IT 技術者におけるソーシャルスキルのストレス緩衝効果

○田中健吾¹

(1 大阪経済大学経営学部)

キーワード: ソーシャルスキル, ストレス緩衝効果, IT 技術者

Stress-buffering effects of social skills among Japanese software engineers

Kengo TANAKA¹

(1 Faculty of Business Administration, Osaka University of Economics)

Key Words: social skills, stress-buffering effects, software engineers

目 的

IT 技術者が急増する中, 彼らの置かれている特異な就労環境が, 種々の心理社会的問題をもたらすことが懸念されている(櫻田, 2016)。しかし, この業種に固有のストレッサーに起因する心理的ストレス反応の低減要因に関する研究は多くない。そこで本研究では, 持ち場が頻繁に変わり, 対人関係を良好に保つことが難しい職務環境であることなどの, IT 技術者に特異的なストレッサーを踏まえ, ソーシャルスキルのストレス緩衝効果について検討することとした。職業性ストレス研究において, ソーシャルスキルはコーピングの資源と位置づけられ, ソーシャルサポートを高めることで, 種々のストレス緩衝効果をもたらすことが示されている(田中, 2009)。

方 法

調査対象: 2017 年 3 月時点で, (株) ネオマーケティングの Web 調査サイト “i Research” 登録者から無作為抽出した 26, 779 名に調査依頼を配信したところ, 10, 076 名が応諾した(回収率 37. 6%)。18—65 歳の正規雇用者で, IT 技術者の職にある 579 名から回答を得た(有効回答率 100%)。このうち, 無作為抽出した男性 464 名(平均年齢 45. 8 歳, SD=8. 84)を分析対象とした。

調査票: IT 技術者用ストレッサー尺度(田中・高原, 2017), ソーシャルスキル尺度(田中, 2009), 心理的ストレス反応尺度(田中, 2012)を使用した。ストレッサー尺度は, 「仕事の量的負荷」, 「長期的展望のなさ」, 「不安定な立場」の 3 下位尺度得点を合計した得点を, 心理的ストレス反応尺度は, 「疲労感」, 「易怒感」, 「身体不調感」, 「抑うつ感」の 4 下位尺度得点を合計した得点を分析に使用した。ソーシャルスキル尺度は, 「トラブルシューティングスキル」, 「マネジメントスキル」, 「コミュニケーションスキル」の各下位尺度で測定される下位スキル別に検討した。

結 果

各下位スキル別に, ストレッサーとスキルおよび両者の交互作用項を独立変数とし, 心理的ストレス反応(合計得点)を従属変数とする階層的重回帰分析を行った。ストレッサー

の主効果は全ての分析で有意であり, IT 技術者に特異なストレッサー得点が高いほど, 心理的ストレス反応得点が高いことを示していた。ソーシャルスキルの効果に注目すると, 3 つの下位スキルすべてにおいて有意な主効果が認められた。また, ストレッサーとコミュニケーションスキルの交互作用が有意であり, ストレッサーとトラブルシューティングスキルの交互作用が有意傾向を示した(Table1)。各下位スキル別の心理的ストレス反応緩衝効果は, Figure1 に示した。

Table1 階層的重回帰分析結果の概要

独立変数	R^2	ΔR^2	β
A: ストレッサー	.250		.493 ***
B: トラブルシューティング・スキル	.026 ***		-.172 ***
交互作用 (A×B)	.004 †		.068 †
累積 R^2	.280 ***		
A: ストレッサー	.250		.494 ***
B: マネジメント・スキル	.026 ***		-.159 ***
交互作用 (A×B)	.000		-.019
累積 R^2	.276 ***		
A: ストレッサー	.250		.495 ***
B: コミュニケーション・スキル	.014 **		-.126 **
交互作用 (A×B)	.006 *		.080 *
累積 R^2	.270 ***		

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$, † $p < .10$

考 察

以上より, IT 業に特有のストレッサーに起因する心理的ストレス反応に対して, 3 種のソーシャルスキルが緩衝効果をもたらすことが示された。業務遂行に直結するマネジメントスキルでは主効果のみが認められたが, 日常のコミュニケーションに機能するスキルや対人葛藤処理に関するスキルについては, ストレッサーの自覚が低い状況での効果について, 交互作用の点から検討する必要があると思われる。

引用文献

- 櫻田武嗣 2016 わが国の IT 産業の実態 一般社団法人情報通信医学研究会編 IT 技術者の長寿と健康のために 近代科学者 pp133-146.
 田中健吾 2009 ソーシャルスキルと職業性ストレス: 企業従業員の臨床社会心理学的研究, 晃洋書房, 京都.
 田中健吾 2012 勤労者を対象とした心理的ストレス反応尺度の項目反応理論による検討 大阪経大論集, 63, 137-150.
 田中健吾・高原龍二 2017 IT 技術者用ストレッサー尺度の信頼性・妥当性の検討 日本パーソナリティ心理学会第 26 回大会発表論文集, 印刷中。

Figure 1 ソーシャルスキルのストレス緩衝効果

(※左から, トラブルシューティングスキル, マネジメントスキル, コミュニケーションスキル)