

邦訳版ストレスマインドセット尺度の信頼性・妥当性の検討

○大久保慧悟(ディップ株式会社) 竹橋洋毅(関西福祉科学大学)

キーワード：ストレス、マインドセット、尺度開発

目的

ストレスに関する数多くの研究では、ストレスは心身に有害な影響があるとされてきた(e.g., Blythe, 1973)。一方で、ストレスには健康や生産性を向上させるという有益な側面もあることも報告されている(e.g., Cahill ら, 2003)。近年では、ストレスのとらえ方(マインドセット)が健康や生産性に影響を及ぼすことが示唆されている。即ち、ストレスが有害であると信じる人ほどストレスの悪影響を受けやすいのに対して、有用であると信じる人ほどに良い影響を受けるとされる。

このようなマインドセットの個人差を測定するため、Crum ら(2013)はストレスマインドセット尺度(SMM)を開発している。SMMはストレスの有害性と有用性をそれぞれ4項目ずつ計8項目で測定するが、Crum らは確証的因子分析により1因子を見出している。SMMはストレス量やコーピング方略とは独立に、健康状態や職務遂行の良好さを説明できることも明らかにされている。

SMMはストレスにかかわる問題に対して重要な知見を提供すると考えられるが、邦訳版は作成されていない。そこで、本研究では邦訳版SMMを作成し、その信頼性と妥当性を検討した。

方法

手続き 原語の意味を損なわないように尺度を邦訳し、各項目について計3回のバックトランスレーションを行った。最終的に、表現が原文と意味的に相違ないことを原著者に確認し、邦訳版SMMの試作版とした。

参加者 オンラインリサーチ会社に登録している20代～50代の男女434名に調査への回答を依頼し、欠損データと無効データを除外した338名を分析対象とした(平均年齢40.25歳、標準偏差10.75)。

測定項目 邦訳版SMMの試作版8項目(5件法)。妥当性の検討のため、Crum らに基づき、健康状態の指標として多次元抑うつ不安症状尺度(佐藤ら, 2001)の45項目(4件法)、ストレス量の指標としてCrum ら(2013)の1項目(7件法)、コーピング方略の指標として日本語版Brief COPE 尺度(大塚, 2008)より接近コーピングと回避コーピングと分類された項目14項目(4件法)を用いた。

結果と考察

まず、因子構造を確認するために、邦訳版SMMの試作版についてCrum ら(2013)と同様の1因子モデルの確証的因子分析を行った結果、 $\chi^2(20)=282.61, p<.001$, GFI=.78, AGFI=.61, CFI=.76, RMSEA=.20であり、適合度が良好でなかった。そこで、探索的因子分析を行った結果、固有値1の基準で2因子が見出されたため、2因子モデルの確証的因子分析を行ったところ、 $\chi^2(19)=74.37, p<.001$, GFI=.95, AGFI=.90, CFI=.95, RMSEA=.09と、適合度は良好であった(表1)。信頼性係数 α 係数は因子1では.84、因子2では.80で、因子間相関は-.61であった。以上から、全8項目をSMM-Jとして採用し、尺度得点の算出の際はストレス有害信念因子(因子1)の項目を逆転処理することとした。

次に、妥当性検討のため、多次元抑うつ不安症状尺度得点を目的変数とし、step1でストレス量、接近および回避コーピングの各得点を、step2ではそれらに加えてSMM-J得点を投入した段階的重回帰分析を行った(表2)。その結果、SMM-J得点はストレス量やコーピング方略の個人差とは独立に、健康状態の分散を説明することが示された。

以上の結果はSMM-Jの信頼性と妥当性を示唆する。

表1 SMMの日本語版項目および因子負荷量

尺度項目	因子1	因子2
1. ストレスは悪影響があり、避けるべきだ	.80	
7. ストレスがあると、私のパフォーマンスや生産性が低くなる	.79	
5. ストレスがあると、私の学びや成長が妨げられる	.76	
3. ストレスがあると、私の健康や活力が悪くなる	.69	
6. ストレスがあると、私の健康や活力がより良くなる		.78
4. ストレスがあると、私のパフォーマンスや生産性が高まる		.77
8. ストレスは良い影響があり、利用すべきだ		.75
2. ストレスがあると、私の学びや成長の助けとなる		.55
寄与率	2.89	2.48

注) 数値は因子負荷量(標準化係数)。

表2 多次元抑うつ不安症状尺度得点を目的変数とした重回帰分析

	β	R^2	ΔR^2
Step 1		.23 **	.23 **
ストレス量	.29 **		
接近コーピング	.03		
回避コーピング	.35 **		
Step 2		.27 **	.04 **
ストレス量	.24 **		
接近コーピング	.00		
回避コーピング	.35 **		
ストレスマインドセット	.19 **		