

<論文>

教師の「心の病」と職場の人間関係 —長野県小・中学校における実態調査を通して—

山口 恒 夫 信州大学教育学部学校教育講座
後藤 祐 貴子 信州大学教育学部教育実践科学
山口 美 和 信州大学教育学部附属教育実践総合センター研究員

Human Relationships in Schools and Teachers' Mental Health

YAMAGUCHI Tsuneo : Department of Education, Faculty of Education, Shinshu University

GOTOU Yukiko : Training Course for Elementary School Teachers, Shinshu University

YAMAGUCHI Miwa : Center for Educational Research, Shinshu University

The teacher's mental health is said to be in a critical condition in Japan.

We investigated the issue of the human relationships among teachers in schools and the effect of them on the teacher's mental health. We used the random sampling of elementary and junior high school teachers in Nagano Prefecture in 1999. The analysis of the data revealed that 89.8% of the teachers felt vain and tired from their daily work at school. They want to entertain their works in the context of their tasks as the autonomous profession, while they are forced to cooperate with their colleagues and keep step with the school policies such as school objectives, curriculum construction and school rules. Teachers tend to worry about the achievement in their own classes by comparing with those in the other colleagues' classes. We offer explanations for the findings and discuss implications for the management in the school settings.

【キーワード】教師の「心の病」 メンタルヘルス 職場環境 人間関係

1. はじめに

本論文は、長野県の小・中学校の教師を対象として行った教師のメンタルヘルスに関するアンケート調査に基づいて、教師の職場における人間関係に焦点づけて調査結果を報告し、教師が「心の病」に陥る要因について若干の考察を試みるものである。

近年、「心の病」に陥り、休職を余儀なくされる教師が増加している。1996年度の文部省の報告によると、3ヶ月を超えて病気休職をしている公立学校教師の数は3,791人で、そのうち精神性疾患による休職者は1,385人と36.5%を占めている。この数値は氷山の一角であり、潜在的な患者はさらに多いと考えられる¹。また、電話による健康相談を行

っている企業²によると、1997年4～7月では、教師の健康相談のなかでメンタルヘルスに関するものが全体の17%を占め、その割合は一般企業で働く人の2倍以上であった。なかでも「仕事や職場の問題」が全体の64.1%を占めており、その内訳は「職場の人間関係」(29.4%)、「転勤・役職・待遇など」(23.7%)、「仕事の内容」(20.7%)と続き、「生徒との問題」(11%)、「保護者との問題」(2.7%)はむしろ少数にとどまっている。これらの調査結果は、教師をとりまく職場の人間関係を含む職場環境のあり方が、教師のメンタルヘルスと深く関与していることをうかがわせる。

教師のメンタルヘルス問題について、過去には、現場の教師の不満をストレスという観点から分析した松本(1987)³や秦(1991)⁴による実証的調査研究などの先行研究がある。しかし、教師の職場の人間関係に、教育社会学や臨床教育学の視点から焦点をあてて研究を行っているものは少なく、秦(1989, 1990)⁵による教師集団の人間関係に関する教育社会的分析にとどまる。とりわけ、教師の職場における人間関係の実態や、それについての教師自身の意識を詳しく研究したものは少ない。

本調査研究の結果から、教師自身が自分のおかれている職場環境の実態をどうとらえ、教師同士の人間関係に対してどのような思いを抱いているのかを示すことは、日々の教育実践の中で問題を抱え悩む教師に、職場環境を改善する方途や同僚教師との関係改善の糸口を示し、教師が「心の病」に陥る事態を回避する可能性を拓くであろう。

2. 調査の概要

- (1) 調査対象：長野県内の小・中学校教師（校長・教頭等の管理職を除く）
- (2) 調査方法：郵送による自記式質問紙法（小・中学校教師 500 人を無作為抽出・無記名）
- (3) 調査期間：1999年10月～11月
- (4) 回収率：55%（有効サンプル数 275/500）
- (5) サンプルの内訳：サンプルの年齢、性別の内訳を示したものが図1と図2である。

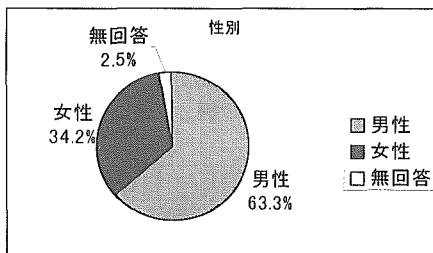
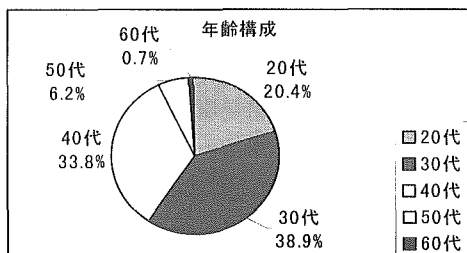


図1：回答者の年齢構成 (n=275)

図2：回答者の性別 (n=275)

3. 調査結果

3-1 教師の精神的な疲れ・徒労感の実態

図3は、仕事の上で精神的な疲れや徒労感があるかどうかという質問への回答結果である。「よくある」と「時々ある」を合わせると、9割近くの教師が仕事に対する精神的な

疲れや徒労感を感じていることがわかる。

また表 1 は、図 3 の結果を年齢別に見たものである。教師の疲れや徒労感の感じ方に、年齢による有意差は見られない。

【表 1】年齢別の精神的疲れ・徒労感

		年齢			合計
		20代	30代	40代～	
仕事上の 精神的 疲れや 徒労感	ある	50 89.3%	96 89.7%	101 90.2%	247 89.8%
	ない	6 10.7%	11 10.3%	11 9.8%	28 10.2%
合計		56 100%	107 100%	112 100%	275 100%

p > 0.05 n = 275

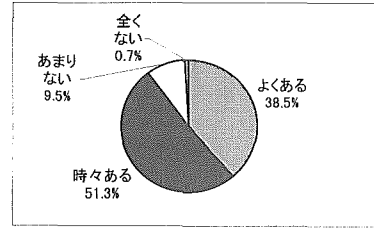


図 3：仕事上の精神的な疲れや徒労感があるか

3-2 教師の徒労感の要因

(1) 仕事の特異性

図 4 は「仕事に関することは結局自分ひとりで決めなければならないと思うか」という質問に対する回答である。「とても思う」と「少し思う」を合わせると、約 4 分の 3 が、教師の仕事の独立性の高いものと見なしていることがわかる。教師の多くが、仕事に関する最終決定は自分自身で行わなければならないと認識している一方、自分の仕事ぶりが学校の同僚教師の指導方針と大きく異なってはならないという意識もある。図 5 は「他の学級と足並みを揃えなければならないと思うか」という質問に対する答えである。70%を超える教師がそう思うと答えている。各年齢層の意識を比較すると、若い教師ほど有意に強く「足並み」を意識している（表 2）。

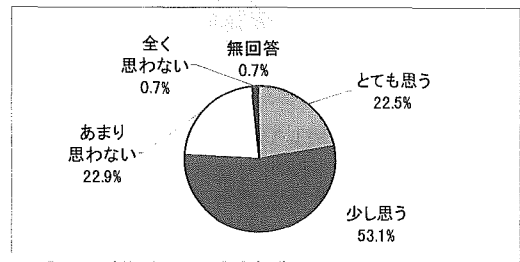


図 4：仕事に関することは、結局

自分ひとりで決めなければならない

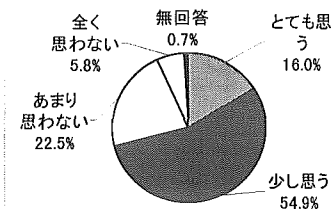


図 5：他の学級と足並みをそろえなければならないと思う

【表 2】各年齢層における他学級との足並みに対する意識

		年齢			合計
		20代	30代	40代以上	
他の学級と足 並みをそろえ なければならない	とても思う	1 2 21.4%	2 2 20.8%	1 0 9.0%	4 4 16.1%
	少し思う・ 思わない ⁶	4 4 78.6%	8 4 79.2%	1 0 1 91.0%	2 2 9 83.9%
合計		5 6 100.0%	1 0 6 100.0%	1 1 1 100.0%	2 7 3 100.0%

p < 0.05 n = 273 (無回答 2 を除く) ⁷

それぞれの教師の仕事が完全に独立したものではなく、学校内の同僚教師との深い関わりを持っていることを示すもうひとつの例は、指導に関して自分と他の教師とを比べてしまうかどうかという質問に対する回答結果である（図6）。64.5%の教師が他の教師と自分を比べてしまうと答えている。また、他教師と自分を比べた結果、他の教師にできていることが自分にできないと焦るかどうかという質問に対しては、54%の教師がそう思うと答えている（図7）。

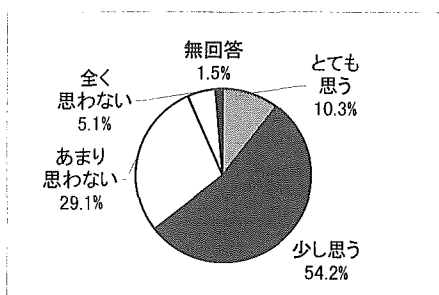


図6：指導に関して他の教師と比べてしまう

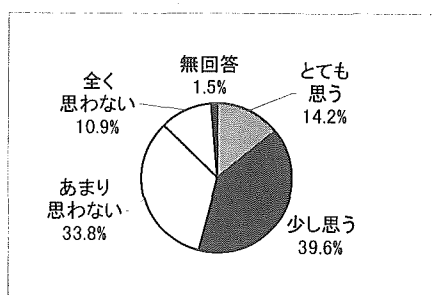


図7：他の教師にできていることが自分にできないと焦る

さらに、表3と表4は、指導に関して他の教師と自分を比べてしまうかどうかという質問に対する回答と、他の教師にできていることが自分にできないと焦るかどうかという質問に対する回答のそれぞれを、精神的疲れや徒労感の有無と関連させたものである。いずれも、他の教師と自分を比較してしまう教師、その結果焦ってしまう教師の方が、精神的疲れや徒労感を有意に高く感じている。

【表3】他の教師と自分を比較してしまう教師の精神的徒労感

		精神的疲れ・徒労感		合計
		感じる	感じない	
指導に関して他の教師と比べてしまう	思う	166 68.0%	11 40.7%	177 65.3%
	思わない	78 32.0%	16 59.3%	94 34.7%
合計		244 100.0%	27 100.0%	271 100.0%

$p < 0.05$ $n = 271$ （無回答4を除く）

【表4】他教師にできて自分にできないと焦ってしまう教師の精神的徒労感

		精神的疲れ・徒労感		合計
		感じる	感じない	
指導面で他の教師にできていることが自分にはできないと焦る	思う	143 58.6%	5 18.5%	148 54.6%
	思わない	101 41.4%	22 81.5%	123 45.4%
合計		244 100.0%	27 100.0%	271 100.0%

$p < 0.05$ $n = 271$ （無回答4を除く）

また「他の教師にできることが自分にできないと焦る」と答えた教師の割合は、性別で見ると女性の方が有意に高かった。特に「とても思う」と答えた人が、男性教師の場合9.3%だったのに対し、女性教師は25.0%であり、男性の2.5倍以上の割合だった(表5)。同じ質問を年代別に見ると、若い教師ほど自分を他の教師と比べて焦ってしまう傾向があることがわかる(表6)。

【表5】性別に見た他教師にできることが自分にできないことへの焦り

		性別		合計
		男性	女性	
指導面で他の教師にできることが自分にはできないと焦る	とても思う	16 9.3%	23 25.0%	39 14.8%
	少し思う・思わない	156 90.7%	69 75.0%	225 85.2%
合計		172 100.0%	92 100.0%	264 100.0%

p < 0.05 n = 264 (無回答 11 を除く)

【表6】年代別に見た他教師にできることが自分にできないことへの焦り

		年齢			合計
		20代	30代	40代以上	
指導面で他の教師にできることが自分にはできないと焦る	とても思う	18 32.1%	12 11.4%	9 8.2%	39 14.4%
	少し思う・思わない	38 67.9%	93 88.6%	101 91.8%	232 85.6%
合計		56 100.0%	105 100.0%	110 100.0%	271 100.0%

p < 0.05 n = 271 (無回答 4 を除く)

(2) 教師同士の人間関係

職場における教師同士の人間関係について、「仕事面で他の教師と協力しているか」という質問に対しては、「とてもそう思う」と答えた教師が59.1%と約6割を占めており、

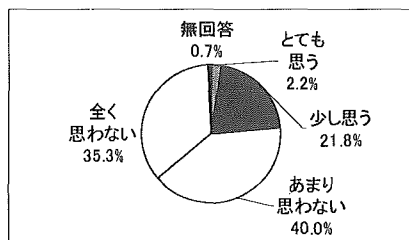


図8：教師間で「足の引っぱりあい」がある

「少し思う」とあわせると97.4%の教師が協力して仕事に取り組んでいると認識している。一方「教師間で足の引っぱりあいがあると感じているか」という質問に対しては、約4分の1(24.0%)の教師が「とても思う」「少し思う」と答えている(図8)。「足の引っぱりあい」のような状況を認識している

教師がいることは、同僚教師の協力を得られない状況も職場内に少なからずあることを推察させる。表7に示したように、「足の引っぱりあい」を感じている教師の約半数(44.8%)が、同僚を心の支えとは思っていないと答えている。これに対し、「足の引っぱりあい」を感じない教師では、同僚教師が心の支えとなっている割合が74.3%と有意に高い。同僚との関係が良好な時には「足の引っぱりあい」を感じないが、一旦関係がこじれると「心

の支え」としての同僚も失ってしまう現状をうかがわせる。

【表7】「足の引っぱりあい」の認識と同僚教師に対する認識

		教師間に「足の引っぱりあい」がある		合計
		思う	思わない	
同僚教師は心の支えである	思う	37 55.2%	153 74.3%	190 69.6%
	思わない	30 44.8%	53 25.7%	83 30.4%
合計		67 100.0%	206 100.0%	273 100.0%

p < 0.05 n = 273 (無回答 2 を除く)

図9は、「教師という仕事をする上で同僚教師には弱みを見せたくないと思うか」という質問に対する回答である。100人(36.4%)の教師が「弱みを見せたくない」と答えている。また、図10で、他の教師に相談することに抵抗があるかどうかを尋ねたところ、抵抗感を感じない(「全く思わない」「あまり思わない」の合計)教師が8割を超えたが、少数ながら20%近い教師が、同僚に相談することに心理的抵抗感を抱いていることも明らかになった(図10)。

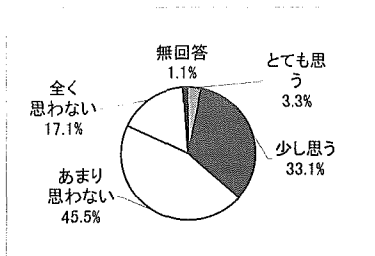


図9：同僚教師に弱みを見せたくない

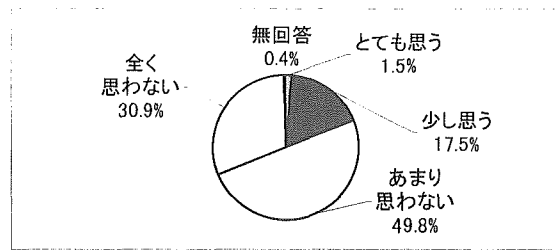


図10：他の教師に相談することに抵抗がある

3-3 教師自身の「心の病」に対する思い(自由記述の分析から)

表8は、教師の「心の病」が問題となっている現状についてどのように考えるかを、自由に記述してもらった回答の集計結果である。教師が「心の病」に陥る要因として、「教師の個人的資質」を挙げる人が、85人(36.5%)にのぼり、続いて「教師の仕事の特殊性」が82人(35.2%)となっている。内訳を見ると、近年の教育問題の深刻さやこれまでの指導法が無効であることを挙げる教師が39人と最も多く、「多忙」と「意識の持ちよう・人格・性格」が35人でこれに続いている。

表9は現状を改善するための提言・要求をまとめたものである。ここでも最も多いのは、教師個人が変わるべきだという意見(99人)であった。また学校の変化を求める意見の中にも、現状改善の方法に関しては、「同僚との人間関係を良くするよう努力する」など、個人的なつながりや努力で何とかするべきだという意見が多く見られた。全体に教師は、「心の病」の要因を個人の資質に求め、その解決をも、最終的には個人的努力による改善

を図るべきだと考える傾向が強く、社会的システムのあり方や、フォローアップ体制の不十分などを指摘する教師は少数にとどまっている。

表 10 に代表的な意見をまとめた。ここに見られるように、教師という職業のストレスの大きさはほとんどの教師が認識しているものの、「子どものために頑張らなければ」という精神主義や、「心のケアのできない教師は辞めるべきだ」とする厳しい意見が多く、「心の病」に陥る教師への批判的風潮が職場にあることがわかる。

【表 8】教師が「心の病」に陥る要因として考えられるもの

「心の病」の要因		内 訳	人数
教師の個人的資質 (85人)		意識の持ちよう, 人格・性格	35
		努力不足	16
		仕事の抱え込み, 弱みを見せられない	34
教師の仕事の特殊性 (82人)		多忙, ゆとりがない	35
		教育問題の深刻さ, 子どもの変化, 理念とのズレ	39
		努力が報われない, 努力の結果が見えにくい	8
人間関係 (28人)		同僚教師との関係	14
		親や子どもとの関係を含めた多様な人間関係	14
教師の社会的立場 (68人)		社会的批判の強さ, 学校に対する過度の期待	23
		学校の構造的疲弊, 現状に合わない体制の旧さ	22
		管理職による教師の個性の抑え込み, 事なかれ主義	6
		学校以外の世界との関係の希薄さ	17
その他 (39人)		社会全体の荒れの反映	6
		誰にでも起こりうること	17
		深く考えたことがない・わからない・関心がない	16

【表 9】現状を改善するための提案・要求

改善対象		内 訳	人数	
教師	教師個人	教師の意識を変える	87	
		趣味を持つ	8	
		学校以外の世界との交流	4	
学校	同 僚	相談できる人間関係	35	
		教師同士の団結・協力	17	
	管理職	教師の個性を認める	5	
		形式的な研究授業を減らす, 研修内容の充実・精選	4	
		配置替え, 担任替え等の処置を適切にとる	2	
	システム		教職員の増員, 一学級の児童数の減員,	5
			開かれた学級づくり, TT の導入	2
カウンセラー, アドバイザーの配置			3	
メンタルヘルスのバックアップシステム			4	
社会	社会全体	カリキュラム・教育内容の見直し	16	
		地域・家庭との分担 (学校の守備範囲の限定)		
	教員養成のあり方	学校批判の風潮をなくす	9	
		大学での実践力養成	1	
		その他	(心の病になった教師は)辞めさせるべきだ	6

【表 10】自由記述に見られた代表的な意見

職場の現状の厳しさへの認識	教師のストレスの大きさを指摘するもの	努力していることが報われない、苦勞をわかってもらえない、何でも教師の指導のせいにされるなど、社会の中で理解されない上に、問題が増え、負担は年々大きくなる／忙しすぎる／ここまででよい、ということのない仕事なので、やればやるだけストレスがたまる／子ども相手なので、こちらが大人にならなければならないが、人間として許せない言動には心が傷つく／忙しく、子どもたちと触れ合う時間が少なく、教師としての消化不良を起こす
	自分や身近な同僚の不安定な精神状態を指摘するもの	現在、自分がまさに「心の病」にいる状態だ／食事がのどを通らなかつたり、歯磨きをするともどしてしまったり、朝起きると寝汗をびっしょりかいているという日々を過ごしてきた／私自身、神経を病み専門医に相談したことがある／ストレスによる不眠症で通院歴がある／ぎりぎりのところまできている／同僚の中に現在休職中の者がいる／精神を病んでいる同僚がおり、亡くなった人もいる
批判的意見	「心の病」に批判的な意見	心の病になること自体、当人の心が弱く、教師としては不適切だと思う／自分で自分のケアのできない人が、教壇に立つてはいけないと思う／人間的にどうかということが問題／センスのない人は他の職へ移る方がみんなの幸せ／自分に甘えている教師もいる
	子どものために頑張るべきだとする意見	本当に子どものためにと考えてこの職を選んだのか？人間として子供らがあこがれを持てるような大人に、まず自分になることだ／教師はサービス業。やはり子どもの生活が一番だということを忘れたくない／大切なのは「生徒との温かいコミュニケーション」だと感じる／どんな子どもに育てほしいか、強い願いと使命を考えると、自然に悩みも消え情熱を持って教育に当たれる。「愛」があれば子どもは答えてくれる／教師が病気になるのは勝手だが、子どもたちがかわいそうだ

4. 考察

(1) 教師の無力感・徒労感の背景

本調査の結果から、ほとんどの教師は年齢・性別に関わりなく、仕事に対する無力感・徒労感を抱いていることが明らかになった（図3，表1参照）。教師の職場に蔓延する、この無力感の背景にあるものは何であろうか。

調査結果から、教師は相矛盾する二つの自己意識を有し、その狭間で葛藤を抱えていることが示唆される。第一の自己意識とは、教師という職業を、独立性や自律性の高い専門職ととらえる意識（図4参照）であり、第二の自己意識とは、教師の仕事内容を、学校という職場の中で、他の教師との協調性や連携なしには円滑になしえないものだととらえる意識（図5参照）である。学校の方針や他の学級との足並みを乱さないように、つねに配慮して仕事をしなければならないにもかかわらず、仕事に対する最終的な責任は自らが負わなければならないという重圧は、多くの教師が共通して感じている。指導に関して他の教師と自分とを比べてしまったり、他の教師にはできていることが自分にはできないと焦る教師に精神的な徒労感が強い（表4，表5参照）という調査結果が示しているように、学校という職場の一員としての教師像と、独立の専門職としての教師像との間に生ずる葛藤の調整をどのようにつけるかということが、現場の教師にとって大きな課題となっているといえる。

また、教師間の協働関係が、ひとたび歯車がかみ合わなくなると「足の引っ張りあい」と見なされる危険を孕んでいることが指摘できる（図8，表7参照）。個々の教師による教育の営みを支えようとする教師同士の連携は、より高い自律性や裁量権を持った専門性を求める教師には、出る杭を押さえつける「足枷」としてしか感じられない、両刃の剣となりうるといえる。これは、教師文化の特徴である個人主義や、他の教師の行動や実践のあり方に互いに深く立ち入らない「相互不干渉主義」のあらわれとも考えられる。

(2) 教職の特殊性と教師の「心の病」

自由記述には、教師という職業に必然的に伴うと思われるストレスを指摘する声が多く挙がる（表8，表10）一方で、「心の病」に陥るのは教師個人の心の弱さや子どもへの愛情の足りなさのためであるとして、批判する意見も見られた（表10参照）。

前者の多くは、教育という仕事が「ここまででよい、ということのない仕事」であると認識し、子どもに対する無限とも言える責任を強く感じつつも、仕事の忙しさなどさまざまな理由で、それを十分に果たせないことから無力感を抱いている。このように、教育という仕事に対する強い責任感のゆえに生じる無力感が「心の病」の一要因であるとする。後者による「心が弱い」「子どもへの愛情が足りない」といった批判は的外れであるだけでなく、「心の病」に陥った教師をさらに追い詰める結果になる。要するに、現場の教師は、ひとりの専門職者としては学校教育の守備範囲の広さや教師の多忙さに問題があるという現実的意識を持つ反面、目前の子どもの「生き方」の指針となり、「師」となるべきだ、あるいはそうありたいという教師の「理想像」を捨てきれずにいる。日々の多忙さと教職の無限責任性の重圧の中で、二つの意識の乖離が大きくなっていくことが、教師の無力感や徒労感を助長するのである。

この避けがたい教師の無力感を解消する手だてはどこにあるだろうか。ひとつの可能性として、責任範囲の明確化が挙げられる。たとえば、教師の仕事は「教授上の問い(teaching question)」がつねに「いかに生きるべきかという問い(whole-of-life question)」に転化する可能性を持っており⁸、それが職域と責任の無制限な拡大と「専門性の空洞化」を導いて⁹しまっているが、同じ専門職でも医師は、患者の「医療上の問い(medical question)」のみに答えることでその責任の範囲を抑制している。教師のストレスを軽減するためには、それを個人の資質に帰するのではなく、教師の仕事の無限責任性に問題の根があることを教師自身が認識し、専門職としての教師が行う仕事の責任範囲を明確にする努力が必要であろう。

5. まとめ

教師は、「教師」という仮面をかぶったままでなく、ひとりの「裸の」人間として子どもの前に立つことを求められる。鷲田清一は、「職務（＝役割）においてではなく、職務を超えてだれかあるひとりの人間として現われることなしには職務そのものが遂行できないという矛盾を抱え込んだいとなみ」¹⁰が「ケア」の本質であると述べているが、教育関

係にもあてはまるこの矛盾が、教師の無力感や徒労感を生み出しているといえる。子どもの「ケア」にまじめに取り組もうとすればするほど増幅する無力感・徒労感は、子どもとの関係を完全に仕事と割り切っている教師や、「教師」の仮面をつけたままの教師には見えにくいだけに、「個人の資質」にその原因が帰せられやすい。しかし、上の考察でも述べたように、教師の「心の病」が、教師に自律性と専門職性を求めると同時に職場内での連携や協調性を求める教師文化＝学校文化に深く根ざしているとするれば、教師の「心の病」は教師個人の意識変革や情熱、使命感のみで回避できるものとはいえない。

教職という仕事は、図 11 に示したとおり、学校という職場内の組織的要請（縦軸）と教師の自己意識（横軸）との上に成り立っている。前者は独立性と協調性、後者は専門職意識と聖職者意識という二つの対立軸によって表されるが、教師自身がこれらの対立軸上において、一種の「股裂き状態」に陥ったときに、「心の病」が発生する契機が生まれるのではないだろうか。「心の病」に陥る教師は、決して教師としての資質に欠ける存在とはいえず、一人の「裸の人間」と技術的専門職者との狭間で立ち止まっている存在なのである。

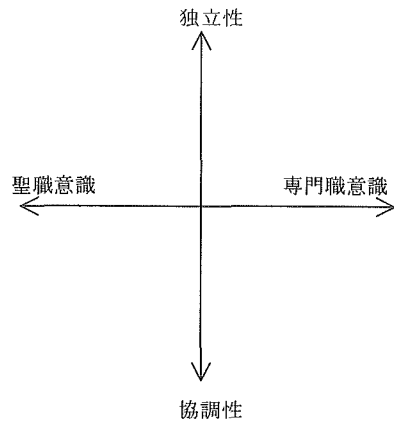


図 11 教師の教職観

「ケア」に携わる職業人が突き当たるこの「根源的矛盾」は、教師個人で抱えるべきものではなく、学校という職場内でその矛盾を組織的に解消するシステムを模索することこそが、教師の「心の病」の問題解決には不可欠であろう。

付記：本稿と越智康詞他「教職の特性と教師の『心の病』に関する研究」は、同一調査票による調査結果に対する異なった視点からの分析による論文である。本調査研究を行うにあたり、調査に快くご協力いただいた長野県下の先生方に深甚の謝意を表したい。

¹ 中島一憲「教師の『登校拒否』はなぜ増えているのか」『児童心理』52(18) (1998年) 118-123 ページ

² ティーペック（本社・東京）の調査による

³ 松本良夫「教師は今何に悩んでいるか」『教育心理』34(2) (1987年)

⁴ 秦政春「教師のストレスー『教育ストレス』に関する調査研究(Ⅰ)ー」『福岡教育大学紀要』40(4) (1991年)

⁵ (i) 秦政春「学校社会の規範状況に関する調査研究Ⅲー教師集団の人間関係を中心にー」『福岡教育大学紀要』38(4) (1989年)、(ii)「学校社会の規範状況に関する調査研究Ⅳー教師集団の人間によるインパクトを中心にー」『福岡教育大学紀要』39(4) (1990年)

⁶ ここでは「とても思う」と回答した者の傾向性を析出するため、その他の回答をまるめ有意差を検定した。

⁷ クロス集計表では、行と列に配置した項目に対する無回答者を除いた数を 100%として計算した。例えば、表 2 は行に配置した項目に対する無回答者 2 名を除いた 273 名を 100%とし、表 5 は行に配置した項目に対する無回答者 4 名と列に配置した項目に対する無回答者 7 名の計 11 名を除いた 264 名を 100%とした。

⁸ John Kleinig, *Paternalism*. Manchester University Press. 1983. pp.115-125

⁹ 佐藤 学『教師というアポリア』（世織書房）1997年、98 ページ

¹⁰ 鷺田清一『「聴く」ことの力』（TBS ブリタニカ）1999年、208 ページ

(2000年3月31日 受付)

(2000年5月21日 受理)