

教員勤務実態調査(平成28年度)
「教員のストレスに関する分析」

(出典：「公立小・中学校教員勤務実態調査研究」報告書)

評価項目

- ・ BSJS(職業性ストレス簡易尺度) 20項目、4件法
職業性ストレスの構造を評価する尺度
- ・ SOC(ストレス対処力) 13項目、7件法
人生を総合的に俯瞰して柔軟にものごとを認知することにより、
困難な事態にも対処できるストレス耐性を表現する尺度
- ・ K6(心理的ストレスの状況) 6項目、5件法
精神心理的ストレス反応を評価する簡便な尺度
5点以上で高ストレス状態、13点以上で抑うつと診断され、
13点以上では医学的な介入を検討すべき
- ・ AIS(睡眠の状況) 8項目、4件法
睡眠状況と不眠症の評価尺度
6点以上で不眠症の疑いあり

職種別の各ストレス項目得点の平均値

小学校

職種		BSJS						総得点	SOC			K6	AIS
		ストレス増強要因			ストレス緩和要因				下位項目				
		量的負荷	質的負荷	対人関係の困難	裁量度	達成感	同僚上司の支援		把握可能感	処理可能感	有意味感		
校長	(n = 304)	2.37	2.33	1.67	3.33	3.53	3.06	66.1	24.5	19.0	22.6	3.57	4.20
副校長・教頭	(n = 337)	2.97	2.52	1.77	2.82	3.10	2.96	62.9	23.8	18.4	20.8	4.47	5.20
教諭	(n = 5,402)	3.03	2.50	1.83	2.76	3.14	3.07	58.5	21.5	17.2	19.8	5.49	5.33
講師	(n = 587)	2.59	2.29	1.70	2.65	3.15	3.10	58.1	21.4	17.0	19.7	5.26	4.97
養護教諭	(n = 275)	2.49	2.28	1.85	3.00	3.01	3.00	58.6	21.4	17.1	20.1	5.34	4.98
栄養教諭	(n = 68)	2.74	2.32	1.86	3.08	3.15	2.95	58.1	21.8	16.6	19.8	5.34	4.88
教育・研究系	(n = 2,982)	2.37	2.40	1.98	3.00	3.10	2.82	58.7	22.3	17.3	19.1	5.13	4.64

中学校

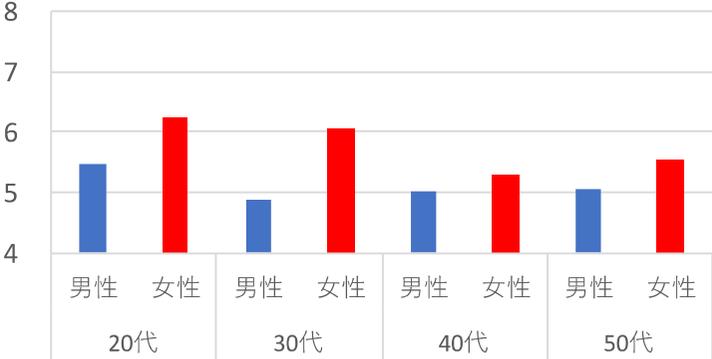
職種		BSJS						総得点	SOC			K6	AIS
		ストレス増強要因			ストレス緩和要因				下位項目				
		量的負荷	質的負荷	対人関係の困難	裁量度	達成感	同僚上司の支援		把握可能感	処理可能感	有意味感		
校長	(n = 285)	2.38	2.32	1.73	3.31	3.49	3.09	66.2	24.8	19.0	22.3	3.72	4.48
副校長・教頭	(n = 314)	2.98	2.57	1.81	2.80	3.00	2.94	62.1	23.4	18.3	20.5	4.45	5.12
教諭	(n = 6,357)	2.98	2.49	1.91	2.69	3.06	2.95	58.0	21.6	17.0	19.4	5.69	5.71
講師	(n = 662)	2.56	2.30	1.84	2.65	3.12	3.05	57.6	21.1	17.0	19.4	5.33	5.19
養護教諭	(n = 282)	2.43	2.32	1.91	3.01	3.07	2.92	58.9	21.6	17.1	20.2	4.88	4.66
栄養教諭	(n = 29)	2.85	2.48	2.06	2.90	2.86	2.48	53.3	19.4	15.1	18.8	6.53	4.67
教育・研究系	(n = 2,982)	2.37	2.40	1.98	3.00	3.10	2.82	58.7	22.3	17.3	19.1	5.13	4.64

※教育・研究系は筑波研究学園都市を対象とした研究より引用

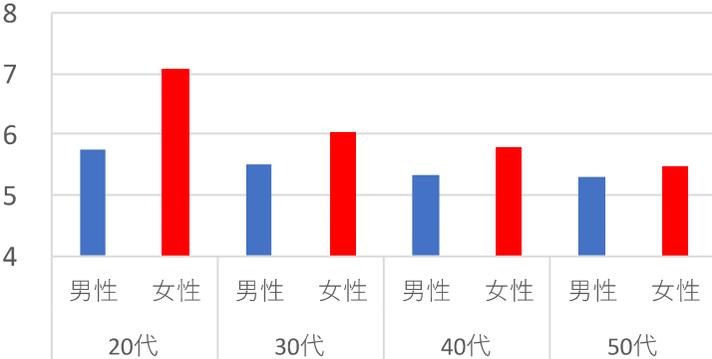
「教諭」については、主幹教諭・指導教諭を含む。(以下同じ)

年齢別・性別のK6平均値

小学校教諭

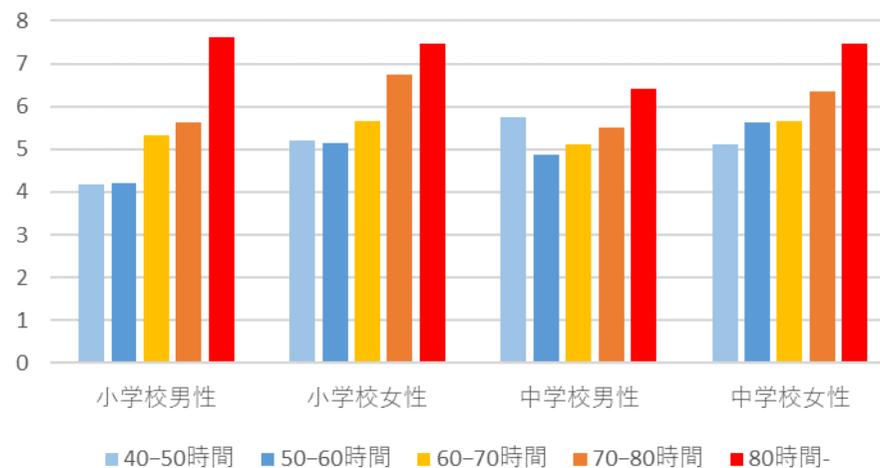


中学校教諭



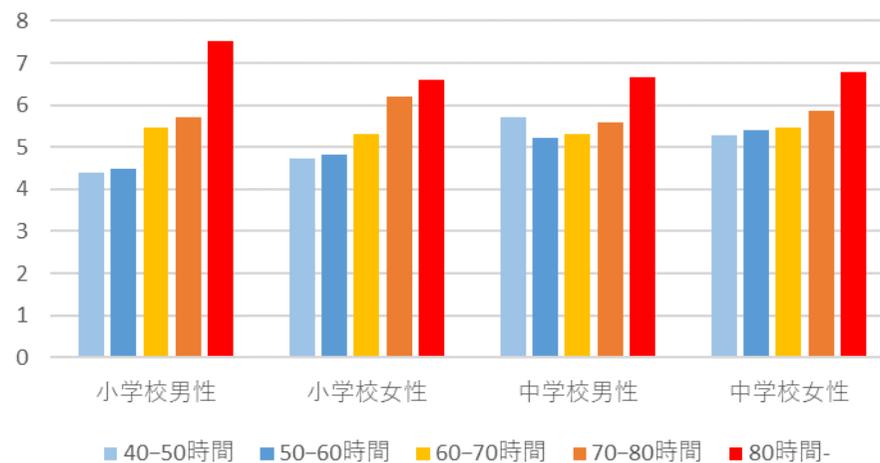
週勤務時間別のK6得点平均値

教諭



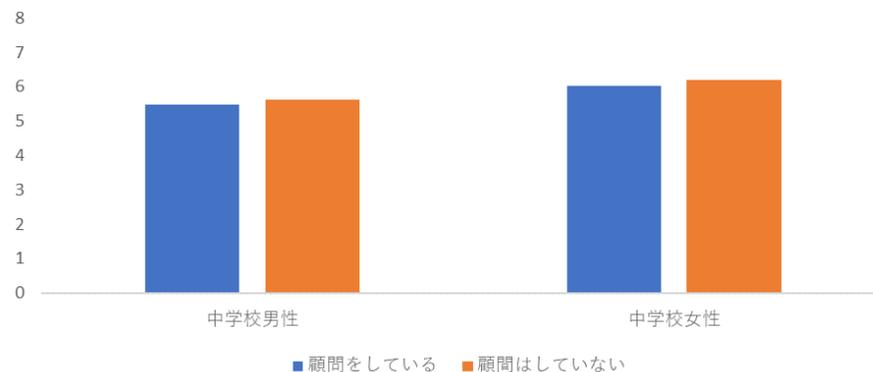
週勤務時間別のAIS得点平均値

教諭



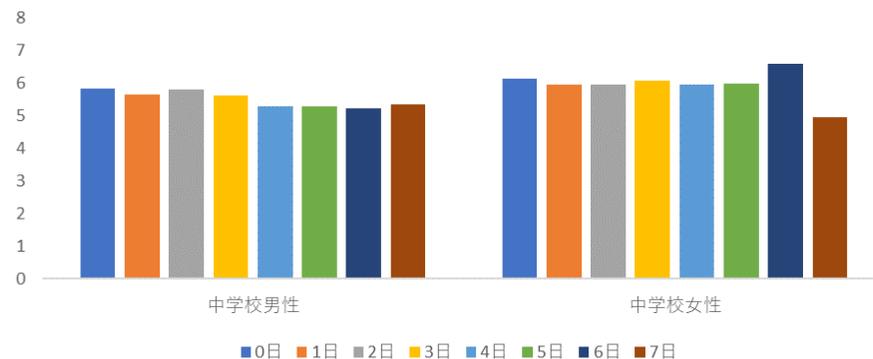
部活動顧問の有無によるK6平均値

中学校教諭



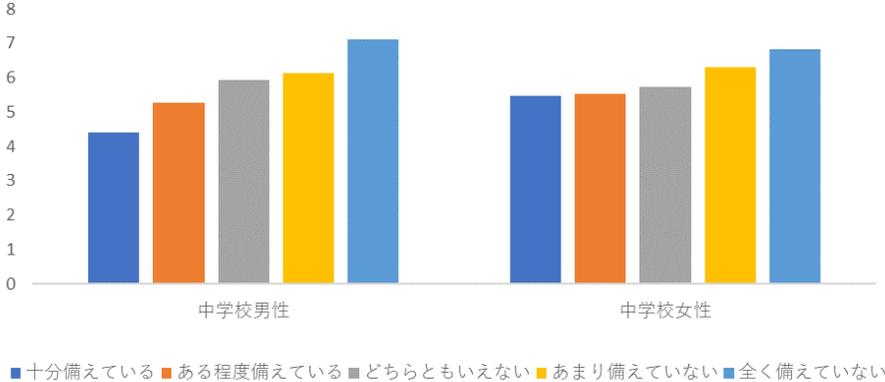
週当たり部活動日数別のK6平均値

中学校教諭



部活動に必要な技能を備えているかによるK6平均値

中学校教諭



正規任用としての勤続年数別の各ストレス項目得点の平均値

教諭

勤続		BSJS						総得点	SOC			K6	AIS
		ストレス増強要因			ストレス緩和要因				下位項目				
		量的負荷	質的負荷	対人関係の困難	裁量度	達成感	同僚上司の支援		把握可能感	処理可能感	有意味感		
1年目	(n = 121)	2.97	2.73	1.77	2.75	3.11	3.22	56.8	20.0	17.4	19.5	5.88	4.96
2年目	(n = 540)	3.02	2.64	1.87	2.65	3.16	3.17	56.2	20.1	17.0	19.2	5.93	5.29
3~20年目	(n = 5,059)	3.06	2.54	1.92	2.72	3.15	3.06	57.5	21.1	16.9	19.5	5.75	5.42
21年目以上	(n = 3,798)	2.97	2.42	1.84	2.74	3.02	2.89	59.2	22.4	17.3	19.6	5.44	5.73
全体	(n = 9,518)	3.02	2.50	1.88	2.72	3.09	3.00	58.1	21.5	17.1	19.5	5.64	5.50

教員のストレスに関する分析:まとめ

- ・ 教諭の仕事のストレス負荷の特徴は、管理職、講師、養護教諭、栄養教諭と比較し、仕事の量的負荷が高く、時間的裁量度が低かった。その結果、出現するストレス反応が高く、メンタルヘルス状態が不良。
- ・ ストレス反応の出現形式をみると、男女とも20代でストレス反応が高値でメンタルヘルスの状態は不良であり、年齢を経るに従って徐々にストレス反応は低下。男女差では、女性のストレス反応が高値でメンタルヘルス状態が不良。
- ・ 勤務時間が一定を超えて長くなるほど、ストレス反応が高値となり、メンタルヘルスの状態が悪化する傾向。
- ・ 部活動指導については、担当の有無・担当日数そのものではストレス反応の出現には差は無かった。指導に関する必要な技能を備えているか否かによって、ストレス反応の程度が異なり、必要な技能を備えていない群においてメンタルヘルスの状況が悪かった。
- ・ 正規の勤務年数1年目と2年目の若手の教諭は「仕事は質的に難しい」と感じており、その結果としてメンタルヘルスの状況が悪くなる傾向。