

## 研究助成 成果報告書

保育者のストレスとストレッサー、達成目標志向性との関連—縦断的なストレスの変化に注目して

Relations between stress, stressors, and achievement goal orientations of nursery teachers:  
Focusing on longitudinal stress changes

木村 拓磨 名古屋経営短期大学 講師

武田 直之 名古屋経営短期大学 講師

近年の保育者不足は深刻であり、平成 29 年度 10 月 の全国の保育士の有効求人倍率は 2.76 倍となっている（厚生労働省，2017）。保育者の職場に対する改善要求には、給与の改善、保育者の増員、保育業務の軽減といったものが挙げられている（東京都保育士実態調査報告書，2014）。そのような中、保育者は身体的疲労感、慢性疲労兆候の訴えが多いことが明らかとなっている（那須野，2006）。保育者のストレスにはストレッサーが保育者の職務や職場環境を媒介し影響を与える（池田・大川，2012）。その一つの要因に保育業務の過酷さが挙げられている。長時間の時間的拘束や、子どもの安全に神経を研ぎ澄ませながらの業務は、保育者の心身に及ぼす負担は大きいと考えられる。さらに、保育者は子どもとともに活動できる体力も求められており、身体的な負担も大きい。その他、ストレスにおいては場面をどのように捉えるのかという認知的な媒介要因を考慮に入れることも重要であると考えられる。たとえば、Dweck（1986）はコンピテンスのような能力感が達成行動に及ぼす影響を考える際には、もう一つ影響する認知的な媒介要因として達成目標の違いを考慮に入れることの重要性を指摘している。達成目標とは、課題への意味や目的に関連する個人的な目標の志向性のことであるが、学習性無力感の立場からは、失敗経験時に無力感になるか否かを決めるのは、失敗や成功の帰属の違いであるとされる。だが、Dweck は帰属の違いよりも、むしろ達成状況時の目標の違い、すなわち達成目標の違いこそが、課題達成時の行動パターンの差異をもたらすと考え理論化を行った（Dweck, 1986）。Dweck（1986）は、知能を不安定且つ制御可能であり拡大するものとして捉えるか、安定且つ制御不可能であり固定的なものとして捉えるかによって志向する達成目標が異なると述べている。そして、前者の目標である学習目標（learning goal）を志向する者は能力感の高低により達成行動に違いはみられないが、後者の目標である遂行目標（performance goal）を志向する者では能力感の程度により達成行動の様子に違いが見られ、特にこれが低い場合で無気力傾向になりやすいことを実験的に明らかにしている（Elliott & Dweck, 1988）。保育者や教育者の保育や教育においてストレスの増悪に及ぼす要因の検討は多く行われているが、縦断的に保育者のストレス変化を明らかにした研究は多くみられない。本研究では、達成目標志向性という認知的な媒介要因が保育者のストレスの変化に及ぼす影響を検討した。そのため、本研究の目的は 2 つとした。1 つは、研究 1 にて保育者のストレスの把握と、達成目標志向性がストレスに及ぼす影響を明確にすることであった。次に研究 2 にて、保育者のストレスの変化について調査し、達成目標志向性がストレスの変化に及ぼす影響

を明らかにすることを目的とした。

#### 倫理的配慮

本研究を実施するにあたり、対象となった各園の園長及び行政の指導保育士へ実施する質問紙や研究目的、研究方法を説明し同意を得た。その後、各園の園長から保育者に質問紙が配布された。質問紙のフェイスシートに①研究目的②本研究の実施方法③個人情報に関して機密が守られること④倫理的配慮について、研究参加は自由であること、同意の拒否、撤回、中止をしても不利益をこうむらないこと、疑問や質問がある場合は研究責任者から説明を受けられることを明記し同意を求めた。これらをフェイスシートで確認し、同意書に記入した参加者のみがアンケートに回答を行った。

### 研究 1 保育者が感じるストレスとストレッサーおよび心理的ストレスに与える要因の検討

#### 研究 1-1. 保育者が感じるストレスとストレッサーについて

##### 対象者

A 県の公立保育園 5 カ園に勤務する保育者全員を対象とした。男性保育士 4 名、女性保育士 100 名であった。調査日時は 2018 年 7 月であった。

##### 尺度

本研究では、職業性ストレス簡易調査票（下光・小田切，2004）、保育者効力感尺度（三木・桜井，1998）、目標志向性尺度（柳澤，2007）の 3 つの尺度を用いた。

##### 分析対象者

対象者のうち、本研究に同意が得られ、職業性ストレス簡易調査票と保育者効力感尺度について回答に不備のなかった対象者 87 名（男性 4 名、女性 83 名）を分析対象とした。分析対象の平均年齢は 41.46 歳（SD=12.18）、平均保育者経験年数は 13.03 年（SD=9.15）であった。

#### 研究 1-1 結果

保育者の感じるストレスとストレッサーについて表 1 に結果を示した。感じているストレスは低いものの、ストレッサーは高いと評価している保育者が最も多かった（49 名：56.32%）。感じているストレスも高く、高ストレッサーである保育者も合わせると約 7 割の保育者がメンタルヘルスに関して不調をきたす可能性があると考えられた。

次いで、表 2 にストレッサーの内容の結果を示した。身体的な負担を感じている保育者は 50 名（57.47%）と最も多く、次いで心理的な仕事の負担（質）が高い者が 41 名（47.13%）、心理的な仕事の負担（量）が高い者が 22 名（25.29%）であった。対人関係に関するストレッサーが高いものは 1 名もいなかった。

表 1 保育者の感じるストレスとストレッサー

ストレス状態	人数	割合
高ストレス高ストレッサー	12	13.79%
高ストレス低ストレッサー	1	1.15%
低ストレス高ストレッサー	49	56.32%
低ストレス低ストレッサー	25	28.74%
合計	87	100%

表 2 保育者のストレッサー

ストレッサー	人数
ストレッサーなし	26
質高、身体高	19
身体高	15
量高、質高、身体高	13
量高、質高	4
質高	4
量高	3
量、身体高	2
質高、身体高、コントロール低	1
合計	87

※質高→心理的な仕事の負担（質）高い  
 量高→心理的な仕事の負担（量）高い  
 身体高→自覚的な身体負担度高い  
 コントロール低→仕事の裁量度が低い

## 研究 1-2. 保育者の達成目標志向性が心理的ストレスに与える影響

### 分析対象者

分析対象者は、3つの尺度について回答に不備のなかった対象者 76 名（男性 3 名、女性 73 名）であった。分析対象者の平均年齢は 40.56 歳（SD=12.44）、平均保育者経験年数は 13.31 年（SD=9.11）であった。

### 結果

保育者の達成目標志向性がストレスに影響を与える要因を検討するため、EZR を用いて *pearson* の積率相関係数を求めた。その結果、学習目標志向性と心理的ストレスの間に有意な相関係数は認められなかったが、学習目標志向性と保育者効力感に弱い有意な正の相関係数が確認された（ $r = 0.39, p < .001$ ）。遂行目標志向性は不安感（ $r = -0.39, p < .001$ ）と、抑うつ感（ $r = -0.34, p < .005$ ）とに低い負の相関係数が確認された。

## 研究 2 達成目標志向性が保育者のストレス変化に与える影響について

### 対象者

研究 1 の参加者を対象とした。調査日時は 2019 年 2 月であった。

### 尺度

研究 1 でも使用した、職業性ストレス簡易調査票（下光・小田切，2004）、保育者効力感尺度（三木・桜井，1998）の 2 つの尺度を用いた。

### 分析対象者

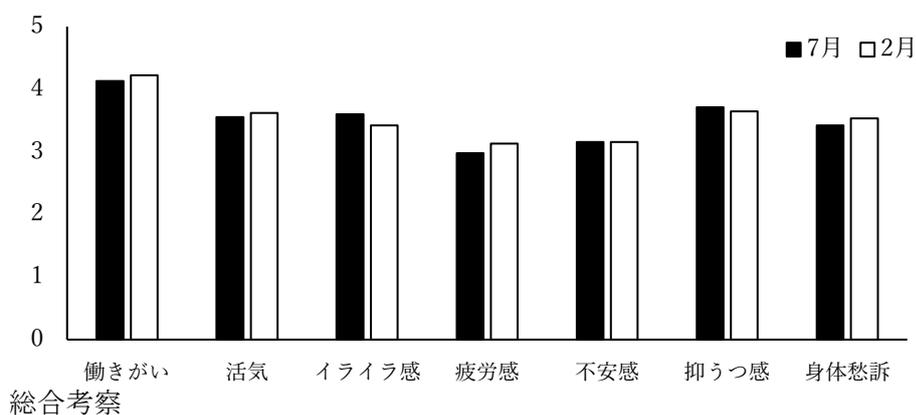
研究 1 及び、研究 2 に参加した対象者のうち、同意が得られかつ全ての尺度において回答の不備のなかった 45 名（男性 3 名、女性 42 名）を分析対象者とした。

## 結果

表 1 に 2018 年 7 月と 2019 年 2 月の職業性ストレス簡易調査票から得られた、ストレスの評価点の平均得点を示した。それぞれについて対応のある 2 群間の  $t$  検定を行ったが、いずれにおいても統計的に有意な差は確認されなかった。

次に、2018 年 7 月に調査した達成目標志向性がストレスの得点にどのような影響を示したか明らかにするため、ストレスの変化得点（ストレスに関する各下位尺度について 2019 年 2 月の得点から 2018 年 7 月の得点を引いた値）と学習目標志向性および遂行目標志向性の得点に関して *pearson* の積率相関係数を求めた。また、保育士効力感においてもその変化について同様の分析を行った。その結果、遂行目標志向性はどのストレス変化にも有意な相関係数は得られなかった。学習目標志向性は抑うつ感と有意傾向な負の相関係数 ( $r = -0.28, p = .065$ ) が得られた。一方で保育者効力感の変化とも有意な負の相関係数 ( $r = -0.31, p = .004$ ) が得られた。

表 3 7 月と 2 月における保育者のストレス関連下位尺度の平均得点



### 総合考察

研究 1 の結果より、保育者に関して高いストレスを有しているものは 14.94% と約 7 人に 1 人が何かしらのストレスを抱えている。特にストレスに影響を及ぼすストレスナーに関しては 7 月時点では約 7 割の保育者が高いストレスナーを感じており、早急な対応が必要だと考えられた。身体的な負担を感じている保育者が最も多かったが、複数のストレスナーを抱えている保育者が多い、方法としては業務を改善したり、人手を増やすなどで保育者個人にかかる業務を減らすことが必要だと考えられた。

また、研究 1 において、遂行目標志向性が不安感や抑うつ感に負の相関係数を示し、半年後の 2 月には相関が見られなくなっていた。このことから、保育者個人の能力に合わせ、具体的な達成目標や失敗しないような目標を立てることで短期的に抑うつ感や不安感を軽減できる可能性はあるが、長期的には効果がないことが考えられた。さらに学習目標志向性は短期的な効果はみられないが、長期的には保育者の抑うつ感の軽減に効果がみられる可能性があり、保育者はこの両方の目標を適切に立てていくことが重要だと考えられた。