

小・中学校教師におけるバーンアウトの現状*

－ 3回の調査を通して－

宮下 敏恵**・森 慶輔***・西村 昭徳****・北島 正人*****

(平成22年9月30日受付；平成22年11月2日受理)

要 旨

本研究の目的は小学校、中学校教師におけるバーンアウトの現状を複数回の調査によって調べることであった。小学校の管理職109名、小学校教諭754名、中学校管理職48名、中学校教諭410名を対象に調査を行った。バーンアウト得点を調べた結果、小学校、中学校の教諭においては、個人的達成感の後退が著しく進んでおり、脱人格化得点もやや高いという結果が得られた。学校現場においてメンタルヘルスの悪化は深刻だといえるだろう。その中でも小学校より中学校の教諭の方がバーンアウト得点は高いという結果がみられた。管理職のバーンアウト得点は教諭の結果よりも低く、メンタルヘルスは保たれていることが示された。バーンアウトの低減に向けて、管理職がサポート源となりうることが示されたといえる。

KEY WORDS

バーンアウト burnout 教師 teacher 小学校 elementary school 中学校 junior high school
管理職 principal and head teacher

目 的

文部科学省（2009）によれば、全国の公立の小、中、高校の教職員の休職者は、平成20年度は8,578人であり、そのうち精神性疾患による休職者は5,400人にのぼるとされている。病気休職者の63%が精神性疾患による休職者であり、過去最大の人数となっている。精神性疾患による休職者は15年連続で増加しているのである。保坂（2010）が述べているように、マスコミ報道では「精神性疾患による休職者5,400人が注目されて」いるが、「それ以外の病気休職者も含めて考えるべき」である。文部科学省の集計結果は1年以上休職している教職員の人数だけであるが、「1年以上の病気休職者に加えて、最大で六ヶ月以内の病気（療養）休暇をとっている」教職員もいるのである。病気休暇を取得している教職員の数は、1年以上の休職者の数よりもかなり多いことが考えられ、メンタルヘルスの悪化は深刻な状態であるといえるだろう。メンタルヘルス対策だけに焦点をあてたものではないが、新潟県においても、教職員の多忙化を解消する対策として、「子どもたちと向き合う時間の確保のために一多忙化解消アクションプラン（新潟日報、2010）」を掲げ、取り組み始めている。会議の精選、職員室の心とむす雰囲気作り、勤務時間の管理などの項目をあげている。教師の多忙化解消は緊急の課題であり、複雑な問題を呈する子どもや保護者との対応をはじめ、多様化する事務仕事や他機関との連携など、益々多忙を極める学校現場において、教師のメンタルヘルス悪化をどう防ぐかは重要な問題だと考えられる。

教師のメンタルヘルスの悪化については、様々な研究でその実態が述べられている。メンタルヘルスについては、特にバーンアウト（燃え尽き）に注目した研究が行われており、他の職種と比較しても、教師のメンタルヘルスの悪化については多くの研究が一致して深刻な状況であると述べている（伊藤、2000；田村・石隈、2001；平岡、2003）。

教師のバーンアウトについては、近年研究が蓄積されつつあるが、多忙な教師を対象に研究を行うことはなかなか難しいといえる。油布（1995）が「教師の多忙による調査研究の困難さ」と述べているように、教師のメンタルヘルスの現状を明らかにする上で、調査自体が行いにくいという点が考えられ、また多忙な現場で調査に答えていない教師が多いという可能性も考えられる。教師を対象としたバーンアウト研究においては、調査用紙の回収率は低いことが多く、30－50%がほとんどである（鈴木、1992；伊藤、2000；松井・野口、2006）。教師のバーンアウトの実態を明らかにし、メンタルヘルスの現状を明確にするには、幅広い教師の回答を得ることが重要ではないだろうか。

厚生労働省（2010）は「職場におけるメンタルヘルス対策検討会」の報告書を取りまとめ、一般定期健康診断に併

* 本研究は科学研究費基盤研究C（研究代表者：宮下敏恵）による助成を受けた。

臨床・健康教育学系 *群馬医療福祉大学 ****群馬パース大学 *****秋田大学

せて、ストレスに関連する症状・不調を医師が確認するなど、メンタルヘルス対策への取り組みについて具体的な提言を行っており、2020年までに、メンタルヘルスに関する措置を受けられる職場を100%にする目標設定を行っている。このように一般労働者に対するメンタルヘルス対策は進んでいるが、学校現場における教師のメンタルヘルス対策はまだまだ遅れているといえるだろう。教師に関するバーンアウト研究の基礎研究は多くなされるようになっていくが、介入についての研究や予防的側面の研究はまだまだ数えるばかりである（鎌倉, 2001; 曾山・本間, 2006; 三沢・犬塚, 2007）。介入を行うためには縦断的研究を行い、年間を通じてどのようにバーンアウト得点が変わるのかを明らかにする必要があるだろう。ほとんどの研究は1時点のみの調査研究であり、どのようにバーンアウト得点が変わるのか、あるいは変化しないのかなどについては明らかにされていない。複数回の調査を行うことで、介入に向けての示唆を得る必要があるといえる。

教師のバーンアウト低減のためには、校長をはじめとする管理職からのサポートが重要である（迫田・田中・淵上, 2004, 宮下, 2008）ことが指摘されているが、管理職のメンタルヘルスの実態についてはほとんど指摘した論文は見られない。重要なサポート源とされる管理職のメンタルヘルスは学校全体において大きな影響を及ぼすといえ、管理職のメンタルヘルスの実態を明らかにすることは重要な問題だといえる。

そこで本研究では、教師のメンタルヘルスの現状をより明確にするために、バーンアウトに焦点をあて、調査・回収方法を工夫することで、調査対象者を幅広く求める。また、今後のバーンアウト低減に向けての介入方法への指針や予防への示唆を得るために、複数回調査を行い、バーンアウトの変化を検討することを目的とする。さらには、教諭職だけでなく、管理職のバーンアウトの実態を明確にし、メンタルヘルスの現状を明らかにすることを目的とする。

方 法

調査協力者

調査協力者は、A県のB市内の全国公立小学校、中学校の管理職（157名）及び教諭職（1,164名）であった。内訳は、小学校の管理職（校長, 教頭）109名, 小学校教諭754名, 中学校管理職（校長, 教頭）48名, 中学校教諭410名であった。

調査の結果、第1回目の調査である1学期においては、小学校管理職97名（回収率88.99%）、小学校教諭603名（回収率79.97%）、中学校管理職40名（回収率83.33%）、中学校教諭336名（回収率81.95%）であった。第2回目の調査である2学期においては、小学校管理職96名（回収率88.07%）、小学校教諭583名（回収率77.32%）、中学校管理職43名（回収率89.58%）、中学校教諭344名（回収率83.90%）であった。第3回目の調査である3学期においては、小学校管理職95名（回収率87.16%）、小学校教諭614名（回収率81.43%）、中学校管理職43名（回収率89.58%）、中学校教諭338名（回収率82.44%）であった。

調査時期

調査時期は、第1回目の調査は2008年6月、第2回目の調査は2008年10月、第3回目の2009年2月であった。

調査方法

調査方法としては、学校現場の実情に造詣が深く、地域の教育相談の中心となっているB市の教育センターの教育相談部長に調査の趣旨を説明し、現職教諭が調査に回答しやすい方法や時期についてアドバイスを受けた。その後、B市の小・中学校の校長会長に調査の趣旨を説明し、さらには、小学校校長会、中学校校長会それぞれにおいて、研究の趣旨と目的を説明し、理解と協力を得た。そして調査を依頼し、各校で一定期間留め置いた後、学校単位で回収した。データの利用は必ず研究だけに限られることを調査用紙に明示し、回収に際しては、あらかじめ用意した封筒に回答者自身に封入してもらい、糊付けをして所定の場所に集約してもらった。これにより秘匿性の保障は徹底された。

調査内容

性別や年齢、職種などの記入を求めるフェイスシートのほか、教師用バーンアウト尺度として、Maslach & Jackson (1981) によるMBI (Maslach Burnout Inventory) を元に久保 (1998) が作成した日本語版バーンアウト尺度を、一部学校現場に適応するように語句を修正して用いた。情緒的消耗感、個人的達成感の後退、脱人格化の3因子であり、17項目、4件法の尺度である。尺度項目はTable 1に示したとおりである。情緒的消耗感は、身体的にも精神的にも疲れ果て、仕事に対して力尽きたという消耗感を表している。個人的達成感の後退は、仕事にやりがいを感じなくなり、仕事に喜びを感じなくなった状態を表している。脱人格化は、児童生徒や保護者、同僚の顔も見るのが嫌になり、仕事の結果をどうでもいいと思うようになり、人相手の仕事であるが、機械的に対応するような状態を指している。

田尾・久保（1996）の研究では5件法を用いているが、本研究では中心化傾向を避けるために、森（2007）、宮下（2009）の研究と同様4件法を用いることとした。

なお、本調査には同時に別の複数の尺度への記入も求めている。

Table 1 バーンアウト尺度の項目

項 目
情緒的消耗感
1 こんな仕事もう辞めたい、と思ったこと
7 1日の仕事を終え、「やっと終わった」と感じたこと
8 出勤するのがイヤになって、家にいたいと思ったこと
12 仕事のために心の余裕がなくなったと感じたこと
16 身体的にも、精神的にも疲れ果てたと思ったこと
個人的達成感の後退
2 我を忘れるほど仕事に熱中したこと*
4 この仕事は自分の性格にあっていると思ったこと*
9 仕事を終えて、今日はいい日だったと思ったこと*
13 今の仕事に心から喜びを感じたこと*
15 仕事楽しくて、時間が過ぎるのに気づかなかったこと*
17 我ながら仕事がうまくいったと思ったこと*
脱人格化
3 こまごまとした気配りをするのが面倒に感じられたこと
5 同僚、児童生徒や保護者の顔を見るのがイヤになったこと
6 仕事がつまらなく思えて、仕方がなかったこと
10 同僚、児童生徒や保護者と何も話したくないと思ったこと
11 仕事の結果なんてどうでもいいと思ったこと
14 今の仕事は自分にとってあまり意味がないと思ったこと

*は逆転項目

結 果

バーンアウト得点による健康度の分類

教師のバーンアウトの現状を明らかにするために、田尾・久保（1996）の判断基準を参考に分類を行った。田尾・久保（1996）は、看護師976名を対象に行った調査をもとに、バーンアウトの得点を5段階の健康度に分類している。看護師全体の中での相対的位置を推定したもので、まだ大丈夫（40%以下）、平均的（40-60%）、注意（60-80%）、要注意（80-95%）、危険（95%以上）の5段階である。なお、田尾・久保（1996）の調査は5件法で行っているため、本研究の4件法の調査に対応するように換算した。各調査時における小学校、中学校のそれぞれの教諭、それぞれの管理職ごとに分類をおこなった。小学校の男性教諭の結果をTable 2に、小学校の女性教諭の結果をTable 3に、中学校男性教諭の結果をTable 4に、中学校女性教諭の結果をTable 5に示した。性別が不明な者は分析から除外した。また、小学校の校長の結果をTable 6に、小学校教頭の結果をTable 7に、中学校校長の結果をTable 8に、中学校教頭の結果をTable 9に示した。

Table 2 小学校男性教諭におけるバーンアウト得点の判定

	情緒的消耗感			個人的達成感の後退			脱人格化		
	1学期	2学期	3学期	1学期	2学期	3学期	1学期	2学期	3学期
大丈夫(40%以下)	126(68.5%)	121(66.9%)	135(71.4%)	32(17.4%)	21(11.6%)	27(14.3%)	76(41.3%)	72(39.8%)	69(36.5%)
平均的(40-60%)	29(15.7%)	30(16.6%)	20(10.6%)	27(14.7%)	25(13.8%)	27(14.3%)	54(29.3%)	55(30.4%)	64(33.9%)
注 意(60-80%)	15(8.2%)	19(10.5%)	19(10.1%)	69(37.5%)	70(38.7%)	71(37.6%)	28(15.2%)	33(18.2%)	27(14.7%)
要注意(80-95%)	9(4.9%)	6(3.3%)	6(3.2%)	32(17.4%)	37(20.4%)	34(18.0%)	17(9.2%)	13(7.2%)	16(8.5%)
危 険(95%以上)	5(2.7%)	5(2.8%)	9(4.8%)	24(13.0%)	28(15.5%)	30(15.9%)	9(4.9%)	8(4.4%)	13(6.9%)

Table 3 小学校女性教諭におけるバーンアウト得点の判定

	情緒的消耗感			個人的達成感の後退			脱人格化		
	1学期	2学期	3学期	1学期	2学期	3学期	1学期	2学期	3学期
大丈夫(40%以下)	221(53.3%)	207(53.4%)	264(63.5%)	43(10.4%)	42(10.8%)	37(8.9%)	188(45.3%)	165(42.5%)	191(45.9%)
平均的(40-60%)	80(19.3%)	89(22.9%)	64(15.4%)	58(14.0%)	44(11.3%)	49(11.8%)	126(30.4%)	127(32.7%)	121(29.1%)
注意(60-80%)	59(14.2%)	46(11.9%)	45(10.8%)	152(36.6%)	144(37.1%)	150(36.1%)	55(13.3%)	47(12.1%)	59(14.2%)
要注意(80-95%)	32(7.7%)	32(8.2%)	30(7.2%)	97(23.4%)	89(22.9%)	96(23.1%)	35(8.4%)	36(9.3%)	30(7.2%)
危険(95%以上)	23(5.5%)	14(3.6%)	13(3.1%)	65(15.7%)	69(17.8%)	84(20.2%)	11(2.7%)	13(3.4%)	15(3.6%)

Table 4 中学校男性教諭におけるバーンアウト得点の判定

	情緒的消耗感			個人的達成感の後退			脱人格化		
	1学期	2学期	3学期	1学期	2学期	3学期	1学期	2学期	3学期
大丈夫(40%以下)	96(49.2%)	124(63.9%)	131(68.2%)	29(14.9%)	19(9.8%)	17(8.9%)	52(26.7%)	64(32.9%)	65(33.9%)
平均的(40-60%)	45(23.1%)	22(11.3%)	26(13.5%)	23(11.8%)	21(10.8%)	18(9.4%)	77(39.5%)	65(33.5%)	60(31.3%)
注意(60-80%)	23(11.8%)	18(9.3%)	14(7.3%)	69(35.4%)	79(40.7%)	64(33.3%)	26(13.3%)	29(14.9%)	35(18.2%)
要注意(80-95%)	18(9.2%)	16(8.2%)	14(7.3%)	38(19.5%)	46(23.7%)	51(26.6%)	21(10.8%)	17(8.8%)	16(8.3%)
危険(95%以上)	13(6.7%)	14(7.2%)	7(3.6%)	36(18.5%)	29(14.9%)	42(21.9%)	19(9.7%)	19(9.8%)	16(8.3%)

Table 5 中学校女性教諭におけるバーンアウト得点の判定

	情緒的消耗感			個人的達成感の後退			脱人格化		
	1学期	2学期	3学期	1学期	2学期	3学期	1学期	2学期	3学期
大丈夫(40%以下)	79(56.4%)	75(52.4%)	91(64.1%)	18(12.9%)	12(8.4%)	8(5.6%)	54(38.6%)	58(40.6%)	67(47.2%)
平均的(40-60%)	16(11.4%)	26(18.2%)	18(12.7%)	19(13.6%)	12(8.4%)	16(11.3%)	41(29.3%)	41(28.7%)	36(25.4%)
注意(60-80%)	13(9.3%)	19(13.3%)	12(8.5%)	38(27.1%)	39(27.3%)	43(30.3%)	19(13.6%)	26(18.2%)	20(14.1%)
要注意(80-95%)	16(11.4%)	8(5.6%)	13(9.2%)	26(18.6%)	38(26.6%)	34(23.9%)	14(10.0%)	6(4.2%)	11(7.7%)
危険(95%以上)	16(11.4%)	15(10.5%)	8(5.6%)	39(27.9%)	42(29.4%)	41(28.9%)	12(8.6%)	12(8.4%)	8(5.6%)

Table 6 小学校校長におけるバーンアウト得点の判定

	情緒的消耗感			個人的達成感の後退			脱人格化		
	1学期	2学期	3学期	1学期	2学期	3学期	1学期	2学期	3学期
大丈夫(40%以下)	38(84.4%)	43(89.6%)	42(85.7%)	7(15.6%)	12(25.0%)	12(24.5%)	26(57.8%)	35(72.9%)	36(73.5%)
平均的(40-60%)	6(13.3%)	3(6.3%)	6(12.2%)	7(15.6%)	2(4.2%)	2(4.1%)	17(37.8%)	10(20.8%)	6(12.2%)
注意(60-80%)	0(0.0%)	2(4.2%)	1(2.0%)	17(37.8%)	17(35.4%)	19(38.8%)	1(2.2%)	0(0.0%)	4(8.2%)
要注意(80-95%)	0(0.0%)	0(0.0%)	0(0.0%)	9(20.0%)	9(18.8%)	11(22.4%)	0(0.0%)	1(2.1%)	1(2.0%)
危険(95%以上)	1(2.2%)	0(0.0%)	0(0.0%)	5(11.1%)	8(16.7%)	5(10.2%)	1(2.2%)	2(4.2%)	2(4.1%)

Table 7 小学校教頭におけるバーンアウト得点の判定

	情緒的消耗感			個人的達成感の後退			脱人格化		
	1学期	2学期	3学期	1学期	2学期	3学期	1学期	2学期	3学期
大丈夫(40%以下)	36(69.2%)	34(70.8%)	37(80.4%)	3(5.8%)	1(2.1%)	4(8.7%)	23(44.2%)	23(47.9%)	21(45.7%)
平均的(40-60%)	6(11.5%)	6(12.5%)	8(17.4%)	6(11.5%)	8(16.7%)	5(10.9%)	11(21.2%)	11(22.9%)	14(30.4%)
注意(60-80%)	4(7.7%)	5(10.4%)	0(0.0%)	21(40.4%)	17(35.4%)	13(28.3%)	11(21.2%)	9(18.8%)	8(17.4%)
要注意(80-95%)	4(7.7%)	2(4.2%)	0(0.0%)	12(23.1%)	15(31.3%)	14(30.4%)	6(21.2%)	2(4.2%)	1(2.2%)
危険(95%以上)	2(3.8%)	1(2.1%)	1(2.2%)	10(19.2%)	7(14.6%)	10(21.7%)	1(1.9%)	3(6.3%)	2(4.3%)

の結果よりはかなり低いものの、教諭職の結果とほぼ同様であった。

中学校管理職の結果についてであるが、まず校長の結果として、情緒的消耗感は全員が「大丈夫」か「平均」に属していた。個人的達成感に関しては、7割の者が「注意」以上に属するという結果であり、小学校の校長と同様の結果であった。脱人格化に関しては、9割以上が「大丈夫」か「平均」であり、小学校の校長と同様に健康度は保たれているといえる。次に、中学校教頭の結果であるが、情緒的消耗感は、8割から9割以上が「大丈夫」か「平均」に属し、小学校と同様、校長の結果よりも低いものの、教諭職の結果よりは健康度が高いという結果である。個人的達成感については、6割から7割が「注意」以上に属するという結果であり、小学校の結果と異なり、中学校教頭の個人的達成感はこちらかというやや高い数値であり、保たれているといえる。中学校の教諭職の結果よりもやや健康度は高い数値である。脱人格化については、9割以上が「大丈夫」か「平均」であるが、3学期において、やや悪化している。

管理職の結果は、教諭職と比較すると健康度はかなり保たれているが、個人的達成感はやや低いという結果がみられた。また校長と比較して教頭の結果は、やや健康度が低いという結果であった。

次に、学校種や性差の違いを検討するために、バーンアウト尺度の3因子それぞれにおいて、校種（小学校・中学校）×性別（男性・女性）の2要因の分散分析を行った。管理職については、女性が少ないことから、校種（小学校・中学校）×職種（校長・教頭）の2要因の分散分析を行った。3回の調査それぞれにおいて分析を行った。まず、教諭職の結果であるが、1回目の調査である1学期の情緒的消耗感において、2要因の分散分析を行ったところ、校種の主効果がみられた（ $F(1,930)=4.14, p<.05$ ）。中学校教諭の方が情緒的消耗感は高いという結果であった。また、性別についても主効果がみられ（ $F(1,930)=11.60, p<.01$ ）、女性の方が情緒的消耗感は高いという結果がみられた。この結果はFigure 1に示した。1学期の個人的達成感の後退において、同様に2要因の分散分析を行ったところ、校種において主効果がみられた（ $F(1,930)=8.62, p<.01$ ）。小学校に比べて中学校教諭の方が個人的達成感が後退しているという結果であった。また性別の主効果がみられ（ $F(1,930)=3.98, p<.05$ ）、女性の方が個人的達成感が後退しているという結果がみられた。脱人格化においても分散分析を行った結果、校種において主効果がみられた（ $F(1,930)=15.26, p<.01$ ）。中学校教諭の方が、小学校よりも脱人格化が高いという結果であった。また性別の主効果において男性の方が高いという有意傾向がみられた（ $F(1,930)=3.59, p<.10$ ）。2回目の調査である2学期の結果であるが、情緒的消耗感において、性別の主効果がみられ（ $F(1,902)=5.48, p<.05$ ）、女性の方が高いという結果であった。校種の主効果に有意傾向がみられ、中学校の方が高いという結果であった（ $F(1,902)=2.95, p<.10$ ）。個人的達成感の後退において、同様に2要因の分散分析を行ったところ、校種の主効果がみられた（ $F(1,902)=5.16, p<.05$ ）。中学校の方が個人的達成感が後退しているという結果であった。また、性別の主効果がみられ（ $F(1,902)=4.09, p<.05$ ）、女性の方が個人的達成感が後退しているという結果がみられた。脱人格化においても、同様に2要因の分散分析を行ったところ、校種において主効果がみられ（ $F(1,902)=4.92, p<.05$ ）、中学校教諭の方が脱人格化が高いという結果であった。次に、3回目の調査である3学期の結果であるが、情緒的消耗感においては有意な差はみられなかった。個人的達成感の後退において、2要因の分散分析を行ったところ

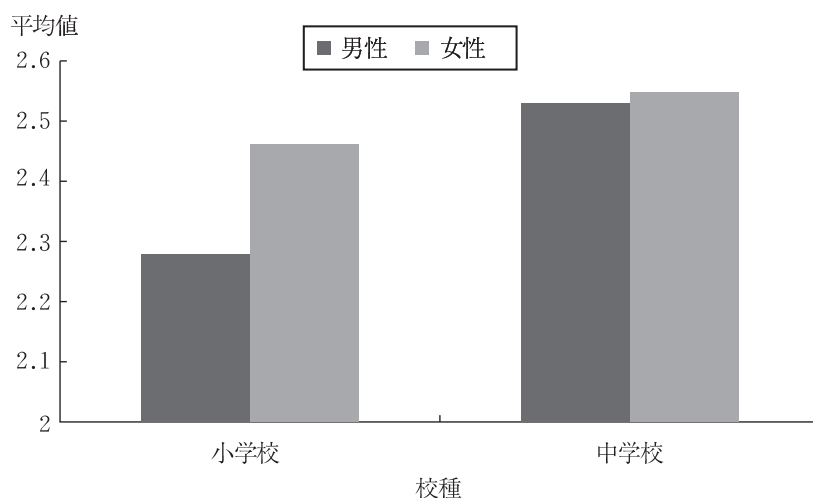


Figure 1 1学期における情緒的消耗感の結果（教諭職）

ろ、校種の主効果がみられた ($F(1,935)=13.86, p<.01$)。中学校教諭の方が、個人的達成感が後退しているという結果であった。また性別の主効果がみられ ($F(1,935)=4.88, p<.05$)、女性の方が個人的達成感が後退しているという結果がみられた。次に脱人格化において、同様に分散分析を行ったところ、性別の主効果がみられ ($F(1,935)=7.12, p<.01$)、男性の方が脱人格化が高いという結果が得られた。

管理職において、3回の調査それぞれにおいて、校種(小学校・中学校)×職種(校長・教頭)の2要因の分散分析を行った。1回目の調査である1学期において、まず情緒的消耗感では、職種の主効果がみられた ($F(1,132)=8.36, p<.01$)。校長に比べて教頭の方が情緒的消耗感が高いという結果であった。校種の主効果において有意傾向がみられ ($F(1,132)=3.54, p<.10$)、小学校の方が中学校よりも高いという結果がみられた。次に個人的達成感の後退において、同様に2要因の分散分析を行ったところ、交互作用に有意傾向がみられ ($F(1,132)=3.31, p<.10$)、小学校において教頭が校長よりも個人的達成感が後退しているという結果であった。この結果はFigure 2に示

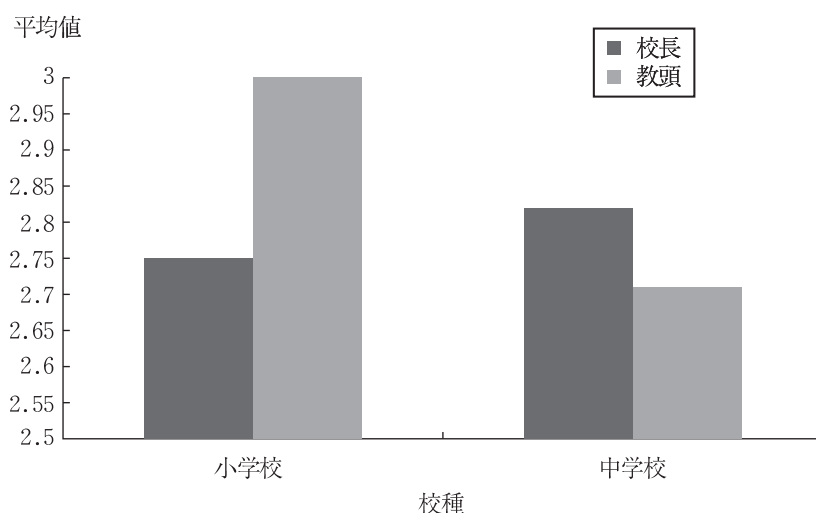


Figure 2 1学期における情緒的消耗感の結果(管理職)

した。脱人格化において、同様に分散分析を行ったところ、校種の主効果がみられ ($F(1,132)=5.08, p<.05$)、小学校の方が中学校より脱人格化が高いという結果であった。職種の主効果において有意傾向がみられ ($F(1,132)=4.08, p<.10$)、教頭の方が校長よりも脱人格化が高いという結果がみられた。2回目の調査である2学期の結果であるが、まず情緒的消耗感において、同様に2要因の分散分析を行ったところ、職種において主効果がみられ、教頭の方が校長よりも情緒的消耗感が高いという有意差がみられた ($F(1,129)=7.63, p<.01$)。個人的達成感の後退においては有意な差はみられなかった。次に脱人格化において、2要因の分散分析を行ったところ、職種において主効果がみられ ($F(1,129)=6.23, p<.05$)、教頭の方が校長よりも脱人格化が高いという結果であった。3回目の調査である3学期の結果であるが、まず情緒的消耗感において、同様に2要因の分散分析を行ったところ、職種において主効果がみられた ($F(1,129)=12.30, p<.01$)。教頭の方が校長よりも情緒的消耗感が高いという結果であった。個人的達成感の後退においても同様に分散分析を行ったところ、交互作用に有意傾向がみられ ($F(1,129)=3.21, p<.10$)、小学校においては教頭が校長よりも個人的達成感の後退得点が高いという結果がみられた。また脱人格化においても分散分析を行ったところ、職種の主効果がみられ ($F(1,129)=6.53, p<.05$)、教頭の方が校長よりも脱人格化が高いという結果がみられた。

考 察

まず、調査方法や調査時期についてアドバイスを受け、綿密に学校現場に理解と協力を求めたことから、回収率は80~90%となり、幅広い対象者から調査協力を得ることができ、本研究では多忙な学校現場の現状を明らかにすることができたといえるだろう。

バーンアウトの現状であるが、教諭職の結果からみていく。小学校、中学校ともに、情緒的消耗感はそれほど高くないが、個人的達成感がかなり後退しているという結果であった。脱人格化に関しては、「注意」以上の得点に属

する者はそれほど多くはないが、「危険」に属する割合は男女ともに中学校では高い。中学校教師を対象とした伊藤（2000）の研究や小学校、中学校それぞれを対象にした貝川（2009）の研究の結果と本研究の結果を比較する。まず小学校教諭の結果として、貝川（2009）の研究と比較すると、情緒的消耗感の健康度は保たれているが、個人的達成感の後退は著しく、脱人格化の健康度もかなり危険な状態だといえる。小学校の教諭においては、本研究のように幅広い対象者に調査を行ったところ、他の研究に比べ、バーンアウトの得点は高いという結果がみられ、メンタルヘルスが深刻な状態にあるといえるだろう。中学校教諭の結果を伊藤（2000）、貝川（2009）と比較する。伊藤（2000）に比べ、個人的達成感の後退はかなり進んでおり、情緒的消耗感も高い。脱人格化については若干数値は低いものの、「危険」に入っている割合は高く、必ずしも良好とはいえない。貝川（2009）の研究と比較すると、情緒的消耗感は低い、個人的達成感はかなり後退しており、脱人格化もかなり高い得点に多くの人が属している。このように中学校においても、他の研究と比較して、バーンアウト得点は高いという結果がみられ、現状としてはメンタルヘルスの悪化はかなり進んでいるといえるだろう。本研究では、幅広い対象者に調査を行うことによって、小、中学校ともに教諭職のバーンアウトは高い得点を示す結果が得られた。特に本研究では個人的達成感の後退が著しく、やりがいを見失い、仕事に達成感を感じなくなっている現状が浮き彫りとなった。また脱人格化の得点も高く、職場の同僚をはじめ、児童、生徒、保護者に対して、機械的な、紋切り型の対応を行ってしまう状態の者が多いという結果である。人相手の仕事としては、本来はあってはならない対応であり、小、中学校ともに教諭職のメンタルヘルスは危機的状況にあると考えられる。

学校種と性別を比較した結果であるが、小学校もバーンアウトは高い得点を示していたが、さらに中学校はより高いという有意差がみられた。情緒的消耗感、個人的達成感、脱人格化ともに、中学校教諭は小学校よりも高い得点を示していた。この結果から、中学校現場のより深刻な現状が明らかになったといえるだろう。また、女性の方が男性よりも情緒的消耗感が高く、個人的達成感が後退しているという結果がみられた。男性は女性よりも脱人格化が進んでいるという結果が得られた。女性は様々な仕事に消耗し、疲れ果て、やりがいを感じなくなっていると考えられる。情緒的消耗感とバーンアウトの中心となる核であり、バーンアウトがより進行しないためにも情緒的消耗感を少しでも減少させることが重要だといえる。脱人格化が高い男性の場合は、職場内の同僚や児童、生徒、保護者などの人間関係に問題を感じ、回避したり、拒否したりする対応になっていると考えられる。伊藤（2000）が「同僚とのチームワークが求められる教師にとってはかなり深刻な問題をほらんだ症状」と述べているように、男性の脱人格化の高さは、チームでの対応が益々求められる昨今の学校現場においては、危険なシグナルといえるだろう。

次に、管理職の結果であるが、小学校、中学校ともに、教諭職の結果と比べて、バーンアウト得点は低く、メンタルヘルスは保たれているといえる。管理職のバーンアウトの現状について検討した研究は見あたらず、比較検討はできないが、個人的達成感の後退得点はやや高いものの、情緒的消耗感、脱人格化得点は教諭職の結果よりもかなり低いという結果が得られた。教諭職の重要なサポート源となるべき管理職のバーンアウト得点が低く、メンタルヘルスが維持されていることは、今後のバーンアウトの介入や予防の研究に向けて、重要な点だといえる。ただ、校長よりは教頭のバーンアウト得点はやや高いこと、また特に小学校の教頭のバーンアウト得点が高いという結果が得られた。教諭職の得点よりは良好な数値ではあるが、中学校における各学年主任のように教頭を支える職が小学校の場合は少ないこと、また女性が多い職場であり、管理職は男性が多いため、対応が難しいこと、などの理由が考えられる。いずれにしても、小学校の教頭へのサポートが必要だといえる。

バーンアウトの介入や予防に向けて、複数回調査を行った違いを検討する。小学校、中学校、また教諭職、管理職ともに総じて同様の結果がみられ、年間を通して大きな変化はみられなかった。ただ中学校の教諭において、個人的達成感の後退は2学期、3学期と「注意」以上に属する者がやや多くなるという結果がみられた。介入を行う際には、個人的達成感の後退をどう食い止めるかがポイントとなるだろう。1学期が終わり、2学期が始まる前の夏休みに介入し、2学期に向けてのやりがいを高め、気分をリフレッシュさせることが重要だと考えられる。

本研究においては、小学校、中学校ともにバーンアウト得点は高く、教諭職のメンタルヘルスは深刻な状態にあるという現状を明らかにすることができた。ただし、本研究は1つの市での結果であり、より幅広い地域での研究が必要だといえる。また、バーンアウト得点が高い人はどのように年間を通して変化するのかについてもさらに検討することが必要である。深刻な現状を踏まえて、どのようにバーンアウトを低減する介入を行うか、また予防をどのように行うかなど、今後さらに検討することが重要である。

謝 辞

大変お忙しい中、複数回にわたる本調査にご協力いただいた小・中学校の先生に心よりお礼申し上げます。調査に際して、上越市立教育センター教育相談部長の山岸 宏先生には、貴重なアドバイスをしていただき、大変お世話になりました。心より感謝申し上げます。また調査の配布、回収にご尽力いただいた当時の上越市小学校校長会長の内藤 守先生、上越市中学校校長会長の笠原文臣先生に心よりお礼申し上げます。

引用文献

- 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.
- 鎌倉克仁 (2001). 教員のメンタルヘルスにおけるフォーカシングの有効性について—3つの事例を通して— 教育実践研究 : 信州大学教育学部附属教育実践総合センター紀要, 2, 13-22.
- 久保真人 (1998). 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, pp.62-86.
- 平岡永子 (2003). 教師バーンアウトモデルの一考察(2) 関西学院大学教育学科研究年報, 29, 23-31.
- 保坂 亨 (2010). 教員のメンタルヘルスは危険水域—実態調査から浮き彫りになった問題— 月刊生徒指導, 40(7), 6-11.
- 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・教育観タイプに注目して— 教育心理学研究, 48, 12-20.
- 厚生労働省 (2010). 「職場におけるメンタルヘルス対策委員会」の報告書取りまとめ 厚生労働省報道発表 (2010年9月7日) <http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r985200000q72m.html> (2010年9月28日)
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2, 99-113.
- 松井 仁・野口富美子 (2006). 教師のバーンアウトと諸要因—ストレス、効力感、対処行動をめぐって— 京都教育大学紀要, 108, 9-17.
- 三沢元彦・犬塚文雄 (2007). 教師のバーンアウト傾向軽減プログラムの開発研究—認知療法 (5つのコラム法) を手がかりとして 横浜国立大学教育相談・支援総合センター研究論集, 7, 163-185.
- 宮下敏恵 (2008). 小・中学校教師におけるバーンアウト傾向とソーシャル・サポートとの関連 上越教育大学研究紀要, 27, 97-105.
- 宮下敏恵 (2009). 保育士におけるバーンアウト傾向に及ぼす要因の検討 上越教育大学研究紀要, 28, 177-186.
- 文部科学省 (2009). 平成20年度 教育職員に係る懲戒処分等の状況について 文部科学省報道発表 (2009年12月25日) http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/jinji/1288132.htm (2010年9月28日)
- 森 慶輔 (2007). 公立中学校教員のバーンアウト・プロセスモデルの検討 昭和女子大学大学院生活機構研究科紀要, 16, 61-72.
- 新潟日報 (2010). 児童・生徒との時間確保へ 県教委初の行動計画 7月23日朝刊 (総合 12版)
- 迫田裕子・田中宏二・淵上克義 (2004). 教師が認知する校長からのソーシャル・サポートに関する研究 教育心理学研究, 52, 44-457.
- 曾山和彦・本間恵美子 (2006). 教師のメンタルヘルスに及ぼすサポートグループ参加の効果—自尊感情、バーンアウトの視点から— 秋田大学教育文化学部教育実践研究紀要, 28, 111-118.
- 鈴木邦治 (1992). 教師のバーンアウトに関する研究(Ⅲ) —バーンアウト症候の構造的要因をめぐって— 広島大学教育学部紀要, 41, 183-190.
- 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
- 油布佐和子 (1995). 教師の多忙化に関する一考察 福岡教育大学紀要, 44, 197-210.

The present condition of burnout in elementary school and junior high school teacher.

— Through three investigations —

Toshie MIYASHITA* · Keisuke MORI** · Akinori NISHIMURA*** · Masato KITAZIMA****

ABSTRACT

The purpose of the present study was to examine burnout of elementary school and junior high school teachers as well as that of principals and head teachers by three investigations.

Public school teachers in elementary schools (N=754) and in junior high schools (N=410) were asked to complete the Burnout Scale. Principals and head teachers at elementary schools (N=109) and at junior high schools (N=48) were also asked to complete the Burnout Scale.

Examination of the burnout scores revealed that elementary school and the junior high school teachers had high scores of “reduced personal accomplishment.” The “depersonalization” score was also a little high. Deterioration of mental health at schools is thus serious. The burnout scores of junior high school teachers in particular were higher than those of elementary school teachers. To decrease teacher’s burnout, it was shown that the support from the principals and head teachers was important.

* Clinical Psychology, Health Care and Special Support Education

** Gunma University of Health and Welfare

*** Gunma Paz College

**** Akita University