

高木亮著・『チーム学校園を構築するための教師ストレス研究』・ナカニシヤ出版（2018）

柏木智子

立命館大学 k-tomoko@ritsumei.ac.jp

本書は、教師・保育者のストレスに関する先行研究を俯瞰的に整理した上で、研究蓄積の少ない組織体・立場にある教師のストレス調査研究の成果をわかりやすく示した書である。筆者によると、「それぞれの立場や役割の異なる先生方が別の先生方のことを理解して“あっちも基本的に大変なんだ”とまで限界と仕組みを理解していただくことを目的にし」（iii 頁）た書となっている。職業に関連するストレス研究は、誰もが健康で幸せな職業生活、ひいては人生を送るために重要なものであり、近年の動向に照合しても、非常に重要な研究である。本書は、そうした中で、教師・保育者に関するストレス研究の現在地を示すものであり、研究的にも実践的にも意義のある著作となっている。

本書の特長的な点を三点述べておきたい。一つ目は、初学者が手に取って読みやすいように、研究を始めやすいように工夫されている点である。研究書でありながら、ガイドブックにもなりうるように描かれており、ある程度ストレス研究を進めてきた研究者にとっても、ストレスに関する研究を始めたい初学者にとっても、ストレス研究の現在の到達点がどのあたりで、今後何が求められているのかをわかりやすく提示してくれている。

二つ目は、ストレス研究について、ストレスなく、あるいはストレスをできる限り感じることなく把握できるように描かれている点である。それは、書き方が「です、ます」調であることや、仮面ライダーの話やら年金生活で時代劇を見ながら過ごしたい筆者の希望やらが随所に織り込まれながら論が展開されていくところに表れている。読んでいて、思わず微笑んでしまう作りになっている。

三つめは、筆者自身が行ったストレス調査研究を論じる中で、初学者あるいは教師・保育者向けの分析方法についても適宜示されている点である。ソフトの価格まで記された本書では、量的調査研究の基礎的な所作を身に付けられるよう配慮されている。

続いて、各章の概要について述べる。第1章では、ここ40年ほどの教師・保育者のストレスに関わる議論が次の六点に沿って展開される。1. 保育者・教師のストレスの概要、2. ストレスの結果（ストレス反応や精神疾患）に関してわかったこと、3. “何が原因なのか？”（ストレッサー）に関してわかったこと、4. “ストレスに耐える要素”（ストレス抑制要因）を探ってわかったこと、5. ストレスの問題をよくする実践研究、6. その他、である。第2章では、教師のストレスに立ち向かった精神科医である中島一憲氏の業績が整理される。第3章～第5章では、それぞれ保育者・教育行政勤務教師・養護教諭に焦点をあて、筆者の調査研究成果が検討される。終章では、教師・保育者のストレス研究と、ストレッサーにもストレスの抑止力にもなる学校園のチームとしての在り方に関する提言がなされる。

全体を通して、ストレス研究書でありながらも何かしら光が見えるように描かれているのは、筆者自身が「現

場の教師・保育者にはもっと夢や希望や未来の展望になる調査や議論を示したほうがいいのではないかと思います」(106頁)と述べる思いが投影されているためであろう。最後に、本書に対しての要望を言えば、第1章のところでは、研究課題に沿って整理するのではなく、これまでに提示された知見をもってまとめれば、現在までに解明された内容と今後の課題がより鮮明に浮かび上がったように思われる。また、性別や年齢以外の個人的特性に相当する個人内要因や、同様に性別や年齢以外の他者の特性に関連する要因分析を行うと、より深みのある知見が得られるのではないかと考えられる。今後は、健康や幸福を扱うポジティブ心理学と結び付いたストレス研究の発展が楽しみである。