

## 中学校教師が直面する生徒指導上の危機とそのサポート

—「教師バーンアウト」の研究動向からみえる現状と課題—

長谷守紘<sup>1)</sup>

### 1. はじめに

今日の価値観の多様化、高度情報化、少子化などの時代背景の中で、学校を取り巻く環境は大きく変化してきている。そのような中で、教育現場における教師にかかる精神的な負担はますます増えてきている。文部科学省(2012)によると、10年間で、教師の精神疾患による病気休職者は3倍増加し、特に中学校教師に多いとされる。さらに、条件付き採用における依願退職者も年々増加し、精神疾患を理由として退職した者は病気を理由とした者のうち9割以上を示す実態がある。これらの教師の精神疾患の増加は生徒の教育環境に重大な影響を及ぼすため、教師を支援し、メンタルヘルスの悪化を予防することは今日の教育現場においては喫緊の課題となっている。

経済協力開発機構(OECD)が2013年に実施した「国際教員指導環境調査(TALIS)」において、参加34カ国・地域中、日本の中学教員は指導への自信が最も低く、勤務時間が最も長いという結果が発表された。また、職能開発(研修)への意欲は高いが、職務が多忙であることがそれを困難にしている状況があることがわかった(国立教育政策研究所, 2014)。

全日本教職員組合は、全国39都道府県の教員を対象に実施した「勤務実態調査2012」において、中学校の残業時間が月平均114時間25分であり、小中高校の平均を10年前と比較すると10時間増えたと報告した。また、その理由を“生徒指導や保護者対応で忙しかったほか、土日の仕事が増えて残業時間を押し上げている”と分析した(全日本教職員組合, 2012)。

現在、教員の大量退職、大量採用が進み、世代交代の時期を迎えている。文部科学省(2013)によると、公立中学校では30歳未満の若手教員と50歳以上のベテラン教員が年々増加し、中堅教員層が減少傾向にある。それ

によって、若手教員を育ててきた中堅教員が減少したことや教員の多忙化により、若手教員が同僚や先輩に指導を受けたり、相談したりする機会が不足している。こうした状況では、若手教員の指導が不適切なものに陥りかねないばかりか、問題を一人で抱え込んでしまい、教職に対する情熱や向上心が失われる恐れもある。また必然的に少数の中堅教員に校務分掌が重なったり、ミドルリーダーとして教師集団をマネジメントし後輩を指導したりする負担も中堅教員一人ひとりに大きいのしかかる事態が生じている。

実際、現場からは“やりがいはあるけど、ずっと続ける自信はない。こんな大変な仕事、自分の子どもにはさせたくない”といった苦しい声が聞こえてくる。“やりがいがあるのに、やめたい。こんな矛盾した状態に多くの教師が追い込まれている”と秦(2003)も指摘する通りである。いま中学校現場で働く多くの教師が危機的な状態に直面している。

本稿では、中学校教師が直面する危機(生徒指導上の危機を中心に)とそのサポートに関する教師バーンアウトの研究を概観し、その現状と課題を明らかにしていく。

### 2. 教師のバーンアウト研究

教師の仕事は、日常的に「子どもとの関係」「保護者との関係」「教師間の関係」の複雑な人間関係に取り囲まれている。このような教師をはじめとする対人援助職に特有のストレスを示す「バーンアウト(燃え尽き症候群)」という概念がある。バーンアウトとは、“長期間にわたり人を援助する過程で、解決困難な課題に常にさらされ、心的エネルギーが絶えず過度に要求された結果、極度の心身の疲労と情緒の枯渇をきたす症候群であり、自己卑下、仕事嫌悪、関心や思いやりの喪失を伴う状態である”と定義される(Maslach & Jackson, 1981)。さらに、教師の仕事には「再帰性」「不確実性」「無境界性」の特徴が内在し、教師のストレスを強化していると佐藤(1994)は指摘する。そして、バーンアウトはそれを経験する教師個人に留まらず、生徒や学校全体にまで幅広

1) 名古屋大学大学院教育発達科学研究科博士課程(後期課程)(指導教員: 窪田由紀教授)

く影響を与える現象であり、学校における重要な課題とすることができる。

教師バーンアウト研究は、これまでも職務に関するもの（高木・田中，2003など）、学校組織や教職の特性に関するもの（貝川，2009など）、個人的要因に関するもの（伊藤，2000など）、ソーシャルサポートに関するもの（田村・石隈，2001など）等、さまざまな角度から数多くの研究がなされてきた。また、中学校教師に限定した研究も多くないが、いくつか見られる（平岡，2001；都丸・庄司，2005；宮下，2012など）。特に、都丸・庄司（2005）はバーンアウトの中心の問題である「生徒との人間関係」に焦点を当てた研究を行っている。

国内外の教師バーンアウト研究の文献展望を行った落合（2003b）は、①社会・文化的視点、特に教育制度や教師文化の独自性に関する認識が不可欠であること、②時間軸の重要性から、教師のライフヒストリー研究等の縦断的研究が必要であること、③これまでの量的研究は、バーンアウトの内実には迫り得ていないことから、質的研究法を導入する必要があることなどを今後の課題として提示した。確かに、これまでの教師バーンアウト研究の多くは「情緒的消耗感」「脱人格化」「個人的達成

感の後退」という3つの下位概念をもつMBI（Maslach Burnout Inventory）を田尾・久保（1996）が修正した日本語版バーンアウト尺度を用いて行われてきた。しかし、本尺度を教員対象にして用いた研究をみてみると、尺度の構造自体や研究結果は研究者の間でなかなか一致した見解が得られない。また、落合が質的研究の必要性を指摘した後、ある中学校での参与観察と半構造化面接から教師の疲弊を明らかにした落合自身の研究（2003a・2004）や量的研究と質的研究をミックスした宮下（2012）が見られるが、まだまだ少ないのが現状である。

しかし、これまでの先行研究から教師のバーンアウトの要因やプロセスの解明は決して一筋縄ではいかない複雑な問題が絡み合っていることは明らかである。そこで、NISHO（アメリカ国立労働安全衛生研究所）の職業性ストレスモデルをもとに、教師のバーンアウトに関する諸要因について先行研究を参考にして整理した（Figure 1）。ここでは、バーンアウトはストレス反応の一部であると捉える（田尾・久保，1996）の考えに準じている。これらの複雑に絡み合っている要因の全体を俯瞰しながら、一つ一つの要因を丁寧に分析していく必要がある。

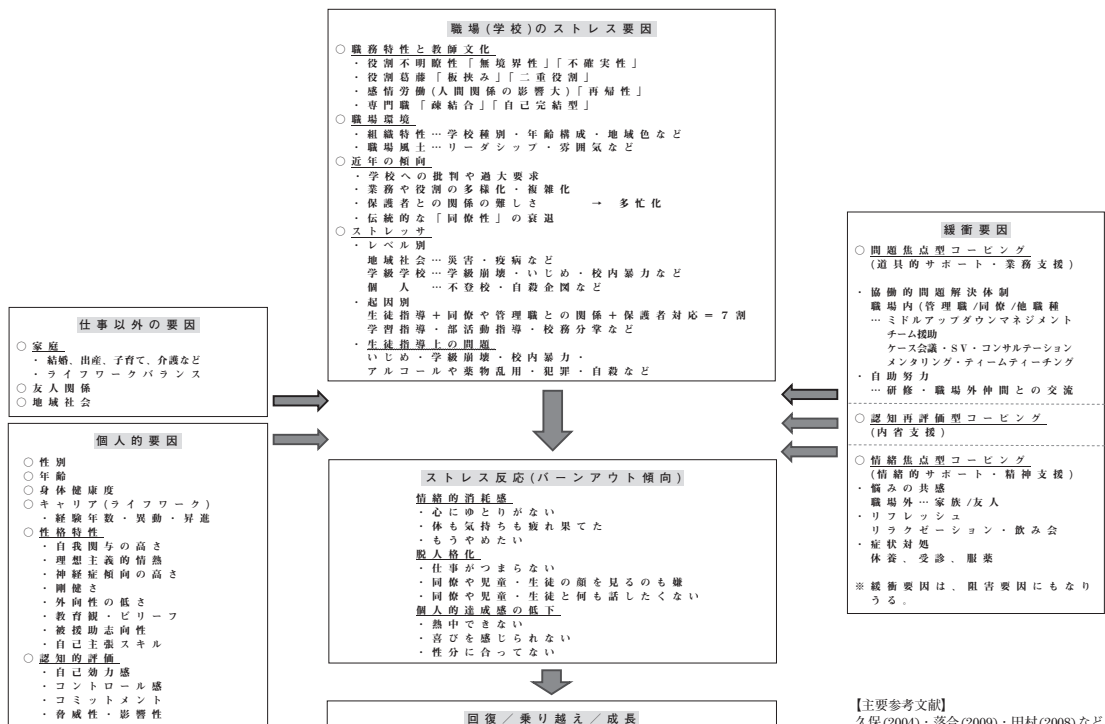


Figure 1 教師バーンアウトに関する諸要因

### 3. 中学校教師が直面する生徒指導上の危機

教師を取り巻くストレスとしては、生徒指導、学習指導、進路指導、部活動指導、学級経営など職務内容に関するもの、保護者、同僚、地域などの連携に関するものなどがある。加えて、最近では児童虐待や自殺など生徒の問題の多様化、モンスターペアレントという言葉に表れているような保護者対応の難しさ、教員評価制度の導入などによる同僚や管理職との関係の変化、失われつつある家庭養育機能の代替といった過剰な学校への社会的要請など教員のストレスは年々増すばかりである。

その中でも、中学校教師のメンタルヘルスには生徒指導上の問題が大きく影響しているとされる（保坂，2009；全日本教職員組合，2012など）。1998年・2003年に受診した教員のデータを後方視的に調査した精神科医の中島（2007）は、2度の調査結果ともに職場内ストレス要因の第一は「生徒指導」であることを明らかにした。2003年のデータを詳しくみると、ストレス要因の72%が人間関係上のストレス（児童生徒・同僚・管理職・保護者）であり、そのうち生徒指導が42%を占め、生徒指導を第一要因とすると休業に至らざるを得ないような状況に陥りやすいと指摘する。2000～2002年に中学校教師が経験した危機の実態を調査した上地（2003）は、「いじめ（96%）」「学級崩壊（83%）」「生徒の暴力行為（98%）」「生徒のアルコールや薬物乱用（70%）」「生徒の自殺未遂（35%）」「生徒の自殺（17%）」など生徒指導上の危機を教師のストレス要因として上位にあげる。

生徒指導は、学習指導と並んで学校教育において重要な意義を持つと位置づけられている（文部科学省，2010）。生徒指導とは、社会の中で自分らしく生きることができる大人へと児童生徒が育つように、その成長・発達を促したり支えたりする意図でなされる働きかけの総称のことである（国立教育政策研究所，2012）。本稿で用いる「生徒指導上の危機」とは、生徒の成長・発達を促すための働きかけから生じる教師の危機であり、その中心は、いじめ・不登校・問題行動等への対応であることが多い。ここでは、危機を“自分のいつもの問題解決では、逃れることも解決することもできない重要な問題を伴った危険な状態に直面する個人の心理的不均衡とし、また、不安の強度な状態で、喪失に対する脅威あるいは喪失という困難に直面してそれに対処するには自分のレパートリーが不十分で、そのストレスを対処するのにすぐ使える方法をもっていないときに経験するものである”（Caplan, 1961 山本訳 1968）と定義する。そうすることによって、危機は乗り越えていく過程の中で、新しい方法を身につけ、成長するチャンスと捉えることが

可能になる。

国立教育政策研究所生徒指導センター（2009）の資料を参考に、生徒指導上の諸問題の変遷を整理する。少年非行第3のピークといわれる1980年ごろから校内暴力、いじめ、不登校（登校拒否）など教育荒廃の現象が社会的な関心となった。1990年代には、少年非行が凶悪化し、いじめによる自殺や不登校も増加し、学級崩壊が大きな問題となった。2000年代以降、児童虐待、ネット犯罪、薬物乱用、自殺などの問題行動がいよいよ多様化、複雑化してきた。さらに、新井（2012）は、これらの生徒指導上の問題を抱える生徒への対応以前に、最近では「普通」の生徒に対する日々の生徒指導実践が難しいと指摘する。従来の「教師－生徒」という強固な役割の枠組みが揺らぎ、生徒指導過程において過剰な感情の活用による負担感が、新たなストレスとして教師を襲うようになってきているというのである。

中学校教師のバーンアウト傾向に影響を及ぼす要因を検討した平岡（2001）は、「生徒との問題」が他の尺度よりもバーンアウトと高い相関にあることを指摘し、教師にとって教科教育以上に対生徒との関係はやりがいを感じさせるものであると同時に、それがネガティブに働いた場合、バーンアウトという結果を生む存在になると説明した。また、宮下（2012）も、バーンアウト傾向に直接関連があるストレス要因として「生徒との関わりにおける不全感」と「問題行動や保護者への対応」をあげた。そして、中学校教師は多くの業務に忙殺されながらも、生徒との関わりに責任を感じ、生徒の問題行動やそれにまつわる保護者との関係を最も大切に考えているのではないだろうか。だからこそ、生徒との関わりに関する問題に効力感をもてないとき、個人的達成感が著しく後退し、脱人格化が進行すると考えられるのではないかと説明した。バーンアウトの進行プロセスに関する縦断的研究を行った西村・森・宮下・奥村・北島（2013）によると、中学校教師は進行プロセスの最初の段階で情緒的消耗感が高まる傾向にあった。中学校は、多感な思春期の子どもたちを相手に、教師は日々の生徒指導に格闘するため、心身の疲労が積み重なってバーンアウトが進行していくことが推察されると説明した。

反面、生徒指導上の危機は教師の成長・発達を促進させる可能性が内在することも指摘されている。つまり、今津（1996）が“危機は乗り越えると新しい展望が開かれる分かれ道でもある”と指摘する教師のライフサイクルとしての危機として捉えることができる。例えば、藤本・鎌倉（2000）によると、学級担任をもつ中学校教員を対象に精神的健康への悩みの影響について、「生徒指導」の悩みが大きい教員は精神的健康の均衡をとってお

り、悩みが必ずしも精神的健康にマイナスの影響を及ぼすわけではないとされる。都丸・庄司(2005)からも、(対生徒関係について)悩むことはメンタルヘルスに悪影響を与えるのみではなく、悩みに対処し、自分自身の内面や周囲に支えられながら悩みへ取り組み、悩んでいく過程が教師に変容をもたらす可能性が高いことが示唆された。…悩むことが教師の変容や成長の契機となるための関連要因として、特に、対処方略の「認知変容」が重要であることが明らかとなったと指摘した。

生徒指導上の危機や乗り越えを分析することは、疲弊する中学校教師のバーンアウトを防止するだけに留まらない。なぜなら、このように生徒指導上の危機に悩んだり、危機を乗り越えたりする経験は、「生徒指導」が成熟していく過程としてのキャリア発達を促していると考えられるからである。しかし、これらの視点に焦点をしばって詳細に検討した研究はまだ少ない。

#### 4. 生徒指導上の危機に直面する中学校教師のサポート

危機は乗り越えることができれば、教師のキャリア発達を促す。では、生徒指導上の危機を抱えた教師はいつたいどのように、危機を乗り越え、危機から回復し成長を果たしていくのだろうか。生徒指導上の危機に限定した研究ではないバーンアウト全般の研究においては、その分岐点に「孤立化」があげられることが多く(落合, 2009など)、ソーシャルサポートがバーンアウトの抑制に有効に働くことが指摘されてきた(田村, 2008など)。

また、生徒指導上の危機におけるサポートに関して指摘した先行研究もいくつか見られる。たとえば、藤井(2011)は、教師が抱えている悩みと求めている支援形態との関連性について重回帰分析を行い、生徒指導に悩みを抱えている教師は情緒的支援を求める傾向が強いことを明らかにした。都丸・庄司(2005)も、(予備調査において)同僚・管理職の一言が生徒との関係で悩む教師のその後の認知・行動の変容を促した例があったと指摘した。

新館・松崎(2010)は、5名の教師(中学校教師3人を含む)を対象に学級づくりについてPAC分析を行い、「同僚のサポート」の重要性を指摘した。具体的には「モデルとなる先生との出会い」「学年主任のサポート」「笑いやユーモアのある職員室」「何でも話せる雰囲気」を挙げた。

宮下(2012)は、「生徒との関わりにおける不全感」をストレスとする場合、「問題回避型」コーピングが用いられやすことを指摘した。と同時に、教師自身はそれらの問題解決より、職場でのサポートや対人関係を

よくすることを有効な方策としてあげていることを明らかにした。そして、生徒との関わりや生徒の問題そのものに焦点を絞りながら、準備の負担が少なく、相談しやすい雰囲気づくりにもつながるインシデントプロセス法による事例検討会を提案した。

問題解決のための校内支援体制を提示した中村(2011)は、問題を抱える担任への支援として、“担任をケアし、サポートする学年部の役割。問題意識を共有し、ともに対策を考える生徒指導部の役割。問題をアセスメントし、援助方針を示して援助の道筋を作るスクールカウンセラーの役割。援助方針から教師やスクールカウンセラーの役割を調整し、チームとして協働の道筋を作るコーディネーターの役割。担任やサポーターをさらにサポートする教務部や養護教諭の役割。そして支援体制そのものをバックアップし、方向づける管理職の役割”とそれぞれに求められる役割を具体的に明示した。

このように、ソーシャルサポートが生徒指導上の危機に対する乗り越えについても有効であることは指摘されてきた。しかし、対生徒関係についての悩みを研究した都丸・庄司(2005)が今後の課題として、悩みから変容に至る過程で、関連する要因がいかに作用しているのかについて縦断的に見ていくこと、外的な要因が教師の内的な要因にいかに影響を与えるかについても検討を行うことの必要性を挙げたように、これまでのサポート研究では時間軸の視点から、いつどのような時に、いかなる文脈の中でのサポートが有効であったかまでは明らかになっていない。

さらに、生徒指導上の危機に限ったことではないが、このようなサポート体制をどのように構築していくかは学校現場における大きな課題である。文部科学省(2012)が、教師は上司や同僚に相談しにくいと感じていると分析しているとおりである。そのような教員のサポート体制の構築に向けて、被援助者側の要因に着目した先行研究もすでに行われている。たとえば、田村・石隈(2001)は、援助関係に対する教師の抵抗感を低くすることや抵抗感がある程度高くてもその教師を援助できるシステムを構築する必要性を指摘した。また、“中学校教員のメンタルヘルス向上のために、サポートを受ける側にサポートへの期待を事前にアセスメントし、期待の‘文脈’に応じてサポートを行う”(森, 2007)、“教師が抱えている悩みの種類によって教師の支援欲求が異なっていることがわかった。従って、教師が抱えている悩みをまず的確につかむことが教師に対する支援を行っていく上で極めて重要である”(藤井, 2011)、“バーンアウトの予防に向けて、男女別、教職経験年数別による異なる働きかけを行う必要がある”(宮下, 2012)といった、適切な教

師支援に向けた検討もされ始めてきた。

援助に対する抵抗が強い教員に対して、いかに被援助者が必要としているサポートを可能にする体制を構築していくか、まだまだ具体的な検討は十分ではない。

## 5. 現状と課題

これまでの教師バーンアウトの研究動向を見てみると、今後の研究に求められることは、バーンアウトの核心的要因であり、教職の特質でもある「人間関係における危機」を中心に、職場以外の要因や危機がもたらす教師の成長要因などの諸要因を考慮し、質的研究法を用いて分析することであると考えられる。

特に、中学校教師は人間関係における危機の中でも生徒との関係における危機（生徒指導上の危機）をきっかけにバーンアウト傾向を強めていく場合が多いことがわかっている。また、危機を乗り越えたときには教師の成長につながることも指摘されてきた。そこで、まず第一の課題として、生徒指導上の危機に焦点化し、実際に現場の中学校教師がどのような危機に直面し、その危機をどう認知し、どのように対処したときに、どのような成長を果たしていくのかといった個人の内的な過程について質的研究法を用いて詳細に分析することを挙げる。その中で、第二の課題として、危機を乗り越える経験が与えるポジティブな側面に着目し、つまり生徒指導が成熟していく過程としてのキャリア発達をより詳細に検討することを挙げる。それによって、バーンアウトを予防するのみならず、キャリア発達を促すことができると考える。

また、これまで生徒指導上の危機に直面した中学校教師を支援するためにソーシャル・サポートの必要性が叫ばれてきた。しかし、どのような状況において、誰の、どのようなサポートが、どのように作用し、危機を乗り越え、危機から回復し成長に向かったのかといった内実を時間軸に沿って分析した質的研究はない。そこで、第三の課題として、危機からの回復や乗り越えの過程を詳細に検討し、有効であったサポートの内容やタイミング、そのときの被援助者の認知的変容を明らかにしていくことの必要性を挙げる。そうすることによって、被援助者側の立場に立った適切な教師支援を見いだしていくことが可能になると考える。

## 引用文献

- 新井肇 (2012). いま、教師をとりまくストレスの状況は—生徒指導との関わりから— 月刊生徒指導, 42-13, 18-21.
- Caplan, G. (1961). *An Approach to Community Mental Health*. Tavistock Publications Limited. (キャプラン, G. 加藤正明(監修)・山本和夫(訳) (1968). 地域精神衛生の理論と実践 医学書院 pp.23.)
- 藤井義久 (2011). 悩んでいる教師の発見とその支援の在り方に関する研究—「教師悩み尺度」の開発を通して— 学校メンタルヘルス, 14, 61-72.
- 藤本昌樹・鎌倉利光 (2000). 中学校教員の精神的健康に関する研究 学校メンタルヘルス, 3, 74-79.
- 秦政春 (2003). 苦悩する教師—ストレスの現状 月刊生徒指導2003年10月号 学事出版 pp.14-18.
- 平岡永子 (2001). 教師バーンアウトモデルの一考察 関西学院大学臨床教育心理学研究, 27-1, 17-25.
- 保坂亨 (2009). “学校を休む” 児童生徒の欠席と教員の休職 学事出版
- 伊藤美奈子 (2000). 教師のバーンアウト傾向を規定する諸要因に関する探索的研究—経験年数・教育観タイプに着目して 教育心理学研究, 48, 12-20.
- 今津孝次郎 (1996). 変動社会の教師教育 名古屋大学出版
- 貝川直子 (2009). 学校組織特性とソーシャルサポートが教師バーンアウトに与える影響 パーソナリティ研究, 17, 270-279.
- 国立教育政策研究所 (2014). OECD国際教員指導環境調査 (TALIS) 2013年調査結果報告書
- 国立教育政策研究所 生徒指導センター (2009). 生徒指導資料第1集 (改訂版)
- 国立教育政策研究所 生徒指導センター (2012). 生徒指導リーフ1
- 久保真人 (2004). バーンアウトの心理学—燃え尽き症候群とは— サイエンス社
- Maslach, C., & Jackson, S.E (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2, 99-113.
- 宮下敏恵 (2012). 中学校教師のバーンアウト傾向に関連する要因の検討 学校メンタルヘルス研究, 15, 101-118.
- 森慶輔 (2007). 学校内サポートが中学校教員の心理的ストレスに及ぼす影響 (2) —サポートのずれに焦点を当てて— 学校メンタルヘルス, 10, 65-74.
- 文部科学省 (2010). 生徒指導提要 教育図書株式会社
- 文部科学省 (2012). 教員のメンタルヘルスの現状
- 文部科学省 (2013). 学校教員統計調査—平成25年度(中間報告) 結果の概要
- 中島一憲 (2007). 教師のメンタルヘルスをどう支えるか 学校メンタルヘルス, 10, 21-33.
- 中村恵子 (2011). システムを支える専門性. 田上不二

中学校教師が直面する生徒指導上の危機とそのサポート

- 夫監修 学校カウンセリング第2版—問題解決のための校内支援体制とフォーミュレーション— ナカニシヤ出版 pp.11.
- 西村昭徳・森慶輔・宮下敏恵・奥村太一・北島正人 (2013). 小学校および中学校教師におけるバーンアウトの進行プロセスに関する縦断的研究 心理臨床学研究, 31-5, 769-779.
- 新館啓一・松崎学 (2010). 教師のPAC分析による自己成長の振り返りの研究 山形大学 教職・教育実践研究, 5, 35-46.
- 上地安昭 (2003). 教師のための学校危機実践マニュアル 金子書房 pp.4-5.
- 落合美貴子 (2003a). 教師のバーンアウトのメカニズム—ある公立中学校職員室のエスノグラフィー— コミュニティ心理学研究, 6-2, 72-89.
- 落合美貴子 (2003b). 教師バーンアウト研究の展望 教育心理学研究, 51, 351-364.
- 落合美貴子 (2004). 教師バーンアウトのダイナミズム—解釈的アプローチと生態学的視座によるバーンアウトモデルの構築— 人間性心理学研究, 22-2, 133-144.
- 落合美貴子 (2009). バーンアウトのエスノグラフィ ミネルヴァ書房
- 佐藤学 (1994). 教師文化の構造—教育実践研究の立場から— 稲垣忠彦・久富善之編 日本の教師の文化 東京大学出版 pp.21-41.
- 田尾雅夫・久保真人 (1996). バーンアウトの理論と実践—心理学アプローチ 誠信書房
- 高木亮・田中宏二 (2003). 教師の職業ストレス—教師の職業ストレスとバーンアウトの関係を中心に— 教育心理学研究, 51, 165-174.
- 田村修一・石隈利紀 (2001). 指導・援助サービス上の悩みにおける中学校教師の被援助志向性に関する研究—バーンアウトとの関連に焦点をあてて— 教育心理学研究, 49, 438-448.
- 田村修一 (2008). 教師の被援助志向性に関する心理学的研究—教師のバーンアウトの予防を目指して— 風間書房
- 都丸けい子・庄司一子 (2005). 生徒との人間関係における中学校教師の悩みと変容に関する研究 教育心理学研究, 53, 467-478.
- 全日本教職員組合 (2012). 勤務実態調査2012最終報告 (2014年8月29日受稿)

ABSTRACT

A crisis and support in the student guidance and counsel  
that a junior high school teacher faces

Morihiro NAGAYA

The present article reviews research on teacher burnout, and then explores “crisis and support in the student guidance and counsel that a junior high school teacher faces.” Three perspectives that are necessary for further research work are suggested: (1) Qualitative approaches should be adopted, analyzing “crisis in the human relationships,” “factors out of the workplaces” and “growth of the teachers forced by the crisis” in various angles ; (2) Focusing especially on a crisis in the student guidance and counsel is indispensable because the process of the teacher growth, such as what crisis the teacher faces, how he/she recognizes it, how he/she deals with it should be investigated ; (3) In a support study, the process of recovery and overcome from the crisis should be researched and an effective content and timing of support, cognitive transformation of the teacher should be clarified. These three perspectives help us to find out how to prevent burnout and they also promote the carrier development of the student guidance and counsel.

Key words: a junior high school teacher, teacher burnout, student guidance and counsel, social support