

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 26 年 6 月 13 日現在

機関番号：32686

研究種目：基盤研究(C)

研究期間：2011～2013

課題番号：23530939

研究課題名(和文) 新任教師におけるリアリティ・ショックのプロセスの解明と予防プログラムの効果検証

研究課題名(英文) An investigation into the process of reality shock in first-year teachers and the efficacy of a prevention program

研究代表者

松永 美希 (MATSUNAGA, Miki)

立教大学・現代心理学部・准教授

研究者番号：60399160

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,900,000円、(間接経費) 1,170,000円

研究成果の概要(和文)：公立小・中学校に採用されて1年以内の新任教師を対象に、就職後のリアリティ・ショックがメンタルヘルスに及ぼす影響について検討するため、横断的研究および縦断的研究をおこなった。横断的調査の結果、リアリティ・ショックを感じる出来事の体験とストレス反応との関連が認められた。また1年間の縦断的調査の結果、就職後のリアリティ・ショックの程度は、その後のストレス反応を予測する可能性が示唆された。また、リアリティ・ショックへの対応に焦点を当てたメンタルヘルス研修プログラムを作成・実施し、統制群と比較した。その結果、プログラムの効果は十分に確認されなかったが、認知的対処の向上には有用である可能性が示された。

研究成果の概要(英文)：This study investigated the phenomenon of reality shock experienced by first-year teachers and examined the effect of a prevention program. We conducted cross-sectional research and longitudinal research to determine whether the reality shock experienced in teaching affects first-year teachers' mental health. The cross-sectional research showed a significant correlation between reality shock related teaching and stress response among first-year teachers. Moreover, the longitudinal research suggested that reality shock significantly predicted stress response. In addition, first-year teachers underwent a mental health program that focused on coping with reality shock; we compared the program's effects on these teachers with those observed in a control group. The efficacy of the program was not confirmed but the program showed potential for use in the improvement of cognitive coping.

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：ストレス メンタルヘルス 予防的介入

1. 研究開始当初の背景

新任教師の離職は大きな問題であり、採用1年以内の離職者数は、平成15～21年度で111名から302名と急増している(文部科学省, 2012)。この背景の1つに、教師全体のメンタルヘルスの悪化がある。文部科学省によると、平成20年度の病気休職のうち精神疾患を理由とする者は5,400人(64.0%)に上り、その数は平成10年度の約3倍である。したがって、新任期における離職問題とメンタルヘルス危機への対応は喫緊の課題となっている。

若年就業者の職場適応・定着を阻害する要因として、リアリティ・ショックの存在が指摘されている(尾形, 2007)。リアリティ・ショックとは、就職前に想像していた職務イメージと、実際に就職した後の現実とのギャップ(Schein, 1978; 二村・三善, 1991)やそれによって起こるショック現象(宗像・及川, 1986)である。わが国では看護分野で、新任期のリアリティ・ショックが早期離職の一因となることが明らかにされ、研究知見に基づいた新任者支援が行われて効果を上げている。

新任教師については主に国外において、リアリティ・ショック現象は、新任教師の早期離職におけるもっとも大きな要因の1つであるといわれている(Rosenholtz, 1989)。しかし日本においては、新任教師を対象にした研究自体の数が少なく、特にリアリティ・ショック現象については、申請者が平成19年～現在に実施した一連の研究(原田・中村, 2008; 原田・松永・中村, 2008; 原田・松永・中村, 2009; 松永・原田・中村, 2010)のみである。

われわれは、平成17～18年度の新任教師を対象とした臨床実践を基盤に、平成19年～21年度に、新任教師のリアリティ・ショックに関する面接調査(原田・中村, 2008)と、リアリティ・ショック尺度作成と尺度を用いた横断的検討(原田・松永・中村, 2008; 原田・松永・中村, 2009; 松永・原田・中村,

2010)をおこなった。その結果、新任教師のリアリティ・ショックでは、「多忙感」「経験不足」「生徒・保護者との関係」「職場の人間関係」「理想と現実のズレ」といった職業イメージの変化が生じていることが示唆された(原田・松永・中村, 2009; 松永・原田・中村, 2010)。また分析の結果、リアリティ・ショックに、通常の職業ストレスが加わるとストレス反応がより強まる可能性を明らかにした(原田・松永・中村, 2009)。また、新任者が求める支援の質的分類を行い、リアリティ・ショックの観点から新任教師支援が可能であることを確認した(中村・原田・松永, 2010)。

以上の経緯を経たが、新任教師のリアリティ・ショックについて、複数の市や県でデータを収集して結果を一般化すること、リアリティ・ショックの促進・緩和要因を検討すること、縦断研究による評価、新任教師のメンタルヘルス向上に特化したプログラムの開発とその効果の実証的検証が課題として残されており、これらの課題について検討する必要がある。

2. 研究の目的

そこで、本研究の目的は、以下の4点である。

- (1) 原田・中村・松永(2009)で予備的に作成したリアリティ・ショック要因尺度の信頼性・妥当性を検討し、尺度の一般化をおこなう。
- (2) リアリティ・ショック要因尺度とその他のメンタルヘルス関連尺度(ストレス反応、被援助志向性など)との関連を横断的に検討する。
- (3) 就職後のリアリティ・ショックによる新任者のメンタルヘルスへの影響過程と、リアリティ・ショックの促進・緩衝要因について、縦断的に明らかにする。
- (4) リアリティ・ショックの緩和を目的

とした研修プログラム（予備プログラム作成は終了しているので研究知見を反映させ改訂）を実施し、プログラムの有用性について検討を行う。

3. 研究の方法

(1) 新任教師のリアリティ・ショック要因尺度の作成と尺度の信頼性・妥当性の検討

調査協力者および調査時期：A県B市に採用された公立小・中学校新任教師を対象とした初任者研修内にリアリティ・ショック要因尺度を含む質問紙調査への回答を依頼した。尺度開発にあたり、2つのサンプルを用いた。サンプル1の調査時期は2011(平成23)年8月であり、新任教師104名(男性49名,女性55名)であった。サンプル2は、2012(平成24)年8月であり、新任教師119名(男性43名,女性76名)であった。

質問紙調査の構成：a)就職前後の職務イメージ(原田ら,2008):2項目,b)教師用リアリティ・ショック要因尺度:44項目,c)ストレス反応尺度 下光・原谷(2000)の職業性ストレス簡易調査票のうち29項目。

分析方法：リアリティ・ショック要因尺度については、因子分析や信頼性係数を算出し、尺度の信頼性・妥当性を検討した。また、リアリティ・ショックとストレス反応との関連を検討した。

(2) リアリティ・ショックとメンタルヘルスとの関連に関する横断的検討

調査協力者および調査時期：A県B市の公立小・中学校に採用されて1年以内の新任教師160名を対象に、就職後4ヵ月時(2011年8月)に質問紙調査を実施した。

質問紙調査の構成：a)就職前後の職務イメージ変化,b)教師用リアリティ・ショック要因尺度((1)にて作成),c)職業性ストレス簡易調査票のストレス反

応に関する項目(下光ら,2009),d)コーピング特性簡易尺度(BSCP;影山ら,2003),e)ソーシャルサポート尺度(小牧・田中,1993),f)状態被援助志向性尺度(田村ら,2006),g)特性被援助志向性尺度(田村ら,2006)。

(3) リアリティ・ショックがメンタルヘルスに及ぼす影響過程に関する縦断的検討

調査協力者と調査時期：A県B市の公立小・中学校に採用されて1年以内の新任教師117名(男性42名,女性75名)を対象に3回(2012年8月,10月,2013年2月)にわたって質問紙調査を実施した。3回の調査に連続して回答した者は102名であり、欠損のあるケースはLast Observation Carried Forward法を用いて最終観測値を代入して分析を行った。質問紙調査の構成：a)就職前後の職務イメージ変化,b)教師用リアリティ・ショック尺度(原田・松永・中村,2009),c)職業性ストレス簡易調査票のストレス反応に関する項目(下光ら,2009),d)コーピング特性簡易尺度(BSCP;影山ら,2003),e)ソーシャルサポート尺度(小牧・田中,1993),f)状態被援助志向性尺度(田村ら,2006),g)特性被援助志向性尺度(田村ら,2006),h)自動思考尺度(坂本ら,2004)。

分析方法：就職時のリアリティ・ショックの程度が4ヵ月後、その後のストレス反応を予測するかどうか、またリアリティ・ショックの促進・緩衝要因について多変量解析を用いて検討した。

(4) リアリティ・ショックの対応に特化したメンタルヘルス研修プログラムの策定と効果検証

対象と手続き：A県B市とC県の公立小・中学校に採用されて1年以内の新任教師181名であり、介入群102名と統制群69名であった。介入群にのみ、

2013年8月に200分のメンタルヘルス研修プログラムを実施し、その前後で質問紙調査を行った。統制群には、質問紙調査のみを実施した。

プログラム内容：研修プログラムは、研究1・2の知見をもとに、講義（60分）とグループワーク（140分）で構成した。講義では新任教師が体験しやすいストレスである「リアリティ・ショック」と、それへの対応を解説した。またグループワークでは、「柔軟な考え方をできるようにする」ことを目的に、提示したシナリオをもとにグループで認知行動療法の技法（認知再構成）に取り組んでもらった。

効果評価：研修プログラムの効果を検討するため、介入群・統制群の両群に対して、プログラム3か月前（5月）、プログラム直前・後（8月）、プログラム3～6か月後において質問紙調査を実施した。質問紙の内容は、a)教師用リアリティ・ショック尺度（原田・松永・中村，2009）、b)職業性ストレス簡易調査票のストレス反応に関する項目（下光ら，2009）、c)状態被援助志向性尺度（田村ら，2006）であった。

4. 研究成果

(1) 新任教師のリアリティ・ショック要因尺度の信頼性・妥当性の検討

44項目のうち、フロア効果または天井効果のあった6項目を除外し、38項目について因子分析をおこなった。その結果、「職場の人間関係」、「経験不足」、「生徒・保護者との関係」、「多忙感」の4因子20項目が抽出された。尺度全体の信頼性係数は各因子の $=.87$ 、因子別は $=.80 \sim .82$ であり、高い内的一貫性が認められた。

また作成した尺度と就職前後でのイメージ変化との関係を検討した結果、リアリテ

ィ・ショック要因尺度の高得点者において就職後に職業イメージがネガティブに変化した者の割合が多くなっていった（ $\chi^2(2)=23.25, p<.001$ ）。このことから、リアリティ・ショック要因尺度の併存的妥当性が確認された。

さらにストレス反応との関係を検討したところ、活気の低下以外のすべてのストレス反応への影響が有意であった。これらの結果から、リアリティ・ショック要因尺度の信頼性・妥当性が確認された。

(2) リアリティ・ショックとメンタルヘルスとの関連に関する横断的検討

質問紙調査の結果、対象者の約4割は、就職前にポジティブなイメージを持っていたにも関わらず、就職後にネガティブなイメージに変化していた。またリアリティ・ショック要因からストレス反応への影響について、重回帰分析の結果、経験不足は不安感と抑うつ感に対して正の影響が（順に $=.26, p<.01$; $=.25, p<.01$ ）、生徒・保護者との関係は、イライラ感と抑うつ感に対して正の影響が有意であった（順に $=.15, p<.01$; $=.19, p<.01$ ）。多忙感は、疲労感と抑うつ感に対して正の影響が有意であった（順に $=.17, p<.01$; $=.13, p<.01$ ）。

また、状態被援助志向性の低い者は高い者に比べて、不安感や身体愁訴を強く感じていた。また特性被援助志向性の低い者は高い者に比べて、抑うつ感を強く感じていた。

今回の結果から、新任教師においては、就職後に生じるリアリティ・ショックがストレス反応に影響することが示唆された。また援助を求めることの抵抗感や否定的態度がストレス反応に影響する可能性についても示された。

(3) リアリティ・ショックがメンタルヘルスに及ぼす影響に関する縦断的検討

8月時点（就職4ヶ月）のリアリティ・ショックの程度とその後のストレス反応との関連について検討したところ、就職7ヶ月後

(10月)のストレス反応($r=.51, p<.001$), 就職11ヶ月後(2月)のストレス反応($r=.56, p<.001$)ともに中程度の正の相関を示した。さらに重回帰分析の結果,11ヶ月後のストレス反応については,初回調査時(8月)のストレス反応と基本属性(性,年齢,担任の有無)をコントロールしても,リアリティ・ショック($r=.30, p<.01$)とネガティブな自動思考($r=.16, p<.10$)は正の影響($R^2=.52, p<.001$)を与えていた。このことから,リアリティ・ショックの程度がその後の適応を予測する可能性が示唆された。

(4)リアリティ・ショックの対応に特化したメンタルヘルス研修プログラムの効果

プログラムの効果について,介入群と統制群とで比較するため,各時期の尺度得点を従属変数,群(介入・統制)と時期(プログラム前・後・3~6か月後)を独立変数とした繰り返しのある2要因分散分析をおこなった。その結果,リアリティ・ショック合計得点について,交互作用が有意であったが($F(2, 358)=3.10, p<.05$),プログラム前の得点が介入群は統制群よりも低くなっており,介入後には得点差が見られなかった。またK6(ストレス反応)と被援助志向性については,主効果および交互作用ともに有意ではなかった。

また介入群のみ,介入前後において,認知的対処の自己効力感のうち,「客観的・多面的な捉え方」4項目について評定を求めた。時期を要因とした分散分析を行った結果,4項目すべてで時期の効果が有意であり,介入後は前よりも得点が高くなっていった($p<.01$)。

以上のことから,本プログラムが新任教師のリアリティ・ショックやストレス反応を低減させる効果については確認されなかったが,柔軟な思考,とくに客観的・多面的なものの捉え方の向上には有用である可能性が示された。

5. 主な発表論文等

[雑誌論文](計6件)

松永美希・中村菜々子・原田ゆきの・石井眞治 (2014). 新任教師のリアリティ・ショック,産業ストレス研究,21(3),印刷中. 査読有

中村菜々子・松永美希・原田ゆきの・三浦正江・石井眞治 (2014). 新任教師のリアリティ・ショックの影響を緩和する社会的要因の探索的検討:ソーシャルサポートと援助要請に関する質的・量的検討,発達心理臨床研究(兵庫教育大学発達心理臨床センター紀要),20,1-9. 査読無

西川大志・松永美希・古谷嘉一郎 (2013). 反すうが自動思考と抑うつに与える影響 心理学研究,84,451-457. 査読有

三浦正江 (2013). 中学生用学校デイリーアップリフツ尺度(DUS-J)の作成 健康心理学研究,26,38-47. 査読有

細田幸子・三浦正江 (2013). 児童を対象としたストレスマネジメント教育における一考察 ストレスマネジメント・スキルの実行度に注目して ストレス科学研究,28,45-54. 査読有

松永美希・鈴木伸一・岡本泰昌 他6名 (2012). 心理士が中心に実施したうつ病の集団認知行動療法:大学病院における取り組みから 行動療法研究,38,181-191. 査読有

[学会発表](計11件)

松永美希・中村菜々子・原田ゆきの・三浦正江・石井眞治 新任教師のメンタルヘルス悪化・緩和要因に関する縦断的検討,日本心理学会第77回大会,2013年9月19日,札幌コンベンションセンター
三浦正江・水間里美・細田幸子 (2013). 高校生を対象とした対人コミュニケーションスキル・トレーニングの実践(2),日本行動療法学会第39回大会,2013年8

月25日, 帝京平成大学
松永美希・原田ゆきの・中村菜々子・石井眞治 新任教師のリアリティ・ショックとメンタルヘルスとの関連(5), 日本行動療法学会第39回大会, 2013年8月23日, 帝京平成大学

Miki Matsunaga, Yukino Harada, & Nanako Nakamura A longitudinal study of the reality shock and mental health among first-year teachers 7th World Congress of Behavioral and Cognitive therapies, 2013年7月25日, PERU, LIMA

松永美希 新任教師のメンタルヘルス - リアリティ・ショックとその向き合い方, 日本学校メンタルヘルス学会 第16回大会(招待講演), 2013年1月12日, 広島市立大学

松永美希 心理士によるうつ病の認知行動療法のエビデンス 心理士が中心となって実施したうつ病の集団認知行動療法, 日本行動療法学会 第38回大会(招待講演), 2012年9月21日~2012年9月23日, 立命館大学

阿嘉禎貴・松永美希 保育士が困難さを感じる子どもの行動, 日本心理学会第76回大会, 2012年9月11日~2012年9月13日, 専修大学

Miki Matsunaga, Yukino Harada, & Nanako Nakamura Relationship between the reality-shock and mental health among first-year teachers 30th International congress of Psychology, 2012年7月25日, South Africa, Cape town.

中村菜々子 新任教師の援助要請行動に影響を与える要因の検討 被援助志向性とサポート知覚の影響 日本コミュニケーション心理学会 第15回大会, 2012年07月14日~2012年7月15日, 北翔大学

松永美希・原田ゆきの・中村菜々子・石井眞治 新任教師のリアリティ・ショックとメンタルヘルスの関連(4)-入職1年目の縦断的検討- 日本行動療法学会第37回大会 2011年11月27日, 飯田橋 家の光会館(東京家政大学)
西川大志・松永美希・古谷嘉一郎 反すうが自動思考と抑うつに与える影響, 日本心理学会第75回大会, 2011年9月17日, 日本大学

〔図書〕(計0件)

〔産業財産権〕
出願状況(計0件)

取得状況(計0件)

〔その他〕
ホームページ (松永研究室)
<http://mikim.rikkyo.ac.jp/>

6. 研究組織
(1)研究代表者
松永 美希 (MATSUNAGA, Miki)
立教大学・現代心理学部・准教授
研究者番号: 60399160

(2)研究分担者
中村 菜々子 (NAKAMURA, Nanako)
兵庫教育大学・学校教育研究科・准教授
研究者番号: 80350437

石井 眞治 (ISHII, Shinji)
比治山大学・現代文化学部・教授
研究者番号: 60112158

三浦 正江 (MIURA, Masae)
東京家政大学・人文学部・教授
研究者番号: 00330134

(3)連携研究者
なし