

勤労者のためのコーピング特性簡易尺度 (BSCP) の 開発：信頼性・妥当性についての基礎的検討

影山隆之¹，小林敏生²，河島美枝子¹，金丸由希子³

¹大分県立看護科学大学看護学部精神看護学研究室，²広島大学大学院医学系研究科保健学専攻，

³日田郡市医師会成人病検診センター

抄録：勤労者のためのコーピング特性簡易尺度(BSCP)の開発：信頼性・妥当性についての基礎的検討：影山隆之ほか．大分県立看護科学大学看護学部精神看護学研究室 勤労者のコーピング特性(CP)は，職業性ストレス要因から健康問題が発展する過程に大きく影響する．しかしCPに関する既存の質問紙の多くは長すぎて，職域精神保健活動に活用しにくい．本研究で著者らは，わずか18項目から成る，勤労者のCP評価のための新しい自記式質問紙の開発過程と，その信頼性・妥当性・実用性について報告する．予備研究に基づき，コーピング戦略に関する18問6尺度から成るコーピング特性簡易尺度(BSCP)が提案された．これと職業性ストレス簡易評価尺度(BSJS)および抑うつ尺度(CES-D)から成る質問紙を某企業の従業員394名に適用し，328名(83%)から回答を得た．年齢の平均(SD)は40.1(10.0)歳，78%が男性，75%が既婚で，ほとんどがホワイトカラーであった．BSCPの因子分析から抽出された6因子は当初想定した6尺度や先行研究の結果とよく一致した．これらは“積極的問題解決”“解決のための相談”“発想の転換”“気分転換”“他者を巻き込んだ情動発散”“逃避と抑制”と命名された．Cronbachの信頼性係数は0.66～0.75で，十分高い内的一貫性が認められた．どの尺度も性・年齢との関連はなかった．多変量解析の結果，抑うつ度得点の分散の38%がBSJSの“量的負荷”“対人関係の困難”“達成感”およびBSCPの“問題解決”“逃避と抑制”によって説明された．交互作用分析の結果，CPが職業性ストレス要因と抑うつ症状の関係を修飾していることが示唆された；“対人関係の困難”得点が高くかつ“達成感”得点が高い群においてのみ“積極的問題解決”得点は抑うつ度得点と負相

関しており，“対人関係の困難”得点が高い群においてのみ“逃避と抑制”得点は抑うつ度得点と正相関していた．以上の結果はBSCPの信頼性・妥当性を支持するとともに，職域精神保健領域における職業性ストレスの自己管理や健康教育の道具としてのBSCPの実用性を支持するものである．今後の研究では，BSCPの再現性や併存的妥当性を確認するとともに，他の集団においてCPが性・年齢・職種あるいは他の職業性ストレスアウトカムと関連しているかどうか確認することが，課題である．

(産衛誌 2004; 46: 103-114)

キーワード：BSCP, Coping profile, Depression symptom, Job stress, Occupational mental health, Questionnaire, Reliability, Stress, Validity, Worker

1. はじめに

ストレス要因に遭遇した勤労者にストレインが発生し，それが健康上・行動上の問題に発展する過程には，当事者が選ぶコーピング(対処)が大きな影響を及ぼす¹⁻⁶⁾．コーピングとはLazarusら³⁾によれば「負荷をもたらす，または個人の資源を超える，と評定された特定の外的・内的な要求のために行われる，絶えず変化する認知的・行動的な努力」のことである．特定の状況で選択されるコーピング(コーピング戦略)は状況依存적であり，同じ個人でも場合によって異なる．かりに“各場面で個人がいかに適切なコーピング戦略を採用するか”という柔軟性・適切性を評価することができれば，ストレス要因が健康影響を発生させる過程の解明に有益だろうが，概念的にはともかく実際のところそのような評価手法の作成にはさまざまな困難がある⁷⁾．

これに対して，個人がふだん頻繁に用いるコーピング戦略の傾向・パターンつまりコーピング特性(coping profileまたはcoping style)を，状況とは一応独立に測

2003年11月20日受付；2004年4月9日受理

連絡先：影山隆之 〒870-1201 大分県大分郡野津原町廻野2944-9 大分県立看護科学大学看護学部精神看護学研究室 (e-mail: kageyama@oita-nhs.ac.jp)

定しようとする試みもある。この方法では、種々の状況毎にコーピング戦略を評価するのに比べ簡潔な質問紙で評価できる可能性があるし、これを少し改変することで状況依存的コーピングの評価にも使える可能性がある⁸⁾ので、状況的コーピング尺度よりもまず特性的コーピング尺度を開発するほうが実際的だと言われている⁹⁾。もしも個人のコーピング特性を簡便に評価できるならば、たとえば職業性ストレスによる健康影響のハイリスク者を予測するのに役立つかもしれない。コーピング特性は、パーソナリティ論でいう特性 (trait) のように「不変の個人属性」として定義されたものではないので、健康教育・THP (Total Health Promotion) 活動などによる変化の指標になる可能性もある。

これまでに、代表的なコーピング特性評価質問紙である Ways of Coping Checklist (WCC)^{3,5)} や Ways of Coping Questionnaire (WCQ)⁶⁾、Coping Inventory for Stressful Situations (CISS)^{10,11)} などは、日本でも翻訳紹介されている¹²⁾。また、日本の研究者らも独自に、コーピング特性や“最近実際にどのようなコーピングを使ってきたか”を評価する質問紙を提案してきている^{9,13-21)}。こうした評価手法の発展とともに、コーピング特性についての研究は日本でも徐々に増加しているが、産業精神保健領域での応用²²⁻²⁶⁾ はまださほど多くない。その大きな理由は、職域集団に適した簡便で実用的な評価法がないためである⁷⁾(WCC^{3,5)} や WCQ⁶⁾ は 60 項目以上、CISS¹¹⁾ は 48 項目、佐々木らの GCS⁹⁾ は 32 項目、島津ら^{16,22)} の質問紙は 31 項目から成る)。このように多くの項目から成る質問紙は、職場で広く健診や調査に活用したり、日常的な職域メンタルヘルス活動に応用したりするのに実用的とはいえない。

そこで著者らは、産業精神保健の領域で手軽に用い得るようなコーピング特性評価のための簡易質問紙の開発を試みてきた。以下にその作成過程を報告し、18 項目からなるコーピング特性簡易尺度 (the Brief Scales for Coping Profile, BSCP) を提案する。これは、場面を特定せず、回答者がふだんのようなコーピング戦略を用いることが多いかを質問するものである。場面を職場に特定しなかったのは、職域での精神保健相談やメンタルヘルス教育でも職場外のストレス要因を扱う場合があり得るためである (ただし、今後の必要に応じて場面設定を改変することもあってよいだろう)。

さらに本稿では、BSCP の有用性を検討するために一職域集団で実施した調査の結果から、BSCP の信頼性・妥当性、および職業性ストレス要因と抑うつ反応との関連をコーピング特性がどのように修飾しているかについて、最初のデータを報告する。

2. 調査 1

(1) コーピング特性質問紙の試作

予備調査のために、属性 (性・年齢・婚姻状況)、職業性ストレス、コーピング特性、および抑うつ度に関する項目により質問紙を構成した。

職業性ストレスの評価には、錦戸ら²⁷⁾の職業性ストレス簡易質問紙 20 項目を用いた。これは NIOSH 職業性ストレス調査票²⁸⁾ や JCQ (Job Content Questionnaire)^{29,30)} を参考に開発された 20 項目から成り、6 つの下位尺度はそれぞれ高得点ほど仕事上の「量的負荷」「質的負荷」「裁量度」「対人関係の困難」「同僚・上司の支援」「達成感」が多いことを示す。これらの信頼性や妥当性については、いくつかの報告がある^{27,31-35)}。

ストレス過程のアウトプットの 1 つである抑うつ度は、日本語版の The Center for Epidemiologic Studies Depression Scale (CES-D) を用いて評価した^{36,37)}。20 問の回答を各 0 ~ 3 点に得点化し、加算して CES-D 得点を算出した (高得点ほど抑うつ度が高い)。その信頼性や妥当性はすでに確認されている^{37,38)}。

さらに、対象者のコーピング特性の評価のために、新たな質問紙を試作した。コーピング特性の下位尺度数が少なすぎると各尺度の意義が抽象的になり実践活動で使いにくい可能性があるが、尺度数や質問数が多すぎると簡便な評価ツールの開発という目的に合わなくなる。そこで、20 問程度の質問で数個の下位尺度を構成することを目指し、以下のように設問を検討した。従来の多くのコーピング特性質問紙が参考に¹²⁾してきた WCC^{3,5)} では、コーピング特性を問題中心型と情動中心型に大別し、さらに前者を「直接行為」「情報収集」「認知的対処」に、後者を「直接行為」「行為の抑制」「認知的対処」に分類することを提案しているが³⁾、この分類には疑問も残されている¹²⁾。そこで今回は、改めて著者らが WCC から上記 6 分類に対応すると思われる質問を抽出し、問題中心型対処として 6 項目、情動中心型対処として 12 項目の質問リストを試作した。後者を多くしたのは、前者に比べて概念整理に関する諸説がまだ一致を見ていない¹³⁾ ため、多めに設定した項目から探索的に尺度構成しようとしたものである。さらに、他の先行研究^{33,39)} でストレス過程への関与が示唆されている 2 項目を追加し、計 20 項目の質問リストを作成した (Table 1)。そして各質問について、「困ったこと、悩みなどに会ったときにどうすることが多いですか」という教示に対する「よくある」「ときどきある」「たまにある」「ほとんどない」の 4 選択肢への回答を、4 ~ 1 点に得点化した。

(2) 調査協力者

西日本の某企業で行われた職員研修の参加者 150 名に

Table 1. Factor loading matrix of the preliminary version of the Brief Scales for Coping Profile

Factor ¹⁾	Contribution (Cumulative contribution)	Items ²⁾	Factor loading ^{3, 4)}	Cronbach's α ⁴⁾
) Changing mood	18.0 (18.0) %	I seek distraction through my hobbies and entertainment.	0.84	0.77
		I try to refresh myself by engaging with activities such as going out or traveling.	0.78	
		I try to do something that calms me down.	0.74	
) Active solution for problems	12.2 (30.3) %	I imagine something nice other than real facts.	0.52 #	0.71
		I look at the problem by relating it to the past problems.	0.80	
		I think calmly about what I should be doing now.	0.78	
) Avoidance and suppression	10.9 (41.2) %	I try to analyze the causes and solve the problem.	0.63	0.72
		I do nothing but endure the situation because I don't know what to do.	0.85	
		I let time go, thinking passively that the situation will change someday.	0.81	
) Changing a point of view	8.2 (49.3) %	I abandon the problem or set it aside.	0.62	0.71
		I behave cheerfully suppressing my feeling.	0.49 #	
		I try to look at only the positive aspects of the happening.	0.81	
) Seeking help for solution	6.4 (55.7) %	I try to think this experience is good for me.	0.64	0.69
		I encourage myself.	0.60	
		I sleep more than usual.	0.52 #	
) Emotional expression involving others	5.9 (61.6) %	I consult with someone I can trust.	0.84	0.64
		I try to solve the problem by talking to those who are involved in the matter.	0.73	
		I break things or complain to people who have nothing to do with the problem.	0.79	
		I blame the person who has caused the situation.	0.75	
		I seek someone to tell my complaint to, even if I know that it leads to no solution.	0.63	

1) Response of "often", "sometimes", "seldom", and "never" were respectively scored from 4 to 1 points. From a principal factor analysis for 20 items with Promax rotation, six factors were extracted. 2) If an item exhibited the greatest value of factor loading for a factor, the item and factor loading are shown in the column corresponding to the factor. 3) Factor loading after Promax rotation. 4) The items with # were excluded from structuring scales, for which Cronbach's alphas were calculated, because their factor loading were too small.

対し、上記内容の無記名自記式質問紙に研修中に回答を求め、回答結果を研修の材料とした後で、終了時に質問紙を回収した。ただし、研修前に研究目的を説明して了解を得た。回答が完全な 141 名 (94%) の回答を分析した。141 名中、男性は 120 名 (85%) で年齢は 37.0 ± 1.9 歳 (平均 \pm 標準偏差)、女性は 21 名 (15%) で年齢は 39.2 ± 4.4 歳 (平均 \pm 標準偏差) で、ほとんどがホワイトカラーであった。

(3) 統計解析と結果

最初にコーピング特性の各質問について、回答が特定の選択肢に著しく偏っていないか検索した。Table 1 の 18 番目の項目では「よくある」という回答が 1 名 (0.7%) で「ほとんどない」が 111 名 (79%) だったが、これ以外に“回答がもっとも少ない選択肢の選択率が 5% より有意に低い項目”はなく、また“回答の過半が 1 選択肢に集中した項目”もなかった。

次にこの 20 項目の因子分析 (主因子法) を行った。前述のようにこれらは 6 群から成ると想定したので、因子数は 6 以下として、Promax 回転後の因子負荷量を求めた (本研究のデータ解析にはすべて、統計パッケージ SAS⁴⁰⁾ を用いた)。因子数 6 の場合にもっとも解釈しやすい結果が得られ (Table 1)、抽出された各因子は寄与率の順に「気分転換」「積極的問題解決」「回避と抑制」「視点の転換」「問題解決のための相談」「他者を巻き込んだ情動発散」と解釈された (累積寄与率 61.6%)。各因子に対して負荷量が 0.6 を超えた項目の得点を加算して尺度化したときの Cronbach の信頼性係数 (α) を Table 1 に示す。下位尺度得点とその構成項目の得点との間の Pearson の相関係数 r は 0.64 ~ 0.89 であった。同一下位尺度内の項目間では $r = 0.33 \sim 0.59$ で、異なる下位尺度に属する項目間の相関はこれより小さかった (例外として Table 1 の第 17 項目は、第 5 および第 7 項目とそれぞれ $r = 0.39$ および 0.45)。いずれの下位尺度とも、年齢との相関や男女差はみられなかった。

下位尺度間の内部相関のうち r の絶対値が 0.4 以上で有意なのは「積極的問題解決」と「問題解決のための相談」のみであった ($r = 0.40, p < 0.001$)。

上記のコーピング尺度と職業性ストレス尺度との間では、有意かつ r の絶対値が 0.4 以上の相関はなかった。

コーピング尺度のうち、抑うつ度との間で、有意かつ r の絶対値が 0.4 以上の相関を示したのは、「気分転換」 ($r = -0.42$) のみであった。

3. 調査 2

(1) 質問紙の構成

上の予備調査により、17 項目で構成される 6 つのコーピング尺度が得られたが、この中には 2 項目のみから

成る尺度があり、また回答が一部の選択肢に偏った項目もあった。そこで質問の一部を改訂し、6 下位尺度が各 3 問から構成されるよう、計 18 項目の質問リストを再構成した (以下これをコーピング特性簡易評価尺度 (the Brief Scales for Coping Profile, BSCP) と呼ぶ)。BSCP 以外の内容については予備調査と同一の質問紙を作成した。

(2) 調査協力者

調査協力者は、西日本の別の企業で 2 回にわたり行われた「職場のメンタルヘルス研修」の受講者 394 名で、調査の手続きは調査 1 と同じである。回答者 346 名 (88%) 中、完全な回答を得た 328 名 (有効回答率 83%) について検討した。256 名 (78%) が男性、247 名 (75%) が既婚者、平均年齢は 40.1 ± 10.0 (平均 \pm 標準偏差) で、ほとんどがホワイトカラーであった。ただし、婚姻状況「その他」と回答した 2 名は抑うつ度が極度に高く、何らかの家庭内問題が精神健康に影響していることも考えられたので、以下ではこの 2 名を除いて解析した結果を示す。

(3) 統計解析

調査 1 と同じ方法で因子分析を行った。これに基づく下位尺度の内の一貫性を α 値によって検討し、また、これらと職業性ストレス尺度および抑うつ度との相関を検討した。

次に、コーピング特性を職業性ストレスとは独立した変数と仮定し、両者と抑うつ度との関連を重回帰分析により検討した。すなわち、抑うつ度得点を目的変数とし、職業性ストレスおよびコーピング特性の各尺度と性・年齢・婚姻状況を説明変数として (年齢は階級毎にカテゴリー化、性・婚姻状況とともにダミー変数化)、stepwise 重回帰分析を行った (Model 1)。次いで、これで選択された説明変数間の交互作用を検討した (Model 2)。交互作用が見られた場合には、その変数で層別した重回帰分析を再度行い (説明変数は一括投入)、交互作用の意味について考察した。

なお、コーピング戦略はストレス要因の性質に応じて選択される面があるので、コーピング特性とふだん経験しているストレス要因とは独立ではない可能性も考えられる。そこで、上の重回帰分析の代わりに、ストレス要因とコーピング特性の関連を加味したモデルに基づく共分散構造分析などを行うことも考えられよう。しかし本研究では、測度として有用性がよく吟味されていない BSCP を用いて複雑なモデルを構築することが適切かどうか明らかでないことと、実際にコーピング特性とストレス要因の相関がストレス要因同士の内部相関に比べてもさほど大きくなかったことから、上記の重回帰分析の

Table 2. Factor loading matrix of the revised version of the Brief Scales for Coping Profile

Facotr ¹⁾	Contribution (Cumulative contribution)	Items ²⁾	Factor loading ³⁾
) Active solution	12.2 (43.0) %	I try to analyze the causes and solve the problem.	0.81
		I look at the problem by relating it to the past problems.	0.75
		I think calmly about what I should be doing now.	0.74
) Avoidance and suppression	10.9 (30.7) %	I do nothing but endure the situation because I don't know what to do.	0.82
		I let time go, thinking passively that the situation will change someday.	0.80
		I abandon the problem or set it aside.	0.69
) Changing mood	10.2 (10.2) %	I seek distraction through my hobbies and entertainment.	0.91
		I try to do something that calms me down.	0.86
		I try to refresh myself by engaging with activities such as going out or traveling.	0.71
) Changing a point of view	9.6 (19.8) %	I try to look at only the positive aspects of the happening.	0.82
		I try to think this experience is good for me.	0.80
		I try to be optimistic.	0.72
) Seeking help for solution	6.4 (49.4) %	I consult with someone I can trust.	0.80
		I consult someone who is very familiar with the problem.	0.80
		I try to solve the problem by talking to those who are involved in the matter.	0.73
) Emotional expression involving others	5.9 (61.6) %	I complain to people who have nothing to do with the problem.	0.84
		I blame the person who has caused the situation.	0.78
		I seek someone to tell my complaint to, even if I know that it leads to no solution.	0.66

1) Response of "often", "sometimes", "seldom", and "never" were respectively scored from 4 to 1 points. From a principal factor analysis for 18 items with Promax rotation, six factors were extracted. 2) If an item exhibited the greatest value of factor loading for a factor, the item and factor loading are shown in the column corresponding to the factor. 3) Factor loading after Promax rotation.

みを行った。

(4) 結果

a) BSCPの因子分析

BSCP18項目の単純集計の結果，調査1のように回答が一部の選択肢に著しく偏った項目はみられなかった。

因子分析では，事前の想定と同じ6因子が抽出された (Table 2)。Promax回転後の6因子は，寄与率の順に「気分転換」「視点の転換」「回避と抑制」「積極的問題解決」「問題解決のための相談」「他者を巻き込んだ情動発散」であった。各因子に負荷量の大きい3項目ずつの得点を加算して尺度化した場合 (Table 3)，Cronbachの信頼性係数 (α) は0.66～0.79であった。下位尺度得点とその構成項目の得点との間の相関は0.76～0.87であった。同一下位尺度内の項目間では $r = 0.33 \sim 0.60$ で，異なる下位尺度に属する項目間の相関はこれより小さかった (例外として Table 2の尺度Vの第3項目は，尺度Iの第1および第2項目との r が共に0.42)。

「回避と抑制」得点および「問題解決のための相談」得点と年齢との間には，ごく弱い負の相関がみられた ($r = -0.12, p < 0.05$ および $r = -0.16, p < 0.01$)。い

ずれのコーピング特性得点にも男女差はみられなかった。

BSCP下位尺度の間には，中程度～弱い内部相関がみられた (Table 3)。

b) コーピング特性と職業性ストレスとの相関

職業性ストレス簡易質問紙の各尺度とBSCP下位尺度との間には，一部で弱い相関がみられた (Table 4)。

c) コーピング特性と抑うつ度との相関

BSCP下位尺度と抑うつ度得点の間にも，弱い相関がみられた (Table 4)。

d) 抑うつ度と職業性ストレス，およびコーピング特性との関連

重回帰分析 (Model 1) の結果 (Table 5)，抑うつ度に対して職業性ストレスのうち「量的負荷」「対人関係の困難」が正の寄与を，「達成感」が負の寄与を示し，さらにBSCPの「回避と抑制」が正の，「積極的問題解決」が負の寄与を示した。以上5つの説明変数の間の交互作用を検討したところ (Model 2)，「量的負荷」と「達成感」，「積極的問題解決」と「達成感」，「回避と抑制」と「対人関係の困難」の間で，有意の交互作用が認められた。Model 1のstepwise法で選択されなかった

Table 3. Reliability coefficients of coping scales, their correlation with age, and their internal correlations

Coping scales	mean \pm S.D.	α^1	r^2	Internal correlation matrix ²⁾						
				1)	2)	3)	4)	5)	6)	
1) Active solution	2.96 \pm 0.85	0.75	- 0.09	1.00						
2) Seeking help for solution	2.85 \pm 0.90	0.74	- 0.16 **	0.48 ***	1.00					
3) Changing a point of view	2.51 \pm 0.88	0.71	- 0.05	0.31 ***	0.23 ***	1.00				
4) Changing mood	2.39 \pm 0.97	0.79	- 0.10	0.15 **	0.14 *	0.29 ***	1.00			
5) Emotional expression involving others	1.69 \pm 0.85	0.66	- 0.07	0.13 *	0.14 **	0.03	0.13 *	1.00		
6) Avoidance and suppression	1.85 \pm 0.81	0.71	- 0.12 *	- 0.08	- 0.11 *	0.03	- 0.10	0.38 ***	1.00	

1) Cronbach's reliability coefficients. 2) Pearson's correlation coefficients * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$.

Table 4. Correlations of coping scales with job stress scales and the CES-D scale

Coping scales	Job stress scales	Workload	Mental workload	Job control	Problem in personal relationships	Support from colleagues	Reward from work	CES-D scale
Active solution		0.17 ***	0.09	0.22 ***	- 0.04	0.25 ***	0.27 ***	- 0.19 ***
Seeking help for solution		0.11 *	0.05	0.11	- 0.21 ***	0.32 ***	0.20 **	- 0.15 **
Changing a point of view		- 0.04	0.01	0.16 **	- 0.07	0.15 **	0.14 **	- 0.17 **
Changing mood		- 0.03	- 0.05	0.07	0.17 **	0.10	0.06	0.01
Emotional expression involving others		0.09	0.06	- 0.07	0.35 ***	- 0.03	- 0.07	0.23 ***
Avoidance and suppression		0.07	0.14 *	- 0.23 ***	0.28 ***	- 0.19 ***	- 0.32 ***	0.33 ***

Pearson's correlation coefficients; * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$.

Table 5. Multiple regression analysis of depression score for overall subjects

Dependent variables		Model 1	Model 2
Job stress	Overload	F = 25.4 *** ($\beta = 0.241$)	F = 47.0 ***
	Problem in personal relationships	F = 13.1 *** ($\beta = 0.179$)	F = 40.1 ***
	Reward from work	F = 26.0 *** ($\beta = - 0.253$)	F = 31.0 ***
Coping profile	Active solution	F = 9.4 ** ($\beta = - 0.145$)	F = 14.8 ***
	Avoidance and suppression	F = 14.2 *** ($\beta = 0.184$)	F = 11.4 ***
Interaction	Overload * Reward from work		F = 7.0 **
	Active solution * Reward from work		F = 6.3 *
	Avoidance & suppression * Problem in personal relationships		F = 8.1 **
F for model		33.9 ***	24.9 ***
R ²		0.339	0.380

Interactions between dependent variables are ignored in Model 1, while taken into account in Model 2.

F-test; * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$. β , standardized partial regression coefficient; R², multiple coefficient of determination adjusted for the degree of freedom.

変数を Model 2 に追加してみても, 上記以外の新たな交互作用は認められなかった.

そこで, 対象者を「達成感」得点の中央値および「対人関係の困難」得点の中央値によってそれぞれ二分し, 両者の組み合わせにより 4 群に層別して, 「量的負荷」「積極的問題解決」「回避と抑制」得点を説明変数とする重回帰分析を再度行った (Table 6). その結果, 「量的負荷」は「達成感」得点の低い 2 群において抑うつ度と関連しており, 「回避と抑制」は「対人関係の困難」得

点の高い 2 群において抑うつ度と関連していた. さらに, 「達成感」得点が低く「対人関係の困難」得点が高い群においてのみ, 「積極的問題解決」と抑うつ度が関連していた.

なお, 以上では婚姻状況を「その他」と回答した 2 名を除いて集計解析してきたが, この 2 名を含めて解析した場合, “この 2 名は既婚・未婚群に比べて抑うつ度得点が高い” という点を除けば基本的に同様の結果が得られた.

Table 6. Multiple regression analysis of depression score for subgroups classified by reward from work and problem in personal relationship

< Subgroups >		Independent variables	β	F-Test
Reward from work	Problem in personal relationship			
Low	Low	Workload	0.363 ***	F = 4.6 ** (R ² = 0.206)
		Active solution	- 0.200	
		Avoidance & suppression	- 0.033	
Low	High	Workload	0.442 ***	F = 12.0 *** (R ² = 0.275)
		Active solution	- 0.359 ***	
		Avoidance & suppression	0.267 **	
High	Low	Workload	0.158	F = 2.2 (R ² = 0.074)
		Active solution	- 0.134	
		Avoidance & suppression	0.191	
High	High	Workload	0.175	F = 6.0 *** (R ² = 0.170)
		Active solution	- 0.078	
		Avoidance & suppression	- 0.361 ***	

F-test; * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$. β , standardized partial regression coefficient; R², multiple coefficient of determination adjusted for the degree of freedom.

4. 考 察

(1) コーピング尺度の信頼性と妥当性

調査1における因子分析の結果（Table 1）と、調査2におけるBSCPの因子分析の結果（Table 2）を比較すると、概ね同じ因子構造が確認され、尺度構成の交差妥当性が認められた。BSCPの各尺度とも α が0.66以上であり（Table 3）、質問数の少なさの割には比較的高い内的一貫性が得られた。もっと質問数を増やせば内的一貫性の向上が期待されるが、簡便な尺度を開発するという本研究の目的を考えるとこれは実際的でなく、上記の内的一貫性には一応満足すべきと思われる。

BSCPの6尺度を従来提案されているコーピング尺度と比較すると、それぞれの因子的妥当性や構成概念妥当性は以下のように考察される。

1) BSCPの「積極的問題解決」という尺度は、多くの先行研究^{18,20,21,23}で提案されてきたコーピング尺度と同じもので、問題（ストレス要因）に直接焦点を当てて解決を図ろうとするコーピングを示している。

2) BSCPの「問題解決のための相談」と類似のコーピング尺度も、先行研究^{18,20,23}においてさまざまに命名・提案されてきた。これと1)の「積極的問題解決」とは、尺度間の相関（Table 3）を見ても項目間の相関を見ても近縁関係にあり、いわゆる問題焦点型対処^{3,9,11,14,41}に属する。ただし、2つの尺度を短い質問により区別した点はBSCPの特徴の1つであり、これによって例えば“問題解決指向は強いが問題を1人で抱え込んでしまいやすい人”と“問題に出あうとすぐ他人に頼って解決しようとする人”を識別できるであろうこ

とは、職域メンタルヘルス活動において重要と思われる。

3) BSCPの「視点の転換」尺度は当事者の認知レベルでの操作により不快感情を消去する試みを問うており、先行研究で“認知的対処モード”による情動焦点型対処と位置づけられている尺度^{3,5,6,9}にほぼ相当する。これを「問題中心型対処行動」に含める意見²⁰には疑問があるが、BSCPのこの尺度が「積極的問題解決」と弱い正相関を示したのも事実であり（Table 3）、同じ情動中心型対処でも4)に挙げる「気分転換」とは異なるコーピングを表している。両者の区別も、職域メンタルヘルス活動の実用上、重要と思われる。

4) BSCPの「気分転換」尺度は情動中心型対処の一種であって、類似の尺度^{15,21,42}はこれまでも提案されてきている。

5) BSCPの「他者を巻き込んだ情動発散」尺度は、これまでに「情動的回避」²¹、「感情表出」⁹として提案されてきた尺度に類似している。1人で行う「気分転換」と異なり、他者に自分の不快な感情を聴いてもらったりぶつけたりすることによってカタルシスを図ろうとする、情動中心型対処である。「困ったときに相談する」という表現は日常的に使われるが、このような情緒的支援を求めることと2)のように助言を求める相談とを区別することは、重要と考えられる¹³。

6) BSCPの「回避と抑制」尺度に類似の尺度は、これまでも多くの提案がある^{1,8,10,13,43-46}。なお、この尺度は「他者を巻き込んだ情動発散」と内部相関があり（Table 3）、先行研究でも両者を1つにまとめる意見²⁰はある。しかし、「回避と抑制」というコーピング戦略は防衛機制として無意識に行われる「抑圧」とも

おそらく関係があり、これを自記式質問紙によって明細に評価することには限界があると思われる。したがって、簡便なコーピング特性評価法を作るという目的では、これを1つの尺度にまとめておいても十分だと思われる。

以上の考察を総合的に評価すると、BSCPの6尺度があらゆるコーピングを網羅しているとはまでは言えないにせよ、これらの因子の妥当性や構成概念妥当性は概ね支持されたと考えてよいだろう。ただし、既存のコーピング尺度との併存的妥当性を直接確認したわけではないので、この確認は今後の課題である。

(2) 職場ストレス要因、コーピング特性および抑うつ度の関連

コーピング特性と職業性ストレスとの間に弱いながらも相関がみられたことは、個々の場面で採用されるコーピング戦略が状況依存的でありストレス要因の性質によって異なる面がある^{3,22)}、とされることから予測できた結果ではあるが、興味深いものがある (Table 5)。例えば、「積極的問題解決」というコーピングを多く用いる人は、仕事の量的負荷を感じつつも、仕事に対して達成感や裁量度を多く感じ、同僚や上司から多くの支援を感じていて、job demand-control model^{29,30,47,48)} という active job 群に近い状況にあることが示唆された。一方、「回避と抑制」というコーピングを多く用いる人は、仕事に対する裁量度や達成感を少なく感じており、職場で人間関係の問題を多く感じ、同僚や上司からの支援を乏しく感じていて、同モデルという high-strain 群に近い状況にあることが示唆された。これを effort-reward imbalance model⁴⁹⁾ からみれば、reward が少ないと感じられる状況では困難に対処するための追加的な effort 投入が行われにくく (対処コストが高くつくようなコーピング戦略は選ばれにくく^{50,51)})、代わりに逃避的なコーピング戦略が用いられやすい、と解釈できるかもしれない。

ただし、これらの相関はさほど強いものではなかったため、解釈には慎重を要する。これらは、一方が原因で他方が結果と決めつけられるものではなく、双方向的な相互作用として理解すべきだろう。実際に採用されるコーピング戦略がストレス要因に依存する^{3,22)} というだけでなく、常に同じようなコーピング戦略を採用しがちな人にとって“それではうまく対処しにくい種類のストレス要因”は長く持続する要因として認知されやすい、という可能性もあるだろう。

そこで、ストレス要因とコーピング特性を独立した変数として扱った簡易なモデルによる、抑うつ度の重回帰分析の結果を考察する。BSCP 下位尺度と抑うつ度との単相関 (Table 4) がさほど強くないことに示されるように、特定のコーピング特性がただちに抑うつ度の上昇

を防ぐ大きな効果をもつとは考えられない。しかし、重回帰分析によれば (Table 5)、「量的負荷」「対人関係の困難」「達成感」という職場環境要因と並んで、「積極的問題解決」「回避と抑制」というコーピング特性も抑うつ度と関連していた。

このうち、仕事の量的負荷・過重感や達成感と抑うつ度との関連は、従来も再三報告されてきている^{27,33,35,52-54)}。ただし、特に仕事の「達成感」の低い群において「量的負荷」と抑うつ度との関連がみられた点は (Table 6)、「達成感」が高い場合には、「量的負荷」がある程度まで大きくなっても抑うつ度は上昇しにくい、つまり達成感は量的負荷というストレス要因に対してある程度の緩衝効果を持つことを示唆している。

第2に、「積極的問題解決」というコーピング特性が抑うつ度に対して負の寄与を示した点 (Table 5) や、同僚・上司との対人関係の問題と抑うつ度の関連 (Table 5) も、多くの先行研究^{23,33,35,39,54-60)} と一致する。ただし、特に“仕事の「達成感」が低く、かつ、職場で「対人関係の困難」が多い群”において、「積極的問題解決」と抑うつ度の関連は有意だった (Table 6)。このことは、“やりがいの低い仕事に従事しており、しかも業務の本体に起因しない人間関係によるトラブルが多い職場にあっても、目前の問題の解決に集中しようとするコーピング特性を發揮すること”が、抑うつ度の上昇を防いでいる可能性を示唆している。

第3に、「回避と抑制」というコーピング特性が抑うつ度と正の関連を示した点 (Table 5) も、先行研究^{33,39,56)} の結果と一致するように見える。ただし、この関連は特に、職場で「対人関係の困難」を多く感じている群においてのみ認められた (Table 6)。ここで、「回避と抑制」というコーピングを多く使う人は、アサーションつまり“自分の考えや意見や感情を、正直に率直に、なおかつ適切な方法で表現すること”が苦手な人でもと考えられる⁶¹⁾。このような特性は、職場に人間関係のトラブルが少ないときには問題を引き起こさないが、その種のトラブルが多いような状況にあっては、対人関係由来の不快感情をうまく解消できず自らの抑うつ感を高めてしまいやすい、ということかもしれない。

ただし、以上の解釈は、今回の限られた対象者と解析結果に基づくものであって、直ちに一般化できないことはもちろんである。また、言うまでもなく上の結果は、「積極的問題解決」が常に望ましいコーピング戦略である、あるいは「回避と抑制」が常に望ましくないコーピング戦略である、ということの意味しない。何が適切なコーピング戦略かということは、状況によって異なる。この点は、BSCPの利用者によく理解してもらうことが大切である。

（3）展望と課題

以上のように，一職域における調査ではあるが，BSCPを構成するコーピング尺度の信頼性と妥当性が一面で支持された．特に，BSCPで測定されたコーピング特性が，職場ストレス要因と抑うつ反応の関連に対して交互作用を示し，ストレス要因に対する緩衝効果，またはストレス反応の促進効果を持つ可能性が示唆された点は興味深い．ただし，ストレス要因・ストレス特性・ストレインの三者の関係は，双方向的な面もあるなど単純でないことが考えられるので，さらに大きな集団において，性・年齢など基本的な属性と合わせた詳細な解析モデルに基づき，検討してゆくことが望まれる．

他にも今後の課題として，BSCP下位尺度の信頼性・妥当性（特に再現性や併存的妥当性）の検証や，職種・性・年齢構成の異なる職域での交差妥当性の検証が必要である．調査1，調査2とも対象者の多くが男性だったため，下位尺度の因子構造の男女差を検証できなかったが，コーピング特性には性差の存在も示唆されているところから，この点についての確認は特に重要と思われる．

BSCPは従来のコーピング特性質問紙に比べ短く，健康診断や精神保健活動などの場面で使いやすい．しかし短い質問紙にもかかわらず，問題中心型対処を2つの下位尺度に，情動中心型対処を3つの下位尺度に分けて評価できるので，コーピング特性を具体的にわかりやすく示すのに適しており，自己チェックや，職域でのメンタルヘルス教育・ヘルスプロモーションのツールとしての応用が期待される．たとえば調査2では，著者の1人による「職場のメンタルヘルス研修会」が一方通行の講義にならないよう，参加者がBSCPの自己採点をして結果を分かち合う時間を設けた．参加者からは「自分は問題解決指向が強いが，人には相談しない傾向にあることがわかった」「私はじっとがまんする傾向が強く，他の対処はあまりしていなかったことに気づいた」などの発言が聞かれた．また，別の用途として，THPの中で個人面談セッションやグループセッションを持ち，BSCPを例示して「ふだんどのような対応を選ぶことが多いか」や「どのような対応をもっと増やすとよいか」を話し合うという使い方も考えられる．

ただし，用途によっては「ふだんどうすることが多いか」という教示を改変し，最近の経験や仮定的な状況に特定して質問する方法も，検討されてよいだろう．たとえば，勤労者のニーズに応じて個別に介入を試みるような場合に^{26,61)}，BSCPで評価した各人のコーピング特性の特徴や説明を取り入れて介入を図るのも一方法だが，むしろ「最近あった大変な状況を想定」して「それにどう対応したか」「他の方法を使うとどうなっただろうか」を，BSCPを参考にしながら言語化・意識化させ，「後者の方法がベターだと思ったらそれを少しずつ増や

すようにして，次回その効果を教えてください」といった認知的アプローチで関わる方法もあるだろう．このような介入や効果測定ツールとして，BSCPやその改変版を利用できる可能性もあると思われる．

今後，上記の課題を検討すると共に，性・年齢などとコーピング特性との関係について，一般集団における基礎的資料を蓄積したいと考えている．

謝辞：本研究の一部は文科省科学研究費 No.14572251「ストレス対処特性の簡易評価表の開発と産業精神看護学的応用に関する研究」の助成を受けた．本研究にご協力をいただいた森美菜子氏（広島大学病院）および職域の方々には篤く謝意を表する．

文 献

- 1) Folkman S, Lazarus RS, Gruen RJ, DeLongis A. Appraisal, coping, health status, and psychological symptoms. *J Personal Soc Psychol* 1986; 50: 571-579.
- 2) Folkman S, Lazarus RS, Gruen RJ, DeLongis A. Dynamics of stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *J Personal Soc Psychol* 1986; 50: 992-1003.
- 3) Lazarus RS, Folkman S. *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer, 1984.
- 4) Lazarus R. Coping theory and research: Past, present, and future. *Psychosoma Med* 1993; 55: 234-247.
- 5) Folkman S, Lazarus RS. An analysis of coping in a middle-aged community sample. *J Health Soc Behav* 1980; 21: 219-239.
- 6) Folkman S, Lazarus RS. If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination. *J Personal Soc Psychol* 1985; 48: 150-170.
- 7) 鈴木伸一，神村栄一．コーピングとその測定に関する最近の研究動向．*ストレス科学* 2001; 16: 51-64.
- 8) Carver CS, Scheier MF. Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *J Personal Soc Psychol* 1989; 2: 267-283.
- 9) 佐々木恵，山崎勝之．コーピング尺度（GCQ）特性版の作成および信頼性・妥当性の検討．*日本公衛誌* 2002; 49: 399-408.
- 10) Endler NS, Parker JDA. *Coping Inventory for Stressful Situations (CISS): Manual*. Toronto: Multi-Health Systems, 1990.
- 11) 古川壽亮，鈴木ありさ，斎藤由美，濱中淑彦．CISS（Coping Inventory for Stressful Situations）日本語版の信頼性と妥当性：対処行動の比較文化的研究への一寄与．*精神経誌* 1993; 95: 602-621.
- 12) 古川壽亮．CISS対処行動評価票．上里一郎編，*心理アセスメントハンドブック第2版*，東京：西村書店，2001; 578-583.
- 13) 庄司正実，庄司一子．職場用コーピング尺度の作成および信頼性・妥当性の検討．*産業医学* 1992; 34: 10-17.

- 14) 八尋華那雄, 井上真人, 貝谷久宣, 岩館憲幸. 健康障害の予防心理学的研究(1). 中京大学文学部紀要 1990; 25(1): 1-21.
- 15) 神村栄一, 海老原由香, 佐藤健二, 他. 対処法略の三次元モデルの検討と新しい尺度(TAC-24)の作成. 教育相談研究 1995; 33: 41-47.
- 16) 島津朗人, 小杉正太郎. 従業員を対象としたストレス調査票の試み(2) コーピング尺度の作成. 早稲田心理学年報 1998; 30(1): 19-28.
- 17) 黒田浩司, 宮田 徹, 土屋満明, 山本和郎. ストレスとコーピング行動に関する研究. 慶應義塾大学社会学研究科紀要 1988; 28: 73-80.
- 18) 林峻一郎, 佐藤浩信, 梶田衆一郎. 日常生活ストレスと心理的対処行動の対応する2種のパターン. 社会精神医学 1992; 15: 65-76.
- 19) 伊藤武樹. 悩み対処行動を規定する要因の構造. 学校保健研究 1994; 36: 496-505.
- 20) 白山 幸. 心身症傾向青年の認知的評価と対処行動. 学校保健研究 1995; 37: 201-209.
- 21) 大竹恵子, 島井哲志, 曾我祥子. 小学生におけるコーピングと攻撃性の関係. 学校保健研究 2002; 44: 155-165.
- 22) 島津朗人, 小杉正太郎. 職場不適応に関するコーピング方略の検討. 産業ストレス研究 1998; 6: 160-164.
- 23) 小杉正太郎. コーピングの操作による行動理論的職場カウンセリングの試み. 産業ストレス研究 1998; 5: 91-98.
- 24) 小杉正太郎, 大塚泰正. 産業・経済変革期の職場ストレス対策の進め方各論1. 一次予防(健康障害の発生の予防)カウンセリングを中心とした職場ストレス対策 職場ストレス調査からカウンセリングへの導入と心理ストレス・モデルによるカウンセリングの実際. 産衛誌 2001; 43: 55-62.
- 25) 足立はるゑ, 井上真人, 井奈波良一, 岩田弘敏. 某公立病院看護婦の精神健康度及びストレス対処行動についての検討 Stress & Stress-Coping Questionnaire を用いて. 産衛誌 1999; 41: 79-87.
- 26) Shimazu A, Okada Y, Sakamoto M, Miura M. Effects of stress management program for teachers in Japan: A pilot study. J Occup Health 2003; 45: 202-208.
- 27) 錦戸典子, 影山隆之, 小林敏生, 原谷隆史. 簡易質問紙による職業性ストレスの評価 情報処理系企業男性従業員における抑うつ度との関連. 産業精神保健 2000; 8: 73-82.
- 28) Hurrell JJJr, McLaney MA. Exposure to job stress-a new psychometric instrument. Scand J Work Environ Health 1988; 14(Suppl. 1): 27-28.
- 29) Karasek RA. Job Content Questionnaire and User's Guide. Lowell: Univ. Massachusetts at Lowell, 1985.
- 30) Karasek RA, Brisson C, Kawakami N, Houtman I, Bongers P, Amick B. The Job Content Questionnaire (JCQ): An instrument for internationally comparative assessments of psychological job characteristics. J Occup Health Psychol 1998; 3: 322-355.
- 31) Kageyama T, Nishikido N, Kobayashi T, Kawagoe H. Estimated sleep debt and work stress in Japanese white-collar workers. Psychiatry Clinical Neurosciences 2001; 55: 217-219.
- 32) Kageyama T, Matsuzaki I, Morita N, Sasahara S, Satoh S, Nakamura H. Mental health of scientific researchers I: Characteristics of job stress among scientific researchers working at a research park in Japan. Int Arch Occup Environ Health 2001; 74: 299-305.
- 33) 影山隆之, 錦戸典子, 小林敏生, 大賀淳子, 河島美枝子. 病棟看護職における職業性ストレスの特徴および精神的不調感との関連. こころの健康 2001; 16(1): 69-81.
- 34) 影山隆之, 錦戸典子, 小林敏生, 大賀淳子, 河島美枝子. 不規則交替勤務に従事する病院看護婦の職業性ストレスと不眠症との関連. こころの健康 2002; 17(2): 50-57.
- 35) 影山隆之, 錦戸典子, 小林敏生, 大賀淳子, 河島美枝子. 公立病院における女性看護職の職業性ストレスと精神健康度との関連. 大分看護科学研究 2003; 4(1): 1-10.
- 36) Radloff LS. The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. Applied Psychol Measurement 1977; 1: 385-401.
- 37) 島 悟, 鹿野達男, 北村俊則, 浅井昌弘. 新しい抑うつ性自己評価尺度について. 精神医学 1985; 27: 717-723.
- 38) 竹内一夫. 質問紙による健康測定 うつ状態評価のための自記式質問票. 産衛誌 1998; 40: A99-A100.
- 39) 影山隆之, 森 俊夫. 病院勤務看護職者の精神衛生. 産業医学 1991; 33: 31-34.
- 40) SAS Institute. SAS/STAT User's Guide, version 6. CARY: SAS Institute, 1990.
- 41) Tobin DL, Holroyd KA, Reynolds RV, et al. The hierarchical factor structure of the Coping Strategies Inventory. Cognitive Therapy Res 1989; 13: 343-361.
- 42) Holahan CJ, Moos RH. Personal and contextual determinants of coping strategies. J Personal Soc Psychol 1987; 52: 946-955.
- 43) Billing AG, Moos RH. Coping, stress, and social resources among adults with unipolar depression. J Personal Soc Psychol 1984; 46: 877-891.
- 44) Stone AA, Neale JM. New measure of daily coping: Development and preliminary results. J Personal Soc Psychol 1984; 46: 892-906.
- 45) Amirkhan JH. A factor analytically derived measure of coping: The coping strategy indicator. J Personal Soc Psychol 1990; 59: 1066-1074.
- 46) Edwards JR, Baglioni AJ. The measurement of coping with stress: Construct validity of the Ways of Coping Checklist and the Cybernetic Coping Scale. Work & Stress 1993; 7: 17-31.
- 47) Karasek RA, Theorell T. Healthy Work: Stress, productivity, and the reconstruction of working life. New York: Basic Books, 1990: 31-82.
- 48) Kristensen TS. The demand-control-support model: Methodological challenges for future research. Stress Med 1995; 11: 17-26.
- 49) Siegrist J. Adverse health effect of light/low-reward conditions. J Occup Health Psychology 1996; 1: 27-41.
- 50) 島津朗人. 職場ストレスサーに対する対処努力および対処方法が従業員の精神的健康状態に及ぼす影響. 産業ストレス研究 1999; 7: 61-66.
- 51) 島津朗人, 小杉正太郎. 職場におけるコーピング研究. 産業精神保健 2000; 8: 239-242.

- 52) 原谷隆史, 逸見武光, 川上憲人, 内山敬司, 佐々木時雄. 先端産業従業員の職業性ストレスと抑うつ傾向との関連. 産業医学ジャーナル 1988; 1(5): 34-39.
- 53) Fujigaki Y, Asakura T, Haratani T. Work stress and depressive symptoms among Japanese information systems managers. *Ind Health* 1994; 32: 231-238.
- 54) 三島徳雄, 永田頌史, 久保田進也, 他. 職場におけるストレスと精神健康. 心身医学 1996; 36: 145-151.
- 55) Parkes KR. Personality and coping as moderators of work stress processes: Models, methods and measure. *Work & Stress* 1994; 8: 110-129.
- 56) Bowman GD, Stern M. Adjustment to occupational stress: The relationship of perceived control to effectiveness of coping strategies. *J Counsel Psychol* 1995; 42: 294-303.
- 57) Kawakami N, Haratani T, Araki S. Effects of perceived job stress on depressive symptoms in blue-collar workers of an electrical factory in Japan. *Scand J Work Environ Health* 1992; 18: 195-200.
- 58) Kawakami N, Araki S, Kawashima M, Masumoto T, Hayashi T. Effects of work-related stress reduction on depressive symptoms among Japanese blue-collar workers. *Scand J Work Environ Health* 1997; 23: 54-59.
- 59) Shigemi J, Mino Y, Tsuda T, Babazono A, Aoyama H. The relationship between job stress and mental health at work. *Ind Health* 1997; 35: 29-35.
- 60) Mino Y, Shigemi J, Tsuda T, Yasuda N, Bebbington P. Perceived job stress and mental health in precision machine workers of Japan: A 2 year cohort study. *Occup Environ Med* 1999; 56: 41-45.
- 61) 平木典子. アサーション・トレーニング. 東京: 金子書房, 1993.
- 62) Kawakami N, Haratani T. Epidemiology of job stress and health in Japan: Review of current evidence and future direction. *Ind Health* 1999; 37: 174-186.

Development of the Brief Scales for Coping Profile (BSCP) for Workers: Basic Information about its Reliability and Validity

Takayuki KAGEYAMA¹, Toshio KOBAYASHI², Mieko KAWASHIMA¹ and Yukiko KANAMARU³

¹Department of Mental Health and Psychiatric Nursing, Faculty of Nursing, Oita University of Nursing and Health Sciences, Megusuno 2944-9, Notsuharu, Oita 870-1201, Japan, ²Health Sciences Major, Graduate School of Medicine, Hiroshima University and ³Health Administration Center, Hita Medical Association

Abstract: Coping profile of workers greatly affects the process where job stressors develop health problems, but most of the previously proposed questionnaires for the coping profile are too long to be applied to the program of occupational mental health. In the present study, the authors report the process of developing a new self-rating questionnaire for assessing workers' coping profile which includes only 18 questions. Based on the results of a preparatory study, the 18 questions which provide 6 scales about coping strategies were proposed as the Brief Scales for Coping Profile (BSCP). A self-administered questionnaire including BSCP, Brief Scales for Job Stress (BSJS), and a depression scale (CES-D) was applied to 394 workers in a company, and 328 (83%) responded. Their age was 40.1 ± 10.0 yr (mean \pm SD), 78% were men, 75% were married, and most of them were white collar workers. Six factors extracted through factor analysis of BSCP closely agreed with the expected 6 scales and also with the results of previous studies. They were named "active solution", "seeking help for solution", "changing a point of view", "changing mood", "emotional expression involving others", and "avoidance and suppression". The Cronbach's reliability coefficients for the scales were from 0.66 to 0.75, showing sufficiently high internal consistency. None of them related to gender or age. Multiple

regression analysis revealed that 38% of the variance of the depression score was explained by "workload", "problems in personal relationships", and "reward from work" scores in BSJS, and also with "active solution" and "avoidance and suppression" scores in BSCP. Interaction analysis revealed that the coping profile modifies the relationship between job stressors and depressive symptoms; the "active solution" score was inversely associated with the depression score, particularly for the workers with high "problems in personal relationships" scores and low "reward from work" scores, while "avoidance and suppression" scores were positively associated with the depression score particularly for the workers with high "problems in personal relationships" scores. These results support part of the reliability and validity of BSCP, and also support the feasibility of BSCP as a tool for self-management and health education concerning job stress in the field of occupational mental health. The test-retest reliability and concurrent validity of BSCP should be confirmed in a future study. It also should be confirmed in future whether the coping profile relates with gender, age, job type, or other outcome of job stress in other populations.

(*San Ei Shi* 2004; 46: 103-114)

Appendix BSCP の質問項目

困ったこと、悩みなどにであったとき、あなたはどうすることが多いですか？ 次の例のそれぞれについて、ふだんそのような対応を選ぶことがよくあるかどうか、お答えください。

- 1) 原因を調べ解決しようとする
- 2) 今までの体験を参考に考える
- 3) いまできることは何かを冷静に考えてみる
- 4) 信頼できる人に解決策を相談する
- 5) 関係者と話し合い、問題の解決を図る
- 6) その問題に詳しい人に問い合わせる
- 7) 趣味や娯楽で気をまぎらわす
- 8) 何か気持ちが落ち着くことをする
- 9) 旅行・外出など活動的なことをして気分転換する
- 10) 解決できないとわかっていても誰かにぐちを聞いてもらう
- 11) 自分をそのような状況に追いやった人を責める
- 12) 関係のない人に当たり散らす
- 13) 問題を放り出したり、先送りしたりする
- 14) いつか事態が変わるだろうと思ってつらいときが過ぎ去るのを待つ
- 15) どうしていいか分からないので何もしないでもまんする
- 16) 「何とかなる」と希望をもつ
- 17) その出来事のよい面だけを考える
- 18) これも自分にはよい経験だと思おうようにする