

中学校教師の部活動に対する意識と心理的諸要因

角 谷 詩 織*

(令和2年1月22日受付；令和2年4月13日受理)

要 旨

本研究では、部活動の物理的な活動量や主観的な負担感が、中学校の部活動顧問・副顧問教師の日常的な心理的健康状態と関連するのかを検討する。その際、教師自身の部活動種目経験の有無も考慮する。2019年5月21日～7月22日、22校の公立中学校教員のうち、部活動の主顧問、副顧問に質問紙への回答を求めた。有効回答者数は282名(男性179名、女性102名)、平均年齢43.38歳($SD=10.87$)、平均教員歴19.04年($SD=11.16$)であった。平日・休日1日あたりの部活動時間、部活動量への負担感と、日常的な心理的健康との相関分析の結果、休日1日あたりの部活動時間が長いほど、部活動日数や休日部活動量への負担感が高く、平日の教材研究時間や休日に家族と過ごす時間が足りないと感じる傾向が示された。また、平日の部活動量に対する負担感を強く感じる教師は、活動日数、休日の活動時間いずれにおいても負担感が高かった。さらに、負担感を強く感じる教師ほど、教材研究時間が足りないと感じ、また、「充実感」、「自尊心・希望」、「職場満足」が低かった。教師自身の部活動種目経験の有無を独立変数、部活動量に対する負担感及び日常的な心理的健康を従属変数とした分散分析の結果、自身も部活動などでの経験がある教師よりも部活動種目の経験がない教師の方が、部活動量に対する負担感を強く感じることを示された。

KEY WORDS

extracurricular activities 部活動, middle school 中学校, teachers' mental health 教師の心理的健康, workload of extracurricular activities 部活動への負担感, time for extracurricular activities 部活動時間

1 問題・目的

本研究では、部活動の物理的な活動量や主観的な負担感が、中学校の部活動顧問・副顧問教師の日常的な心理的健康状態と関連するのかを検討する。教師の日常的な心理的健康を、睡眠時間の充足度、平日の教材研究時間の充足度、休日家族と過ごす時間の充足度、充実感、自尊感情、職場への満足感、教材研究・研修への取り組み、学習指導の工夫の努力の側面からとらえる。日常的な心理的健康の各変数は、物理的な時間や負担量ではなく、教師本人がどのように感じているかの観点からとらえるため、心理的要因と位置づける。

教師の仕事量の多さが社会的にも大きく問題とされている(神林, 2015; 国立教育政策研究所, 2019)。これは、TALIS 2013(国立教育政策研究所, 2014)、2018(国立教育政策研究所, 2019)の結果ともに、日本の教員の労働時間が調査参加国中最も長く、特に中学校教員の課外活動に割く時間が長いことが指摘されることで、特に顕著な問題として注目されることとなった(中澤, 2017)。過剰な仕事量は職への満足感を低下させ(Huyghebaert, Gillet, Beltou, Tellier, & Fouquereau, 2018; Imam, Qureshi, & Khan, 2011)、心理的健康も悪化させること(Sparks, Cooper, Fried, & Shirom, 1997)が示されており、日本の教員の心理的健康問題への懸念が高まっている。

日本の中学校教員の勤務時間をはじめとする仕事量は、部活動の負担との関連で問題視されることが多い(青柳・石井・柴田・荒井・岡, 2017; 神林, 2015; 河村, 2017; 国立教育政策研究所, 2019; 田野井・水本・大久保, 2012)。スポーツ庁(2018)は、スポーツ医・科学の観点からのジュニア期におけるスポーツ活動時間に関する研究結果を踏まえ、休養日は週当たり2日以上、平日1日当たりの活動時間は長くとも2時間程度、休日1日あたりの活動時間は長くとも3時間程度と、適切な休養の基準を設定した。また、充実した部活動内容とするためという理由から、部活動指導員の導入を含む適切な運営のための体制整備が示された。ただしこれには、スポーツ庁が「運動部活動改革」のなかで「運動部活動については、顧問となる教師の長時間労働につながるるとともに、教師に競技経験等がないために、生徒が望む専門的な指導ができない、生徒のスポーツニーズに必ずしも応えられていないこと等の課題があります」と記しているように、中学校教師の負担軽減という理由も存在する(長澤・松本, 2017)。

*学校教育学系

一方、物理的な仕事量と主観的な負担感との間に関連がみられないという研究結果(高旗・北神・平井, 1992)もある。また、物理的な仕事量の多い教師すべてが心理的健康を悪化させるわけではなく、仕事量と心理的健康との間にはさまざまな要因が存在することも示されている(中島・堤・水谷・森, 2009; 高木・北神, 2007)。たとえば、仕事への主体性や個人のワーク・ライフ・バランスが教師の仕事の成果や心理的健康を規定することも示されている(Johari, Yean Tan, & Zulkarnain, 2018; 田野井・水本・大久保, 2012)。そして、とくに運動部活動顧問教員のワーク・ライフ・バランスは、競技の専門性の有無の影響を受けることも示されている(青柳, 2019)。

ところで、中学校の部活動について議論する際に、「運動部か文化部か」という分類の仕方がなされることが多い。スポーツ庁(2017)も、「運動部」と限定している。しかし、この分類のあり方に問題提起もなされており、関(2017)は、吹奏楽部を例に挙げ、「部活動を運動部／文化部といったダイコトミーの対立項に分類するものではない」としている。このことから、本研究では運動部か文化部かの観点ではなく、教師が実際にどの程度の負担を担っているのか、また感じているのか、そして、活動種目経験の有無に注目する。

以上より、本研究では、部活動顧問・副顧問教師の日常的な心理状態に影響を与える要因として、物理的な部活動量と主観的な負担感とを要因として組み込み、物理的な部活動量が多い教師ほど主観的な負担感が高まるのか、また、物理的な部活動量が多い教師、主観的負担感の高い教師ほど、ネガティブな心理状態にあるのかを検討する。さらに、種目の経験の有無により、その負担感や教師の日常的な心理的健康に差がみられるのかを検討する。

2 方法

2.1 調査方法

質問紙を各協力校へ届け、2019年5月21日～7月22日、各自での実施を依頼した。

2.2 分析対象者

調査に同意の得られた22校の公立中学校教員のうち、部活動の主顧問、副顧問に回答を求めた。有効回答者数は282名(男性179名、女性102名)、平均年齢43.38歳($SD=10.87$)、平均教員歴19.04年($SD=11.16$)であった。

2.3 調査内容

部活動量 部活動量として過去1か月の平日1日あたり部活動時間(分)、休日1日あたり部活動時間(分)を尋ねた。

主観的部活動量として負担感の観点から、1週間あたりの部活動日数、平日1日あたり部活動時間と休日1日あたり部活動時間について、「1.多すぎる」～「5.少なすぎる」の5段階尺度への回答を求め、分析にあたり反転させた。

部活動種目経験の有無 部活動種目の経験の有無について、「自身も部活動や習い事等で経験がある」、「個人的に(好きで)やっていた」、「少し経験がある程度だった」、「顧問をするまで経験がなかった」、「その他」のいずれにあてはまるかの回答を求めた。

日常的な心理的健康 睡眠時間、平日の教材研究時間、休日家族と過ごす時間の充足度について、それぞれ「1.十分足りている」～「4.足りない」の4段階尺度への回答を求め、分析にあたり反転させた。

充実感や自信について、大野(1984)「充実感尺度」の「充実感気分-退屈-空虚」因子から5項目、「信頼・時間的展望-不信・時間的展望の拡散」因子から4項目を採用した。

職場への満足感として、「職場は楽しい」など5項目を作成した。

教材研究や研修、学習指導への努力について、「教材研究や研修も自分なりに頑張っている」など8項目を作成した。

日常的な心理的健康に関するいずれの項目も4段階尺度での回答を求めた(「1.そうは思わない」～「4.そう思う」)。

なお、分析にあたりSPSS Statistics Ver.22を使用した。

3 結果

3.1 合成変数の作成

教師の日常的な心理的健康に関する項目について合成変数を作成するため、探索的因子分析(最尤法、プロマックス回転)を行った。共通性が.16未満の項目、因子負荷量が.40以下の項目は除外した。最終的な因子分析結果をTable 1

に記す。分析の結果、第Ⅰ因子は教材研究の工夫に関する5項目からなり、「教材研究・研修」因子と命名した。第Ⅱ因子は充実感に関する3項目からなり、「充実感」因子と命名した。第Ⅲ因子は自身への価値に関する5項目からなり、「自尊心・希望」因子と命名した。第Ⅳ因子は職場への満足感に関する3項目からなり、「職場満足」因子と命名した。第Ⅴ因子は学習指導の工夫に関する3項目からなり、「学習指導工夫」因子と命名した。Cronbachの α 係数は.76～.89の値を取り、内的整合性を有していると判断した。

各因子構成項目の得点を単純加算平均したものを合成変数得点とした。部活動時間(分)および各合成変数のMおよびSDをTable 2に記す。

Table 1
教師の日常的心理的健康に関する項目の因子分析結果(最尤法, プロマックス回転)

	I	II	III	IV	V	共通性	α
「学校の勉強は簡単すぎて退屈だ」と言う生徒の興味をひきつけることができるような教材を工夫している	<u>.94</u>	.04	.02	-.12	-.08	.77	.84
「学校の勉強は難しすぎる」と言う生徒の興味をひきつけることができるような教材を工夫している	<u>.76</u>	-.03	.05	-.07	.11	.66	
「学校の勉強は既知っていることばかりでつまらない」と言う生徒には理解深化を促す課題を与えている	<u>.65</u>	.03	-.09	-.05	.13	.48	
教材研究や研修も自分なりに頑張っている	<u>.55</u>	-.01	.02	.13	.04	.41	
教材研究や研修面もそれなりに充実している	<u>.46</u>	.04	-.07	.44	-.04	.48	
毎日の生活にはりがある	.02	<u>.83</u>	.03	-.06	.03	.68	.89
生活に充実感で満ちた楽しさがある	-.03	<u>.82</u>	-.05	.14	.01	.77	
生きている充実感があり、生きる喜びを感じる	.04	<u>.77</u>	.13	-.01	.00	.75	
生まれてきてよかったと思う	-.06	.07	<u>.75</u>	-.10	-.05	.50	
私は価値のある生活をしていると思う	.08	.16	<u>.66</u>	.04	-.06	.66	
私には毎日の生活の中で何かへの使命感がある	.15	-.26	<u>.65</u>	.19	-.01	.50	.80
私には未来に明るい希望がある	.00	.17	<u>.51</u>	.13	-.04	.50	
毎日、毎日変化のない単調な日々でつまらない	-.13	.09	<u>.49</u>	-.06	.20	.30	
職場は楽しい	-.14	.07	.07	<u>.82</u>	.03	.78	
今の職場生活に満足している	.05	.22	-.12	<u>.77</u>	-.07	.73	
職場に居場所がある	-.06	-.13	.12	<u>.74</u>	.08	.55	.85
「勉強をする気がおきない」と言う生徒にどのように働きかけたらよいのか、考えたり勉強している	.01	.03	-.01	.05	<u>.79</u>	.66	
「わからないことが多すぎて苦痛だ」と言う生徒にまずどのように働きかけたらよいのか、同僚と話をしたり勉強している	.05	.00	.05	.04	<u>.72</u>	.61	
課題がすぐにできてしまう子どもには、他の子どもを待つだけの時間をつくらないように難しい課題を追加で与えるなどの工夫をしている	.15	.01	-.03	-.06	<u>.56</u>	.40	
寄与率	34.16	13.18	4.10	3.64	3.79		
因子間相関	I	.30	.35	.35	.56		
	II		.61	.66	.19		
	III			.65	.30		
	IV				.27		

Table 2
各変数のM, SD

	M	SD
平日1日あたり部活動時間(分)	110.57	56.43
休日1日あたり部活動時間(分)	226.56	174.96
1週間あたりの部活動日数への負担感	3.50	.74
平日1日あたり部活動時間への負担感	3.31	.78
休日1日あたり部活動時間への負担感	3.42	.76
睡眠時間充足度	2.51	.86
平日の教材研究時間充足度	2.10	.81
休日家族と過ごす時間充足度	2.22	.96
充実感	2.63	.71
自尊心・希望	3.07	.53
職場満足	2.96	.68
教材研究・研修	2.61	.57
学習指導工夫	2.79	.55

3. 2 部活動量と教師の日常的心理的健康との関連

部活動量と教師の日常的心理的健康との関連を検討するため、平日1日あたり部活動時間(分)、休日1日あたり部活動時間(分)、部活動量への負担感、日常的心理的健康間の相関分析を行った(Table 3)。

第1に、部活動量と部活動量への負担感との相関では、「休日1日あたり部活動時間(分)」と「1週間あたりの部活動日数への負担感」($r = .13, p < .05$)、「休日1日あたり部活動時間への負担感」($r = .28, p < .001$)間に弱い正の相関がみられ、休日1日あたりの部活動時間が長いほど部活動日数や休日部活動量への負担感が高い傾向が示された。一方、「平日1日あたり部活動時間(分)」との有意な相関はみられなかった。ただし、「休日1日あたり部活動時間(分)」と「平日1日あたり部活動時間(分)」間には弱い正の相関がみられた($r = .18, p < .001$)。

第2に、部活動量と教師の日常的心理的健康間の相関では、「休日1日あたり部活動時間(分)」と「平日の教材研究時間充足度」($r = -.14, p < .05$)、「休日家族と過ごす時間充足度」($r = -.13, p < .05$)間に弱い負の相関がみられ、休日1日あたり部活動時間が長いほど、平日の教材研究時間や休日家族と過ごす時間が足りないと感じる傾向があることが示された。「充実感」、「自尊心・希望」、「職場満足」、「教材研究・研修」、「学習指導工夫」との有意な相関はみられなかった。また、「平日1日あたり部活動時間(分)」と日常的心理的健康に関する変数間には、いずれも有意な相関はみられなかった。

第3に、部活動量への負担感相互の相関では、「1週間あたりの部活動日数への負担感」、「平日1日あたり部活動時間への負担感」、「休日1日あたり部活動時間への負担感」相互に高い正の相関がみられ($.69 < r < .77, ps < .001$)、活動量に対する負担感を高く感じる教師は、活動日数、活動時間いずれにおいても負担を強く感じている傾向が示された。

第4に、部活動量への負担感と日常的心理的健康の相関では、「1週間あたりの部活動日数への負担感」、「平日1日あたり部活動時間への負担感」、「休日1日あたり部活動時間への負担感」いずれも、「平日の教材研究時間充足度」(日数負担感： $r = -.31, p < .001$ ；平日負担感： $r = -.24, p < .001$ ；休日負担感： $r = -.23, p < .001$)、「充実感」(日数負担感： $r = -.23, p < .001$ ；平日負担感： $r = -.24, p < .001$ ；休日負担感： $r = -.23, p < .001$)、「自尊心・希望」(日数負担感： $r = -.18, p < .01$ ；平日負担感： $r = -.18, p < .01$ ；休日負担感： $r = -.13, p < .05$)、「職場満足」(日数負担感： $r = -.27, p < .001$ ；平日負担感： $r = -.28, p < .001$ ；休日負担感： $r = -.24, p < .001$)と弱いあるいは中程度の負の相関を示し、負担感を強く感じているほど、教材研究時間が足りないと感じ、また、「充実感」、「自尊心・希望」、「職場満足」が低い傾向が示された。さらに、「1週間あたりの部活動日数への負担感」($r = -.18, p < .001$)、「平日1日あたり部活動時間への負担感」($r = -.15, p < .05$)が「睡眠時間充足度」とは、「1週間あたりの部活動日数への負担感」、「休日1日あたり部活動時間への負担感」が「休日家族と過ごす時間充足度」(日数負担感： $r = -.16, p < .05$ ；休日負担感： $r = -.17, p < .01$)、「教材研究・研修」(日数負担感： $r = -.14, p < .05$ ；休日負担感： $r = -.13, p < .05$)と弱い負の相関がみられた。「学習指導工夫」は、いずれの負担感とも有意な相関はみられなかった。

Table 3
実際の部活動量、部活動量への負担感と日常的健康的健康との相関(N=282)

	②	③	④	⑤	睡眠時間 充足度	平日の教 材研究時 間充足度	休日家族と 過ごす時間 充足度	充実感	自尊心・ 希望	職場満足	教材研究・ 研修	学習指導 工夫
① 平日1日あたり部活動 時間(分)	.18***	-.02	.00	.01	-.07	-.11	-.10	-.06	.05	.07	.08	.11
② 休日1日あたり部活動 時間(分)	.13*	.03	.28***	.28***	.09	-.14*	-.13*	-.03	.04	-.07	.01	-.04
③ 1週間あたりの部活動 日数への負担感	.77***	.69***	.69***	.69***	-.18***	-.31***	-.16*	-.23***	-.18**	-.27***	-.14*	-.06
④ 平日1日あたり部活動 時間への負担感	.69***	-.15*	.69***	.69***	-.15*	-.24***	-.08	-.24***	-.18**	-.28***	-.07	-.02
⑤ 休日1日あたり部活動 時間への負担感	-.11	-.23***	-.17**	-.17**	-.11	-.23***	-.17**	-.23***	-.13*	-.24***	-.13*	-.07
① 平日1日あたり部活動 時間(分)	.07	.05	.07	.03	.00	-.03	-.09	-.12	.07	.15	.05	-.07
② 休日1日あたり部活動 時間(分)	.30	.02	.02	.05	.12	-.05	-.02	-.11	-.20	-.24	-.02	.11
③ 1週間あたりの部活動 日数への負担感	.18*	-.06	-.02	-.03	-.10	-.14	-.11	-.05	.08	.11	.11	.17*
④ 平日1日あたり部活動 時間への負担感	.17	-.05	.30***	.30***	-.21*	-.28**	-.21*	-.08	.12	-.01	-.03	-.04
⑤ 休日1日あたり部活動 時間への負担感	.12	-.01	.18	.18	.12	-.20	-.19	-.14	-.10	-.12	-.16	.25
① 平日1日あたり部活動 時間(分)	.12	.08	.30**	.30**	.24**	-.03	-.05	.00	-.02	-.09	.06	-.07
② 休日1日あたり部活動 時間への負担感	.68***	.61***	.61***	.61***	-.28*	-.26*	-.20	-.21*	.22*	-.26*	-.16	-.09
③ 1週間あたりの部活動 日数への負担感	.83***	.83***	.83***	.83***	-.13	-.32*	.07	-.24	-.19	-.14	-.22	-.18
④ 平日1日あたり部活動 時間への負担感	.77***	.68***	.68***	.68***	-.09	-.29***	-.17	-.17*	-.12	-.25**	-.13	.05
⑤ 休日1日あたり部活動 時間への負担感	.67***	.67***	.67***	.67***	-.19	-.19	-.19	-.20	.25*	-.32**	-.08	.05
① 平日1日あたり部活動 時間(分)	.78***	.78***	.78***	.78***	-.05	-.20	.11	-.16	-.14	-.15	-.14	-.24
② 休日1日あたり部活動 時間への負担感	.65***	.65***	.65***	.65***	-.10	-.25**	-.05	-.23**	-.10	-.23**	-.08	.05
③ 1週間あたりの部活動 日数への負担感	-.11	-.20	-.23*	-.23*	-.11	-.20	-.23*	-.15	-.11	-.20	-.12	.02
④ 平日1日あたり部活動 時間への負担感	-.17	-.22	.10	.10	-.22	-.22	.10	-.22	-.20	-.13	-.25	-.20
⑤ 休日1日あたり部活動 時間への負担感	-.08	-.21*	-.21*	-.21*	-.08	-.21*	-.21*	-.25**	-.12	-.26**	-.13	-.07

Note: *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$
下段は経験3群ごとの相関係数。

3.3 部活動種目の経験の有無と負担感・日常的心理健康との関連

部活動種目の経験の有無について、「自身も部活動や習い事等で経験がある」を「経験あり群」、「個人的に（好きで）やっていた」、「少し経験がある程度だった」を「経験多少あり群」、「顧問をするまで経験がなかった」を「経験なし群」とした。「その他」と無回答は分析から除外した。その結果、経験あり群は96名、経験多少あり群は39名、経験なし群は131名だった。経験3群のM, SDをTable 4に記す。

経験3群間に部活動量、負担感、日常的心理健康の得点の差が見られるかを検討するため、経験を独立変数、他の各変数を従属変数とする一元分散分析を行った(Table 4)。分析の結果、部活動量については、「休日1日あたり部活動時間(分)」に有意差が見られた($F(2,231) = 3.87, p < .05$)。Tukeyの多重比較の結果、経験あり・経験なし群が経験多少あり群よりも活動時間が長かった。

負担感について、「1週間あたりの部活動日数への負担感」($F(2,231) = 7.24, p < .01$)、「平日1日あたり部活動時間への負担感」($F(2,231) = 6.93, p < .01$)、「休日1日あたり部活動時間への負担感」($F(2,231) = 5.47, p < .01$)に有意差が見られた。Tukeyの多重比較の結果、いずれも経験なし群が経験あり群よりも負担感の得点が高かった。さらに「1週間あたりの部活動日数への負担感」は経験なし群が経験多少あり群よりも負担感の得点が高かった。

日常的心理健康に関しては、「休日家族と過ごす時間充足度」に有意差がみられた($F(2,231) = 3.32, p < .05$)。Tukeyの多重比較の結果、経験あり群が経験多少あり群よりも充足度の得点が低かった。

Table 4
経験3群のM, SD及び、一元分散分析結果

	経験あり (n=96)		経験多少あり (n=39)		経験なし (n=131)		F値 (2, 231)	多重比較
	M	SD	M	SD	M	SD		
平日1日あたり部活動時間(分)	110.16	20.15	95.64	30.33	115.63	77.24	1.72	n.s.
休日1日あたり部活動時間(分)	242.93	129.90	157.30	116.28	240.57	210.45	3.87	*
1週間あたりの部活動日数への負担感	3.28	.70	3.38	.63	3.70	.75	7.24	**
平日1日あたり部活動時間への負担感	3.06	.72	3.33	.70	3.48	.80	6.93	**
休日1日あたり部活動時間への負担感	3.23	.73	3.32	.71	3.58	.76	5.47	**
睡眠時間充足度	2.51	.85	2.62	.71	2.41	.89	0.47	n.s.
平日の教材研究時間充足度	2.10	.87	2.38	.75	1.97	.78	2.55	n.s.
休日家族と過ごす時間充足度	2.08	.95	2.56	.94	2.13	.93	3.32	*
充実感	2.69	.74	2.63	.60	2.53	.71	0.25	n.s.
自尊心・希望	3.08	.59	2.99	.51	3.06	.50	0.61	n.s.
職場満足	3.00	.75	3.02	.57	2.87	.64	0.33	n.s.
教材研究・研修	2.55	.57	2.70	.53	2.62	.61	0.47	n.s.
学習指導工夫	2.79	.52	2.90	.58	2.74	.57	0.36	n.s.

Note ; *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

続いて、経験3群ごとに、部活動量、部活動量への負担感、日常的心理健康間の相関分析を行った(Table 3下段)。分析の結果、平日1日あたり部活動時間と睡眠時間充足度との相関は、経験あり群で負の相関($r = -.21, p < .05$)がみられるのに対し、経験なし群では有意な正の相関($r = .24, p < .01$)がみられた。他の要因間の相関の傾向は、全体での要因間の相関の傾向と大きな差はみられなかった。

4 考察

4.1 部活動量が多い教師ほど、主観的な負担感が高まるか

相関分析の結果、「平日1日あたり部活動時間」と「平日1日あたり部活動時間への負担感」間に有意な相関はみられず、「休日1日あたり部活動時間」と「休日1日あたり部活動時間への負担感」間には、有意な正の相関がみられた。休日1日あたり部活動時間が長いほど、活動量への負担感も高まる傾向がみられた。

休日1日あたり部活動時間は、平日1日あたり部活動時間よりも部活動による差が大きくなることで、過度に長時間活動を行う部活動における教師の負担感が高まるだろうと考えられる。

一方、平日1日あたり部活動時間が教師の負担感と関連するわけではないことが示唆された。この背景には、平日1日あたり部活動時間については、極端に長くはできないという実態があるものと考えられる。しかし一方で、平日1日あたり部活動時間が少ない部活動の教師のほうが、部活動への負担感が低いわけではないという点にも留意すべきだろう。

さらに、「平日1日あたり部活動時間」と「休日1日あたり部活動時間」間の相関は.18と低いにもかかわらず、「1週間あたりの部活動日数への負担感」、「平日1日あたり部活動時間への負担感」、「休日1日あたり部活動時間への負担感」間には、.69～.77と高い正の相関がみられた。これは、物理的な部活動の活動量によらず、部活動に負担を感じやすい教師と感じにくい教師とがいることを示唆している結果であると考えられる。

4.2 物理的な部活動量が多い教師、主観的負担感の高い教師ほどネガティブな心理状態にあるか

相関分析の結果、「平日1日あたり部活動時間」といずれの心理的要因（「睡眠時間充足度」、「平日の教材研究時間充足度」、「休日家族と過ごす時間充足度」、「充実感」、「自尊心・希望」、「職場満足」、「教材研究・研修」、「学習指導工夫」）間にも有意な相関がみられなかった。また、「休日1日あたり部活動時間」と「平日の教材研究時間充足度」、「休日家族と過ごす時間充足度」間に負の相関がみられたが、非常に弱い負の相関だった。

一方、「平日1日あたり部活動時間への負担感」、「休日1日あたり部活動時間への負担感」と「平日の教材研究時間充足度」、「充実感」、「職場満足感」との間に負の相関がみられ、負担感を強く感じている教師程、教材研究のための時間が足りないと感じ、充実感が低く、職場の満足感も低い傾向がみられた。「1週間当たりの部活動日数への負担感」においても同様の傾向がみられた。

4.3 部活動種目の経験のない教師ほど、部活動量への負担感が高まるか

経験3群の比較から、教師自身も部活動などで経験のある群（経験あり群）よりも部活動種目を顧問になるまで経験のない群（経験なし群）のほうが、1週間あたりの部活動日数、平日や1日あたりの部活動時間に対する負担感が高いことが示された。この差は、経験あり群と経験なし群との間に、物理的な活動量に差がみられないにもかかわらず生じた差である。部活動量への負担感と日常的心理的健康要因間の相関係数のあり方に3群による大きな差がみられず、負担感が高いほど日常的心理的健康がネガティブになる傾向がみられる。このことから、負担感を高く感じている経験なし群に該当する教師ほど、日常的心理的健康要因がネガティブになる傾向が推測される。

以上のことから、まず、物理的な部活動量においては、休日の過度に長時間の活動量を控える必要があるだろうことが示唆された。

ただし、平日の物理的活動量が教師の心理状態と関連しないことや、物理的な活動量よりもむしろ主観的な負担感と心理状態との関連が顕著に安定してみられること、物理的な活動量いかんによらず、部活動に対して負担感を感じる傾向のある教師がいることが示唆されたことから、いわゆる「部活動の負担」を問題とするときに、物理的な活動量以外の要因を考慮する必要があることが示唆された。そして、負担感には、教師自身の経験の有無も関連するであろうことが本研究からも示唆された。

この結果は、高旗・北神・平井(1992)の結果と一致している。高旗ら(1992)は、時間的な忙しさと主観的な忙しさとの間に明確な関連を見いだせなかったとしている。この背景として、田上・山本・田中(2004)は、教師のメンタルヘルスに関する研究を概観する中で、多忙の質の違いがあるだろうと論じている。さらに、中島・堤・水谷・森(2009)は、物理的な多忙と日常的心理的健康の悪化との間に、教師の個人内や職場環境のソフト面の影響が考えられるとしている。

これは、さらに教師のワーク・ライフ・バランスの問題とも関連するだろう。Johari, Yean Tan, & Zulkarnain (2018)では、特に経験年数が16年以上の教師について、主観的な仕事負担感が業績に影響を及ぼさず、職務における

自律性やワーク・ライフ・バランスの良さが職務業績を高めることを示した。部活動においても、休日の部活動量が過剰であることが日常的な心理的健康に直接影響を与える可能性が示唆されたが、平日の部活動量については、職務の量的な負担だけをとりあげるのではなく、その在り方が教師にとって非常に重要であると考えられる。

5 今後の課題

本研究では、物理的な部活動量、主観的な部活動への負担感、日常的な心理的健康要因間の相関分析にとどまっている。今後は、媒介変数を組み込んださらなる分析をすすめ、中学校の部活動と中学校教師の日常的な心理的健康との関連のあり方を詳細に検討する必要があるだろう。

引用文献

- 青柳健隆 (2019). 運動部活動顧問教員のワークライフバランスに関連する要因 関東学院大学経済経営研究所年報, 41, 10-16.
- 青柳健隆・石井香織・柴田 愛・荒井弘和・岡 浩一郎 (2017). 運動部活動顧問の時間的・精神的・経済的負担の定量化 スポーツ産業学研究, 27, 299-309. doi: 10.5997/sposun.27.3_299
- Huyghebaert, T., Gillet, N., Beltou, N., Tellier, F., and Fouquereau, E. (2018). Effects of workload on teachers' functioning: A moderated mediation model including sleeping problems and overcommitment. *Stress and Health*, 34, 601-611. doi: 10.1002/smi.2820
- Imam, H, Qureshi, T. M., and Khan, M. A. (2011). The retrenchment effect on job performance with mediating effect of work life balance. *African Journal of Business Management*, 5, 8642-8648. doi: 10.5897/AJBM11.1297
- Johari, J, Yean Tan, F. Y., and Zulkarnain, Z. I. T. (2018). Autonomy, workload, work-life balance and job performance among teachers. *International Journal of Educational Management*, 32, 107-120. doi: 10.1108/IJEM-10-2016-0226
- 神林寿幸 (2015). 課外活動の量的拡大にみる教員の多忙化 ―一般線形モデルを用いた過去の労働時間調査の集計データ分析― 教育学研究, 82, 25-35. doi: 10.11555/kyoiku.82.1_25
- 河村明和 (2017). 日本の学校教育の変遷から見た部活動の現状と今後の在り方についての検討. 早稲田大学大学院教育学研究科紀要 別冊, 24, 43-53.
- 国立教育政策研究所 (2014). 教員環境の国際比較―OECD国際教員指導環境調査 (TALIS) 2013年調査結果報告書 明石書店.
- 国立教育政策研究所 (2019). 教員環境の国際比較OECD国際教員指導環境調査 (TALIS) 2018調査報告書 ぎょうせい.
- 長澤岳大・松本奈緒 (2017). 中学校運動部活動指導に関する外部指導者の信念・指導内容・関係性の研究―その2 外部指導者に対するインタビュー調査から―. 秋田大学教育文化学部教育実践研究紀要, 39, 47-58.
- 中島義実・堤さゆり・水谷久康・森 慶輔 (2009). 教師のメンタルヘルス：ストレス緩和要因を阻害するもの：内部からの守り支えが機能しないとき 日本教育心理学会第51回総会発表論文集, S114-S115. doi: 10.20587/pamjaep.51.0_S114
- 中澤篤史 (2017). 部活動顧問教師の労働問題―勤務時間・手当支給・災害補償の検討. 日本労働研究雑誌, 59, 85-94.
- 大野 久 (1984). 現代青年の充実感に関する一研究―現代日本青年の心情モデルについての検討―. 教育心理学研究, 32, 12-21. doi:10.5926/jjep1953.32.2_100
- 関 朋昭 (2017). なぜ吹奏楽部は文化部なのか：運動部と文化部のダイコトミーに着目して. 名寄市立大学紀要, 11, 7-16.
- Sparks, K., Cooper, C., Fried, Y., and Shirom, A. (1997). The effects of hours of work on health: A meta-analytic review. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 70, 391-408. doi: 10.1111/j.2044-8325.1997.tb00656.x
- スポーツ庁 (2018). 運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン Retrieved from https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/shingi/013_index/toushin/_icsFiles/afieldfile/2018/03/19/1402624_1.pdf (2019年12月26日)
- スポーツ庁 運動部活動改革. Retrieved from https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop04/list/1405720.htm (2019年12月26日)
- 田上不二夫・山本淳子・田中輝美 (2004). 教師のメンタルヘルスに関する研究とその課題 教育心理学年報, 43, 135-144. doi: 10.5926/arepj1962.43.0_135
- 高木 亮・北神正行 (2007). 教師の多忙と多忙感を規定する諸要因の考察Ⅱ―教師の多忙感としてのストレスの問題を中心に― 岡山大学教育学部研究集録, 15, 137-146.
- 高旗正人・北神正行・平井安久 (1992). 教師の「多忙」に関する調査研究 岡山大学教育学部附属教育実習センター編 教育実習研究年報, 3, 1-29.

田野井真美・水本徳明・大久保一郎 (2012). 中学校教員のワーク・ライフ・バランス—生活時間と役割葛藤の視点から—.
日本家政学会誌, 63, 725-736.

付記

本研究は科学研究費助成事業（基盤研究（C）研究課題番号：18K03061）の助成を受けました。調査にご協力いただきました先生方に、心より感謝申し上げます。

Middle School Teacher's Perception about Bukatsu and their Psychological States

Shiori SUMIYA*

ABSTRACT

The purposes of the present study are to investigate whether junior high school teachers' actual and perceived workload for the extracurricular activities would relate to their mental health, and whether their past experiences around the activities would relate to their subjective workload. Two hundred eighty-two teachers (179 males, 102 females) who were in charges of extracurricular activities participated in the questionnaire in 2019. As the results, the hours of extracurricular activities on school breaks correlated with their subjective workload around extracurricular activities, and lack of time for researching teaching materials and spending with families on breaks. High subjective workload correlated with the lack of researching teaching materials, low life satisfaction, low self-esteem, and low job satisfaction. Those who had no experience of the events had high subjective workload of extracurricular activities.

* School Education