学校教師の職業アイデンティティの危機としての「バーンアウト」と再生に関する研究

溝　口　禎　之
（神戸市立魚崎中学校）
辻　河　昌　登
（兵庫教育大学大学院）

本論文は，職務遂行に疲れ果て休職した学校教師10名を対象者として，休職に至ったきっかけと経過，休職中の自分と向き合うこととそれによる心の変化，復職後（中途退職後）の周囲の人たちとの関係性の変容などを,時間の経過（時間軸の変化）を踏まえながら聴き取ることを通して，休職教師からみた職業アイデンティティの危機と再生について検討したものである。

その結果，①休職を決意するまで（職業アイデンティティの危機期），②休職前期（自分を責める時期），③休職中期（自分と向き合う時期），④休職後期（自分を見直す時期），⑤復職期（アイデンティティの再生期）の 5 つの時期に分類し，42の心理的特徴をもつカテゴリーを導き出すことができた。また，その5つの時期は，それぞれ行きつ戻りつしながら，ゆっくりと再生に向かっていくことが明らかになった。

キーワード：休職教師，学校教師の職業アイデンティティ，アイデンティティの危機と再生，バーンアウト

溝口　禎之：神戸市立魚崎中学校・教員　〒663-8003　兵庫県西宮市上大市2-5-16
e-mail：s1961@oak.ocn.ne.jp
辻河　昌登：兵庫教育大学大学院・准教授　〒673-1494　兵庫県加東市下久米942-1
e-mail：tsmasato55@aol.com

A Research on Teacher Burnout Syndrome and its Recovery Process: A Crisis of the Teacher's Occupational Identity

Sadayuki Mizoguchi
（*Uozaki Junior High School*）
Masato Tsujikawa
（*Hyogo University of Teacher Education*）

The Purpose of this study is to investigate teacher burnout syndrome and its recovery process for school teachers who are on leave of absence from work. Ten teachers, who were exhausted with work, were asked the following questions: (1) What triggers lead to your leave of absence from work and the following process of condition? (2) What mental changes did you consider by facing yourselves? (3) What changes occurred in your relationship with people after your recovering or resignation? The interviews revealed the following key factors and process towards recovering from teacher burnout syndrome: Phase 1: crisis of their occupational identities. Phase 2: blaming themselves. Phase 3: facing themselves. Phase 4 reforming themselves. Phase 5: recovering their occupational identities.

Key Words: school teachers on leave of absence from work, occupational identities of school teachers, crisis and its recovery of identities, burnout syndrome

Sadayuki Mizoguchi: Teacher of Uozaki Junior High School, 2-5-16, Kamiooichi,Nisinomiya, Hyogo 663-8003 Japan,
e-mail: s1961@oak.ocn.ne.jp
Masato Tsujikawa: Hyogo University of Teacher Education, 942-1, Shimokume,Kato, Hyogo 673-1494 Japan,
e-mail: tsmasato55@aol.com

1．問題と目的

近年，学校教師の職業アイデンティティが大きく揺らいでいる。それはまるで急激に変化を遂げる社会や時代に対して，羅針盤を失った小舟のように学校教師という存在自体が浮き沈みしているようである。 今日，学校という教育現場で起こるいじめ・不登校・学級（授業）崩壊・校内暴力などの社会問題は，いまやマスコミに取り上げられない日がない程社会の注目を集め，政府はその解決に有効な対応策を見いだせないまま教育改革を叫び，各地の教育委員会は次から次へと管理教育の強化を進めようとしている。そうした中，日々の激務に疲れ果て職務遂行に支障をきたし，休職や中途退職に至った学校教師は少なくない。

文部科学省（2007）によると，2006年度中の全国の公立学校教員のうち，3カ月を超えて病気休職している教員の数は，7,655名と報告されている。この内，鬱病や神経症などの精神性疾患を理由として休職した教員は4,675名で，全体の61％を占めており，この数字は過去最高である。しかし，これは氷山の一角であり，精神科受診に抵抗を示し，休職に至らない病気欠勤者が相当数いることを考慮すると，教員を取り巻く変化が，想像以上に大きいことは容易に想像することができる。実際に休職した教師や中途退職した教師は，相当な葛藤の中で悩み苦しみ，それを決定している。「もう自分を守るためには休職を選択するしか道はなかった」というような苦衷の選択を迫られた教師達の内面には，いったい何が起こっているのだろうか。彼らの中には，教師という職業に小さいときから憧れ，何度も採用試験に臨んで教師になった人もいる。何故，彼らはこのような苦しい現実に直面しなければならないのか。

Erikson（1963 仁科訳 1977）は，成人期の心理社会的危機を世代性(generativity)対停滞性の危機としている。この成人期の危機的状況の克服について鑪（2002）は，“個人が時代と社会の相互性の中で生きることであり，三者が等しい距離において相互的にかかわるものであれば，克服できるが，相互性を結び得ない時に危機が訪れる”としている。つまり，相互性が崩れた場合に，自分を見失ったり仕事に取り組めなくなるということである。これを学校教師に当てはめるならば，経験を積み重ね教科指導・生徒指導などに自信を深め，自らの職業アイデンティティを確立して自他共に一人前と認められた学校教師が，それらを越えた問題生徒や保護者への対応，学級（授業）崩壊場面などで，今までの自分のやり方が通じなくなった時に危機が訪れるのではないだろうか。

学校教師という個人に対して，社会はより多くのものを求め，時代はさらに要求を加速する。そうしたときに学校教師は職業アイデンティティの危機，つまりアイデンティティの拡散状態を迎えるのではないだろうか。アイデンティティの拡散状態について，鑪が，“バラバラの自己像があるのみで統一のとれない状態”と指摘しているように，自分が壊れることは何よりも怖いことである。そうした中，学校教師は自らを守るために休職や中途退職を選択するのである。では，そのような職業アイデンティティの危機に直面した場合，どのようにして，「個人」と「時代」・「社会」の三者の相互性が崩れていくのだろうか。同じ繁忙職場でも休職する教師とそうでない教師の両者が存在する。相互性が保たれているかどうかを考えた場合には，「個人」から「時代」と「社会」をどのように見ていくかということが大切な視点として取り上げられる。

そこで，本研究では休職した教師に，そのきっかけと経過などを,時間の流れ(時間軸の変化)を踏まえながら聴き取ることを通して，休職教師からみた「時代」や「社会」との関係に視点をあて，どのように休職(職業アイデンティティの危機)に至り，自分と向き合い，そして再生していくのかを明らかにしていくことを目的とする。

2．方法

（1）**実施期間**：X年3月から10月であった。

（2）**調査対象**： 職務遂行に疲れ果て精神性疾患で3カ月以上休職した教師（その後復職もしくは退職した教師）10名であった。

（3）**手続き**： 以下の5点を聴取するために半構造化面接を実施した。

①休職に至ったきっかけと経過
②周囲との関係
③休職中の心の変化
④休職を乗り越えて伝えたいこと
⑤内的な心のイメージ（図の記入依頼）

（4）**対象者の属性**：学校種別は小学校2名，中学校6名，養護学校2名，勤続年数別は，5～10年が2名，11～20年が1名，21～30年が4名，31年以上が3名であった。年齢別は，30歳代2名，40歳代3名，50歳代5名，男女別は，男5名，女5名であった。また，勤務地域別は，関東地方1名，近畿地方5名，中国四国地方3名，九州地方1名であった（表1)。

表1　対象者の属性

学校種別	小学校2名　中学校6名　養護学校2名
男女別	男5名　女5名
年齢別	30歳代2名・40歳代3名・50歳代5名
勤続年数	5～10年勤務2名 ・11～20年勤務1名 21～30年勤務4名・31年勤務以上3名
勤務地域	関東1名・近畿5名・中国四国3名・九州1名

（5）**分析方法**：10名から聴き取った内容を逐語録におこした上で， 645個のデータに切片化した。そのデータを5つの時期に分類した。その後，それぞれの時

期のデータを，GTA（グランデッド・セオリー・アプローチ：木下，2003，戈木，2006）で分析を行い、そのカテゴリーを基に，KJ法（川喜多二郎，1967）を用いて図解を行った。分析にあたっては，筆者を含む教師経験を有する臨床心理学専攻の大学院生 3 名があたった。

3．結果

分析の結果，導き出された心理的特徴を示すカテゴリーは，全体で42個であった。5 つの時期における導き出されたカテゴリー数は，次のとおりであった。

①休職を決意するまで（職業アイデンティティの危機期）20個（内訳：「学校環境の変化」6 個，「時代(社会の変化)」6 個，「個人」8 個）
②休職前期（自分を責める時期）　6 個
③休職中期（自分と向き合う時期）6 個
④休職後期（自分を見直す時期）　6 個
⑤復職期（アイデンティティの再生期）4 個

（1）図解化

導き出されたカテゴリーをもとに，休職から復職に至るまでの 5 つの時期について，プロセスや心理的特徴などを図解化した。図解化にあたっては，⇔を対立，＝を対等（同じ），⇨ を影響大，→を影響小，⇄ を相互関係で図示した。また、導き出されたカテゴリーについては下線で表示した（図 1 から図 5 ）。

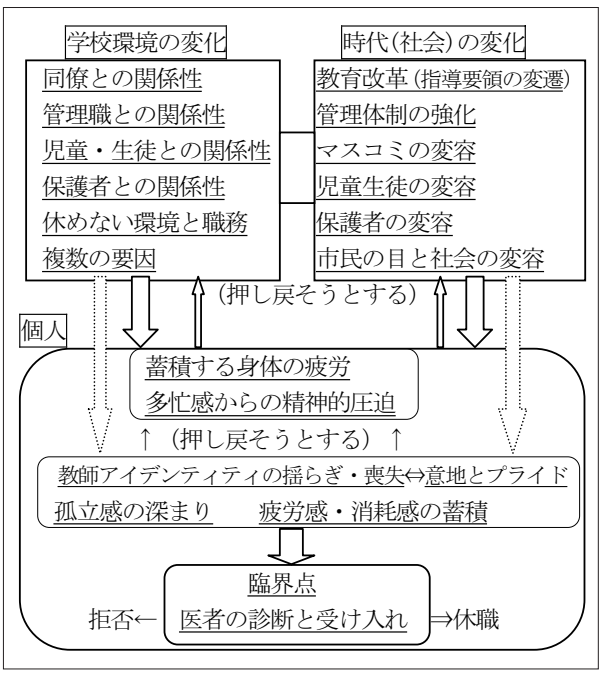

図 1　休職を決意するまで（アイデンティティの危機期）

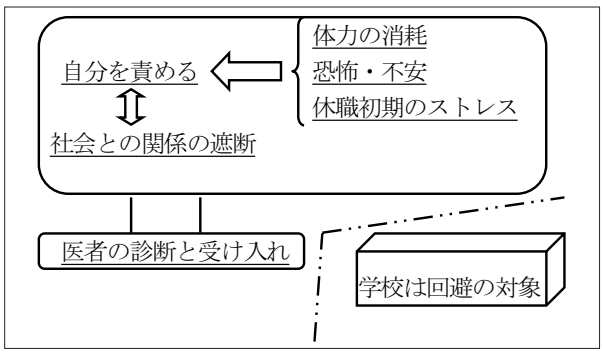

図 2　休職前期（自分を責める時期）

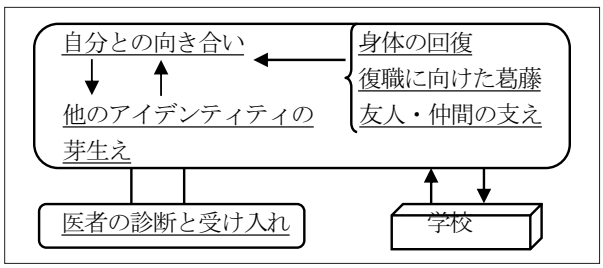

図 3　休職中期（自分と向き合う時期）

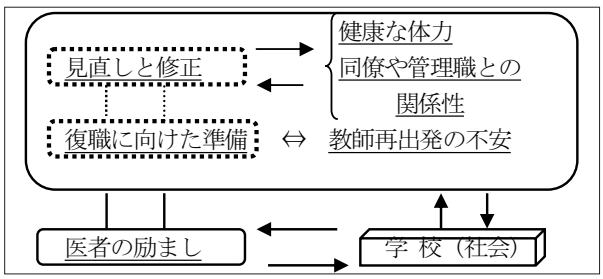

図 4　休職後期（自分を見直す時期）

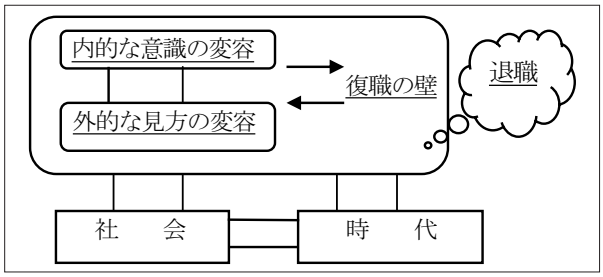

図 5　復職期（アイデンティティの再生期）

（2）叙述化

次に 5 つの時期について図解化したものを叙述化した。ここでは導き出したカテゴリーについては［ ］で表示し，聴き取った教師の発した言葉を「 」，それ以外の人の発言を『 』と表記した。

①休職を決意するまで（職業アイデンティティの危機期）

この時期は，急速に変化する「社会」と「時代」とによって，「個人」が圧迫されることから始まる。それに対して，「個人」が押し戻そうとするが，容易には押し戻せない。そうした中，多くの教師が感じるストレッサーが［蓄積する身体の疲労］と［多忙感からの精神的圧迫］という 2 つのカテゴリーであった。［蓄積する身体の疲

労］の定義は，“長時間労働・休日出勤などによる身体への疲労蓄積，ならびに休暇が取れないための過労”とした。［多忙感からの精神的圧迫］の定義は，“教材研究や生徒指導，提出書類の増加等から途切れることのない多忙感・摩耗感”とした。ここまでの三者の関係は，全ての教師が経験するものである。この段階で，「個人」からみた「社会」と「時代」とに対して，柔軟性を含みながらも，バランスや折り合いを保つことが出来れば相互性を見いだすことができるのである。ここではバランスや折り合いをつけることが，出来るか出来ないかが休職をする教師と休職をしない教師との1つの分かれ目になると思われる。しかし，「個人」が圧迫され，相互性を見いだせなければ次の段階へと進んでいくこととなる。その後，休職した教師が感じるものが，「授業がうまくいかない」，「生徒の顔を見ただけで緊張が走った」などといった［教師アイデンティティの揺らぎ・喪失］というカテゴリーである。これに対して，「こんなことでは負けたくない」と，教師としての積み上げた実績やこれまでの生き様をバックボーンとした［教師の意地とプライド］というカテゴリーが正面からぶつかり合うことになる。当然そこには，激しい葛藤が生まれ増幅が繰り返される。そうして再び「社会」と「時代」の圧力に対して，苦しみながらも押し返そうと懸命に努力する。その領域は個人により幅があり，状況に応じて大きく変動する。そして，結果が伴わない場合にはその努力が大きければ大きいほど，「職員室で笑えない私」などの［孤立感の深まり］や，「朝が怖い，判断力の低下」などの［疲労感・消耗感の蓄積］を感じ，だんだんと社会との接触を遠ざけ，自身の内的世界に閉じこもるようになっていく。 その後，ある日突然に「頭が割れるように痛かった」などの身体の異常が表出し，どうしても登校出来ないと覚悟を決める瞬間=［臨界点］を迎えることになる。この［臨界点］は，「何の前触れもなくある日突然訪れる」と多くの教師が語っていた。それでも，なんとかして学校に行こうと，医療機関を受診するが，医者は職務が続けられるような身体的・精神的状況にないことを説明する。これが［医者の診断と受け入れ］である。そして文字通り「ドクターストップ」により休職に至る（図1）。

②休職前期（自分を責める時期）

この時期は，「何故私が」と限りなく自分を責め立てるとともに，休職したという現実を受け入れることができない時期である。人によっては自責の念が強すぎるため，「自殺」を考える場合もある。これと極めて関連の深いカテゴリーとして，［社会との関係の遮断］が導き出された。これは休職に至った原因を自分の中に探すとともに，それに関わる全てを否定的にとらえようとして，「同僚の教職員や児童生徒の顔など見たくない」と自身の内的世界＝殻に閉じこもろうとするものである。さらに，この時期は体力的には極度の消耗状態にある。疲労にかかる個人差は大きく，どの段階で医者の診断を受けたかによって大きく異なってくる。さらに，［恐怖・不安］のカテゴリーは，閉ざされた世界に独り取り残されたようなもので，「突然学校のことを思い出して苦しく」なったり，「学校での嫌な夢（悪夢）で目が覚めたりする」という報告もあった。この頃は，外部からの連絡に対して極度に怯えているため，「いつまで休職するのか，復帰の予定は」など管理職からの事務的な連絡が［休職初期のストレス］となるのであった。総じて，「独りぼっちの世界」で「暗闇の中で格闘」しているような段階である。学校は回避の対象であり，唯一［医者の診断と受け入れ］により，温かい支えを受けているような状況である（図2）。

③休職中期（自分と向き合う時期）

この段階は，少しずつ現実を受け入れていくとともに自分と向き合い，新たなアイデンティティを模索し始める時期である。 まず，それまでの自分を責めていたものを，「考えるための時間」などと極めて中立的な考え方に変容させていく。そして［自分との向き合い］と［他のアイデンティティの芽生え］というカテゴリーが相互に好ましい影響を与え合う。加えて「睡眠時間の回復」などの［身体の回復］というカテゴリーもこれを後押しする。また，休職前期の段階ではひたすら閉ざしていた外部との連絡についても，友人や気の休まる同僚などとは連絡を取り合うようになる。しかし，この中には連絡を取りたい人と，取りたくない人の双方が混在している状態なのである。さらに，「復職したいが本当に出来るか心配」などと，復帰についても少しずつ考えるようになる（図3）。

④休職後期（自分を見直す時期）

この時期は苦しかった休職期間が肯定的なものへと考えられるようになる時期である。それまで閉ざしていた学校，つまり「社会」と連絡をとるようになるのも，この頃である。また，家族との関係をはじめとして，ものの見方や価値観が作り直されようとしている時期である。それらから導き出されたカテゴリーが［見直しと修正］・［健康な体力］・［同僚や管理職との関係性］である。また，復職に向けた計画的な段階となり，新たな教材研究を行ったりするようにもなる。それを後押ししているのが［医者の励まし］である。しかしそれらに対して，［教師再出発の不安］というカテゴリーは，多くの教師が感じていたものであり，それを考える事自体がストレスとなるもので，ある教師はその心境を，「復職する日が刻一刻と近づく中で，夏休みなど長期休暇明けの比ではない，なんとも形容しがたい緊張感のようなものであった」と語っていた（図4）。

⑤復職期（再出発する時期）

この時期は内外に対して意識の変容を自ら感じる時期となる。内的な変化としては，「休職が私を救ってくれた」「今の自分が好きだ」などと意識の変容がおこり，これらから導き出されたカテゴリーを[内的な意識の変容（新たな自分の受け入れ)]とした。また同時に起こる外的な変化としては，「子どもの可能性を改めて感じた」「周囲に対する感謝の気持ちで一杯だ」など，周囲に対する見方や考え方の変容が起こり，これらから導き出されたカテゴリーを［外的な見方の変容］とした。この2つのカテゴリーが相俟って，教師としての職業アイデンティティの再生を可能にしていくのであった。だが，人によっては，［復職の壁］を経験することもある。これは復職後しばらく経って緊張感もやわらぎ落ち着いてくると，それまで描いていた見通しと現実との乖離からくるもので，極めて個人差が大きいものであった。その乖離が大きいほど，揺り戻しとして再び内的な世界にこもりたい気分になったと言う。

そうしてまた，「社会」や「時代」と「個人」，つまり復職した「私」との新たな関係を構築していくことになる。それこそがまさしく教師としての職業アイデンティティの再生である。他方，［退職］という道を選択した人は，それまでの教職経験を生かして新たなステージに立つことになるのであった（図5）。

（3）聴き取り調査

ここでは聴き取った10名の事例のうち，Aさんの事例を提示する。

Aさんは40歳代女性の小学校教諭である。20数余年勤務した後，1年6カ月の間休職した。

Aさんは理想に燃えた経験豊かな教師であった。 子どもが大好きなAさんは何年も続けて担任を経験しながら，担任以外の校務分掌も色々とこなしていた。自然と周囲からの期待も集まり，中堅教師として実績も残していた。そんなAさんであるが，仕事と家庭生活の両立で大きな危機に遭遇した。それは数年前に身内が入院したことに始まる。Aさんは看病を続けながら，学校と病院を往復する日々を重ねた。そんな中でもAさんは，懸命に仕事に励んだ。病院で寝泊まりが続く中，毎日のようにある保護者から苦情の電話がかかってきた。Aさんは，仕事をして病院へ行き，その上いつかかってくるか分からない電話の対応で，精神的にも肉体的にもへとへとの状態が続いた。次第にAさんは教員間で孤立感を感じるようになった。職員室ではみんなが笑っているのに笑えないAさんがいた。ある日の朝，どうしようもなく体が重かった。「もう限界だ」と思った。心療内科で診察を受けると『今すぐ休みなさい』と言われた。その時Aさんは，もう二度と学校に戻れないような気がした。そこで，「もし私がここで休んだらもう一度学校に戻れますか」と聞くと，『大丈夫戻れるよ』と言われたので，休職を決意した。その医者から，『ここまで一人で耐えてきたのは，あなたになまじ力があるからだ。重篤なのだから年単位で休むように』とアドバイスされた。Aさんはその医者から「本当に人として温かいものを感じた」と言う。

そして，Aさんは休職に入ったが，落ち着くことはなかった。休み始めて1週間は，毎夜電話が鳴った。電話は管理職からだった。内容は今後の見込みなどについてだったが，それがその時のAさんにとって，最も大きなストレスだったと振り返った。Aさんはその後1年6カ月の間休職した。

Aさんは言う。「休み始めた最初の頃は‘葛藤’というか‘格闘’に近い時期があり，次に‘闇’の時期があった。次に光が差し込んできた時期があり，その後再生の時期が訪れた」と。休み始めた頃は，1日20時間程睡眠を取っていた。夜が来るのが怖かった。‘闇’の時期には，真っ暗で何も見えない，息もできないような感じだった。その頃は人と会うのが疲れた。それもエネルギーを持っている人と会うのが疲れた。

休職して1年後に，睡眠時間が9時間ぐらいになって，少しずつ楽しめるようになった。同僚や友達がよく訪ねてくれた。どこかに行けば，お土産をもって来てくれた。留守のときには玄関の椅子に『ゴン』(「ごんぎつね」のゴン）と書いて，弁当やおかずを置いていってくれたこともあった。「そんなことが何度かあった。嬉しかった。温かかった。一人ではないと思った」。担当医から，『Aさんは人薬が多いな，人薬は良いな，よく効くし，副作用もないし，ええな〜』と言われた。不登校の親の会にも参加した。「私も不登校中の教師です」と言いながら参加したが，とてもしっくりきた。親はよく来てくれたなという感じだった。

そして，Aさんは復職した。復職後は，自分のペースが掴みにくくて，疲れがたまると嘔吐するなど身体に異常をきたし，慣れるまでには数カ月を要した。

Aさんはその後，以前のように自らのペースで仕事をこなすようになった。校長からは，『休職してあなたの人生豊かになったね』と言われた。それは，Aさんが以前よりも，子ども達や職員との触れあいを大切にしているからだった。 聴き取りの最後にAさんは，笑顔でこう語った。「フルート吹いて分かったんだけど，無理やり吹くと音が変わってしまう。本来の音色がある。授業もそうだと思った。子ども達の本来の音色を大切にしていきたいと思った。また，自分が休んでいる時にいろんな人に大事にしてもらった。自分が傷ついている時に，命言葉をかけてもらった。その温かい言葉を気が付いたら，今度は私が子ども達にかけていた。子どもの発する言葉でも，精一杯の言葉は違う。自分の心を子どもに合

わせていくのを感じて，そうしたら，子どもって発言が豊かになるなっていうのを感じた。子どもってすごいなって思えるようになってきた」と。Aさんは今，「学校に行くのがとても楽しい」と言っていた。

第1回目の聴きとりに際してAさん自身が描いた心のイメージ図は次の通りであった（図6）。

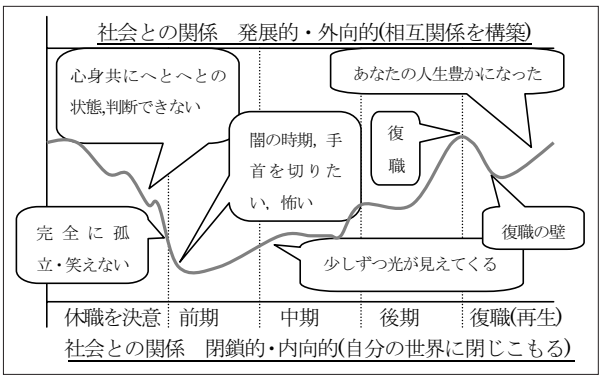

図6　Aさんが描いた心のイメージ図

4．考察

本研究の目的は，休職教師からみた「社会」や「時代」との関係を通して，どのように休職（職業アイデンティティの危機）に至り，自分と向き合い，そして再生していくのかを明らかにすることであった。その結果5つの時期に分類し，42の心理的特徴をもつカテゴリーを導き出すことができた。また，その5つの時期は，それぞれ行きつ戻りつしながら，ゆっくりと再生に向かっていく。それを周囲が知っていることは，休職者の心の負担を軽減したり，連絡をしたりする上においても大切なことなのではないだろうか。また，そのプロセスや期間などは，極めて個人差が大きいのも事実である。そのため論点は数多く存在するが，ここでは，休職した個人の内的な意識の変容や外的なものの見方から，周囲とのその関係性についての考察を進めていくこととする。

①休職を決意するまで（職業アイデンティティの危機期）

学校教師が休職に至るまでの要因・経過・症状・自覚した時点などは様々であるが，ほぼ共通しているのは，休職を決意する瞬間=「臨界点」は，突然に訪れるということである。その後医者の診断を受け文字通り「ドクターストップ」により休職に至る。教師として確立してきた職業アイデンティティが拡散し断絶する瞬間である。そして，その後，彼らの気持ちは，「社会」や「時代」との相互性を結ぶことよりも，内的な世界に向かうことになる。事例で取り上げた経験豊かなAさんでさえ，決断出来ない自分に悩み苦しみ孤立感を深めていく。その後Aさんは「職員室の中で笑えない私」に気づき，ある朝突然「どうしようもなく体が重く職場にいけない」という臨界点を迎えるのである。また，このとき「ドクターストップ」を告げた医者はその後，彼らの精神的支柱となり，再生に向けた良きアドバイザーとなっていくのである。

②休職前期（自分を責める時期）

突如として全く知らない大海原へと投げ出された彼らは，不安と恐怖に怯えることになる。そこはこれまでの価値観が全く通用しない異空間のようである。そこから抜け出そうと，もがけばもがくほど自分を苦しめることになり，体力の低下も相俟って失意に陥っていく。そうして，彼らは周囲との関係を閉ざし，さらに内的な世界へと入っていこうとする。

河合（2002）は，思春期を蛹に喩えて，“堅い殻に守られて外的には活動をしていないように見えるが，その内面では大変化が生じている。その内面で毛虫の姿は解体され，蝶へと再編させられる”と述べているが，同様に休職という過程を経験した彼らも外との関係を遮断し，内的に大変革をしようとしているのではないだろうか。他方，当然のことながら，活動を止めてしまった彼らを目撃することになる周囲は心配するが，その小舟には本人1人しか乗船するスペースがないため，温かく見守ることが最も崇高な援助に繋がるものと思われる。

さらに，個人差の最も大きいのがこの時期である。それは10名の聴き取った対象者の具体的な症状や要した期間がまちまちだったことからも窺える。重篤な休職者の中には，心的に大きな傷を負い，1ヶ月以上経ってもPTSDの3症状である侵入（悪夢），回避（関連した刺激を回避しようとする），過覚醒（過度の警戒心）などの症状を示した人も数名いた。使命に燃えた学校教師が休職するという事実はそれほどまでに重いものであり，生命にもかかわる問題であると考えられる。Aさんはこのときの情況を「闇の中で格闘しているようなものだ」と振り返り，「手首を切りたい」と真剣に考えたのである。それはまさにAさんの受けた心の傷の大きさを物語っているのではないだろうか。そして，この時期Aさんにとって医者の温かい言葉は大きな励みとなった。それは闇の中に照らし出された一筋の光だったのかもしれない。

③休職中期（自分と向き合う時期）

時間の経過と共に，固く閉ざされた厳寒の氷が徐々に暖められて，内面から緩んでくるような変容が感じられる時期である。それまでひたすら，自分を責めて内にこもろうとしていたエネルギーが，再び外に向かって少しずつ動き出そうとするようなものである。喩えるなら冬眠から醒めようとする小動物のようである。小動物達にとって長い冬眠から醒め活動を始めるためには，気温・湿度・日照時間・土壌の変化など様々な要因が絡み合う。そして，冬眠から醒めた小動物たちがすぐに外界に適応できないように，全ての人に対して同じように新たな関係性を結ぼうとするわけではない。Aさんはその時の様

子を，「誰とでも話せる訳ではない。エネルギーのある人との会話はとても疲れた」と述べているように，まだまだセンシティブな感性の上でかろうじてバランスを保っているような状態なのではないだろうか。

④休職後期（自分を見直す時期）

休職した教師にとって，この時期を経ることの意義は大きいと思われる。性急な復帰は前の時期に戻ることもあり得るからである。この時期は，蛹が自らを変容させ大空を舞い飛ぶ美しい蝶に変わろうとしている瞬間であり，地中深く眠っていた幼虫が，鎧に身を包んだ甲虫に変身を遂げようとする瞬間であったり，啓蟄をむかえ水ぬるむ田圃に土色の顔を出した蛙や螻蛄や土竜たちなのではないだろうか。

また，河合（1994）は，“「三年寝太郎」などの昔話から主人公の過ごした年月は，新しい創造を成し遂げようとする自己実現への高い準備状態”としているように，この時期は個人としての活動を再開する時でもある。聴き取った教師の多くが復職に向け，新たな教材研究を進めたことなどは，まさにその準備状態が整いつつある情況と言えるのではないだろうか。各人が自らに合った職業アイデンティティを見直し，修正し，その後の再構築に繋げようとしているのである。Aさんはこの時期，不登校の会に参加したり，屋久島の縄文杉から生命の循環について思いを巡らせたりしている。このことは，Aさんの拡散した教師としてのアイデンティティを，再び紡ぎ合わせ見直しへと繋がっていったのではないだろうか。さらに「温かさという人薬を詰め込んだゴンのお弁当」は，Aさんの回復に大きなエネルギーを与えたのではないだろうか。

⑤復職期（職業アイデンティティの再生）

アイデンティティの螺旋式発達をとなえる岡本（2007）は，再生についてのプロセスは，“決してエスカレーターで昇るような順調なプロセスを経て回復していくのではない。抑うつや不安は断続的に見られ，その深さも波のように変動する”と指摘しているように，これまでの流れは個人差が極めて大きい。要した期間も数ヶ月から数ヶ年と様々であった。

復職したAさんは，周囲から『休職してあなたの人生豊かになった』と言われるほどになる。また，Aさん自身の意識も変容し，「精一杯生きた自分が好き」と思ったり「子ども達ってすごい」と思えるなど，教師としての職業アイデンティティの再生を果たしていったのである。

古来より洋の東西を問わず，再生を意味する物語は多い。我が国では，手塚治虫に代表される「火の鳥」=不死鳥伝説，中国では鳳凰，西洋ではフェニックスなどである。これらに共通しているのは，火に包まれ身を焦がしながら新たな姿に変わっていく。まさに，休職した教師が，もてる自助資源，周囲の援助資源を総動員して，生まれ変わろうとしているのはこの不死鳥の生まれ変わりを意味するものではないだろうか。

5．今後の課題

本研究は，10名の休職した教師達の「魂の叫び」だと筆者は考えている。教師として自らの生き方を変容させるためには，莫大なエネルギーを必要とする。かかる時間も決して短くはない。かつ，また火の鳥が，炎火の中から再び蘇るような苦しみを伴うのである。死んだ方がましだと希死念慮が起こるのはまさにその苦衷の瞬間ではないだろうか。熱意に燃えた教師が職場を離れるとは，それほどまでに大きな出来事なのである。

今回の調査は，広範な地域の様々な属性を持つ10名の教師からの聴き取り調査であった。しかし，やはり年齢層の幅も大きく絶対数が少ないように思える。今後は，学校種や地域的な特色，さらには性別や年齢層などをもとに，研究を進めることができればさらに精度の高い研究が出来るものと思われる。また，教師の職業アイデンティティの危機と再生を考えた場合，時間軸・教師文化や職場間による違い・同僚性，さらには個人的要因や生育歴まで広範な範囲で考えることが必要である。それらを縦断的かつ横断的に研究してこそ，真に危機（休職）の意味や再生にかかるプロセスの意味や課題に踏み込めるのではないだろうか。筆者の研究がその一端にでもなればと考えている。

引用文献

Erikson.E.H（1950）．Childhood and Society．New York：W．W．Norton（エリクソン　E.H．仁科弥生訳（1977）．幼児期と社会　みすず書房）

新井 肇（1999）．『教師』崩壊－バーンアウト症候群克服のために－　すずさわ書店

岡本祐子（2007）．アイデンティティ生涯発達論の展開　ミネルヴァ書房

河合隼雄（1994）．昔話の深層　講談社α文庫

河合隼雄（2002）．臨床教育学入門　岩波書店

川喜多二郎（1970）．続発想法　中公新書

木下康仁（2003）．グラウンデッド・セオリー・アプローチの実践　－質的研究の誘い－　弘文堂

戈木クレイグヒル滋子（2006）．グラウンデッド・セオリー・アプローチ－理論を生み出すまで－　新曜社

鑪 幹八郎（2002）．アイデンティティとライフサイクル論　ナカニシヤ出版

文部科学省　平成19年度学校基本調査（指定統計第13号）．http://www.mext.go.jp/b_menu/toukei/001/index01.htm

（2008．9．1受稿，2008．11．28受理）