

平成 23年 5月 6日現在

機関番号 : 22401
研究種目 : 基盤研究 (C)
研究期間 : 2008~2010
課題番号 : 20530513

研究課題名 (和文) 「ソーシャルワーカーのライフコースにおけるジレンマとストレスに関する調査研究」

研究課題名 (英文) 「Research about Dilemma and Stress of Social workers in Their Life Course」

研究代表者

鈴木 真理子 (SUZUKI MARIKO)
埼玉県立大学・保健医療福祉学部・教授
研究者番号 : 90279638

研究成果の概要 (和文) :

ソーシャルワーカーは対人サービスの専門職としてライフコースの過程で、ジレンマやストレスにさらされる機会が多い。新人、中堅、ベテランの経験段階において、またヒラ、主任、管理職などの職階において、固有のジレンマやストレスが存在する。本調査はそれらのジレンマやストレスの傾向や内容、個人による対処法から専門職者としての解決法について、個人のライフヒストリーと経験世代別のアンケート調査の両面から明らかにしたものである。

ソーシャルワーカー個人がバーンアウトを防ぐためにできる自己管理やストレス解決法を示し、職能団体や都道府県、施設協議会などによるキャリア支援への道筋を示した。具体的には若者や学生がソーシャルワーカーという職業選択段階での適切なキャリアデザイン、またライフコースにおけるキャリア発展過程での適切なエンパワーメントやスーパーヴィジョン、研修システムにおけるジレンマやストレス解決へのキャリア支援の充実である。

ジレンマやストレスの要因となる施設内での経営・人事管理の問題点、また介護保険制度、自立支援法など法制度の改善も必要であるが、本調査では守備範囲としていない。本調査はソーシャルワーカー個人と職能団体に注目して、個人のライフヒストリーの中から導ける生きる姿勢として説得力ある解決法を若手の後続、またソーシャルワーカーを目指す学生にも役立つキャリア指針として示している。

研究成果の概要 (英文) :

Social workers are often exposed to dilemma and stress during their professional life courses. They confront with each types of dilemma and stress at each period of their carriers. From research of individual life history and surveys of questionnaires ,it reveals the types and tendencies of dilemma and stress, how to tackles them and resolution.

To avoid social workers falling into burnout syndrome, it indicates self management and ways to public support systems of local governments or unions. The research suggests the increase of supporting systems for building and developing carriers as social workers, especially for students willing to become social workers,and training systems which help solving dilemma and stress.

There are exterior factors of social workers dilemma and stress, such as the management and finance systems of the foundation, which social workers belong to, and public social welfare systems. Although those exterior factors need to be improved, this research does not focus on them. The purpose of this research is showing that here are specific efforts,which individual social workers and unions can make. The studies of dilemma and stress from individual life history are persuasive and effective.

交付決定額

(金額単位：円)

	直接経費	間接経費	合計
20年度	1,200,000	360,000	1,560,000
21年度	900,000	270,000	1,170,000
22年度	800,000	240,000	1,040,000
年度			
年度			
総計	2,900,000	870,000	3,770,000

研究分野：社会福祉

科研費の分科・細目：人文社会科学

キーワード：ソーシャルワーカー、ライフコース、ジレンマ、ストレス、キャリアデザイン

1. 研究開始当初の背景

筆者は社団法人日本社会福祉士会の立ち上げの際、職能団体としての生涯学習システム構築の準備として他の専門職の生涯学習との比較調査を行った。その後「ソーシャルワーカーの個人のキャリアと専門性の力量形成」などのテーマで共同研究を進め、一連の著作を発表してきた。

近年、皆保険の普及により措置制度から契約制度への移行が高齢者分野で進み、利用者のニーズと社会資源を効果的に結びつけるソーシャルワーカーの役割が見直されている。このような変化の中、ヒューマンサービスとして多様な個人の個性や好みに合わせなければならないソーシャルワーカーはストレスやジレンマにさらされ、バーンアウトすることは多く知られている。

対人サービスであるソーシャルワークの力量形成は単なる知識や技術の蓄積ではなく、個人的な人生経験による成熟こそが力量を向上させる。その関係をライフコースの視点からライフヒストリーとして提示することは、社会でのソーシャルワーカーを巡る労働環境の改善と理解に繋げるものである。

2. 研究の目的

ソーシャルワーカーのジレンマやストレスに対応するため、制度的な改善、職能団体による予防への研修、個人へのスーパービジョンなどの支援による防止対策も、蓄積されてきてはいるが、まだ充分とはいえない。

今回の調査研究の目的は、個人のソーシャルワーカーが自分のキャリアアップの中でいかにそれらに対応して解決してきたかに焦点をあてる。実際の個人のライフヒストリーの中に対応策を示していく。今後若手のソーシャルワーカー、またこれからソーシャルワーカーを目指す者が自らバーンアウトしないように自衛のヒントを探るものである。

3. 研究の方法

本研究は関連の先行研究について集積し、その内容について分析も行う。また、20代から50代のソーシャルワーカーのライフヒストリーから、個々の生き立ち、福祉職を志した契機、キャリアアップのプロセスを聞き、ライフコースの共通事項について分析する。個々のキャリアの中での転職、職場内異動、家庭生活などの個人的変化、利用者と同僚との人間関係、介護保険や自立支援法などの制度変化において、どのように業務負担やストレス、ジレンマに立ち向かってきたか、アンケート調査と個人のライフヒストリーの中から明らかにする。

4. 研究成果

1) 関連分野の先行研究

専門性や技術論に関するものは多いが、ソーシャルワーカー像や個人に焦点を当てたものは少ない。保正知子、筆者らがソーシャルワーカーの成長過程に焦点をあてた「成長するソーシャルワーカー」筒井書房、2003年、「キャリアを紡ぐソーシャルワーカー」筒井書房、2007年の他、ブログの内容をまとめた「ソーシャルワーカーの Tomorrow Land」白澤政和、中央法規出版、が個人のキャリアに注目している。清水隆則他による「ソーシャルワーカーにおけるバーンアウト～その実態と対応策」中央法規出版 2004年は、バーンアウトを援助職の宿命ととらえ、ヒアリングによる4例の体験談とストレスへの対処法がまとめられている。組織や職場の対処法を提示している点は本研究とは異なる。

2) 本論－ライフヒストリー

(1) 若手8人のソーシャルワーカー

① 幼児期の吃音のコンプレックスを言語療法士により克服したことを契機に福祉職に目覚め、特養の介護職からケアマネジャー、指導員となった原田健二さん。新婚2年目に相手の精神障害による離婚での落ち込みと利用者の事故死が原因での職場の空気で、うつ病になる。(最初の苦境) どん底から回復

への契機は職能団体での勉強会に誘われ、研修会や飲み会に出ているうちに、鬱から脱出。人的ネットワークも広がり新しい職場への紹介、再婚、成年後見の資格取得、管理職昇進、大学院進学とキャリア発展していた。

②読書好きの少女時代から福祉系大学で心理学に興味を持ち、自分の性同一性に疑問を持ち始め、インターセックスの当事者組織で活動を始めた高木洋子さん。老人施設の介護職として採用され、介護福祉士の資格を取る。相談員になるため、ケアマネージャー、社会福祉士の受験に挑戦、8年間特養内で順調にキャリア発展を遂げる。在宅のケアマネに異動してから、施設内での介護と地域や在宅での複雑さに直面し多忙を極め、燃え尽き症候群とうつ病で退職する。(最初の苦境)

救われたのは職能団体の成年後見の養成研修での他の職場の仲間の体験談であった。全く異業種への転職も考えたが、再度ソーシャルワーカーに挑戦し、地域包括支援センターのSWとして働いている。

③教師に憧れ教育学部を受けるがすべて落ちて福祉系大学に進学。学生時代はスーパーや知的障害者施設のアパートで生活費を賄う。経験を買われ、社会福祉協議会の施設職員として経験者がいないことから責任者となった山口宏知さん。張り切りすぎと自分の癖の仕切り屋傾向が出て、過労のため急性肝炎で入院と四面楚歌に陥る。(最初の苦境)身体障害者授産施設に異動になり、介護からフル回転するも、職場での誤解でいづらくなり退職する。浪人期間は県社会福祉士会の若手メンバーとして活躍し、全国大会の実行委員として活躍、個人の社会福祉事務所のパートナーとして新たな方向を探っている。

④英語に興味を持ち、福祉系短大の頃、アメリカ留学を経験した酒井飛鳥さんは、アメリカと日本の福祉の必要な状況の違いに愕然とする。救護施設に就職し、社会から自らはじき出されたような人々に社会のせいというより人間の業を感じる。たまの海外旅行がリフレッシュであり、まだ大きなジレンマやストレスには見舞われていない。むしろ、家父長的な父親と自分、また弟と父親の葛藤で鍛えられ、社会でのジレンマやストレスに耐性ができていたのかもしれない。

⑤嫁姑問題のある家庭で妹の世話を焼き過ぎる姉として育った川越信子さんは、高校でも体育会系部活で世話焼き力を伸ばし、社会福祉系に進学。8か所受けた就活でやっと精神障害者のNPOに採用されるが、組織の拡大で多忙となり、鬱病となる。(最初の苦境)家族会、施設外の地域や自治体との委員会や会議での調整などの業務を新卒数年の一人で抱え込み、専門職として採用されたというプレッシャーと実際何でもこなす頑張り屋の性格が裏目に出た。退職後は法人の本部で

仕事に慣れながら、社会福祉士会の活動も再開している。

⑥相田美奈子さんは公立高校出身で女性も自立できる専門職をとの両親の理解もあり、福祉系大学で児童福祉を志す。母親が地元の自治体の公務員試験を勧め、老人施設での介護職、福祉事務所での高齢者支援、介護保険と多忙な職場を経験。県立看護学校の事務という閑職を経て、児童相談所への配属の準備として県の児童相談所に派遣される。これまでとは違う、家族調整の困難さ、職員とスーパーバイザーの不足に直面している。これまで13年介護の現場や福祉事務所での鍛練で乗り切れるはずである。

⑦体育が得意だった保科孝さんはスポーツ入学である私立大学に入学するも顧問の先生に最悪されているといじめに遭い、退学を余儀なくされる。高校付属の大学の経済学部に進学できアルバイトに精を出す。障害者の女性との付き合いをきっかけに障害者福祉に目覚め、パラリンピックでのボランティアをする。公務員試験に受かり福祉事務所に配属。社会福祉士の通信で資格取得を目指すも生保の過重な業務でバーニングアウト寸前で3日職場逃避。(最初の苦境)パートの職員増強やスクーリングで外の仲間ができて精神的に楽になり、職場も障害施設に異動。今は障害者スポーツをライフワークに県社会福祉士会の世話役として活動している。

⑧活発な少女だった牧保子さんは小学6年の時の父親の自殺で世界観が変わり、社会福祉に関心をもち進学。総合病院のMSとして採用され経験を積み県のMSW協会での活動にも参加する。8年ほどして長女のため郷里の精神病院に転職し結婚。生活の変化と精神病院という後進的環境でのストレスでかなりマイルが、社会福祉士の先輩である夫や上司の助言で立ち直る。

(2) 中堅ソーシャルワーカー (他6人)

①高校時代バレーボールに明け暮れた久田朝子さんは福祉系大学を卒業後、医療法人事務後社会福祉法人で特養寮母に採用される。異動で介護ヘルパー、デイサービス、在宅介護支援センターを回る内介護福祉士、社会福祉士の資格を取得。指導的な施設長が亡くなった時、故郷の町に在宅介護支援センターができるというので帰郷。町の介護全般のリーダーとして多忙な日を送る。

②アルコール依存症の父を持った宮田千恵子さんはしっかり者で福祉系大学に進み、精神病院に就職する。他の病院のケースワーカーから学び仕事を覚える中で父親と自分たち依存症家族への気づきがあるが、父親の入院や事故や火事、家族の葛藤のどたばたに付き合いながら、自分も結婚出産をこなしていく。父親の断酒が目途が付き、精神的に落ち着いたことから、自信のなかった資格取得に

挑戦する。介護支援専門員、精神保健福祉士、そして最後に社会福祉士。一番のストレスの要因は家族であり、仕事は逃げ場であった例。③ミッション系女子高で福祉に目覚め福祉系短大に進学し、特養で2年介護職を経験し、バーニングアウト寸前に結婚し、専業主婦となる。5年後2人の子どもの育児も一段落し、社協のパートを経験後、転勤に伴い大きな特養データービスの正職員として採用。ケアマネ、社会福祉士も通信課程で取得し、在宅介護支援センターで在宅のケアプラン作成に明け暮れる。家庭のためには仕事を一時中断するも良い意味で再開、両立させている例。他にベテランソーシャルワーカーとして7人、中途参入の6人のライフヒストリーを収録。

3) それぞれが遭遇したジレンマとストレス

(1) 若手については、ライフヒストリーで概略を述べたのでここでは省略する。

(2) 中堅ソーシャルワーカーのライフヒストリーで触れていない6人についてまとめる。

①組合運動の激しい職場での滝田知恵さん
親元を離れるため東京で公務員保母となるが、処遇とかけ離れ職員が研究会や勉強会の思想運動に熱心な環境に疑問を感じた。4年後同期が結婚で次々辞めていくのを見て仕事への意欲を失う。(最初の苦境)

貯金も十分あり昔の海外への留学熱が蘇り、退職して米国に留学。その後10年は生活のための福祉以外の仕事と米国でのSWの勉強のために費やし、33歳で再び日本の精神障害者で就労支援の仕事をしてしながら大学院に進学。現状では目標に挑戦しているのでストレスやジレンマはない。

②社会福祉法人の経営者の米田昌人さん
福祉系大学院卒業後、26歳まで県社協で研修や広報誌を担当し膨大な業務に追われていた。全国ボランティアフェスティバルで雑務も増大し日常業務は後回しだが、若さでどうにか乗り切った。(最初の苦境)

その後総務企画課を経て家業の社会福祉法人の事務局長として入り、介護保険施行後デイサービスを自治体から要請され開始した。事業は拡大しているが、経営的にはやればやるほど人件費がかさみ、福祉の仕事のジレンマに苛まれている。(第2の苦境)

③社協に反発して独立した石井林太郎さん
最初の法人では利用者獲得ノルマを課せられ、未達成職員のボーナスはカットされる方針に反発し退職(最初の苦境)

郷里の社協の在宅介護支援センターに就職するも役場の言いなりの在り方に疑問を感じ独立への準備。(第2の苦境)

独立社会福祉士事務所として理想を追求しているが、福祉行政や制度には個人としてどうしようもない無力さを感じる。収入も不安定で、自営で自由が利くはずだが、プライベ

イトの時間がとれないジレンマを抱える。(第3の苦境)

④県社会福祉士会長となった上田妙子さん
知的障害者施設では理不尽な業務をさせられたが、好きな人が居て6年間頑張ったが、結婚できずもっと立派な福祉職になろうと退職。(最初の苦境)

新たな法人の特養で資格を取り自信をつけ、県社会福祉士会の活動から会長になる。老健立ち上げで1年出向している間に同僚が自分のポストを奪い、復帰を邪魔するのに嫌気がさし、会長職として施設を空け外にできることも多くなり、それが可能な県内の他の法人に移動。(第2の苦境)

⑤若さ故看護師を敵に回した石川貴子さん
最初の就職先の精神病院でばかりにされないようにと頑張り過ぎ、看護師とも対抗することが多く、敵に回すと仕事ができないと院長から注意される。(最初の苦境)

結婚し不妊治療に取り組むが子どもができず、人生思い通りにいかないこともあると仕事に熱中する。精神病院が遅れている時代、まだノーマライゼーションが実現されないと感じ、自分だけでも新しい知識をと社会福祉士を目指す。(第2の苦境)

福祉の分野へと特養に転職し、ソーシャルワーカーができるかと張り切り過ぎオーバーワークと、ここでも利用者本位は理想だったと退職。(第3の苦境)再び精神病院で社会問題やアデクシオンの患者への援助で消耗しバーニングアウト。(第4の苦境)最後には公立病院の3人の一人としてMSの業務。

⑥職場のストレスが好きな脇田和子さん
精神病院というものを知らずに就職、人間関係も悪い相談室で孤軍奮闘しストレスで慢性胃腸炎となり体調を崩す(最初の苦境)も、MSの研修など外での人間関係を築き、その紹介で次の大病院に転職できる。結婚による遠距離通勤と郷里の母親ががんとなり、3百床の業務で過労とストレスで抑うつ状態となり退職。(第2の苦境)

自宅近くの病院の相談室で嘱託として勤め、学歴コンプレックスを解消するため、精神保健福祉士、ケアマネを取得し自信をつけるが、理解ある上司が居なくなり居づらくなる。(第3の苦境)

(3) 6人のベテランソーシャルワーカー

①福祉事務所ケースワーカー輪島重治さん
福祉事務所職員に憧れ区の職員になった3年目、やっとケースワーカーになれたが、実際の業務は見ていたとは大違い、右往左往で貧困の実態に啞然とする。(最初の苦境)

夜間大学も多忙でいけず8年目にやっと卒業。経験を積み高齢者福祉への関心広がる。43歳で公害保健係に配属、公害裁判やぜんそくの子供を見て無力感から苦悩。(第2の苦境)
音楽でリフレッシュして自分のライフワー

クを在宅介護、ホームヘルパーに定める

②介護の自営に行きついた村田美子さん
福祉系大学を卒業後特養の介護職に採用されるがいろいろな提言を施設長に容れてもらえず結婚に逃げる。(最初の苦境)
結婚への不適応と婦人病による不妊のため離婚し、再び特養で社会福祉士取得、10年間で指導員まで出世するが、理解ある施設長が亡くなり居づらくなる。(第2の苦境)
新しいパートナーに出会い、経営者の才能とリーダーシップを発揮し、NPOとして老人下宿やミニデイを開設し、介護のエッセイ作家、介護職員養成の講師として大活躍している。

③作業所閉鎖に追い込まれた大川達也さん
自立を目指す障害者との出会いを通じ、公務員の傍ら自立支援としての作業所を設立するが、赤字続きで遂に取引先に踏み倒され閉鎖に追い込まれる。(最初の苦境)
42歳で組合の権利意識の強さと公営施設の融通のなさに嫌気がさし、官の責任や期待が無くなり、民間法人のケアマネに転職し、県の社会福祉士会長として活動。(第2の苦境)

④児童養護一筋で副施設長の斎藤健之さん
福祉系大学卒業後、恩師の世話で就職した児童養護施設で真面目に勤め、代々の施設長に真摯に仕え、3人の子どもを育てながら指導員として勤務した。ストレスは苦手な試験だったが、やっと社会福祉士にも合格し、専門学校で非常勤などもこなせるようになった。

⑤仕事のしすぎで嫉妬された古賀則之さん
心理学科卒業し、親を安心させるため公務員となり、福祉の現場も知らずに特別職として児童分野のエキスパートとなった。県内の児童相談所をほとんど移動し、担当ケースも同僚の数倍、指導者もなく、ケース記録を読むことでセンスと技術を磨いた。仕事のしすぎと陰口を叩かれ、ペースを落としてつらさがやっと楽になった。(最初の苦境)
55歳で所長となるが、トップとしての責任と全体で扱うケースの多さでストレスとなるが、趣味の歌舞伎で乗り切る。(第2の苦境)

⑥理想の追求のため仲間とNPO設立
福祉系大学を卒業後、重度の県立知的障害者施設に就職するも大規模施設で疑問も多かった。理想に近い民間施設に移り4年間やりがいを感じて働くが、次の施設長がやる気がなく失望する。(最初の苦境)
妻の実家近くに引越したので、新たな施設に転職し、できるだけ新しいやり方を取り入れようとするが施設長が積極的ではなく、失望する。(第2の苦境) 国家資格取得の勉強会のネットワークで仲間を増やし、NPOを設立し、地域の障害者支援の輪を広げている。

(4) 中途参入5人のソーシャルワーカー

①施設長の責任が負担の深沢久美子さん
外食産業のサービス業で自立していたが、38歳で大学進学を決意、ソーシャルワーカーに

惹かれ福祉系大学と大学院に進学。福祉の大御所に目を掛けてもらい専門学校の教員になり、介護職員として経験を積む。生活指導員となった後、大御所のお声がかりで新しい特養の施設長に抜擢されるが責任の重圧とストレスで体調を崩す。(最初の苦境)

②活躍が同僚の嫉妬を招いた堅田久さん
大学卒業後一般的な仕事に就くが事務仕事に向かず1年で退職し郷里に帰る。親戚の会社で総務部長となるが、商売が自分に向いているか真剣に悩み、福祉の仕事に就きたく、介護施設の指導員となり社会福祉士を取る。ちょうど時代が介護保険開始時期で、研修会の講師として引っ張りだこになるが、同僚達から嫉妬され福祉の業界に嫌気がさす。(最初の苦境)
ちょうど市長選があり閉鎖的な地方政治に一石を投じたく立候補するが2位で落選する。次の年の市議選では2位で当選し、福祉を切り札に、地方政治を変えようと活動している。

③シルバー企業の営業マンの小森隆さん
スポーツ関係企業の営業マンが生死の境をさまよう事故に遭い、生還してこれからは福祉の時代とシルバー産業の営業マンとして成績トップとなる。しかし慢心が業種内の足の引っ張り合いを招き、退職を余儀なくされる。(最初の苦境)
社会福祉士の資格を取得し、病院の相談員も経験するが、やはり自分の努力の結果が出る営業が向いていると新たな民間シルバーに入社し、管理職にまで昇進する。

④外資系の秘書を経験した浅田美代子さん
スチュワーデスを結婚退職後、会社秘書、国際企画会社、日本語教師などを経験し、生涯学習として放送大学で学び、福祉に出会う。社会福祉士になった同窓生に刺激され、自分も資格を取ろうと研究科に入り、精神病院の相談室に勤務する。ケアマネの資格も取り、介護保険業務に忙殺され、バーニングアウト状態で退職する。(最初の苦境)
親の介護で帰郷し、再び老人病院の相談室、内科病院のワーカーを経て、地域包括支援センターのSWとして働いている。

⑤元看護師の社会福祉士、内藤基子さん
結婚前看護師だったが子育て中専業主婦。子供が大きくなり社会福祉の分野に惹かれ資格を取る。病院のデイサービスの責任者となるが、介護保険開始時の多忙さで過労、責任がストレスとなりバーニングアウト。(最初の苦境) その後、支えてくれる仲間も増えなれてきたが、部下からの過重労働への不満が増え、経営者との板ばさみとなり、ちょうど夫が過労死で亡くなったことも重なりストレスで退職。(第2の苦境)

4) アンケート調査の結果

(1) 回答者の状況

①20代(5名)、30代(31名)、40代(20名)、

50代(7名)、60代(5名)であった。

②性別は男性29名、女性40名であった。

③相談業務経験は、5年未満(20名)、10年未満(22名)、15年未満(12名)、20年未満(5名)、25年未満(5名)、30年未満(2名)で無記入3名の計69名であった。

④最終学歴は、福祉系大学(35名)その他の大学(20名)、専門学校(4名)、福祉系大学院(4名)、福祉系短大(5名)無記入(1名)

⑤今の仕事へとても満足が4名、まあまあ満足が48名、少し不満が13名、とても不満が4名であった。

(2) キャリアで体験したジレンマ(苦境)

①時期

1年目が10人、2~3年が6人、4~5年が5人、6~7年が2人、8~9年が4人、10年目が2人、14~15年が4人、16年以上も1人と1年目が最も多い。初日が3人もいる。

②ジレンマの内容

「業務内容への不満や同僚や後輩との関係悪化」が18人と最も多い。「上司との関係悪化」も8人と目立つ。「クレームなど利用者との関係悪化」も8人。「施設や法人への不満」「医者など他職種との関係悪化」「自分のキャリアのため」も3人いた。

(3) 福祉現場で起こりやすいストレス

①内容

待遇や給与への不満もストレスとなるが、圧倒的に多いのは対人サービスという福祉職の宿命からのストレスである。「他職種との価値観の違いから来る葛藤や人間関係悪化」「利用者との関係」「利用者の苦情やケースからの疲労、ジレンマからのバーニングアウト」が7割以上を占めている。

その他はどの職場にも共通の「上司との関係」「同僚でのいじめ」「コミュニケーション不足」「仕事の抱え込み」「労働条件からの過労」が2割、個人の意欲不足や私生活からくる個人に帰結できるものも1割程度ある。

(4) 福祉現場で起こりやすいジレンマ

福祉職として「人間(利用者)中心や個人の権利優先」と「経営的視点からの営利主義や合理的業務処理とのせめぎあい」もジレンマの大きな割合を占める。介護保険導入以後、社会福祉法人も経営合理化が迫られており、従業員と経営者での立場の違いが価値観に即反映している。

5) 本調査研究の到達点と今後の課題

(1) ストレスやジレンマへの対処方

①個人での対処法

アンケート回答やライフヒストリーで多く見られる対処法はプライベートな時間での趣味や気晴らしである。旅行や読書、音楽鑑賞で仕事のストレスを解消してリフレッシュするのは極めて一般的である。また一家団欒、育児や子どもの相手にかまけていつの間にか仕事の悩みを忘れ、乗り越えていたとい

う体験談も多い。

家庭生活が仕事でのストレスを倍増する事例もあるが、多少のプライベートな時間での家族への負担は、不思議なことに「それが喜びやリフレッシュにつながり、仕事へのエネルギーに繋がる場合も多い。

②組織での対応

個人で対処できない場合は上司によるスーパービジョンが必要である。また同僚によるピアカウンセリング、職場でのグループカウンセリングも有効である。カウンセリングのように改まらなくとも、職場会議、反省会、処遇会議やカンファレンスでも良い、上下関係なく自由に話せる雰囲気があれば、ストレス軽減に有効である。

チームケアやIPWなどが盛んに言われているが、職場でのケースカンファレンスでそれぞれの抱えている悩みや課題、困っているトラブルなどを出し合い共有し、改善策を話しあうことは、他職種間の関係改善に有効である。また職場外でのスーパービジョン、勉強会、研修会も違った視点での気付き、気分転換に役立つ。職能団体のブロック会などでの情報交換会、連絡会も経験年数の多彩なメンバーによる相互カウンセリング、スーパーヴィジョンの機能を果たす。職能団体の果たす役割はまさにここにある。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計5件)

鈴木真理子「他分野参入の女性ソーシャルワーカーのキャリアとライフコース」査読有、埼玉県立大学紀要10巻、2008年、p25~42

鈴木真理子「将来の福祉人材」『国保随想』社会保険出版、査読無、No1、2008年、p1

鈴木真理子「福祉人材養成の意義」『国保随想』社会保険出版、査読無、No10、2009年

鈴木真理子「女性のキャリアと福祉人材」『子ども未来』財団法人子ども未来財団機関誌、査読無、No455、2010年、p29

鈴木真理子「福祉職場のストレスとバーンアウト」『いきいきチャレンジ』財団法人長寿社会センター、査読無、No57(夏号)2010年、p17

〔学会発表〕(計1件)

鈴木真理子「社会福祉士のキャリアアップとストレスコントロール」社会福祉士学会、2009年

〔図書〕(計2件)

鈴木真理子「ソーシャルワーカーという生き方」中央法規出版、2002、A5、270p

鈴木真理子「ソーシャルワーカーのライフコースにおけるジレンマとストレスに関する調査研究」、調査報告書、2003、A4、264p

6. 研究組織

(1) 研究代表者

鈴木真理子

埼玉県立大学・保健医療福祉学部・教授

研究者番号：90279638

