

看護職のストレスマネジメントに関する研究 —ストレス・ストレスコーピング尺度 (SSCQ) の看護職への適用—

足立はるゑ¹, 井上真人², 井奈波良一²

¹藤田保健衛生大学衛生学部, ²岐阜大学医学部産業衛生学分野

抄録：看護職のストレスマネジメントに関する研究—
ストレス・ストレスコーピング尺度 (SSCQ) の看護職
への適用—：足立はるゑほか。藤田保健衛生大学衛生学
部本研究の目的はストレス・ストレスコーピング尺度
(SSCQ) の看護職集団への適用を検討することである。
対象は病院で働く看護職 300 名。方法は自記式質問紙に
よる調査。併せて尺度の妥当性をみるために GHQ 60 項
目版 (精神健康調査票) も使用した。対象の平均年齢は
32.9 ± 8.9 歳, 平均経験年数 11.9 ± 8.0 年であり, 全て女
性であった。因子分析の結果, SSCQ の原版 10 下位尺
度 153 問から 15 下位尺度 123 項目の看護職用 SSCQ が作
成された (SSCQ-N 版)。尺度の信頼性を示す各下位尺
度のクロンバック α 係数は 0.70 ~ 0.83 であった。妥当
性については既存の GHQ 得点との有意な関連が示され
($p < 0.05$) 尺度の基準関連妥当性が確認された。以上
より, 本尺度は, 女性看護職集団への精神健康測定とス
トレス対処指導に有用であることが検証された。
(産衛誌 2005; 47: 1-10)

キーワード：Stress, Coping, Nurse, SSCQ

I. はじめに

看護職者の精神健康問題はその仕事の性質上, 重要な
問題である¹⁾。先行研究によると看護師の精神的ストレ
スは高く, 精神的疲弊状態にあることが報告されてい
る²⁻⁵⁾。特に卒後 1 ~ 2 年の者にその傾向が強いという⁶⁾。
その背景には職場要因に加えて個人特性の関与も考えら
れる。著者らは前報⁷⁾において新しい質問紙である
SSCQ (Stress & Stress Coping Questionnaire)⁸⁾ 尺度
と GHQ (精神健康調査票)⁹⁾ を用いて病院看護職のス
トレスおよびストレス対処の調査結果を報告した。しか

しながら, SSCQ は他職種にも使用できる汎用尺度とし
て作成されていることから病院看護師の調査において若
干の問題があった。例えば, 質問項目の表現が看護職に
合わないもの (q30. お客 (得意先) が仕事を催促する)
や, 尺度の信頼性を示すクロンバック α 係数がやや低い
下位尺度が存在したことである (α 係数 0.8 ~ 0.3)。

そこで, 本研究は SSCQ 原版の因子構造が看護職集団
に一致しているかを分析し, 看護職に適用可能な尺度作
成を試みることを目的とした。

II. 研究方法

1. 対象：先行研究データ (愛知県の某公立病院に勤務
する女性看護職 225 名, 平成 11 年発表⁷⁾) のうち, ス
トレッサー, ストレス評価, ストレスコーピングすべて
の項目に欠損のない 136 名。追加対象として平成 12 年
10 月にはほぼ同規模の B 病院看護職 175 名に同質問紙に
よる留置調査をした。有効データは 164 名。計 300 名を
解析対象とした。倫理的な配慮として研究の趣旨, プラ
イバシー保持, データの厳重な管理等の内容を文面にし,
質問紙の回収をもって承諾したものとした。

2. 調査方法：質問紙調査法。質問紙は, SSCQ 153 問,
日本版 GHQ 60 項目, 職場要因, 生活背景など 20 項目
の質問項目からなっている。SSCQ は八尋らによって開
発された質問紙で, ストレッサーやコーピングのスタイ
ルを多面的にとらえ, 更にストレス疾患の形成に影響を
与える性格因子を自ら評定させることができるものである。
この質問紙はストレッサーとして『Life event』
『Daily hassle』, 対処行動として『Coping style』
『Uplift』『Social support』『Hardiness』, ストレス評価
として『Nervousness』『Anger』さらに特定疾患 (虚
血性心疾患とがん) の危険因子として『Type A』
『Type C』行動パターンから成っている。

GHQ は 1970 年に英国の Goldberg らにより開発され
た質問紙で, 非器質性非精神病的障害のスクリーニング
として作成されたものである。主として神経病者の症状

把握, 評価及び発見に有効とされている。調査内容は4要素に分かれ, 身体症状, 不安と不眠, 社会活動障害, うつ傾向である。調査票の信頼性, 妥当性は充分確認され¹⁰⁾, 職場の精神健康度の測定によく用いられている。現在, 短縮版^{9, 10)} (30・28・12項目版) も出来ているが, 今回は60項目版を使用した。職場要因は職種, 経験年数, 職場, 職位, 勤務形態等, 生活背景は結婚状況, 子供の有無等を調査した。

3. 分析方法

1) SSCQ (Stress & Stress Coping Questionnaire) による看護職のストレスサー, ストレス評価, ストレスコーピング, 性格行動タイプの構造を明らかにするために因子分析 (主因子分析, バリマックス直交回転) をし, 尺度の修正と信頼性係数 (クロンバック α 係数) を算出した。又, 修正した尺度の妥当性 (感度) を検討するために以下の分析をした。

2) SSCQ 尺度別の平均因子得点を GHQ 高得点群と正常群との2群間比較をし, 検定にはt検定をし, 有意水準を $p < 0.05$ とした。GHQ 得点は Goldberg 法⁹⁾ によりカットオフ得点を 16/17¹⁰⁾ とし, 17点以上を精神健康状態に何らかの問題があるもの (高得点群) とした。

3) SSCQ の尺度別因子得点の平均点と既存の GHQ 得点との関連をピアソン積率相関係数で求め, 有意水準を $p < 0.05$ とした。

Ⅲ. 結 果

1. 対象者の特徴

調査対象者300名の概要を Table 1 に示した。性別はすべて女性で, 平均年齢 32.9 ± 8.9 歳, 平均経験年数 11.9 ± 8.0 年であった。職種は准看護師75名 (24.8%), 看護師210名 (69.5%), 助産師15名 (5.0%)。職位別ではスタッフ209名 (69.2%), 臨床指導者12名 (4.0%), 主任補佐3名 (1.0%), 主任61名 (20.2%), 師長15名 (5.0%) であった。結婚状況は未婚者103名 (34.1%), 既婚者179名 (59.3%), 離別14名 (4.6%), 死別4名 (1.3%) であった。

2. SSCQ の構造分析

構造分析の手続きは, 原版 SSCQ153 項目に因子分析 (主因子法, バリマックス回転) をし, 因子負荷量 0.3 以上を採用基準とした。詳細を以下に述べる。

1) ストレスサーについて

回転後の因子パターン, 因子間相関行列を Table 2 に示した。ストレスサー47項目の内, 因子負荷量 0.3 以下の「配偶者や近親者・親友が亡くなった」, 「離婚や別居の状態になった」等の14項目を除外し, 33項目とした。ストレスサーの第1因子は「職場や家で, あるいは両方

Table 1. Background of subjects

N = 300 (%)	
Age (yr)	
20-29	127 (42.1)
30-39	101 (33.4)
40-49	63 (20.9)
50-59	9 (3.0)
Length of service (yr)	
0-2	41 (13.6)
3-5	54 (17.9)
6-9	64 (21.2)
10-33	141 (46.7)
Type of work	
Practical nurse	75 (24.8)
Registered nurse	210 (69.5)
Midwife	15 (5.0)
Job career	
Staff nurse	209 (69.2)
Leader nurse	12 (4.0)
Chief assistant nurse	3 (1.0)
Assistant nurse manager	61 (20.2)
Nurse manager	15 (5.0)
Marital status	
Unmarried	103 (34.1)
Married	179 (59.3)
Husband deceased	4 (1.3)
Divorced	14 (4.6)

で責任をもってやるが多すぎる」, 「暇がなくてレジャーや趣味・運動ができない」, 「家族とゆっくり過ごす時間がない」といった仕事の忙しさに関する因子負荷量が高く, 『仕事の量 (Quantity of the work)』と命名した。第2因子は「人から度々誤解される」, 「人から無視される」等, 自分自身に対する負の認知に関する因子負荷量が高く, 中川ら¹¹⁾ のイイ子特性を参考に『低い自己価値感 (Low feeling of the Self value)』と命名した。第3因子は病気や事故, 家族間, 友人とのトラブル等の出来事に関する因子負荷量が高いので『生活上の出来事 (Life happening with Stress)』と命名した。第4因子は家族の健康や家族の問題に関する因子負荷量が高く『家族の問題 (Family Problem)』と命名した。第5因子は「家が狭く, 自分の空間が持てないので考えたりゆったりしているのを邪魔される」, 「家のまわりの騒音がひどい」, 「今の仕事が合わないと感じている」といった生活上の不満に関する因子負荷量が高く, 『生活の不満 (Discontent of the life)』と命名した。第6因子は「子供が受験や結婚をした」「子どものことで心配がある」といった将来の心配に関する因子負荷量が高く『将来の

Table 2. The amount procession of factor loads of stressor items

Question	N = 300					
	The first factor	The second factor	The third factor	The fourth factor	The fifth factor	The sixth factor
Factor 1 "Quantity of work"						
q22. I am often too busy have in the workplace and the house or in both.	0.66	- 7.07	0.13	1.79	3.01	0.14
q20. There is no time, and I can't relax.	0.65	- 4.35	- 1.46	4.20	0.14	- 4.91
q36. I don't have time to get along slowly with the family.	0.64	4.29	8.53	5.96	0.13	- 4.51
q23. I am short of rest and sleep.	0.63	3.73	- 0.19	0.20	9.59	2.22
q33. Work is hard in me.	0.52	5.42	- 0.13	4.65	- 6.86	- 0.18
q35. I bring it work home.	0.47	0.13	0.22	- 0.27	- 4.98	0.27
Factor 2 "Low feeling of the self-esteem"						
q15. I am often misunderstood.	- 0.13	0.69	2.57	1.75	1.74	- 2.7
q16. I have myself ignored by persons.	- 4.71	0.63	- 2.97	- 1.71	3.12	0.25
q28. I don't adast well in the workplace.	0.22	0.63	0.22	- 0.11	8.19	- 0.15
q17. I am often criticized.	5.70	0.57	0.31	- 6.41	0.17	8.08
q19. Even if a person is in the neighborhood, it makes me feel lonely that I have a lonely feeling.	- 6.29	0.52	- 0.17	0.29	- 0.10	- 4.85
q40. I am growing fat, and is anxious to become thin.	0.16	0.35	8.23	0.32	0.14	- 0.17
q29. I feel the present work is not suitable.	8.85	0.32	- 0.11	- 7.96	0.21	- 0.35
q27. I feel every day it is boring.	- 3.33	0.31	- 0.17	0.19	0.23	- 0.40
Factor 3 "Life with stress"						
q42. I am sick, and I am getting medical treatment.	- 5.61	0.12	0.58	- 2.40	0.20	- 1.68
q04. I did had serious an accident and hospitalization was necessary for.	- 0.26	6.53	0.52	1.96	- 2.13	- 4.90
q14. A person who often causes trouble well is in the neighborhood of me, and I am worried by that person.	0.16	1.95	0.51	0.13	- 4.82	2.31
q07. My income decreased, and had a debt and a loan.	9.11	- 6.84	0.47	0.23	0.13	- 7.57
q09. There was a trouble between a and lover in the workplace in.	0.10	0.34	0.41	0.30	- 7.22	- 0.18
q08. I was promoted and demoted.	0.24	- 4.73	0.38	- 0.10	- 0.18	0.14
q03. I have worked while separated from my family or moved with my family.	- 9.90	- 3.20	0.32	0.14	- 3.71	- 1.71
Factor 4 "Family problems"						
q39. My family ruins my health.	7.03	1.37	0.1	0.71	- 7.43	0.13
q06. Someone in my family was ill.	- 9.09	- 6.24	0.27	0.64	- 3.36	0.11
q38. I have old parents, and I am giving them an allowance.	0.18	- 5.45	7.54	0.40	- 2.71	0.37
q18. I haven't gotten along with my husband (wife), friends, and steady.	9.07	6.66	0.14	0.40	3.56	- 0.23
Factor 5 "Discontent with life"						
q 46. My house is small, and uncom fortable, I am the distebed by others.	0.21	0.12	- 1.54	- 2.78	0.72	0.17
q 47. Noise around the house is troublesome.	6.07	- 3.03	- 7.43	- 5.06	0.68	0.11
q 44. I do not have enough money.	0.20	0.16	- 6.74	0.19	0.48	- 1.00
q 34. There is no work to do, and I am bored.	- 0.10	- 4.43	0.10	- 7.97	0.45	- 0.12
q 41. I don't like my figure.	8.46	0.28	8.33	0.26	0.42	- 0.22
Factor 6 "Future worry"						
q10. My child did an entrance examination and got marrid.	- 0.11	- 4.82	- 7.43	- 1.81	4.38	0.59
q37. I am sometimes worried about my child.	0.35	0.14	0.16	- 8.39	6.08	0.53
q32. A colleague was promoted.	3.39	0.15	- 0.15	0.18	9.55	0.53
Contribution (%)	11.4	7.8	6.5	5.1	4.7	4.5
Total contribution (%)	11.4	19.2	25.7	30.8	35.4	39.9
Cronbach's α	33 item whole = 0.73					

Table 3. The amount procession of factor loads of a stress evaluation items

Question	N = 300	
	The first factor	The second factor
Factor 1 "Nervous"		
q57. I often have an emotional disturbance.	0.76	7.66
	0.72	- 4.37
	0.69	- 0.17
	0.65	- 4.37
q62. I am nervous even when compared with a person.	0.64	4.77
	0.64	1.89
q61. I am a worrywart.	0.52	0.33
q54. I pucker mouth my in anger.	0.65	- 0.12
	0.47	0.33
q52. I get really mad when I am treated with contempt or ignored.	0.32	0.30
Factor 2 "Anger"		
q64. I am take things too seriously.	0.14	0.72
q51. I am irritated in the heart more than when a person notices me.	- 0.10	0.68
	- 1.40	0.67
q63 I feel highly agitated when being judged by others.	0.17	0.63
	- 0.19	0.61
q49. A person's fault is seen in the eyes.	1.60	0.50
Contribution (%)	24.3	16.8
Total contribution (%)	24.3	41.1
Cronbach's α	16 item whole = 0.77	

不安 (Future worry)』と命名した。以上、6 因子 33 項目が抽出され、累積寄与率は 39.9%であった。

2) ストレス評価について

ストレス評価は 2 因子を抽出した。Table 3 に回転後の因子パターン、因子間相関行列を示した。この尺度では因子負荷量 0.3 以下の 3 項目が除外され 19 項目から 16 項目となった。因子の解釈は原版のそれを追認するものであったため、同じように『神経質 (Nervous)』、『怒り (Anger)』の 2 因子とされた。累積寄与率は 41.1%であった。

3) ストレスコーピングについて

ストレスコーピングは 5 因子抽出された (Table 4)。コーピング尺度 65 項目の内、因子負荷量 0.3 以下の 13 項目が除外され、52 項目となった。第 1 因子は相談者や自分を理解してくれる人の存在に関する因子負荷量が高く、『ソーシャルサポート (Social Support)』と命名した。第 2 因子は積極的な取り組みや知的対応、気晴らしの実践等の変化を起こそうとする因子負荷量が高かったため『変化促進行動 (Positive life style change)』とした。第 3 因子は問題への挑戦や自信等の因子負荷量が高く、『ねばり強さ (Hardiness)』と命名した。第 4 因子は気晴らしとリラクセスに関する因子負荷量が高く『気分を高める (Uplift)』と命名した。第 5 因子は問題

を避けたり、問題から遠ざかることを意味する内容の因子負荷量が高いことから『回避 (Avoidance)』と命名した。5 因子の内、因子名が新たに作成されたのは第 2 因子『変化促進行動』、第 5 因子『回避』であった。累積寄与率は 39.3%。

以上、原版 4 因子 65 項目から 5 因子 52 項目とされた。

4) 性格行動パターンについて

性格行動パターンは Type A 及び Type C の行動傾向が強いかどうかをみる項目群からなっている。両パターンとも各質問項目は因子負荷量採択基準の 0.3 以上を示し、質問紙作成時の構成要素に準じた内容のまとまりを呈していたため、原版のままの命名を採用した。因子構造においては因子負荷量と因子の意味内容の整合性を考慮し、Type A パターン原版 15 項目が→ 10 項目に、Type C 原版 7 項目が→ 12 項目となった (Table 5)。内容の構成要素としてはタイプ A では競争心・攻撃性・時間の切迫性・仕事への没頭で、タイプ C では陰性感情の抑制・絶望しやすさ・勤勉である。累積寄与率は 36.5%であった。

以上をまとめると、ストレッサー 6 因子 33 項目、ストレス評価 2 因子 16 項目、コーピング 5 因子 52 項目、性格行動因子 2 因子 22 項目、計 123 項目となった (原版 153 項目)。

Table 4. The amount procession of factor loads of coping items

		N = 300				
Question	The first factor	The second factor	The third factor	The fourth factor	The fifth factor	
Factor 1 "Social support"						
q 97. I become happy of in company of a friend who can get along with me happily.	0.79	- 6.43	- 0.13	7.72	0.14	
q 94. I feel good because my healthy and happy family.	0.78	- 7.31	- 0.20	6.99	- 5.36	
q123. There is at least one coworker on whom I can depend for help.	0.77	- 1.18	5.15	- 7.11	7.55	
q120. I have a friend whom I can talk to so that I may confide a worry and a solution may be found and whom I can trust, and parents.	0.75	1.95	6.77	0.17	7.18	
q122. I have someone with whom I can go out for a drink or enjoy time when something is bothering me.	0.75	- 0.10	0.18	7.13	0.13	
q107. I seldom seem to be able make things turn out to my advantage. (Negative item) *	0.74	- 1.13	- 0.13	2.79	- 7.50	
q 93. I feel happy at home with the family.	0.74	0.12	- 9.90	0.17	- 6.57	
q 96. I enjoy amusements and sport.	0.73	1.86	- 0.13	7.72	0.14	
q121. I have a person who calls from the other side, and gives it to me and shows understanding.	0.72	- 4.07	0.16	0.23	0.10	
q105. A matter that it is always only bad for me. *	0.70	- 8.65	- 7.96	- 3.56	0.13	
q129. I think why only one must have difficulty like this. *	0.69	- 7.17	- 5.11	0.12	2.94	
q130. I feel like I am being used by others. (Negative item) *	0.69	- 8.56	- 3.72	- 0.10	- 5.56	
q 81. I wish I were stronger.	0.67	1.85	- 0.11	- 0.19	0.17	
q125. I am happy happy home with the family and my parents.	0.63	- 3.17	- 0.17	0.32	- 1.85	
q128. I have a connection with a person and the person who became weak recently. *	0.60	1.93	- 3.88	0.14	- 2.97	
q 86. I work so that matter moves impulsively; the anger and the sorrow will be controlled.	0.48	- 5.73	0.15	6.35	3.95	
q 92. I become happy in the relations with my spouse.	0.48	0.18	- 0.25	0.24	- 0.10	
q124. There is a boss who looks after me.	0.42	5.04	0.13	0.22	0.16	
q101. I feel good because I have one or more hobbies.	0.34	0.11	0.24	- 0.10	0.20	
Factor 2 "Positive life style change"						
q 74. I work so that it will be solved somehow before I am cornered.	8.76	0.58	3.65	- 0.13	8.86	
q112. I thought am "don't yield", and did my best when it was sometimes hard for me.	- 9.85	0.55	2.97	0.14	- 0.20	
q111. I believe I am encouraged even if I fail many time in life.	- 0.14	0.52	- 0.13	0.13	- 0.20	
q 76. I analyze where the problems are.	0.31	0.50	- 0.10	- 9.07	2.15	
q 84. I work actively to change conditions so that it I should get rid of a difficulty.	- 9.06	0.49	0.27	5.06	0.10	
q 73. I work actively to change conditioned that I should get rid of a difficulty.	0.33	0.48	- 7.39	- 3.31	0.15	
q 71. I have the method of eating and drinking, and travel, and other pastimes.	0.25	0.47	0.17	1.34	0.21	
q109. I am worried about the future. *	- 3.63	0.45	5.23	4.63	- 0.43	
q 77. I make a plan to reach a solution, and carry that out.	- 0.31	0.45	0.20	8.71	9.07	

N = 300

Question	The first factor	The second factor	The third factor	The fourth factor	The fifth factor
q 79. I value each in moment.	0.10	0.44	3.90	5.63	- 2.05
q 72. I try to be breve enough confront difficulties.	- 0.28	0.41	0.10	6.44	9.68
q110. Unexpectedly I am courageous and I seldom get confused.	- 0.35	0.39	0.12	- 4.22	- 0.30
q 82. I behave myself as mouch something was not here, either.	- 2.70	0.31	8.44	- 0.21	0.19
Factor 3 "Hardiness"					
q117. I like to do things that push me past my limits.	5.71	4.12	0.67	- 2.48	4.46
q116. I like a life with the wind and waves more than a peaceful life.	- 9.22	7.82	0.55	0.10	5.78
q118. I want to be defeated by no one.	6.10	6.11	0.57	- 2.77	- 8.44
q115. A fights exciting of me when it is suitable for the difficulty.	- 0.33	0.20	0.52	0.13	- 0.20
q102. I have religious faith.	- 0.24	0.17	0.41	5.85	0.21
q119. I don't believe in luck.	- 3.34	- 6.33	0.40	- 7.63	- 0.30
q114. It is sticky, and strength is my characteristic.	- 0.42	0.26	0.35	1.86	9.67
Factor 4 "Uplift"					
q 87. When I need to, I ask the people around me for help.	0.14	- 9.61	0.15	0.66	4.15
q 95. I am made feel good by sex.	4.48	2.92	- 4.55	0.52	1.51
q 99. I am made it feel good by having a cigarette and liquor or a meal.	0.13	- 4.52	- 3.29	0.50	0.18
q 91. I feel good by the relations with my parents a sense of duty.	0.27	0.17	2.93	0.48	- 3.67
q100. I relax by participating in the activities in the area.	- 0.22	4.40	0.19	0.41	5.66
q 88. Sleep gets long when it is in difficult conditions.	- 0.40	- 9.88	9.35	0.41	0.15
q 98. I feel good about by my work and my coworkers.	0.25	8.48	- 3.61	0.38	0.10
Factor 5 "Avoidance"					
q 85. I leave the difficulties, and try not to think about them.	- 0.11	5.15	2.99	- 9.53	0.53
q104. Routine work such as, housework and my job relax me.	- 2.38	2.72	- 0.15	0.15	0.45
q126. I have company with the same principle, belief, and taste.	0.14	2.32	0.24	0.12	0.45
q 83. Until a difficulty passes, I am still doing nothing.	0.10	5.61	- 4.43	0.12	0.44
q103. One day is satisfied with me by having been too safe.	0.25	0.30	- 0.15	- 6.36	0.33
q127. The person who is suitable for solving a problem more than oneself is consulted by me and I follow that opinion.	0.27	- 6.16	5.30	0.21	0.33
Contribution (%)					
	20.38	7.02	4.60	3.73	3.60
Total contribution (%)					
	20.38	27.40	32.00	35.73	39.30
Cronbach's α					
	52 item whole = 0.83				
* reverse item					

Table 5. Questions on personality behavior type

N = 300		
Question	The first factor	The second factor
Factor 1 “Type C”		
q142. I am successful because I have greater ability than my coworkers and work harder than they do.	0.88	0.04
q153. I don't like it when people act “too human”.	0.75	0.01
q143. Even when I play with a child, I soon become serious instead of letting myself go.	0.71	0.11
q145. People can tell right away when I am angry.	0.64	0.15
q151. I often feel there is no hope for the future.	0.59	- 0.21
q148. I think it is important to strive to achieve one's hopes and desires.	0.59	0.00
q147. When my feelings have been hurt, I don't express it on my face or in my voice.	0.54	- 0.14
q144. I get irritated when I have to wait in line behind a number of people.	0.48	0.10
q150. I easily become grief stricken.	0.45	- 0.27
q146. I tend to do several tasks and think of multiple things at the same time.	0.43	0.14
q152. I sincerely feel that people are weak.	0.37	- 0.11
q149. I agree and live by the phrase “man shall not live by bread alone.”	0.36	0.10
Factor 1 “Type A”		
q136. After eating a meal, I like to immediately get up from the table and do something else.	0.19	0.62
q139. I always have lots of energy.	0.27	0.61
q135. I tend to eat fast and walk fast.	- 0.19	0.60
q132. I think working hard means to get a lot of work done in a short time.	0.00	0.57
q133. I hate to lose at anything.	- 0.07	0.56
q137. I usually talk very quickly and in a loud voice.	0.00	0.56
q134. I have a short temper.	- 0.28	0.46
q140. I feel restless on my days off at home. I feel relaxed when I am at work.	0.22	0.44
q138. I don't like it when another car overtakes me when I am driving, so I immediately pass the car that overtook me.	-	-
	0.59	0.44
q141. The most interesting thing about games is not having fun but winning.	0.37	0.35
Contribution (%)	23.0	13.4
Total contribution (%)	23.0	36.5
Cronbach's α	22 item whole = 0.80	

上記の手続きを経て、作成したSSCQ修正版をSSCQ看護職用版（以後SSCQ-N版）と命名し以後の解析を行った。

2. 尺度の信頼性・妥当性について

1) 信頼性については各因子の尺度が、どの程度測定したいことを正確に測定しているかをみるために因子分析による信頼性係数（クロンバック α 係数）を算出した。結果、ストレッサー0.73、ストレス評価0.77、コーピング0.83、性格行動タイプ0.80、全質問項目（123項目）0.79で、すべての尺度は一般的な基準値0.7を満たしていた。

3) 妥当性については、本研究のSSCQ尺度の基準関連妥当性をみるために既存の精神健康調査票である①GHQ得点とSSCQ-N版の平均因子得点との相関係数の算出及び検定を行った。

GHQを用いたのはこの尺度が鬱尺度（SDS）のごとく、既に病的な状態にある者を選別するのではなく、精神健康状態を総合的に把握できること、更には尺度の信頼性・妥当性が検証されていることから、産業衛生関係で多用されており、著者らの意図に合致しているためである。

結果はTable 6に見られるように、ストレッサーは6因子中、5因子（ $p < 0.05$ ）、ストレス評価は2因子すべて（ $p < 0.01$ ）に有意な相関が見られ、コーピングでは情動中心型コーピングである＜回避＞の尺度と、性格行動タイプではタイプA尺度に有意な相関が見られた（ $p < 0.001$ ）。

更に以下の分析をし、妥当性の検証をした。

②SSCQ-N版15下位尺度の平均因子得点がGHQ高得点群と正常群間でどのような差があるかを見るためにクロス集計をし、t検定をした結果、Table 7のようになっ

た。有意な差が見られたのはストレスサーでは『低い自己価値感 ($p < 0.01$)』, 『家族の問題 ($p < 0.01$)』, 『生

Table 6. Correlation coefficient between GHQ Score and SSCQ-N factors Score

Factor score		N = 300	
SSCQ 尺度	Factor score	p	
Stressor	0.397	**	
Quantity of the work	0.137	0.017	*
Low sense of values	0.408	0.000	**
Stressful occurrences in life	0.135	0.019	*
Family problems	0.216	0.000	**
Dissatisfaction with life	0.292	0.000	**
Worries about the future	- 0.017	0.767	
Stress assessment	0.233	**	
Nervousness	0.160	0.006	**
Anger	0.175	0.002	**
Coping	0.060		
Social support	0.018	0.149	
Positive lifestyle change	- 0.027	0.646	
Hardiness	- 0.009	0.119	
Uplift	0.054	0.348	
Avoidance	0.149	0.010	**
Personal behavior type			
Type A	0.248	0.000	**
Type C	0.038	0.515	

* $p < 0.05$ ** $p < 0.01$

活の不满 ($p < 0.01$)』であり, 『仕事の量』には有意差が見られなかった。ストレス評価では『神経質 ($p < 0.05$)』, 『怒り ($p < 0.01$)』共に有意な差が見られた。コーピングにおいて有意差が見られたのは『回避 ($p < 0.05$)』のみであった。コーピングの分析にあたっては, 5 下位尺度の内, 『回避』以外はラザラスのいう問題中心型コーピングに該当するため, これらの尺度の因子得点の総合計から算出した平均因子得点を用いて有意差を求めた。その結果, P 値は 0.24 で, 有意差は認められなかった。

性格行動タイプでは Type A の傾向を持つ者とそうでない者とで有意な差が見られた ($p < 0.01$)。

IV. 考 察

SSCQ-N 版の構造

本研究により原版 10 下位尺度 153 項目の質問紙から 15 下位尺度 123 項目からなる SSCQ 看護職用版が作成された。各下位尺度毎のクロンバック α は 0.83 ~ 0.73 となり, 先に報告した 153 項目版 (0.8 ~ 0.3) よりも明らかに高い内的整合性を持つことが示された。

基準関連妥当性では, 既存の GHQ 尺度との相関係数並びに GHQ Cut off 16/17 得点と SSCQ-N 版との間にコーピング尺度を除くほとんどの下位尺度において有意な関連を認め, 更に従来から言われてきた Type A とストレスとの関連¹²⁻¹⁴⁾ も示されて, 理論的解釈と一致する

Table 7. Factor Score for SSCQ-N Subscales by GHQ Score

	Factor score		p
	GHQ 0-16 (n = 146)	GHQ 17-60 (n = 154)	
Stressors			
Quantity of the work	- 0.067 ± 0.71	0.063 ± 0.69	0.110
Low sense of values	- 0.272 ± 0.46	0.257 ± 0.79	0.000 **
Stressful occurrences in life	- 0.060 ± 0.60	0.057 ± 0.79	0.147
Family problems	- 0.212 ± 0.82	0.201 ± 1.11	0.000 **
Dissatisfaction with life	- 0.288 ± 0.76	0.273 ± 1.11	0.000 **
Worries about the future	0.053 ± 1.09	- 0.051 ± 0.90	0.367
Stress assessment			
Nervousness	- 0.101 ± 0.72	9.616 ± 0.67	0.015 *
Anger	- 0.157 ± 0.94	0.136 ± 1.03	0.008 **
Coping			
Social support	8.270 ± 1.07	7.840 ± 0.91	0.165
Positive lifestyle change	0.052 ± 0.92	- 0.049 ± 1.06	0.376
Hardiness	- 0.043 ± 0.70	0.041 ± 0.70	0.300
Uplift	- 0.047 ± 0.73	0.044 ± 0.68	0.260
Avoidance	- 0.141 ± 0.99	0.134 ± 0.98	0.017 *
Personal behavior type			
Type A	- 0.124 ± 0.45	0.118 ± 0.51	0.000 **
Type C	- 0.030 ± 0.68	0.002 ± 0.73	0.941

* $p < 0.05$ ** $p < 0.01$

方向を示していた。したがって、本尺度は比較的高い妥当性をもつと言える。

一方、『仕事の量』や『ソーシャルサポート』のように従来から有意な差が報告されている尺度で有意差が見られなかった。「仕事の量」については本集団の職場風土といった側面からの検討が必要と考える。つまり、本調査の対象が既婚者が多いこと、中規模（400床余）の公立病院の看護職集団であることから推測すると、少くらのストレスには負けない粘り強い性格特性を持ち、更に大病院とは異なる職場のアウトホーム的な雰囲気があるとすれば、今回の結果もうなずけるものと思われる。「ソーシャルサポート」に有意差が見られなかったことはコーピングのもつ複雑な要因が考えられる。つまり、コーピングは従来から言われているように、個人の自我の強さや過去の経験などに影響されるのでその方法は個別的である¹⁵⁾。したがって、ある人にとっては有効なコーピングも他の人にとっては有効でない場合があるといった複雑さが関係していると思われる。著者らの先行研究⁷⁾においても家族との同居が必ずしもソーシャルサポートになっていないといった結果が示されている。今後、更に検証していく必要がある。

一方、コーピング尺度の『Avoidance（回避）』において有意な差が認められた。SSCQ-N版におけるこの尺度はラザラスの認知ストレス評価理論¹⁵⁾でいう情動中心型コーピングにあたり、他の4つのコーピング尺度は問題中心型コーピングである。情動中心型コーピングである『Avoidance（回避）』において精神健康状態の正常群と問題あり群とで有意差が認められたことは理論的に合致していると考えられる。

本尺度の原版との大きな相違点はストレス尺度において『人生上の出来事（Life event）』に当たる項目が除外されたことである。Life eventは離婚や失業等個人の人生上における数少ない特定の出来事であり、日常生活のパターンや習慣を変化させうるので日常体験される数多くの小さなストレスの出来事と関係があると解されている。しかしながら、Lazarusら¹⁵⁾の見解にあるようにストレス反応は日々の生活の中で遭遇する小さなストレス（日常的混乱）に起因するものであることを踏まえ、本稿では因子分析結果に準じた。したがって原版が意図した個人へのストレス低減に向けた介入に際してはその個人に起きている特定のLife eventに関する情報を視野に入れる必要がある。

以上より、SSCQ-N版の有用性が検証された。尺度の構造においては、ストレス、ストレス評価、コーピングの3尺度並びにストレス反応と関連が深い性格行動タイプの計4尺度を有する多次元で構成されている。したがって、各尺度の得点を比較することにより看護職のストレス認知やコーピングに介入し、ストレス状態の改

善に助力できるツールとなり得ると思われる。

従来のストレス尺度のほとんどがストレスとストレス反応の2尺度で構成¹⁶⁾されている現状から見て、SSCQ尺度の有用性について更なる追試が期待される。

V. 結 論

ストレス、ストレスコーピングを多面的に評価できるSSCQ（八尋，1990）に焦点をあて、尺度の看護職への適用について検討を行い、以下のことが明らかになった。

尚、検討された看護職用SSCQをSSCQ-N版と命名した。

1. ストレス尺度は原版の2因子『Life event』、『Daily hassle』から6因子が抽出された。第1因子；仕事の量，第2因子；低い自己価値感，第3因子；生活上の出来事，第4因子；家族の問題，第5因子；生活の不満，第6因子；将来の不安と命名した。
2. ストレス評価尺度は原版と同様に第1因子；神経質，第2因子；怒りの2因子が抽出された。命名は意味内容から考えて原版と同じ命名にした。
3. ストレス・コーピング尺度は『Coping style』、『Uplift』、『Social support』、『Hardiness』の4因子から5因子抽出された。第1因子；ソーシャルサポート，第2因子；変化促進行動，第3因子；ねばり強さ，第4因子；気分を高める，第5因子；回避と命名した。
4. 性格行動パターン尺度は、各質問項目とも因子負荷量の基準値を満たし、原版の22項目をすべて採用した。内容のまとまりについてはType A, Type Cの項目間で3項目の移動がなされた。
5. SSCQ-N版の信頼係数は全尺度で0.79、下位尺度のストレス0.73、ストレス評価0.77、コーピング0.83、性格行動パターン0.80であった。妥当性を示すGHQ得点とSSCQ-N版の平均因子得点との相関係数はコーピングを除くほぼすべての下位尺度と有意な相関関係を示した。

以上より、今回作成されたSSCQ-N版123項目は、各下位尺度の信頼性及び基準関連妥当性を備えていることが明らかになった。

このことから本尺度が病院で働く看護職のストレスマネジメントに有用なツールであることが示唆された。今後の課題は、本尺度の精度を高めることと、今回有意な結果が得られなかったType Cとストレス反応との関連を更に追求していくことである。

参考文献

- 1) 田中幸子，野沢 浩．看護労働の特性分析と法的諸問題．労働科学 1992; 68: 147-159.

- 2) 影山隆之, 森 俊夫. 病院勤務看護者の精神衛生. 産業衛生 1991; 33: 31-44.
- 3) 稲岡文昭, 松野かほる, 宮里和子. 看護職にみられる Burn Out とその要因に関する研究. 看護 1984; 36: 81-104.
- 4) 増子詠一, 山岸みどり, 岸 玲子, ほか. 医師・看護婦など対人サービス職業従事者の「燃えつき症候群」(1). 産業医学 1989; 39: 203-215.
- 5) 土居健郎監修. 燃え尽き症候群. 東京: 金剛出版, 1988; 32-95.
- 6) 宗像恒次, 及川尚美. リアリティショック, 精神衛生学の視点から. 看護展望 1986; 5: 2-7.
- 7) 足立はるゑ, 井上真人, 井奈波良一, ほか. 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. 産業衛生 1999; 41: 79-87.
- 8) 八尋華那雄, 井上真人, 貝谷久宣, ほか. 健康障害の予防心理学的研究 (1) Stress and Stress-coping に関する Check List の作成. 中京大学文学部紀要 1990; 25: 1-21.
- 9) Goldberg DP, 中川泰彬, 大坊郁夫. 日本版 GHQ 精神健康調査票〈手引〉. 東京: 医学書院, 1991.
- 10) 福西勇夫. 日本版 General Health Questionnaire (GHQ) の Cut-off point. 心理臨床 1990; 3: 223-234 .
- 11) 中川米造, 宗像恒次, 編. 医療・健康心理学. 東京: 福村出版, 1989.
- 12) 田中雄治, 中田すみ, 山崎勝之, ほか. 企業従業員におけるタイプ A の分析—KG 式日常生活質問紙によるタイプ A 判定. タイプ A 1992; 3: 68-73.
- 13) 森本兼囊. ライフスタイルと健康. 東京: 医学書院, 1991.
- 14) 福西勇夫, 岡部祥平, 笹森典雄. 中年におけるストレスタイプ A 行動パターンとの関連を中心に. 心理臨床 1991; 4: 23-26.
- 15) Lazarus RS, Folkman S. ストレスの心理学—認知的評価と対処の研究. 本明 寛, 春木 豊, 織田正美, 監訳. 東京: 実務教育出版, 1991.
- 16) 小杉正太郎. 職業性ストレス評価法の今後の課題. 産業ストレス研究 2002; 9: 233-241.
- 17) 久繁哲徳, 大原啓志. 病院看護婦の疲労と健康状態について. 労働科学 1985; 61: 517-528.
- 18) 稲岡文昭, 河野雅資, 宗像椎次. 看護婦の Bourn out と社会的要因および行動特性との関連についての研究. 日本看護科学学会誌 1986; 6: 50-60.
- 19) 坂田成輝, 矢富直美, 新名理恵. ワーク・ストレスにおけるコーピングに対するリソース効果. ストレスと人間科学 1991; 6: 96.
- 20) Cohen S, Wills TA. Stress social support, and the buffering hypothesis. Psychol Bull 1985; 98: 310-357.
- 21) Jakson SE, Schwab RL, Schuler RS. Toward understanding of the burnout phenomonon. J Appl Psychol 1986; 71: 630-640.
- 22) 上野徳美, 山本義史. 看護者のバーンアウトを予防するソーシャルサポートの効果—サポート・ネットワーク量・満足度・サポート源との関係を中心として. 健康心理学研究 1996; 9(1): 9-20.
- 23) Bolger N, DeLongis A, Kessler RC, Wethington E. The contagion of stress across multiple roles. J Marr Fam 1989; 51: 175-183.
- 24) Kobasa SC. Stressful life events personality, and health. Jipers Socpsycho 1997; 137: 1-11.
- 25) 東口和代, 森河裕子, 西条旨子. 臨床看護職者のストレスとその要因. 産衛誌 1998; 40: 40.
- 26) 久田 満. ソーシャル・サポート研究の動向と今後の課題. 看護研究 1987; 20: 170-179.
- 27) 右馬礎力也, 嶋田洋徳, 坂野雄二. ハーデイネスが職場ストレスに及ぼす影響. 健康心理学研究 1998; 11(2): 25-36.
- 28) 古谷野亘. 多変量解析ガイド. 東京: 川島書店, 1988.

Stress Management among Hospital Nurses Application to Nurses of Stress & Stress-Coping Scale (SSCQ)

Harue ADACHI¹, Masato INOUE² and Ryoichi INABA²

¹Fujita Health University School of Health Sciences, 1-98 Dengakubo, Kutukakecho, Toyoake city, Aichi 470-1192, Japan and
²Department of Occupational Health, Gifu University School of Medicine

Abstract: The purpose of this study was to evaluate the validity of the Stress and Stress-Coping Questionnaire (SSCQ) for female nursing groups. Subjects were 300 female nurses employed at hospitals. Mean age was 32.9 ± 8.9 yr and mean number of years of work experience was 11.9 ± 8.0 yr. Data for the study were collected via the self-completed SSCQ, which all subjects completed. In order to assess the validity of the SSCQ, subjects were also asked to complete a 60-question General Health Questionnaire (GHQ) that assessed mental well being. Based on the results of factor analysis, the

original version of the SSCQ, comprising 153 questions in 10 subscales, was revised to the nurse-specific SSCQ-N, comprising 123 questions and 15 subscales. Cronbach's alpha coefficient for subscales varied from 0.70 to 0.83, showing a significant correlation with the point score of the GHQ, for demonstrating criterion-related validity in the SSCQ. These results verify the usefulness for female nursing groups of the SSCQ for assessing mental well being and suggesting ways to manage stress in nurses. (*San Ei Shi* 2005; 47: 1-10)