

## 自己評価報告書

平成23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：2008～2011

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

研究分野：臨床心理学

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. 研究計画の概要

(1) 学校現場における問題行動は多岐にわたり、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6割を超え、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。教師の精神的健康については、バーンアウトに関する研究があげられる。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、看護師など)に比べれば極端に少ないことは事実であり、バーンアウト尺度(マスラック・バーンアウト尺度)の因子構造についても一貫した結果が得られていない。そこで本研究においては、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にする。

(2) 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を明らかにする必要があるものの、教師におけるプロセスモデルの検討は、まだまだ少ないのが現状である。横断的研究はみられるが、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。そこで本研究ではバーンアウトのプロセスについて、縦断的研究を行いモデルの検討を行う。

(3) 以上の結果をふまえたバーンアウト低減のための介入を行い、バーンアウト予防のための手だてを明らかにする。

## 2. 研究の進捗状況

(1) 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。

(2) 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。管理職のバーンアウト得点は教諭の結果よりも低く、メンタルヘルスは保たれていることが示された。

(3) 先行研究や現在までの研究結果から、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重要なの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、web上で簡単にチェックできるバーンアウトのアンケートの作成を行った。

### 3. 現在までの達成度

#### ② おおむね順調に進展している

現在までの達成度としては、小・中学校のバーンアウト尺度の因子構造を明らかにすること、バーンアウトのプロセスを明らかにすることの2つの目的は達成されている。予防のための介入や手立てを今後行う必要があることからおおむね順調とした。

### 4. 今後の研究の推進方策

web上でのバーンアウト尺度を多数の小、中学校の先生に実施してもらい、同時に病的な水準であるか判断が明確となっているアンケートも同時に行い、バーンアウト尺度の妥当性、信頼性をより高める。現在バーンアウト尺度は、他の職種での調査結果をもとにメンタルヘルスが危険な状態にあるかどうか、目安となる得点が示されているだけである。そこで、バーンアウト尺度の点数が教師においてはどの程度高いと危険な水準にあるか、明確にすることを目的とする。さらには、現職の小学校・中学校教師に半構造化面接を行い、有効な予防策、介入策のプログラムを作成する。

### 5. 代表的な研究成果

(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3件)

- ① 宮下敏恵 小・中学校教師におけるバーンアウト軽減方法の探索 上越教育大学研究紀要, **28**, 95-104, 2008, 査読無  
<http://repository.lib.juen.ac.jp/dspace/bitstream/10513/389/1/kiyo28-10.pdf>
- ② 西村昭徳・森 慶輔・宮下敏恵 2009 小学校教師におけるバーンアウトの因子構造の検討 学校メンタルヘルス, **12(1)**, 77-84, 2009, 査読有  
[http://ci.nii.ac.jp/els/110007671566.pdf?id=ART0009485955&type=pdf&lang=jp&host=cinii&order\\_no=&ppv\\_type=0&lang\\_sw=&no=1304303668&cp=](http://ci.nii.ac.jp/els/110007671566.pdf?id=ART0009485955&type=pdf&lang=jp&host=cinii&order_no=&ppv_type=0&lang_sw=&no=1304303668&cp=)
- ③ 宮下敏恵・森 慶輔・西村昭徳・北島正人 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- 上越教育大学研究紀要, **30**, 143-152, 査読無

<http://repository.lib.juen.ac.jp/dspace/bitstream/10513/1087/1/kiyo30-15.pdf>

#### [学会発表] (計3件)

- ① 森 慶輔・宮下敏恵・五十嵐守男・木村真人・西村昭徳・五十嵐一樹・鈴木明美 教師のメンタルヘルス悪化を防ぐために何ができるか(自主シンポジウム) 日本教育心理学会, 2008年10月11日, 東京学芸大学
- ② 宮下敏恵・森 慶輔・西村昭徳 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 日本心理学会, 2009年8月27日, 立命館大学
- ③ 森 慶輔・宮下敏恵・西村昭徳 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 日本心理学会, 2009年, 8月27日, 立命館大学

#### [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]