

特別支援学校教員における援助要請スタイルと ソーシャルサポート及びストレスとの関連

西村裕美子*・佐田久真貴**

本研究の目的は、特別支援学校の教員にとって、同僚からのどのような種類のソーシャルサポートがストレス反応と関連するか、また、どのような援助要請スタイルがソーシャルサポートやストレスと関連するかについて検討することであった。そこで、特別支援学校の教員222名（男性85名、女性135名、無回答2名）を対象に質問紙調査を行った。その結果、情緒的サポートと道具的サポートがストレスの低さと関連していた。また、援助要請スタイルのうち、援助要請過剰群はソーシャルサポートを知覚しやすく、ストレス反応が低かった。援助要請回避群はソーシャルサポートを知覚しにくく、ストレス反応が高かった。さらに、20代前半と61歳以上の教員は援助要請回避傾向が見られた。また、ストレス反応のうち、女性は「抑うつ・不安」、特別支援学校以外の勤務経験がある教員は「不機嫌・怒り」が高いことが確認された。

キーワード：特別支援学校教員・援助要請スタイル・ソーシャルサポート・ストレス

【問題と目的】

1. 特別支援学校教員のメンタルヘルスの現状

令和2年度の教職員の精神疾患による休職者数は、5180人（0.56％）であり（文部科学省，2021），教員のメンタルヘルスは大きな問題となっている。令和元年度における精神疾患による休職者数の割合は、特別支援学校の割合が最も多く（文部科学省，2020），特別支援学校教員におけるメンタルヘルスの問題は、小学校・中学校・高等学校の教員と比較して決して少ない状況ではない。

教職員のメンタルヘルス会議における委託調査結果（2013）によると、特別支援学校の教諭等が常に強いストレスを感じる割合の大きい業務として、業務の質、事務的な仕事、学習指導、保護者への対応、同僚との人間関係、であることが明らかにされている。

特に、小学校・中学校・高等学校の教員と比較して「同僚との人間関係」が上位にあがっている校種は特別支援学校のみであることから、特別支

援学校教員は、同僚との関わりにストレスを感じやすいことが考えられる。

一方、複数教員での指導を意味する「チーム・ティーチング」は、比較的ストレスの要因となっているとは言えないことも示唆され、教員同士が互いにサポートし合うことのできる環境の場合、ストレスは低いとされている（森，2015）。これらのことから、教員同士の関わりの多い特別支援学校の教員にとって、ソーシャルサポートの有無はストレスに大きく関わると考えられる。

2. ソーシャルサポートとストレスとの関係

ソーシャルサポートとは、「他者との間の社会的支援関係を示し、ある個人が他者からどのようにどの程度の支援を受けているかに関する認知」とされている（廣岡・森田，2002）。特別支援学校教員におけるソーシャルサポートの研究では、男性は「上司からのサポート」が高く、女性は「家族・友人からのサポート」が高いことが示されている一方で、家族・友人からのサポートよりも上司や同僚からのサポートの方が、多くのストレス反応においてストレス反応低減効果が認められている（藤原・古市・松岡，2008）。職場の同僚か

* 兵庫教育大学大学院学校教育研究科

** 兵庫教育大学発達心理臨床センター

らの援助を受けることがストレス対策のための方略として有効性が高いことも報告されている（中川・小谷・西村・井上・西川・能，2000）。以上のことから，同僚からのソーシャルサポートはストレス低減に大きく関わると考えられる。

ソーシャルサポートの種類としては多様な分類が試みられてきたが，大まかには，問題に直面している人の傷つきや喜び等，情緒面に働きかけたり，行動や考えを是認する情緒的サポートと，問題を解決するための具体的な資源を提供したり，解決のための情報を提供する道具的サポートに分類することができる（浦，1993）。迫田・田中・淵上（2004）や貝川（2009）によると，道具的サポートはストレス反応に有意な影響を示さず，情緒的サポートのみがストレス反応に影響を及ぼすことを明らかにしており，情緒的サポートがあれば，必ずしも道具的サポートを必要としない可能性も示唆されている。

一方，校種別にストレス者を比較した藤原・古市・松岡（2008）によると，特別支援学校の教員は，他の校種の教員と比較して，専門性が求められるということ，様々な介助による身体的負担が大きいこと，自分の専門性を発揮できていない感覚を持ちやすいことを明らかにしている。よって，特別支援学校の教員においては，情緒的サポートだけでなく，道具的サポートもストレス低減に大きく関わると考えられる。しかし，これまでの研究は，小学校，中学校，高等学校の教員を対象とした研究であり，特別支援学校の教員において，どのような種類のソーシャルサポートがストレスを低減させるかについて検討されている研究は少ない。

3. 援助要請スタイルとストレスとの関係

ストレス低減に着目した時，個人がどのように対処をするかといったコーピング特性も影響すると考えられる。特に，自身の力では解決できない場合に，必要に応じて他者に援助を求めることは，重要なコーピングの一つであり，こうした現象は援助要請行動と呼ばれる（Depaulo，1983）。

永井（2019）は，援助要請過剰型は，一見サポート資源が多く良好な対人関係を築いているように思われる一方で，抑うつや不安が高いこと，援助要請回避型は，ソーシャルサポートが低く，援助要請自立型と比較して抑うつが高かったことを明らかにしている。前原・増田（2016）も，特別支援学校教員において，相談コーピングを多く取る人はストレス反応尺度の下位因子のうち，「不機嫌・怒り」，「無気力」が高く，受容・容認コーピングを取る人は有意にストレスが高かったことを明らかにしている。しかし，過剰型と関連するとされる依存欲求は，他者信頼感などの適応的な側面とも関連すること（竹澤・小玉，2004），同僚からの孤立性や非協働性を感じている教師は同僚への援助要請行動を行いにくいことも明らかになっている（田中，2018）。

4. 本研究の目的

これらのことから，ソーシャルサポートの程度が援助要請スタイルやストレスと関連する可能性があるが，特別支援学校教員におけるソーシャルサポートと援助要請スタイル及びストレスとの関連については検討されていない。そこで，特別支援学校の教員にとって，どのような種類のソーシャルサポートがストレス反応と関連するのか，また，どのような援助要請スタイルがソーシャルサポートやストレスと関連するかについて検討する。

【方法】

1. 調査協力者

特別支援学校教員222名（男性85名，女性135名，無回答2名）から回答を得られた。年齢構成は，20代前半（20歳～24歳）が27名，20代後半（25歳～29歳）が45名，30代前半（30歳～34歳）が42名，30代後半（35歳～39歳）が34名，40代前半（40歳～44歳）が21名，40代後半（45歳～49歳）が9名，50代前半（50歳～54歳）が18名，50代後半（55歳～60歳）が18名，61歳以上が7名であった。

欠損値については，検討事項ごとで削除をかけ

て分析を行った。

2. 手続き

2022年5月下旬から同年8月中旬の間に、Microsoft Formsによるオンラインアンケート調査を実施した。得られたデータはHAD_17_206.xlsxを用いて、統計学的分析を行った。

3. アンケートフォームの構成

アンケートフォームの構成は、以下の通りであった。

(1) フェイスシート

性別、年齢、特別支援学校の勤務経験年数、現在の勤務校に着任してからの年数、特別支援学校以外の校種での勤務経験の有無、特別支援学校以外の校種での勤務経験年数、所有している免許状・資格の種類について回答を求めた。

(2) ソーシャルサポート尺度

ソーシャルサポート尺度（小牧，1994）の全14項目を用いて、「1:そう思わない」から「5:そう思う」の5件法で回答を求めた。

質問項目は、「情緒的サポート」（8項目）と「道具的サポート」（6項目）の2つの下位尺度から構成されている。「あなた自身のことをかっけてくれたり高く評価してくれる」という質問項目の「かっけてくれたり」という表現は、使用されにくい表現であると判断し、「あなた自身のことを高く評価してくれる」という質問項目に修正したうえで、質問項目を構成した。また、同僚からのソーシャルサポートを測定するために、「ご自身の周りにいる同僚について当てはまるものを1つ選んでください」と教示文を挿入し、回答を求めた。

(3) 援助要請スタイル尺度

援助要請スタイル尺度（永井，2013）の全12項目を用いて、「1:全く当てはまらない」から「7:よく当てはまる」の7件法で回答を求めた。

質問項目は、「比較的ささいな悩みでも相談する」などの4項目からなる「過剰型」、「悩みは最後まで自分一人で抱える」などの4項目からなる「回避型」、「先に自分で、いろいろとやってみてか

ら相談する」などの4項目からなる「自立型」の3つの下位尺度で構成されている。

また、職場での援助要請スタイルを測定するために、「職場でのご自身のことについて当てはまるものを1つ選んでください」と教示文を挿入した。

(4) ストレス反応尺度

Stress Response Scale-18（SRS-18）（鈴木，1997）の全18項目を用いて、「1:全くちがう」から「4:その通りだ」の4件法で回答を求めた。質問項目は、「抑うつ・不安」（6項目）と「不機嫌・怒り」（6項目）、「無気力」（6項目）の3つの下位尺度から構成されている。

4. 倫理的配慮

回答は無記名であり、協力は任意であること、研究調査以外には使用されないこと、プライバシーが保護されること、調査を拒否することで不利益を被ることは一切ないことを事前に伝えた。併せて、調査実施の際に問題が生じた場合に必要な連絡先として、著者らの所属、連絡先を明記した。また、同意を得た上で調査を実施した。

【結果】

1. 各尺度の下位尺度ごとの基本統計量及び信頼性

各尺度において、平均値及び標準偏差を算出した。また、本研究で用いた尺度の信頼性を確認するために、Cronbachの α 係数を算出した。その結果をTable 1に示す。

Table 1 下位尺度ごとの基本統計量及び α 係数

	平均値	標準偏差	α 係数	F値
援助要請スタイル				261.63 **
過剰型	17.88	5.30	0.90	
回避型	8.81	4.57	0.88	
自立型	18.97	4.66	0.80	
ソーシャルサポート				—
情緒的サポート	30.99	6.88	0.93	
道具的サポート	23.46	5.09	0.91	
ストレス反応				—
抑うつ・不安	9.86	4.28	0.90	
不機嫌・怒り	9.44	3.81	0.88	
無気力	10.51	3.96	0.83	

** $p < .01$

Table 2 援助要請スタイル, ソーシャルサポート及びストレスとの相関

	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧
①過剰型	—							
②回避型	-.24 **	—						
③自立型	-.15 *	.24 **	—					
④情緒的サポート	.22 **	-.30 **	-.08	—				
⑤道具的サポート	.20 **	-.29 **	-.10	.84 **	—			
⑥抑うつ・不安	-.09	.28 **	.22 **	-.34 **	-.31 **	—		
⑦不機嫌・怒り	-.05	.20 **	.22 **	-.34 **	-.36 **	.64 **	—	
⑧無気力	-.04	.35 **	.19 **	-.28 **	-.23 **	.74 **	.55 **	—

** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$

算出された α 係数の値は, 援助要請スタイル尺度は, .080 ~ .090, ソーシャルサポート尺度は, .91 ~ .93, ストレス反応尺度は, .83 ~ .90であった。以上より, 本研究で用いた尺度はおおむね内的整合性が高いことが確認された。

また, 特別支援学校教員の援助要請スタイルの傾向を検討するために, 援助要請スタイルの下位尺度の得点について, 1要因分散分析を行った。

その結果, 援助要請スタイルの主効果が有意であった($F(2, 418)=261.63, p=.00$)。多重比較(Holm法)の結果, 回避型の得点は, 過剰型と自立型の得点よりも有意に低かった(過剰型: $t(209)=16.63, p=.00$; 自立型: $t(209)=-26.03, p=.00$)。また, 過剰型の得点は, 自立型の得点よりも有意に低かった($t(209)=2.42, p=.02$)。

2. 各下位尺度間の関連性

次に, 援助要請スタイルとソーシャルサポート及びストレスの下位尺度間の関連性を検討するために, Pearsonの積立相関係数を算出した。その結果をTable 2に示す。

援助要請過剰型は情緒的サポートと道具的サポートの間に弱い正の相関が見られた(情緒的サポート: $r(206)=.22, p=.00$; 道具的サポート: $r(206)=.20, p=.00$)。

援助要請回避型は情緒的サポートと道具的サポートの間に弱い負の相関が見られ(情緒的サポート: $r(207)=-.30, p=.00$; 道具的サポート: r

(208)=-.29, $p=.00$), 抑うつ・不安, 不機嫌・怒り, 無気力との間に弱い正の相関が見られた(抑うつ・不安: $r(208)=.28, p=.00$; 不機嫌・怒り: $r(208)=.20, p=.00$; 無気力: $r(208)=.35, p=.00$)。

援助要請自立型は, 抑うつ・不安, 不機嫌・怒り, 無気力の間に弱い正の相関が見られた(抑うつ・不安: $r(208)=.22, p=.00$; 不機嫌・怒り: $r(208)=.22, p=.00$; 無気力: $r(208)=.19, p=.00$)。

情緒的サポートは, 抑うつ・不安, 不機嫌・怒り, 無気力の間に弱い負の相関が見られた(抑うつ・不安: $r(207)=-.34, p=.00$; 不機嫌・怒り: $r(207)=-.34, p=.00$; 無気力: $r(209)=-.28, p=.00$)。

道具的サポートにおいても, 抑うつ・不安, 不機嫌・怒り, 無気力の間に弱い負の相関が見られた(抑うつ・不安: $r(207)=-.31, p=.00$; 不機嫌・怒り: $r(206)=-.36, p=.00$; 無気力: $r(207)=-.23, p=.00$)。

3. 援助要請スタイル尺度による分類

永井(2013)と同様に, 援助要請スタイルの各得点による調査協力者の分類を行った。援助要請自立得点が, 得点範囲の中央である16以上であり, かつ援助要請過剰型得点および援助要請回避型得点よりも高い群を, 援助要請自立群とした。援助要請過剰得点, 援助要請回避型得点に対しても同様の手続きを行い, 得点が16以上であり, かつそれが, 残る2つの得点よりも高い群を, それぞれ援助要請過剰群, 援助要請回避群とした。

Table 3 各援助要請スタイル群におけるストレス反応

	平均値 (SD)			F値
	過剰群	回避群	自立群	
抑うつ・不安	9.42 (0.48)	14.00 (2.50)	10.40 (0.46)	2.44 +
不機嫌・怒り	9.04 (0.41)	10.25 (1.87)	9.99 (0.39)	1.48
無気力	10.15 (0.44)	14.75 (1.99)	10.81 (0.41)	2.85 +
ストレス反応合計得点	28.40 (1.17)	41.67 (6.03)	31.52 (1.10)	3.72 *

* $p < .05$, + $p < .10$

Table 4 各援助要請スタイル群におけるソーシャルサポート

	平均値 (SD)			F値
	過剰群	回避群	自立群	
情緒的サポート	31.74 (0.75)	25.25 (3.36)	30.26 (0.69)	2.46 +
道具的サポート	24.15 (0.56)	18.50 (2.52)	22.94 (0.52)	3.19 *
ソーシャルサポート合計得点	55.83 (1.26)	43.75 (5.65)	53.02 (1.18)	3.03 +

* $p < .05$, + $p < .10$

その結果、援助要請過剰群が83名、援助要請回避群が4名、援助要請自立群が97名であった。

そこで、各援助要請スタイル群におけるストレスの程度を検討するために、各援助要請スタイル群のストレス反応合計得点及び下位尺度得点について、1要因分散分析を行った。その結果をTable 3に示す。

同様に、各援助要請スタイル群のソーシャルサポート合計得点及び下位尺度得点について、1要因分散分析を行った。その結果をTable 4に示す。

まず、抑うつ・不安に対して、1要因分散分析を行った結果、援助要請スタイルの主効果が有意傾向であった($F(2, 176)=2.44, p=.09$)。同様に、

無気力に対して1要因分散分析を行った結果、援助要請スタイルの主効果が有意傾向であった($F(2, 176)=2.85, p=.06$)。また、ストレス反応合計得点に対して、1要因分散分析を行った結果、援助要請スタイルの主効果が有意であった($F(2, 170)=3.72, p=.03$)。多重比較 (Holm法) の結果、回避群が、過剰群よりも有意にストレス反応合計得点が高かった($t(170)=-2.16, p=.03$)。その結果を、Figure 1に示す。過剰群と自立群、自立群と回避群の間には有意な差は見られなかった(過剰群と自立群: $t(170)=-1.95, p=.053$, 自立群と回避群: $t(170)=-1.66, p=.10$)。

ソーシャルサポートについては、情緒的サポー

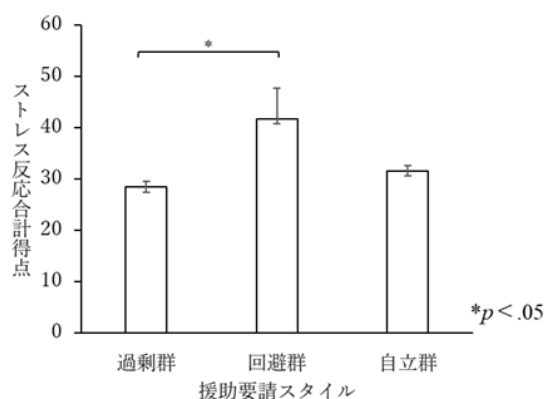


Figure1 各援助要請スタイル群におけるストレス反応合計得点

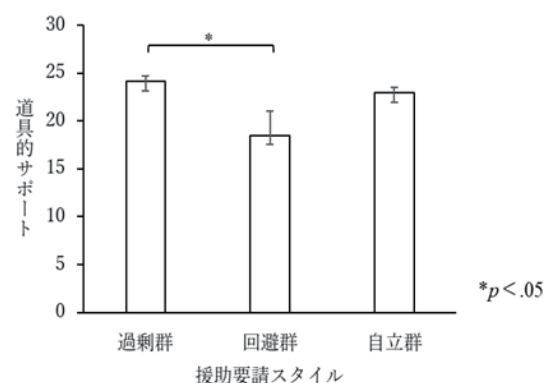


Figure2 各援助要請スタイル群における道具的サポート得点

トに対して援助要請スタイルの主効果が有意傾向であった($F(2, 176)=2.46, p=.09$)。また、道具的サポートに対して援助要請スタイルの主効果が有意となった($F(2, 177)=3.19, p=.04$)。多重比較(Holm法)の結果、過剰群が、回避群よりも有意に道具的サポートの得点が高かった($t(177)=2.19, p=.03$)。その結果をFigure 2に示す。過剰群と自立群、自立群と回避群の間には有意な差は見られなかった(過剰群と自立群: $t(177)=1.59, p=.11$, 自立群と回避群: $t(177)=1.72, p=.09$)。

4. 性別による援助要請スタイル尺度、ストレス反応尺度の差の検討

性別の違いによって援助要請スタイル及びストレス反応に差が見られるかを検討するため、分析対象者を男性、女性の2群に分け、下位尺度ごとに対応のない t 検定を行った(Table 5)。

その結果、ストレス反応尺度の抑うつ・不安に対して有意な差が見られた($t(211)=-2.05, p=.04$)。すなわち、男性よりも女性の方が抑うつ・不安の得点が有意に高かった。

Table 5 性別による援助要請スタイル、ストレス反応の比較

	平均値 (SD)		t 値
	男性	女性	
過剰型	17.09 (5.46)	18.35 (5.18)	-1.69
回避型	9.24 (4.89)	8.56 (4.37)	1.06
自立型	18.95 (4.38)	19.04 (4.82)	-0.13
抑うつ・不安	9.12 (3.72)	10.35 (4.55)	-2.05 *
不機嫌・怒り	9.33 (3.79)	9.50 (3.85)	-0.32
無気力	10.07 (3.83)	10.81 (4.02)	-1.32

* $p < .05$

5. 特別支援学校教諭免許状の有無による援助要請スタイル尺度、ストレス反応尺度の差の検討

次に、特別支援学校教諭免許状の有無によって援助要請スタイル及びストレス反応に差が見られるかを検討するために、分析対象者を、免許状あり群と免許状なし群の2群に分け、下位尺度ごとに対応のない t 検定を行った(Table 6)。

その結果、すべての援助要請スタイル尺度、すべてのストレス反応尺度において有意な差は見られなかった。

Table 6 特別支援学校の教員免許状の有無による援助要請スタイル、ストレス反応の比較

	平均値 (SD)		t 値
	あり	なし	
過剰型	17.91 (5.32)	17.31 (5.35)	0.43
回避型	8.88 (4.65)	8.22 (3.8)	0.58
自立型	18.93 (4.63)	19.53 (5.21)	-0.50
抑うつ・不安	9.87 (4.31)	9.50 (3.92)	0.33
不機嫌・怒り	9.31 (3.73)	10.82 (4.61)	-1.58
無気力	10.49 (3.95)	10.53 (4.24)	-0.03

6. 年齢による援助要請スタイル尺度、ストレス反応尺度の差の検討

次に、年齢の違いによって援助要請スタイル及びストレス反応に差が見られるかを検討するため、下位尺度ごとに1要因分散分析を行った(Table 7)。

Table 7 年齢による援助要請スタイルの分散分析の結果(数値は平均値)

	過剰型	回避型	自立型
20代前半	17.96	10.26	20.22
20代後半	18.61	9.16	20.05
30代前半	18.21	7.57	19.10
30代後半	16.82	9.03	18.24
40代前半	18.35	9.05	18.25
40代後半	15.33	6.89	20.13
50代前半	19.82	6.88	17.72
50代後半	17.25	8.44	17.71
61歳以上	14.57	13.14	17.29
F 値	1.23	2.24 *	1.20

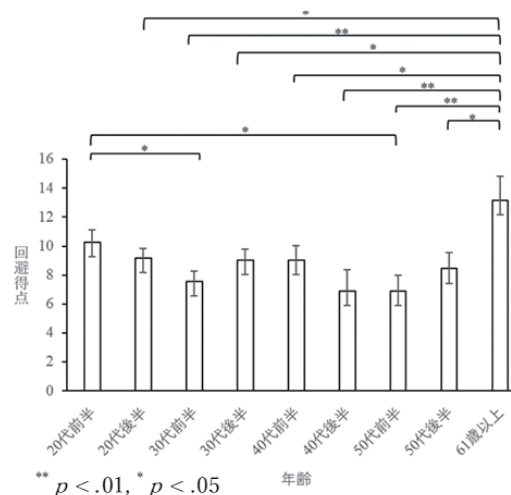


Figure 3 年齢による回避得点の多重比較の結果

その結果、回避型の得点において主効果が有意となった($F(8, 206)=2.24, p=.03$)。多重比較(Holm法)の結果、61歳以上の年齢群が、20代後半～50代後半までの年齢群よりも有意に回避型の得点が高かった(20代後半: $t(206)=-2.20, p=.03$;30代前半: $t(206)=-3.05, p=.00$;30代後半: $t(206)=-2.22, p=.03$;40代前半: $t(206)=2.09, p=.04$;40代後半: $t(206)=-2.79, p=.01$;50代前半: $t(206)=3.13, p=.00$;50代後半: $t(206)=2.33, p=.02$)。また、20代前半の年齢群が30代前半と50代前半の年齢群よりも有意に得点が高かった(30代前半: $t(206)=2.42, p=.02$;50代前半: $t(206)=2.45, p=.02$)。その結果をFigure 3に示す。

4. 特別支援学校以外の勤務経験の有無による援助要請スタイル尺度及びストレス反応尺度の差の検討

特別支援学校以外の勤務経験の有無によって援助要請スタイル及びストレス反応に差が見られるかを検討するため、分析対象者を特別支援学校以外の勤務経験あり群と特別支援学校以外の勤務経験なし群の2群に分け、下位尺度ごとに対応のない t 検定を行った(Table 8)。

その結果、ストレス反応尺度の不機嫌・怒りに対して有意な差が見られた($t(211)=2.14, p=.03$)。すなわち、特別支援学校以外の勤務経験なし群よりも特別支援学校以外の勤務経験あり群の方が不機嫌・怒りの得点が有意に高かった。

Table 8 特別支援学校以外の勤務経験の有無による援助要請スタイル、ストレス反応の比較

	平均値 (SD)				t 値
	あり		なし		
過剰型	17.85	(5.71)	17.90	(4.98)	-0.07
回避型	8.88	(5.10)	8.75	(4.14)	0.22
自立型	18.50	(5.28)	19.34	(7.05)	-1.31
抑うつ・不安	10.29	(4.84)	9.52	(3.75)	1.32
不機嫌・怒り	10.06	(4.33)	8.95	(3.29)	2.14 *
無気力	11.08	(4.58)	10.06	(3.33)	1.89

* $p < .05$

【考察】

1. ソーシャルサポートの種類とストレスとの関係

本研究の目的は、特別支援学校の教員にとって、どのような種類のソーシャルサポートがストレス

反応と関連するのか、また、ソーシャルサポートがどのような援助要請スタイルと関連するかについて検討することであった。

はじめに、どのような種類のソーシャルサポートがストレスと関連しているのかについて検討したところ、同僚からの情緒的サポートと道具的サポートを知覚している教員ほど、ストレス反応の低さと関連していた。小学校・中学校・高等学校の教員において、道具的サポートはストレス反応と必ずしも関連しないということが明らかとなっている(迫田・田中・淵上, 2004;貝川, 2009)一方で、特別支援学校教員においては、情緒的サポートだけではなく、道具的サポートもストレスの低減に関連する可能性が示された。

このことは、他の校種の教員とは異なる特別支援学校教員ならではの職務内容が影響しているのではないかと考えられる。特別支援学校の教員は、子ども達の障害に対して個別の支援を行うため、他の校種の教員と比較して、介助による身体的負担や個に応じた教材づくりといった業務内容の負担が大きい。そのため、一人では負担が大きい仕事があったときに快く手伝ってくれる同僚の存在は、ストレスの低減に影響している可能性が考えられる。また、左藤・池田・山中・四日市(2016)によると、特別支援学校の教員が教育活動を行う上で困っていることとして、指導法や種々の障害種の専門性が上位に上がっていることを明らかにしていることから、仕事にいかすことのできる知識や情報を得やすい同僚との関係性は、特別支援教育上の困り感を軽減することも考えられる。

ストレスが情緒的サポートにおいても有意に関連が見られたことは、特別支援学校の教諭等が常に強いストレスを感じる割合の大きい業務として、同僚との人間関係が上位に上がっているという調査結果(教職員のメンタルヘルス会議における委託調査結果, 2013)を裏付ける結果となった。

2. ソーシャルサポートと援助要請スタイルの関係

次に、ソーシャルサポートがどのような援助要請スタイルと関連しているのかについて検討する

ため相関分析を行ったところ、援助要請過剰型の得点が高いほど、情緒的サポートと道具的サポートを知覚しやすく、援助要請回避型の得点が高いほど、情緒的サポートと道具的サポートを知覚しにくいことが示唆された。

特に、各援助要請スタイル群におけるソーシャルサポートを比較したところ、過剰群において情緒的サポートの得点の高さに有意傾向が見られ、道具的サポート得点有意に高かった。このことから、同僚との関係性において落ち込んでいときに励ましてくれるなどの情緒的サポートと仕事を快く手伝ってくれるなどの道具的サポートを感じている教員ほど、比較的相談したり、困ったことがあったときにすぐに相談しやすかったりする傾向にある可能性が示唆された。

一方、情緒的サポートと道具的サポートを知覚しにくい教員ほど、援助要請を回避する傾向が考えられた。このことは、田中（2018）の同僚からの孤立性や非協働性を感じている教師は同僚への援助要請行動を行いにくいことを明らかにしている結果と類似している。複数担任制である特別支援学校教員は、同僚と密に関わりながら職務を遂行していくことが多いため、同僚からのソーシャルサポートの得られにくい環境では、悩みが深刻であっても相談しにくく、自分一人で抱えてしまう傾向にある可能性が考えられる。

3. 援助要請スタイルとストレスとの関係

さらに、各援助要請スタイル群におけるストレス反応を比較した結果、援助要請回避群は、援助要請過剰群と比較して有意にストレス反応得点が高かったことが示された。このことは、同僚に相談することが無く、一人で抱え込んでいる教員はストレスが高い可能性があることを示している。下位尺度である抑うつ・不安、不機嫌・怒りについても援助要請回避群は有意に高い傾向にあることも示された。前原・増田(2016)は「受容・容認」コーピングを取る人は、有意にストレスが高かったことを示しているが、その結果と一部類似していると考えられる。

一方、前原・増田(2016)は相談コーピングを多く取る人は「不機嫌・怒り」「無気力」というストレス反応が高いことを示しているが、本研究では、援助要請過剰群のストレス反応が低かった。このことは、ソーシャルサポートと援助要請スタイルの関係を検討した結果から示されるように、ソーシャルサポートが得やすく、気軽に相談しやすい職場環境があったことが可能性として考えられる。

これらのことから、同僚に相談することの少ない教員に対しては、情緒的サポート及び道具的サポートを得られるように意識して関わることでストレス軽減につながる可能性が考えられる。

4. 属性による援助要請スタイルとストレス

性別に対する援助要請スタイルとストレスとの検討を行ったところ、男性よりも女性の方が抑うつ・不安が有意に高かった。一般的に、女性の方が男性よりもストレスが高いと言われており、その結果の一部を支持するものとなったと言える（後藤・田中，1999）。

特別支援学校教諭免許状の有無に対しては有意な差は見られなかった。このことから個人が得てきた特別支援教育の専門性や知識が援助要請スタイルやストレスには関連しない可能性が考えられた。

年齢に対する比較においては、61歳以上が回避得点有意に高く、次いで20代前半が高かった。20代前半の教員の回避得点が高かったことは、山中（2018）の若い教師ほど援助要請行動をしていないという結果を支持しており、本研究の結果からも20代前半の教員は援助要請をしにくい可能性があることが確認された。61歳以上の教員においては、特別支援学校での勤務経験が長い可能性が考えられ、何か問題が生じて、これまでの経験から対応することが可能となることが考えられる。

また、特別支援学校以外の勤務経験の有無の比較では、勤務経験あり群の方がなし群よりも不機嫌・怒りが有意に高かった。他の校種から特別支

援学校へと異動となった教員は、業務内容や職場環境などこれまでの経験とは異なる状況に接する場面が多くなり、ストレスを感じやすいことが考えられる。

【引用文献】

- DePaulo, B.M.(1983) Perspectives on help-seeking. In B. M. DePaulo, A. Nadler, & J.D. Fisher (Eds.) ,New directions in helping. Vol.2 Help-seeking(pp.3-12). New York :Academic Press.
- 後藤 靖宏・田中 妙(1999) 教師のストレスと健康管理に関する研究(その2) .大分大学教育福祉科学部研究紀要, 21 369-382
- 廣岡 秀一・森田 千恵子(2002) 中学生のストレスとソーシャルサポートに関する研究—ソーシャルサポートの緩衝効果を中心に—三重大学教育学部研究紀要(教育科学), 52, 1-14
- 藤原 忠雄・古市 裕一・松岡 洋一(2008) 教師のストレスに関する探索的研究—性,年代,校種における差異の検討— 兵庫教育大学大学院連合学校教育学研究科学生 岡山大学
- 貝川 直子(2009) 学校組織特性とソーシャルサポートが教師バーンアウトに与える影響 パーソナリティ研究, 第17巻, 第3号, 270-279
- 教職員のメンタルヘルス対策検討会議(2013) 教職員のメンタルヘルス対策について(最終まとめ)
- 小牧 一裕(1994) 職務ストレスとメンタルヘルスへのソーシャルサポートの効果 健康心理学研究, 7, 2, 2-10
- 前原 葉子・増田 健太郎(2016) 特別支援学校教師のストレスに関する探索的研究 九州大学心理学研究 17 pp.19-28
- 森 浩平(2015) 特別支援教育に携わる教員のメンタルヘルスの現状とストレス要因等に関する社会心理学的研究—質問紙調査による実

- 態把握と教育研修等による改善プログラムの検討 東北大学 11301 甲第17116号
- 文部科学省(2021) 令和元年度公立学校教職員の人事行政状況調査について
- 文部科学省(2020) 病気休職者の学校種別・年代別・性別・職種別状況(教育職員)(令和2年度)
- 中川 剛太・小谷 英文・西村 馨・井上 直子・西川 昌弘・能 幸夫(2000) 教師の対人ストレス方略の臨床心理学的研究(1)—実態調査にもとづく基礎研究— 国際基督教大学学報 I-A, 教育研究, 42, 101-123
- 永井 智(2013) 援助要請スタイル尺度の作成—縦断調査による実際の援助要請行動との関連から— 教育心理学研究, 61, 44-55
- 永井 智(2019) 援助要請スタイル間の差異に関する探索的検討—援助要請過剰型・回避型の特徴— 教育心理学研究, 67, 278-288
- 迫田 裕子・田中 宏二・淵上 克義(2004) 教師が認知する校長からのソーシャルサポートに関する研究 教育心理学研究, 52, 448-457
- 左藤 敦子・池田 彩乃・山中 健二・四日市章(2016) 特別支援教育における現職教員の研修ニーズ：特別支援教育制度施行7年後の特別支援学校の現状と展望 筑波大学特別支援教育研究, 10, 53-63
- 清水裕士(2016) フリーの統計分析ソフト HAD：機能の紹介と統計学習・教育,研究実践における利用方法の提案,メディア・情報・コミュニケーション研究,1,pp.59-pp.73.
- 鈴木 伸一・嶋田 洋徳・三浦 正江・片柳 弘司・右馬埜 力也・板野 雄二(1997) 新しい心理的ストレス反応尺度(SRS-18)の開発と信頼性・妥当性の検討 行動医学研究, Vol.4, No.1
- 竹澤 みどり・小玉 正博(2004) 青年期後期における依存性の適応的観点からの検討 教育心理学研究, 52, 310-319
- 田中 健史朗(2018) 教師の援助要請行動を予

測する要因 学校組織特性に着目して 日本
心理学会第82回大会

浦 光博 (1992) 支えあう人と人—ソーシャル・
サポートの社会心理学—サイエンス社

The Relations Between Help-Seeking Styles, Social Support and Stress in Special Needs School Teachers

Yumiko NISHIMURA*, Maki SADAHISA**

* Graduate School Education, Hyogo University of Teacher Education

** Center for Research on Human Development and Clinical Psychology, Hyogo University of Teacher Education

The purpose of this study was to examine what types of social support from colleagues are associated with stress reactions, and what help-seeking styles are associated with social support and stress for teachers in special needs schools. Therefore, a questionnaire survey was conducted to 222 teachers (85 males, 135 females, and 2 non-respondents) in special needs schools. The results are followings: (1) Emotional support and instrumental support were associated with lower stress. (2) Among the help-seeking styles, the excessive help-seeking group was more likely to perceive social support and had a lower stress response. The help seeking avoidance group was less likely to perceive social support and had a higher stress response. (3) Teachers in their early 20s and those over 61 years old tended to avoid help-seeking. Among the stress reactions, depression and anxiety were higher among females, and moodiness and anger were higher among teachers who had worked in schools other than special needs schools.

Key Words : special needs school teachers, help-seeking styles, social support, stress

