2021 年度 福祉助成金（研究助成）完了報告書　提出用

公益財団法人 橋本財団
理事長 橋本 俊明 様

2022 年　　月　　日

ふりがな	おかやまだいがくがくじゅつけんきゅういんしゃかいぶんかかがくがくいき			
大学 研究機関名	岡山大学学術研究院社会文化科学学域			
代表者名	役職名	教授	氏名	東條　光彦
連絡先	住所	〒700-8530　岡山市北区津島中３－１－１		
	TEL	086-251-7726		
	E-mail	tojo_m@okayama-u.ac.jp		
	URL			
助成額	1,970,000 円			
研究要旨	近年、精神疾患による教師の休職や退職の増加が問題になっているが、教員の年齢構成は若年者の割合が上昇し、それに伴って精神疾患による休職者における 20 代の割合も増加してきている。大学における限られた経験では生徒や保護者の種々の要請や課題への対応に習熟することは困難で、「リアリティ・ショック」と呼ばれる現実とのギャップを感じることも多く、多忙な教員間の支援が希薄化していることも背景にある。 ところで、従来のメンタルヘルス研究では、精神的不調の統制すなわちネガティブな側面に着目したものが多く，職務への意欲といったいわばポジティブな側面に着目したものは少なかった。 そこで本研究では、仕事に関連するポジティブで充実した心理状態であるワーク・エンゲイジメントを用いて多くの教員が精神的な不調に陥ることなく勤務していることにも目を向けるとともに，初任教員におけるリアリティ・ショックや感情労働などの要因が彼らのワーク・エンゲイジメントにどのような影響を与えているのか、さらには臨床心理学的支援による効果を検討した。(以上 450 文字)			
研究の目的	従来のメンタルヘルス研究は、バーンアウトやうつ傾向といった精神的不調の統制に着目したものが多く、職務への意欲などのポジティブな側面に着目したものは少なかった。しかしながら、島津・川上 (2014) は、「職場のメンタルヘルス活動においては、個人や組織の活性化を視野に入れた対策を行うことが、広い意味での労働者の『こころの健康』を支援するうえで重要となってきた」と指摘し、ポジティブな側面に注目したメンタルヘルス対策の必要性を主張している。 そこで本研究では，仕事に関連するポジティブで充実した心理状態であるワーク・エンゲイジメントを指標とし、多くの教員が精神的な不調に陥ることなく勤務していることに着目。初任教員における睡眠や業務従事時間といった物理的負荷、リアリティ・ショックや感情労働などの心理的要因が彼らのワーク・エンゲイジメントにどのような影響を与えているのか量的質的に検討した。さらには、認知行動療法に基づくオンライン心理支援プログラムの効果についても検討を行った。(以上 432 文字)			
研究の 実施方法	【教員のワーク・エンゲージメントを構成する要因に関する数量的検討】 対象は A 県の小学校・中学校に採用された初任者研修受講対象者 491 名。研修時に調査票（、就労時間、睡眠時間、感情労働、ワーク・エンゲージメント、半月ごとの自覚的「活力」、入職時のリアリティ・ショック、ソーシャル・サポート、教師効力感の自己報告）を配布し、回答を求めた。調査は各学期 1 回計 3 回（5 月・10 月・2 月）研修開催時に実施した。 【教員のワーク・エンゲージメントを構成する要因に関する質的検討】 上記教員のち、面談調査に同意の得られた 4 名（小学校教員 2 名、中学校教員 2 名）に、オンラインによる面接調査を行った。調査の内容は、前述「教員のワーク・エンゲージメントを構成する要因に関する数量的検討」により得られた知見にもとづき、インタビューガイドを作成の上、オンラインによる半構造化面接により実施した。 【オンライン CBT プログラムの構成と試行】 ゲーミフィケーション理論を用いたオンラインマインドフルネス認知行動療法プログラムを作成し、試行を行いその効果について評価を行った。(以上 463 文字)			

研究の成果	質問紙調査によって得られたワーク・エンゲージメント得点に与える時期と、リアリティ・ショックとソーシャル・サポートの効果について分析を行った。その結果，時期・リアリティ・ショック・ソーシャル・サポートそれぞれの主効果および、時期とソーシャル・サポートの交互作用が有意であった。後者より、ソーシャル・サポートの影響は短期的なもので，継続的なサポートを提供することが重要であると考えられた。一方、活力変化からは、6 月ごろおよび 10 月ごろに落ち込みが見られた。また、質問紙の自由記述をテキストマイニングによって分析した結果、「日頃から体調を気づかいながら、停滞時機や内容をとらえ、一緒に考えたり手伝ったり助言したりする」という情緒的サポートの骨子が得られ、面接調査でもそれに合致するサポートを得ていることが明らかになった。また、こうした状況にある個人へのサポートとして、マインドフルネス認知行動療法プログラムを試行したところ、ストレス反応の改善効果が認められた。このことは、こうしたプログラムの提供が初任者におけるワーク・エンゲージメントの維持に有効であることを示した。(以上 480 文字)
研究の成果の公表状況 今後の公表予定について	2019 年度　日本認知・行動療法学会第 45 回大会にて「初任期教員のワーク・エンゲージメントを構成する諸要因の継時変化」として上記のうち【教員のワーク・エンゲージメントを構成する要因に関する数量的検討】に関する発表を行った（発表者：小川倫弘・東條光彦） 2020 年度　日本認知・行動療法学会第 46 回大会にて「初任期教員のワークエンゲージメンに影響を及ぼす要因の縦断的検討　―リアリティショック，ソーシャルサポート，教師効力感に着目して―」として上記のうち【教員のワーク・エンゲージメントを構成する要因に関する数量的検討】に関する発表を行った（発表者：松尾菜央・東條光彦） 2020 年度　日本認知・行動療法学会第 46 回大会にて「初任期教員の被サポート体験調査―テキストマイニングによる分析―」として上記のうち【教員のワーク・エンゲージメントを構成する要因に関する質的検討】に関する発表を行った（発表者：小川倫弘・東條光彦・安藤美加華代） 2022 年度　日本認知・行動療法学会第 48 回大会にて「　　」として上記のうち【オンライン心理支援プログラムの作成と試行】に関する発表を行う予定（発表者：宗高千風・東條光彦）

＊2022 年 5 月 31 日締切です。必要事項を入力のうえ Word ファイルをメールにてご提出ください。