

附属学校・園の児童・生徒のメンタルヘルスと教員の対処能力向上に関する研究

研究プロジェクト 年度計画番号 91

1. 本研究の概要

児童や生徒に関わる問題や事件がマスメディアで数多く報道されている。事件として報道されないまでも、不登校やいじめなど学校現場で数多く経験されている。また広汎性発達障害等の障害を持つ児童・生徒も通常の学級の中に在籍することが多くなり担当の教員は対応に困難を感じることも多い。このような状況の中、児童・生徒のメンタルヘルスを良好な状態に保つことは容易なことではない。そこで教員はメンタルヘルス障害にある児童・生徒へ対処能力、およびメンタルヘルス障害の予防のための知識を持つ必要がある。本研究では大学全体の学生・教職員の心身の健康管理に携わっている保健管理センターと本学附属学校・園で児童・生徒・教職員の心身の健康管理に携わっている養護教諭と連携し以下の研究及び実践を行った。

教員および教育実習生のメンタルヘルス状況の質問紙調査、対応が困難な状況に対する対処能力の質問紙調査を行い、教員・教育実習生に対して対処能力を延ばすためのフィードバックや指導を行うために指導テキスト、パンフレットの作成や、講義やセミナーを実施した。

2. 本研究の実施担当者

福岡教育大学保健管理センター

所長：宮田正和、カウンセラー：岩橋知子、看護師：飯田一恵、柏原妙子

福岡教育大学附属久留米中学校養護教諭：原口民枝、執行泰子

福岡教育大学附属久留米小学校養護教諭：松尾佳代子

福岡教育大学附属小倉中学校養護教諭：江角眞由美

福岡教育大学附属小倉小学校養護教諭：原田直美

福岡教育大学附属福岡中学校養護教諭：松藤恵美

福岡教育大学附属福岡小学校養護教諭：甲斐七七子、結城今日子

福岡教育大学附属幼稚園：伴明子、

3. 平成 18 年度研究取組実績

平成 18 年 5 月 研究実施のための第 1 回打ち合わせ会

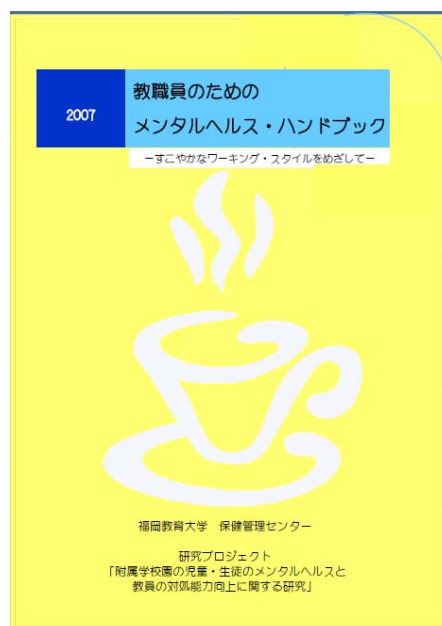
平成 18 年 6 月 教職員対象ストレス調査票

教職員対象疲労調査実施

第 1 回教育実習生アンケート実施

久留米小学校研究発表「グレーゾーンの子供たちに対応した健康相談活動」

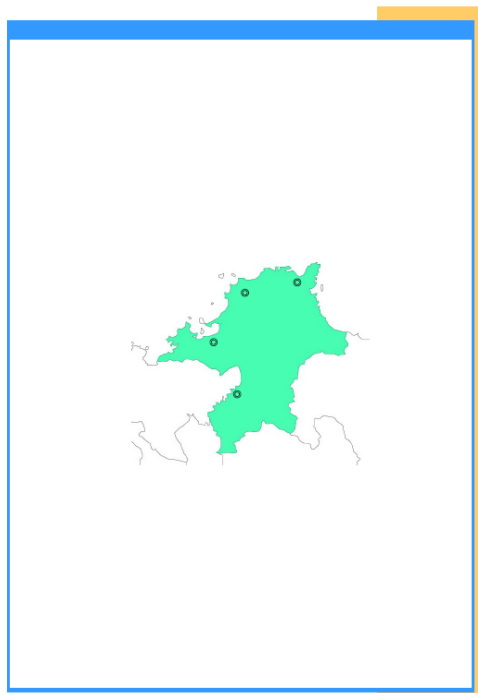
- 福岡小学校研究発表「オヤ、オヤッ、おやつ?～健康によい おやつ
発見」
- 平成 18 年 9 月 研究実施のための第 2 回打ち合わせ会
福岡中学校研究発表「保健室で行う創傷処置（湿潤療法）を考える」
久留米中学校研究発表「明日も来たくなる学校づくり こころの居場所、
連携から協働へのチーム支援を通して」
- 平成 18 年 10 月 U P I 学生健康調査票
疲労とうつチェックリスト実施
研究実施のための第 3 回打ち合わせ会
小倉中学校公開授業「欲求やストレスへの対処と心の健康」
- 平成 19 年 2 月 研究実施のための第 4 回打ち合わせ会
「教職員のためのメンタルヘルス・ハンドブック」作成
- 平成 19 年 3 月 平成 1 8 年度報告書作成



4. 平成 19 年度研究取組実績

- 平成19年4月 研究実施のための第1回打ち合わせ会
- 平成19年5月 福岡小学校教育研究会「保健室から見えてくる子ども達の健康課題」
「いじめの予防と対策」「不登校について」「食育について」
研究実施のための第2回打ち合わせ会
- 平成19年6月 教職員対象職業性ストレス調査票
第1回教育実習生アンケート実施
U P I 学生健康調査票、GHQ 2 8

	久留米小学校研究発表「心身の健康を育む保健室経営～コーチングスキルを活用した健康相談活動を通して～」 「コーチングについて」
平成19年7月	研究実施のための第3回打ち合わせ会
平成19年9月	研究実施のための第4回打ち合わせ会
	福岡中学校研究発表
	「子どもの危険信号をどうとらえるか～いじめの心理構造を考える」
平成19年10月	第2回教育実習生アンケート実施
	UPI 学生健康調査票、GHQ 28
	研究実施のための第5回打ち合わせ会
平成19年12月	久留米小学校研究発表
	「こどもの心の健康問題 ～気になる子どもと親への対応について～」
平成20年2月	研究実施のための第6回打ち合わせ会
平成20年3月	報告書作成



5. 平成18年度教育実習生健康調査

大学生の教育実習中のストレス状態について

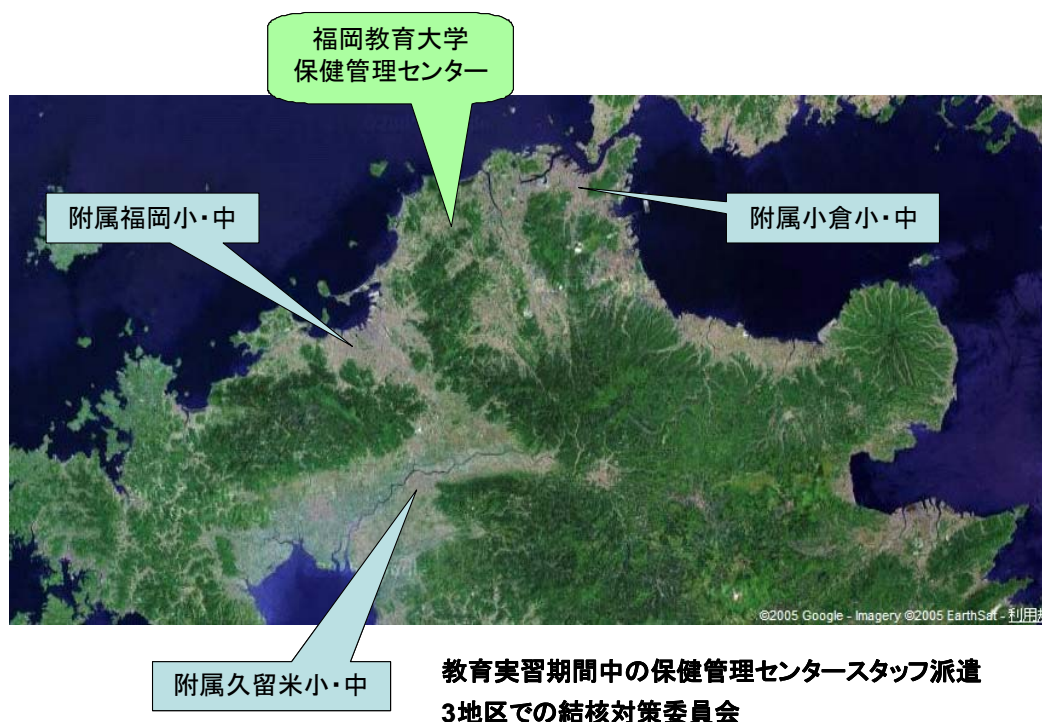
1) 目的

福岡教育大学は教員養成の単科大学であり、学生は原則として3年生時に本学附属学校・園で教育実習を行う必要がある。附属学校が大学から遠方にあるため、ほとんどの学生は2～4週間の実習期間中はワンルームマンションなどから附属学校に通っている。また児童生徒に対し実際に授業を行わねばならず、深夜まで授業の準備に追われ、寝不足の学生が大半である。毎年数名の学生が不安や抑うつ状態になるばかりでなく途中でドロップアウト

トする場合もある。本研究は教育実習生を対象に実習の前半と後半でのストレス状態の変化について調査を行ったのでその結果を報告する。

2) 対象と方法

対象は本学の3地区の附属学校での教育実習中の学生。総数は小学校で4週間の実習を行った学生が122人、小学校または中学校で2週間の実習を行った学生170人。アンケート回収率は4週間実習群が47人(38.5%),2週間実習群が170人(90.0%)。



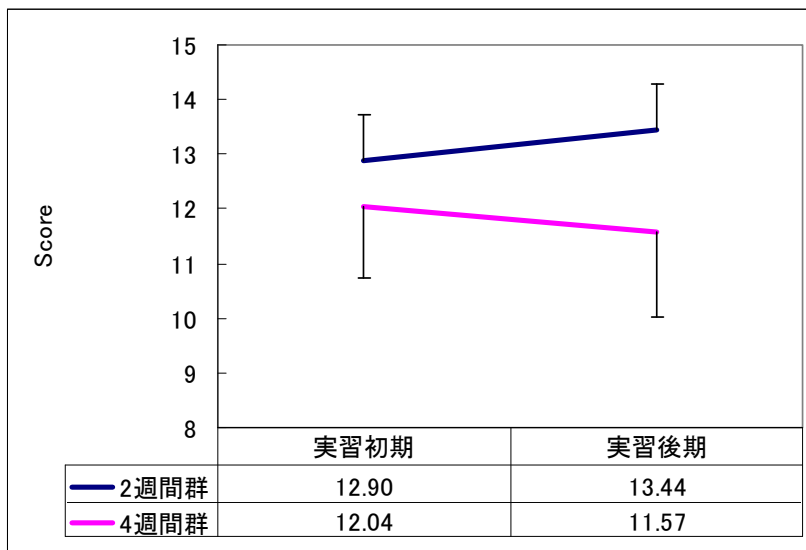
実習期間	男	女	男女計	総実習生数	回収率
4週間	23	24	47	122	0.385
2週間	74	79	153	170	0.900
計	97	103	200	292	0.685

UPI 学生精神的健康調査票(以下UPI)とストレスのからだへの影響チェックリスト(メンタルヘルス・ハンドブック)を実習開始時期と終了時期の2回実施し、そのスコアの変化から実習によるストレス状況について調べた。

3) 結果

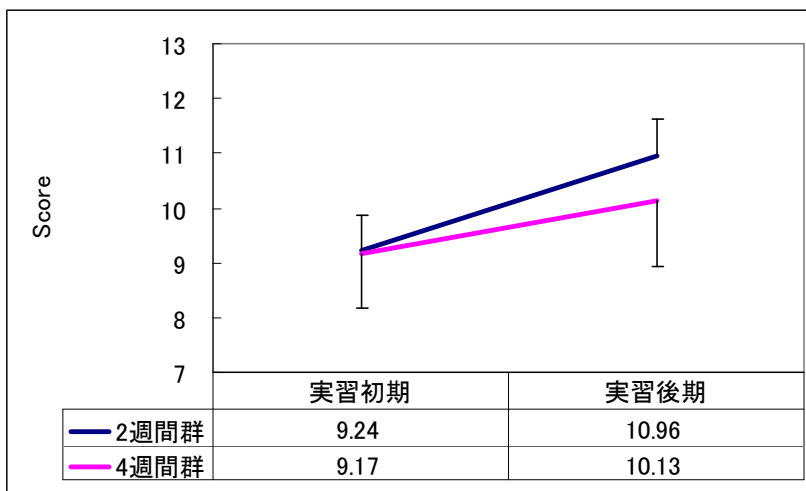
i) UPIの不健康尺度の平均得点の変化

UPIの60項目のうち健康尺度(検証尺度)の4項目を除外した不健康尺度の平均得点は、有意差は認められなかったが4週間実習群ではやや減少し、2週間実習群ではやや増加していた。



ii) ストレスのからだへの影響チェックリストの平均得点の変化

ストレスのからだへの影響チェックリストでは平均得点は4週間実習群, 2週間実習群とも増加していたが、2週間実習群では有意に増加していた ($p < 0.0012$)



4) 考察

教育実習中のストレス状況について調査を行った。実習の前後でストレス状況の増加が認められた。しかしストレスの増加は2週間実習群でより強く、4週間実習群ではUPIの得点は減少しストレスの低下も示唆された。実習期間、実習方法、学生の特性をさらに検討し、ストレスの少ない教育実習を計画・実施する必要があると考えられる。

6. 平成 19 年度教育実習生健康調査

教育実習中の大学生のストレス状態について

1) はじめに

福岡教育大学は教員養成の単科大学であり、学生は原則として 3 年生時に本学附属学校・園で教育実習を行う必要がある。附属学校が大学から遠方にあるため、ほとんどの学生は 2～4 週間の実習期間中はワンルームマンションなどから附属学校に通っている。また児童生徒に対し実際に授業を行わねばならず深夜まで授業の準備に追われ、寝不足の学生が大半である。毎年数名の学生が不安や抑うつ状態になるばかりでなく途中でドロップアウトする場合もある。本研究は教育実習生を対象に実習の前半と後半でのストレス状態の変化について調査を行ったのでその結果を報告する。

2) 対象と方法

対象は、平成 19 年 6 月（前期）に福岡教育大学附属小学校、中学校、幼稚園、計 7 校・園で教育実習を行った学生であり、内訳を表に示す。

表 1-1 実習学校・性別人数

	小学校	中学校	小・中計
女	117	78	195
男	67	78	145
計	184	156	340

実施した心理テスト及び調査

実習開始時期と終了時期の 2 回、日本版 GHQ28（以下 GHQ）を実施し、実習終了時期に実習期間中の生活状況調査を実施した。GHQ スコアの変化から実習によるストレス状況について検討した。

UPI 学生精神的健康調査（University Personality Inventory）は大学生への新入生を対象にして、精神疾患の他、悩み、迷い、不満、葛藤などの実態を調査するスクリーニングテストとして、全国大学保健管理協会の学生相談カウンセラーと精神科医が中心になって作成されたものである。

GHQ 精神健康調査票（General Health Questionnaire）はゴールドバーグが、神経症、心身症を中心とする非器質性、非精神病性疾患の症状把握、スクリーニングテストとして 60 項目からなる質問紙として開発した。臨床現場、学校、企業などで広く使用されている。この検査から、①身体症状、②不安と不眠、③社会的活動障害、④うつ状態に関する 4 因子が判定される。日本版 GHQ28 精神健康調査票はこの 4 因子を含む質問数を 28 項目に短縮した日本語版である。

教育実習生健康調査は教育実習中の学生の生活実態を調べるために独自に作成したものである。

UPI 学生健康調査

これは、あなたの健康の理解と増進のための調査です。

番号順によく読んで、あなたが最近ときどき感じたり経験したことある項目の番号に○印を、ない項目には×印をかいてください。

性別(女・男) 年齢()歳 記入日 月 日

1 食欲がない	16 不眠がちである	31 赤面して困る	46 体がだるい
2 吐気・胸やけ・腹痛がある	17 頭痛がする	32 吃ったり、声がふるえたりする	47 気にすると冷汗が出やすい
3 わけもなく下痢や便秘をしやすい	18 首すじや肩がこる	33 体がほてったり、冷えたりする	48 めまいや立ちくらみがする
4 動悸や脈が気になる	19 胸が痛んだり、しめつけられる	34 排尿や性器のことが気になる	49 気を失ったり、ひきつけたりする
5 いつも体の調子が良い	20 いつも活動的である	35 気分が明るい	50 よく他人に好かれる
6 不平や不満が多い	21 気が小さすぎる	36 なんとなく不安	51 こだわりすぎる
7 親が期待しすぎる	22 気疲れする	37 独りでいると落ちつく	52 くり返し確かめないと苦しい
8 自分の過去や家庭は不幸である	23 いらいらしやすい	38 ものごとに自信をもてない	53 汚れが気になって困る
9 将来のことを心配しすぎる	24 おこりっぽい	39 何事もためらいがちである	54 つまらぬ考えがとれない
10 人に会いたくない	25 死にたくなる	40 他人に悪くとられやすい	55 自分の変な匂いが気になる
11 自分が自分でない感じがする	26 何事も生き生きと感ぜられない	41 他人が信じられない	56 他人に陰口をいわれる
12 やる気が出てこない	27 記憶力が低下している	42 気をまわしすぎる	57 周囲の人が気になって困る
13 悲観的になる	28 根気が続かない	43 つきあいが嫌いである	58 他人の視線が気になる
14 考えがまとまらない	29 決断力がない	44 ひけ目を感じる	59 他人に相手にされない
15 気分に変りがある	30 人に頼りすぎる	45 とりこし苦労をする	60 気持ちが悪く傷つけられやすい

教育実習生健康調査

実習終了時期に記入

教育実習中は、通常と異なる環境にありストレスの多い状態です。

この調査は皆さんの教育実習中の心身の健康状態を明らかにして、今後の実習中の健康のサポートに役立てる目的のものです。ご協力をお願いいたします。

なおこの結果については、学会や研究会などで発表する場合がありますが、調査結果は統計的に処理され、個人のプライバシーは完全に守られます。

□にVを入れてください

性別 男 女 年齢 () 歳 学年 () 年

専攻

実習校 幼稚園 小学校 中学校 その他 ()

実習期間 () 週

担当した授業時間数(査定授業も含め) () 時間

実習期間中の住まい

自宅 自分のアパート・マンション 友人宅 親戚・知人宅

ウィークリーマンション 下宿 ホテル

その他 ()

実習期間中、友人と一緒にウィークリーマンションなどで生活しましたか？

自分一人 家族と 友人と () 人

実習校までの平均通学時間

() 時間 () 分

実習校までの通学方法(複数可)

徒歩 自転車 バス 電車 自家用車 家族等の送迎

食事 (主に)

自宅 自炊 外食・弁当 その他 ()

実習期間中の平均睡眠時間

() 時間

将来は教員になる予定ですか

はい いいえ わからない

将来は教員になりたいですか

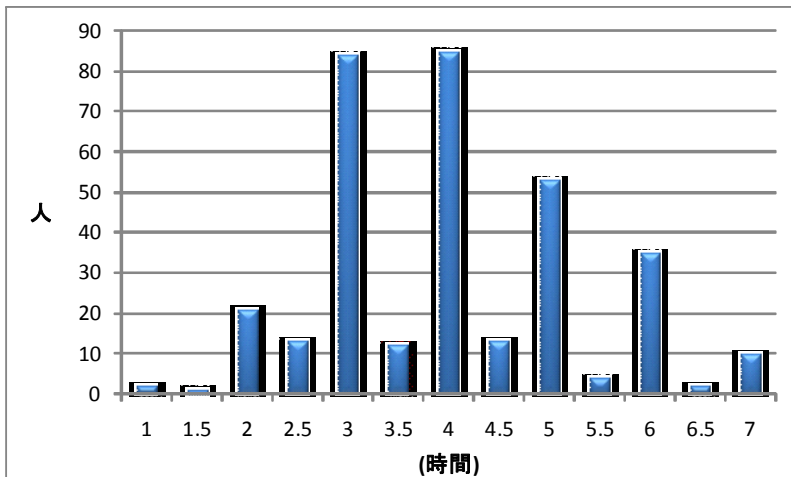
とても かなり 普通 あまりなりたくない

絶対なりたくない わからない

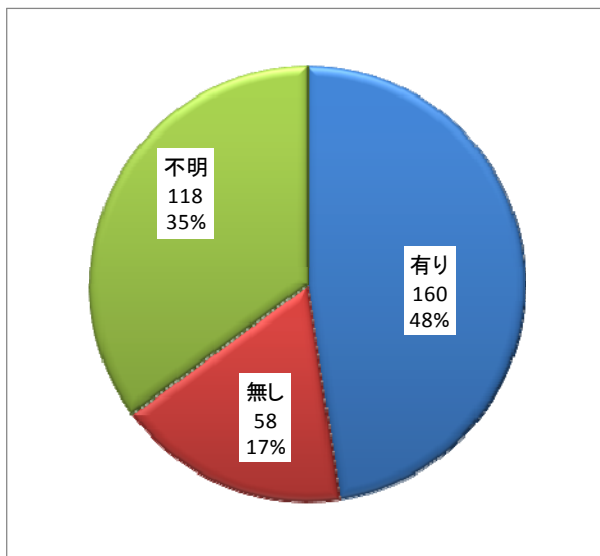
3) 結果

実習前後では、総スコア（教員志望無し）と身体症状スコア（教員志望有り、無し群）の増加を認めた。 教員志望の有無で比較すると教員志望の学生に比較して教員を志望しない学生では GHQ のスコアが実習前から高く、実習後さらに増悪を認めた。

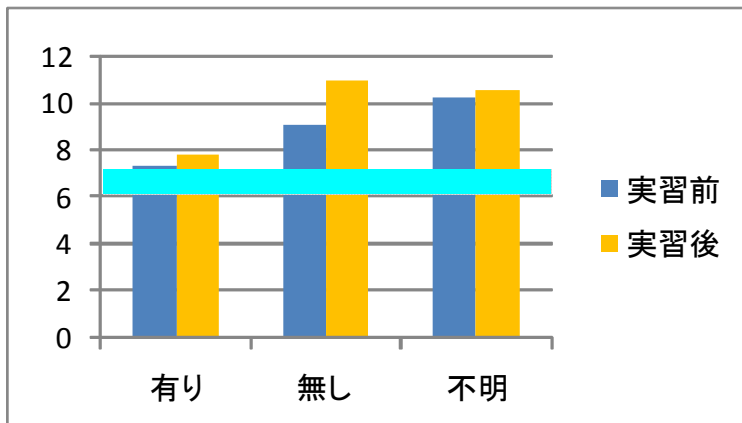
睡眠時間が短くなるほど、GHQ のすべてのスコアが増加した。



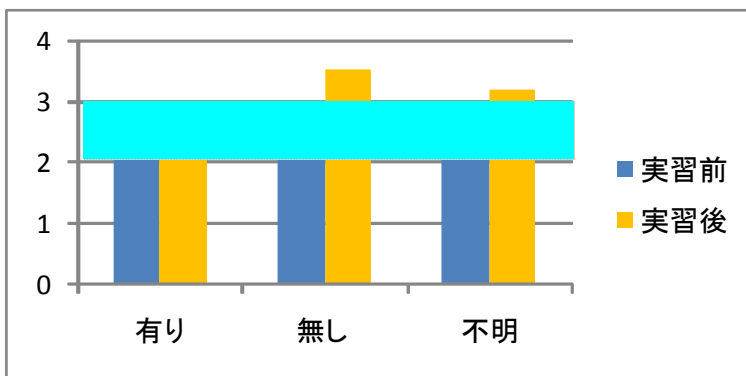
実習中の睡眠時間



教育実習参加学生の教員志望の有無



教員志望の有無と実習前後のストレス状態 GHQ28 総スコア



教員志望の有無と実習前後のストレス状態 GHQ28 スコア A(身体的症状)

睡眠時間と GHQ スコアの相関

単相関	睡眠時間	GHQ-A	GHQ-B	GHQ-C	GHQ-D	GHQ-T	p 値
睡眠時間	-	0.0000	0.0001	0.0001	0.0068	0.0000	
GHQ-A	-0.2341	-	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	
GHQ-B	-0.2102	0.5529	-	0.0000	0.0000	0.0000	
GHQ-C	-0.2154	0.4657	0.6315	-	0.0000	0.0000	
GHQ-D	-0.1476	0.4699	0.4503	0.4991	-	0.0000	
GHQ-T	-0.2556	0.7864	0.8383	0.8203	0.7374	-	

相関係数 r

4) 考察

教育実習中のストレス状況について調査を行った。

実習の前後でストレス状況の増加が認められた。特に教員を志望しない学生においてストレス状況の悪化が顕著であり、積極的な実習態度がストレスの低減に重要であり、効果的な教育実習を行うためにさらなる検討が必要と考えられた。