〈研究論文〉

教師の働き方とレジリエンスに関する考察
―静岡県A市における質問紙調査の分析から―

高　林　真　衣・藤　井　基　貴
浜松市立浜名小学校　・　静 岡 大 学

1．目的

教師のメンタルヘルスに関する問題が取り上げられて久しい。1991年から2009年にいたるまで教師の病気休職者は17年連続して増加しており、精神疾患による病気休職者が2009年には5,458人と過去最多を記録した。これに対し、文部科学省は2013年に「教職員のメンタルヘルス対策」をまとめて、教職員のメンタルヘルスへの予防的取り組みとして、教師本人のセルフケアや校長をはじめとする管理職のラインによるセルフケアを提唱した。しかしながら、2017年の精神疾患による病気休職者数は5,077人にのぼり、平成19年度以降5,000人前後で推移しているとは言え、教師のメンタルヘルスへのケアや対応が十分に効果を現しているとは言えない状況にある。

先行研究において、この問題はしばしば「教師バーンアウト」を焦点として議論されてきた。教師バーンアウトについて新井（2002）は「教師が理想を抱き真面目に仕事をする中で、学校での様々なストレスにさらされていった結果、自分でも気づかぬうちに消耗し極度に疲弊を来すに至った状態」[1]と定義し、久冨（1995）はバーンアウトした教師の傾向を分析して、自己犠牲的教師像が強いほど、バーンアウトが強まり、また「自己犠牲」的教師像の共有が強いほど、高バーンアウトの職場になる傾向があると指摘する。油布（2007）は病気休職者の増加や精神性疾患を伴う休職者が増加した背景として、職場におけるストレスに着目し、教師の仕事の実態把握とともに、バーンアウトに至る原因究明を研究課題として挙げた。

その一方で、杉田（2014）が指摘するとおり、様々な困難やストレスを抱えながらも休職することなく働き続ける教師も少なくない。小塩他（2002）は、「困難で脅威的な状況にさらされることで一時的に心理的不健康の状態に陥っても、それを乗り越え、精神的病理を示さず、よく適応している者」[2]としてレジリエンスという概念を示し、紺野（2006）は教師についても「ストレスフルな日常をできるだけうまく送

る、またそれだけではなく困難な状況に積極的に立ち向かおうとする教師たちに、『レジリエンス』を見てとることは容易であろう」[3]として、「教師レジリエンス」を構成する諸要素の分析を行なっている。とはいえ、学校種、男女差、年齢差等に着目した教師レジリエンスのデータ分析が十分に積み重ねられてきたわけではない。こうした属性が教師のレジリエンスとどのような内的関係を有するかが明らかにされれば、属性に応じた教師の働き方に対するサポート体制も検討しやすくなる。昨今では教員育成指標の策定にともなって、キャリアステージに応じた能力形成を支援するために年齢や勤務年数といった属性に応じた研修が推進されている。キャリアステージに応じた研修を行うためには、それぞれの属性における困難さとその支援について一層明らかにされる必要がある。

こうした問題意義に基づき、本研究では静岡県 A 市における質問紙調査をもとにして、教師のレジリエンスが仕事上のストレスやバーンアウトとどのような影響関係にあるのかを、教師の属性に着目して明らかにすることを目指す。

2．方法

（1）対象

調査対象は、静岡県内の A 市[4]で働く全ての小学校・中学校教諭 211 名である。質問紙による調査を 2017 年 8 月に行い、分析にあたっては記入漏れを除いた有効回答 208 名を使用した。倫理的配慮として、対象となる教育委員会及び回答者の了解を得た上で、個人情報保護の観点から匿名で行い、回答の強制はないことを口頭でするとともに、教師のキャリア形成に関する研究目的で使うことを質問紙に明記して、趣旨に賛同いただいた回答用紙のみを使用した。学校種及び男女の内訳は【表 1】に示す。

【表1】対象者の属性と人数

	小学校		中学校		合計
	男性	女性	男性	女性	
20代	13	24	15	5	57
30代	20	18	8	6	52
40代	13	20	6	7	46
50代	21	12	16	4	53
合計	67	74	45	22	208

（2）測定尺度

質問は「ストレッサー尺度」15 項目、「バーンアウト尺度」17 項目、「レジリエンス尺度」16 項目について尋ねた。

1） ストレッサー尺度

調査対象者がいつもどの程度ストレスと感じているかといった「ストレス度」を測定する尺度として中野ら（2008）と藤井（2005）の尺度を基に小橋（2013）が作成した尺度の 15 項目を使用した。「あなたが『今』教職を通じてどのような時に困難を感じているか」という質問のもと、各項目について感じるストレッサーを“とても感じる”（5）から“全く感じない”（1）の 5 件法で回答を求めた。

2） バーンアウト尺度

田尾・久保（1996）により翻訳・修正されたバーンアウト尺度 Masalach’s Burnout Inven-tory を八並・新井（2001）が教師バーンアウト尺度に修正したもの 17 項目を使用した。「あなたの『今』の状態について伺います」という質問のもと、各質問項目に対する回答を“とてもそうである（4）”から“全くそうではない（1）”までの 4 件法で回答を求めた。

3） レジリエンス尺度

森他（2002）が作成した 28 項目からなるレジリエンス尺度 16 項目を用いた。「あなたの『今』の状態について伺います」という質問のもと、各質問項目に対する回答を“よくあてはまる（5）”から”全くあてはまらない（1）”の 5 件法で回答を求めた。

3．結果

ストレッサー、バーンアウト、レジリエンス尺度の構造を検討するため、各尺度について因子分析（主因子法、プロマックス回転）を行ったところ、ストレッサー尺度は 2 因子【表 2】、バーンアウト尺度は 2 因子【表 3】、レジリエンス尺度は 2 因子から構成された【表 4】。

項目内容から抽出された各因子の解釈を行なったところ、ストレッサー尺度について、第 1 因子は 10 項目からなっており「規則や約束事が守れない子どもがいるとき」「注意をしても聞かない子どもがいるとき」など、教師が子どもに対して困難さを覚える内容の項目が高い負荷量を示していた。そこで「対子ども困難」因子と命名した。「対子ども困難」因子の信頼係数は α=0.93 であった。第 2 因子は、5 項目からなっており、「保護者が学校に無関心だったり、文句が多すぎたりしたとき」「保護者が自分のことを批判するとき」など大人に対する困難さを覚える項目が高い負荷

量を示していたため「対大人困難」因子と命名した。「対大人困難」因子の信頼係数は α=0.83 であった。

バーンアウト尺度について、第 1 因子は、11 項目からなっており「出勤前、職場に出るのが嫌になって家にいたいと思うことがある」「同僚や生徒と何も話したくなくなることがある」など仕事に対して心的な摩耗を覚える項目が高い負荷量を示していたため、「心的摩耗」因子と命名した。「心的摩耗」因子の信頼係数は α=0.91 であった。第 2 因子は 6 項目からなり「仕事を終えて、『今日は気持ちの良い日だった』と思うことがある」「今の仕事に心から喜びを感じることがある」など仕事に対して充実感を覚える項目が高い負荷量を示していることから「仕事充実」因子と命名した。「仕事充実」因子の信頼係数は α=0.81 であった。

レジリエンス尺度について、第 1 因子は 11 項目から成っており「自分にはいいところがたくさんあると思う」「自分にはかなり自信がある」など自分を価値があると認めている項目が高い負荷量を示していることから「自尊感情」因子と命名した。「自尊感情」因子の信頼係数は α=0.89 であった。第 2 因子は 5 項目から成っており、「私のことを親身に成って考えてくれる人がいる」「自分の問題や気持ちを打ち明けられる人がいる」など周囲の支えを感じる項目が高い負荷量を示していることから、「他者信頼」因子と命名した。「他者信頼」因子の信頼係数は α=0.95 であった。

【表2】ストレッサー尺度の因子分析結果

ストレッサー尺度の因子分析結果		
第1因子：対子ども困難【α係数：.93】		
	対子ども困難	対大人困難
規則や約束事が守れない子どもがいるとき	0.95	-0.12
注意をしても聞かない子どもがいる時	0.92	-0.07
反抗的な子どもがいるとき	0.92	0.02
子どもとうまくいかないとき	0.75	0.14
授業を妨害する子どもがいるとき	0.73	0.19
忘れ物をしたり、宿題を忘れる子どもがいるとき	0.72	0.02
子どもに学習意欲がないとき	0.68	0.05
不登校の子どもがいるとき	0.54	0.17
何をする気力もない子どもがいるとき	0.53	0.22
休日も部活動の指導のために働かなければならないとき	0.31	0.25
第2因子：対大人困難【α係数：.83】		
保護者が学校に無関心だったり、文句が多すぎたりしたとき	-0.08	0.91
保護者が自分のことを批判するとき	0.11	0.75
教師同士が相互にあまり協力的でないとき	-0.03	0.68
いろいろな仕事を任されるとき	0.10	0.51
学校が忙しすぎるのでやり残した仕事を家に持ち帰らなければならないとき	0.21	0.44
因子間相関	0.71	

【表3】バーンアウト尺度の因子分析結果

バーンアウト尺度の因子分析結果		
第3因子：心的摩耗【α係数：.91】		
	心的摩耗因子	仕事充実因子
出勤前、職場に出るのが嫌になって家にいたいと思うことがある	0.88	0.01
同僚や児童・生徒と何も話したくなくなることがある	0.82	0.07
「こんな仕事もうやめたい」と思うことがある	0.81	-0.02
同僚や児童・生徒の顔を見るのも嫌になることがある	0.79	0.05
体も気持ちも疲れ果てたと思うことがある	0.72	0.00
仕事のために心にゆとりがなくなったと感じることがある	0.70	0.03
自分の仕事がつまらなく思えて仕方ないことがある	0.68	-0.10
こまごまと気配りすることが面倒に感じることがある	0.67	-0.06
今の仕事は「私にとってあまり意味のないこと」と感じることがある	0.62	-0.05
１日の仕事がおわると「やっと終わった」と感じることがある	0.51	0.10
仕事の結果はどうでも良いと思うことがある	0.47	-0.09
第4因子：仕事充実【α係数：.81】		
仕事を終えて、「今日は気持ちの良い日だった」と思うことがある	0.06	0.77
今の仕事に心から喜びを感じることがある	0.03	0.71
我を忘れるほど仕事に熱中することがある	0.07	0.71
仕事が楽しくて知らないうちに時間が過ぎてしまうことがある	-0.01	0.69
この仕事は私の性分に合っていると思うことがある	-0.15	0.64
「我ながら、仕事をうまくこなしている」と思うことがある	-0.05	0.44
因子間相関	-0.38	

【表4】レジリエンス尺度の因子分析結果

レジリエンス尺度の因子分析結果		
第5因子：自尊感情【α係数：.89】		
	自尊感情	他者信頼
自分にはよいところがたくさんあると思う	0.87	-0.04
自分にはかなり自信がある	0.87	-0.13
自分自身のことが好きである	0.78	0.01
たいていの人が持っている能力は自分にもある	0.72	-0.08
自分の将来の見通しは明るいと思う	0.69	0.02
どちらかといえば目標が高いほうがやる気が出てくる	0.60	0.01
何事も意欲的に取り組むことができる	0.57	0.09
一つの課題に集中して取り組むことができる	0.48	0.23
一つの課題に粘り強く取り組むことができる	0.47	0.20
自分で決めたことなら最後までやり通すことができる	0.41	0.23
自分にはあまり誇れるところがない	-0.34	-0.01
第6因子：他者信頼【α係数：.95】		
私のことを親身になって考えてくれる人がいる	0.00	0.92
自分の問題や気持ちを打ち明けられる人がいる	0.00	0.91
いざというときに頼りにできる人がいる	-0.06	0.90
本音で話ができる人がいる	-0.01	0.87
私の考えや気持ちを分かってくれる人がいる	0.06	0.82
因子間相関	0.53	

（1）レジリエンス得点とストレッサー及びバーンアウト得点の相関

今回の調査対象者全体のレジリエンスとストレッサー及びバーンアウトの傾向を明らかにするために、レジリエンス得点とストレッサー・バーンアウト得点との相関関係を算出した【表 5】。この結果、「自尊感情」（レジリエンス得点）はストレッサー・バーンアウト全ての得点と相関が認められた。つまり、自分に自信をもち、仕事へ取り組むことが子ども・大人と関わる上でのストレッサー軽減及び、仕事に対する前向きな気持ちに繋がりうることが示唆された。

また、「他者信頼」因子と「心的摩耗」因子は負の相関を示し、「仕事充実」因子とは正の相関を示した。従って、周囲からのケアやサポートを感じることは、仕事による心的な摩耗を軽減するとともに、仕事に対する充実感を、バーンアウトを防ぐ可能性が示唆された。

【表5】レジリエンス得点とストレッサー・バーンアウト得点の相関

	対子ども困難	対大人困難	心的摩耗	仕事充実
自尊感情	-.292**	-.287**	-.451**	.620**
他者信頼	-0.07	-0.06	-.233**	.379**

＊＊p<.01　＊p<.05

（2）ストレッサー得点・バーンアウト得点・レジリエンス得点の性別による差異

教師の性別により、ストレッサー・バーンアウト・レジリエンス得点に違いが見られるか検証するために、独立サンプルの t 検定を行った。

その結果、「対子ども困難」得点は、女性の方が男性よりも有意に高いことが示された（t（178）=-2.64,p<.01）。また、「対大人困難」得点も、女性の方が男性よりも有意に高いという結果が認められた（t（204）=-3.05,p<.01）。つまり、女性のほうが児童生徒、同僚、保護者等との対人関係にストレッサーを感じやすいと捉えられる。

その一方で「他者信頼」については女性が男性よりも得点が有意に高い結果となっており（t（205）=-3.7,p<0.5）、女性の方が男性よりも他者からのケアやサポートをより高く感じていることが示された。その他、「心的摩耗」「仕事充実」「自尊感情」については、性別による違いは認められなかった。これらの結果は【表 6】【表 7】【表 8】に示した。

【表6】ストレッサー得点の男女比較 t 検定

ストレッサー得点					
	男性		女性		
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	t値
対子ども困難	3.20	0.93	3.53	0.7	-2.64**
対大人困難	3.32	0.9	3.66	0.72	-3.05**

【表7】バーンアウト得点の男女比較 t 検定

バーンアウト得点					
	男性		女性		
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	t値
心的摩耗	1.83	0.61	1.98	0.64	-1.65
仕事充実	2.7	0.58	2.66	0.55	-0.63

【表8】レジリエンス得点の男女比較 t 検定

レジリエンス得点					
	男性		女性		
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	t値
自尊感情	3.26	0.68	3.28	0.5	-0.19
他者信頼	3.8	0.87	4.21	0.72	-3.7*

＊＊p<.01　＊p<.05

さらに、レジリエンス得点とストレッサー・バーンアウト得点との相関について男女別に分析を行った。この結果は、【表 9】【表 10】に示した。

「自尊感情」は男女ともにストレッサー・バーンアウト全ての得点と相関が認められた。しかし、「他者信頼」とストレッサー得点の相関ついては、男女で差が見られた。女性は「他者信頼」と「対子ども困難」「対大人困難」に相関が見られなかったが、男性は「他者信頼」と「対子ども困難」とで負の相関を示した。

この結果から、「自尊感情」を高めることは男女のストレッサー軽減及びバーンアウトの抑制に効果を示す可能性が明らかとなった。また、男性教師に対して周囲がケアやサポートをすることは、子ども困難の軽減に繋がる可能性が示唆された一方で、女性教師に対しては周囲からの支援と対人関係の困難軽減とに相関関係が認められなかった。

【表9】レジリエンス得点とストレッサー・バーンアウト得点の相関分析（女性）

女性　相関				
	対子ども困難	対大人困難	心的摩耗	仕事充実
自尊感情	-.305**	-.218*	-.357**	.559**
他者信頼	0.032	-0.032	-.272*	.273**

【表10】レジリエンス得点とストレッサー・バーンアウト得点の相関分析（男性）

男性　相関				
	対子ども困難	対大人困難	心的摩耗	仕事充実
自尊感情	-.283**	-.329**	-.541**	.631**
他者信頼	-.213*	-0.176	-.267**	.455**

＊＊p<.01　＊p<.05

（3）ストレッサー得点・バーンアウト得点・レジリエンス得点の校種による差異

小学校と中学校によりストレッサー・バーンアウト・レジリエンス得点に違いが見られるか検討するために、独立サンプルの t 検定を行った。その結果、「対子ども困難」得点は、中学校よりも小学校教師の方が有意に高いことが示された（t（174）=4.78,p<.01）。また、「対大人困難」得点も、小学校教師の方が中学校教師よりも有意に高いという結果が認められた（t（189）=2.97,p<.01）。つまり、小学校教師の方が児童生徒、同僚、保護者等との対人関係にストレッサーを感じやすいと捉えられる。他にも、「他者信頼」得点は、中学校よりも小学校の方が有意に高いことが示された（t（200）=2.79,p<.01）。

「心的摩耗」「仕事充実」「自尊感情」については、校種による違いは認められなかった。これらの結果は【表 11】【表 12】【表 13】に示した。

【表11】ストレッサー得点の校種比較 t 検定

ストレッサー得点					
	小学校		中学校		
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	t値
対子ども困難	3.56	0.72	2.97	0.90	4.78**
対大人困難	3.59	0.77	3.20	0.91	2.97**

【表12】バーンアウト得点の校種比較 t 検定

バーンアウト得点					
	小学校		中学校		
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	t値
心的摩耗	1.90	0.63	1.85	0.56	.49
仕事充実	2.65	0.53	2.78	0.59	-1.44

【表13】レジリエンス得点の校種比較 t 検定

レジリエンス得点					
	小学校		中学校		
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	t値
自尊感情	3.26	0.57	3.36	0.59	-1.14
他者信頼	4.11	0.74	3.78	0.87	2.79**

＊＊p<.01　＊p<.05

さらに、レジリエンス得点とストレッサー・バーンアウト得点との相関について小学校・中学校別に分析を行った。この結果は、【表 14】【表 15】に示した。

小学校において、「自尊感情」は全ての得点と相関が認められ、「他者信頼」については、「心的摩耗」「仕事充実」と相関が認められた。一方、中学校においては、「自尊感情」は「対大人困難」以外の全ての項目との相関が認められた。また、「他者信頼」については、「仕事充実」と正の相関が認められた。

この結果から、「自尊感情」を高めることが小学校・中学校教師のストレッサー軽減及びバーンアウトの抑制に効果を示す可能性とともに、「他者信頼」による小学校・中学校教師のバーンアウト抑制の可能性が示された。

【表14】レジリエンス得点とストレッサー・バーンアウト得点の相関（小学校）

小学校　相関				
	対子ども困難	対大人困難	心的摩耗	仕事充実
自尊感情	-.326**	-.279**	-.466**	.623**
他者信頼	-0.184	-0.138	-.308**	.322**

【表 15】レジリエンス得点とストレッサー・バーンアウト得点の相関（中学校）

中学校　相関				
	対子ども困難	対大人困難	心的摩耗	仕事充実
自尊感情	-.330**	-0.242	-.387**	.551**
他者信頼	-0.17	-0.055	-0.063	.487**

＊＊p<.01　＊p<.05

（4）ストレッサー得点・バーンアウト得点・レジリエンス得点の年齢による差異

世代によりストレッサー・バーンアウト・レジリエンス得点に違いが見られるか検討するため分散分析を行った。回答者は年齢に基づいて 20・30・40・50 代の 4 群に分けた。

その結果、「自尊感情」について 20 代よりも 40 代の平均値が大きく、50 代よりも 40 代の平均値が大きいことが認められた（F（3,193）=3.20,p<.05）。「自尊感情」以外の得点については 5%以下の有意差は認められなかった。この結果は【表 16】【表 17】【表 18】に示した。

従って、「自尊感情」については世代による得点差が認められること、20 代から 40 代にかけて「自尊感情」が高くなるとともに、40 代から 50 代にかけては「自尊感情」が下がることが示された。

【表16】ストレッサー得点の世代別分散分析

ストレッサー得点									
	20代		30代		40代		50代		
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	F値
対子ども困難	3.39	0.77	3.44	0.95	3.27	0.89	3.26	0.81	0.47
対大人困難	3.43	0.78	3.63	0.78	3.55	0.94	3.31	0.88	1.40

【表17】バーンアウト得点の世代別分散分析

バーンアウト得点									
	20代		30代		40代		50代		
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	F値
心的摩耗	1.98	0.64	2.05	0.69	1.74	0.55	1.79	0.6	2.63
仕事充実	2.61	0.56	2.67	0.56	2.81	0.51	2.64	0.59	1.20

【表18】レジリエンス得点の世代別分散分析

レジリエンス得点									
	20代		30代		40代		50代		
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	F値
自尊感情	3.20	0.59	3.22	0.76	3.51	0.47	3.18	0.49	3.20*
他者信頼	4.03	0.78	4.05	0.97	4.15	0.8	3.72	0.73	2.48

＊＊p<.01　＊p<.05

さらに、レジリエンス得点とストレッサー・バーンアウト得点の相関について世代別に分析を行った【表 19】。「自尊感情」はどの世代とも「心的摩耗」「仕事充実」と相関を示した一方で、「自尊感情」と「対子ども困難」「対大人困難」との相関は世代による違いが認められた。

また、「他者信頼」と「対子ども困難」「対大人困難」の相関についてはどの世代も認められなかった。

これの結果から、「自尊感情」はどの世代においてもバーンアウトの抑制に効果を示す可能性が示唆された。また、40 代においては「自尊感情」とストレッサー得点に強い相関が認められたことから、40 代の自尊心を高めることがストレッサーの軽減に繋がりうることが示された。

【表19】ストレッサー・バーンアウト・レジリエンス得点の世代別相関

		対子ども困難	対大人困難	心的摩耗	仕事充実
20代	自尊感情	-0.253	-0.174	-.346*	.608**
	他者信頼	-0.026	0.023	-0.231	.443**
30代	自尊感情	-0.181	-.384**	-.476**	.711**
	他者信頼	0.007	-0.173	-.404**	.399**
40代	自尊感情	-.493**	-.660**	-.657**	0.558**
	他者信頼	-0.095	-0.132	-0.204	0.192
50代	自尊感情	-.350*	-0.111	-.323*	.456**
	他者信頼	-0.27	-0.052	-0.062	.331*

＊＊p<.01　＊p<.05

4. 考察

本研究の目的は、教師のレジリエンスが仕事上のストレッサーやバーンアウトとどのような影響関係にあるかを、教師の属性に着目して示すことであった。

調査の結果から、レジリエンス得点のうち、「自尊感情」はストレッサー・バーンアウト得点に影響を及ぼし、「他者信頼」はバーンアウト得点に影響を及ぼす事が明らかとなった。さらに、世代及び性別・校種に着目して分析を行った結果、それぞれの特性が示された。

第一に、教師の性別によるストレッサー・バーンアウト・レジリエンス得点の差異から、女性は子ども・大人と接する上でのストレッサーを男性よりも強く感じている一方で、周囲からのケアやサポートも男性より強く感じていることが明らかとなった。さらに、レジリエンス得点とストレッサー・バーンアウト得点の相関から、「自尊感情」は男女共のストレッサーに影響を及ぼし、「他者信頼」は男性教師には影響を及ぼす可能性が示された。

浅井他（2016）は、児童生徒の荒れへの対応として、男性教師の男性性、とりわけ腕力や迫力を期待している学校が少なくなく、女性教師では喧嘩を止めることが難しかったという女性教師の語りを示し、教師文化における性差意識の介在を考慮に入れる必要性を指摘する。本研究はこうしたインタビューに基づく質的研究の成果を一定程度裏付けるとともに、支援体制構築において性差意識も含めた男女差を考慮にいれる必要性を示唆していると言える。

第二に、校種によるストレッサー・バーンアウト・レジリエンス得点の差異から、小学校教師は子ども・大人と接する上でのストレッサーを中学校教師よりも強く感じていることが明らかとなった。さらに、レジリエンス得点とストレッサー・バーンアウト得点の相関から、「自尊感情」及び「他者信頼」は小学校・中学校教師のストレッサーの軽減およびバーンアウトの抑制に効果が期待される事が明らかとなった。これらの結果から、教師のストレッサー及びバーンアウトを軽減・抑制するためには自尊感情を高めることが効果的である可能性が示された。

文部科学省（2013）「教職員のメンタルヘルス対策」の中では、予防的取り組みとして、周囲のサポートによりケアを行うことを提案しており、校長等が定期的に教職員との面談を実施することで日常的に教職員の勤務状況や健康状態の把握を目指す「ラインによるケアの充実」を掲げている。しかしながら、本研究の結果が示すように、周囲のケアやサポートのみならず、教師自身が自分の仕事に自信を持つことができる働き方を提案することが必要であると考えられる[5]。

第三に、世代によるストレッサー・バーンアウト・レジリエンス得点の差異から、「自尊感情」については世代による得点の大きさに差が認められ、20 代から 40 代にかけて「自尊感情」が高くなるとともに、40 代から 50 代にかけては「自尊感情」が下がることが示された。さらに、レジリエンス得点とストレッサー・バーンアウト得点の相関から、「自尊感情」はどの世代においてもバーンアウトの抑制に効果を示し、ストレッサー軽減については特に 40 代に効果が認められた。

紅林（1999）は、30 代から 40 代にかけての時期は教師というアイデンティティの受け入れが達成される時期であり、40 代は教職として成熟する時であるとする。これまでの経験と自信が 40 代の自尊感情の高まりとストレッサー及びバーンアウトへの抑制にも繋がることが示唆された。一方で、教師のみならず日本人における年齢段階による自尊感情の値の変化について、小塩他（2014）は「自尊感情得点が 10 代の期間は低下し、20 代の期間は上昇、30 代から 40 代は変化が見られず、50 代から 60 代にかけてピークを迎え、そのあとは低下する」[6]ことを示している。つまり、日本人全体をみると年齢が上がるにつれて自尊感情が上がるにもかかわらず、教師は 40

代から 50 代にかけて自尊感情が下がる傾向にある。「自尊感情」がストレッサー・バーンアウト得点に影響を及ぼすことからも、自尊感情が 40 代から 50 代にかけて低下する現状には課題があると言えるだろう。

この事と関連して、河村（1999）は、以前から 50 代教師が直面する課題の要因として「ズレ」を指摘してきた。今の 50 代教師が教職に就き始めた 1980 年代は、学級集団を単位として、効率的に子どもたち一人ひとりの学力や技能、社会性を一定レベルまで身につけさせることに専門性を見出してきた。しかし、バブル経済の崩壊にともなって、模倣的・大量生産から創造的・個性的への転換が進み、子ども一人ひとりの個性を育成する教育が期待されるようになった。長い年月をかけて培った教育実践方法を転換するには、強い意志と柔軟な考え方が必要となる。そのため現状維持あるいは、それまでやってきたやり方に固執してしまう教師も多く、それゆえに「ズレ」が生じやすいという。本研究の成果は、河村（1999）の体験にもとづく分析とも一定の整合性があると言えるだろう。

昨今の教育改革にあっては、英語や道徳の教科化をはじめ、不登校やいじめ問題、子どもの貧困など、学校を取り巻く問題は複雑化かつ多様化しており、時代の流れとともに、従来の指導法ではない新たな専門性が教師には求められている。したがって、50 代の教師において、これまで習得した指導方法と現実との「ズレ」が顕在化しやすい状況にあるとも考えられる。50 代教師の自尊感情を高め、バーンアウト及びストレッサーを軽減させるためには、50 代教師が直面する「ズレ」に注目した研究が進められる必要があるだろう。

最後に、本研究の課題を示す。本研究では、教師レジリエンスが職務上のストレッサー及びバーンアウトへ影響を及ぼすことが示された。しかし、サンプル数が不足していたために、性別によるストレッサー・バーンアウト・レジリエンス得点の差異に年齢が及ぼす影響及び、管理職経験の有無が自尊感情へ及ぼす影響について明らかにすることができなかった。そのため、性別により得点・相関に差異が生じる理由及び管理職経験と自尊感情の関係について明らかにすることを今後の課題としたい。

【参考文献】

新井肇（2002）「教師バーンアウトの『なぜ』と『どうする』（特集　学校と教師の危機）」『労働の科学』57（4）,pp.218-221.

浅井幸子・黒田友紀・杉山二季・玉城久美子・柴田万里子・望月一枝（2016）『教師の声を聴く-教職のジェンダー研究からフェミニズム教育学へ-』学文社,pp.34-77.

藤井義久（2005）「中学校教師の怒りの経験とメンタルヘルスに関する調査研究–尺度開発の試み–」『学校メンタルヘルス』8 号,pp.93-102.

河村茂雄（1999）『学級崩壊に学ぶ–崩壊のメカニズムを絶つ　教師の知識と技術』誠信書房,pp.22-26.

久冨善之（1995）「教師のバーンアウト（燃え尽き）と「自己犠牲」的教師像の今日的転換:日本の教員文化・その実証的研究（5）」『一橋大学研究年報.社会学研究』34,pp.3-42.

紅林伸幸（1999）「教師のライフサイクルにおける危機-中学校教師の憂鬱-」油布佐和子（編）『教師の現在・教職の未来–あすの教師像を模索する-』p.36.

小橋繁男（2013）「小中学校教師のストレスとバーンアウト、離職意思との関係」『日保学誌』vol.15,p.243.

紺野祐・丹藤進（2006）「教師の資質能力に関する調査研究-『教師レジリエンス』の視点から-」『秋田県立大学総合科学研究彙報』第 7 号,pp.73-83.

文部科学省（2013）「教職員のメンタルヘルス対策について」

文部科学省（2017）「平成 29 年度公立学校教職員の人事行政状況調査について」

森敏昭・清水益治・石田潤・富永美穂子・HiewC,C（2002）「大学生の自己教育力とレジリエンスの関係」『広島大学学校教育実践学研究』8 号,pp.179-187.

中野明徳・昼田源四郎・松崎博文他（2008）「中学校教師のストレスに関する日米比較–日本の教師は、大変なのか–」『福島大学総合教育センター紀要』4 号,pp.41-48.

小塩真司・岡田涼・茂垣まどか・並川努・脇田貴文（2014）「自尊感情平均値に及ぼす年齢と調査年の影響」『教育心理学研究』62,pp.273-282.

小塩真司・中谷素之・金子一史・長峰伸治（2002）「ネガティブな出来事からの立ち直りを導く心理的特性」『カウンセリング研究』35,pp.57-65.

杉田郁代（2014）「教員のバーンアウトとレジリエンスの関連について—小学校教員のメンタルヘルス研究—」『心理相談センター年報』第 9 巻,第 9 号,pp.21-28.

田尾雅夫・久保真人（1996）「バーンアウトの理論と実際–心理学的アプローチ–」誠信書房, pp.169-170.

八並光俊・新井肇（2001）「教師バーンアウトの規定要員軽減方法に関する研究」『カウンセリング研究』34 号,pp.249-260.

谷島弘仁（2010）「教師バーンアウトの因子構造に関する検討日本語版 Maslach Burnout Inventory を用いて」『人間科学研究』31,文教大学人間科学部,p.78.

油布佐和子（2007）『転換期の教師』放送大学教育振興会,pp.14-15.

【注記】

[1] 新井肇（2002）「教師バーンアウトの『なぜ』と『どうする』（特集　学校と教師の危機）」労働の科学,57（4）,pp.218-221.

[2] 小塩真司・中谷素之・金子一史・長峰伸治（2002）「ネガティブな出来事からの立ち直りを導く心理的特性」『カウンセリング研究』35,pp.57-65.

[3] 紺野祐・丹藤進（2006）「教師の資質能力に関する調査研究–『教師レジリエンス』の視点から–」『秋田県立大学総合科学研究彙報』第 7 号,pp.73-83.

[4] A 市の特徴：A 市の全人口は 48,238 人である。茶を中心とした農業生産が盛んな地域であり、自動車関連の工場をはじめとする産業も点在している静岡県内では中規模クラスの市といえる。小学校数は 9 校であり児童数は 2,632 人、中学校は 3 校であり生徒数は 1,291 人である。今回の調査対象は、上記の全小中学校に所属する教師である。

[5] このことについて筆者らは 2017 年 8 月に、静岡県の 50 代の教師３名にインタビュー調査を行っている。3 名とも教師生活のなかでキャリア・クライシスを感じたことがあると答えており、そのときに立ち直るきっかけとなったのは授業の立て直しと同僚からのサポートと発言していた。このことの詳細についてはまた稿を改めて論じたい。

[6] 小塩真司・岡田涼・茂垣まどか・並川努・脇田貴文（2014）「自尊感情平均値に及ぼす年齢と調査年の影響」『教育心理学研究』62, pp.273-282.

A Study of the Resilience and Working Styles of Teachers:
A Survey of Elementary and Junior High School Teachers in City A

Mai TAKABAYASHI
Hamana Elementary School
Motoki FUJII
Shizuoka University

Recently, the issue of teachers' mental health has become a very serious problem in Japan. This problem is known as 'teacher's burnout' and is thought to be caused by stress. However, it is thought that the resilience of teachers can prevent the effect of stress on teachers' mental health. The purpose of this study is to clarify the effects of 'teachers' burnout', stress, and resilience on teachers' mental health through a questionnaire-style survey of elementary and junior high school teachers in City A. It is important to note that in this analysis, the results differ depending on age, sex, and school level. So, it is important to focus on the teacher's attributes.