

項目反応理論を取り入れた簡易版ストレスコーピング尺度作成の試み

松田 幸久¹
田山 淳²
木村 拓也³
西浦 和樹⁴

本研究では、下位因子に問題焦点型コーピングと情動焦点型コーピングを含む既存のストレスコーピング尺度を取り上げ、項目反応理論を用いた分析を行うことにより、質問紙におけるストレスコーピングの構造を再検討した。68名の学生(男性39名、女性30名)を対象として、既存のストレスコーピング尺度(20項目)を実施した。項目分析の結果、全20項目中の7項目で識別力が低い項目がみられた。次に、因子分析を行ったところ、最終的に9項目が1因子構造として収束した。結論として、問題焦点型コーピングと情動焦点型コーピングの両者を含む既存の尺度は、状況に依存しない1因子解として解釈できる可能性がある。

Keywords : ストレスコーピングスタイル、問題焦点型、情動焦点型、項目反応理論、因子分析

<はじめに>

ストレス状況下においてストレスを低減させる目的で行われた行動(コーピング:coping)が適切な対処でなかった場合、反対にストレス反応を増強させてしまう場合がある。コーピング研究において、コーピングを問題焦点型コーピング(problem focused coping)と情動焦点型コーピング(emotion focused coping)の2種類に分けられて捉えられてきた¹⁾。前者はストレスの元となる自己と外界(たとえば他者)の関係不全を解消しようとする行動である。これは、ストレスに感じている問題そのものを解決しようとする行動であり、直面しているストレスの根本的解決を導く。後者はストレス反応としてあらわれる感情の沈静化を目標とし、情動の覚醒や不安・怒りを解消しようとする行動がそれにあたる。このコーピングは、ストレス自体は解消されないが、それに対処するための心理的余裕や安定を導く。

ストレスを解消するためにはストレスの原

因を解消する必要があるため、問題焦点型コーピングを採ることが最良の行動だと考えられる。情動焦点型コーピングはストレス反応を低減させないばかりか、増加させる効果を持つという知見が得られている²⁾³⁾⁴⁾(Andrews, Tennant, Hewson, & Vaillant, 1978; Mitchell, Cronkite, & Moos, 1983; Folkman & Lazarus, 1986)。しかしながらストレスを根本的に解消するためには、ストレスに直面しなければならず、その行為自体に強いストレスを感じる事が考えられる。このように、一概にいずれかのコーピングが絶対的にストレス低減をもたらすわけではない。Folkman, Lazarus, Gruen, and DeLongis⁵⁾は個人が置かれた状況を考慮に入れることで、コーピングの効果が変化すると主張した。この主張の元にはFolkman, Schaefer, and Lazarus⁶⁾によって提案されたGoodness of fit仮説がある。Goodness of fit仮説では、ストレス状況下におかれた個人にとってそのストレス状況が制御可能か否か、という点が重要視されている。ストレス状況が制御可能である場合では問題焦点型コーピングは有効であり、ストレス状況が制御不可能である場合は情動焦点型コーピングが有効である。

1 金沢工業大学人間情報システム研究所

2 長崎大学保健・医療推進センター

3 長崎大学アドミッションセンター

4 宮城学院女子大学学芸学部

つまり、個々人の置かれた状況により問題焦点型あるいは問題焦点型コーピングの効果あるいは影響力は異なってくる。現在、ストレスコーピングスタイルを測定する質問紙には、Folkman and Lazarus¹⁾によって開発された Ways of Coping Questionnaire や Ways of Coping Checklist⁷⁾がある⁸⁾。それらは日本語版として紹介されており⁹⁾、わが国でも一般化された質問紙として個人のストレスコーピングスタイルを測定するとされている。本研究では、日本における問題焦点型と情動焦点型ストレスコーピングが下位因子として含まれる尺度を取り上げ¹⁰⁾、項目分析を行うことにより各項目の意味合いを再考することを目的とした。

<方法>

1) 質問紙

メンタルヘルス・マネジメント検定試験公式テキスト [Ⅲ種 セルフケアコース]¹⁰⁾から問題焦点型ストレスコーピングと情動焦点型ストレスコーピングに関する20項目を選択し、ストレスコーピング仮尺度を作成した (Appendix 1)。回答方式には「1: 全くしない」、「2: ほとんどしない」、「3: とときどき、行っている」、「4: よく、行っている」までの4件法を適用した。

2) 調査対象者および手続き

専門学校、大学、大学院に所属する68名 (男性39名、女性30名)の学生を対象にストレスコーピング仮尺度を実施した。回答者には個人情報保護、および研究参加の任意性を説明し、調査実施の同意を得た。調査は無記名式で行われた。

3) 分析

得られたデータを元に、項目分析を行うと共に、因子分析を行った。項目分析の手順はいくつかの先行研究を参考にして行った¹¹⁾¹²⁾¹³⁾。項目分析では、多値データを0、1の2値に置き換えた上で、困難度並びに識別力を求めると共に、2パラメータ・ロジスティック・モデルによる項目特性曲線を算出した。項目分析の結果に基づき、バリマックス回転による因子分析を行った。最後に

簡易版ストレスコーピング尺度とストレスコーピング仮尺度 (Appendix 1) の合計得点をそれぞれ算出し、併存的妥当性を検討した。ソフトウェアは、項目分析にはR2.10.0、因子分析にはSPSS18.0を用いた。

<結果>

1) 各項目の基礎統計量

各項目の基礎統計量を Table 1 に示す。

Table 1 各項目の基礎統計量

項目	N	平均	標準偏差	標準誤差	上側95% 信頼限界	下側95% 信頼限界
Q1	68	0.63	0.49	0.06	0.75	0.51
Q2	68	0.85	0.36	0.04	0.94	0.77
Q3	68	0.47	0.50	0.06	0.59	0.35
Q4	68	0.90	0.31	0.04	0.97	0.82
Q5	68	0.79	0.41	0.05	0.89	0.70
Q6	68	0.65	0.48	0.06	0.76	0.53
Q7	68	0.47	0.50	0.06	0.59	0.35
Q8	68	0.50	0.50	0.06	0.62	0.38
Q9	68	0.78	0.42	0.05	0.88	0.68
Q10	68	0.81	0.40	0.05	0.90	0.71
Q11	68	0.72	0.45	0.05	0.83	0.61
Q12	68	0.82	0.38	0.05	0.92	0.73
Q13	68	0.69	0.47	0.06	0.80	0.58
Q14	68	0.24	0.43	0.05	0.34	0.13
Q15	68	0.54	0.50	0.06	0.67	0.42
Q16	68	0.71	0.46	0.06	0.82	0.59
Q17	68	0.93	0.26	0.03	0.99	0.86
Q18	68	0.59	0.50	0.06	0.71	0.47
Q19	68	0.81	0.40	0.05	0.90	0.71
Q20	68	0.68	0.47	0.06	0.79	0.56

2) ストレスコーピング尺度の項目分析

得られた項目毎のデータに対して、項目反応理論を用いた検討を行った。Figure 1.に各項目の困難度を、Figure 2.に各項目の識別力を示す。

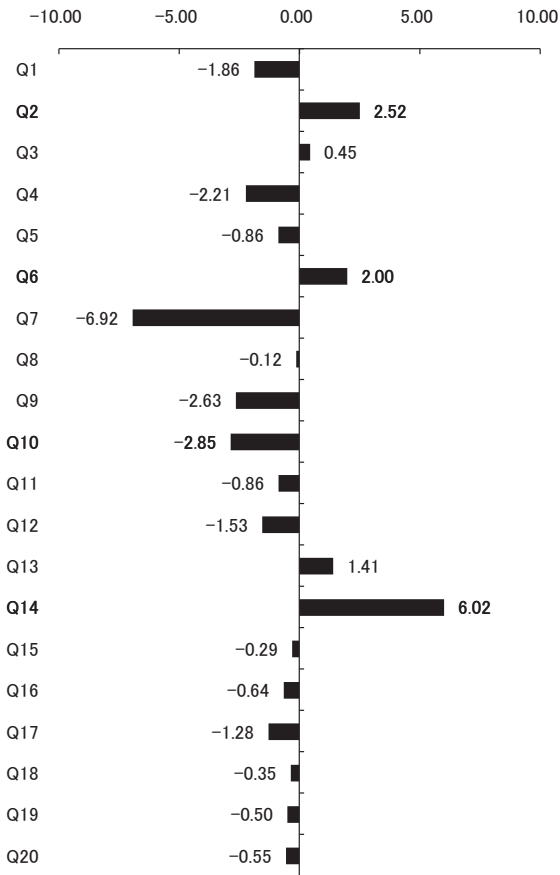


Figure 1. 各項目の困難度

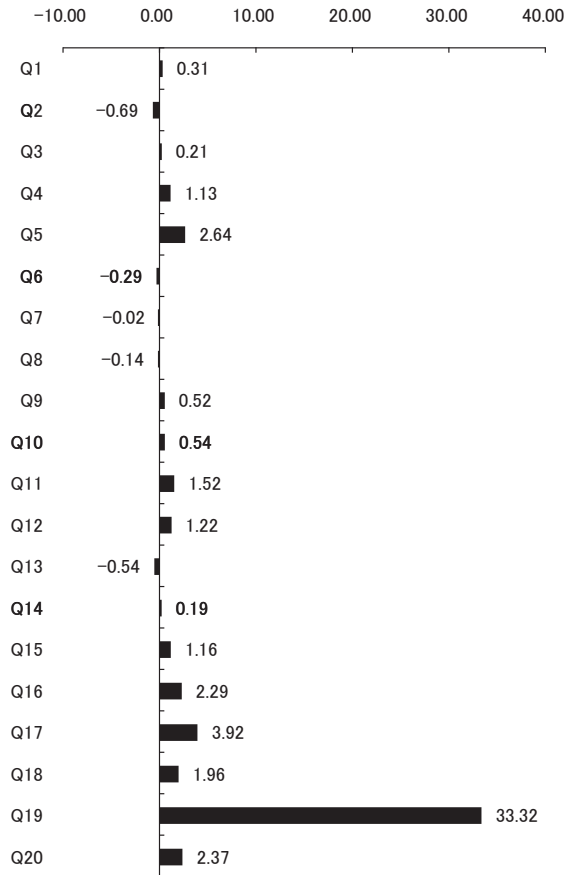


Figure 2. 各項目の識別力

次に、2パラメータ・ロジスティック・モデルによる項目特性曲線を算出した (Figure 3)。

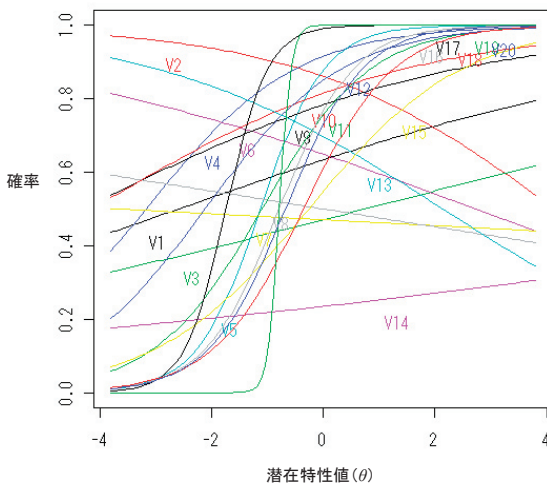


Figure 3. 2パラメータ・ロジスティック・モデルによる項目特性曲線

これらの項目分析により、項目 2、3、6、7、8、13、14 の項目は、識別力低く、かつ、特性曲線の傾きの値が低値であることが明らかになった。

3) 因子分析

項目分析により問題があることが分かった項目 2、3、6、7、8、13、14 以外の項目を用いてバリマックス回転による因子分析をおこなったところ、項目 1、4、9、10 の負荷量が 0.30 以下であったため、これらの項目を除外して再度因子分析を行った。その結果、Figure 4 のような因子のスクリープロットが得られると共に、Table 1 のように 9 項目 1 因子構造として収束した (Appendix 2)。これら 9 項目の α 係数を算出したところ、 $\alpha = 0.721$ と高い値を示した。なお、因子の固有数を 2 とした因子分析では、第 1 因子は $\alpha = 0.629$ 、第 2 因子は $\alpha = 0.621$ であり、かつ、第 2 因子の項目数が 3 項目のみとなった。つまり、因子分析により得られた 9 項目 1 因子構造という結果が妥当であることが示された。

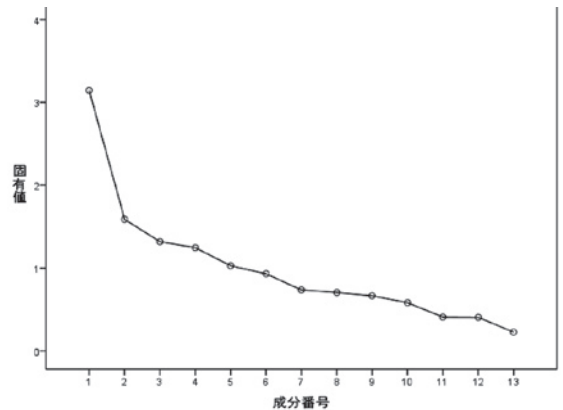


Figure 4. 因子のスクリープロット

Table 2 因子分析の結果

項目	因子	共通性
Q19	.806	.650
Q5	.552	.304
Q16	.543	.295
Q17	.535	.286
Q18	.467	.218
Q20	.454	.206
Q11	.417	.174
Q12	.333	.111
Q15	.300	.087
α 係数	0.721	
固有値	3.000	

4) 簡易版に関する併存的妥当性

次に、本研究により得られた 9 項目 1 因子構造の簡易版ストレスコーピング尺度 (Appendix 2) とストレスコーピング仮尺度 (Appendix 1) それぞれの素点和を算出した。短縮版の平均±標準偏差は、簡易版は 6.588 ± 2.160 、仮尺度版は 13.574 ± 2.851 であった。各尺度合計得点間に極めて高い相関が認められた ($r=0.822$, $p<.0001$) (Figure. 5)。

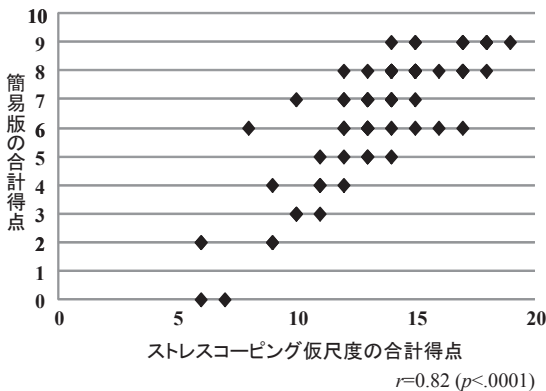


Figure 5. 各サンプルにおける仮尺度(20項目)と簡易版(9項目)の関係

<考察>

項目分析により、ストレスコーピングを捉える項目として項目 2、3、6、7、8、13、14 が不適切な項目であることが明らかになった。ストレスを感じた時の対処法として、「項目 2：とりあえず我慢しようとした」、「項目 3：困難から逃げて自分を守った」、「項目 6：問題に積極的に対応した」、「項目 7：進んで仕事を引き受けた」、「項目 8：ストレス要因がくるのを予想した」、「項目 13：合理的な判断につとめようとした」、「項目 14：食事に気をつけた」は、抽象的な項目内容であったのかもしれない。加えて、識別力が最も低かった「項目 2：とりあえず我慢しようとした」では、「とりあえず」という言葉の使用、つまり、ワーディング上の問題があることが推察されるが、その他識別力が低かった項目でもワーディングが不適切であったかもしれない。このように、項目分析により不適切と判断された項目には、抽象的な項目内容であったこととワーディングの問題が関与していた可能性がある。

因子分析では、項目 1、4、9、10 の負荷量が低値であったため除外された。最終的に残った項目を吟味してみると、いずれもメンタルヘルス上重要な項目であることが窺える。項目 1、4、9、10 に関しては、必ずしもメンタルヘルスを向上させる項目内容であるとは言えない。これらの因子負荷量が低かった項目に関して項目分析の結果

をみてみると、最終的に残った項目に比べて因子負荷量が低かったいずれの項目の識別力も低いことが分かる。

本研究では、既成の問題焦点型及び情動焦点型コーピング尺度を検討した結果、1 因子構造の尺度構成が妥当であることが明らかになった。古くから存在する問題焦点型及び情動焦点型コーピングは、ストレスマネジメントにおいて重要な概念である。しかしながら、状況に依存する概念でもあるため解釈には注意を要した。本研究では、サンプル数が少なかったものの、メンタルヘルスに直結したストレスコーピングに関する 9 項目が提示された。今後の課題として、尺度の信頼性をさらに検討すると共に適切なカットオフポイントを明らかにしていく必要がある。

<引用文献>

- 1) Folkman S, Lazarus RS: An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, **21**, 219-239, 1980.
- 2) Andrews G, Tennant C, Hewson DM, Vaillant GE: Life event stress, social support, coping style, and risk of psychological impairment. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, **166**, 307-316, 1978.
- 3) Mitchell RE, Cronkite RC, Moos RH: Stress, coping, and depression among married couples. *Journal of Abnormal Psychology*, **92**, 433-448, 1983.
- 4) Folkman S, Lazarus RS: Stress processes and depressive symptomatology. *Journal of Abnormal Psychology*, **95**, 107-113, 1986.
- 5) Folkman S, Lazarus RS, Gruen RJ, DeLongis A: Appraisal, coping health status, and psychological symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology*, **50**, 571-79, 1986.

- 6) Folkman S, Schaefer C, Lazarus RS: Cognitive processes as mediators of stress and coping. In V. Hamilton, & D. M. Warburton (Eds.), *Human stress and cognition* (pp.265-298), Chichester, England: Wiley, 1978.
- 7) Folkman S, Lazarus RS: If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, **48**, 150-170, 1985.
- 8) 加藤司: 英語文献におけるコーピング尺度の使用状況 -1990年から1995年-. 東洋大学社会学部紀要, **43**, 5-24, 2006.
- 9) 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二版, 東京: 西村書店, 578-583, 2001.
- 10) 大阪商工会議所編: メンタルヘルス・マネジメント検定試験公式テキスト [Ⅲ種 セルフケアコース]. 中央経済社, 2006.
- 11) 脇田隆文・小塩真司・願興寺礼子・桐山雅子: University Personality Inventory 短縮版の開発. *Journal of the College of Humanities*, **17**, 123-128, 2007.
- 12) 阿久津洋巳: ポジティブ感情とネガティブ感情の測定 - 項目反応理論の適用 -. 岩手大学教育学部附属教育実践総合センター研究紀要, **7**, 135-144, 2008.
- 13) 阿久津洋巳: 項目反応理論によるストレス尺度の検討. 岩手大学教育学部研究年報, **67**, 81-94, 2008.

Appendix 1 調査用紙

普段ストレスを感じたときに行っている解消法を答えてください。

0 . . . 全くしない
1 . . . ほとんどしない
2 . . . 時々、行っている
3 . . . よく、行っている

	内容	回答
1	自分の感情や考えを相手にきちんと伝えた	
2	とりあえず我慢しようとした	
3	困難から逃げて自分を守った	
4	趣味などストレスを感じた環境（仕事）以外の事柄に没頭した	
5	家族や友達との時間を楽しんだ	
6	問題に積極的に対応した	
7	進んで仕事を引き受けた	
8	ストレス要因がくるのを予想した	
9	前向きに考えた	
10	自分を励ました	
11	誰かに相談した	
12	誰かの相談相手になった	
13	合理的な判断につとめようとした	
14	食事に気をつけた	
15	睡眠に気をつけた	
16	リラックスするための工夫をした	
17	気分転換を試みた	
18	出来るだけ体を動かすようにした	
19	笑ったり楽しい時間を持った	
20	ストレスをへらす工夫をした	

Appendix 2 9項目 1 因子構造のストレスコーピング尺度

項目	内容
質問1	笑ったり楽しい時間を持った
質問2	家族や友達との時間を楽しんだ
質問3	リラックスするための工夫をした
質問4	気分転換を試みた
質問5	出来るだけ体を動かすようにした
質問6	ストレスをへらす工夫をした
質問7	誰かに相談した
質問8	誰かの相談相手になった
質問9	睡眠に気をつけた