

派遣者番号	R4K01	氏名	麻生 浩一
研究主題 —副主題—	教師の強みの自己認識と well-being の関連		
派遣先大学	創価大学教職大学院	指導担当者	田村 修一
所属	東久留米市立第五小学校	所属長	古矢 美雪

キーワード：強み well-being 因子 関連 尺度

要旨：昨今、学校現場での教師の well-being（以下、WB）が注目されている。しかしながら、教師の WB とは何か、教師の WB を高めるためにどのような方法が考えられるかについての議論は多くない。そこで、本研究では、日本人向け WB 尺度 (Nishaat, 2021) を教師用 WB 尺度に修正し、教師の WB とは何か検討した。その結果、「仕事の充実・没頭」「自己有用感」「心身の健康」「他者との関係性」因子が抽出された。先行研究によると、WB の実現には、誰しもがもつ 24 の性格の「強み」の自覚が鍵を握る (Peterson & Seligman, 2004)。そこで教師用 WB と教師が自覚する「強み」の関連を図ることで、学校現場での教師の WB の実現について実践的示唆を得ることとした。

1 研究の背景と目的

私が職務上の悩みを抱えている時、支えになったのは同僚であり、その時の経験が今の原動力になっている。一方で、多くの同僚が病休や離職するという経験もある。

平成31年3月『東京都教育ビジョン(第4次)』教員一人一人の健康保持の実現を図る(東京都教育委員会)、令和3年1月『令和の日本型学校教育』の構築を目指して(答申)、令和4年8月「第11期中央教育審議会生涯学習分科会における議論の整理」では、教師の心の健康やwell-being(以下、WB)が注目されており、筆者の関心と重なる。

WBについては、しばしば世界保健機関憲章の定義が持ち出されるが、それらの定義や解釈は、人や立場、文脈によって異なるとの指摘がある(国立教育政策研究所, 2017)。

これまでのWB研究では、社会的な人間関係(Rath, Tom & Jim Harter 2010)や情熱を傾けられる仕事(Michael Argyle, 2001)がWBに影響を及ぼすこと、誰しもが備える24の性格の「強み」の自覚がWBを高めること(Peterson & Seligman, 2004)が報告されている。

日本におけるWB研究に目を向けると、日本人向けWB尺度(Nishaat, 2021)が開発され、他の変数との関連を調べた研究はあるが、教師を対象としたWBと強みの研究はこれまで行われていない。昨今、メンタルヘルスが心配される教師を対象に、自己の強みの認識とWBがどのように関連しているかについて、探索的研究を行うことは意義があると考えた。

そこで本研究では、教師が自己の強みをどのように認識し、自己の強みの認識とWBがどのように関係しているのかを解明し、教師たちのWBを向上させるための実践的示唆を得ることを本研究の目的とした。具体的には以下の3つの研究を行う。

- (1) 日本の教師用WB尺度の作成及び信頼性・妥当性の検討
- (2) 日本の教師の強みの自己認識の把握
- (3) 教師のWBと24の強みの関連の分析

2 研究方法

調査対象者

都内の小学校教師(教諭, 主任・主幹・指導教諭, 副校長, 校長)

有効回答数は153名(男性80名・女性73名)。

調査時期

令和4年7月14日～11月27日

測定具及び分析方法

- (1) 日本の教師用WB尺度の作成及び信頼性・妥当性の検討

①日本人向けWB尺度(Aneesah, 2021)を、教師向け

に修正し、教師用WB尺度(反転項目3つを含めた計18項目, 5件法(とてもよくあてはまる5点～全くあてはまらない1点, 得点の高さがWBの高さを示す以下, 5件法))として作成・実施した。

②収集データを因子分析(最尤法, プロマックス回転)し、WBの構成要素を明らかにした。

③尺度の信頼性・妥当性の検討をした。(信頼性については、Cronbachの α 係数で.70以上を基準とした。妥当性については、筆者及び心理学の教授らで項目内容の妥当性について話し合い吟味した。)

(2) 日本の教師の強みの自己認識の把握

①VIA調査(Peterson & Seligman, 2004)に基づいて作成された「生き方の原則調査票(VIA-IS: Values in Action Inventory of Strengths)(大竹恵子他, 2005)」(48項目, 反転項目は無い, 5件法)を実施した。

②「強み」及び「美德」の平均値を算出した。

(3) 教師のWBと24の強みの関連の分析

①「WB因子」と「教師の強み」について、カテゴリーごとに2変量の相関分析(Pearsonの相関係数を算出)をした。

※カテゴリーは、男女別(男性80名, 女性73名), 経験年数別(1～6年目31名, 7～12年目43名, 13年目以上79名)に設定した。

②教師用WBの各因子を目的変数に、相関の高かった強みを説明変数とする重回帰分析を行った。

3 結果

(1) 日本の教師用WB尺度の作成及び信頼性・妥当性の検討

表1) 教師用WB尺度の因子分析結果(N=153)

		1	2	3	4
第1因子		仕事の充実・没頭 $\alpha = .80$			
項目 9	志をもち、教師として、充実した生き方ができている。	.78	.04	.06	.05
項目 3	教師として、仕事に集中できている。	.78	-.09	-.05	-.03
項目 10	教師としての仕事に、目標を見つけることができ満足している。	.72	.09	-.05	.06
項目 8	時間が経つのを忘れるぐらい、仕事に集中できた経験がある。	.61	-.34	-.20	.40
項目 1	今、教師として幸せを実感している。	.58	.20	.16	-.04
項目 13	教師として、自分が成長していると感じる。	.46	.26	-.10	.17
第2因子		自己有用感 $\alpha = .63$			
項目 6	教師として、満足いく教育実践の成果を出せている。	.30	.68	-.12	-.11
項目 15	自分は、教師として、児童生徒・保護者・同僚教師に好かれていると思う。	-.13	.65	.05	.19
項目 14	自分は、教師として、児童生徒・保護者・同僚教師に役立っているとは思わない。(反)	-.07	.58	.13	-.02
項目 2	教師として、仕事の目標を達成して満足したことがある。	.18	.57	-.31	.30
第3因子		心身の健康 $\alpha = .71$			
項目 16	心の健康には自信がある。	-.07	.01	.79	.24
項目 11	体の健康には自信がある。	-.21	-.02	.72	.25
項目 12	教師の仕事にストレスを感じる。(反)	.40	-.12	.62	-.10
項目 18	教師として、将来に不安を感じる。(反)	.36	.28	.47	-.25
第4因子		他者との関係性 $\alpha = .73$			
項目 7	児童生徒・保護者・同僚教師から良い評価をされ嬉しい気持ちになったことがある。	-.11	.20	.14	.82
項目 5	児童生徒・保護者・同僚教師から感謝され幸せな気持ちになったことがある。	-.01	.33	.18	.68
項目 17	児童生徒・保護者・同僚教師に感謝の思いをもち、幸せを感じたことがある。	.31	-.25	.26	.57

(2) 日本の教師の強みの自己認識の把握

表2) 教師の強みの自己認識得点の平均値 (少数第2位で四捨五入)

美德	知恵 (3.5)	勇氣 (3.4)	人間性 (3.9)
1 創造性	3.4	6 勇敢さ	3.4
2 好奇心	3.4	7 忍耐力	3.2
3 知的柔軟性	3.7	8 誠実さ	3.3
4 向学心	3.5	9 熱意	3.5
5 大局観	3.3		

美德	正義 (3.6)	節制 (3.2)	超越性 (3.7)
13 チームワーク	3.6	16 寛容さ	3.7
14 公平さ	3.7	17 慎み深さ	3.1
15 リーダーシップ	3.6	18 思慮深さ	3.1
		19 自律心	3.0
			20 審美眼
			21 感謝
			22 希望
			23 ユーモア
			24 スピリチュアリティ

(N=153)

(3) 教師のWBと24の強みの関連の分析

表3) 教師用WB因子と「強み」の関連

	男性教師	女性教師	Y世代教師	M世代教師	V世代教師
仕事の充実・没頭	向, チ		忍, 感	創, 向	創, 向
自己有用感	誠, 愛 ス	大, 愛	大	ス	愛, 勤
心身の健康			愛	好, 大 愛, 自	
他者との関係性	愛, ユ ※思	※慎	※好, 愛	社	

(N=153, ※は負の相関)

* 表中の略字は、表2の各項目を省略したものである。

4 考察

(1) 教師のWBの構成要素

WBの高い小学校教師とは、「①志をもって熱中して仕事に励むことができ、②他者との関係性の中で感謝や有用感を感じ、③心身の健康を有している教師」であることが分かった。

(2) 「知恵」の「強み」がWBに最も影響を与える

「知恵」の美德に属する「強み」が、教師のWBに最も影響を及ぼす「強み」群であることが分かった。高度専門職の教職においては、「学び続けること」が教師のWBを高める可能性がある。「知恵」の「強み」によって、「仕事の充実・没頭」「自己有用感」「心身の健康」因子を高める可能性が示唆された。

(3) 「他者との関係性」因子に影響を与える「強み」

「他者との関係性」因子には、「人間性」「超越性」に属する「強み」の影響が認められ、多くの教師が自覚している領域であった。一方で、「節制」の美德は「他者との関係性」に負の影響を与えていた。「節制」とは、謙虚さや慎重さであり、「節制」の強い教師は、自分の考えや思いを率直に表現せず、他者との本音のコミュニケーションが取れていない可能性がある。そのため、他者との関係を良好と認識していないのかもしれない。

(4) 「心身の健康」因子の扱い

「心身の健康」因子は、特定の強みとの強い関連が認められないケースが多かった。この結果は、教師のメンタルヘルスが多様な要因に影響を受けていることを示していると考えられる。しかしながら、「自律心」と「愛情」の強みは「心身の健康」に相関があることが示された。このことから、教師の自己コントロール力や良好な他者とのコミュニケーションの基となる「愛情」の強みは、教師の「心身の健康」を高める可能性がある。

5 実践への示唆

(1) 教師を高める-教師の学び合いの学校づくり-

教師が日常的に「知恵」の強みを発揮することができる環境が必要である。校外や勤務時間外の研究会などでは、非日常的で、しかも時間的・地理的理由により学びを阻害される可能性がある。よって、所属校内に勤務時間内の「学びの場」あることが望ましい。

また、教師の学びは、多様な領域が存在し、それぞれの専門分野をもつケースが多いことから、教師同士の中で学び合ってこそ「知恵」の強みを発揮できるだろう。つまり、同僚と学び合う人間関係や認め合う組織づくりの推進が、教師のWBを高める可能性がある。熱意ある教師が個々に奮闘するのではなく、普段から教育について学び合い、協働できる教育現場の実現を目指したい。

(2) 教師を広げる-教師の心の交流づくり-

職場の中で、同僚教師に自分の考えや思いを率直に表現できない教師のWBは低下しやすい。そこで、職場内の「他者との関係性」を向上させるために、職場の教師同士が率直にコミュニケーションをかわせる心の交流の「場」の設定が求められる。コロナ禍以前の飲食を伴う懇親の場などは、最たる場だったのかもしれない。教師は、子供や保護者に対しては「愛情」を強く発揮するが、同僚に対しても、もっと発揮することで、より良い教育現場を実現できる可能性がある。

(3) 教師を深める-教師の省察の場づくり-

教師の「心身の健康」を高めるためには、教師自身が失敗もネガティブな感情も受け入れる内面の変革が必要である。そのために、教師自身の肯定的な自己省察の機会づくりを提案したい。一例として「誰でも、いつでも、どこでも」活用できる「WB尺度」や「強み尺度」を自己省察に用いることも有効かもしれない。教師が自身の内面に目を向け、自分の良さを生かした働き方につながっていく可能性がある。