

現代日本におけるバーンアウト研究の動向に関する研究

－バーンアウトの教員への適応を目指して－

A study on the current direction in the studies on burnout in Japan
－For better readaptation of burned-out teachers－

上野 和久

UENO Kazuhisa

(和歌山大学教育実践総合センター特別研究員)

佐藤 史人

SATO Fumito

(和歌山大学教育学部)

Abstract

Against the background of the birth of research into ‘burnout’, known metaphorically as one of ‘the modern disease’, are certain kinds of special phenomena that developed within the human-service industry.

However, among all the different fields within the human service industry, it is thought that in the case of researching the teaching profession, the characteristics of the work and social environment are different from those of other human service workers.

Therefore, by looking at the trends of the research into ‘burnout’ in Japan, highlighting the points of similarity and points of difference between burnt-out teachers and other workers in the human service profession, this study aims to conduct fundamental research into teacher burnout in Japan.

key words : バーンアウト、対人援助職、教員

1 本研究の目的

ひとつの「現代病」を比喻したバーンアウトの研究が生まれてくる背景には、対人援助職での特徴的な現象があるからだ。本研究は、対人援助職のさまざまな職種がある中で教員を研究対象としたバーンアウト症状を、その職業的特徴と社会背景から他の対人援助職との共通点と相違点を明らかにし、現代日本におけるバーンアウトする教員の基礎的研究としたい。

2 バーンアウトの原著

バーンアウト (burnout) という言葉は、元来はロケットエンジンが焼き切れたり、電球が切れる状態を示す技術用語であった。これをフロイデンバーガー (Frudenberger, 1974) が対人援助従事者に関する学術論文の中に「現代病」の現象を描写する表現として Burnout または Burnoutsyndrom と初めて用いた。

倉戸 (1986) によればバーンアウトについて「かつては斬新さと強固さを誇った高層ビルが今や使い古され、朽ち、挙げくの果てに崩れ落ちるのと同様の現状が人間にも見られる」と述べている。

小堀の研究論文 (2005) によると、欧米では、1974

年のFrudenbergerの研究の反響が大きく、それ以降、対人援助従事者の疲弊を描いたバーンアウト研究が多く出された。具体的には、教育・福祉・医療の従事者の疲弊を描写し、バーンアウトに陥る理由として個人的要因や組織的要因の列挙、予防的観点の重要性の主張などが記されている。しかし、バーンアウトに関する明確な定義がされていないまま質的な描写を行った研究が濫立した時代が1970年代であった。(小堀, 2005)

1980年代はバーンアウトの操作的定義と定量化の動きが盛んとなった。今日多くの研究で用いられているバーンアウトのいくつかの尺度が作成された時期である。代表的な尺度としてJones (1980) のstaff burnout scale (以下SBS) である。この尺度は、医療従事者を対象とした深刻なストレスに関するエピソードを測定するもので、30項目の質問から構成されている。次にPines & Aronson (1981) のThe Burnout Index (以下BI) である。この尺度は、心身ともに消耗し仕事への熱意をなくしている消耗感を表す1因子、21項目に対してその頻度を7件法で回答する。最後に、バーンアウトの多くの研究に使われているMaslach & Jackson (1981) のMaslach Inventory (以下MBI) がある。この尺度は、3因子から構成されており、1因子目が情緒的消耗感 (Emotional Exhaustion : 仕事

を通じ情緒的に力を出し尽くし、消耗した状態)、2 因子目が脱人格化 (Depersonalization: サービスの受け手に対する無情で非人間的な対応)、3 因子目が個人的達成感 (Personal accomplishment: 対人関係職の職務に関する有能感や達成感) である。このMBIを開発したMaslach & Jackson (1981) のMaslach Inventory が提唱したバーンアウトの定義が「長期間にわたり人に援助する過程で心的エネルギーが絶えず過度に要求された結果、極度の心身の疲労と感情の枯渇を主とする症候群であり、自己卑下、仕事嫌悪、関心や思いやりの喪失などを伴う症状」というものであり、今日では広くコンセンサスを得られている定義である。(小堀, 2005)

1990年代後半はバーンアウト適用者拡大の時代となる。1990年代前半までは、対人援助職と言われる領域以外にはバーンアウトの定義をそのまま当てはめることは否定的であったが、90年代半ばから、対人援助職のバーンアウトは様々な職業で体験される一般的な意味でのバーンアウトの一つの形にすぎない (Leiter & Schaufeli, 1996) と捉えるようになった。このようにバーンアウトを適用する職業に拡大する動きが見られた。(小堀, 2005)

1974年のFrudenbergが臨床的な研究から生まれた現代病の現象を描く「バーンアウト」が、その定義が明確にならないまま広がる理由は、社会的・経済的背景の中に「(定義が) 明確化されないバーンアウト」を使用する利便性や効果があったと推測する。

3 1986～1995年の日本におけるバーンアウト研究

落合 (2004) によると日本のバーンアウト研究は、米国より10年ほど遅れ、1980年代後半から開始されていると述べている。

NII (National institute of informatics) 論文情報ナビゲータ (CiNii と略す) による「バーンアウト」並びに「燃え尽き症候群」により検索してみると、「現代病」の現象を描写する表現としての「バーンアウト (Burnout・Burnoutsyndrome)」に関する研究論文が見つげられる。

その年代的特徴をみると、1986～2010年4月までの「バーンアウト」論文数は510本ある。年代別の特徴として、1986～1995年は「スポーツ選手や部員に関する」論文 (12本) と「看護師関係」 (6本) 並びに「教員関連」 (5本) の論文を中心に34本の論文が検索できる。また、この間に3本の「バーンアウト尺度」に関する論文も検索できる。この期間は、バーンアウト関係論文は年間5本以内であり、その研究対象は看護師・助産師・教員・介護福祉関係者と限られた論文が中心であった。

この期間のスポーツ選手に関する論文は、看護師やケースワーカーに対して使用されている「明確化されていないバーンアウト概念」をスポーツ競技者に援用する試みがされている。その目的はスポーツに対する

望ましい関わり方およびスポーツの高度化とその病理からの回復であると考え、スポーツ選手に対するバーンアウトの発生機序を明らかにしようとする事例や研究対象を通して検討している。(松尾・大谷・多々納・菊, 1989; 中込・岸, 1989)

看護師を研究対象にする論文では、バーンアウトが発祥する影響要因 (対人関係・生活環境等) の分析を行い、深夜勤務などの看護業務、医師や同僚との人間関係と言った医療・看護環境の問題点を検証している。(岸・片倉・湯浅・三宅, 1992)

教育に関する論文は、米国の教育現場における「教員の燃え尽き症候群」を紹介し、日本における状況と対比させ3つの事例 (症例) をもとに心理療法の有効性の検討を行っている。(倉戸, 1986)

Frudenbergが「バーンアウト」の概念を対人援助職という職種の臨床から描写したものであるが、日本においてはスポーツ科学の領域でバーンアウト概念を活用し研究が初期に多く出されている。看護師・助産師・教員・介護福祉関係という対人援助職の人々を研究対象にした論文でありバーンアウトを対人援助職というフレームの中で援用するにはバーンアウトの定義を再定義する必要がある。すなわち、プロスポーツ選手以外のスポーツ選手や運動クラブ員が看護師や教師、介護福祉士の職業・職種と同じ次元で分析することは荒削りの論理になってしまう可能性がある。ただ、対人援助職という産業分類は日本標準産業分類にはない。「バーンアウト」の定義と同じように、対人援助職という定義も「明確化されないまま対人援助職」という言葉の持つ意味がさまざまに解釈され、バーンアウト研究に広く援用されたと考える。落合 (2003) は、この時期のバーンアウト研究が単なる個人や職場の問題としてでなく、都市化の潮流や、医療・教育制度といった歴史的・社会的背景にも焦点を当てて論じた点に意味があると述べている。このことは、「明確化できないバーンアウト」の定義が幅広い研究ができる背景をつくり出していると考えられる。

4 1996～1999年の日本におけるバーンアウト研究

1996～1999年においては、研究論文数の年間15本程度の論文数 (合計61本) が掲載されており、研究対象が看護師 (25本)、教員 (19本) を中心に、スポーツ選手関連・保健師・ヒューマンサービス関連・家族介護・障害者施設職員等・職場内の対人関係の論文が掲載されている。研究対象が年間平均5職種程度の論文が掲載されている。

この期間における看護師を研究対象とした論文の特徴は、バーンアウトの定義が様々な中で、その看護師の職業特性のもとに精神的健康を論じる論文が多く発表されている。

具体的には、看護師のバーンアウト研究において環境・組織要因重視の研究が多く、その中の一つの研究に環境要因としての組織ストレスとバーンアウトの関

連を経験年数から考察し、ベテラン看護師が「ケアに対する不全感」「周囲からの批判」といった看護職の特徴的なストレスサーを検証し、経験年齢別の教育の提唱をしている。(荻野, 1997) また、社会的スキル(人間関係能力や対処行動)を養うことで「看護師のバーンアウト」への有効性を示唆する論文(千葉, 1998)や看護師へのソーシャルサポートとバーンアウト傾向の関連を研究した論文において、職場内外のソーシャルサポートがバーンアウトへの有効性を示唆し、特に配偶者のサポートの効果を検証している。(山崎・石田・柏倉, 1999) この時期の看護師を対象とする研究論文は、看護師のバーンアウトとその関連要因を研究し、看護師の精神的健康をどのように守るかを探るといふ特徴を持っている。

次に、教師を研究対象にした論文の特徴は、Maslach & Jackson (1981) のMBIを教師のバーンアウト研究に援用する傾向が見られた。(俣野・松元, 1997; 小島, 1997; 山本・上野・武内・東, 1998; 金子・林, 1998) これらの研究成果は教員のおかれている環境や属性、特に人間関係(生徒・同僚・保護者)、そして性格、教員志望、経験年数との関係を分析している。これらの研究は、看護師と患者の関係と教師と生徒の関係において同じ傾向があるという仮説のもとに検証している。(山本・上野・武内・東, 1998; 金子・林, 1998) また、平沢(1998)(1999)は教師のバーンアウトを国際的な視点から見るために国際労働機関(ILO)の報告書「教師の職業上のストレスとバーンアウト: レビュー(OCCUPATIONAL STRESS AND BURNOUT OF TEACHERS A REVIEW, 1995)」を紹介しながら西欧諸国と日本の教員を比較検討している。その中で、教職におけるストレス原因に関して確かな事柄は、国や教師集団を超えて、また時を超えて、顕著な一致を示していると述べている。(平沢, 1998)

その他、スポーツ関係論文では、小学生、中学生部活動におけるドロップアウトの研究において、スポーツ活動の賞賛と冷遇経験でダブルバインド(ジレンマ)状態に陥る状況や部活動の参加動機違を、Maslach & Jackson (1981) のMBIや他のバーンアウト尺度を用いて検証している。(武川・遠藤, 1996; 海老原, 1999) この時期のスポーツ関係論文は、児童・生徒(小学生・中学生・高校生)を研究対象とし、この時期の子供が積極的にスポーツ活動に関わるための研究がされていることに特徴をもつ。

次に、保健師を研究対象とする佐々木・長田の論文(1999)において、保健師としての職業の特殊性を浮かび上がらせながら、職場のストレス反応としてバーンアウトを捉えてソーシャルサポートの影響を検証している。研究方法は久保・田尾の看護師用のストレスサー尺度とMaslach & Jackson (1981) のMBIを用いて検証している。その結果、ソーシャルサポートとバーンアウトとの間に関係は認められなかったが、家族および職場からの情緒的サポートと評価的サポートに対人関係のストレスサーを軽減する効果があることが検証さ

れている。しかし、これは看護師を対象としたストレスサーの測定尺度であり、保健師の業務内容に対応しない項目があり、業務の曖昧さ、関係機関や地域住民との関係のような、保健師に特徴的と思われるストレスの影響を検証することができなかったと述べている。

(佐々木・長田, 1999)

また、介護福祉関係の論文において、潮谷・美馬(1999)が特別養護老人ホーム職員を研究対象にした研究論文がある。この論文の調査方法は、長崎県内の特別養護老人ホームに調査票を寮父母と生活指導員へ送付した。調査項目は、11項目(基本属性、週所持の希望度と意向、資格の有無、管理者のリーダーシップ、次元別仕事満足度、燃え尽き(バーンアウト)、仕事に対する充実感と達成感、研修活動、仕事上の相談と助言、仕事上の改善点、悩みや相談に関する外部機関の必要性)である。なお、燃え尽き(バーンアウト)尺度は、Pinesのthe Burn Out Measureを日本人に適する翻訳修正された20項目尺度を用いてなされた。その結果、県内の特別養護老人ホーム職員の3割以上が高いバーンアウト状態であると述べている。

この時期の日本におけるバーンアウト研究は、看護師対象の研究を中心にその分析の手法もMBIやBIを用いて研究対象の広がりを見せている。この看護師を対象にした研究におけるさまざまな分析結果は、看護職という職種一般化した研究結果として他の研究対象に援用している危険性がある。看護職においても、専門職域として外科、内科、救急救命、ターミナルケア一担当等の領域がありその中でもさらに細分化された職性のもとにある。その勤務環境における相当の個人特性を把握した研究でありより詳細なデータをとる途上の研究結果である。また、看護職においても、その教育制度が多面化しつつあり、看護師の教育も専門学校(准看護学校、看護学校)、看護短大、4年生看護大学、同研究科(修士、博士課程)と多用である。その教育経験も個人属性として研究の視野に入れた研究も今後の課題としている。このようにバーンアウト研究における対人援助職としてのモデルを看護職に見るならば、より詳細な研究が必要と考えられる。対人援助職の定義、バーンアウトの定義のコンセンサスがとれていない中での研究では、看護職という全体を捉える考察でなく、詳細なデータの積み重ねによる考察が必要と考える。

また、教師や介護師を研究対象としての看護師のバーンアウト定義を当てはめて分析することは、バーンアウト定義の微妙な違いが詳細な研究の積み重ねに支障が生じ、バーンアウト研究の停滞となる可能性がある。

5 2000～2010年の日本におけるバーンアウト研究

2000～2010年の期間は年平均約38本の論文数(合計415本)の掲載されている。この時期、論文数の増加とともに研究対象となる領域が広がり、今までの研究対

象から医師、理学療法士、作業療法士、家族の介護者、育児関係、保育士・幼稚園教員、子供の虐待との関係、スクールカウンセラー・セラピスト、母親や父親、障害を持つ子供の親、一般産業界における労働者等の急激な研究対象の広がりを見せた。

この期間の最も論文数の多いのが看護師を研究対象としたもので、142本の論文が掲載されている。この時期の論文はさまざま切り口で研究されている。看護職のなかにも様々な特性のある職種での研究なども含めてなされている。緩和ケア病棟に勤務する看護師を対象に研究をしたケースなどその看護師のなかでもその特殊な環境におけるバーンアウトと対人関係の感情的側面について検討している。そして、バーンアウトになりやすい人は感情的な影響を受けやすいことを示唆している。(和田・小林, 2005) また、ソーシャルサポートとバーンアウトの関係やバーンアウトとコーピングの関係を検討している。バーンアウト尺度の信頼性がまだ検討される余地があり、明確な分類基準を設定せず柔軟に使用した方が妥当であり、バーンアウトと性格特性との関連も「性格特性によってバーンアウトに陥る率が高い」のか、「バーンアウトに陥ったことにより性格特性がうまれるのか」は明確でなく、縦断的な研究が必要という状況の中での研究努力がされている。(富士・宮本, 2006)

次に論文数が多いのは、教師を対象とした研究(85本)である。この時期の論文は、落合(2003)が「教師のバーンアウト研究」において「バーンアウト研究が衰退化傾向にある中で、教師バーンアウトやその関連研究はむしろ盛んになってきている」と述べている。CiNiiのこの時期における掲載数をみると、看護師関係の論文数は多いが、教師関係論文の増加率(1995~1999年の比べ4.4倍)は看護師関係(1995~1999年の比べ3.5倍)より高いことがわかる。この時期は、看護師を対象とした研究と同じく、多面的な切り口で研究されている。具体的には教師のバーンアウト研究を「(教師の)ストレス」や「(教師の)メンタルヘルス」と「教師のバーンアウト」との関係で論じられたり、ほぼ同意味として論じられている。教師のバーンアウトが教師ストレスと教師のメンタルヘルス関係からの研究され、インシデント法(新井, 1999)やバーンアウトの軽減法(宮下, 2009)、ソーシャルサポート(宮下, 2009)、イラショナルビリーフ(宮下, 2009)などバーンアウト低減に向けての要因や対処を検討する基礎研究が多く行われている。(宮下, 2009)この時期の全体的な特徴は、学校組織・制度・運営分野における研究と予防と対処法研究の論文が多いという特徴があった。

その他の研究対象の論文において、介護職は68本の研究論文をCiNiiでは掲載している。介護職においては看護職と同様に、女性比率が高い職場であり「感情労働」研究が進行しつつある。(永井, 2008) また、認知症を扱う介護福祉士(看護師)とも「同僚とのコンフリクト」、「業務の過重」等からのストレス要因でバーンアウトの「脱人格化」傾向になったり、「役割の過重」

等での「情緒的消耗」に陥りやすいことを検証した。これらは個人的レベルでなく、職種、施設全体で完全に取り組むことの重要性を示唆した論文などは、教員を研究対象にした論文と同じく組織・制度・運営における研究と予防・対処法の研究の特徴がある。(藤本・富岡, 2006; 藤本・富岡, 2006) スポーツ関係の研究論文も19本ある。社会学的見地からのソーシャルサポート研究(大隈・西村, 2003)を行いバーンアウトの抑制効果検出した論文や高校生の運動部員の中途退部をバーンアウト尺度を援用して3年間縦断研究のもとに分析し、運動部員の部活動の両価性による情緒的消耗の分析結果を得た研究論文(横田, 2002)がある。これは、バーンアウト概念を広く用いてスポーツや教育活動しての部活動における弊害を解決しようとする研究論文の特徴を持つ。

この時期にバーンアウト概念を広げた形で、新しい研究対象の論文として以下のものがある。まず、間・林・種子田・岡田・中嶋(2002)による育児バーンアウトによる交差妥当性の研究である。この研究はPinesのthe Burnout Measureを修正し「育児関連BM」を用いて因子不変性を検出している。また、日下らによる研究(日下・吉永, 2007)で、働く母親の育児にかかわる諸問題から引き起こされる心身の健康状態をバーンアウトの概念でとらえ、母親のおかれた属性および性格要因との関連を明らかにしたものがある。他の分野では、一般企業で働く従業員を対象にしてバーンアウト概念を適用した谷原・田口(2007)らの研究がある。これは、一般的な中小企業の従業員で、「ストレス要因」、「ストレス反応」および「バーンアウト症候群」がどのような関係を有するののかという点について、顧客への対人サービスが存在する「営業・販売・開発」と、対人サービスがない「製造」とについて比較し検討したものである。

この時期の研究対象が、医師、理学療法士、作業療法士、家族の介護者、育児関係、保育士・幼稚園教員、子供の虐待の関係者、スクールカウンセラー・セラピスト、母親や父親、障害を持つ子供の親、一般産業界における労働者へとより広がりを見せる反面、看護師を研究対象とする論文のいくつかには、精神科病院の看護師や神経難病看護職にある看護師、訪問看護師、救急外来の看護師、外科系看護師等の看護職の中の詳細な領域での研究が進んでいる。

しかし、バーンアウトの定義と対人援助職の定義が明確でないため、家族の介護者、育児関係、母親や父親、障害を持つ子供の親、一般産業界における労働者というように対人援助職という定義との関連づけがなされず、また、後のMaslach, C (1981)のバーンアウトの定義で共通して適応するにはやや問題があるように考察する。育児する母親、一般産業界の労働者、母親と父親などは、「長期間にわたり人に援助する過程で心的なエネルギーが絶えず過度に要求される」状況と一般化することに限界がある。

6 対人援助職としてのバーンアウト概念とは

小堀 (2005) によれば、Frudenberg (1974) が対人援助従事者に関する学術論文の中に現代病の現象を表した「バーンアウト」は、保健施設に勤務する同僚が心身の異常を訴え仕事への意欲喪失させていく現象を取り上げ表現したものであり、その定義は「エネルギーを使い果たした結果、疲れ果てた状態であり、人により症状や程度がさまざま」という。また、荻野・稲木・瀧ヶ先 (2005) によれば、Frudenberg (1974) は「一定の目的や生き方に対し献身的に努力したが、期待された報酬が得られなかった結果生じる疲労感」と定義している。

藤本・富岡 (2006) によれば、Maslach, C (1976) は「長期間にわたり人に援助する過程で心的なエネルギーが絶えず過度に要求された結果、極度の身体疲労と感情の枯渇状態を示す状態であり、卑下、仕事嫌悪感、思いやりの喪失を伴うもの」と定義づけている。

また、荻野・稲木・瀧ヶ先 (2005) によればMaslach, CとJackson (1981) は「人を相手に働く過程で、情緒的な資源が疲弊し、クライアントに対して否定的で冷淡な態度や感情が起きる。さらに自分自身を、特にクライアントとの関係において否定的に評価するようになる現象である」と定義している。

一方、日本におけるバーンアウト研究が、1986～1995年、1996～1999年、2000～2010年とCiNiiの論文数と研究対象数の変化から区切りその動きを考察すると、米国を中心としたバーンアウト研究を10年遅れて追試していると考えられる。(落合, 2004)バーンアウトの日本における研究では、その定義をMaslach, C (1976)、Maslach, CとJackson (1981) をもとに研究が進められてきた。(藤本・富岡, 2006) 例えば、藤本・富岡の研究 (2006) ではバーンアウトを「長期間にわたり、人に援助する過程で心的エネルギーが絶えず過度に要求された結果、極度の身体的疲労と感情の枯渇を示す症状群で卑下、仕事への嫌悪、思いやりの喪失を伴うものである」と定義し、Maslach, C (1976) の定義をそのまま活用している。また、小堀は「昨今のバーンアウトという用語は、何らかの仕事に打ち込んだ結果に疲弊した状態を示すものとして、職業を問わず広く一般に周知されるに至っている」と記述している。現在のバーンアウト研究はその曖昧さ故に、様々な領域で研究され研究対象が広がっているのが現状である。このような背景には、日本における初期の研究は看護師を研究対象とした論文であり、その論文数からもバーンアウト研究の基本形を形作ったと考えられる。しかし、その定義が曖昧なまま、看護師を対象とした研究をモデルとして様々な領域に研究が進められた事実がある。また、その曖昧さゆえに、日本の歴史的・社会的背景と視点からのバーンアウトへの論及が乏しい現状がある。

バーンアウトの概念は、もともと社会問題として現場に携わるものから関心がもたれ、表されている症状

は、ストレスや抑うつ症状との類似性があるが、その違いが不明確である。しかし、荻野佳代子、稲木康一郎、瀧ヶ崎隆司によるとMaslach & Jacksonは「バーンアウトはストレスが慢性化した長期のプロセスであり、抑うつとは三つの下位概念（情緒的消耗感・脱人格化・個人的達成感）を持つ多面性という点で区別できる」と述べている。

このように、定義の不明確さ、症状の特徴の不明瞭さがバーンアウトの研究の進展を遅らせているように感じる。

まず、Frudenberg (1974) の研究論文にもどり、対人援助従事者 (対人援助職) に焦点をあて研究をスタートさせていることを基本に考え、バーンアウトの定義を再構築することを試みる。

対人援助従事者が就く対人援助職 (human service) とはどのような職種であり、どのような共通した特徴を持つものかを考察する必要がある。

対人援助職として多くの研究で用いられているEriksen (1981) の定義によれば「human serviceという専門職は、われわれの社会の多くの社会的福祉のサブシステム (健康・教育・精神衛生・福祉・児童擁護・職業リハビリテーション・住宅供給・地域社会のサービス・法律等) を統合し、統一ある全体にするためのものである」としているが、言葉の定義は非常に難しいと言っている。この定義では、非常に広範囲な職種を指すことになる。一方、バーンアウト研究の脈絡からすると、バーンアウトが多発する教員・看護師・医師・ソーシャルワーカー・心理士などを研究の対象とし、医療、教育、福祉領域に限定して対人援助職と呼んでいる場合が多い。

しかし、落合 (2003) は、研究対象のほとんどが看護師に限定されているにも関わらず教師のバーンアウトを含めたバーンアウト全体を論じる論調になっていると言った課題も残されると指摘している。また、小堀 (2005) も同じ対人援助職の中でも、福祉・医療領域と教育領域では制度や文化など様々な点で相違が存在すると思われることから、看護師の職務の特質や職業にまつわる負担を教師にそのまま当てはめるのは大雑把過ぎるだろうと指摘している。

従って、教師のバーンアウトを考察することにより、医師・看護師などの医療現場で働く人や福祉関係で働く人のストレスフルな状況と教師のストレスフルな状況を描写した研究等の比較を通して、職務負担と職務特性を洗い出すことが日本における「バーンアウト」概念を再定義することになると考える。

7 日本の看護師と教師バーンアウトの背景についての比較検討

日本における教師のバーンアウト研究 (CiNii掲載109本) は、倉戸 (1986) の研究を最初に、1997年からその論文数 (103本) が増加する。

文部科学省のデータでは1995年前後から「学校内に

における暴力行為の発生件数の推移」、「いじめの発生件数の推移」、「不登校児童生徒数の推移」、「公・私立校等学校における中途退学者の推移」が顕著な増加傾向を表している。また、1995年（平成7年）よりスクールカウンセラー派遣事業が実施されるなど、学校現場での児童生徒とその周辺での変化が推測できる。また、生徒数の減少、学校の統廃合、学校教務・事務の情報化など教育のバード面での変化も考えられる。

こうした学校現場の変化（変質）により、さらなる職務構造や教師文化、学校文化などの職務特性があると考えられる。それが、バーンアウト研究における看護師を代表とする医療・福祉分野の「対人援助職」の職務特性と異なることを明らかにすることで、教員のバーンアウトの研究を前進し、教員のメンタルヘルスに貢献できると考える。

まず、対人援助職といわれる看護師、介護士のバーンアウト、並びに、職業として把握できないバーンアウト、教師のバーンアウトを職務特性から比較検討する。

医療領域における代表の看護師の職務状況は、救急部や末期ケアなど生死に直結して現場での仕事であり、代理受傷する危険率が高い。また、産婦人科においては、生まれる喜びと喜びからの深い悲しみを感じる体験に我が身を曝すことになる。絶えず「命の重み」に看護師がいつも曝されているような特別な職業であり、その上に日本の看護師の一般的な勤務形態、日勤、準夜勤、夜勤というような勤務形態など特徴を持つ。これらの特徴を荻野（1997）は「死との直面」、「労働過多」と表現して、他に「ケアに対する不全感」「重責感」「周囲からの批判」というストレスを浮かび上がらせている。他に「同僚とのコンフリクト（葛藤）」が脱人格化傾向に影響を与えている。以上が看護業務における職業としてのバーンアウトの背景である。

介護職においては高齢者、認知症などの利用者を対象にする問題行動があり、目が離せない、手がかかる、忙しくて利用者訴えに対応できない状況や、介護士の思いがある。（藤岡・富岡，2007）すなわち、介護職種において「（介護業務）労働過重」、「上司とのコンフリクト」、「同僚とのコンフリクト」、が職業としてバーンアウトの背景と考えられる。

（アマチュア）スポーツ選手のバーンアウトについては、対人援助職やヒューマンサービスと言われる範疇には入らない。しかし、その概念規定は対象（スポーツ種目）に対する固執とスポーツ競技者のオーバートレーニングによる競技者への弊害をバーンアウト概念でとらえようとしてしている。基本的なクライアントや患者などのサービス対象者がいない中でのバーンアウト概念の活用は、他のバーンアウト概念との違いを明確にしなければ研究結果の妥当性に問題が生じる。看護師や教師という職業の枠組みとの関連の基に論じることと、その枠を超えてバーンアウトを論じることの意義を明確することが必要と考える。

教師のバーンアウト概念は、貝川（2009）によると

新井（2002）が「教師が理想を抱き真面目に仕事に専念する中で、学校での様々なストレスにさらされていた結果、自分でも気づかぬうちに消耗し極度に疲弊を来すに至った状態」としている。学校での様々なストレスとはどのようなものであるかを教員の職務構造と制度・社会的背景を落合（2004）は先行研究から以下のようにまとめている。日本の教育文化・職務構造から5項目①「明確な休憩時間のない職務構造」、②「職務配分の問題」、③「役割偏在の問題」（役割ストレス）、④「仕事の無定量性・無限定性」、⑤「担任役割の重さ」を上げている。また、教育制度や社会的背景による問題として①「教育現場の情報化、官制化による教員のアイデンティティの揺らぎ」、②「組織防衛の強化によるストレスと行動規範の外在化」、③「家庭教育機能の代替養成による負担荷重」、④「生徒指導の困難さと教育技術のギャップ」、⑤「教育のピリーフの世代間格差と評価」、⑥「方針決定と不関与と教育観・指導観の合意のなさ」（職員会議が校長の補助機関と位置づけられることによる教員の式士気低下等）が上げられる。

以上のことより教師のバーンアウトはやはり、医師や看護師、福祉・介護士という医療福祉領域の対人援助職に見られる概念とはややことなる。それは、医療福祉領域の対人援助職は、患者やクライアントはその場所を主体的に選びサービスを受けることができる環境になる。それぞれの心身にさまざまな症状や障害をもちそのハンディを援助・助ける立場にあり、医療現場に特に言えることは「命の最前線」という過酷な場面で活動する職業である。しかし、教師においては、特に公立学校においては義務教育を含む初等中等教育は、主体的に選びその場所でサービスを必ず受けられるとはかぎらない。そこでは症状や障害を援助・助けるという対人援助職ではなく、知識や技術を学び、生きる力をつけることへの対人支援職と考えられ、もちろん「子供の命」という場面と絶えずふれあうが、そのレベルは上記の対人援助職とは異なると考えられる。

しかし、前述したが、看護職でも様々な職種があるのと同じく、教職にも病弱児童生徒を対象としている院内学級や特別支援学校で働く教員は、「命の最前線」で働く看護師と同レベル過酷な場面に遭遇する。従って、単純に看護師、教師ということでひとくくりにして論じることにはバーンアウトの定義を混乱させることになる。故に、教師バーンアウトを再定義するには、詳細な職場環境の詳細な報告が必要である。

8 まとめと今後の課題

現代日本におけるバーンアウト研究の動向を考察してきた。その概念はMaslach, C（1976）、「長期間にわたり人に援助する過程で心的なエネルギーが絶えず過度に要求された結果、極度の身体疲労と感情の枯渇状態を示す状態であり、卑下、仕事嫌悪感、思いやりの

喪失を伴うもの」定義し、これを中心に論じられている。しかし、様々な職種のパーンアウト研究において、その職種によって現れてくる(1)原因〈症状の現れてくる背景〉(2)症状〈身体的に現れてくる症状と対処の違い〉(3)環境〈職種のおかれている社会的状況〉の違いがあり、他職種と教職とは異なると考えられる。

以下では、この3点についてまとめる。

(1)原因について〈症状の現れてくる背景〉

倉戸(1986)によれば、Frudenbergはパーンアウトの症状は“うつ病”(仮面うつ病)に酷似しているが、従来の意味での神経症や精神病の範ちゅうには入らないと言う。それは、まさに価値観が輻輳し、激変する現代という時代背景にしている病であるからとしている。

本研究において検討してきたように、医師、看護師、介護士等の職業・職種が置かれている社会的立場や状況、地域、文化によって、パーンアウトの原因や背景は異なると推測できる。

日本の教員は社会的背景、社会的状況によって当然影響されると考える。しかし、教員の置かれている社会的状況や社会的地位に関して十分な検証はない。日本の教員の特殊性が、他の職種に見られるパーンアウトと同じように扱うことに無理がある。その特殊性は、少なくとも少子化や職務の多忙化、社会的役割の変化、法制度等からの詳細な分析が、今後必要である。

(2)症状について〈身体的に現れてくる症状と対処の違い〉

一般的にパーンアウトは症状として、極度の疲労感、いらいら、不全感、怒り、生きる意味の喪失、無気力、ストレス、食欲不振、体重の減少、睡眠障害、無関心、心身症様の徴候などが上げられている。(倉戸, 1986)教員のパーンアウトにおいては、同様の症状をもつ事例に出会うことが多いが、初任者当時の仕事に対するモチベーション(動機)は高く、献身的に仕事に向かい、あえて難しい仕事にまで向かっていく姿勢があるという点で相違が見られる。しかし、教員は際限なく続く職務上の対応と、実感できる成果が得られない中で、上記症状が現れ崩れていくプロセスが見受けられた。初期の仕事への意識の高さと現実の仕事とのギャップを体験することで意識の落差を引き起こす。この意識の落差が、他の職種との違いと見ることができる。

(3)環境について

本来は医療・福祉環境と教育の環境にはそれぞれ違いがあるが、今までの先行研究ではその点にほとんど触れられず、パーンアウトとして同じ論調で表されている傾向が強い。本来は、教員と看護師、介護士では職場環境が異なるものであり、先行研究ではその環境の違いを明確化して論理展開されていない。

また、職種の違いだけでなく、教員においても義務教育学校と高等学校というように、校種によっても環境は異なるように、勤務環境における違いも含め、個々の環境を詳細に検討していく必要がある。

以上の3点から、パーンアウトする教員の現場適応

を目指す基礎研究とするための視点と課題を明らかにした。今後、これらの問題点を詳細に分析し次の研究につなげたい。

引用文献

- Frudenberg, H. j 1974 Stsff burnout. journal of Social Issues, 30, 159-165
- 倉戸ヨシヤ 1986 教師の燃え尽き症候群について 鳴門教育大学紀要(教育科学編), 1, 59-79
- 小堀彩子 2005 対人援助職のパーンアウトと情緒的負担感 東京大学大学院教育学研究科紀要, 45, 133-142
- 松尾哲矢, 大谷善博, 多々納秀雄, 菊幸一 1989 スポーツ競技者のパーンアウトに関する因果的研究 日本体育学会大会号(40A), 165,
- 中込四郎, 岸順治 1989 運動選手のパーンアウト発症機序に関する事例研究 日本体育学会 大会号(40A), 184
- 岸玲子, 片倉洋子, 湯浅潤子, 三宅浩次 1992 看護婦の「燃え尽き症候群」に関する調査研究(1): MBIスケールと看護業務との関連(精神衛生, 一般演題, 第65回日本産業衛生学会) 産業医学 34(7), 913,
- 落合美貴子 2003 教師パーンアウト研究の展望 教育心理学研究 51(3), 351-364
- 荻野佳代子 1997 看護職のパーンアウト規定要因に関する研究: 経験年数による比較 日本教育心理学会総会発表論文集(39), 327
- 千葉京子 1998 看護婦のパーンアウトと調整要因の検討: 継続教育機関に在籍する看護婦を対象として 日本赤十字武蔵野短期大学紀要 11, 67-71,
- 山崎登志子 石田真知子 柏倉栄子 1999 看護者のパーンアウト傾向とソーシャル・サポートとの関連: 2病院における看護者の構成比較から 東北大学医療技術短期大学部紀要 8(2), 161-170
- 俣野夏奈子, 松元泰儀 1997 教育相談における教師の葛藤に関する研究: 葛藤、自己一致とパーンアウトの関連を通して 日本教育心理学会総会発表論文集(39), 322
- 小島秀夫 1997 教師のパーンアウトの測定 日本教育社会学会大会発表要旨集録(49), 205-206,
- 山本義史, 上野徳美, 武内珠美, 東晃子 1998 教師のパーンアウトに及ぼす人間関係の影響 日本教育心理学会総会発表論文集(40), 210
- 金子百恵, 林洋一 1998 教師のパーンアウト 日本性格心理学会大会発表論文集(7), 74-75
- 平沢信康 1998 〈資料〉教師のストレスとパーンアウトについて(1): 国際労働機関の報告書から学術研究紀要 19, 81-91
- 平沢信康 1999 〈資料〉教師のストレスとパーンアウトについて(2): 国際労働機関の報告書から1999 学術研究紀要 21, 95-106
- 武川律子, 遠藤俊郎, 川上康樹 1996 バレーボールスポーツ少年団活動に関する児童及び指導者の意識(第2報): 児童のドロップアウト・トランスファー・パーンアウトについて 日本体育学会大会号(47), 496
- 海老原 修 1999 参加動機とパーンアウトスケールからみる二重拘束論の検討 日本体育学会 大会号(50), 297

- 佐々木千晶, 長田久雄 1999 保健婦の職場ストレスとバーンアウトに対するソーシャルサポートの効果 東京保健科学学会誌 2(2), 115-121
- 潮谷有二, 美馬かおり 1999 長崎県内の特別養護老人ホーム職員の実態に関する調査研究: 仕事満足度とバーンアウトを中心として 純心現代福祉研究 4, 59-72
- 和田由紀子, 小林祐子 2005 バーンアウト(燃え尽き症候群)と対人関係: 緩和ケア病棟に勤務する看護師の情動的共感性と他者意識 新潟青陵大学紀要 5, 67-75
- 藤 則子, 宮本邦雄 2006 看護師のバーンアウト傾向とコーピングおよび相談ニーズとの関連 東海女子大学紀要 25, 109-120
- 落合美貴子 2003 教師バーンアウト研究の展望 教育心理学研究 51(3), 355
- 新井 肇 1999 インシデント: プロセスによる教師バーンアウト軽減効果の研究 日本教育心理学会総会発表論文集(41), 125
- 宮下敏恵 2009 小・中学校教師におけるバーンアウト軽減方法の探索 上越教育大学研究紀要 28, 95
- 宮下敏恵 2007 教師のバーンアウト傾向とソーシャルサポートとの関連(2)日本教育心理学会総会発表論文集(49), 408
- 森田慎一 教師のバーンアウトに関する研究: イラショナル・ビリーフとソーシャル・サポートに注目して 2007日本教育心理学会総会発表論文集(49), 570
- 宮下敏恵 小・中学校教師におけるバーンアウト軽減方法の探索 2009 上越教育大学研究紀要 28, 95-104
- 永井隆雄 対人援助職の職務適性と性格特性(口頭発表) 2008 日本パーソナリティ心理学大会発表論文集(17), 44-45
- 義本純子, 富岡和久 2006 介護保険施設における介護福祉士のバーンアウトとストレスの関係について 北陸学院短期大学紀要 37, 173-182
- 義本純子, 富岡和久 2006 介護福祉士・看護師のバーンアウト傾向とストレス要因の関係 北陸学院短期大学紀要 38, 193-201
- 大隈節子, 西村秀樹 2003スポーツ競技者のバーンアウトに関する社会学的一視座: 一流競技者と所属集団との関係性をめぐって 健康科学 25, 79-85
- 横田匡俊 2002 運動部活動の継続及び中途退部にみる参加動機とバーンアウトスケールの変動 体育学研究 47(5), 427-437
- 間 三千夫, 林 仁実, 種子田 綾, 岡田節子, 中嶋和夫 2002 育児バーンアウト尺度の交差妥当性 信愛紀要 42, 49-53,
- 日下知子, 吉永茂美 2007 働く母親の不適応に関する研究: 属性, 性格要因とバーンアウトとの関連 母性衛生 48(2), 271-281
- 谷原弘之, 田口豊郁 2007 中小企業における「ストレス要因」, 「ストレス反応」および「バーンアウト症候群」指標の関連 川崎医療福祉学会誌 17(1), 169-173
- 小堀彩子 2005 対人援助職のバーンアウトと情緒的負担感 東京大学大学院教育学研究科紀要, 45, 134-135
- 荻野佳代子, 稲木康一郎, 瀧ヶ崎隆司 2005 対人援助職のバーンアウトプロセスに関する縦断的研究 経営行動科学 18(1), 1
- 落合美貴子 2004 教師のバーンアウトのダイナミズム—解釈的アプローチと生態学的視点によるバーンアウトモデルの構築— 人間性心理学研究 22, 133 (133-144)
- Eriksen, K. 1981 Human service today 2nd ed. Virginia: Reston Pub. Co. (K. エリクソン 福原廉次郎 1982 ヒューマンサービス—新しい福祉サービスと専門職誠心書房)
- 文部科学省 2004 データから見る日本の教育 I—6 生徒指導 16-17