

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 27 年 9 月 15 日現在

機関番号：13103

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2012～2014

課題番号：24530859

研究課題名(和文)バーンアウトプロセスに基づく教師のメンタルヘルス自己評価システムの構築とその運用

研究課題名(英文)Construction and the operation of teacher mental health self-assessment system based on the burn-out process

研究代表者

宮下 敏恵 (MIYASHITA, TOSHIE)

上越教育大学・学校教育研究科(研究院)・教授

研究者番号：40308226

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 4,000,000円

研究成果の概要(和文)：教師のバーンアウト予防のために、項目反応理論(IRT)にもとづく適応型のチェックテストを作成した。学校現場に即した内容であり、web上でチェックを行うことが可能であり、個々の教師に応じた質問項目が選ばれるシステムであるため、チェックする項目数が少なくなっている。多忙を極める学校現場において簡便に行うことができ、すぐに結果のフィードバックがあることから、学校現場での利便性が高いシステムである。また世界中で幅広く用いられているバーンアウト尺度のMBI-ES尺度を日本語に訳した。諸外国の教師と本邦の教師のメンタルヘルスの比較を今後行うことができると考えられる。

研究成果の概要(英文)：We made the check test of the adaptation type based on the item response theory (IRT) in order to prevent teacher's burnout. The contents conform to the actual school scene and you can access them on the web. This system makes it possible to reduce the number of check items by the function that the question items are led according to each individual choice. You can complete the test in a short time and get the feedback immediately. In addition we translated The MBI-ES scale, the burnout scale, used widely all over the world into Japanese. This will help to compare mental health of teachers in foreign countries with that of teachers in Japan.

研究分野：臨床心理学

キーワード：教師 メンタルヘルス バーンアウト ストレス 自己評価 項目反応理論

1 . 研究開始当初の背景

(1)教師のメンタルヘルス悪化をめぐる問題

文部科学省の統計では、精神性疾患により休職する教職員の数が増え続けている。教師のメンタルヘルスが悪化することは、教師個々の健康上の問題に止まらず、児童生徒への対応や学校運営上も大きな影響を与えることになり、学校全体の機能低下に繋がりがねない問題といえる。そのため、教師のメンタルヘルスの改善に向けて講じる具体的な介入策を見出ししていくことは極めて重要で、差し迫った課題となっている。

(2)教師のバーンアウトに関する研究

教師のメンタルヘルスに関する心理学的研究は、そのメカニズムや有効な支援策を解明するべく、多角的なアプローチが行なわれてきた。特に、看護師、ソーシャルワーカーといった対人援助職を対象に概念化されてきた「バーンアウト」理論の枠組みで教師のメンタルヘルスについて取り扱った研究が多くみられる。教師の場合、新井(2002)が教師バーンアウトという概念を用いているように、幾つもの役割を担い、多くの児童生徒や保護者と向き合いながら、日々多忙な職務をこなす教職に特有のバーンアウトが考えられている。教師は、ヒューマン・サービスに従事する他職種に比べて、バーンアウトの中核的状態である情緒的消耗感が高い傾向にあるとされており(Firth-Cozens 's et al, 1999), 教師バーンアウトに関連する要因の解明と予防や対処法の開発に向けて研究が進められてきた。

(3)バーンアウトプロセスに関する研究

近年のバーンアウト研究では、バーンアウトの構成因子間の関係に着目し、症状が進行していくプロセスを解明し、予防や適切な介入に繋げようとする試みが注目されている。特に、Maslach & Jackson (1981)が開発した Maslach Burnout Inventory (MBI) を用いて、3つの下位概念間の因果関係を検証する研究が行われている。MBIには3つの下位概念として、「情緒的消耗感(emotional exhaustion)」、「脱人格化(depersionalization)」、「個人的達成感(の減退)(personal accomplishment)」が想定されている。情緒的消耗感は、過度な負担感と情緒的資源が枯渇する感覚であり、バーンアウトの中核的な症状を表した概念と考えられている。また、脱人格化は、仕事(クライアント)に対する否定的で冷淡な態度や感情が生じた状態とされている。さらに、個人的達成感の減退は、仕事上の成果に関する自己評価が減少することを示している。バーンアウトプロセスの代表的なモデルとして、Leiter & Maslach (1988)のモデル「情緒的消耗感 脱人格化 個人的達成感の減退」、Golembiewski et al. (1983)のモデル「脱

人格化 個人的達成感の減退 情緒的消耗感」、Van Dierendonck, Schaufeli, & Buunk (2001)のモデル「個人的達成感の減退 脱人格化 情緒的消耗感」がある。看護職や介護職など、いくつかの職種で縦断的研究を通してこれらのモデルが検証されてきた(Toppinen-Tanner et al.,2002; 荻野ら, 2005; Taris et al.,2005)。これらの研究では、いずれも「情緒的消耗感 脱人格化 個人的達成感の減退」が支持された。森・宮下・西村(2009), 宮下・森・西村(2009)は、小学校および中学校の教師を対象にバーンアウトプロセスを検証し、「情緒的消耗感 脱人格化 個人的達成感の減退」と「個人的達成感の減退 脱人格化 情緒的消耗感」の2つのモデルへのデータの当てはまりがよいことを見出した。これらの結果、教師の場合は、負担感や疲労感の蓄積から情緒的に消耗することや認められたり支えられたりして得られる個人的達成感が減退することが、バーンアウトの初期的徴候になりやすいことが考えられた。また、脱人格化はバーンアウトプロセスの中間に位置づけられ、バーンアウト症状への対処として仕事から距離を置き離人的な反応が引き起こされることが推察された。そのため、負担感や疲労感を把握し軽減することを目指すだけでなく、援助資源を確保することや脱人格化という不適切な対処方略に代わる対処法を身につけることが、教師バーンアウトの予防・介入に向けて鍵をにぎることが示唆された。

(4)予防・介入に向けた取り組みの現状と課題

教師バーンアウトの予防や対処法に関する研究としては、組織的な支援体制作りという視点から、ソーシャルサポートのバーンアウト軽減効果に着目した研究がみられる。これまでのところ、同僚教師や管理職から受けるソーシャルサポートがバーンアウトを軽減する可能性が高い(Sarros & Sarros, 1992; 迫田・田中・淵上,2004; 貝川,2009), 被援助志向性が高い(援助不安が低い)教師ほどバーンアウト傾向が低い(田村・石隈, 2001), といった結果が報告されている。さらに、バーンアウトの具体的な介入方法として、インシデント・プロセス法による教師同士の話し合い(新井,1999; 八並・新井,2001), 教員を対象にしたメンタルヘルス相談の実施(東京都教育委員会,2010)などが報告されている。現状の取り組みを概観すると、バーンアウト軽減に影響する要因や介入方法の大枠は解明されてきたが、各個人がおかれているバーンアウトプロセスの段階や状態像に基づいた、個人レベルへの対応策は明確にされていない。今後は、バーンアウトプロセスや症状、ソーシャルサポートや被援助志向性といった対処スタイルなどバーンアウトの状態像について個人レベルの査定法を開発し、個々の査定結果に基づく対応を進めていくことが必要と考えられる。特に、予

防・介入の最初のステップとして、教師自らがバーンアウト状態を把握するための適切な査定は重要であるが、多忙を極める教師の日常に配慮すると、査定を行う上である程度の簡便さや利便性が求められるだろう。

2. 研究の目的

公立小、中学校に勤務する教師を対象に、現在の症状、対処スタイルや援助資源を含め、バーンアウトの状態像を把握するために必要な尺度項目の選定を行い、項目反応理論 (Item Response Theory: IRT) にもとづく自己評価システムを作成することを目的とする。作成された自己評価システムを用いた継続的なセルフチェックが、教師のメンタルヘルスの維持、向上に及ぼす効果を検証する。本研究の特色は、教師バーンアウトについて、個人レベルの状態像を包括的な観点から把握するための自己評価システムを作成し、メンタルヘルスの改善効果を継続的に検証する点にある。

従来の取り組みでは、症状の全体像を把握しようとする回答すべき項目数も増加し、回答者の負担が増えることが大きな課題となっていたが、本研究で提案する自己評価システムは、回答者のメンタルヘルスの程度に応じて、その状態像を測定するのに適切な項目をパソコン上で選択的に提示する適応型テストによって構成される。各項目はIRTによって等化が行われるため、回答者によって提示される項目が異なってもメンタルヘルスの状態像を同一尺度上で評価することが可能となる。従って、本研究によって作成される自己評価システムは、メンタルヘルスに関する評価の観点を特定の側面に限定することなく、かつ教師が自己評価を行う上でより負担の少ないものとなる。こうした特徴を持つ自己評価システムを継続的に運用することで、教師個々のメンタルヘルスの維持、向上が図られ、同時に教師のバーンアウトを軽減する要因や予防・介入策について有益な知見が得られると考えられる。また、現在学校ではラインケアがほとんど行われていないが、今回作成する自己評価システムを利用することで、学校におけるラインケアの実施が現在よりも容易になると考えられることから、本研究は意義があると考えられる。

3. 研究の方法

(1) 自己評価システムに関して

項目反応理論 (IRT) にもとづく適応型のチェックテストの項目の選定を行った。教師のバーンアウトに関する尺度やストレス尺度、ストレス反応尺度など様々な尺度を参考に、研究者メンバーで 54 項目を選んだ。この項目について公立小学校、中学校に勤務する教師 835 名に調査を行い、さらに抑うつ

尺度である SDS と、精神疾患全般をスクリーニングする K6 尺度もあわせて調査を行った。SDS と K6 尺度との関連から、適応型チェックテスト用の項目として 4 因子、35 項目を暫定版尺度として採用した。この 35 項目をもとに、定期的実施できる IRT にもとづくプログラムを作成した。Web 上で調査可能なチェックテストとして作成し、3 県、約 200 名の先生方に運用を依頼し、効果を測定した。小学校、中学校、高等学校、特別支援学校の先生方に、2 学期と 3 学期の 2 回チェックしてもらった。また、3 学期においてはチェックテストの Web 上での運用の仕方や効果などについてもアンケートを行った。

(2) MBI-ES 尺度の日本語版作成に関して

MBI-ES の原版に含まれる全 22 項目について、まず日本版 MBI-GS (北岡(東口)他, 2004) および日本版 MBI-HSS (東口他, 1998) を参考にしながら、研究代表者及び研究分担者全員が独立に日本語に翻訳した。これをもとに意見交換し、日本版 MBI-ES の原案を完成させた。原案となった尺度項目について 2 名のバイリンガルに独立にバックトランスレーションを依頼した。そして再び研究代表者及び研究分担者全員が協議して原版と同様 22 項目から成る日本版 MBI-ES を完成させた。なお、翻訳に当たっては、MBI-ES の著作権を所有している Mind Garden, Inc. の許諾を得ている (許可番号: TA-293)。A 市の公立小中学校 34 校に勤務する全教員 906 名 (小学校 560 名、中学校 346 名) を対象に調査を行った。このうち、762 名から回答を得た (回収率 84.1%)。調査内容としてはこの日本語に翻訳した MBI-ES 尺度及び精神的健康尺度 (GHQ-30)、中学校教員用感情労働尺度 (矢部・東條, 2011)、教職のやりがい尺度 (河村, 2001) を用いて調査を行った。

4. 研究成果

(1) 自己評価システムの作成

項目反応理論に基づく自己評価システムを作成し、3 県、約 200 名の先生方に運用を依頼し、効果を測定した。小学校、中学校、高等学校、特別支援学校の先生方に、2 学期と 3 学期の 2 回チェックしてもらったところ、K6 尺度では特に問題なしという点数であっても、チェックテストにおいては要注意となる点数が見られることも多く、学校現場に合わせたチェックテストを用いたことにより、早期発見できる可能性が示唆された。また、チェックテストの Web 上での運用の仕方や効果などについてアンケートを行ったところ、結果がわかりやすい、操作がわかりやすい、学校現場に即しているなどの項目においておおむね高い評価が得られた。

本研究の成果として、教師のバーンアウトの予防・介入の最初のステップとして、教師自らがバーンアウト状態を把握するための

自己評価システムを開発したところが画期的である。web 上でチェックを行うことが可能であること、個々の教師に応じた質問項目が選ばれるシステムであるため、チェックする項目数が少なくなるなどから、多忙を極める学校現場において簡便に行うことができ、さらには前回のチェックとの比較を行うことができ、すぐに結果のフィードバックがあることから、学校現場での利便性が高いシステムである。

(2) MBI-ES 尺度の日本語版作成

また世界中で幅広く用いられているバーンアウト尺度の MBI-ES 尺度を日本語に訳した。マストラックバーンアウト尺度の教師向け尺度である。アメリカの Mind Garden 社が著作権を所有しているため、日本語版の翻訳申請を行い、許可を得て、MBI-ES 尺度の日本語版として登録を行った。またこの尺度と精神的健康度を測定する GHQ 尺度、教職に対するやりがい尺度、感情労働尺度との関係を小・中学校に勤務する教師に調査し、尺度の信頼性、妥当性を検討した。

世界中で多く用いられているこの MBI-ES 尺度を用いることで諸外国の教師と本邦の教師のメンタルヘルスの比較を今後行うことができると考えられる。

5. 主な発表論文等

(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)

奥村太一・森慶輔・宮下敏恵・西村昭徳・北島正人, 日本版 MBI-ES の作成と信頼性・妥当性の検証, 心理学研究, 査読有, 86. (AOP at J-STAGE)

西村昭徳・森慶輔・宮下敏恵・奥村太一・北島正人, 小学校および中学校教師におけるバーンアウトの進行プロセスに関する縦断的研究, 心理臨床学研究, 査読有, 第 31 巻, pp.769-779.

森慶輔・西村昭徳・宮下敏恵・奥村太一・北島正人, 中学校教師におけるバーンアウト尺度の因子構造の検討, パーソナリティ研究, 査読有, 第 21 巻, pp.278-290.

[学会発表](計 6 件)

西村昭徳, 宮下敏恵, 森慶輔, 北島正人, 教師がメンタルヘルスの悪化を乗り越えるプロセス - 現役教師への面接調査から -, 日本学校メンタルヘルス学会, 2013, 広島市立大学

森慶輔・西村昭徳・宮下敏恵・奥村太一・北島正人, 日本語版 MBI-ES の標準化に関する研究(1), 日本パーソナリティ心理学会, 2013, 江戸川大学

宮下敏恵・森慶輔・西村昭徳・奥村太一・北島正人, 日本語版 MBI-ES の標準化に関する研究(2), 日本パーソナリティ心理学会, 2013, 江戸川大学

西村昭徳・森慶輔・宮下敏恵・奥村太一・北島正人, 日本語版 MBI-ES の標準化に関する研究(3), 日本パーソナリティ心理学会, 2013, 江戸川大学

奥村太一・宮下敏恵・森慶輔・西村昭徳・北島正人, 日本語版 MBI-ES の標準化に関する研究(4), 日本パーソナリティ心理学会, 2013, 江戸川大学

森慶輔・西村昭徳・宮下敏恵・奥村太一・北島正人, 自主シンポジウム: 教師のメンタルヘルスを考える, 日本学校心理士会, 2014, 文教大学

[図書](計 件)

[産業財産権]
出願状況(計 0 件)

取得状況(計 0 件)

[その他]
ホームページ等

6. 研究組織

(1) 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・教授
研究者番号: 40308226

(2) 研究分担者

森 慶輔(MORI, Keisuke)
足利工業大学・工学部・准教授
研究者番号: 90468611

西村昭徳(NISHIMURA, Akinori)
東京成徳大学・応用心理学部・准教授
研究者番号: 70439032

北島正人(KITAZIMA, MASATO)
秋田大学・教育文化学部・准教授
研究者番号: 30407910

奥村太一(OKUMURA, Taichi)
上越教育大学・大学院学校教育研究科・准教授
研究者番号: 90547035

(3) 連携研究者