

仕事への過剰適応とストレスに関する研究(1)

— 過剰適応を規定する要因に関する検討 —

○福森絢子・岩永誠

(広島大学大学院総合科学研究科)

【目的】

過剰適応は「異常な適応の仕方」と言われており、様々な心身の不健康を引き起こす(小林 1994)。福島(1982)は適応不全の原因となるほどの会社への「適応」は過剰適応と批判されてもいたしかたないと述べている。使命感から潜在的に過剰適応をしている人が多くいるのではないかと推察されるが、成人の過剰適応の現状については、あまり検討がされていない。また、過剰適応に陥りやすい特性として几帳面・勤勉・責任感が強いなどのパーソナリティの特徴は指摘されているものの、過剰適応の形成要因や個人特性との関連に関する検討は十分とはいえない。

本研究では過剰適応の現状と過剰適応を規定する個人特性や環境要因を明らかにすることを目的とする。特に対人援助職では相手の期待に応えようと過剰適応に陥っている人が多いのではないと思われるため、一般企業に勤める社員に看護師と介護士を含めた検討を行う。

【方法】

調査方法：ウェブを利用したアンケート調査。

調査対象：調査会社に登録している20代～50代の会社員・看護師・介護士の中から職種毎に500名の合計1500人を抽出し、有効回答が得られた1458人(看護師492名、会社員481名、介護士485名)、男性596名、女性862名、平均年齢41.8歳を研究対象とした。

調査期間：2017年4月25日～4月27日

調査内容：成人用過剰適応傾向尺度(水澤, 2014),

タイプA行動評定尺

度(瀬戸ら, 1997),

防衛的悲観主義尺度

(荒木, 2008), 楽観

主義尺度(中村,

2000), 完全主義尺度

(桜井・大谷, 1994),

看護師の職業的アイ

デンティティ尺度

(佐々木, 2006)。分

析はSPSS Ver24を用いた。

【結果と考察】

各尺度について再尤法・promax回転による因子分析を行った。現尺度通りに因子が抽出された尺度は、タイプA・楽観主義・本来感・自尊感情・完全主義で、Cronbachの α 係数はそれぞれ0.697以上認であった。現尺度通りに抽出されなかった尺度は3つで、成人用過剰適応傾向は3因子(他者への配慮, 強迫性格, 多大な評価希求), 防衛的悲観主義は2因子(失敗への懸念, 問題解決行動), 看護師の職業的アイデンティティは2因子(仕事への適応感と自信, 仕事への不全感)が抽出された。Cronbachの α 係数は0.657以上で、十分な内的一貫性が示された。

過剰適応の下位因子である他者への配慮, 強迫性格, 多大な評価希求と過剰適応全体を目的変数とし、タイプAや悲観的防衛主義, 楽観主義, 職業的アイデンティティを説明変数とした重回帰分析(強制投入法)を行った。分析結果を表1に示す。過剰適応を高める因子として日本的ワーカホリック($\beta=0.234$), 完璧主義($\beta=0.128$), 防衛的悲観主義($\beta=0.240$), 完全主義($\beta=0.235$), 仕事への不全感($\beta=0.054$)があげられる。防衛的悲観主義と日本的ワーカホリックは過剰適応の全ての下位因子で正の相関がみられ、促進要因となっていることがわかる。完全主義と楽観的自己感情, 悲観的自己感情は過剰適応の下位因子と負の相関がみられ、過剰適応の抑制要因であると考えられる。

本研究は科学研究費補助金(16K13486)の助成を受けた。

表1 重回帰分析の偏回帰係数

	他者への配慮	強迫性格	多大な評価希求	過剰適応合成
敵意行動	0.002	-0.059**	0.153***	0.056*
日本的ワーカホリック	0.228***	0.256***	0.081**	0.234***
完璧主義	-0.123***	0.320***	0.110***	0.128***
防衛的悲観主義	0.359***	0.094**	0.109***	0.240***
楽観的自己感情	-0.055*	-0.052*	0.023	-0.031
悲観的自己感情	0.012	0.007	-0.099***	-0.043
完全主義	0.158***	0.130***	0.234***	0.235***
仕事への適応と自信	-0.133***	0.068*	-0.026	-0.042
仕事への不全感	0.111***	0.031	-0.007	0.054*
R^2	0.403	0.361	0.185	0.398

$p < 0.05^*$

$p < 0.01^{**}$

$p < 0.001^{***}$