

教師のメンタルヘルスに関する研究

東三河地区における2016年調査を通して

木之下隆夫（文学部・教授）

I. 研究目的

筆者は、学校臨床という専門家の立場から不登校児童生徒の支援にはスクールカウンセラー（以下、SCと称す）のみならず、教師の子ども理解の深化が欠かせないと考え、長年にわたり、学校や校外適応指導教室、教育委員会主催の研修会等の様々な場面を通して、具体的な理解の仕方や連携等について教授してきた。にもかかわらず、依然として学校現場では不登校児童生徒数は顕著な減少がみられることなく、ここ3年ぐらい12万人前後で推移してきていることが文部科学省の学校基本調査（平成27年速報値）で明らかにされた。その一方、イジメの認知件数が小学校15万件（平成27年度）で特に小学2年、3年生でその数が目立ち、中学校は6万件弱（平成27年度）で特に中学1年生でその数が目立ち、全体のイジメ認知件数は増加傾向にあることも明らかにされた。中でもイジメによる子どもの自死という痛ましい報道記事に触れるたびに、なぜ教師は、担任は子どもの発するSOSに気付かなかったのか、もう少し注意していたら防げたのではないかと思うこともしばしばだった。このような教師の気付き力や感覚の低下は何処から発生するのかを考えた時、教師の学校活動の多忙さが一因しているのではないか？という観点から、教師の生の声を拾い上げ、それをまとめる必要があるのではないか？がこの研究の出発点になっ

ている。

II. 研究方法

教師の学校活動における職業としてのストレスを知るために高木が作成した「教師の職業ストレス尺度」と大野の「うつストレス反応」の2つの質問紙を使用した。以下がその方法である。

- 1) 調査用紙 教師の職業ストレス尺度（高木亮編）の一部改良、うつストレス反応尺度（大野編）を使用した。他、著者の調査項目を付加し、使用した。
- 2) 調査日 平成28年7月初旬～8月上旬
- 3) 調査対象 公立の小学校8校205名、中学校6校173名 合計378名
- 4) 調査方法 無記名方式、回答後は各自で封筒に入れて、学校ごとに回収

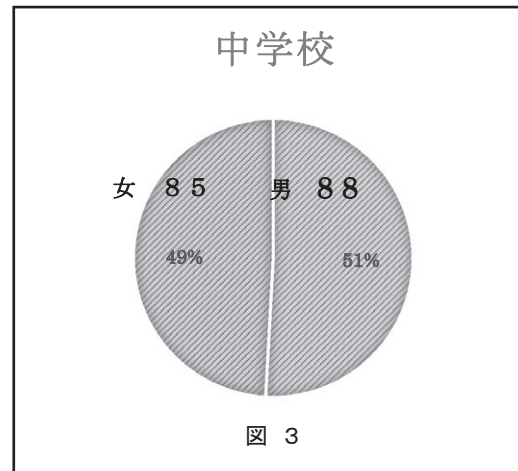
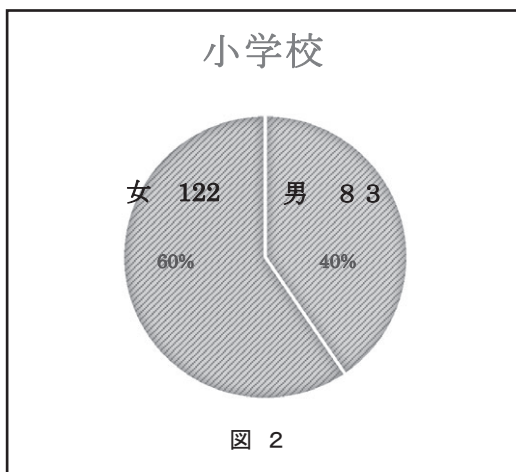
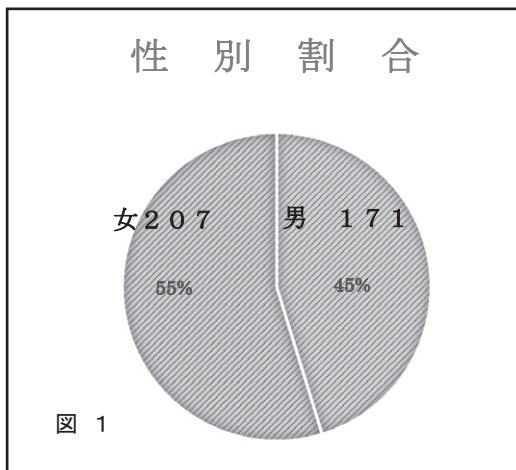
III. 研究結果

- 1) 調査対象校の一覧表と対象者の属性

表1は対象校の一覧表である。小学校8校で、計205名（図2）男女比は各83名、122名であった。同じく中学校6校、計173名（図3）男女比は各88名、85名であった。小中学校合計378名（図1）男女比は各171名、207名であった。

表1 対象校の一覧表

番号	学校	男	女	計
1	A小	14	22	36
2	B小	7	12	19
3	C小	11	11	22
4	D小	12	21	33
5	E小	13	22	35
6	F小	12	12	24
7	G小	9	14	23
8	H小	5	8	13
小計…①		83	122	205
9	I中	16	16	32
10	J中	13	11	24
11	K中	10	6	16
12	L中	10	10	20
13	M中	15	17	32
14	N中	24	25	49
小計…②		88	85	173
合計 (①+②)		171	207	378



2) 各尺度の量的 (平均値) 分析

表2は小中学校全体の各尺度の平均値である。各尺度をみると「負担」、「役割」、「健康」、「人間関係」、「困難」、「雰囲気」の順に平均値が低くなっている。

表3は小中学校全体の男女別尺度別平均値である。各尺度をみると「雰囲気」を除いた全ての尺度で女性の平均値が男性を上回っている。

3) 各尺度の質的 (平均値の統計的分析) 分析

2) 各尺度の量的分析における表3の小中学校全体男女別平均値では、「雰囲気」以外のすべての尺度で女性の平均値が男性を上回っていたが、3) 各尺度の質的分析における表4の全体 (小中学校) における尺度別男女差についての統計的分析を加えたところ、学校全体の教師活動への「負担」が女性教師は男性教師より高いことが分かった。また同じく、これらの教師活動遂行への「困難」さが女性教師は男性教師より高いことが分かった。しかし、「役割」「雰囲気」「人間関係」「健康」については、男性教師、女性教師の差がないことが分かった。

表2 全体（小学校・中学校）の尺度ごとの平均値と標準偏差

		負担	困難	役割	雰囲気	人間関係	健康
度数	有効数	355	366	366	373	370	374
	欠損値	23	12	12	5	8	4
平均値		43.30	16.76	25.26	16.34	20.68	23.05
標準偏差		8.723	3.940	5.591	3.269	5.813	7.286
最小値		17	7	11	6	11	11
最大値		60	28	44	24	37	44

表3 全体の性別ごとの各尺度の平均値と標準偏差

		度数	平均値	標準偏差
負担	男	164	42.07	9.15
	女	191	44.36	8.22
困難	男	164	16.29	4.22
	女	202	17.13	3.67
役割	男	163	24.66	5.87
	女	203	25.74	5.32
雰囲気	男	167	16.42	3.20
	女	205	16.32	3.26
人間関係	男	166	20.51	6.05
	女	203	20.86	5.60
健康	男	170	22.37	7.45
	女	203	23.68	7.08

表4 全体（小中学校）における尺度別男女差の統計的分析

尺度内容	検定結果（t検定）と結論
①仕事にどの程度の負担を感じているか	検定：有意水準0.05で項目1の合計点数は、女の方が男よりも有意に高い（ $t(353)=2.48, p<.05$ ）。また、 $P(T<t)$ 両側（ $0.015<.05$ ）より項目1合計の男女には有意差あり。 結論：女の方が男よりも仕事に対して負担を感じていることが多く、その男女差には意味がある。
②仕事の遂行にどの程度の困難を感じているか	検定：有意水準0.05で項目2の合計点数は、女の方が男よりも有意に高い（ $t(364)=2.04, p<.05$ ）。また、 $P(T<t)$ 両側（ $0.042<.05$ ）より項目2合計の男女には有意差あり。 結論：女の方が男よりも仕事の遂行に困難を感じていることが多く、その男女差には意味がある。
③先生の学校の役割について感じていること	検定：有意水準0.05で項目3の合計点数は男女に有意差なし。 結論：先生の学校の役割について男女差には意味はない。
④職場の雰囲気について（項目は+の雰囲気）	検定：有意水準0.05で項目4の合計点数は男女に有意差なし。 結論：職場の雰囲気について男女差には意味はない。
⑤職場の人間関係について（項目は-の人間関係）	検定：有意水準0.05で項目5の合計点数は男女に有意差なし。 結論：職場の人間関係について男女差には意味はない。
⑥こころや身体の状態について	検定：有意水準0.05で項目6の合計点数は男女に有意差なし。 結論：こころや身体の状態について男女差には意味はない。

表5は学校別尺度別の平均値と標準偏差である。各尺度をみると「負担」「雰囲気」「健康」においては、小学校が中学校より平均値が高い。「困難」「役割」「人間関係」では、中学校が小学校より平均値が高い。これを統計的に分析したのが表6である。つまり、「雰囲気」においては、小学校が中学校より「雰囲気」の良さを感じている教師が多いことが

分かった。また「人間関係」では、中学校は小学校より悪いと感じている教師が多いことが分かった。また、「負担」「困難」「役割」「健康」の各尺度については小学校と中学校間の有意な差はみられなかった。

表5 小中学校別尺度別の平均値と標準偏差

尺度	学校別	度数	平均値	標準偏差
負担	中学校	167	42.83	8.994
	小学校	188	43.72	8.476
困難	中学校	168	16.85	3.934
	小学校	198	16.68	3.955
役割	中学校	167	25.46	5.651
	小学校	199	25.09	5.548
雰囲気	中学校	169	15.83	3.231
	小学校	204	16.75	3.25
人間関係	中学校	171	21.56	5.704
	小学校	199	19.92	5.814
健康	中学校	173	22.98	7.419
	小学校	201	23.11	7.188

表6 学校別尺度別平均値の統計的分析

尺度内容	検定結果 (t検定) と結論
①仕事にどの程度の負担を感じているか	検定：有意水準0.05で項目1の合計点数は、学校間に有意差なし。 結論：仕事を負担に感じていることについて、学校間の差に意味はない。
②仕事の遂行にどの程度の困難を感じているか	検定：有意水準0.05で項目2の合計点数は、学校間に有意差なし。 結論：仕事の遂行に対して困難を感じていることについて、学校間の差に意味はない。
③先生の学校の役割について感じていること	検定：有意水準0.05で項目3の合計点数は、学校間に有意差なし。 結論：先生の学校の役割について、学校間の差に意味はない。
④職場の雰囲気について (項目は+の雰囲気)	検定：有意水準0.05で項目4の合計点数は、小学校の方が中学校よりも有意に高い ($t(371) = -2.72, p < .05$)。 結論：小学校の方が中学校よりも職場の雰囲気について良いと感じていることが多く、その差に意味がある。

⑤職場の人間関係について (項目は-の人間関係)	検定：有意水準0.05で項目5の合計点数は、中学校の方が小学校よりも有意に高い (t (371) = 2.73, p<.05)。 結論：中学校の方が小学校よりも職場の人間関係について悪いと感じていることが多く、その差に意味がある。
⑥こころや身体の健康状態について	検定：有意水準0.05で項目6の合計点数は、学校間に有意差なし。 結論：こころと身体の健康状態について、学校間の差に意味はない。

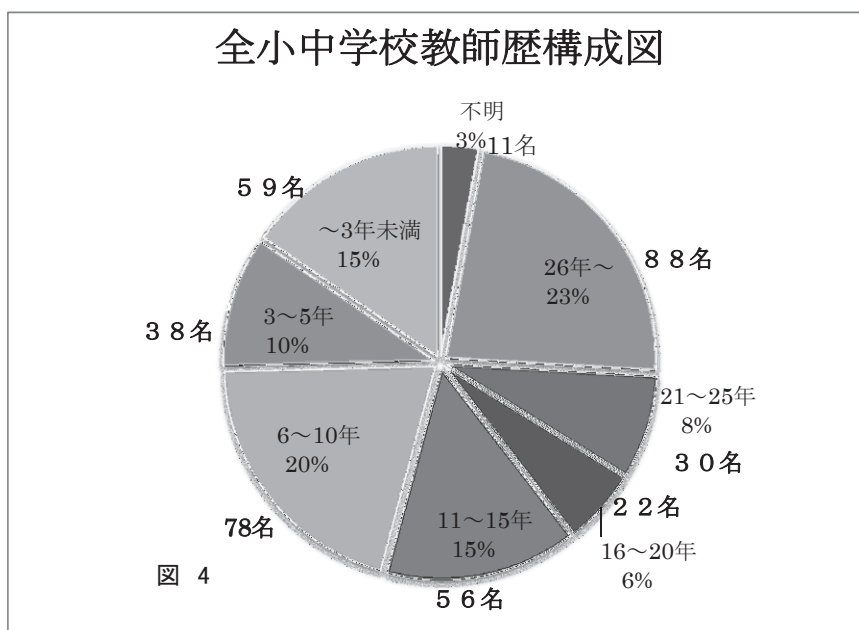


表7は全小中学校の尺度別教師歴別の統計的分析を加えた表である。図4は、同じく全小中学校の教師歴構成図である。21年以上の教師歴を持つ教師が31%を占め、15年未満の教師が60%を占めていることが分かる。この図表から学校全体の教師活動における「負担」について、教師歴3年未満は、3年以上の教師歴を持つ教師より「負担」を感じていないことが分かった。また、教師活動における遂行「困難」については、教師歴3年未満の教師は教師歴21年以上の教師より「困難」を感じ

じてないことが分かった。教師活動における「役割」については、教師歴3年未満は、16年以上の教師歴を持つ教師より困難さを感じていないことが分かった。「健康」については、3年未満の教師は11年以上の教師歴を持つ教師より心身ともに健康であると感じ、また6～10年の教師歴の教師は16～20年の教師歴を持つ教師より健康であると感じていることが分かった。その他、「雰囲気」「人間関係」においては、教師歴間の差はみられなかった。

表7 全小中学校における尺度別教師歴別の統計的分析

項目内容	検定結果（分散分析）と結論
①仕事にどの程度の負担を感じているか	検定：有意水準0.05で項目1の教師歴の主効果が有意であった（ $F(6,341) = 7.70, p < .05$ ）ため、下位検定としてTukey法を用いた多重比較を実施した結果、仕事に対して負担を感じることにについて3年未満は3～5年、6～10年、11～15年、16～20年、21～26年以上よりも有意に低いこと（負担を感じていないこと）が確認された。
②仕事の遂行にどの程度の困難を感じているか	検定：有意水準0.05で項目2の教師歴の主効果が有意であった（ $F(6,350) = 2.13, p < .05$ ）ため、下位検定としてTukey法を用いた多重比較を実施した結果、仕事の遂行にどの程度の困難を感じているかについて3年未満は21～26年以上よりも有意に低いこと（困難を感じていないこと）が確認された。
③先生の学校の役割について感じていること	検定：有意水準0.05で項目3の教師歴の主効果が有意であった（ $F(6,350) = 3.20, p < .05$ ）ため、下位検定としてTukey法を用いた多重比較を実施した結果、先生の学校の役割について3年未満は、16～20年、21～26年以上よりも有意に低いこと（先生の学校の役割の困難を感じていないこと）が確認された。
④職場の雰囲気について	検定：有意水準0.05で項目4の教師歴の主効果が有意ではなかった（ $F(6,356) = 1.62$ ）ことから、職場の雰囲気については教師歴間では有意な違いが見られないことが分かった。
⑤職場の人間関係	検定：有意水準0.05で項目5の教師歴の主効果が有意ではなかった（ $F(6,356) = 1.79$ ）ことから、職場の人間関係については教師歴間では有意な違いが見られないことが分かった。
⑥こころや身体の健康状態について（健康状態）	検定：有意水準0.05で項目6の教師歴の主効果が有意であった（ $F(6,357) = 4.26, p < .05$ ）ため、下位検定としてTukey法を用いた多重比較を実施した結果、こころと身体の健康状態について3年未満は、11～15年、16～20年、21～26年以上よりも有意に低いこと（よいと感じていること）、6～10年が16～20年よりも有意に低いこと（よいと感じていること）が確認された。

表8は小学校における尺度別教師歴別の統計的分析表である。図5は小学校の教師歴構成図であるが、26年以上の教師が全体の1/4を占め、15年未満が1/2を占めていることが分かる。小学校全体の教師活動における「負担」について、教師歴3年未満の教師群はそれ以上、つまり4年以上の教師群より「負担」を感じていないことが分かった。同じく「困難」について、教師歴3年未満の教師群は、26年以上の教師群より「困難」を感じ

ていないことが分かった。同じく教師活動における様々な「役割」について、教師歴3年未満の教師群は、26年以上の教師群より困難を感じていないことが分かった。同じく「健康」については、3年未満の教師群はそれ以上の教師群よりも良いと感じ、また教師歴6～10年群は、16～20年群より良いと感じていることが分かった。その他、「雰囲気」「人間関係」については、教師歴間の差はみられなかった。

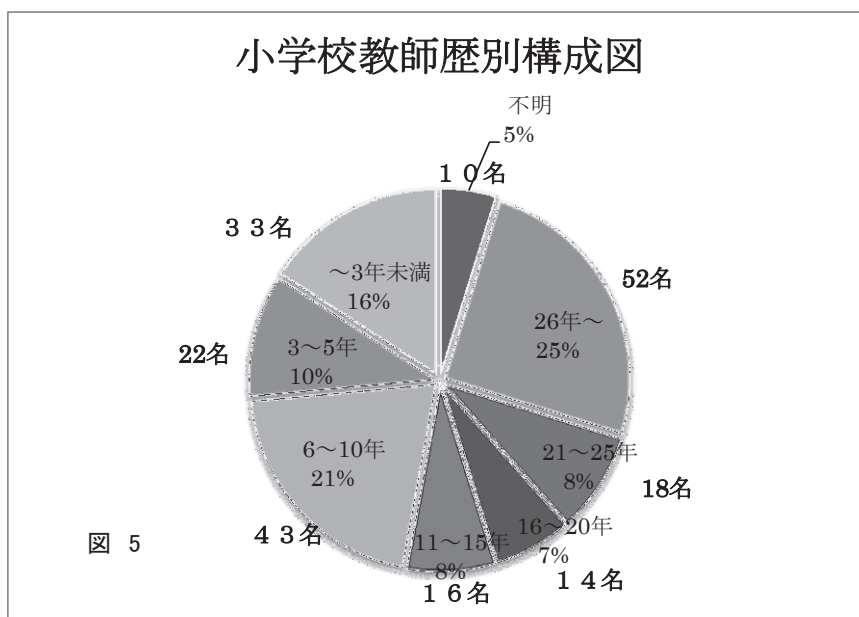


表 8 小学校における尺度別教師歴別の統計的分析

尺度内容	検定結果（分散分析）と結論
①仕事にどの程度の負担を感じているか	検定：有意水準0.05で尺度1の教師歴の主効果が有意であった ($F(6,174) = 4.70, p < .05$) ため、下位検定として Tukey 法を用いた多重比較を実施した結果、仕事に対する負担について3年未満は6～10年、11～15年、21～25年、26年以上よりも有意に低いこと（負担を感じていないこと）が確認された。
②仕事の遂行にどの程度の困難を感じているか	検定：有意水準0.05で尺度2の教師歴の主効果が有意であった ($F(6,182) = 2.44, p < .05$) ため、下位検定として Tukey 法を用いた多重比較を実施した結果、仕事の遂行に対する困難の程度について3年未満は26年以上よりも有意に低いこと（困難を感じていないこと）が確認された。
③先生の学校の役割について感じていること （項目は－の役割）	検定：有意水準0.05で尺度3の教師歴の主効果が有意であった ($F(6,183) = 3.04, p < .05$) ため、下位検定として Tukey 法を用いた多重比較を実施した結果、学校の役割について感じることにについて3年未満は26年以上よりも有意に低いこと（先生の学校の役割の困難を感じていないこと）が確認された。
④職場の雰囲気について （項目は＋の雰囲気）	検定：有意水準0.05で尺度4の教師歴の主効果が有意ではなかった ($F(6,188) = 0.86$) ため、職場の雰囲気については教師歴間では有意な違いがみられなかった。
⑤職場の人間関係について （項目は－の人間関係）	検定：有意水準0.05で尺度5の教師歴の主効果が有意であったが ($F(6,184) = 2.29, p < .05$)、職場の人間関係については教師歴間では有意な違いがみられなかった。
⑥ころや身体の状態について （項目は－の健康状態）	検定：有意水準0.05で尺度6の教師歴の主効果が有意であった ($F(6,185) = 6.80, p < .05$) ため、下位検定として Tukey 法を用いた多重比較を実施した結果、ころと身体の状態について3年未満は6～10年、11～15年、21～25年、26年以上よりも有意に低いこと（よいと感じていること）、6～10年は16～20年よりも有意に低いこと（よいと感じていること）が確認された。

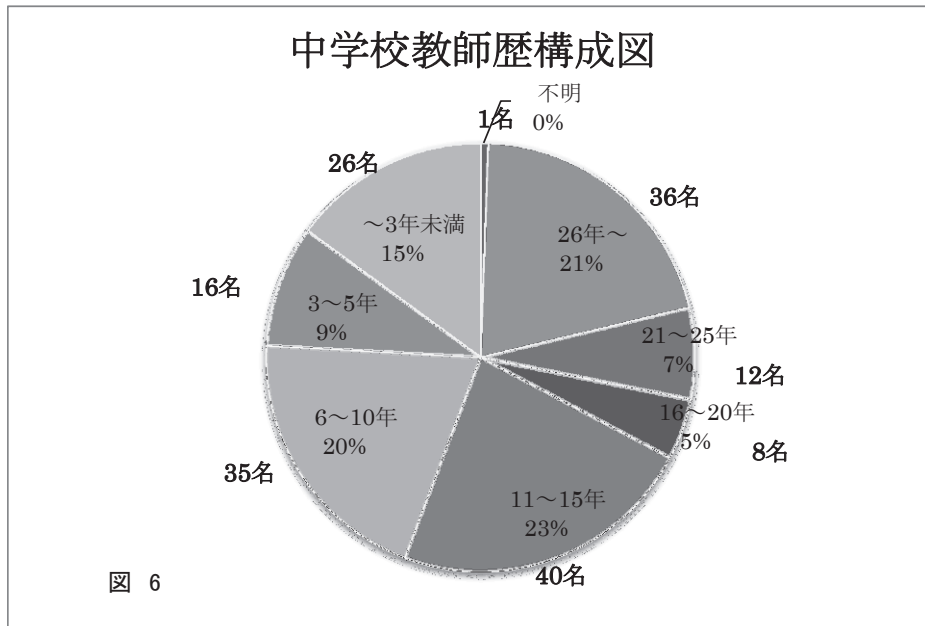


図 6

表9は中学校における尺度別教師歴別の統計的分析表である。図6は中学校の教師歴構成図であるが、21年以上の教師歴を持つ教師が全体の28%を占め、15年未満の教師は67%と過半数に迫ろうとしていることが分かる。中学校全体の教師活動における「負担」につ

いて、教師歴3年未満の教師群はそれ以上、つまり4年以上の教師群より「負担」を感じてないことが分かった。その他、「困難」「役割」「雰囲気」「人間関係」「健康」については、教師歴間の差はみられなかった。

表9 中学校における尺度別教師歴別の比較

尺度内容	検定結果(分散分析)と結論
①仕事にどの程度の負担を感じているか	検定：有意水準0.05で尺度1の教師歴の主効果が有意であった(F(6,160) = 3.48, p < .05)ため、下位検定としてTukey法を用いた多重比較を実施した結果、仕事に対する負担について3年未満は6～10年、21～25年よりも有意に低いこと(負担を感じていないこと)が確認された。
②仕事の遂行にどの程度の困難を感じているか	検定：有意水準0.05で尺度2の教師歴の主効果が有意でなかった(F(6,161) = 1.03)ため、仕事の遂行に対する困難の程度については教師歴間では有意な違いがみられなかった。
③先生の学校の役割について感じていること(項目は-の役割)	検定：有意水準0.05で尺度3の教師歴の主効果が有意でなかった(F(6,160) = 1.28)ため、学校の役割について感じることにについては教師歴間では有意な違いがみられなかった。
④職場の雰囲気について(項目は+の雰囲気)	検定：有意水準0.05で尺度4の教師歴の主効果が有意ではなかった(F(6,161) = 1.60)ため、職場の雰囲気については教師歴間では有意な違いがみられず。
⑤職場の人間関係について(項目は-の人間関係)	検定：有意水準0.05で尺度5の教師歴の主効果が有意でなかった(F(6,163) = 1.08)ため、職場の人間関係については教師歴間では有意な違いがみられなかった。
⑥こころや身体の状態について(項目は-の健康状態)	検定：有意水準0.05で尺度6の教師歴の主効果が有意でなかった(F(6,165) = 0.66)ため、こころや身体の状態については教師歴間では有意な違いがみられなかった。

表10は小学校における尺度別相関分析表である。各尺度相関をみると心身の健康状態と負担($r=0.33$)、困難($r=0.45$)、役割($r=0.57$)、雰囲気 ($r = -0.24$)、人間関係 ($r=0.54$) との間に有意な相関があった。すなわち、仕事に対する負担、仕事の遂行に対する困難、学校の役割について感じている(感じていない)ほど、職場の雰囲気、職場の人間関係をよくないと感じている(感じていない)ほど、心身の健康状態が悪い(よい)ことが明らかになった。また、仕事に対する負担、遂行困難さ、役割等は各々の相関が高いことから、こ

の3要因は教師活動に影響を与えやすいといえる。表11は中学校における各尺度相関分析表である。各尺度の相関をみると心身の健康状態と負担 ($r=0.31$)、困難 ($r=0.29$)、役割 ($r=0.44$)、雰囲気 ($r = -0.27$)、人間関係 ($r=0.51$) との間に有意な相関があった。すなわち、仕事に対する負担、仕事の遂行に対する困難、学校の役割について感じている(感じていない)ほど、職場の雰囲気、職場の人間関係をよくないと感じている(感じていない)ほど、こころの健康状態が悪い(よい)ことが明らかになった。

表10 小学校における尺度別相関分析

		相関分析					
		負担	困難	役割	雰囲気	人間関係	健康
負担	Pearson の相関係数	1	.417**	.443**	-.108	.071	.325**
	有意確率(両側)		.000	.000	.141	.338	.000
	度数	188	185	185	188	183	186
困難	Pearson の相関係数	.417**	1	.521**	-.127	.308**	.446**
	有意確率(両側)	.000		.000	.075	.000	.000
	度数	185	198	194	198	193	195
役割	Pearson の相関係数	.443**	.521**	1	-.354**	.610**	.571**
	有意確率(両側)	.000	.000		.000	.000	.000
	度数	185	194	199	199	195	197
雰囲気	Pearson の相関係数	-.108	-.127	-.354**	1	-.459**	-.241**
	有意確率(両側)	.141	.075	.000		.000	.001
	度数	188	198	199	204	199	201
人間関係	Pearson の相関係数	.071	.308**	.610**	-.459**	1	.544**
	有意確率(両側)	.338	.000	.000	.000		.000
	度数	183	193	195	199	199	196
健康	Pearson の相関係数	.325**	.446**	.571**	-.241**	.544**	1
	有意確率(両側)	.000	.000	.000	.001	.000	
	度数	186	195	197	201	196	201

** 相関係数は 1% 水準で有意 (両側) です。

4) 各尺度別項目の内容分析

図7～12は、小中学校全体の教師の尺度別項目別レベルの比較グラフである。

縦軸の下2色、青・茶色が否定傾向、上2色、緑・紫色が肯定傾向を示している。図7、負担尺度の1)～15)項目に注目すると3)の家庭内躰面の細かい指導、8)の予算会計等の事務作業の負担、10)11)12)の部活に関わる指導、13)の校外活動の安全配慮、14)の総合学習の取り組み、15)の時間外職務への取り組み等が負担と感じるレベルが高くなっている。図8の困難尺度は、4)の自主研修、能力向上の機会が作れない、7)の児童生徒の最低限の学習レベルを確保すること等が困難のレベルを高くしている。図9の役割尺度は、3)の十分な設備や情報なしで

仕事しなければならない、7)の保護者から過剰に期待や要求をされること多い等が教師の役割と感じていることを示している。図10の職場の雰囲気尺度は、5)の十分な人手が不足している以外は、目標、方針、校内連携がしっかり定まっていると感じていることを示している。図11の職場の人間関係尺度は、8)の周りと比べて、能力不足を感じている人が目立つが、周りとの人間関係が悪いと思っている人は少ないことを示している。図12のこころと身体健康尺度は、5)疲れやすいが目立ち、9)病気、身体健康状態に不安を抱えている人が若干みられる以外は、メンタルな面の問題を抱えている人は目立たないことを示唆している。

表11 中学校における尺度別相関分析

		負担	困難	役割	雰囲気	人間関係	健康
負担	Pearson の相関係数	1	.576**	.671**	-.262**	.364**	.309**
	有意確率(両側)		.000	.000	.001	.000	.000
	度数	167	164	164	164	165	167
困難	Pearson の相関係数	.576**	1	.576**	-.277**	.322**	.288**
	有意確率(両側)	.000		.000	.000	.000	.000
	度数	164	168	165	165	166	168
役割	Pearson の相関係数	.671**	.576**	1	-.366**	.539**	.437**
	有意確率(両側)	.000	.000		.000	.000	.000
	度数	164	165	167	165	166	167
雰囲気	Pearson の相関係数	-.262**	-.277**	-.366**	1	-.387**	-.269**
	有意確率(両側)	.001	.000	.000		.000	.000
	度数	164	165	165	168	167	168
人間関係	Pearson の相関係数	.364**	.322**	.539**	-.387**	1	.505**
	有意確率(両側)	.000	.000	.000	.000		.000
	度数	165	166	166	167	170	170
健康	Pearson の相関係数	.309**	.288**	.437**	-.269**	.505**	1
	有意確率(両側)	.000	.000	.000	.000	.000	
	度数	167	168	167	168	170	172

** 相関係数は 1% 水準で有意 (両側) です。

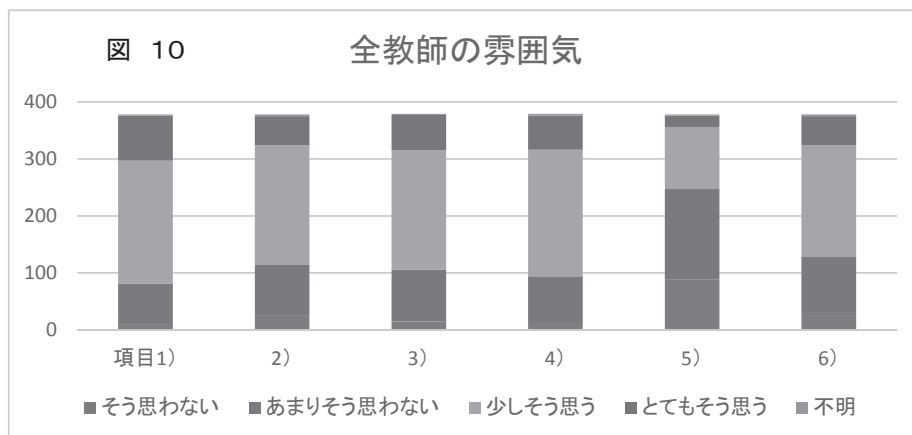
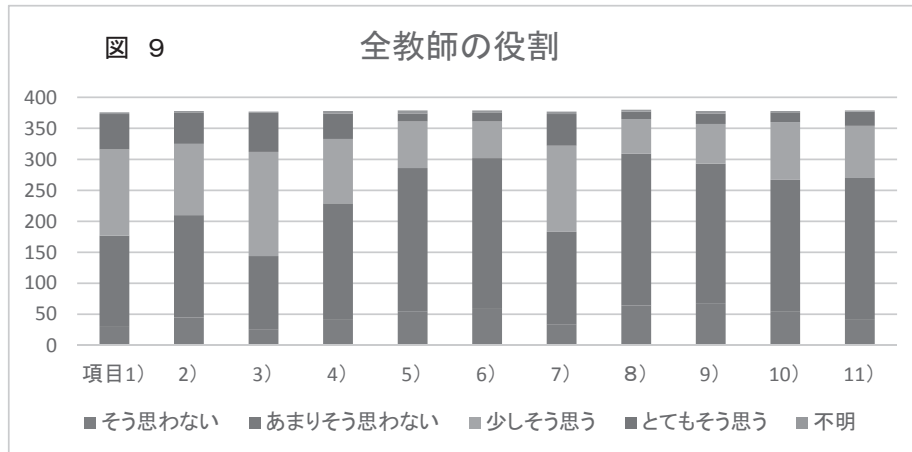
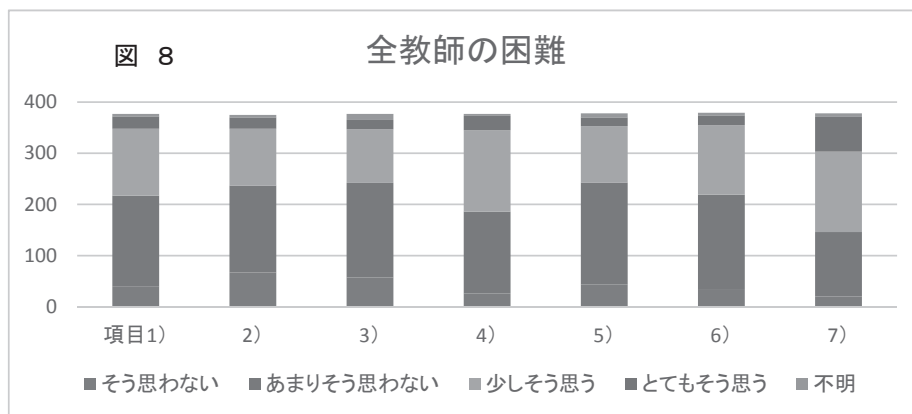
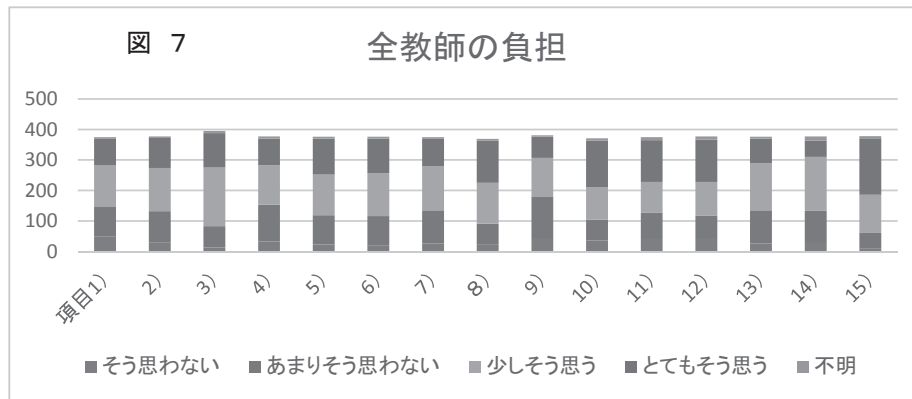
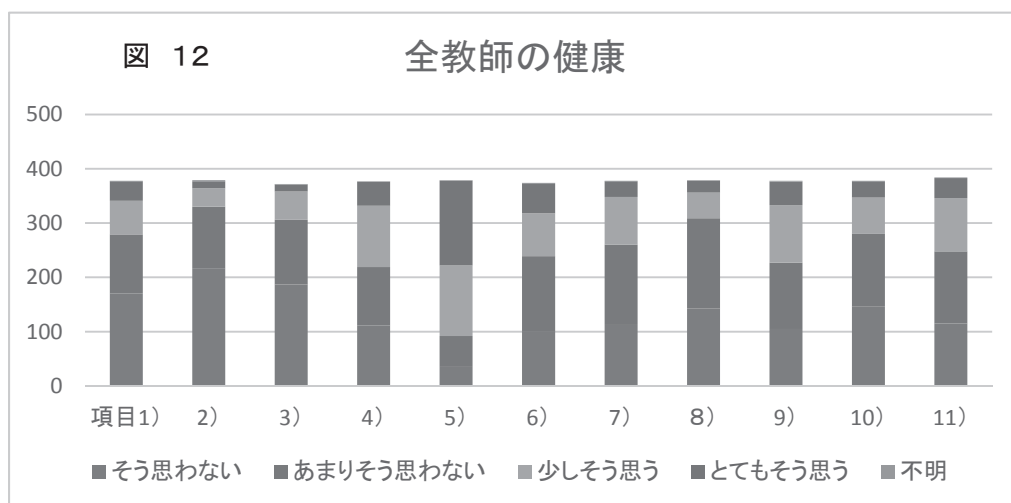
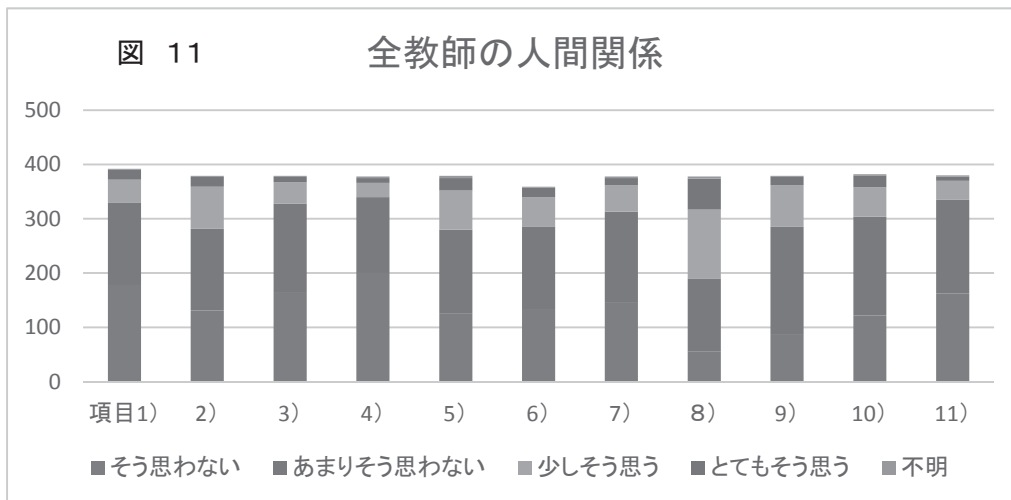


図8の困難尺度は、4)の自主研修、能力向上の機会が作れない、7)の児童生徒の最低限の学習レベルを確保すること等が困難のレベルを高くしている。図9の役割尺度は、3)の十分な設備や情報なしで仕事しなければならない、7)の保護者から過剰に期待や要求をされること多い等が教師の役割と感じていることを示している。図10の職場の雰囲気尺度は、5)の十分な人手が不足している以外は、目標、方針、校内連携がしっかり定

まっていると感じていることを示している。図11の職場の人間関係尺度は、8)の周りと比較して、能力不足を感じている人が目立つが、周りとの人間関係が悪いと思っている人は少ないことを示している。図12のこころと身体健康尺度は、5)疲れやすいが目立ち、9)病気、身体の状態に不安を抱えている人が若干みられる以外は、メンタルな面の問題を抱えている人は目立たないことを示唆している。



IV. 調査結果の多面的視点からの分析と考察

1) 小中学校の校務分掌別各尺度の比較

小中学校のいずれにおいても、教諭担任あり、担任なし、学年主任、生徒指導、生活サポート、特別支援、その他の校務分掌の任にある教師は、「負担」「困難」「役割」「雰囲気」「人間関係」「健康」等に対し自覚的な問題を抱えてはいるが、学校活動を阻害する程の状況には至っていないことが分かった。

2) 性差の比較（小中学校）

学校全体の教師活動への「負担」や「困難」は、女性教師が男性教師より高く感じていることが分かったが、「役割」「雰囲気」「人間関係」「健康」については、性差がないことが分かった。

3) 学校別各尺度の比較

「雰囲気」尺度は、小学校教師は中学校教師より「良好」と感じていること、「人間関係」尺度は、中学校教師は小学校教師より「悪い」と感じていることが分かった。「負担」「困難」「役割」「健康」の各尺度は学校間の差はみられなかった。

4) 小中学校全体の尺度別教師歴別の比較

学校全体の教師活動における「負担」について、教師歴3年未満は3年以上の教師歴の教師より「負担」を感じてないことが分かった。また、教師活動における遂行「困難」については、教師歴3年未満の教師は教師歴21年以上の教師より「困難」を感じてないことが分かった。教師活動における「役割」については、

教師歴3年未満は、16年以上の教師歴を持つ教師より困難さを感じていないことが分かった。「健康」については、3年未満の教師は11年以上の教師歴を持つ教師より心身ともに健康であると感じ、また6～10年の教師歴の教師は16～20年の教師歴を持つ教師より健康であると感じていることが分かった。その他、「雰囲気」「人間関係」においては、教師歴間の差はみられなかった。

5) 小学校教師の尺度別教師歴別の比較

小学校全体の教師活動における「負担」について、教師歴3年未満の教師群はそれ以上、つまり3年以上の教師群より「負担」を感じてないことが分かった。同じく「困難」について、教師歴3年未満の教師群は、26年以上の教師群より「困難」を感じてないことが分かった。同じく教師活動における様々な「役割」について、教師歴3年未満の教師群は、26年以上の教師群より困難を感じてないことが分かった。同じく「健康」については、3年未満の教師群はそれ以上の教師群よりも良いと感じ、また教師歴6～10年群は、16～20年群より良いと感じていることが分かった。その他、「雰囲気」「人間関係」については、教師歴間の差はみられなかった。

6) 中学校教師の尺度別教師歴別の比較

中学校全体の教師活動における「負担」について、教師歴3年未満の教師群はそれ以上、つまり3年以上の教師群より「負担」を感じてないことが分かった。その

他、「困難」「役割」「雰囲気」「人間関係」「健康」については、教師歴間の差はみられなかった。

- 7) 小学校教師における尺度別相関の分析
心身の健康状態と負担 ($r=0.33$)、困難 ($r=0.45$)、役割 ($r=0.57$)、雰囲気 ($r=-0.24$)、人間関係 ($r=0.54$) との間に有意な相関があった。すなわち、仕事に対する負担、仕事の遂行に対する困難、学校の役割について感じている（感じていない）ほど、職場の雰囲気、職場の人間関係をよくないと感じている（感じていない）ほど、心身の健康状態が悪い（よい）ことが明らかになった。また、仕事に対する負担、遂行困難さ、役割等は各々の相関が高いことから、この3要因は教師活動に影響を与えやすいといえる。
- 8) 中学校教師における尺度別相関の分析
心身の健康状態と負担 ($r=0.31$)、困難 ($r=0.29$)、役割 ($r=0.44$)、雰囲気 ($r=-0.27$)、人間関係 ($r=0.51$) との間に有意な相関があった。すなわち、仕事に対する負担、仕事の遂行に対する困難、学校の役割について感じている（感じていない）ほど、職場の雰囲気、職場の人間関係をよくないと感じている（感じていない）ほど、こころの健康状態が悪い（よい）ことが明らかになった。
- 9) 教師全体の内容分析（；尺度別項目別レベル）の比較（質問回答内容の否定傾向と肯定傾向の比較からみた特徴）
負担尺度について、3) 家庭内躰面の細かい指導、8) 予算会計等の事務作業の

負担、10) 11) 12) の部活に関わる指導、13) 校外活動の安全配慮、14) 総合学習の取り組み、15) 時間外職務への取り組み等が負担と感じるレベルが高いことが分かった。

困難尺度について、4) 自主研修、能力向上の機会が作れない、7) 児童生徒の最低限の学習レベルを確保すること等が困難のレベルを高くしていることが分かった。

役割尺度について、3) 十分な設備や情報なしで仕事しなければならない、7) 保護者から過剰に期待や要求をされること多い等が分かった。

雰囲気尺度について、5) 十分な人手が不足している以外は、目標、方針、校内連携がしっかり定まっていると感じていると分かった。

人間関係尺度について、8) 周りと比べて、能力不足を感じている人が目立つが、周りとの人間関係が悪いと思っている人は少ないことが分かった。

健康尺度については、5) 疲れやすいが目立ち、9) 病気、身体の状態に不安を抱えている人が若干みられる以外は、メンタルな面の問題を抱えている人は少ないことが分かった。

- 10) 1) ~ 9) の多面的視点の分析を通じた考察

1) の分析から、学校活動における校務分掌の任は小中学校教師にとっては、意欲や役割意識を強化する一要因になっていると理解できる。2) の分析から、女

性教師は男性教師より「負担」や「困難」を感じているという結果が出たが、学校全体の教師活動が「動き」を伴うもので、そこに教師自らの主体性を求められることが多いゆえにこのような結果が反映されたと考えられる。3)の分析から、小学校教師は中学校教師より学校の「雰囲気」が良いと感じ、「人間関係」も同じく良いという結果がでた。これは、小学校は女性教師の占める割合が60%を超えていることや中学校の教科担方式と違いクラス担方式をとっていることなど、学級運営のしやすさも影響していると考えられる。4) 5) 6)の分析から、小中学校教師全体の中で、また小学校、中学校別教師の中でも教師歴3年未満の教師は、学校活動における「負担」や「困難」をそれ以上の教師よりも感じてない、また「健康」にも問題を抱えてないという結果が出た。これは、若い先生が無我夢中で学校活動に取り組んでいることの現れである。また、教師歴16年以上になると「健康」に関わる問題を抱えるようになる結果が出ていることから、この時期は年齢的に40歳代、人生の折り返し地点と認識し、「健康」留意をも認識する必要があると考えられる。7) 8)の小中学校教師における各尺度間の関連性を分析すると、いずれの教師の場合でも学校活動や教師活動に対する負担や遂行困難、そして教師活動の役割について感じている(感じていない)ほど、職場の雰囲気、職場の人間関係をよくないと感じ

ている(感じていない)ほど、心身の健康状態が悪い(よい)ことが明らかになった。また、仕事に対する負担、遂行困難さ、役割等は各々の相関が高いことから、この3要因は教師活動に影響を与えやすいと考えられる。また、このことは1)の校務分掌の結果とも関連していることや4) 5) 6)の分析結果とも関連していると理解できる。9)の内容分析から、小中学校教師の感じる負担内容は、①本来家庭教育で躱なければならぬ細かい指導、②予算会計等の事務作業の負担、③部活に関わる指導、④校外活動の安全面への配慮、⑤総合学習への取り組み、⑥時間外職務への取り組み等であることが明確になった。これらの点について教育行政の対応が求められていると考えられる。次に遂行困難を感じる内容は、①自主研修、能力向上の機会が作れない、②児童生徒の最低限の学習レベルを確保する等であることが明確となった。この背景には教師活動の多忙さがあると推測される。三番目の役割の内容は、①十分な設備や情報なしで仕事しなければならない、②保護者からの過剰な期待や要求をされることが多い等で教師が苦勞していることが明確となった。この内容における①は児童生徒に関する指導上の情報不足を示唆しているものと考えられる。②はモンスターペアレント等の存在が予測される。いずれも教師一人が抱え込まない態勢を学校は考慮する必要がある。四番目の学校の雰囲気の内容は、①人手不

足がある、②学校方針や目標が定まり、校内連携も機能している等であることが明確となった。ここでも教師活動における多忙さが浮上しており、はっきりと人手不足という意識を教師たちは持ちながらも校内連携で各々協力しあう雰囲気が形成されていると考えられる。五番目の人間関係の内容は、①周りと比べて能力不足を自覚しているが、それが理由で人間関係が悪いと自覚しているわけではないということが明らかになった。これは、真面目な教師が多いことや教師集団がよい雰囲気づくりを目指している結果と考えられる。六番目の健康の内容は、①疲れやすい、②病気、身体の状態に若干不安を抱えていること等であることが明確になった。これは、教師活動の多忙さが影響していると考えられるが、精神的な問題を抱えるまでには至っていないと理解できる。

V. まとめ

1. 学校全体の教師活動への「負担」や「困難」は、女性教師が男性教師より高く感じていること
 2. 小中学校教師ともに仕事に対する負担、仕事の遂行に対する困難、学校の役割について感じている（感じていない）ほど、職場の雰囲気、職場の人間関係をよくないと感じている（感じていない）ほど、心身の健康状態が悪い（よい）こと。また、仕事に対する負担、遂行困難さ、役割等の3要因は教師活動に影響を与えやすい因子であること
 3. 小中学校教師ともに、教師活動における家庭内職面の細かい指導、予算会計等の事務作業の負担、部活動に関わる指導、校外活動の安全配慮、総合学習の取り組み、時間外職務への取り組み等が負担と感じていること
 4. 小中学校教師ともに、自主研修、能力向上の機会が作れない、児童生徒の最低限の学習レベルを確保すること等の困難さを感じていること
 5. 小中学校教師ともに、保護者からの期待感や能力以上の仕事をするのが求められている、十分な設備や情報なしで仕事をしなければならないと感じていること
 6. 小中学校ともに、学校活動に人手不足を感じている人が多いこと
 7. 小中学校ともに、周りと比べて、自らの能力不足を感じている人が多いこと
 8. 小中学校ともに、慢性的な疲れを感じている人が多いこと
- これら8点が大多数の教師に共通してみられる内容である。具体的には、3、6、8は教育行政の中で改善する方向性を示し、1、2、5は学校運営の中で、4、7は教師自ら改善されるべき課題と位置づけることが教師の、学校のメンタルヘルス対策につながると考えられる。

最後に

研究目的のところで述べた「イジメによる子どもの自死という痛ましい報道記事に触れるたびに、なぜ教師は、担任は子どもの発するSOSに気付かなかったのか、もう少し注

意していたら防げたのではないかと思うこと
 もしばしばだった。このような教師の気付き
 力や感覚の低下は何処から発生するのかを考
 えた時、教師の学校活動の多忙さが一因して
 いるのではないか？」という仮説が本研究の
 教師のメンタルヘルスを調査するなかで支持
 される結果になった。「学校」という大きな
 社会空間の中で様々な学校活動をおこなうに
 あたっては、教師も一人の人間としての限界
 があることをこの研究結果は示唆している。

VI. 参考文献

- 大野裕 (2002) 「うつ状態のスクリーニングとその転機とし
 ての自殺予防システム構築に関する研究」報告書
 厚生科学研究費補助金障害保健福祉総合研究事業
- 木之下隆夫 (2012) 東三河(教育分野)からの調査結果報
 告とメンタルヘルスケア対策 地域のメンタルヘル
 スケアの実態調査と改善方法の総合的研究 共同研
 究代表浅野俊夫 2012年度 共同研究助成 共同研
 究B
- 木之下隆夫(2013)学校支援のための多視点マップ 始め方・
 使い方 遠見書房
- 木之下隆夫 (2017) 2016年東三河地域における教師のメン
 タルヘルスに関する研究 2011年調査結果報告との
 比較研究 2017 7月 小冊子
- 高木亮・田中宏二 (2003a) 教師の職業ストレスサーに関す

- る研究—教師の職業ストレスサーとバーンアウトの
 関係を中心に 教育心理学研究52、1、165-174
- 高木亮・田中宏二 (2003b) 教師の職業ストレスサーに関
 する研究—校種、性別・年代にもとづいたストレス
 点の比較 日本教育心理学会第45大会資料
- 高木亮 (2004) 教師のストレスサー尺度 ストレススケ
 ールガイドブック 実務出版 269-273
- 教職員のメンタルヘルス対策について(最終まとめ)平成
 25年3月29日 文部科学省HP
- 平成27年度「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に
 関する調査」結果(速報値) 文部科学省HP

VII. 謝 辞

本研究をまとめるにあたって、アンケート
 調査用紙の配布準備、回収後のデータ整理の
 お手伝いをしていただいた臨床ゼミ(2016年
 度卒業生)伊藤仁美さん、河合真璃亜さん、
 二人に大変お世話になったこと、統計的解析
 を快くお引き受けいただいた鎌倉利光教授の
 ご協力を得たこと、教師のメンタルヘルスに
 関するご協力をいただいた市内の公立小中学
 校の教師の方々や教育委員会の皆様に深謝す
 るとともに心理学コースの先生方にご支援を
 頂いたこと、この場をおかりして、感謝いた
 します。

教師のこころの健康調査

A. 先生ご自身についてお尋ねします。あてはまる項目を○で囲んでください。但し、役職名及び、5のその他は、記述してください。

1. 性別 : 男 ・ 女 2. 現在の在籍校 : 小学校 ・ 中学校 3. 役職 : ()

4. 教師歴: 3年未満 ・ 3～5年 ・ 6～10年 ・ 11～15年 ・ 16～20年 ・ 21～25年 ・ 26年以上

5. 公務分掌(複数回答可): 教諭(担任あり・なし)・生活サポート主任・特別支援教育コーディネーター・生徒指導・学年主任・その他: ()

B. 先生ご自身の現在の状況についてお尋ねします。次のⅠ～Ⅵの項目にある各々の質問に最もあてはまるものの数字を○で囲んでください。

全くそう思わない かなりそう思わない 少しそう思う とてもそう思う

I. 次のような仕事をされる際、先生がどの程度の負担を感じられるのかをお尋ねします	1	2	3	4
1)授業妨害者、教室にじっとしてられない等の学習意欲がひどく欠ける児童・生徒に授業で対応することの負担が大きい	1	2	3	4
2)不登校や問題の多い児童・生徒やその保護者との関係維持に努力することの負担が大きい	1	2	3	4
3)しつけ、常盤、生活習慣など本来家庭でなされるべきものを細かく指導することの負担が大きい	1	2	3	4
4)児童・生徒が学校外で起こした問題に対応することの負担が大きい	1	2	3	4
5)教師や学校の側からすれば、一方的と感じるような保護者や地域からの要求や苦情に対応することの負担が大きい	1	2	3	4
6)必要性を感じにくい研修や研究指定を受けることなどで忙しさが増すことへの負担が大きい	1	2	3	4
7)不登校や発達障がい傾向の児童生徒へ関わることの負担が大きい	1	2	3	4
8)予算会計など様々な事務作業や専門外の仕事での細かな役割に応じることの負担が大きい	1	2	3	4
9)教育委員会などの行政上の都合に何かと細かく応じることの負担が大きい	1	2	3	4
10)勤務時間外に部活動の指導を行うことへの負担が大きい	1	2	3	4
11)専門外や苦手な部活動の指導を行うことへの負担が大きい	1	2	3	4
12)部活動の指導を行うことへの負担が大きい	1	2	3	4
13)学校の敷地外で正課・課外活動を行う際に安全などに細かく気配りをする事への負担が大きい	1	2	3	4
14)「総合的な学習の時間」などの活動を企画し、実施する負担が大きい	1	2	3	4
15)勤務時間外に職務に取り組みなければならないことへの負担が大きい	1	2	3	4
II. 先生が次のような仕事をされる際、仕事の遂行にどの程度の困難を感じておられるかをお尋ねします				
1)児童・生徒の学習指導を行う際にコミュニケーションや細やかな指導を充実させることが困難である	1	2	3	4
2)学習指導以外の日常的な児童・生徒とのコミュニケーションを確保することが困難である	1	2	3	4
3)児童・生徒の進級や進学の際に必要な進学を適切に行うことが困難である	1	2	3	4
4)学校現場の様々な期待や課題に対応できるように自主的に研修や能力向上の機会に取り組むことが困難である	1	2	3	4
5)学級や児童会・生徒会などの経営を通して子どもたちにとって居心地のよい集団づくりを行うことが困難である	1	2	3	4
6)家庭や地域と接する機会を設けて、協力しあえるような関係や環境作りを行うことが困難である	1	2	3	4
7)児童・生徒の最低限の学習レベルを確保することが困難である	1	2	3	4
III. 先生の学校での役割について感じておられることを教えてください				
1)自分の能力以上の仕事をすることが求められていると感じることが多い	1	2	3	4
2)職務を果たすのに適切な援助がないことが多い	1	2	3	4
3)十分な設備や情報なしで仕事をしなければならないことが多い	1	2	3	4
4)児童・生徒よりの期待や課題のやりとりをなかで矛盾した要求を受けることが多い	1	2	3	4
5)学校や学年の教育方針について自らの信念や考えとの矛盾を感じる事が多い	1	2	3	4
6)児童・生徒から過剰に期待や要求をされることが多い	1	2	3	4
7)保護者から過剰に期待や要求をされることが多い	1	2	3	4
8)同僚から過剰に期待や要求をされることが多い	1	2	3	4
9)上司(管理職)から過剰に期待や要求をされることが多い	1	2	3	4
10)児童・生徒の立場を優先させるべきか、教師や学校の立場を優先させるべきか迷う時が多い	1	2	3	4
11)自分の苦手な役割を求められることが多い	1	2	3	4
IV. 先生の職場の雰囲気についてお尋ねします				
1)自分の学校や学年では、目標や自分の方針といった「今やるべきこと」がはっきりしている	1	2	3	4
2)自分の学校や学年では、計画したことが能率よくこなすことができ、働きやすい	1	2	3	4
3)自分の学校や学年では、自分のやっていることが、どういったことに役だっているかはっきりしている	1	2	3	4
4)自分の学校や学年では、スクールカウンセラーや他の先生と仕事上の調整や役割分担、連携がうまくいっている	1	2	3	4
5)自分の学校や学年では、仕事や役割・職務分掌の処理をするのに充分な人手がある	1	2	3	4
6)自分の学校や学年では、色々な意見が出て納得のいく決定がなされている	1	2	3	4
V. 先生の職場の人間関係についてお尋ねします				
1)上司や同僚と対立することが多い	1	2	3	4
2)上司や同僚が無責任な行動をすることが多い	1	2	3	4
3)上司や同僚に誤解を受けやすいことが多い	1	2	3	4
4)上司や同僚から責められることが多い	1	2	3	4
5)上司や同僚が自分のことをどう思っているのか気になることが多い	1	2	3	4
6)同僚に劣等感を抱くことが多い	1	2	3	4
7)同僚とうまくコミュニケーションをとれないことが多い	1	2	3	4
8)周りと比べて自分の能力不足を感じる事が多い	1	2	3	4
9)同僚の愚痴や不満を聞いたり、慰めたりしなければならないことが多い	1	2	3	4
10)職場の中で上下関係について、とても気にしなければならないことが多い	1	2	3	4
11)同僚から自分の仕事について干渉されることが多い	1	2	3	4
VI. 先生のごころや身体の健康状態についてお尋ねします (1～8については、最近2週間以上続いている)				
1)疲れているのに眠れない	1	2	3	4
2)体重が急に減ってきた	1	2	3	4
3)何にも興味がわかなくなってきた	1	2	3	4
4)以前は薬にできていたことができなくなった	1	2	3	4
5)疲れやすい	1	2	3	4
6)気分が沈みがちになった	1	2	3	4
7)集中することができなくなった	1	2	3	4
8)自分は価値がないと思う	1	2	3	4
9)病気など、身体の健康状態に不安を抱えている	1	2	3	4
10)こころの健康状態に不安を抱えている	1	2	3	4
11)家族や家庭内のことに不安を抱えている	1	2	3	4

ご協力ありがとうございました