科学研究費助成事業（科学研究費補助金）研究成果報告書

平成　24年　5月　1日現在

機関番号：13103
研究種目：基盤研究(C)
研究期間：平成20年度　～　平成23年度
課題番号：20530626
研究課題名（和文）小・中学校教師におけるバーンアウトのプロセスモデルの検討及び予防的介入
研究課題名（英文）Examination of process model of burnout in elementary school and junior high school teacher and preventive intervention.
研究代表者
宮下　敏恵　　(MIYASHITA　TOSHIE)
上越教育大学・大学院学校教育研究科・准教授
研究者番号：40308226

研究成果の概要（和文）：
小・中学校教師におけるバーンアウト尺度の因子構造については、小学校、中学校ともに3因子構造が適切ではないかという結果がみられた。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も中学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。また教職経験年数により、バーンアウトの進行が異なるという可能性が示唆された。若手教師は情緒的消耗感から進行し、脱人格化、個人的達成感の後退というプロセスを進むという結果が示された。中堅以降の教師は個人的達成感の後退がバーンアウトプロセスの始発点になり、脱人格化、情緒的消耗感と進むという結果が示された。バーンアウトの予防を考える際には教職経験年数を考慮に入れたモデルを考える必要があるといえる。バーンアウト予防の介入のためには、教職経験年数に応じて、教師自身が多忙な中で自分自身の状態をチェックし、どう対応したらよいか振り返ることが必要ではないかと考えられる。バーンアウト低減のためにパソコン上で簡単にチェックでき、結果を振り返ることができる予備的プログラムを作成した。本研究は小・中学校のバーンアウト尺度の因子構造を明らかにし、教師におけるバーンアウトのプロセスを明らかにしたという点が画期的である。さらにバーンアウト予防の介入のために、予備的プログラムを作成したことから、今後バーンアウトのプロセスモデルを精緻化していくことによって、バーンアウトの予防が可能になると言える。

研究成果の概要（英文）：
About the factor structure of the burnout measure in an elementary-and-junior-high-schools teacher, the result whether 3 factor structures were suitable for an elementary school and a junior high school was seen. It could be said that aggravation of mental health is serious at the school spot. Moreover, it was shown by the difference in teaching profession years of experience that advance of a burnout differs. For burnout prevention, it is thought that it is necessity that a teacher checks and looks back upon his own state. Then, the preliminary program which can be easily checked on a personal computer was created.

交付決定額

（金額単位：円）

	直接経費	間接経費	合　計
2008年度	1,000,000	300,000	1,300,000
2009年度	900,000	270,000	1,170,000
2010年度	800,000	240,000	1,040,000
2011年度	700,000	210,000	910,000
総　計	3,400,000	1,020,000	4,420,000

研究分野：社会科学
科研費の分科・細目：心理学・臨床心理学
キーワード：教師、バーンアウト、メンタルヘルス、プロセスモデル

１．研究開始当初の背景

(1)教師の精神的健康の悪化

不登校をはじめ、いじめ、暴力行為、虐待、非行、発達障害や病理的な問題など、学校現場における問題行動は近年、益々多岐にわたり、様々な外部機関との連携が求められ、教師は学校内、学校外を問わず、かけずり回っているというのが現状だといえる。そのような中、教師の病気休職者数は増加の一途をたどり、病気休職者数における精神疾患における休職者は、平成18年度には4,178人となり、過去最大の人数となっている。病気休職者の６割近くが精神疾患による休職者数になっており、教師の精神的健康改善は早急に対応するべき問題であると言えるだろう。

(2)バーンアウト傾向に関する研究の重要性

教師の精神的健康については、バーンアウト傾向に関する研究があげられる。これは、燃え尽き症候群とよばれるもので、エンジンのモーターが焼き切れたように、突然働けなくなることを指している。教育の困難性が叫ばれている昨今、教師のバーンアウトが多発していくことは、社会全体を支える骨格を揺るがしかねない問題であり、看過することなく緊急の課題として考えていくべき時期に立ち至っていると言えるであろう。

(3)バーンアウト傾向に関する研究

(a) バーンアウト尺度及びバーンアウトのプロセスに関する研究

教師のバーンアウト傾向を測定する尺度として、様々な尺度が用いられ、理論化が行われているが、多くの研究において用いられているのはマスラック・バーンアウト尺度である。この尺度は､「情緒的消耗感」､「個人的達成感」､「脱人格化」という3因子の尺度であるが、国内の教師を対象とした研究では、このような3因子構造は指摘されておらず、抽出される因子に不安定さがみられる。勝倉(1996)、伊藤(2000)においては、小・中学校教師を対象に調査を行った結果、2因子構造が採用されている。これらの研究は、いずれも小・中学校教師を対象に調査したものであり、中学校教師のみを対象とした五十嵐(2001)や筆者らの研究(宮下,2007b)においては「脱人格化」因子が抽出され、3因子が得られている。わが国の教師を対象にしたバーンアウト研究自体が、他の対人援助職（医師、看護士など）に比べれば極端に少ないことは事実であり、バーンアウトの因子構造についても一貫した結果が得られていないと言わざるを得ない。小、中学校それぞれの校種における、バーンアウト尺度の再検討を行う必要があるだろう。

さらに、バーンアウトのプロセスを明らかにする一連の研究がみられる。バーンアウト尺度の3因子を用いた研究においては、情緒的消耗感→脱人格化→個人的達成感の後退と進行するLeiter & Maslach のモデルと、脱人格化→個人的達成感の後退→情緒的消耗感と進行するGolembiewskiのモデルがあげられる。荻野(2004)は看護職におけるモデルを検討し、Leiter & Maslachのモデルの方が、より適切であるとしている。教師におけるプロセスモデルの検討は、研究分担者である森(2007)が

中学校教師を対象に研究をおこなっているが、まだまだ少ないのが現状である。森(2007)の研究の結果もLeiter & Maslachのモデルを支持しているが、横断的研究であり、プロセスを検討する上で、縦断的研究を行う必要があるといえる。バーンアウトに陥る前に歯止めをかけるためにも、バーンアウトのプロセスについて縦断的研究を行う必要があるだろう。そしてバーンアウトのプロセスモデルを明らかにすることにより、バーンアウトの予防に向けての知見を得ることができるといえるだろう。

２．研究の目的

本研究においては、まず小、中学校それぞれにおけるバーンアウト尺度の因子構造について明らかする。小学校、中学校それぞれにおいて、バーンアウト尺度の3因子が見出されるかどうかについて検討を行う。さらに、本研究ではバーンアウトのプロセスについて、縦断的研究を行い、バーンアウトがどのように進行するのかを検討し、バーンアウト予防についてのモデルの検討を行う。

３．研究の方法

バーンアウト尺度の因子構造の検討については、小学校、中学校それぞれの教師において、調査を行い、バーンアウト尺度の3因子が見出されるか、因子分析を行って検討する。

バーンアウトのプロセスについては、小学校、中学校の教師において、年間3回調査を行い、縦断的調査を行うこととする。その際、ストレッサーや精神的健康度なども調査し、バーンアウトのプロセスの検討を行い、さらには予防についてのモデルを構築する。

４．研究成果

まず、バーンアウト尺度の因子構造の検討ですが、540名の小学校教師から得られた回答を元に、バーンアウト尺度の因子的妥当性を検討したところ、「情緒的消耗感」、「個人的達成感の後退」、「脱人格化」の3因子モデルがもっとも高い適合度を示した。小学校教師におけるバーンアウトは3つの因子で説明することが適切であることが示唆された。また、3つの異なる地域の中学校教師1、313名を対象に調査を実施し、バーンアウト尺度と短期的ストレス指標であるSRS-18に回答を求めた。その結果、確認的因子分析及びSRS-18との関連から、中学校教師のバーンアウト状態は、情緒的消耗感、脱人格化、個人的達成感の後退の3因子から捉えることが最も適切であることが確認された。このように、小・中学校教師におけるバーンアウト尺度の因子構造については、小学校、中学校ともに3因子構造が適切ではないかという結果がみられた。

次に、バーンアウトのプロセスについては、小学校、中学校教師において年間3回調査を行い、同一調査協力者における推移を検討した。小・中学校の校長会において研究の趣旨と目的を説明し理解と協力を得るなど、調査・回収方法を工夫し、調査対象者を幅広く求めた。その結果、A市内に勤務する教師の8割～9割から回答を得ることができた。その際、データの秘匿性については充分配慮を行った。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も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。バーンアウトのプロセスモデルとしては、管理職のバーンアウト得点は教諭職の結果よりも低く、メンタルヘルスは保たれており、教師のサポート源となりうることが示された。また教職経験年数により、バーンアウトの進行が異なるという可能性が示唆された。若手教師は情緒的消耗感から進行し、脱人格化、個人的達成感の後退というプロセスを進むという結果が示された。中堅以降の教師は個人的達成感の後退がバーンアウトプロセスの始発点になり、脱人格化、情緒的消耗感と進むという結果が示された。バーンアウトの予防を考える際には教職経験年数を考慮に入れたモデルを考える必要があるといえる。上記調査研究の結果から、バーンアウト予防の介入のためには、教職経験年数に応じて、教師自身が多忙な中で自分自身の状態をチェックし、どう対応したらよいか振り返ることが必要ではないかと考えられる。そこで、バーンアウト低減のためにパソコン上で簡単にチェックでき、結果を振り返ることができる予備的プログラムを作成した。

５．主な発表論文等
（研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線）

〔雑誌論文〕（計6件）

①「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」2008　宮下敏恵，上越教育大学研究紀要，第27巻，pp.97-105.

②「小学校教師におけるバーンアウトの因子構造の検討」2009　西村昭徳・森慶輔・宮下敏恵，学校メンタルヘルス，第12巻1号，pp.77-84.

③「小・中学校教師におけるバーンアウト軽減方法の探索」2009　宮下敏恵，上越教育大学研究紀要，第28巻，pp.95-104.

④「保育士におけるバーンアウト傾向に及ぼす要因の検討」2010　宮下敏恵，上越教育大学研究紀要，第29巻，pp.177-186.

⑤「教師のメンタルヘルスを左右する「ソーシャルサポート」と「チームワーク」の質とは――主として臨床社会心理学の視点から」2010　森慶輔・中島義実，教育実践研究，第18巻，pp.233-240

⑥「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」2010　宮下敏恵・森慶輔・西村昭徳・北島正人，上越教育大学研究紀要，第30巻，pp.143-152.

〔学会発表〕（計6件）

①「自主シンポジウム「教師のメンタルヘルスの悪化を防ぐために何ができるか」」2008　宮下敏恵・森慶輔他，日本教育心理学会第50回大会発表論文集

②「小学校教師のバーンアウトプロセスに関する縦断的研究」2009　森慶輔・宮下敏恵・西村昭徳，日本心理学会第73回大会発表論文集，p.383.

③「中学校教師のバーンアウトプロセスに関する縦断的研究」2009　宮下敏恵・森慶輔・西村昭徳，日本心理学会第73回大会発表論文集，p.383.

④「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（自主シンポジウムF1)」2009　中島義実・堤さゆり・水谷久康・森慶輔，日本教育心理学会第51回総会発表論文集，S114-S115.

⑤「バーンアウト危険域の小学校・中学校教員に関する短期縦断的研究Ⅰ」2012　西村昭徳・森慶輔・宮下敏恵,日本学校メンタルヘルス学会第15回大会プログラム・抄録集，77.

⑥「バーンアウト危険域の小学校・中学校教員に関する短期縦断的研究Ⅱ」2012　森慶輔・西村昭徳・宮下敏恵,日本学校メンタルヘルス学会第15回大会プログラム・抄録集，78.

６．研究組織

(1)研究代表者

宮下　敏恵（MIYASHITA　TOSHIE）
上越教育大学・大学院学校教育研究科・准教授
研究者番号：40308226

(2)研究分担者

北島　正人（KITAZIMA　MASATO）
秋田大学・教育文化学部・講師
研究者番号：30407910
森　慶輔（MORI　KEISUKE）
足利工業大学・工学部・准教授
研究者番号：90468611

(3)連携研究者

西村　昭徳（NISHIMURA　AKINORI）
群馬医療福祉大学・社会福祉学部・講師
研究者番号：70439032