

修士論文（要旨）
2025 年 1 月

強みを活かすピアコーチングの介入が養護教諭のレジリエンスに及ぼす効果

指導 石川 利江 教授

国際学研究科
国際学術専攻
心理学実践研究学位プログラム ポジティブ心理分野
223J2067
藤岡 智江

Master's Thesis (Abstract)
January 2025

The effects of peer coaching interventions that make use of strengths on the resilience of
Yogo-teacher

Tomoe Fujioka
223J2067
Master of Arts Program in Positive Psychology
Master's Program in International Studies
International Graduate School of Advanced Studies
J. F. Oberlin University
Thesis Supervisor: Rie Ishikawa

目次

第1章 研究背景	1
1.1 養護教諭を取り巻く現状と課題	1
1.2 養護教諭の職の特徴	2
1.2.1 養護教諭の歴史と職務内容の変遷	2
1.2.2 養護教諭の配置	3
1.2.3 現場で求められる仕事像	3
1.3 学校現場のメンタルヘルス	3
1.3.1 現状と課題	3
1.3.2 学校でのメンタルヘルス対策	3
第2章 養護教諭に関する先行研究の動向	4
2.1 職務に関する困難感	4
2.2 養護教諭のストレスに関わる研究	4
2.2.1 心身の健康問題	5
2.2.2 経験年数から見たストレス	5
2.3 教師のレジリエンスに関する研究の動向	6
2.3.1 レジリエンスの概念について	6
2.3.2 教師のレジリエンス研究	6
2.4 ピアコーチングに関する研究	6
2.4.1 諸外国における先行研究	6
2.4.2 日本における先行研究	6
2.5 強みを用いた研究について	7
第3章 研究	7
3.1 研究の目的	7
3.1.1 問題の所在	8
3.1.2 基本概念の定義	8
3.2 研究方法および倫理的配慮	8
3.2.1 調査対象および調査期間	8
3.2.2 調査内容	9
3.2.3 調査方法と手続き	10
3.2.4 強みを活かしたピアコーチングのプログラム	11
3.2.5 倫理的配慮	11

第4章 結果	11
4.1 分析方法	11
4.2 協力対象者の属性	12
4.3 養護教諭の負担感尺度の結果	13
4.4 EQ 尺度の結果.....	15
4.5 養護教諭レジリエンス尺度の結果.....	17
4.6 強み認識尺度と強み活用感尺度の結果.....	20
4.7 強みを仕事に活かすオリジナル調査の結果.....	22
4.8 二次元気分尺度の結果	25
4.8.1 介入群における t 検定の結果	25
4.8.2 二次元気分尺度の介入群における 2 要因分散分析の結果.....	27
第5章 考察	29
5.1 各尺度の結果と全体の考察	29
5.2 研究の限界	34
引用文献	I
謝辞	IV

要旨

養護教諭は、学校教育法に基づき、幼稚園や学校の保健室で児童・生徒の養護をつかさどっているが、多くの学校では一人職であるため（文部科学省，2017），緊急対応で専門的判断に迫られる場面において、校内に同じ立場で助言や指導をしてくれる同僚がいないことにより、現場の実態に合わせた専門研修ができにくい現状がある。特に、小学校では保健室来室者の約 6 割，中学校では約 5 割に救急処置を行い，必要に応じて医療機関への搬送を行っている（学校保健会，2024）。

近年では、配慮が必要な疾患やアレルギーを持つ児童生徒への対応・保健室登校への対応など、個別の関わりが求められる場面が増え、保健室というひとつの限られた空間で、個々の子どもに合わせた対応を同時に行いながら、事務的な仕事をこなす必要があり（日本学校保健会,2024），職務が多忙化している状況下で、十分な研修の機会が少ないことが問題として挙げられる。

養護教諭は他の女性専門職や一般女性教諭に比べて抑うつレベルが高く（武田,2010），職務困難感として「多忙さ・仕事の量の多さ」「教職員との連携・人間関係の問題」「仕事のあいまいさ・多岐さ」「不登校・特別支援への対応」の 4 項目が挙げられた（宮慶,2024）。中澤・朝倉（2016）は、抑うつ度との関連ストレス要因として「ワーク・ライフ・バランスに影響する仕事の負担」を指摘している。しかし、ワーク・エンゲージメントや職務満足がバーンアウトを減らし精神的健康の向上につながる（籠谷，2017）。

養護教諭は、上司や担任からのサポートは仕事満足感への単独効果を認めない一方で、他校の養護教諭からのサポートは仕事満足感に効果を持ち（武田,2010），養護教諭に効果的なリフレクションは自己安定感や職務の価値の実感を得ること，そのための仲間やメンターが重要であるとした（平川,2010）。

強みの活用感は幸福感を高める効果があり（森本,2015），強みの認識・注目・活用介入は、生活満足度と抑うつ症状の両方に対して有効である（阿部,2021）と示されている。また、宮崎（2023）は、強みを探して活かす心理教育を受けることで、より快適さを感じ、より健全な闘争心が強くなったとしている。強みの活用は、ひとり職の養護教諭自身が持つ力に焦点を当てることができる。

ピアコーチングは、米国において 1980 年代から提唱されている教員研修のひとつである。Pamela Jewett（2012）の先行研究では、教師がピアコーチングの関係を築き始めると、パートナーシップが生まれ相互の目標に協力することができ、相互関係が構築されるとともに、日常的な実践や組織レベルに肯定的な影響を与え、感情的なレベルでも個人に恩恵をもたらすとした。さらに、Jacqueline・Lee（2017）は、ピアコーチングが教師の日々の実践に大きな影響を与え、教育実践に関する認識や実践の発展に寄与するとした。ピアコーチングは、教師の専門的成長と協力を促進するプロセスであり（Murray, 1983），ピアコーチング実施後の教師は、新しいやり方を試したり生徒への新しい考え方を取り入れたりして士気が高まった（Jennifer M. Jones, 2020）。

Peer な関係性の中で支え合う関係性が築ければ、ピアコーチングは養護教諭にとっての効果的な支援策となる可能性が考えられる。

これらの知見を基に、ポジティブ心理学の観点から、一校に一人の養護教諭が持つ力（強み）に着目して、ピアコーチングを通じて、他校の養護教諭と対等な仲間としてサポートし合う環境を整えることで、強みを意識した執務の実践と振り返りが行われ、養護教諭の仕事満足感や精神的健康（レジリエンス）が向上することが期待できると考え、その効果を検討した。

研究調査は、20代から60代の女性養護教諭とし、介入群として（一社）ハートマッスルトレーニングジムのコミュニティ内の養護教諭35名を層化無作為抽出して、3人1組のグループにてピアコーチングを実施した。介入手続きは、事前説明を1回とピアコーチングをグループごとに3回実施し、質問紙調査として、プレ・ポスト・フォローの3回において、尺度と記述アンケートを用いて行った。統制群は、介入群のプレ・ポスト・フォロー調査のタイミングに合わせて、A県A市内養護教諭30名に依頼し実施した。

使用尺度は、薬師寺（2021）による養護教諭職務負担感尺度（3因子29項目、5件法）、阿部他（2022）による養護教諭レジリエンス尺度（5因子20項目、5件法）、高橋他（2015）による日本語版強み認識尺度と日本語版強み活用感尺度、石川他（2016）によるEQ尺度（4因子16項目、5件法）とピアコーチング前後に坂入ら（2003）による二次元気分尺度を用いた。

研究実践にあたっては、桜美林大学倫理審査委員会の承認（審査番号：24006）を得た後に実施し、協力者の人権を侵さない配慮をした。

その結果、強みの認識と活用ならびに仕事への活用が高まり、強みの認識については時間が経過しても効果が維持されていた。それによって、養護教諭の負担感尺度、EQ尺度、養護教諭レジリエンス尺度、強み認識尺度、強み活用感尺度の下位尺度において有意な結果が示され、中程度から大きな変化量が確認された。強みオリジナル質問や、介入前後の二次元気分尺度においても、有意な変化が確認された。

本研究を通じて、ピアコーチングは養護教諭の職務負担感を軽減し、自己肯定感を向上させ、レジリエンスや職務満足の上昇とバーンアウトの予防に大きく寄与する有効なアプローチであることが示された。また、強みの認識と活用の促進は、仕事に対する意欲を高め、困難な状況に対処する能力を向上させる効果が確認された。強みを活かすことは、養護教諭に幅広い心理的及び職務上の効果をもたらす有効な手段であり、職務満足感や心理的健康の向上に寄与することが確認された。さらに、感情認知能力の向上は、養護教諭がより効果的なコミュニケーションを行ない、児童生徒や同僚との関係を良好に保つことができる可能性が示唆された。

最も取り組みやすいであろう勤務地区内でのピアコーチングは、年代や経験年数に関係なく相互の関わり合いが深まるネットワークの拡大が期待でき、世代間交流を図ることでのキャリアプランにもつながると考えられる。中澤・朝倉（2016）は、ネットワークの差は精神的報酬を高める関連にあり、精神的報酬が高まることで抑うつが軽減される道筋を示唆した。ピアコーチングの実施により、養護教諭同士のサポートネットワークが強化され、職務に対する孤立感が軽減し、精神的な支えを得ることが可能になると考えられる。ピアコーチングのプログラム内容によっては、養護教諭の力量形成に寄与し、ピアコーチングやコーチングに理解のある養護教諭が各地区に導入される可能性に期待したい。

引用文献

- Alex.M.Wood・P.AlexLonley・JohnMaltby・ToddB.Kashdan・Robert Hurling(2011),Using personal and psychological strengths leads to increases in well-being over time :A longitudinal study and the development of the strengths use questionnaire
- 秋光恵子・白木豊美（2010）.チーム援助に関するコーディネーション行動とその基盤となる能力・権限が養護教諭の職務満足感に及ぼす影響，教育心理学研究，58，34-45
- 阿部望・岸田広平・石川信一（2021）.強み介入が中学生の精神的健康に及ぼす効果に関する検討，教育心理学研究，69，64－78
- 阿部眞理子，三並めぐる，持田訓子，藤原瑞穂（2023）. 若手養護教諭のメンタルヘルス支援に関する研究―養護教諭のレジリエンス調査も自由記述から見るストレスとその対応―，いのちの教育，Vol8,No1 9-24
- 阿部眞理子・浅沼瞳（2022）. 養護教諭のレジリエンス尺度の信頼性・妥当性の検証，いのちの教育，9-15
- 有間梨絵（2021）. 養護教諭の歴史に関する研究動向 教職開発コース,東京大学大学院教育学研究科紀要,第 61 巻
- Barbaral. Licklider（1995）. The Effects of Peer Coaching Cycles on Teacher Use of a Complex Teaching Skill and Teachers' Sense of Efficacy, Journal of Personnel Evaluation in Education n, 9, 55-68
- 波多幸江（2019）. 養護教諭の職業的アイデンティティに関連する要因，学校保健研究，61,258-275
- 平川俊功（2016）. 養護教諭の資質能力の向上，学事出版
- 廣瀬春次・有村信子：養護教諭の精神的健康に及ぼす職場ストレスと職場サポートの影響,学校保健研究 41,74－82,1999
- 石田友紀・園田直子（2016a）. 1 人配置の養護教諭の自己教育力と職務困難感との関連，応用心理学研究，Vol.42，No.1，12－19
- 石田友紀・園田直子（2016b）. 養護教諭の経験年数の違いによる一人前意識，久留米大学心理学研究，第 15 号，1-7
- 石川利江・松田チャップマン与理子・神庭直子・奥田訓子・鈴木文子（2016）. コーチング介入効果評価のための社会情動スキル尺度作成の試み，桜美林論考. 心理・教育学研究，2017
- Jacqueline Lee（2017）. We can't do it just to make them feel good!' : An exploration into the benefits of coaching in secondary schools, International Coaching Psychology Review l Vol. 12, 110-124
- Jennifer M. Jones（2020）. THE IMPACT OF PEER COACHING ON TEACHER SELF-EFFICACY Highland Heights, Kentucky
- 籠谷恵・朝倉隆司・佐久間浩美（2021）. 養護教諭におけるプラトリー化の関連要因，日本公衛誌，第 5 号 349－362
- 籠谷恵・朝倉隆司（2017）. 養護教諭の専門職的自律性尺度の開発の試み，学校保健研究，57 巻，3 号，115-128
- 加藤美智子・土田満（2022）. 養護教諭の認識するニーズと教員，保護者が求めるニーズ

- の検討, 瀬木学園紀要論文, 第 20 号, 1-20
- 久保昌子 (2017) . 養護教諭の職務への期待に関する調査研究—養護教諭の役割意識と教職員の役割期待との比較—, 学校保健研究, 58, 361-372
- 古角好美 (2016) . 研修参加が養護教諭の自己効力感に与える影響—協働学習による「解決志向型チーム支援会議」を通して—, 大和大学研究紀要, 第 2 巻, 259-266
- 古角好美 (2014) . 入職早期養護教諭のリアリティ・ショックとストレス反応の関連, 学校保健研究, 55 巻 (2013) 6 号, 513-519
- 栗田舞尋・鈴木美奈子・中西唯公・采女智津江 (2021) . ヘルスプロモーティングスクールと養護教諭の well-being の関連性に関する検討 : 幸福・健康感覚尺度 : 2HFS (Happiness & Health Feeling Scale) を用いて, ヘルスプロモーション・リサーチ VOL14, No.1, 51-61
- 松田侑子 (2022) . 小学校教員の強みとワーク・エンゲージメントの関連—想定される強みの種類と強み活用感に着目して—キャリアデザイン研究 vol 18, 73-82
- 松元理恵子・満田タツ江 (2019) . 養護教諭の職務負担感とストレス対象について—経験年数に焦点を当てて—鹿児島女子短期大学紀要, 56, 49-56
- 三木とみ子 (編) (2011) . 4 訂 養護概説 ぎょうせい P4
- 宮慶美恵子 (2024) . 養護教諭が職務推進上抱く困難感についての分析—校種, 学校規模, 養護教諭経験年数に着目して—, 学校保健研究 65, 217-225
- 宮崎圭子 (2023) . Strengths に焦点を当てた心理教育プログラムの効果検討—勤労者を対象に—, 跡見学園女子大学心理学部紀要, 第 5 号, 25-35
- 村浦新之助・奥住秀之・澤隆史 (2023) . 我が国の教育現場における教師を対象としたコーチングに関する動向—文献レビューを通じて—, 東京学芸大学紀要, 総合教育科学系, 74, 286-295
- 森本哲介・高橋誠 (2024) . 特性としての長所の主観的な活用感が精神的健康に及ぼす影響, 立正大学心理学研究年報, 第 4 号, 109-116
- 文部科学省 (1958) , 公立義務教育諸学校の学級編制及び教職員定数の標準に関する法律 (昭和三十三年法律第百十六号) (抄)
- 文部科学省 (2013) . 教職員のメンタルヘルス対策
- 文部科学省 (2017) . 現代的課題を抱える子どもたちへの支援—養護教諭の役割を中心として—
- 文部科学省 (2024) . 令和 5 年度公立学校教職員の人事行政状況調査について
https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/jinji/1411820_00008.htm, R6.12.20 閲覧可能
- 中澤理恵・朝倉隆司 (2016) . 養護教諭の仕事関連ストレスと抑うつとの関連, 学校保健研究 57, 304-322
- 長瀬仁美・土田満 (2020) . 養護教諭の専門職的自律性と学習機会, 職務満足感との関連について, 東海学校保健研究, 44 (1) , 41-56
- 日本学校保健会 (2024) . 保健室利用状況に関する調査報告書令和 4 年度調査結果,
https://www.gakkohoken.jp/book/ebook/ebook_R050070/index_h5.html#1,
R6.12.3 閲覧可能

- 日本スポーツ振興センター（2023）．令和4年度災害共済給付状況の推移（S57～R4）
- Pamela Jewett , Deborah MacPhee（2012）Adding Collaborative Peer Coaching to Our Teaching Identities. *The Reading Teacher* Vol. 66, 105－110
- 坂入洋右・徳田英次・川原正人・谷木龍男・征矢英昭（2003）．心理的覚醒度・快適度を測定する二次元気分尺度の開発，筑波大学体育科学系紀要，26，27－36
- 柴田優里絵，斎藤美和，山脇京子（2020）．養護教諭が抱く困難感に関する文献検討，*インターナショナル Nursing Care Research*，第19巻，第1号，159-168
- 鈴木薫・鎌田雅史・淵上克善（2007）．養護教諭の自己効力感の形成に及ぼす学校組織特性の影響（1），日本教育心理学会発表論文集，144
- 瀧川幸子，岡和子（2024）．小・中・高等学校における養護教諭のストレスに関する文献検討，P11
- 富田亮三，細田 泰子（2019）．初期キャリア形成期看護師のピア・コーチングの様相とその効果— フォーカスグループインタビューによる分析 — 日本看護研究学会雑誌，2019，42巻，1号 99－109
- 富田亮三，細田 泰子，紙野雪香（2016）．初期キャリア形成期の看護師におけるピア・コーチングの相互関係の構造 日本看護学教育学会誌，25巻3号 13－24
- 高橋智男・紺野祐（2024）．レジリエンスと教師レジリエンス—教職の特異性に着目して—，東北学院大学教育学科論集，第6号，11－32
- 高橋誠・森本哲介（2015a）．強み認識尺度の信頼性・妥当性の検討，*パーソナリティ研究*，第24巻，第2号，170－172
- 高橋誠・森本哲介（2015b）．日本語版強み活用感尺度（SUSHI）・妥当性の検討，*感情心理学研究*，第22巻，第2号，94－99
- 武田文，岡田加奈子，朝倉隆司（2010）．養護教諭の抑うつとストレス要因の関連 都市部公立小・中学校における検討，*日本健康教育学会誌*，
- 上田ゆかり（2021）．養護教諭と健康相談活動の変遷と今後の展望，*鈴鹿大学鈴鹿大学短期大学部紀要*第四号，173-184
- 上原美子，山中寿江，亀崎路子（2018）．新任養護教諭の職務困難ストレス対処のための支援デザインの提案 -養護教諭におけるシミュレーション教育の提案- 日本学校健康相談学会，第14回学術集会，一般口演 2
- 上原美子，中下富子（2011）．養護教諭の精神的健康度に関する研究（第1報），*埼玉大学教育学部附属教育実践センター紀要*，No.10，127－133
- 采女智津江（編）（2024）．新養護概説，第13版，少年少年写真新聞社，P11－21
- Valesca Y.Tobias・Marianne van Woerkom・Maria Christina Meyers・Piety Runhaar・Arnold B.Bakker(2023).Thrivifects on Strengths:Effects of Strengths Intervetion for Younger and Older Teachers.*Journal of Happiness Studies*,24:1121-1144
- Wood Alex M・Linley P Alex・Maltby John・Kashdan Todd B・Hurling Robert(2011). Using personal and psychological strengths leads to increases in well-being over time:A longitudinal study and the deveiopment of the strengths use questionnaire.,vol50(1),15-19

- 渡辺美恵・山田小夜子・土田満（2014）．養護教諭の研究活動と職務への自己効力感との関連―研究活動の現状についての調査結果の分析―，東海学校保健研究，38（1），45－56
- 薬師寺潤子（2021）．養護教諭の職務実践の実態が職務負担感に及ぼす影響，法政大学大学院紀要，87，49－60
- 吉田なよ子（2023）．ピアコーチング講座参加での意識変化とバーンアウト防止への有用性，人間と科学：県立広島大学保健福祉学部誌，14号，79－86
- 全日本教職員組合（2022）．教職員勤務実態調査 最終集計

謝辞

本研究を実施するにあたり，ご多用の中をご協力いただいた養護教諭の皆さま，ご指導くださった先生方に心より感謝申し上げます