東京学芸大学リポジトリ
Tokyo Gakugei University Repository

中学校教師用ストレッサー尺度の開発と検討

メタデータ	言語: Japanese
	出版者:
	公開日: 2011-06-15
	キーワード (Ja):
	キーワード (En):
	作成者: 森脇, 由梨子, 松田, 修
	メールアドレス:
	所属:
URL	http://hdl.handle.net/2309/108089

東京学芸大学紀要　総合教育科学系Ⅰ　62: 189－196，2011.

中学校教師用ストレッサー尺度の開発と検討

森　脇　由梨子*・松　田　　修**

教育心理学講座

（2010年9月27日受理）

問題と目的

公立学校に勤務する教職員における病気休職者が平成18年は7655人に上り，そのうち約60％の教職員が精神性疾患を原因にしていることがわかった（文部科学省，2007）。精神性疾患者の割合は年々増加しており，教職員の精神的健康が危ぶまれる。さらに，東京都の公立学校教職員の職域専門病院である三楽病院の調べによると，2003年の一年間に精神科の外来を訪れた教職員のうちICD-10に基づきストレスを直接の原因とした適応障害に診断された教職員が約２人に１人の割合にあったことがわかった。2008年の田中による全国の公立中学校教師を対象としたGHQを用いた調査からは，約半数の教師が精神的不調にあるという結果が示された。また，教師が働く上で重要となる教育制度の変化としては，平成18年に教育基本法が，平成19年に教育三法が改正され，それまで努力規定であった学校評価の教育基本法による義務化，特別支援教育の法的位置づけ，教員免許更新制の導入などが行われるようになった。

以上のように教師のメンタルヘルスの低下は現在大きな課題となっており，加えて教師を取り巻く学校環境は近年変化していると考えられる。教師のストレッサー尺度に関する研究には，斉藤（1999），田中，杉江，勝倉（2003）のものなどがあるが，いずれの研究も５年以上前に行われたもので，近年の教育関連法の改正や現在の教育現場の状況を加味していない。

そこで本研究は，現在の教師たちの状況に即した中学校教師用ストレッサー尺度を作成し，教師のストレスの実情と関連する要因について検討し，今後の対策の指針を検討した。なお本研究では，教師個人の健康問題だけでなく，教師という職業が影響を及ぼす学校環境の改善をも実現するための指針を得たいと考えた。

対象と方法

本研究は，管理職には就いていない常勤の公立中学校教師を対象とし，尺度作成に当たり質問票を作成した。質問票は１．フェイスシート，２．ストレス反応項目，３ストレッサー項目で構成された。フェイスシートは性別，現任校所在地，教員歴，現任校勤務年数，週持ちコマ数，役職についているか否か，学級担任をしているか否か，部活動指導をしているか否か，部活動指導している場合の部活動の種類の10項目を設定した。

ストレス反応項目は既存のSRS-18（鈴木，嶋田，三浦　1997）を使用した。ストレッサー項目は斎藤（1999），田中ら（2003）を基に独自に作成したものを使用した。48項目全てが「～（すること）がストレスになっている」という形式をとり，これらに対して「よく当てはまる」「どちらかというと当てはまる」「どちらかというと当てはまらない」「まったく当てはまらない」の４件法で答えるものである。独自に作成した項目は現職の公立中学校教師に内容をみてもらい精選した。これらの項目によって，公立中学校教師が学校内および勤務中にどのようなことをどの程度ストレ

＊　東京学芸大学大学院教育学研究科学校心理専攻臨床心理コース
＊＊　東京学芸大学教育心理学講座臨床心理学分野

スと感じているのかを明らかにすることで，教師が遭遇するストレッサーの構造を明確にすることを目的とした。項目の内容は大きく３つに分かれる。１つ目は，同僚，管理職，生徒等との対人関係に関するものである。２つ目は，指導に関するものである。３つ目は，指導以外の校務や教育制度，職場環境に関するものである。

有効回答者は，48名（男性23名，女性25名），現任校所在地が東京都32名，島根県16名，担任をしている者35名，していない者13名，部活動指導している者38名，していない者10名，運動系の部活動を指導している27名，文化系７名，運動系および文化系２名であった。

ストレッサー尺度の信頼性は，Cronbach の α 係数を算出し検討を行い，妥当性については，ストレッサー尺度合計得点とストレス反応の高さを示す SRS-18の合計得点との相関係数を算出し，ストレスという共通する構成概念により妥当性を検討した。また，属性とストレッサー尺度との関係，ストレッサー尺度の各下位尺度の得点の差，属性と SRS-18との関係，ストレッサー尺度と SRS-18との関係，属性およびストレッサー尺度と SRS-18との関係を検討した。

結果

ストレッサー尺度の内的整合性を確認するため Cronbach の α 係数を算出した結果，尺度全体で0.95という十分な値が得られた（表１）。また，ストレッサー尺度全体得点と SRS-18との相関関係を分析した結果，有意な正の相関関係が認められ，構成概念妥当性が確認された。

ストレッサー尺度は（1）管理職ストレス，（2）同僚ストレス，（3）生徒ストレス，（4）指導ストレス，（5）多忙ストレス，（6）職場環境ストレスの６つの下位尺度にわかれ（表２），下位尺度得点同士の関係を調べるため，分散分析を行い，Tukey の HSD 法により多重比較を行った。その結果，表３および表４より多忙ストレス得点が他の全ての下位尺度得点よりも有意に高いことが認められた。

また，属性およびストレッサー尺度得点によるストレス反応の高さの違いを２要因分散分析により分析した結果，部活動指導をしているか否かとストレッサー尺度全体得点の間で交互作用が認められた（表５，図１）。交互作用が部活動指導をしているか否かと全体得点のどこにあるのかを検討するため，単純主効果検定を行った。その結果，部活動指導

表１．ストレッサー尺度全体の得点分布と信頼性係数

	n	項目数	平均値	SD	α係数
尺度全体	48	48	109.17	22.96	0.95

表３．各下位尺度の平均値および標準偏差

	平均値(SD)					
	管理職ストレス	同僚ストレス	生徒ストレス	指導ストレス	多忙ストレス	職場環境ストレス
下位尺度(n=48)	2.29(0.80)a	2.10(0.66)b	2.26(0.52)c	2.25(0.55)d	2.66(0.78)abcde	2.15(0.56)e

※同じアルファベットの付いた平均値間に有意差あり

表４．下位尺度による１要因分散分析

	平方和	df	平均平方	F	
下位尺度	9.41	5	1.88	8.3	p<.01
得点	66.9	47	1.42		
誤差	53.24	235	0.23		
合計	129.54	287			

※TukeyのHSD法による多重比較の結果，5%水準で管理職=同僚=生徒=指導=外的条件＜多忙となった．

表２．ストレッサー尺度下位尺度

下位尺度	項目
管理職ストレス（α=0.71）	3. 自分に対する管理職の言動や態度がストレスになっている 21. 管理職の学校経営の仕方がストレスになっている 25. 管理職による評価がストレスになっている 33. 管理職との考え方(例．教育観)の違いがストレスになっている
同僚ストレス（α=0.48）	4. 他の教師の仕事ぶりがストレスになっている 11. 苦手な教師がいることがストレスになっている 12. 教師の間で意思の疎通がとれにくいことがストレスとなっている 14. 教師どうしが協力的でないことがストレスになっている 16. 職員室の雰囲気がストレスになっている 19. 教師の間で教育観に違いのあることがストレスになっている 41. 自分に対する同僚教師の言動や態度がストレスになっている
生徒ストレス（α=0.69）	1. 礼儀を知らない生徒と関わることがストレスになっている 5. 心を開いてくれない生徒への対応がストレスになっている 6. 暴力的で威圧的な態度の生徒への対応がストレスになっている 8. 生徒と接する時間が取れないことがストレスになっている 22. 生徒に対して否定的な見方をしてしまうことがストレスになっている 30. 何を考えているのかわからない生徒への対応がストレスになっている 38. 生徒との信頼関係を築くことがストレスになっている 42. 不登校の生徒への対応がストレスになっている
指導ストレス（α=0.79）	2. 学習指導の成果が上がらないことがストレスになってる 10. 総合や道徳の授業を担当することがストレスになっている 18. 部活動指導がストレスになっている 24. 生徒指導に費やす時間が多いことがストレスになっている 26. 特別な支援を必要とする生徒へ指導や対応がストレスになっている 27. 研究授業がストレスになっている 31. 生徒指導に十分な時間を費やせないことがストレスになっている 32. 進路指導がストレスになっている 40. 生徒の問題行動への対応がストレスになっている
多忙ストレス（α=0.84）	9. 学校の中で心の余裕を持てないことがストレスになっている 17. 勤務中，十分な休憩時間をとれないことがストレスになっている 23. 授業の準備に十分な時間を取れないことがストレスになっている 35. 会議に費やす時間が多いことがストレスになっている 43. 持ちコマ数の多さがストレスになっている 46. 事務的な仕事が多いことがストレスになっている 47. 自宅に仕事を持ち込まなければならないことがストレスになっている 48. 予定外の仕事が入ることがストレスになっている
職場環境ストレス（α=0.86）	7. 教員免許更新制の導入がストレスになっている 13. 個人情報の扱い方がストレスになっている 15. 校外研修へ参加しなければらないような雰囲気がストレスになっている 20. 授業参観がストレスになっている 28. 保護者への対応がストレスになっている 29. 学校評価がストレスになっている 34. 地域住民との関わりがストレスになっている 36. 教育方針がコロコロ変わることがストレスになっている 37. 仕事の量に見合う報酬が得られないことがストレスになっている 39. 自分に対する保護者の言動や態度がストレスになっている 44. IT機器の扱いづらさがストレスになっている 45. 学級経営がストレスになっている

表５．部活動指導をしているかおよび全体による２要因分散分析

	平方和	df	平均平方	F	
部活指導	197.87	1	197.87	2.32	n. s.
全体	0.99	1	0.99	0.01	n. s.
交互作用	367.63	1	367.63	4.31	p<.05
誤差	3750.60	44	85.24		
合計	4553.81	47			

をしている者において有意な差が認められ，全体得点が低群（n = 21　M = 16.71　SD = 11.00）よりも高群（n = 17　M = 8.94　SD = 6.55）の方が高かった。同様に，部活動指導をしているか否かと管理職ストレス得点（表６，表７，図２），部活動指導をしているか否かと指導ストレス得点（表８，表９，図３），部活動指導をしているか否かと職場環境ストレス得点（表10，表11，図４）も有意に関連していた。

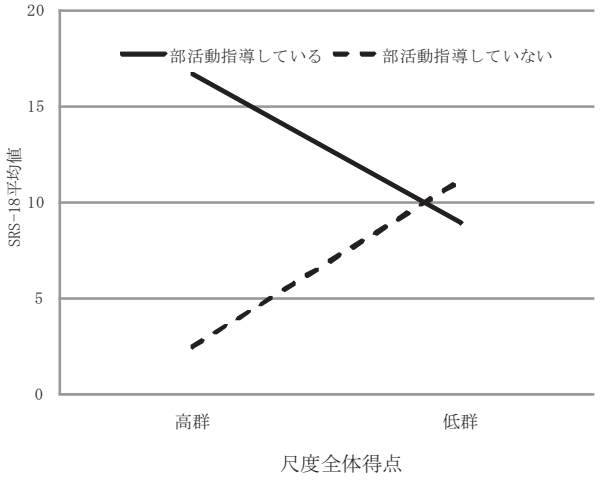

図１．部活動指導しているか否か×尺度全体得点

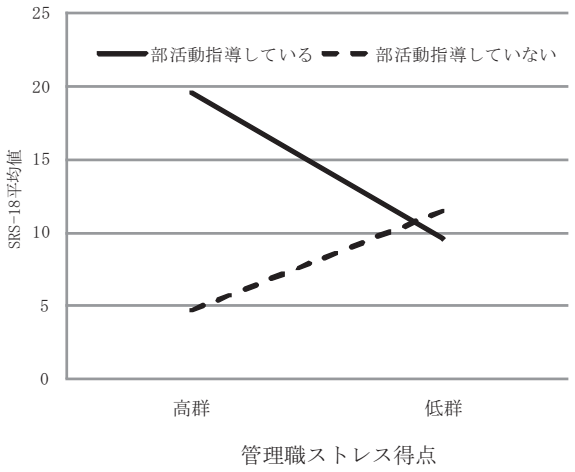

図２．部活動指導しているか否か×管理職ストレス得点

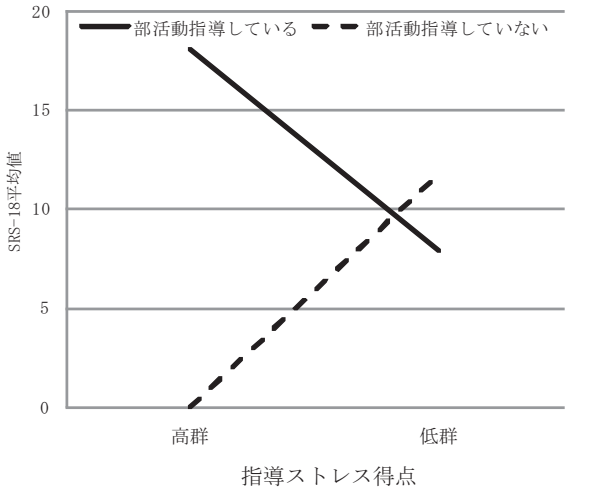

図３．部活動指導しているか否か×指導ストレス得点

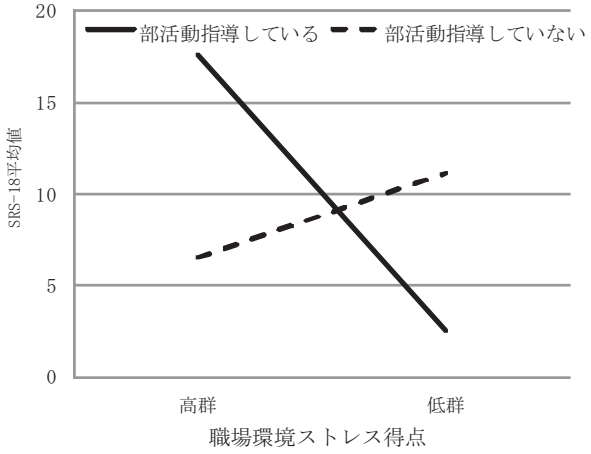

図４．部活動指導しているか否か×職場環境ストレス得点

表６．部活動指導をしているかおよび管理職ストレスによる２要因分散分析の平均と標準偏差

		n	SRS-18平均値(SD)		
部活動指導	管理職ストレス		高群		低群
している		14	19.50(10.68)	3	9.58(7.58)
していない		24	4.67(4.51)	7	11.43(10.23)

表７．部活動指導をしているかおよび管理職ストレスによる２要因分散分析

	平方和	df	平均平方	F	
部活指導	286.26	1	286.26	3.63	n.s.
管理職	16.89	1	16.89	0.21	n.s.
交互作用	472.05	1	472.05	5.98	p<.05
誤差	3471.71	44	78.90		
合計	4553.81	47			

表８．部活動指導をしているかおよび指導ストレスによる２要因分散分析の平均と標準偏差

		n	SRS-18平均値(SD)		
部活動指導	指導ストレス	高群		低群	
している		20	18.05(10.28)	18	7.89(6.35)
していない		2	0.00(-)	8	11.75(8.81)

表９．部活動指導をしているかおよび指導ストレスによる２要因分散分析

	平方和	df	平均平方	F	
部活指導	275.58	1	275.58	3.74	n.s.
指導	3.46	1	3.46	0.05	n.s.
交互作用	657.17	1	657.17	8.93	p<.01
誤差	3238.23	44	73.60		
合計	4553.81	47			

表10．部活動指導をしているかおよび職場環境ストレスによる２要因分散分析の平均と標準偏差

		n	SRS-18平均値(SD)		
部活動指導	職場環境ストレス	高群		低群	
している		23	17.61(9.48)	2	2.50(3.54)
していない		15	6.53(6.45)	8	11.13(9.51)

表11．部活動指導をしているかおよび職場環境ストレスによる２要因分散分析

	平方和	df	平均平方	F	
部活指導	150.46	1	150.46	2.07	n.s.
外的条件	8.17	1	8.17	0.11	n.s.
交互作用	527.93	1	527.93	7.25	p<.05
誤差	3204.59	44	72.83		
合計	4553.81	47			

考察

以上の結果から，教師のメンタルヘルスを維持するためには教師一人当たりの仕事量を軽減することが重要であると思われた。そのためには第一に部活動指導の負担を軽減することが有効的であり，週持ちコマ数や担任業務による負担の検討も必要であることが示唆された。部活動指導の負担を軽減する方法として，指導教員が一人しかいない部活動は指導教員を増やす。教師一人が指導する部活動が２つ以上になる場合は，校外活動や休日活動の多いような負担の多い部活動と少ない部活動とでバランスを考え，どの教師にも同程度の負担が及ぶようにする。新任の教師という理由で負担の大きな部活動の指導を任されるといった事態が生じないよう，同一の学校で働く教師全員が公平に指導の負担を負うといったことが具体的な方法として挙げられる。また，指導する部活動を教師が選択可能にすることで，部活動指導が趣味や特技の生かせる場となり，部活動指導を肯定的に捉える事も可能となるのではないだろうか。しかし，初任者研修など，特定の時期に研修を多く行わなければならないような教師に対しては業務の多さを考慮し，部活動指導の負担を配慮することや，さらなるストレッサーを生じさせないために生徒および保護者への対応に対する十分な配慮も必要であると考える。

本研究は，東京都および島根県内の中学校に勤務する教員を対象とした調査である。教育委員会や教職員組織などを通じて行った大規模な標本調査を行うことができなかった。結果的には著者らと関わりのある教員に対して個別に協力を依頼し，質問票を配布した。本研究はこうした背景によって集められたサンプルを扱っているため，当然様々なバイアスを持ったサンプルとなってしまったことは否めない。対象者数が不十分であったため，より一般的な結果を導き出せていないという可能性を踏まえ，対象者数を増やした再検討の必要がある。また，本研究は現職の教師の意見をも

とに独自に項目を作成し本調査を行ったが，より精密に項目を選択し内容的妥当性を高めるためには，本調査を開始する前段階に予備調査を行う必要性があったと考える。

引用文献

文部科学省：平成18年度　教育職員に係る懲戒処分等の状況について．http://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/19/12/07122018.htm（2007）.

斉藤浩一：中学校教師の心理社会的ストレッサー尺度の開発．カウンセリン研究，32（3）：254-263（1999）

鈴木伸一，嶋田洋徳，三浦正江 他：新しい心理社会的ストレス反応尺度（SRS-18）の開発と信頼性・妥当性の検討．行動医学研究，4：22-29（1997）

田中輝美：中学校教師の精神的健康に関する研究－日本版GHQ 精神的健康調査票を用いて．筑波大学学校教育論集，30：1－6（2008）

田中輝美，杉江征，勝倉孝治：教師用ストレッサー尺度の開発．筑波大学心理学研究，25：141-148（2003）.