

対人援助職者における職業性ストレス、職務内容の反すう および退勤後の余暇が well-being に及ぼす影響

—男女別の検討—

○神庭直子 (公益財団法人大原記念労働科学研究所)

キーワード: 対人援助職, リカバリー経験, ストレス反応, ワーク・ライフ・バランス, 満足度

目的

看護師や介護士といった対人援助職者はストレス反応が高く、ストレスマネジメントの必要性が指摘されている(松岡・鈴木, 2008)。また、勤労者のメンタルヘルス問題について「いかに働くか」だけでなく「いかに休むか」という視点も重要である(島津, 2007)。そこで神庭(2015)では対人援助職者を対象に、職業性ストレス、退勤後の職務内容の反すう、およびリカバリー経験(退勤後の余暇時間におけるストレスからの回復に導く経験)が well-being に及ぼす影響を検討した。しかし、その後の検討でリカバリー経験のタイプの割合に性差がみられた(神庭, 2016)。そこで、本研究では先行研究(神庭, 2015; 神庭, 2016)と同一のデータセットを用いて神庭(2015)で検討された影響関係について男女別の分析を行い、より詳細な理解を試みることを目的とする。

方法

調査対象と調査手続き: 20歳代~60歳代の対人援助職者(看護師、保健師、助産師、言語聴覚士、社会福祉士、精神保健福祉士、介護福祉士、カウンセラー・心理士、栄養士、管理栄養士、スポーツインストラクター)を対象とし、全国に173万人のアンケートモニターを保有するインターネット調査会社に調査を依頼した。分析対象者は432名(男性179名(41.4%)、女性253名(58.6%))であり、平均年齢は43.21歳(SD=9.96, range=22-69)であった。

調査時期: 2015年2月上旬であった。

調査内容: (1)基本属性 (2)職業性ストレス簡易調査票(下光他, 2000)および新職業性ストレス簡易調査票(川上他, 2012)より、職業性ストレス、ストレス反応、ワーク・エンゲイジメント、ワーク・セルフ・バランス(ネガティブ、ポジティブ)、満足度(仕事、家庭)に関する各下位尺度、4件法。(3)職務内容の反すう:伊藤・上里(2001)と片山(2014)を参考に作成した3項目、4件法。(4)日本語版リカバリー経験尺度(Shimazu et al., 2012):心理的距離、リラクセス、熟達、コントロールの4下位尺度16項目、5件法。

倫理的配慮: 調査は無記名であり、調査協力に同意する場合のみ回答画面に入ることが可能となる形式をとった。回答データの記録されたファイルは研究者のみが閲覧できる状況で管理した。

結果

1. 各変数の平均値の性差の検討

各下位尺度の平均値についてt検定により性差の検討を行ったところ、職業性ストレスの「職場での対人関係」とリカバリー経験の「熟達」において有意差がみられ(いずれ

も $p<.01$)、いずれも男性の得点が高かった。

2. well-being への影響要因の性差の検討

職業性ストレス、職務内容の反すうおよびリカバリー経験の各変数を説明変数とし、well-beingに関する各変数を目的変数とした重回帰分析(ステップワイズ法)を男女別に行った(Table 1, Table 2)。

考察

有意な説明変数には性差がみられたが、男女の共通点として「役割葛藤」、「情緒的負担」、「職場での対人関係」の職業性ストレスの低減や、退勤後にリラクセスや熟達(余暇時間での自己啓発)に時間を使うことが well-being 向上に寄与する可能性が示された。また、女性のほうが男性よりも、反すうや「心理的距離」が有意な影響を及ぼす目的変数が多かった。ここには、仕事を優先する男性と、仕事優先が多数派ではあるがライフスタイルの変化によって『仕事』と『家庭生活』を共に優先の割合が増加していく女性、という優先度に関する価値観の性差(内閣府, 2009)が関係している可能性も考えられる。今後の検討が必要である。

Table 1 ストレス、職務内容の反すう、およびリカバリー経験がwell-beingに及ぼす影響(男性, n=179)

	心理的ス トレス反 応	身体愁訴	ワーク・エ ンゲイジメ ント	ワーク・セ ルフ・バラ ンス(ネガ ティブ)	ワーク・セ ルフ・バラ ンス(ポジ ティブ)	仕事 満足度	家庭 満足度	
	R ²	.523 ***	.252 ***	.224 ***	.104 ***	.199 ***	.323 ***	.160 ***
職業性ストレス								
仕事の量的負担								
仕事の質的負担								
身体的負担度		.144 *						-.186 **
職場での対人関係			-.217 *			-.283 ***		-.261 ***
情緒的負担	.343 ***							-.253 **
役割葛藤	.276 ***	.242 ***	-.236 **	.189 **				-.180 *
職務内容の反すう	.182 **	.179 *						
リカバリー経験								
心理的距離								
リラクセス	-.153 **	-.210 **			-.233 **			.259 ***
熟達			.184 **			.300 ***		.253 ***
コントロール								

*** $p<.001$, ** $p<.01$, * $p<.05$

Table 2 ストレス、職務内容の反すう、およびリカバリー経験がwell-beingに及ぼす影響(女性, n=253)

	心理的ス トレス反 応	身体愁訴	ワーク・エ ンゲイジメ ント	ワーク・セ ルフ・バラ ンス(ネガ ティブ)	ワーク・セ ルフ・バラ ンス(ポジ ティブ)	仕事 満足度	家庭 満足度	
	R ²	.432 ***	.184 ***	.339 ***	.245 ***	.276 ***	.317 ***	.181 ***
職業性ストレス								
仕事の量的負担								
仕事の質的負担				.219 ***				
身体的負担度	.121 *			.118 *				
職場での対人関係	.127 *				.194 ***			-.213 **
情緒的負担	.211 ***	.166 *		-.172 *				
役割葛藤	.189 **	.209 **	-.313 ***			-.263 ***		-.310 ***
職務内容の反すう	.139 *			.156 *		-.116 *		-.200 **
リカバリー経験								
心理的距離					-.301 ***			
リラクセス	-.131 *							.249 ***
熟達	-.133 *		.322 ***			.433 ***		.237 ***
コントロール		-.203 ***				-.129 *		

*** $p<.001$, ** $p<.01$, * $p<.05$

*利益相反開示: 発表に関連し、利益相反関係ある企業などはありません。(KAMBA Naoko)