

大学教員の職場ストレスの解析と精神的健康への影響

— 大学固有の職場環境・対人関係の視点から —

久利 恭 士

1. 問題と目的

日本において「研究者」は、一般の人からはとかく特殊な人種のように思われがちである。しかしながら1996年現在、総務庁統計局の『科学技術研究調査報告』によると約67万人もの人間が研究職に従事しており、けっしてごく少数の限られた職域では無くなってきている。このような現状にもかかわらず、日本において研究者のストレスそのものに関する研究はほとんど行なわれていない。これは、研究者が少数の特異集団であるという意識に加え、研究対象が研究を行なう者自身の所属する集団であることも一因であると考えられる。しかしながら、今後の日本経済における研究職の重要性からも、研究職に従事する研究者がいかなるストレスを受け、どのように精神的健康を維持していくかについて目を向けなければならぬ時が来ている。

日本における研究者の多くは、大学あるいは企業に属している。このうち大学については、減少し続ける若年人口、国立大学の独立行政法人化なども相まって、大学が置かれている状況が年々深刻なものとなっている。このような環境下で研究・教育の職務に従事している大学教員は精神的にも身体的にも大きな負担を強いられるため、精神的健康を維持するためには大学教員に対する心身両面での援助体制の整備は急務であると考えられる。

本研究では大学教員を対象として、教授・助教授・助手の3者が受けるストレスの比較から、大学教員が受けるストレスの特徴を明らかにし、大学教員の精神的健康維持に関する問題点と精神的健康を保つための対策に向けての方向付けを行なうことを目的とする。

2. 方法

調査は、2002年8月から2003年1月に渡り、日本全国の国公立大学の大学教員（教授・助教授・助手）を対象に、質問紙調査の形式で実施された。調査依頼は、各大学のホームページにアドレスを掲載している大学教員に対して、電子メールにより本人に依頼する形式で行った。依頼文は2,163名に送信され、調査協力を受諾した276名（うち教授81、助教授88、助手107）に質問紙形式で電子メールにより調査が行われた。調査依頼の受諾率は12.8%であった。対象とした大学は、北海道から九

州地方までの159大学について調査を実施した。

質問紙の構成については、(i) 研究について (ii) 研究以外の雑務について (iii) 学生との関係について (iv) 上司との関係について (v) 同僚との関係について (vi) 部下との関係 (vii) 精神的健康度の7尺度について4件法にて尋ねる形式とした。(i)～(vi)の各尺度は、それぞれストレスを示す項目とサポートを示す項目から構成された。

3. 結果および考察

3-1. 大学助手のストレスとメンタルヘルス

大学助手における、各尺度と精神的健康との相関については、「雑務」「上司との関係」「同僚との関係」の各ストレスと負の相関、「研究関係」「雑務」「学生との関係」「部下との関係」の各サポートと正の相関を示した。これは、助手と学生との関係の密着性、特に理系では自分の将来を左右する上司との関係の難しさや強いられる忍耐、ライバルとしての同僚の存在が大学助手の精神的健康に影響を及ぼすためと推察される。

「研究関係」のストレスについては、学生との関係では、研究を進めていくための時間や思考を圧迫していること、また研究に関する意見を述べうる同輩以上の援助が研究におけるストレス軽減に有効であることが考えられる。

「雑務」のストレスについては、研究での効力感や自信は雑務に向かう際の内面にも影響を及ぼすこと、雑務処理の苦勞を評価してくれる身近な学生の存在は雑務のストレスを軽減してくれること、そして上司や同僚からサポートを受けることは逆に上司たちからの雑務を引き受けざるを得なくなることを示していると考えられる。

3-2. 大学助教授のストレスとメンタルヘルス

各尺度と精神的健康との相関については、「研究関連」「上司との関係」「部下との関係」の各ストレスと負の相関、「研究関連」「学生との関係」「同僚との関係」「部下との関係」の各サポートと正の相関を示した。これは、助教授にとって上司は雑務を下ろしてくる無理解な存在であり、自らの昇進における直接的障害にもなり得ること、そしてそのような自分の境遇を理解してくれる存在からの同情や共感に支えられていることを推察さ

せる。また、研究や部下の育成は、成果が上げれば自らの効力感につながるが、うまくいかなければ自らの能力不足の実感や、雑務など妨害因子への不満を強める効果があると思われる。

「研究関係」のストレスについては、部下との関わりは研究の時間を圧縮し、また部下のサポートを実感するほど雑務が多いことを示しているためと考えられる。また、研究に関する高い評価ややりがい、学生や同僚からの支持は、研究でのストレスを低減することが推察された。

「雑務」のストレスについては、多忙な雑務による精神的余裕の無さが部下への不満を増強すること、そして雑務を自分に下ろす上司や助教授自身が不満を向ける対象である部下以外のサポートは有効に作用していることが推察された。

3-3. 大学教授のストレスとメンタルヘルス

各尺度と精神的健康との相関については、「雑務」「上司との関係」「同僚との関係」の各ストレスと負の相関、「研究関係」「雑務」「学生との関係」「部下との関係」の各サポートと正の相関を示した。すなわち、大学教授は同輩以上の人間との関係が心的な負担となり、目下や学生からの支持が精神的健康保持に有効であること、そして「雑務」はストレスとしてもサポートとしても作用すると考えられる。これは、教授と学生との関係の密着性、特に理系では自分の将来を左右する上司との関係の難しさや強いられる忍耐、ライバルとしての同僚の存在が大学教授の精神的健康に影響を及ぼすためと推察される。

「研究関係」のストレスについては、学生との関係を良好に保つための時間の消費や配慮は、研究を進めていくための時間や思考を圧迫していること、また研究に関する意見を述べる同輩以上の援助が研究におけるストレス軽減に有効であることが考えられる。

「雑務」のストレスについては、研究での効力感や自信は雑務に向かう際の内面にも影響を及ぼすこと、雑務処理の苦勞を評価してくれる身近な学生の存在は雑務のストレスを軽減してくれること、そして上司や同僚からサポートを受けることは逆に上司たちからの雑務を引き受けざるを得ない立場に教授を位置させることが示された。

4. 総括

大学助手について、特徴的な点は雑務の負担と上司との関係が精神的健康を低下させる方向に影響を及ぼす点

である。雑務については、研究以外の作業に忙殺される中で、役割に対する不満が生じており、また自分の将来を左右する絶対的存在である教授たちとの関係において、上司の無理解を感じていく。しかし、助手は最も学生に近い存在であり、学生からの自分の窮状の理解、あるいは学生への指導などから効力感を得ることで精神的健康を保とうとしている傾向が見られた。また、助手は大学におけるキャリアや研究歴が短いため、業績を上げることへの重圧はあるがそれほど深刻なものではなく、逆に無知なるがゆえの自信により心的な負担を乗り越えていくことができる。同僚との関係も不十分で、不信や羨望の目で見てしまうことが多い様子が推察された。

大学助教授において特徴的な点は、「雑務過多」の因子を中心とした各因子の関連である。助教授となると学内行政にも携わる機会が増え、雑務の量は助手時代の比ではなくなってくる。多くの雑務は時間を奪っていくため、助手の頃には可能であった研究へ取り組みや学生たちとの関わりも困難となっていく。従って研究を行うことに困難さを感じ始め、ライバルたちとの競争や研究費獲得が重圧に感じられる。また、助手時代のように学生と関わる時間がないために学生との関わり自体がストレスとなってしまう。学生と積極的に関わることができるものは、多忙な中で学生への配慮も行ない助手時代と同様に学生との関係から精神的健康を維持することも可能となる。しかし、そのような関わりが出来なければ学生との関わりは忙しさを増すものでしかなく、学生と関わらない方がストレスを感じなくてすむと感ずるようになる。上司は雑務を次々に指示し、さらに研究成果を挙げることを要求してくるため上司の無理解を痛感することになる。

大学教授では、雑務に目的感を見出すことができず、学生や部下とも隔絶を実感している。研究については自らのスタイルが確立されてしまっており、そこから効力感を得ることができない状況に陥っている。同僚も表面的な付き合いのみで敵対するものも多くなり、結果として組織への満足を得るべく学内行政に励むか、再度学生との積極的な関わりを望むことになるのである。

以上の考察は一面的な見方であるが、大学教員のストレスモデルの構築を目指した研究の端緒としては有効であろうと考えられる。また、今回サンプル数の不足により検討は出来なかったが、男女差、文系理系や学部の差、講座の差異なども大きな影響を及ぼすと考えられる。今回の成果に基づき、さらにこの研究を進めていこうと考えている。