は、ストレス反応(合計)と負の相関があり、中央値近辺の群間差は有意ではなかったが、上位25%は特にストレス反応が低く、下位25%はストレス反応が高かった(表4)。中でも、憂うつ感、緊張感との負の相関が高い(表3)。活躍することを目指すのではなく自分に責任がかかることに不安を感じて避けたいと強く願う者は、業務に対してプレッシャーを感じるがゆ

えに緊張が強まりやすく、また後ろ向きであるがゆえに憂鬱になりやすいことを、この結果は示していると考えられる。

〈自閉的傾向（合計）〉と、その下位尺度である〈コミュニケーションの不器用さ〉と〈臨機応変さの不足〉は、いずれも得点が高い群の方が、ストレス反応が有意に高かった（表4）。〈自閉的傾向（合計）〉は、特に、緊張感と高い相関が見られ、他に憂うつ感、イライラ感、疲労感と中等度の相関が見られ、自閉的傾向をもつ者がストレスの影響を受けやすいことが示されている。〈コミュニケーションの不器用さ〉は、「雑談をするのは苦手だ」「相手に何を言われているのかわからなかったために、失敗してしまうことが多い」「人の気持ちがわからない」と人から言われることがよくある」「周りの話の流れについていけないと感ずることがある」などを含む8項目から構成されている。この得点は、憂うつ感、および緊張感と中等度の相関が見られた。〈臨機応変さの不足〉は、「予定外の出来事に混乱してしまうほうだ」「細部が気になって、なかなか仕事が進まない」「繰り返し同じやり方でできる仕事が好きだ」「自分のやり方でできないと、混乱してしまうことがよくある」という質問項目から構成されている。〈コミュニケーションの不器用さ〉と同様に、憂うつ感、および緊張感と中等度の相関が見られた。これらの得点は、周囲の状況や他者の気持ちを読み取ることが難しかったり、大切な流れを掴みながら状況の変化についていくことが難しかったりする傾向を示しており、高得点者は、状況の中で自分がどのように振る舞えばよいかかわからず、緊張が高まったり、気分が落ち込んだりしやすいと考えられる。

ADHD 傾向を示す〈注意集中の不器用さ〉は、「じっくり考えなければならない仕事を、ついつい後回しにしてしまう」「約束や予定をうっかり忘れてしまうことがある」「元々落ち着きがなく、じっとしているのは苦手な方である」「仕事を順序立てて計画するのは苦手なほうだ」という項目からなる。この得点は、中央値付近の群では差が見られず、極めて高い（上位25%）群でストレス反応が高く、極めて低い（下位25%）群でストレス反応が低かった（表4）。ストレス反応（合計）とは中等度の相関が見られるが、ストレス反応の下位得点を見ると、いずれかが突出して相関が高いというわけでもなく、万遍なくやや弱めの相関が見られた。上記のような項目で測定される注意集中の不器用さは、ADHD 傾向の者に限らずある程度普遍的に見られるものであり、標準的な範囲であればその高低がすぐさまストレス反応の高低につながるというわけではないのであろう。極めて高い群でストレス反応が高いという結果は、

注意や集中、計画の困難がストレス反応につながりやすいことを示唆していよう。

〈回復力（合計）〉と、その下位尺度である〈関係による支え〉〈対人柔軟性〉〈楽観性〉は、いずれも得点が高いほどストレス反応が低く、得点が低いほどストレス反応が高かった（表4）。まず、〈回復力（合計）〉は、憂うつ感およびストレス反応（合計）との間に高い負の相関が見られ、さらにイライラ感および疲労感との間に中等度の負の相関が見られた。回復力はかなりの程度、ストレス反応を低減させる要因であることが示されたと言える。

次に3つの下位得点の結果を見ていく。まず、〈関係による支え〉は、「わがままを言える相手がいる」「自分の弱いところを見せられる相手がいる」「自分が誰かに大切にされていると感ずることができる」「信頼できる人、あるいは尊敬できる人がある」という項目から構成されている。ストレス反応尺度の下位尺度の中でも、憂うつ感と負の相関が中等度であり、他との相関は弱い（表3）。この結果は、支えてくれる誰かがいること、あるいは支えてくれる誰かがいると感ずられることが、気持ちの落ち込みを軽減してくれる可能性を示している。

〈対人柔軟性〉は、「相手がどんなタイプの人でも、それなりに合わせることができる」「苦手な人ともそれなりにうまく付き合うことができる」「誰とでも分け隔てなく話すことができる」という項目から構成されている。ストレス反応尺度との関連では、緊張感との負の相関が中等度であり、他とは比較的相関が弱い。様々なタイプの人に合わせられるということは、対人関係的な場に安心して居ることができることにつながるため、緊張感の低減につながると考えられる。自閉症傾向の下位尺度である〈臨機応変さの欠如〉でも緊張感との相関が見られたのと通じる結果でもあり、様々な人と接し刻々と変化する場に柔軟についていくことが難しい者こそ、緊張感を感じやすいことが示されたと言えよう。

〈楽観性〉は、「どうにもならないことでも、悲観的に考え続けるほうだ（逆）」「失敗して動揺しても、すぐに気持ちを落ち着かせることができる」「気分転換が上手くできないほうだ（逆）」「困ったことがあっても、そのうち好転すると思える」という項目から構成されている。〈楽観性〉は、ストレス反応（合計）ともっとも高い相関が見られた尺度であり、憂うつ感との高い負の相関に加えて、イライラ感、緊張感、疲労感とも中等度の負の相関が見られた。困ったことが起こっても気持ちを切り替えることがきたり、楽観的な視点をもつことができたりすることは、ストレス反応の低減にかなりの影響を持っていると言えるだろ

う。疲労感との相関の絶対値が他の尺度よりも比較的高めであったのも特徴的である。疲れた、あるいは、消耗した、という感覚は、一般的には仕事量の多さや仕事の質に影響を受けると考えられやすいが、楽観性という個人の内的要因と相関が見られたという結果は示唆的である。この結果は、ストレスによる疲労感を訴える者に対する介入として、業務量や業務内容といった外的な調整だけでなく、内面に対する介入も有効である可能性を示している。

## V. 今後の課題

本稿では、ストレス反応尺度との関連を扱ったが、質問紙で回答できるようなストレス反応は本人が自覚しているものに限られる。意識に上っていない水準のストレス反応や、あるいは、ストレス反応の現れとしての心身症状との関連を検討することは今後の課題としたい。

## 文 献

- [1] French, J. R. P., Rodgers, W. L. and Cobb, S. (1974). Adjustment as person-environment fit. In: Coelho, G., Hamburg, D. and Adams, J. (Eds) , *Coping and Adaptation*. New York: Basic Books, pp. 316-333.
- [2] Kristof, A. L. (1996). Person-organization fit: An integrative review of its conceptualizations, measurement, and implications. *Personnel Psychology*, 49(1), 1-49.
- [3] Karasek, R. A., and Theorell, T. (1990). *Healthy work: Stress, Productivity, and the reconstruction of working life*. New York: Basic Books.
- [4] Siegrist, J. (1996). Adverse health effects of high-effort/low-reward conditions. *Journal of Occupational Health Psychology*, 1(1), 27-41 .
- [5] 小倉清 (1982). 登校拒否 山中康裕 (編) 問題行動 日本文化科学社 pp.19-41.
- [6] 岩宮恵子 (2009). フッターの子の思春期ー心理療法の現場から 岩波書店.
- [7] 岩宮恵子 (2014). 現代の意識と「物語」 ころの科学 (175) 81-87
- [8] 河合俊雄 (2016). 発達障害の増加と発達の「非定型化」 河合俊雄・田中康裕 (編) 発達の非定型化と心理療法 創元社 pp.4-24
- [9] 土井隆義 (2014). つながりをもたれる子ども達 ネット依存といじめ問題を考える 岩波書店
- [10] NOGUCHI, T. (in print) . Relationship between modern personality characteristics and stress responses using the scale on working attitude types (ScWAT). *Psychologia*.
- [11] 野口寿一 (2018). 新入社員の不適応予防につながるアセスメント法の開発. ころの未来. 81.
- [12] 若林明雄・東條吉邦・Baron-Cohen, S., Wheelwright, S. (2004) 自閉症スペクトラム指数 (AQ) 日本語版の標準化—高機能臨床群と健常成人による検討. 心理学研究, 75 (1), 78-84.
- [13] 畑潮・小野寺敦子 (2013). Ego-Resiliency 尺度 (ER89) 日本語版作成と信頼性・妥当性の検討. パーソナリティ研究 22 (1), 37-47
- [14] 島津明人・布施美和子・種市康太郎・大橋靖史・小杉正太郎 (1997). 従業員を対象としたストレス調査票作成の試み (1) ストレッサー尺度・ストレス反応尺度の作成. 産業ストレス研究, 4, 41-52.