

令和 3 年 5 月 31 日現在

機関番号：14501

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2017～2020

課題番号：17K04961

研究課題名(和文) 特別支援教育に携わる教員へのレジリエンスプログラム開発

研究課題名(英文) Resilience program development for teachers involved in special needs education

研究代表者

中塚 志麻 (NAKATSUKA, SHIMA)

神戸大学・保健学研究科・保健学研究員

研究者番号：10595490

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,300,000円

研究成果の概要(和文)：本研究は、精神的回復力であるレジリエンス機能に注目し、特別支援教育に携る教員を対象としたレジリエンスプログラム開発を目的として実施した。開発当初のプログラム内容は、「呼吸法」「マインドフルネス動作法」「スヌーズレンワーク」とした。2019年度より、ワークブックとして活用した「レジリエンスダイアリー」を参加者が作成することを目的としたプログラムを追加した。実践の結果、対象者からレジリエンス向上を示唆する回答を得ることができた。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究は、社会的にも深刻な問題となっている教員のストレス軽減を目的とした心理・教育プログラム開発である。特にストレスが多いとされる特別支援教育に携る教員を対象とした。本研究の実施により、教員が日常的にレジリエンスを意識することが可能となり、ストレス軽減や教育環境の改善等社会的な意義があると考えられる。さらに、COVID-19環境下においてもレジリエンスの重要性が示唆され、今後のレジリエンス開発にも寄与できると考える。

研究成果の概要(英文)：This research focuses on the resilience function, or mental ability to recover, and it was conducted with the aim of developing a resilience program for teachers who are involved in special needs education. At the beginning of the development, the program covered 1) breathing methods, 2) mindfulness moving methods, and 3) Snoezelen work. In fiscal year 2019, a program designed to encourage participants to prepare the “resilience diary,” which was utilized as a workbook, was added. As a result of the practice of the program, we successfully obtained answers from the subjects suggesting improved resilience.

研究分野：特別支援教育

キーワード：特別支援教育 レジリエンス 教員研修

様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19 (共通)

1. 研究開始当初の背景

2016年現在、公立学校教員の精神疾患による病気休職者数は5045人に到り、在職者の約0.55%を占め、深刻な状況となっている¹⁾。休職する教員の増加は、海外でも問題になっており、代理教員の俸給に要する行政支出の増大と子どもの学業や生活に対して大きく負の影響を及ぼすとされている²⁾。また、国内における教員のストレスは年々深刻化し、2007年に始まった特別支援教育の分野では、ストレスが特に増加していると言われている³⁾。特別支援教育の現場では、個々の児童・生徒や保護者と教員との関係が濃密で、多岐にわたる慢性疾患や障害への対応により精神的にも肉体的にも負担感を感じている教員が多く存在している⁴⁾。特別支援教育においてストレスが増大する背景には、支援体制や校内外の連携が確立していないこと等が考えられる。特別支援教育に関わる教員のストレスについては、数多くの論文が報告されているが、具体的な改善策や効果検証に関する報告はわが国では見当たらない。また、文部科学省の調査によれば、病気休職者の学校種別の割合は、中学校に次いで特別支援学校が多くなっている。遠藤等⁵⁾は、学校種別によって教員のストレス要因が異なると報告しており、学校種を考慮した改善策が必要としている。以上のことから、特別支援教育に携わる教員のストレスを軽減するための心理教育プログラムの開発とその効果検証は喫緊の課題であると考えられる。

近年、ストレスが多い環境に対し、有効に対処できる能力としてレジリエンスが注目されている。レジリエンスとは、「精神的回復力」「復元力」を意味する概念である。心理学分野のレジリエンス研究は1970年代頃から活発になり、貧困や虐待等劣悪な環境の中でも良好な適応を示している子どもが存在することから注目されるようになった⁶⁾。日本の心理学分野におけるレジリエンス研究は10数年前から開始され、2011年の東日本大震災を契機により一層関心が強まってきた。レジリエンスが注目される理由の1つは、個人の回復性や弾力性に焦点をあてている点である⁷⁾。従来ストレス研究ではコーピングが重要視されてきたが、レジリエンスでは、その向上を図ることによって心理的ストレス反応を低減させ、身体・心理・社会的に良い状態へと導く可能性が指摘されている⁸⁾。レジリエンスの持つ特徴から、今後、ストレスに対する予防的取り組みとしての応用が期待されている。

2. 研究の目的

本研究の目的は、特別支援教育に携わる教員を対象としたレジリエンスプログラムを開発し、その効果を検証することである。

3. 研究の方法

1) 特別支援教育に携わる教員のレジリエンスの特徴に関する調査

特別支援教育に携わっている教員を対象にインタビューを実施する。対象：H県A市内の小・中・高等学校・特別支援学校に勤務する教員4名 半構造化面接：教師レジリエンス尺度(紺野・丹藤2006)を基に質問紙を作成し、半構造化面接を実施する。対象者全てに面接時の録音に関する承諾の有無を問い、承諾を得た者だけを分析対象者とする。

2) 特別支援教育に携わる教員を対象としたレジリエンスプログラム開発

米国の「CARE」プログラム、「bouncing back」プログラム、オーストラリアの「Mindmatter, Level1 Introductory」、「Bounce Back!」プログラム及び申請者が学生を対象に実施したプログラム等を参考に、系統性や順序性を検討しプログラム開発を実施する。特に「CARE」で報告されているmindfulnessとawarenessを基にしたEmotion Skills Instruction, Mindfulness /stress reduction Practice, compassion practice、を援用し、呼吸法・動作法・multi-sensory behavior therapy等のワークを再構成してプログラム案を開発する。また、ワークの実施時とフィードバック及びフォローアップ時に使用するダイアリー型ワークブックを作成する

3) 開発したレジリエンスプログラムの実施と調査

初年度は開発したプログラム(案)をプリテストとして特別支援学校の学部研修内で実施する。各プログラムの事後にレジリエンスに関する調査票を配布する。プログラム終了後に、受講した教員複数名・研究分担者と研究協力者と協議し、内容の評価、改善点等を再検討する。これらの結果を基に、プログラムの再構築を行い、次年度より本調査を実施する。また、研修のフィードバック用としてワークブック型ダイアリーを配布する。

4) 継続調査：完成したプログラムを認定子ども園・親の会等で実施し、同プログラムの他領域での展開の可能性について検討する。

4. 研究成果

特別支援教育に携わる教員のレジリエンスの特徴に関する調査

特別支援学校に携る教員のレジリエンスの特徴を見出すことを目的としたフォーカスグループインタビューを実施した。対象者は、特別支援学校に所属する教職員4名(男性1名・女性3名)。特別支援学校の勤務については、特別支援教育が始まってからはいろいろな研修や校務分掌などが多くなり、ストレスも多くなってきていることが改めて見出された。また、初めて特別支援学校に着任した時に、多くのストレスを感じた教員が2名おり、同僚のアドバイスや家族の存在が立ち直るきっかけとなり、レジリエンスのキーワードが見出された。

特別支援教育に携わる教員を対象としたレジリエンスプログラムの開発

平成 30 年度

特別支援学校の教員を対象に、プリテストとしてレジリエンスプログラム（案）を実施した。対象は H 県内の特別支援学校の教員及び支援専門員である。プログラム内容： レジリエンスを高める呼吸法（参加者 24 名） レジリエンスを高めるストレスマネジメント動作法（参加者 33 名） スヌーズレンワーク（参加者 15 名）。それぞれのプログラム研修終了後にプリテスト用のアンケート調査を実施したところ、参加者の精神的な安定を促す効果が期待以上または、期待通りであった者は 呼吸法 87.5%、 動作法 90.1%、 スヌーズレンワーク 86.7% という好結果となった。プログラム終了後に、受講した教員複数名・研究代表者・研究分担者と協議し、内容の評価、改善点等を再検討した結果、レジリエンス自体の理解度の向上の必要性があげられ、次年度よりレジリエンスの内容を加えた。

令和元年度

特別支援学校の教員を対象にレジリエンスプログラムを実施した。対象は H 県内の特別支援学校の教員及び支援専門員である。プログラム内容： レジリエンスを高める呼吸法（参加者 9 名） レジリエンスを高めるストレスマネジメント動作法（参加者 14 名） スヌーズレンワーク（レジリエンスに関する座学も含む）（参加者 16 名）。それぞれのプログラム研修終了後に研修評価も加えた質問紙調査を実施したところ、参加者の精神的な安定を促す効果が期待以上または、期待通りであった者は 呼吸法 77.7% 動作法 78.5% スヌーズレンワーク 68.8% という結果となった。

レジリエンスダイアリーの作成とその有用性の検討

研修フィードバック用のワークブックとして、レジリエンスダイアリーを作成し、特別支援学校の教職員に配布した。その有用性を検討するため、使用満足度のアンケート調査を実施した。対象者は特別支援学校に所属する教職員 49 人である。ダイアリーの性能については対象者の約 7 割が満足していた。しかし、精神的健康度を促すために記載したセリグマンの Three good Things エクササイズについて実行できなかったと回答した者が 77.5% に及んだ。

継続調査

開発したプログラムを他領域で実施し、展開の可能性について検討した。

令和元年度

1) 西日本豪雨の被災地における障害のある子どもの保護者に対するレジリエンスプログラム案の実施。対象：西日本豪雨で被災した 0 県 M 市・M 町在住で障害のある子どもの保護者 34 名（第 1 回 11 名・第 2 回 15 名・第 3 回 8 名）。プログラム内容 レジリエンスを高める言葉 良いところを見つける名人になろう レジリエンスを高める映画。研修終了後の質問紙調査では、回答者 14 名全員が精神的な健康度が向上したと回答した。

令和 2 年度

COVID-19 の影響により ZOOM を利用してプログラムを実施した。

1) 西日本豪雨の被災地における障害のある子どもの保護者に対してレジリエンスプログラムを実施した。対象者は西日本豪雨で被災した 0 県 M 市・M 町在住で障害のある子どもの保護者 34 名（第 1 回 14 名・第 2 回 9 名・第 3 回 11 名）である。プログラム内容 コロナ禍におけるレジリエンス レジリエンスを育む絵本ビブリオバトル レジリエンスを高める映画。研修終了後のアンケート調査では、絵本や映画鑑賞によるレジリエンスの向上の可能性、ダイアリー活用の有効性等を示唆する回答が見られた。

2) 認定こども園においてレジリエンスプログラムを実施した。対象は、H 県内にある認定こども園職員 10 名。プログラム内容 レジリエンスとは レジリエンスダイアリーを作ろう。レジリエンスを高める言葉 レジリエンスを高める絵本を探す レジリエンスを育む絵本ビブリオバトル 理学療法士から学ぶ「リラックス効果が得られる呼吸法」 研修終了後のアンケートから参加者に精神的に回復したとの質的なデータを得ることができた。本年度の研修では、COVID-19 の環境下において、レジリエンスの重要性を示すことができ、意義あるものとなった。

引用文献

- 1) http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/jinji/1365310.htm 文部科学省,2015
- 2) <https://www.americanprogress.org/issues/education/reports/2008/10/24/5042/Tales-of-teacher-absence/> Tales of teacher Absence:New Research Yields Patterns that Speak to Policy makers, Miller,R.Center for American Progress,2008
- 3) 特別支援教育に携わる教師のメンタルヘルスとストレス要因の関連, 森浩平, 田中敦.AsianJournal of Human services(2)144-155,2012
- 4) 小学校教師の特別支援教育意識の類型化とストレス反応との関連, 高田純.学校メンタルヘルス 14(2), 181-188,2011
- 5) 教員の職務ストレスの整理と今後の課題, 遠藤朝,井上功一.大阪教育大学紀要 64(2)1-

11,2016

- 6) High risk children in young adulthood:A longitudinal study from birth to 32 years.
Werner,E.E.American Journal of Orthopsychiatry59(1)72-81, 1989
- 7) 教員養成課程におけるレジリエンス育成の適用と展望, 佐々木恵理. 岐阜女子大学紀要
43,119-127, 2014
- 8) レジリエンスにおける心理的ストレス反応低減効果の検討, 山下真裕子等. 日本精神保健看護学会誌 20(2), 11-20, 2011

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計2件（うち査読付論文 2件/うち国際共著 0件/うちオープンアクセス 1件）

1. 著者名 中塚志麻	4. 巻 25号
2. 論文標題 幼稚園教諭・保育士養成課程におけるエンターティメント-エデュケーションを活用した授業実践 - 映画「学校」を用いた障害のある子ども達への理解と支援 -	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 兵庫大学論集	6. 最初と最後の頁 pp215-224
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 中塚志麻	4. 巻 1
2. 論文標題 共生社会の実現に向けてのエンターティメント-エデュケーションの可能性 - シネマカフェ神戸の活動報告から -	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 神戸教育短期大学研究紀要	6. 最初と最後の頁 pp.87-96
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -

〔学会発表〕 計3件（うち招待講演 0件/うち国際学会 0件）

1. 発表者名 中塚志麻
2. 発表標題 23. 特別支援教育に携る教員を対象としたレジリエンスダイアリー作成の試み
3. 学会等名 第122回日本小児科学会学術集会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 中塚志麻
2. 発表標題 特別支援教育に携る教員へのレジリエンスプログラム開発 呼吸法ワークプログラムの効果の検討
3. 学会等名 日本LD学会第3回研究集会
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 中塚志麻
2. 発表標題 特別支援教育に携る教員養成課程におけるスティグマ軽減教育の試み
3. 学会等名 日本育療学会第24回学術集会
4. 発表年 2020年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
研究分担者	梶 正義 (KAJI MASAYOSHI) (00623563)	関西国際大学・人間科学部・教授 (34526)	
研究分担者	高田 哲 (TAKADA SATOSHI) (10216658)	神戸大学・保健学研究科・名誉教授 (14501)	

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------