

ストレス対処力概念 sense of coherence と信仰との関連性

○戸ヶ里泰典 (放送大学教養学部)・井出訓 (放送大学教養学部)

キーワード: sense of coherence, ストレス対処, 健康生成論, 宗教, 信仰

目的

ストレス対処力概念 sense of coherence (SOC) はアロン・アントノフスキーによって提唱されたストレス対処と健康生成のプロセスをモデル化した健康生成モデルの中核概念である。SOC は把握可能感、処理可能感、有意味感の3つの下位感覚より成る、生活・人生に対する見方・向き合い方に関する感覚である。強い SOC を持つことで、資源を動員しストレスの処理に成功し健康的な状態がもたらされると同時に SOC 自体もさらに強化するといわれている。SOC と健康や QOL との関係については多くの実証研究が行なわれシステマティックレビューでも確認されている。また、健康生成モデルにおいては SOC の形成には汎抵抗資源と呼ばれているストレス対処の資源が重要な役割を果たすとされている。

汎抵抗資源は、「身体的、生化学的、物質的、認知・感情的、評価・態度的、関係的、社会文化的な、個人や集団における特徴のことで、あまねく存在するストレスの回避あるいは処理に有用であるもの」と定義されている。例えば身体的、生化学的汎抵抗資源とは遺伝的、神経免疫学的な資源を指し、物質的汎抵抗資源は、カネ、体力、住居、衣類、食事等があげられている。なお、社会文化的汎抵抗資源とは、宗教やイデオロギーや哲学が含まれるとされる。つまり、信仰や宗教は1つのストレス対処の資源となりうることが考えられる。

宗教や信仰と SOC との関連性の検討では、特定の信仰をもつ人においてきわめて高い SOC がみられたことがアントノフスキー自身により報告されている。宗教や信仰が一つの汎抵抗資源でありうることから、SOC と深く関連する可能性があるが、日本国内外においても十分な検討が行われていない。日本人の宗教については、統計数理研究所の日本人の国民性調査の結果では2000年以降2013年まで、信仰や宗教を持っていると回答している日本人は27~30%で推移しており、一定数存在しているものとみられる。

そこで25歳から64歳の日本人男女を対象として、宗教や信仰に関する状況と SOC との関連性について検討することを目的とする。

方法

2018年1月に、日本国内に在住しインターネット調査会社(株)Intage のオンラインモニター登録をしている25歳~64歳の男女を対象として、web 調査を実施した。モニター登録者のうち、性別、および、25~34歳、35~44歳、45~54歳、55~64歳の年齢階層別のそれぞれで層化したうえで依頼し、調査参加した1194名を分析対象とした。なお調査実施にあたっては放送大学研究倫理委員会の承認を得て行った。

SOC は13項目7件法日本語版 SOC スケール(SOC-13)を用いた。クロンバックの α 係数は.84であった。また、宗教や信仰に関する項目は、JGSS (Japanese General Social Surveys)

調査ならびに ISSP (International Social Survey Programme) 国際比較調査(宗教)における項目を参考に用いた。まず、「あなたには、信仰している宗教がありますか」と聞き、「ある」「特に信仰していないが家の宗教はある」「ない」「答えたくない」4カテゴリで聞いた。次に回答結果から2つの変数の合成を行った。一つは宗教の種類で、「仏教系」「神道系」「キリスト教系」「その他」「わからない・答えたくない」「信仰なし」の6カテゴリとした。もう一つは祈ったり拝んだりする頻度で、「1年以上していない」「年に数回」「月に数回」「週に数回」「1日1回以上」「わからない・答えたくない」「信仰なし」の7カテゴリとした。これらのカテゴリ別に SOC を従属変数とした一元配置分散分析を行った。

結果

現在の宗教については「ある」78名(6.5%)、「特に信仰していないが家の宗教はある」190名(15.9%)、「ない」901名(75.5%)、「答えたくない」25名(2.1%)であった。宗教の内訳は仏教系210名(17.6%)、神道系25名(2.1%)キリスト教系13名(1.1%)その他8名(0.7%)であった。祈ったり拝んだりする頻度は、「1年以上していない」16名(1.3%)、「年に数回」98名(8.2%)、月に数回34名(2.8%)、週に数回29名(2.4%)、1日1回以上82名(6.9%)であった。

SOC-13の平均値(SD)は51.2(10.5)点であった。宗教が「ある」52.0(10.5)、「特に信仰していないが家の宗教はある」53.4(10.4)、「ない」50.7(10.5)で、現在の宗教を因子とした分散分析の結果有意($F(3, 1190)=3.71, p=.011$)であった。また、「仏教系」53.2(10.8)、「神道系」52.8(12.1)、「キリスト教系」51.3(6.0)、「その他」52.3(7.2)であった。宗教の種類を因子とした分散分析の結果は有意ではなかった($F(5, 1188)=2.16, p=.057$)。祈ったり拝んだりする頻度は「1年以上していない」49.6(9.1)、「年に数回」53.6、「月に数回」52.0(10.2)、「週に数回」52.5(9.7)、「1日1回以上」53.6(11.7)であった。祈ったり拝んだりする頻度を因子とした分散分析の結果有意($F(6, 1187)=2.13, p=.048$)であった。

考察

宗教・信仰がある者のほうが高い SOC である傾向がみられた。しかし、宗教の種類と SOC との関係は見られなかった。また祈ったり拝んだりする頻度については年に数回から1日1回以上までほぼ同水準であるが1年以上していない群、宗教なし群よりも高い傾向がみられた。信仰自体が何らかの形で汎抵抗資源となっている可能性があり、それにより SOC を形作る人生経験が提供されていることが伺える。このメカニズムの解明については今後の詳細な検討が必要である。

利益相反開示；発表に関連し、開示すべき利益相反関係にある企業などはありません

(TOGARI Taisuke, IDE Satoshi)