

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 27 年 6 月 19 日現在

機関番号：37119

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2012～2014

課題番号：24730684

研究課題名(和文) 保育士のメンタルヘルスケアに関する研究

研究課題名(英文) Research of childcare persons' mental healthcare

研究代表者

上村 眞生 (uemura, masao)

西南女学院大学・保健福祉学部・准教授

研究者番号：30530050

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)：日常の多忙な業務に加え、制度変更等に伴い業務内容が拡大し続けている保育士に対する、効果的な支援方略を検討した。その中で、特に新人保育が深刻な状況であることが明らかとなった。また、このような新人保育士に対しては、ストレスに対する耐性力(レジリエンス)を高めることが有効であることが示唆された。そこで、ストレス耐性力を高めるために、自己効力感を高める取り組みが有効であることから、職場内において日常的な支援を実施した結果、精神的な健康度については改善されたものの、勤務時間の長さや恒常的な疲労に起因すると考えられる精神的な疲労度については改善が確認されなかった。

研究成果の概要(英文)：This study examined effective plans for supporting childcare persons, whose work continues to expand in scope, over and above their existing daily work, consequent to structural changes in the system. It was revealed that the situation is particularly serious in the case of new childcare persons. Moreover, it was suggested that increasing resilience to stress for such workers would result in increasing their efficiency. Although improvements in mental health were achieved by providing routine support in the workplace, based on the recognized effectiveness of increased self-efficacy in improving resilience to stress, no improvements were confirmed for mental weariness, which is thought to occur due to long working hours and constant fatigue.

研究分野：教育学

キーワード：保育士 メンタルヘルス 自己効力感

1. 研究開始当初の背景

近年の、我が国の保育者を取り巻く状況の変化には著しいものがある。例えば、多様な保育ニーズへの対応や子育て支援の充実といった保育サービスの量的拡大が要求される中、保育サービスにおける第三者評価事業の導入や保育士の国家資格化等、高い保育の質の担い手であることが求められている。このような保育の質的側面については、全国保育士会倫理綱領(2004)や2008年に改訂された保育所保育指針においても恒常的な資質向上・専門性の向上が掲げられており、新たな保育施設として注目されている認定子ども園においても、その主目的の1つとして、高い保育の質の確保と提供が挙げられている。つまり、我が国の保育者においては、幅広い保育サービスの提供に加え、質の高い保育を恒常的に提供することが求められているといえる。

その一方で、保育者の労働環境は決して良好とはいえず、保育者の職場環境のストレスサーとして、「上司との関係」、「同僚との関係」、「養育者との関係」、「多忙感」が存在し、とりわけ「多忙感」に対するコンフリクト認知が高いことが明らかとなっている(岡田ら、2001)。また、保育所や幼稚園の運営においても少子化の影響や法人としての法的制約から潤沢とは言い難い上に、保育者の平均年収はおよそ250万円程で我が国の労働者の平均年収と比較しておよそ100万円程度低くなっている(厚生労働省、2013)。そのため、時間的にも金銭的にも余裕があるとは言えず、先述した職務内容の充実のために必要となる自己研鑽のための研修機会の確保や心身を休めるための適度な休息をとる余裕もないのが現状である。

このような状況に加え、少子化の影響が取り沙汰されている昨今にあって、これと矛盾するように待機児童の問題もまた深刻化している。さらにはワークライフバランスが提唱され、仕事と子育ての両立、自己実現への新しい提案がなされる中において、その根底を支える役割を担う保育者の負担は今後も増大していくことが懸念される。

2. 研究の目的

本研究では、社会的ニーズの点から、特に負担の増大が懸念される保育所保育士に焦点を当て、そのメンタルヘルスケアを効果的・効率的に実施するためのモデルを構築することを目的とする。その際、経験年数によって保育者の関心が変化(高濱、2001)ことから、それに伴って直面する悩みも変化することが考えられる。そのため、経験年数による違いを考慮して検討することとする。

そこで本研究では、以下の3点について明らかにする。(1)保育士のストレスサーについて、(2)保育士のメンタルヘルスの状態について、(3)保育士のメンタルヘルスケアの効果について、である。

3. 研究の方法

(1)保育士のストレスサーについて

A県の保育士養成校の学生(保育所実習経験済みの学生)、新人保育士(経験年数5年未満)、中堅保育士(経験年数5年以上20年未満)、ベテラン保育士(経験年数20年以上)各2名を対象に、「今、困っていること」について、平成24年から25年までの間、定期的に各5回のインタビュー調査を実施した。調査についての同意を得て、インタビュー中はICレコーダにて録音し、後日文字データ化した。

(2)保育士のメンタルヘルスについて

A県の保育士を対象に、質問紙による調査を実施した。使用した質問紙は、精神的健康度を測定する「WHO SUBI」:WHO、ストレスへの対処行動であるコーピングの特徴を測定する「SCI」:日本健康心理学研究所、ストレス耐性を測定する「S-H式レジリエンス尺度」:祐宗である。以上の質問紙を1組とし、無作為に抽出したA県内の保育所に依頼し、調査協力が得られた保育所の保育士を対象とした。調査は無記名で行い、回収方法についても対象者を特定できる情報が含まれないよう配慮した。配布数783、回収数532(回収率67.9%)であった。

(3)保育士のメンタルヘルスケアについて

上記の調査結果を踏まえ、特に新人保育士に対する支援が必要であることが明らかとなったことから、A県のB保育所の経験年数5年未満の保育士7名を対象とし、メンタルヘルスケアに関する介入調査を実施した。概ね2か月に1度、「今、困っていること」に関するインタビュー調査を実施すると共に、その中で抽出された各保育士が抱える課題について適宜情報提供や課題解決の方向性を示した。また、上記の調査結果から、新人保育士の自己効力感を高めることが有効であることが示唆されたため、管理職および同僚の保育士に自己効力感を高めるような日常的な声掛けや励ましを依頼し、3か月に1度精神的健康度を測定する「WHO SUBI」:WHOとストレス耐性を測定する「S-H式レジリエンス尺度」:祐宗を使用し、メンタルヘルスケアの効果を検討した。

4. 研究成果

(1)保育士のストレスサーについて

保育士養成校の学生および各経験年数の保育士が抱える仕事上の悩みについて、特徴的な結果を以下に示す。

保育士養成校の学生

- ・子どもとの関わりに戸惑うことが多く、一方的に話掛ける等、子どもの気持ちを考慮できなかった。
- ・複数の子どもに遊んで欲しいと言われたときにどう対処して良いか分からなかった。
- ・子ども同士のケンカの場面で、どう声をかけて良いか分からず、何もできなかった。
- ・先生によって指示内容が異なる時に、どの

先生の指示に従えばよいか迷った。

- ・指導してくれる先生に何度も同じことを尋ねるのが申し訳ない気がしたり、常に忙しいようにしている先生方にどのタイミングで声をかけて良いのかが分からなかった。

新人保育士

- ・子どもたちが経験年数の長い先生の話は聞くが、自分の話は全く聞いてくれない。子どもとの信頼関係がまだできていないから、と言われるが、信頼関係を築くための関わりが充分できないので、先が見えない。
- ・先生によって助言や指示の内容が異なる時に、どの先生に従えばよいか分からなくなる。
- ・うまく保育ができないので、先輩に呆れられているのではないかと不安になる。
- ・先輩が残っていると、勤務時間が終わっても帰りにくい。
- ・子どもと関わる以外の仕事が多い(書類等)。
- ・行事の前はとにかくすることが多いのと、責任があるので不安になる。

中堅保育士

- ・クラス全体をまとめるのがうまくいかない。長期的な保育目標の達成ができていないのが自信がない。
- ・子どもに対して指示的になってしまうことがある
- ・後輩の指導が難しい。話が合わない気がしていて、話していても伝わっていない気がする。
- ・主任や園長の言うことが違う時に戸惑う。
- ・平日やお昼に動ける時間がないので、家庭のことや自分の子どものことで両立が大変である。

ベテラン保育士

- ・保育がマンネリ化していないか不安になる。
- ・後輩の指導がうまくいかない。
- ・保育の質の向上のための園内研修や勉強会が必要だと思うが、若い先生たちには負担も大きいだろうと考えると難しい。
- ・保護者の対応が難しい。

以上のように、各経験年数において、保育所内での役割に即した悩みが多いことが伺える。中でも、学生と新人保育士は「子どもと関わる」という基本的な保育技術の点で経験不足からくる自信の喪失が伺える。また、新人保育士、中堅保育士の結果からは、保育士の仕事量が多いことも伺える。

(2) 保育士のメンタルヘルスについて

保育士のメンタルヘルスについて、主観的健康度(SUBI)の結果を表1に示す。SUBIでは、メンタルヘルスを「心の健康度」と「心の疲労度」の両側面から評定することが可能である。本調査対象は女性保育士のみであったため、一般成人女性の結果も付け加えている。本結果から、保育士の「心の健康度」は一般成人女性よりも良好なもの(得点が高い程度良好)、「心の疲労度」は一般成人女性よりも

表1 保育士の主観的健康度の平均得点

	全体	新人	中堅	ベテラン	一般成人女性
心の健康度	38.9	38.1	38.4	41.0	34.7
心の疲労度	50.8	49.1	50.8	52.6	51.2

高い(得点が低い程度疲労度が高い)ことが明らかとなった。特に新人保育士については、「心の疲労度」が他よりも高いことが分かる。

さらに、ストレスに対して、どのように対処しているかというコーピングをどれくらい有しているかを評定するSCIの結果からは、保育士が有するコーピングは非常に少ないことが明らかとなり、効果的な対処行動をとることができていないことが明らかとなった。

そして、ストレスに対する耐性力であるレジリエンスについては、以下の表2のような結果が得られた。レジリエンスは、「ソーシャルサポート因子」「自己効力感因子」「社会性因子」で構成されており、その合計がストレス耐性力であるレジリエンス得点として評定されるものである。本結果から、新人保育士はいずれの項目においても得点が低く、ストレス耐性力が低いことが明らかとなった。一方で、ベテラン保育士のストレス耐性力は高く、特に「自己効力感因子」の得点が非常に高いことが分かった。

表2 保育士のストレス耐性力得点

	新人	中堅	ベテラン	一般成人女性
レジリエンス得点	100.9	103.2	109.0	103.4
ソーシャルサポート	49.9	51.2	52.6	51.1
自己効力感	33.2	34.1	37.2	34.1
社会性	17.8	17.9	19.2	18.1

以上の結果から、特に新人保育士がメンタルヘルスを損なっていることと、保育現場においては、ストレス耐性力を高めることでメンタルヘルスを良好に保つことができる可能性が示唆された。さらに、ベテラン保育士の主観的健康度(SUBI)の結果とレジリエンスの結果を合わせて考えると、自己効力感を高めることでストレス耐性力が高くなり、その結果として、メンタルヘルスを良好に保つことができると考えられる。

(3) 保育士のメンタルヘルスケアについて

これまでの結果を踏まえ、新人保育士に対するメンタルヘルスケアが有効であると考え、経験年数5年未満の保育士を対象に定期的にストレス要因を聞き取り、並行して同一園内の保育士による自己効力感を高める取り組みを実施した。ストレス要因について、平成25年度まで実施したインタビュー調査結果で明らかになった新人保育士の悩みに加えて、特徴的であった調査結果を以下に示す。なお、インタビューで明らかになった課題のうち、可能なものは適宜助言や情報提供を行った。

- ・研修機会をいただいで勉強させてもらって

いるが、通常の仕事後に実施されるものもあり、その日の仕事が終わらないのと、疲労がたまる。

- ・担任をしていることや先輩の手前、連休をとりにくいので、友人と旅行に出かけたり、長期で旅行に行くことができない。
- ・時差出勤のため、同期と食事に行ったりできないし、生活リズムの維持に苦労する。持ち帰りの仕事と合わせて、睡眠時間がなかなかとれない。
- ・2か月に1度は大きな行事があるのと、毎月何かしらの行事(誕生日会や地域交流)があるので、常に行事の準備に追われている気がする。
- ・大きな行事の前はゆったり保育することができず、子どもも落ち着きがなくなり、ケガも増える。
- ・友達同士のケンカや見ていない所でのケガ等で、保護者に説明するのが精神的に辛い。
- ・子育ての悩み等、年が近い保護者に相談されるが、なかなかうまく答えられない。

また、主観的健康度(SUBI)とストレス耐性力(レジリエンス)を定期的に測定し、メンタルヘルスクアの効果を測定した。結果を表3・表4に示す。結果から、「心の健康度」と「レジリエンス得点」が高くなり、中堅保育士の平均得点(表1・表2参照)と同等に変化したことが明らかとなった。一方で、「心の疲労度」に関しては大きな変化は確認できず、職場内における日常的な賞賛や励まし、直面する課題の解決は、ストレス耐性を高め、「心の健康度」に寄与する可能性は示唆されたものの、「心の疲労度」の軽減には繋がらないことが明らかとなった。この理由として、インタビュー調査から得られた特徴的な回答において、日常的な疲労感や負担感、定期的に行われる通常の保育外の行事の負担感、子どものケガといったイレギュラーな出来事への対応が影響していることが考えられる。

表3 主観的健康度得点の推移

	1回目平均	2回目平均	3回目平均	新人保育士の平均
心の健康度	37.8	39.5	40.2	38.1
心の疲労度	48.3	48.6	49.3	49.1

表4 ストレス耐性力得点の推移

	1回目平均	2回目平均	3回目平均	新人保育士の平均
レジリエンス得点	101.4	102.4	103.1	100.9
ソーシャルサポート	49.7	50.1	50.7	49.9
自己効力感	33.5	34.2	34.3	33.2
社会性	18.2	18.1	18.1	17.8

(4) 研究の成果と課題

本研究では、近年の職務拡大や制度改変によりこれまで以上に負担が増大するであろう保育士を対象に、メンタルヘルスの現状把握、効果的な支援方略について検討してきた。

その結果、保育士のメンタルヘルスについては、特に新人保育士の状態が好ましくないことが明らかとなり、中堅・ベテラン保育士のメンタルヘルスの状態を参考に、自己効力感を高めることでストレス耐性を高めることが期待できることから、職場内におけるメンタルヘルスクアの方略について検討した。結果として、新人保育士の課題抽出とその対応、同僚による継続的な肯定的評価により、自己効力感の獲得と「心の健康度」の向上に寄与することが推察された。

以上のように、保育士のメンタルヘルスに影響を与える要因について、数量的資料を基に明らかにし、介入することで一定の変化が確認されたことは、保育士に対するメンタルヘルスクアのモデルとなり得る本研究の大きな成果であると考えられる。一方で、特に問題となっている「心の疲労度」に対する効果的な支援方略については、本研究では明らかにすることができなかった。今後は、保育士がストレスへの対処行動をほとんど取っていない点に着目し、「心の疲労度」の軽減について検討する必要がある。

引用文献

- 厚生労働省 (2008) 保育所保育指針。
 厚生労働省 (2013) 賃金構造基本統計調査。
http://www.mhlw.go.jp/toukei/list/chingin_zenkoku.html (2015年6月10日情報取得)
 岡田節子・齋藤友介・中嶋和夫 (2001) 保育士の職場環境ストレス認知尺度. 保育学研究. 第39巻第2号. 209-215
 高濱裕子 (2001) 保育者としての成長プロセス. 風間書房
 全国保育士会、柏女霊峰 (2009) 改訂版全国保育士会倫理綱領ガイドブック. 全国社会福祉協議会

5. 主な発表論文等

成果報告ホームページ
<http://www3.seinan-jo.ac.jp/university/account/uemura/HOME.html>

6. 研究組織

(1) 研究代表者

上村 眞生 (UEMURA, Masao)

西南女学院大学 保健福祉学部・准教授

研究者番号：30530050