

# 教育実習生へのメンタルヘルス支援の必要性調査と 効果的支援システムの開発

## Inquiry of Necessary Support for Mental Health of Students on Practice Teaching and Construction of an Effective Support System

プロジェクト代表者:尾崎啓子(埼玉大学教育学部附属教育実践総合センター・助教授)  
Keiko Ozaki (Associate Professor, Faculty of Education, Saitama University)

### I. 問題と目的

教員養成課程において教育実習は重要なプロセスである。実習期間中は、技術的、経験的に未熟な状態で未知の環境に臨まねばならず、多くの学生にとってストレスフルな状況と考えられるが、その状況を回避することなく適応することを求められる。大学として学生生活全般にわたるサポートは大事だが、教育実習時といった、特殊で支援のニーズが高まるとされる時期に焦点化した支援体制の強化は重要である。また一学部にとまらず、学内外の関連諸機関との連携による全体的、効果的な支援体制の開発も大きな目標となる。

教育学部では、教育実践総合センターが中心となり、進路指導委員会、教職支援室など関連諸機関との連携を図りながら、教育実習生が抱える諸問題に関して、特にメンタルヘルスの観点から学生支援体制を考える取り組みを始めた。この取り組みは、教育実習にからんだ問題を抱える学生への個別対応にとまらず、同じストレスフルな状況下に置かれた学生に対する組織的な対応のあり方を実践的に検討することを目的としている。研究課題として①実態・意識調査、②学生支援方法の検討・実施、③問題ケースの分析、の3点を取り上げ、研究成果を①学生の、教育実習にまつわる種々の不安の軽減と不適応予防、②教育実習中およびその前後の、学生支援体制の強化、③教育学部のみならず保健センター、附属学校園など関連諸機関の連携による全体的な支援体制の構築、④学生および卒業生(先輩教員)同士が支えあうシステム作りの開発、の4点に資することを最終目的とする。

平成17年度は学生を対象とした教育実習に関する実態・意識調査を行ったので、結果の抜粋を報告する。今後、学生のニーズに基づいた多様な支援を展開する計画である。

### II. 対象・方法・時期

#### 1. セミナーにおける質問紙調査

<対象>教育学部の3、4年生のうち「平成17年度教員採用対策セミナー」に参加した55名(3年生が教育実習期間中であったため、主に4年生)。

<方法>ストレス・マネジメントについての講義終了後、参加者に対し講義内容に関する簡単な質問紙調査を行った。質問項目は「セミナーの内容は興味に合っていたか」「参考になったか」「今後希望するセミナーの内容(選択肢から複数回答可)」「今後のセミナーへの参加希望について」「その他(自由記述)」である。

<時期>平成17年5月27日

## 2. 面接調査

<対象>セミナー参加者からの協力者と教育学部教員が協力を依頼した学生男子 1 名、女子 5 名(いずれも「応用実習 I」(後述)終了者)。

<方法>調査者と学生の 1 対 1 で 1 時間ずつ、半構造化面接を行った。質問項目は「実習先と期間」「実習先の印象」「実習で印象に残ったこと(楽しかったこと、辛かったこと、不安や緊張を感じたこと)と時期」「その時得られたサポート・得られなかったサポート」「希望するサポートの内容と時期」「その他」である。

<時期>平成 17 年 6 月下旬から随時。現在も対象者を増やして継続調査中。

## 3. 実習事前指導時における質問紙調査

<対象>「応用実習 I」(1 回目の実習予定者、以下「応用 I」)事前指導参加者 3 年生 216 名、その他(4 年生以上)35 名。内訳は男子 97 名、女子 154 名。「応用実習 II」(2 回目の実習予定者、以下「応用 II」)事前指導参加者 4 年生 302 名、その他 6 名。内訳は男子 118 名、女子 190 名。

<方法>事前指導時に簡単な質問紙調査を行った。質問項目は「たった今の気持ち」(新版 STAI 日本語版不安尺度の状態不安 20 項目中 8 項目を抜粋、回答は「非常にあてはまる」から「まったくあてはまらない」までの 4 件法)「実習について気になっていること(自由記述・複数回答あり)」「実習に関して希望するサポート(自由記述・複数回答あり)」

<時期>平成 17 年 9 月 1 日

## 4. 教育実習開始時と終了時における質問紙調査

<対象>教育学部附属学校園で実習を行う学生合計 246 名(「応用 I」136 名、「応用 II」110 名)。その内回答者数は 239 名で、男子 103 名、女子 136 名だった。(回収率は「応用 I」「応用 II」とともに 97%)。

<方法>2 つの質問紙調査を行った。いずれも附属学校園の教師が説明、配布、その場で実施・回収した。

調査 1:教育実習開始時と終了時に新版 STAI(State-Trait Anxiety Inventory)日本語版不安検査を行った。「応用 I」の附属中学校・幼稚園は、終了時の新版 STAI 日本語版不安検査は行わず質問紙調査のみ実施したことと、回答に不備があったものを除いたため、有効回答数は「応用 I」開始時 96%、終了時 43%、「応用 II」開始時 99%、終了時 92%であった。

評価尺度:新版 STAI 日本語版不安検査は、状態不安尺度と特性不安尺度の 2 つの尺度で構成されている。状態不安尺度は、回答者が“今まさに、どのように感じているか”を評価する 20 の叙述文から成り立っている。回答は 4 件法で、検査用紙の各項目の右にある数字の中から感情の強さを最もよく表しているものを選んで○で囲む。特性不安尺度は、回答者が“ふだん一般的にどのように感じているか”を査定する 20 の叙述文から成り立っている。回答はふだん感じている不安感情の頻度を 4 段階尺度によって示す。

<時期>平成 17 年 9 月中旬から平成 18 年 1 月下旬。

## III. 結果

### 1. セミナーにおける質問紙調査

「セミナーの内容が参考になった」と答えた参加者は 96%だった。また、「今後ストレス・マネジメントやコミュニケーション、人間理解に関するセミナーが行われた場合、参加したい」と答えた参加者は 78%おり、ニーズの高さが伺えた。セミナーに関する感想の自由記述には「教員になった後のことが心配だったため、講義を聞いてよかった。」「学校で子どもたちに伝えていける例があって参考になった。」「呼吸法などリラクゼーション法が実際に体験できてよかった。」といった内容も見られた。その他、今後希望するセミナーの内容として「性格とストレスとの関係」「コミュニケーション能力開発」「アサーション(自己主張の方法)」「リラクゼーション」「カウンセリングの技法」などが挙がっていた。

## 2. 面接調査

インタビュー協力学生の実習先は、附属校 2 名、協力校 4 名だった。学生の感想をまとめると、実習開始後 1 週間は環境の変化に対応し難く辛いこと、教科別研究授業の日が近づくこと緊張が高まり何らかのサポートを希望すること、実習先の児童生徒との触れ合いや教員による励まし、心遣い、実習生同士の支えあいが大きな心の支えになること、実習中に気心の知れた大学教員と接触できると安心すること、などが挙がった。調査者の感想としては、実習体験のとらえ方は個人差が大きく、学生の性格よりも実習校の環境、実情に依存している可能性が高いと思われる。今回は面接対象者が 6 名と少なかったため、今後も対象者を増やして継続的に調査を進め、実習生一般向けのサポートとともに、個別性を重視したケア、サポートも考慮し、きめ細やかな対応を考えていく姿勢が求められよう。

## 3. 実習事前指導時における質問紙調査

状態不安の男女別得点結果を見ると、実習前の不安の程度(最高点 32 点・最低点 8 点)は、男子では「応用 I」の平均値 20.56 点、「応用 II」18.31 点で有意に下がっていた( $p<.001$ )。女子では「応用 I」の平均値 21.02 点、「応用 II」19.63 点で有意に下がっていた( $p<.01$ )。「応用 I」を体験したことによる安心感が作用したと考えられる。

「実習について気になっていること」で、「応用 I」と「応用 II」の両方に共通して見られた傾向として「授業がうまくできるか」(38%と 31%)「生徒とのコミュニケーションがうまくとれるか」(12%と 9%)が挙がった。「応用 I」で比較的多かったが「応用 II」では少なかったものは、「無事に終了できるか」(11%と 4%)と「体力・体調」(女子のみ 6%と 0%)だった。逆に「応用 II」で増えていたのは「実習校の環境」(0%と 18%)と「実習校での人間関係」(6%と 10%)だった。「学校が荒れていないか」「実習担当の先生はどんな人なのか」「何年生担当なのか」など具体的な心配事が記入されていた。これらの結果から、1 度実習を経験することにより実習に対する漠然とした不安の内容が具体化していくのではないかと考えられる。

「実習に関して希望するサポート」では、「応用 I」は「特になし」「行ってみないとわからない」「未記入」が多かったが、「悩みを相談できる」(13%)「実習校や実習全体に関する情報・資料提供」(8%)などが挙がっていた。「応用 II」でも「特になし」「未記入」が多かったが、「指導・アドバイス」(11%)「悩みを相談できる」(8%)などが挙がっていた。精神的ケアを求める「応用 I」に対して「応用 II」では、同じ“相談”でも、指導案の書き方や授業の進め方などについて具体的なアドバイスを求める傾向があることが理解された。

### 4-1. 教育実習開始時と終了時における質問紙調査(調査 1)

「応用Ⅰ」「応用Ⅱ」とともに、実習開始時の状態不安では高不安群が多く、終了時では低不安群が多くなる傾向があり、いずれも有意差が見られた（「応用Ⅰ」は男女とも  $p<.001$ 、「応用Ⅱ」は男子  $p<.05$ 、女子  $p<.001$ ）。「応用Ⅱ」の男子では終了時の高不安群の割合は開始時より増えており、終了しても安心できず、むしろ教員への適性や実習評価の面などで心配になる男子学生が一定数いる可能性を示唆しているといえよう。

特性不安には有意差は出なかった。不安段階では3（普通程度の不安群）に位置する学生が多く、日常的にもそれなりの不安を抱えて生活しているといった青年期の特徴が表れていると思われる。

#### 4-2. 教育実習終了時における質問紙調査（調査2）

自由記述のため KJ 法を用いて分類した。まず「印象に残っていること」だが、「応用Ⅰ」「応用Ⅱ」とも、児童生徒・教師とのふれあいと授業に関するものが多かった。「ありがたかったサポート」はすべて実習校からのもので、「指導・アドバイス」「教師とのふれあい」「指導案の指導」など実習担当教師からの丁寧かつ温かい指導に感謝する記述が多数見られた。反対に「してもらいたかったサポート」「希望するサポート」は大学学部に向けられたものが多く、交通費や食費など経済面での援助、実習日程の調整、大学講義・履修届に関する配慮などを希望していた。

#### IV. まとめ

以上の調査結果から、今後の課題として以下の4点が挙げられる。①実習時における支援として、期間中に気軽に悩みを相談したり、具体的なアドバイスが受けられる機関が必要である、②特に初回の実習時には、実習校や実習全体に関する情報提供、資料提供が有効なサポートとなる、③先輩学生の体験を聞く機会の提供も効果的である、④実習経験があっても次の実習時に不安度が低減しない学生について、性格などの特性不安の調査、希望するサポートの内容と時期など、詳しく把握し、対応する必要性が高い。

現在も教育実習時の不安・意識調査と終了後の面接調査は継続して行い、実習不安と支援に関する基礎的データを積み上げている。加えて、教職支援室、保健センター、附属学校園など関連機関を対象とした面接調査、事例調査も計画・実施している。これらの調査結果に基づき、平成17年度後期にはコミュニケーションやストレスに関するセミナーを開催した。平成18年度以降は学生同士が本音で語りあえるピア・カウンセリングの機会の提供やピア・カウンセラーの立場がとれる先輩教員の養成プログラムの開発など、支援システムの開発を視野に入れた取り組みを進めていきたい。

#### <付記>

本研究の遂行にあたり、質問紙調査ならびに面接調査にご協力いただきました埼玉大学教育学部3年生、4年生の皆さん、また附属学校園の教職員の方々に、心からの感謝を申し上げます。

なお、本研究の内容の一部を、平成17年度日本教育大学協会研究集会（於：弘前大学）にて発表した。