

# 平成 27 年度近畿学校保健学会奨励賞

## 経験年数の少ない小学校教員における職務ストレスとストレス反応の関連

○遠藤朝<sup>1)</sup>、宮井信行<sup>2)</sup>、森岡郁晴<sup>2)</sup>、白石龍生<sup>3)</sup>、武田眞太郎<sup>4)</sup>、宮下和久<sup>4)</sup>

1) 尼崎市立成文小学校、2) 和歌山県立医科大学大学院保健看護学研究科、  
3) 大阪教育大学、4) 和歌山県立医科大学医学部衛生学教室

キーワード： 小学校教員、職務ストレス、ストレス反応

【はじめに】近年、学校教員においてうつ病や適応障害などの精神疾患による休職者が増加しており、その背景には、教員の職業的特性や時代の変化に伴う役割の多様化などが関係しているとされている。また、このような状況の中で、新任教員の離職率の高さも問題視されており、経験年数の少ない教員のメンタルヘルス対策が喫緊の課題となっている。本研究では、教員歴 10 年目までの小学校教員を対象に、職業性ストレス簡易調査票を用いてストレス状態を調査するとともに、ストレス要因や周囲のサポートとの関連について検討を行った。

【対象と方法】公立小学校に勤務する教員のうち、教員歴が 10 年以内である 270 名を対象に、無記名の自記式質問紙調査を郵送法で実施した。調査は平成 26 年 5～6 月に実施し、回収数は 159、有効回答数は 136(有効回答率 50.3%)であった。

ストレス状態の評価は、職業性ストレス簡易調査票を用いて、ストレス反応(9 因子:29 項目)、仕事のストレス要因(6 因子:17 項目)、周囲のサポート(4 因子:11 項目)を調査し、4 件法(1～4 点)の回答を合計して下位因子ごとの得点を算出した。また、ストレス反応については、各因子を標準化得点換算表に基づいて 5 段階評価し、「やや高い」か「高い」に該当した場合を「陽性」と判定してその項目数を求めた。

統計解析には SPSS ver.15.0J を使用し、統計学的有意水準は 5%とした。

【結果と考察】対象者の内訳は男性 50 名(36.8%)、女性 86 名(63.2%)で、年齢は 25.7±3.3 歳(22～35 歳)であった。教員歴は 3.2±2.4 年(1～10 年)で、このうち、3 年未満の者(新任教員)は 76 名(55.9%)、3 年以上の者(若手教員)は 60 名(44.1%)であった。

教員歴別にストレス反応の得点を比較すると(表)、新任教員は若手教員に比べて、「疲労感」「不安感」「抑うつ感」が高く、「活気」が低い傾向にあり、「不安感」では有意に高値であった(p<0.01)。ストレス反応の陽性項目数は新任教員の方が多い傾向にあったが、有意な差は認められなかった(1.6±1.4 個 vs. 1.2±1.5 個 p=0.17, Cohen's d=0.28 効果量:小)。

仕事のストレス要因を比較すると、新任教員は若手教員に比べて、「心理的負担(量)」「心理的負担(質)」「仕事のコントロール度」で得点が高く、「心理的負担(質)」では有意に高い値を示した(p<0.05)。一方、若手教員では「職場の対人関係」「職場環境」の項目で高く、「職場環境」では新任教員との間に有意な差が認められた(p<0.05)。また、周囲のサポートでは、「管理職」「家族・友人」では差がなかったが、

「先輩の教員」「同期・後輩の教員」においては、新任教員の方が若手教員よりも低い傾向にあった。

ストレス反応の陽性項目数を従属変数として回帰分析を行った結果、新任教員では、「働きがい」(β=0.45, p<0.001)、「仕事の適性度」(β=0.31, p<0.01)、「心理的負担(質)」(β=0.21, p<0.05)で有意な関連が認められた。一方、若手教員では、「心理的負担(量)」(β=0.36, p<0.01)、「職場の対人関係」(β=0.27, p<0.05)、「仕事のコントロール度」(β=0.29, p<0.05)、「職場環境」(β=0.24, p<0.05)、「先輩の教員」(β=-0.23, p<0.05)が関連していた。

【結論】新任教員は若手教員に比べて、不安感、疲労感、抑うつ感などの心理的ストレスの訴えが強い傾向にあった。また、若手教員では、職場の対人関係、仕事の量的負担感とコントロール度、先輩の教員からのサポートがストレス反応に関係したが、新任教員の場合は、働きがい、仕事の適性度や質的負担感がストレス反応を強める要因であった。したがって、経験年数の少ない教員の中でも、就職して間がない新任教員と数年の経験がある若手教員ではストレス反応に影響を与える要因が異なることが示唆された。

表. 教員歴別にみた職業性ストレス(ストレス反応・仕事のストレス要因・周囲のサポート)の状況

	新任教員 (n=76)	若手教員 (n=60)
<b>ストレス反応</b>		
活気	7.0 ± 2.3	7.3 ± 2.3
イライラ感	5.9 ± 2.4	5.9 ± 2.1
疲労感	7.9 ± 2.2	7.5 ± 2.2
不安感	7.5 ± 2.5**	6.3 ± 2.1
抑うつ感	9.7 ± 4.0	9.3 ± 3.0
身体愁訴	17.0 ± 4.9	16.9 ± 4.0
<b>仕事のストレス要因</b>		
心理的負担(量)	10.2 ± 1.9	9.8 ± 1.9
心理的負担(質)	9.8 ± 1.7*	9.0 ± 2.0
身体的負担	3.4 ± 0.7	3.2 ± 0.7
職場の対人関係	4.9 ± 1.6	5.4 ± 1.8
職場環境	1.5 ± 0.7	1.8 ± 0.8*
仕事のコントロール度	7.7 ± 1.7	7.1 ± 1.8
技能の活用度	1.8 ± 0.7	1.7 ± 0.6
仕事の適性度	1.9 ± 0.7	1.8 ± 0.5
働きがい	1.2 ± 0.4	1.3 ± 0.5
<b>周囲のサポート</b>		
管理職	8.5 ± 2.0	8.5 ± 2.4
先輩の教員	9.7 ± 2.0	10.2 ± 1.7
同僚・後輩の教員	9.3 ± 2.3	9.8 ± 1.3
家族・友人	10.2 ± 1.9	10.4 ± 1.8

平均±標準偏差 \*p<0.05, \*\*p<0.01