小学校教師の過剰適応とバーンアウトの関連

水澤慶緒里

(関西学院大学大学院文学研究科)

キーワード：過剰適応，成人用過剰適応尺度，バーンアウト

Association between over-adaptation and burn-out of elementary school teachers

Kaori MIZUSAWA

(Graduate School of Kwansei Gakuin Univ.)

Key Words: over-adaptation, Over-Adaptation Scale for Adults(OASAS), burn-out

目 的

過剰適応は，成人の不適応要因として注目される一方，これまで尺度開発がなされてこなかった。そこで水澤(2013)は，成人用過剰適応尺度(Over-Adaptation Scale for Adults；OASAS)を作成した(Table 1 参照)。OASAS では几帳面，勤勉など単独ではむしろ好ましい傾向を示す強迫性格者に，他者からの評価を意識する状況が加わると生起する状態を過剰適応と仮定した。また OASAS は，社会人の心身の不健康などと関連が示されている(Mizusawa, Dohi, & Nakazawa, 2012)。

他に広く研究されている成人の不適応に，バーンアウトがある。これは教師や看護師など，主に対人関係職を対象としている。そこで本研究では，教師における過剰適応とバーンアウトの関連を検討する。

Table 1 成人用過剰適応尺度(OASAS)の因子分析結果

	I	II	III	IV
I 評価懸念 (α=.83)				
人からどう思われているか心配だ	.87	.03	-.06	-.03
自分の言動が，周囲の反対にあわないか気になる	.79	.03	-.05	.02
周りの機嫌(きげん)を損ねないように，面色をうかがう	.66	-.04	-.06	.09
他人の目を気にして，のびのび出来ない	.65	-.06	.11	.03
仲間外れにならないように，自分を抑えている	.56	.10	.15	-.10
II 多大な評価希求 (α=.78)				
人より高い評価を得ないと気が済まない	-.10	.85	-.04	.12
周りに一目置かれたい	-.06	.66	-.13	.02
相手から褒めてもらえることをまず考えてしまう	.14	.59	.07	0
見下(くだ)されないように，背伸びをしている	.31	.53	.11	.05
人に気に入られることが何よりも大事だ	.15	.48	.13	-.11
III 援助要請への躊躇 (α=.74)				
暇そうな人がいても，遠慮して手伝って欲しいとは言えない	.04	-.22	.76	.01
相手の迷惑になりそうで，頼み事が出来ない	-.02	.25	.62	-.21
他の人の仕事を増やすのは申し訳ないので，何でも自分でする	-.08	-.03	.61	.27
人に何かを頼むと，自分の能力のなさがばれてしまう	.21	-.22	.58	.05
人に甘えたら，弱い人間だと思われる	-.14	.28	.54	-.02
IV 強迫性格 (α=.63)				
中途半端な仕上がりでは我慢出来ない	-.01	.12	.04	.70
何かを犠牲にしても仕事を優先する	.11	-.10	.06	.61
何でも自分でしないと気が済まない	.09	.13	.02	.51
仕事をいい加減にすることがある (R)	-.03	-.04	-.02	.40
いくら大変でも，その日のうちに出来ることはその日のうちに済ます	-.12	.13	.06	.39
因子寄与	3.92	3.24	3.06	1.67
因子間相関				
I	-	.44	.51	-.02
II		-	.31	.14
III			-	-.09
IV				-

(R)は逆転項目

方 法

査期間・対象者 2012 年 11 月，近畿の公立小学校 2 校の教諭 160 名に対し，留め置き法にて無記名自記式質問紙を配布した。116 名（男性 45 名；平均年齢 38.8 歳，SD=11.6，女性 70 名；平均年齢 39.8 歳，SD=13.7，不明 1 名）から回答を得た（回収率 73%）。

質問紙 ①成人用過剰適応尺度(Over-Adaptation Scale for Adults: OASAS)：「評価懸念」，「多大な評価希求」，「援助要請への躊躇」，「強迫性格」の 4 下位尺度計 20 項目で構成さ

れる。「全く当てはまらない」～「かなり当てはまる」の 4 段階評定で，得点が高いほど過剰適応傾向が高いことを示す。②Maslach Burnout Inventory (MBI; Maslach & Jackson, 1981) 改定版（久保・田尾，1992）：「情緒的消耗感」（5 項目），「脱人格化」（6 項目），「個人的達成感」（6 項目）の計 17 項目で構成される。「脱人格化」のうち看護師用に作られている 2 項目は，教師向けに修正した。「ない（1 点）」～「いつもある（5 点）」の 5 件法で評定し，得点が高いほどその特徴が強いことを示す。

結果と考察

OASAS と MBI 改訂版の各下位尺度間で相関分析を行ったところ，Table2 のような結果が得られた。男女共に，OASAS の「評価懸念」と MBI 改訂版の「情緒的消耗感」とに正の相関関係が見られた。これは配慮過剰なパーソナリティが，バーンアウトの「消耗感」（「情緒的消耗感」と「脱人格化」の合計）の規定因になるという指摘（伊藤，2000）と合致する。また，女性では OASAS の「援助要請への躊躇」と MBI 改訂版の「情緒的消耗感」「脱人格化」とに正の相関関係が見られた。これは，援助関係に対する抵抗感が低いほど，脱人格化にいくという知見（田村・石隈，2001）を支持するものといえる。

バーンアウトは性差に着目した研究も多い。Etzion & Pines(1986) では，女性の方が男性よりもバーンアウト感が強いことを報告している。本研究でも特に女性において，OASAS と MBI 改訂版との間で関連が見られている。つまり，「一国一城の主」と評されるように，男性教諭では他者の目を気にすることとバーンアウトは，それほど関係を持たないことが考えられる。他方，女性教諭は「一国一城の主」とはいえ，周囲の評価から無関係ではなく，他者の目を意識することとバーンアウトに関連があることが示された。今後はさらに，バーンアウトの規定因として過剰適応を検討することが肝要と思われる。

Table 2 成人用過剰適応尺度(OASAS)とMBI改訂版の相関係数

OASAS	MBI 男性 (n=45)				MBI 女性 (n=70)			
	情緒的消耗感		脱人格化		情緒的消耗感		脱人格化	
	MSD	12.55(1.75)	13.36(1.72)	13.94(1.07)	MSD	12.79(1.06)	9.76(1.39)	15.47(1.15)
評価懸念	10.45(2.98)	.30**	.18	-.35*	10.47(2.79)	.41**	.33*	.02
多大な評価希求	9.25(2.42)	.33**	-.21	8.99(2.29)	.13	.01	.35*	
援助要請への躊躇	10.78(2.73)	.13	.12	-.36	10.93(2.69)	.30**	.30**	.07
強迫性格	11.88(1.84)	-.04	0	-.07	12.36(2.39)	.18	.33*	.32*

* p<.05. ** p<.01. *** p<.001.

引用文献

水澤慶緒里(2013).テキストマイニングを用いた過剰適応像の検討. 心理科学研究,39,75-80.
Mizusawa, K., Dohi, I. & Nakazawa, K.(2012). The relationship between over-adaptation, gender personality and mental health in Japanese Employees and students. 16th European Conference on Personality Psychology, 190.