

教師のストレスとバーン・アウトについて (1)

—国際労働機関の報告書から—

平沢 信康*

OCCUPATIONAL STRESS AND BURN-OUT OF TEACHERS (1)

Nobuyasu HIRASAWA*

Abstract

The aim of this paper is to introduce a report of the ILO.

The report presents a review of the current literature on occupational stress and burn-out in teaching within an occupational health framework as of late 1994 in many high-income countries in Europe, North America and Asia and the Pacific. It also addresses conceptual and methodological issues, such as weaknesses in survey designs and the establishment of causality in determining the basis for stress. Additional insights concern the failure to consider fully the teachers' experience in the organizational context of the school, the impact on the school's health and the effects of stress on education provision.

The nature of the problem is defined as both psychological and physical, with different types of hazards contributing to various forms of harm, including social well-being. Based on the available evidence, teachers are particularly at risk from occupational stress, with some 25-33 per cent of teachers reporting that their work is "highly stressful". There is consensus that teachers from pre-primary through secondary levels have stress/depression rates considerably higher than those in tertiary education. As for age and length of service, higher levels of stress seem to be experienced by student and newly qualified teachers.

The main sources of stress relate to organizational issues (career and salary, school organization and management), job design and work organizations (high workload, time pressures, lack of control over work and pupil behaviour, poor working conditions and lack of teaching resources) and the societal context (poor relationship with parents and the community and lack of support from society). Of these, the classroom situation and pupil behaviour, aggravated by negative perceptions of teachers, are especially important.

Teachers experiencing stress display a wide range of non-specific symptoms of ill health, engage in maladaptive coping behaviours (increased smoking and drinking), are at high risk of depression and related mental disorders and may suffer work-related physical disorders. Burn-out is a major problem. Consequences for the school include increased absenteeism and job turn-over; lowered performance and negative attitudes towards students. The health of the school as an organization influences stress levels and moderates its effects on teacher

*鹿屋体育大学 National Institute of Fitness and Sports in Kanoya, Kagoshima, Japan.

health and work behaviour.

The authors conclude by recommending that national agencies and international bodies, such as the ILO, develop and publish guidance for teachers on the management of stress at work. The guidance should be set firmly within an occupational health framework, and deal with organizational, as well as individual, based approaches.

KEY WORDS: *STRESS, BURN-OUT, TEACHER*

はじめに

教師をとりまく毎日の現実が、ストレスを生じさせる多くの要因のもとにあるというのは疑いのないところである。ほとんどの教師は多忙な生活を余儀なくされており、多忙感を訴える教師が多い。

日本の学校では、概して設備・備品の面では恵まれているが、教師たちは絶えず緊張を強いられる。授業、その準備、試験の作成と採点、さまざまな学校行事、課外活動の指導、雑用、子どもの問題行動への対応などで過労に陥りやすい。加えて、深刻な教育事件が発生すると、しばしば教師批判や学校批判がなされる。

学校のなかには、当然のことながら、人間関係を主とする、さまざまなストレスが存在している。教師は学校のなかで、さまざまな側面に気を配りながら活動していかなければならないが、そのような活動がストレス認知感として過剰に高まると、個人のストレス感や疲労感が高まり、極端になると対人関係の拒否や仕事への意欲喪失がみられるようになる。今日、児童・生徒のみならず、教師にもストレスがたまり、追い詰められている状況が指摘されている。

極度の意欲喪失現象はバーン・アウト（燃えつき症候群）と呼ばれている。スポーツ選手や看護専門職のバーン・アウトについては、やや研究が先行している観があるが、最近、教師のバーン・アウト現象が注目されている。教師のバーン・アウト現象は、教師の自己実現や力量形成にとって深刻な障害となり、職業生活上、ゆゆしき問題である。

高井良健一が指摘しているように、近年、教師

の生活に即したライフ・ステージの研究、ライフ・サイクル研究が蓄積され始めている。しかし、教職生活の研究は、教育研究の周辺的な地位にとどまっており、その数も少なく、それらの研究の多くは、教職初任期を対象とした研究に偏っている¹⁾。

教職生活における中年期の危機を考察した高井良は、それを社会化の失敗によってではなく、社会化を通しての硬直化によって生じる問題として捉えた。すなわち、教職への社会化の成功は、教職像の固定化につながりやすく、教育実践における制度化・硬直化という問題を生じさせるという。この危機は、制度化された学習を対象化し学習の質を転換させる機会にもなりうるものであるが、反対に、中年期の危機から潜在的な燃えつき現象に至ることもあり、そうならないように教師相互の協同関係を創り上げることが求められるとしている²⁾。

齊藤耕二は、精神医学などの研究成果をレビューしながら、他の職業に比較して、教師の精神障害の特徴を、軽度ないし中度の自覚症状が高いことにみている。すなわち、自覚症状もないような重いものではない、比較的軽い神経症レベルでの精神障害が問題視されている³⁾。

近年、鬱症状などの精神性疾患による休職や辞職が増え、長期休職者のうち精神性疾患の割合が年々増加しているといわれる。大原健士郎によれば、休職中の教師の診断名のなかには、精神分裂病や躁鬱病の病名は一例も見あらず、神経症や心身症などのいわゆる非精神病の病名だけが散見される程度であったが、実際の臨床の場では、れっきとした精神障害者が大勢いるという⁴⁾。

こうした現実を反映して、教師のストレスとバー

ン・アウトに関する研究は、日本では1990年代に入ってから活性化してきている⁵⁾が、西欧諸国ではすでに多くの研究蓄積がみられる。本研究資料は、国際労働機関でまとめられた報告書『教師の職業上のストレスとバーン・アウト：レビュー』（原題 OCCUPATIONAL STRESS AND BURN-OUT OF TEACHERS: A REVIEW, 1995年⁶⁾）を紹介することを通じて、国際社会においてこの種の問題がどのように認識され、論じられているのかを概観することを目的とする。

ILOは、最近の報告書のなかで、労働によるストレスを、今世紀の最も重要な職場における健康阻害因子の一つであるとしているのである⁷⁾。

I 報告書の性格

本稿で紹介する報告書は、国際労働機関ILO（International Labour Office, GENEVA）の俸給生活者・専門職労働者局（SALARIED EMPLOYEES AND PROFESSIONAL WORKERS' BRANCH）で作成された文書である。この報告書は、分野別活動計画（SECTORAL ACTIVITIES PROGRAMME）のワーキングペーパーのなかの一冊子として執筆されている。

本報告書の巻末に掲載・附記された文献リストに拠れば、ILOで作成された分野別行動計画のワーキング・ペーパーには、さまざまな種類のものがあり、1985年から1995年までに99篇が刊行されている。

テーマは、製造業、基礎産業、運送業、サービス業など、実に多様である。幾つか例を挙げると、製鉄業、石炭産業、金融保険業における新技術、アジア諸国のプランテーションにおける構造的変化、スリランカの住宅政策、ホテル・旅行業、建設業における女性の参加、飲食業の雇用形態、カリブの精糖業、大気汚染問題、日本の国鉄改革、南アフリカの女性教師の地位に関するもの等である。

なおREVIEWとは、辞書によれば、再調査・再吟味・批評・論評などとある。本報告書は、1957年から1994年末までに発表された教師のストレスとバーン・アウトに関する文献を広く国際的

に渉猟し、慎重な分析を加え、最近の研究成果と到達点をまとめあげたものである。対象とされたのは、ヨーロッパ・北米・アジア太平洋のなかの所得水準の高い国々の文献である。アジア太平洋諸国では、オーストラリアとニュージーランドの文献が取り上げられているほか、日本人の研究論文が一篇言及されている。

巻末の参考文献リストには、130点が列挙されているが、そのほとんどは1970年代以降に学会誌に発表された研究論文である。単行本や編著中の論文・博士論文といった研究業績、政府関係機関の研究報告書、研究大会報告書のほか、ルモンドやニューヨーク・タイムズなどのような新聞に掲載された論考もある。著者の一人であるトム・コックスは、そのうち最多の13論文（例外的に抜き目出で多い）を列挙している。

II 論文の構成と内容

報告書の内容を、以下に全訳するが、紙数の関係上、二回にわけて紹介するものとする。

序文 Foreword

分野別活動計画を通じてILOは、各国政府と雇用者団体および労働者団体が、産業や職業のカテゴリーごとに異なる分野に特殊な労働社会問題を公正かつ効果的に扱う能力を強化するよう支援している。30を超す産業ないしは分野が、幾つかのサブ・プログラムを通じて特殊な注意を受けている。それらサブ・プログラムは以下のものを扱っている。製造業、基礎産業および運輸業。海上産業。サービス業（サラリーマンおよび専門職労働者を含む）。ホテル業、仕出し・まかない業、旅行業。

主要な行動手段は、三者（政府・雇用者・労働者）からなる産業委員会の会議を開催することである。各産業委員会は、その委員会が扱う分野を代表する選ばれた諸国から組織される。これらの幾つかは常置委員会であり、他は特別委員会である。さらに、二者（政府と労働者）からなる会議と専門家の会議が、特殊な職業カテゴリーの労働

社会問題を考慮するために開かれる。

会議のプログラムを支えるうえで、分野別活動局は、テクニカルな情報の収集・分析・普及宣伝のためのセンターとしても機能している。特別な産業や分野にとって関心事となっている問題に関して、研究が行われている。そうした研究も、テクニカルな協同や助言サービスというかたちで、広範な運営活動を支援している。

この出版は、分野別活動計画のもとに行われた研究の成果である。

緒言 Preface

1981年、ILOは教師の雇用と労働状態に関する報告書⁸⁾を出版した。レポートは「教師が労働環境のなかで直面している確実に増大している問題の一つは、職業に関係するストレスである」と論じた。報告書はまた、教職におけるストレスの影響は、個々の教師にとって否定的な結果をもたらすのに加え、「教師研修における社会的投資および教室内における教育の質に対する深刻な打撃」を意味すると結論づけている。報告書はさらに、教育費におけるさらなる増加を抑制する大きな圧力が存在する時代にあつては、教師のストレスの影響は教育の損失を増大させるとしている。約5年後の1986年に、デューDeweは次のように書いた。

「教職の日々の現実がストレスを生じさせる多くの状況を提供しているというのは疑いのないところである。たとえば、教室はストレスで満ちている。おのおの違った期待・問題・好き嫌いをもった、それぞれに個性的な人格をもった30人から40人の個人が、教師の注目を求めてやかましく叫んでいるのである。統制を確立し維持するよう期待され、日々の授業の必要を満たそうと努め、そして子どもたちが成功し失敗したときに喜びや失意を処理するといった環境の中で、一年のうちで千時間が費やされるのである。貧しい設備、過密、課外授業、教育課程上の職務、さらに、たとえどれほど努力を投入したとしても、より多くなしえたであろうに、という変わらざる気持ちによっ

て、緊張は強められる。これに加えて、全教育システムが、時として、攻撃の下にあるように思われる。」

本報告書は、1994年と1995年の間に書かれ、職業上の健康の枠組みの中における、教職における職業上のストレスとバーンアウトに関する最近の文献の再調査を提示している。この問題の性質と程度、教師の健康への影響と、学校の健康への影響について、報告書は結論を導こうとしている。主な発見の要約と将来の行動のための勧告をもって結論としている。

近年、ユネスコとILOとの合同委員会である「教師の地位に関する勧告請求についての専門家委員会 (CEART)」が、ストレスとバーンアウトおよび教職を行使する諸困難を、ILOにとっての主要な優先課題と確認した。この進行中のプロジェクトは、範囲、原因、影響、教師の間のストレスに応じてとられる効果的な予防的または治療的方法を明らかにすることを助けるよう期待されている。その成果は、教育当局、公的にせよ私的にせよ教員組織、親やその他の人々によって、個々人と全体としての教育の双方へのストレスの否定的な衝撃を除き、または減らすために採られうる方法に関するガイドラインのための基礎を提供することとなっている。

この研究は、こうした枠組のなかで行われてきた。予備的結論の要約は、1994年に、CEARTの第6回常会に対して示された。著者である組織心理学の教授トム・コックス Tom Cox 博士と、英国ノッティンガム大学心理学部・組織健康開発センターの研究員であるアマンダ・グリフュス Amanda Griffiths 博士は、イギリスとヨーロッパの教師と校長のあいだのストレスについて数多く執筆している。

研究の主な成果が工業諸国により直ちに適用可能である一方、諸知見は、教授専門職が制度変化の同様なプロセスに直面している他の文脈において確実に重要なものとなろう。研究が、さらなる調査と、教師の仕事の満足と教育の質の問いに関する行動を促進するよう希望する。

読者のコメントがあれば、おおいに歓迎すると

ころである。

1995年12月 ヘドヴァ・サーファティ (Hedva Sarfati)
俸給生活者・専門職労働者局長

行政上の要約 Executive summary

本レポートは、1994年末現在において、ヨーロッパ・北米・アジア太平洋にある多くの高所得の国々の、職業上の健康という枠組みのなかにおける教職のストレスとバーン・アウトに関する最近の文献の再調査を提示するものである。調査計画やストレスの基礎を決定づける因果関係における弱さといった概念的・方法論の問題についても論じている。教師の経験を学校の組織的文脈の中で十分に考察しなかったことや、学校の健康への影響や教育設備に関するストレスの影響を十分に考察しなかったことに、洞察が付け加えられている。

問題の性質は、心理的かつ身体的なものとして定義され、社会的安寧を含む、さまざまな形態の害へ寄与する異なったタイプの危険がある。利用可能な証拠に拠れば、教師は職業上のストレスからとくに危機的であり、25%から33%の教師が、自分の仕事が「非常にストレスフルである」と答えている。就学前教育から中等教育段階までの教師は、第三の教育の教師よりも、かなり高いストレス/抑鬱の比率にあるというコンセンサスがある。年齢と勤務年数については、ストレスのより高いレベルが、学生や新しく資格授与された教師によって体験されているようである。

ストレスの主な源泉は、組織に関すること(経歴と俸給、学校の組織と経営)、職業計画と労働組織(高い労働負担、時間のプレッシャー、仕事と生徒の行動に対する制御の欠如、貧困な労働条件と教授資源の欠如)、そして社会的文脈(親や地域との貧困な関係、社会からの支援の欠如)に関係している。これらのうち、教室の状況と生徒の行動は、教師への否定的評価によって悪化されるのだが、とくに重要である。

ストレスを経験している教師は、不健康の広範囲な非特徴的徴候を示し、不適応にストレスに耐える行動(喫煙や飲酒の増大)に耽り、抑鬱の高

い危険状態にあり、精神的に不調になり、労働に関係した身体的不調に苦しむといったことになりかねない。バーン・アウトは主要な問題である。学校にとっては、欠勤や転職が増えることになる。また成績不良、生徒への否定的な態度につながる。組織としての学校の健康は、ストレスのレベルに影響し、教師の健康と労働行為へのストレスの影響を緩和する。

著者は最後に、国家機関やILOのような国際組織が、仕事上のストレスのマネジメントについて、教師のためにガイダンスを開発し出版するよう勧告している。ガイダンスは、職業上の健康という枠組みの中でしっかりと書かれるべきであり、また、個人へのアプローチと同時に、組織へのアプローチを扱うべきである。

1 レビューにいたる背景 Background to the review

第二次世界大戦の終結以来、ヨーロッパ・北米・オーストラリア・タスマニア・ニュージーランドの労働社会の構造には着実なる変化があり、第1次産業および第2次産業が著しく衰退し、第3次(サーヴィス)部門が成長した。そうした変化は三大陸のすべてを通じて、雇用の性格にとって重大な含意を有し、当然のことながら、職業上の健康に関する問題についての関心が広がった(Cox and Cox, 1993)。今日、以前にも増して、職業計画の影響や、労働者の健康に関する労働組織と経営実践に対して、また労働の心理学的・社会的諸問題に関して、関心が表明されている。「ストレス」概念は、そのようなファクターが健康にどのように影響するかを我々が理解するうえで中核的である。

1960年代後半、教育や健康・社会福祉に係わっている人々に、特殊な関心が表明され始めた。「ケアする人を誰がケアするのか」といった疑問が提起され、それ以来、労働・組織心理学者たちは、労働者の直面している問題とその影響について記述しようと試みることによって彼らの関心を示してきた。教職は、そうした注目の強い焦点となっており、イギリス、他のEU諸国、スカ

ンディナヴィア, アメリカ合衆国, カナダ, オーストラリア, ニュージーランド, イスラエルを含む, 第一世界の多くの様々な国々から, 教職に関するストレスについて書かれた英語の出版物数は, ここ30年以上のあいだに増加の一途をたどっているのである。

1981年, ILOは「教師の雇用と労働状態」についての影響力ある報告書を出版した。報告書は, ストレスが教師に増えている問題であり, 教職におけるストレスの影響は, 個々の教師に否定的な影響を及ぼすのに加えて, 「教員研修における社会の投資および教室内の教育の質に対する深刻な打撃」を意味すると結論づけている。このレビューは, それから約13年後, 職業上の健康という枠組みのなかで, また効果的なマネジメントの基礎を提供する観点で, 教職におけるストレスに関して明らかになっていることを再考するものである。

2 概念的・方法的諸問題 Conceptual and methodological issues

教職におけるストレスに関する利用可能な証拠の重要性は, 初めは印象的であるけれども, 必ずしもその通りであるわけではない。この多様な私たちの文献を明らかにするのに役立つ出版物の多くは, 単に意見あるいは逸話を述べているにすぎず, 科学的に得られたデータに基づいて報告してはいない。文献の多くは, 結論の確実性を証明するために, 他の似かよった不適当な研究を引用している。さらに, データを集めて論じようとしてきた人々の幾人かには, 概念的ないしは方法論的に弱点があった。

共通にみられる方法論的問題の一つは, 自己報告のデータへの過剰な信頼である。データは, しばしば簡単な調査計画を用いたアンケートによって収集され, また, しばしば手段の信頼性や有効性も吟味されない。たとえ信頼でき有効であっても, そのようなデータは因果連関の貧困な吟味を示しており, 事実, 連合の論証以上のものを提供しない。このことは幾人かの研究者によって理解されてきたようには思われない。たとえば, 教師において自己報告されたストレスが, 教師の不健

康の尺度と正の相関にあることを示すことは, そのようなストレスが不健康をひきおこしている証拠を必ずしも提供するわけではない。不健康は, 教師が体験し, あるいはまた報告しているストレスの可能性を等しく増大しえよう。あるいは両者とも学校規模のような第3の要素によって駆りたてられよう。

方法論的問題を脇におくと, この分野の研究に関する主要な概念的な問題がある。従来の研究の多くは, 個々の教師に焦点を向ける傾向があり, そして一般に, 組織的文脈における教師の経験と, 組織としての学校の「健康」への影響, この二つの問題を考察してこなかった。同時に, 教師によって直面されている問題の多くが, その源において組織的であり経営的であると多くの研究が報告しているのであるから, このことは, いくぶん驚くべきことである。つづく可能な行動についてコメントしてきたそれらの研究は, しばしば極めて一般的かつ表面的な勧告のみをしてきており, 再び, 個々の教師についての勧告に, またいかに彼らがよりうまくやっていたらに焦点を当ててきた。多くの研究は, 組織が教師の経験を決定するうえで果たし, また彼らの問題を解決するうえで果たしうる重要な役割を見落としてきた。同様に, 組織的パースペクティブを見逃すことは, 学校組織それ自体の健康や教育設備に関するストレスの影響についての質問を問い・答えるということをしないうことにつながってきた。組織的パースペクティブはこのレビューの枠組みの中に取り入れられている。

これらの問題にもかかわらず, 教職におけるストレスの源泉に関する文献においては, かなりコンセンサスが存在する。程度は少ないが, 教師と学校へのストレスの影響についても同様である。

3 問題の性質と程度 Nature and extent of the problem

このセクションでは, 教師と学校にとっての職業上の健康問題としてのストレスの性質を考察する。それから, ストレスの程度について利用可能な証拠を簡単にレビューする。そうするなかで,

さらにその証拠の方法論的な妥当性についてコメントする。最後に、教師のある特定のグループが、他のグループよりも「危機的」であるか否かを考察する。

3.1 職業上のストレスの性質 The nature of occupational stress

教職におけるストレスを処理する効果的な行動は、二つのことに依る。一つは、ストレスの性質についての、また労働者の健康に関して労働の危害にさらされることの影響の幾らかをいかに緩和するかについての一般的な理解である。第二は、教師の仕事において教師が直面するストレス関連の諸問題の正確な性質である。このセクションでは前者を論じ、セクション4で後者を論ずる。

仕事の身体的・心理社会的・組織的な危害にさらされることは、心理学的・身体的健康と社会的安定をおびやかしかねない。健康へのそのような影響は、少なくとも2つの通路によって緩和されるであろうことが証明されている。一つは物理化学的メカニズムであり、二つめは心理-生理学的なストレス緩和メカニズムである。これら2つのメカニズムは、危害-健康関係についての二者択一的な説明を提供するものではない。ほとんどの危険な状況において、多様な方法で、さまざまな程度に、両者は機能し相互作用する。

心理社会的または組織的な危害の影響の多くが、心理生理学的な（ストレスに関係した）プロセスによって緩和されることは疑いのないところである。その一方で、健康への労働の直接的な物理化学的な影響の多くは、より明白な身体的危害にさらされることによって説明される。これにもかかわらず、身体的な危害は心理生理学的な通路を通して明らかに健康に影響しうるのであり、他方、ある心理社会的な危害は直接的に影響を有するであろう。たとえば、有機溶剤にさらされることは、脳への直接的な影響を通じて、匂いの不快さを通して、または、そのようにさらされることが有害かもしれないという恐怖を通して、心理的な影響を人に与えるであろう。後者は、ストレス体験をひきおこしうる。もちろん、ほとんどの第一世界

の国々でポピュラーなメディアによってストレスに与えられる公開性は、仕事と結びついた不安や恐れを高めるよう働きうる。暴力は、心理社会的な危害として、それが引き起こす何らかの心理的な外傷や社会的苦痛に加えて、いくぶんか同様に、その被害者への直接的な身体的影響を有する。

提示モデルは、したがって、さまざまなタイプの危害が、多様な形態の危害に、それぞれ寄与しうるといえるものである。この基本的な原理を受け入れることは、「同等推論」、すなわち、より明瞭な身体的危害の直接的な物理化学的行動に対して、あるいは心理社会的または組織的な危害の心理生理学的行動に対してのみ関心を表すことを超えさせる。

3.2 教師の職業的ストレスの程度

Extent of occupational stress in teachers

教師のストレス経験のレベルを測定しようとする研究において、研究の多くは心理社会的・組織的問題に焦点を当ててきており、質問紙のデータに大きく頼ってきた。多くの研究は、ただ単に自己報告法に依っている。これらのデータ解釈においては、その被験者が彼らの経験について信頼でき確実な説明を与えうるという前提が、偏見や社会的圧力によってバイアスがかからないという前提がなされてきた。しかし、ダンハム Dunham (1984) とクーパー Cooper とマーシャル Marshall (1975) の両者は、ストレスは個人の弱さや無能力の観念としばしば結びついていると指摘してきた。その結果（教師を含む）多くの個人は、ストレスを経験していることを認めようとはせず、仮に認めたとしても、外的なファクターや影響に強く原因を帰属させようとする。

すぐれた研究は、教師のストレス自己報告の信頼性を確立しようとし、教師が社会的圧力を反映させている程度を確かめるであろう。両方とも、特殊な困難なしにはなしとげられない。しかしながら、これらの報告の確実性を確かなものとする、また、経験レベルの正確な反映の程度をはかることは、より以上に難しい。ほとんどの研

究は、この洗練のレベルに達していない。教師のあいだのストレス経験のレベルの以下の評価は、したがって、たとえ諸研究を通して合理的なコンセンサスがあるにせよ、また教師たちが比較的高レベルのストレスを経験する時があるにせよ、注意して扱われなければならない。

1978年にプラット Pratt は、英国の教師の60%が「いくらかのストレス」あるいは「深刻なストレス」を感じているのに対し、他の専門職では51%であることを見いだした。同じ年にイギリスで行われた二研究によれば、20%から23%の教師が、教職を「非常にストレスフル」であるとみなしていることが明らかになった (Kyriacou and Sutcliffe, 1978, 1979)。英国イングランド地方のイーストミッドランドで同時に実施された地域調査 (Cox, Watts and Barnett, 1981) では、学校教師によって報告されたストレスのレベルと性質が吟味され、高等教育の教師やホワイトカラー労働者のそれらと比較された。3グループすべては、年齢・性・社会経済的地位について釣合がとられた。この研究によれば、学校教師の89%がストレスを経験していると報告したのに対して、教師でない者は70%にとどまった。また、仕事をストレス源とした者は、教師でない人については35%いたが、学校教師はそれより多かった。しかしながら、コックスによる初期の研究 (1977) によれば、労働に関係するストレスは英国ノースウエールズの教師の問題である一方、彼らの労働の不満足でストレスフルな側面は、満足できる側面ほど重要ではないというものであった。同時期に行われたアメリカの国家的な教師調査 (Newell, 1979) によれば、病気のために欠勤した教師の33%が、原因となる要因として、ストレスや緊張を挙げている。そのしばらく後、フェイトラー Feitler とトカール Tokar (1982) は、彼らの教師サンプルのうち、16%の教師が仕事関連の高いレベルのストレスが有ると答え、一方、76%以上の教師がそこそこの穏やかなレベルのストレスを感じていると報告した。

フィンランドでは、マキネン Makinen とキンヌネン Kinnunen (1986) が、いくつかの関連論

文の簡単なレビューから、初等中等教育段階の学校教師の約20%から30%が、健康を害すると思われる程度にまで、仕事によってストレスを受けているように思われると結論づけた。彼らはまた、いくつかの論文で報告された高レベルのストレスなるものは、通常、ストレスの緩い基準に基づいており、「ときどき」ストレスを経験すると答えた回答者の割合を含んできた論じた。その後のキンヌネンの研究 (1988) は、フィンランドの教師のストレス経験を学期間を追って検証した。ストレス経験に関して、異なる4グループの存在が現れた。フィンランド人教師のサンプルのうち、30%はストレスを受けているとは答えず、一般的に活動的で、エネルギー豊富であり、学期を通して平然としていた。残りの70%が、ある程度のストレスを答えた。20%は学期を通じて疲労困憊していた。

これらの知見を文脈の中に置き、コックスとブロックリー Brockley (1984) は、教師の労働ストレス報告のすべての局面が、健康の結果と関連づけられうるものではないとした。同様に、労働ストレスを報告するすべての教師が、不健康であると答えているわけでもない。

1993年に、イギリスの健康安全行政部は、ホチソン Hodgson, ジョーンズ Jones, エリオット Elliot, オスマン Osman による「自己報告された職業病」についての報告書を出版した。この報告書はイギリスの統計に興味深い追加を提供した。7万5千の成人の代表的国家的サンプルが、彼らの病気の性質と、何が原因となったかについての見解を問われた。2つの広いパターンが、これらのデータには顕著であった。1つは非筋肉労働の職業に典型的であり、他のタイプは筋肉労働の職業に典型的である。両グループにとって、筋骨格上の諸条件は職業病の主要な原因であった。専門職と教師は唯一の例外であった。というのは、すべての非筋肉労働の職業にとって、ストレス/抑鬱がまた、そのような病気の主要な原因であった。筋肉労働の職業では、こうしたことはなかった。教師にとっては、ストレス/抑鬱は、職業病の主因であり、このカテゴリーの病気に関して、

教師は最も「危機に」あった。男性教師の場合、労働によって引き起こされると考えられるストレス／抑鬱の報告の割合は、1万人中151人である。女性教師では1万人中104人である。全教師の相関リスクは平均よりかなり上の4.46である。

数々のデータから、一集団として、教師は、職業上のストレス経験から、とりわけ「危機的」状態にあるといえよう。約25から33%の教師が、自分の仕事を「非常にストレスフルである」と答えている。

3.3 誰が最も危機的か Who is most at risk?

ある特定のグループの教師が他のグループよりも職業上のストレスの点で、より「危機的」であるか否か、多くの研究は決めようとしてきた。教職のタイプ、経験年数、年齢、性といった要素に、関心の焦点が当てられてきた。

他の変化しやすい関心事と比較して、学校のなかの地位や学校のタイプまた教授義務が、ストレスを経験するリスクに及ぼす影響については、わずかな量の文献があるのみである（例えば、Cox and Brockly, 1984; Nagy and Davis, 1985; Strassmeiyer, 1992; Hodgson et al., 1993）。ホヂソンらによれば、幼児教育と初等中等教育の教師のストレス／抑鬱状態の割合は34%であり、高等教育の教師の間でのそれより高い。それより少し前のコックスとブロックリーの研究によっても、同様に、学校教師の67%が労働によるストレスを訴えているのに対して、高等教育の教師は44%にとどまっていた。

年齢と勤務年数に関しては、最も高いレベルのストレスは、学生教師と新任教師（ふつう若い教師）によって経験されるということがしばしば指摘されてきた（例えば、Coates and Thoreson, 1976; Laughlin, 1984; Houtman and Bakker, 1987; Edworthy, 1988）。そのような教師は、仕事をうまくやっていくために必要な熟達を未だ獲得していないため、ひよわなのである。コーツとトレスンによれば、若くて経験の少ない教師は、しつけにまつわるプレッシャー、昇進の見込みの

乏しさや経営問題から、同僚よりも多くのストレスを感じている。エドワーシの最近の調査によれば、生徒の低能力は、若い教師のストレスのより大きな原因とみられている。他方、オーストラリアの研究（ローリン）によってもまた、若い教師の主な関心事は、生徒に関するものである。中年教師の関心は、より経歴に関したものであり、彼らの技量は時代遅れで価値のない経験であることを恐れてもいよう。

いくつかの研究によれば、女性教師は教室の状況と生徒の行動に関して、より多くの不満とストレスを述べているのに対し、男性教師は管理や参加と専門的な認知について、より関心をもっている（例えば、Kyriacou and Sutcliffe, 1978; Laughlin, 1984）。教職において出世したポストにある女性が十分に代表していないことは、よく実例を引用附記して述べられているところであり、このアンバランスは、関心のパターンの明かな相違を、部分的に説明するものであろう。男性と女性の教師が異なったレベルの職業満足度を報告するか否かという問いは、議論の余地がある。いくつかの研究は、性による労働への教師の態度に、なんら違いがないと示唆している（例えば、Faber, 1984; KelekinFishman, 1986）。

興味深いことに、ホヂソンらによれば、男女とも比率はきわめて高いが、女性教師は労働に関係したストレス／抑鬱を、男性教師よりも少なく報告する。この最近の知見に符合するように、初期の研究によれば、女性教師は男子教師よりも、より高いレベルの職業満足度を報告することが観察されてきた（例えば、Maxwell, 1974; Laughlin, 1984; Patton and Sutherland, 1986）。しかしながら、再び、ストレス報告における性差の証拠は、はっきりしない。クニネンによるフィンランドの研究（1988）は、このレビューの他にも言及されたが、女性教師は男子教師よりも学期を通じて疲労困憊していると報告しやすく、「全くストレスを」経験していないと報告することは、男性教師よりも少ない。「学期中疲労困憊した」と答えた教師の58%が女性であり、他方で、「ストレスはない」とした教師の46%が女性であった。

上記の知見に対する挑戦として、デフランク DeFrank とストループ Stroup による比較的最近の研究 (1989) は、個別の諸要因や教職の背景は教師のストレス経験に強く影響しないことを示唆した。さらに、これらの研究者たちは、自己申告のストレスは職業満足の高力な予告とはなるが、教師の健康についてはきわめて弱い予告にとどまることを示した。コックスとブロックリーの仕事 (1984) のこの後者の知見には、教師のストレスと健康についての報告の間には限られた関係のみを示した全く同じ事実が存在する。同様に、シェフィールド Sheffield らによれば (1994)、教師の自己申告されたストレスは、心理学的な健康 (と短期間の病欠) とは大いに関係があるが、身体的な健康とは実質的な関連はない。

個人がストレスに対処してとる行為の性質と有効性が、ストレスと健康との間のありうべき関係を穏当なものにし、また人格特性がストレス処理の重要な決定要因となりうるという数多くの証拠が、一般的な文献から存在する (Cox and Ferguson, 1991; Cox and Griffiths, 1995)。人格特性は、このメカニズムを通して、あるいはもっと直接的に、ストレスへの弱さやその健康への影響を決定づける。これは教職におけるストレスに関して真実であるという証拠がある (例えば、Brief and Aldag, 1976; Fielding and Gall, 1982; Zager, 1982; Nagy and Davis, 1985; Kinnunen, 1988)。しかし、多くの研究は相関的であり、したがっておそらくは、関係するパーソナリティ群と処理特性を記述しているだけである。それらは、何か特定の因果関係を含むものではない。フィールドイングとガルによると、物事を自己中心的にコントロールしようとして、曖昧さに寛容になりにくい教師は、高いレベルのストレスとバーン・アウトを報告する。たとえば、ゼイガーによれば、低い自我の強度や高い不安状態を有する教師や「混乱に陥った」教師は、感情的に駆り立てられ、生徒に否定的な態度をとりやすくなる。キヌネンは、フィンランド教師によるストレス経験を学期を通して調べた (1988)。現れた違った経験パターンは、教師の人格特性やス

トレス処理戦略に関係するものであった。3タイプの教師が現れた。すなわち、落ち込むことで反応しやすい情緒的な教師、情緒的・身体的な徴候を発現させない理性的な教師、ストレスを処理する主要な戦略として社会的支援を用いる社会的教師がそれである。情緒的な教師は、他のタイプの教師よりも神経症的で自己中心的であることが分かった。「学期中疲労困憊した」と報告した教師のほぼ半数 (48%) は情緒的なタイプであった。「ストレスはない」と答えた教師の約56%は、理性的な教師であることがわかった。

かなり社会的支援のある教師は、社会的支援のほとんどない教師よりも危機に陥ることが少ないというように、一般的な文献のなかでは、「社会的支援」はストレス体験の影響を緩和することができるという強力な示唆が存在してきた。しかしながら、教師に関する最近の二論文は、この理論を (間接的に) 支持していない。シェフィールドら (1994) によると、社会的支援の尺度は、身体的健康問題、長期の病欠、心理学的な健康の尺度とは関係しない。同様にバーク Burke とグリーングラス Greenglass (1994) は、社会的支援があるからといって情緒的・身体的に健康となるとはかぎらないと論じている。

教職のなかの「危機的」グループに関する証拠は、必ずしも強いものではないが、教職への新参者たちは他の教師よりもひ弱であるということは言えそうである。女性教師に関する証拠は、あいまいなものである。

註

- 1) 高井良健一「教職生活における中年期の危機—ライフヒストリー法を中心に—」『東京大学教育学部紀要』第34巻, 1994年, 323頁。
- 2) 同上論文, 329頁。
- 3) 斉藤耕二「教師の精神衛生」, 前田好明・岸田元美 (監)『教師の心理』有斐閣, 1986年, 第8章, 287-325頁。
- 4) 大原健士郎『「職員室」の心の病』講談社, 1997年, 1頁。
- 5) 綿密なアンケート調査に基づいた研究として以下

の論文が参考になる。

泰政則「教師のストレス－「教育ストレス」に関する調査研究(Ⅰ)－」, 『福岡教育大学紀要』第40号, 第4分冊, 1991年。久富善之「教師のバーンアウト(燃え尽き)と「自己犠牲」的教師像の今日的転換－日本の教員文化・その実証的研究(5)」, 『一橋大学研究年報 社会学研究34』, 1995年。その他, エッセイ的な論考としては, 清水将之「教師のストレス」, 教育と医学の会編『教育と医学』慶應義塾大学出版, 第44巻7号, 1996年7月, 42-48頁。また, 『公衆衛生』第59巻2号(1995年2月)が, 「労働におけるストレスと健康」の特集を組んでいる。

- 6) 1996年8月下旬, 国際理解教育学会の夏期スタディ・ツアーに参加し, ウィーン, ジュネーヴ, パリにある国際機関を幾つか訪問した。ジュネーヴではILOにも立ち寄り, 会議室で日本人女性の若手スタッフから説明を受けた。その際, 手渡された資料を見ているうち, 文献リストに本報告書が載っていることに目が止まり, 興味をそそられたので郵送を依頼, 後日, 入手することができた。
- 7) ILO: World Labour Report No.6, ILO, Geneva. 1993
- 8) ILO: Employment and Conditions of Worker of Teachers, Joint Meeting on Condition of Work of Teachers, Geneva, 1981