

## 2015年度千葉科学大学教育実習における実習生の疲労感

Questionnaire research on fatigue for 2015 intern students  
of Chiba institute of Science戸塚 唯氏<sup>1)</sup>・上北 彰<sup>1)</sup>・狩野 勉<sup>2)</sup>・伊勢崎 翼<sup>3)</sup>

Tadashi TOZUKA, Akira UEKITA, Tsutomu KARINO and Yoku ISEZAKI

近年、教育実習中の実習生の仕事量、拘束時間がかなり大きくなっている。また一部の大学では実習生に対するハラスメントが報告されている。そこで本研究では教育実習後に実習生に対して質問紙調査を行い、実習中の精神的つらさ、体力的つらさ、充実感、ハラスメントの有無などについて明らかにしようと試みた。分析の結果、精神的つらさや体力的つらさのパターンは実習生によってさまざまであるが、部分的にはかなり高いレベルのつらさを感じていたことが明らかとなった。一方、実習が進行していくにつれて充実感が大きくなっていく傾向も見られた。またハラスメント被害は認められなかったが、退出時間がかなり遅くなったケースや土日でも休みなく出勤するなどのケースが認められた。

## 1. 問題

## 1. 1 はじめに

近年、学校教員の疲労感・負担感の多さや精神疾患の増加がしばしば報道されるが<sup>1)2)</sup>、教員だけでなく学校で数週間の実習を行う教育実習生も疲労感・負担感が増えているように思われる。筆者らは大学における教職課程のスタッフとして、実習生が実習しているところのしばしば観察・指導に行くが、その際にも実習生が疲れ切っている姿を見かけることがある。ときには疲れと混乱で心ここに在らずといったような者もいる。また実習後、大学に戻ってきたときにも、充実した実習だったと話す一方で、疲れきった顔をしている者も多い。実習後体調

を崩す学生も散見されるし、過去には実習中に心理的バランスを崩し、教育実習を中断した例も存在する。また教育実習後の実習生への調査を行い、「多様な業務をしている教師という仕事について、ほとんどの教育実習生が、やりがいはあるが、とても大変な仕事もしくは体力、精神力のいる仕事だと感じている」ことを報告している研究もある<sup>3)</sup>。教育実習は学生にとって一つの試練の場であると言えるだろう。

もちろん、いわば「見習い」である実習生が心理的・体力的に十分な余裕をもって実習を行うなどはできようはずもなく、精いっぱい努力して行動し、一生懸命に学ばなければならないのは当然である。ある程度の疲労感・負担感を持つのはまったく当たり前のことであり、そのことに問題があるとは考えていない。しかしながら近年、教育実習生の疲労感・負担感のレベルが全体的に高まっているように感じられ、一部の実習生は危険な水準に達しているようにも思われる。実習生が行うこととしては、実習校の概要理解、授業見学、授業準備、指導案作成、授業、実習録の記入、給食指導、清掃指導、ホームルーム指導、部活動への参加、職員会議へのオブザーバー参加(許された場合のみ)などがあり、要領を得ない彼らにとってはかなりの仕事量であるといえる。また学校からの退出も毎日深夜になったり、休日も一日中部活動の指導をしたりすることも少なくない。中にはコ

連絡先：戸塚唯氏 ttozuka@cis.ac.jp

1) 千葉科学大学教職課程

*Professional Teaching Course, Chiba Institute of Science*

2) 千葉科学大学危機管理学部環境危機管理学科

*Department of Environmental Risk and Crisis Management, Faculty of Risk and Crisis Management, Chiba Institute of Science*

3) 千葉科学大学 学外連携ボランティア推進室

*Collaboration outside the University and Volunteer Promotion Office, Chiba Institute of Science*

(2015年9月19日受付, 2015年12月4日受理)

コミュニケーションが苦手な生徒とうまく打ち解けあえない実習生や、指導教員と性格的に合わないと訴える実習生もおり、そのような実習生は仕事量のみならず人間関係で疲れきってしまうこともある。さらに筆者らの勤務する千葉科学大学(以下、本学)の場合、ほとんどの教育実習は6月前後に行っており、気温が高い時期であることも疲労を増加させていると考えられる。

さらに近年、実習生へのハラスメントの問題も浮上している。本学でそのような例があったわけではないが、教育実習におけるハラスメントについては多くの事例が報告されている<sup>4)</sup>。例えば、実習校教員や生徒からのセクシャルハラスメントやパワーハラスメント、担当教員の過度に厳しい指導(深夜までの拘束等)、理不尽な対応(教育実習とは関係のないレポートを課される等)が挙げられており、このようなことが生じたならば、実習生の精神的負担が倍加するだろうことが容易に想像できる。

学生からの疲労、負担感、精神的なつらさは、学生自身の甘えや能力の低さから来ている部分も相当あると考えるが、それでも近年の実習生の仕事量、勤務時間は以前よりも大きくなっている。また他大学の事例ではあるが、実習生がハラスメントに遭ったという話も耳にするようになった<sup>4)</sup>。学生を送り出す大学側としても、学生の疲労・負担・ハラスメント被害を減じるような方策をとる必要がある。近年、教員の燃え尽き症候群をはじめとした精神疾患の増加が指摘されているが、前途ある学生が教員になる前の段階で燃え尽き、意欲の喪失が生じるようなことがあってはならない。

大学としてどのような方策がとれるかを考えるためにも、実習生が教育実習のどの時点で、どのような場面に関して、どの程度の疲労感・負担感を感じているかを調査する必要がある。そこで筆者らは、本学の教育実習生を対象に、教育実習中の負担感・疲労感に関する調査を実施することとした。

ところで、教育実習における実習生の疲労を扱った研究はいくつか散見される。大阪府の小学校で教育実習を行った者を対象とした研究<sup>5)</sup>では、実習生は実習中に身体的にも精神的にも大きな負荷がかかった状況にあり、特に実習最終日にそれが高まる傾向にあったことが報告されている。また、明治大学における教育実習に関する研究<sup>6)</sup>では、3週間の実習を終えた実習生が非常に苦しい経験をしたと述べていたことが報告されている。これらの研究の結果は実習生の疲労・負担感が大きいことを明示しており興味深い。ただ、実習先が小学校である点や実習生の担当教科がさまざまである点など、本学と状況が異なって部分も多い。また実習生の出勤時間や退出時間、休日の過ごし方などについての報告はない。そのため本学の実習生の状況を正確に知るためには、実際に

本学学生のデータを測定・分析する必要がある。

## 1. 2 千葉科学大学の教職課程

本研究は千葉科学大学の教育実習生への調査研究であるので、ここで千葉科学大学の教職課程について説明しておきたい。千葉科学大学は2004年4月に学校法人加計学園の3つ目の大学として千葉県銚子市に開設された。開学時から教職課程が置かれ、当時は危機管理学部防災システム学科で情報(高校)が、同学部環境安全システム学科で理科(中・高)が、同学部危機管理システム学科で情報(高校)の教員免許を取得できた。その後、改組や新学部創設などがあり、情報の免許課程は廃止され、現在では薬学部生命薬科学科で理科(中・高)が、危機管理学部環境危機管理学科で理科(中・高)が、同学部動物危機管理学科で理科(中・高)が、看護学部看護学科で養護教諭の教員免許が取得できる。本学で教員免許を取得した学生の数はさほど多くないかもしれないが、環境危機管理学科に3年前に理科教員コースができて以来教員を目指す学生が多くなり、他学科の学生も教職により興味を持つようになってきた。また、教員になった卒業生が近隣の学校に赴任し始めたことにより、少しずつではあるが地域に教員養成をする大学として認知されてきている。

本学の教育実習は4年次に行っており、平成27年度(2015年度)の教育実習では全18名が5月から7月初旬に実習に赴いた。

## 2. 方法

### 2. 1 調査対象者

調査の時期は2015年7月中旬である。調査対象者は2015年度に教育実習に赴いた千葉科学大学4年生であり、全員(18名:男性12名、女性6名)から回答を得た。高等学校で実習をした者が3名、中学校で実習した者が15名である。調査は大学の講義時間内に集散的に実施した。質問紙のタイトルは「教育実習に関する実態調査」であり、無記名で行った。回答に要した時間は概ね10分程度であった。

### 2. 2 測定項目

1. 出勤時間(平均):実習中の平均的な出勤時間を記入させた。
2. 出勤時間(最早):実習中、最も早く出勤した時間を記入させた。
3. 出勤時間(最遅):実習中、最も遅く出勤した時間を記入させた。
4. 退出時間(平均):実習中の平均的な退出時間を記入させた。
5. 退出時間(最早):実習中、最も早く退出した時間を

記入させた。

6. 退出時間(最遅):実習中、最も遅く退出した時間を記入させた。

7. 通勤手段:「主要な通勤手段は何でしたか」という表現で尋ね、徒歩、自転車、電車、バス、自家用車(自分が運転)、自家用車(家族等が運転)の選択肢の中から当てはまるものにすべて○をつけさせた。

8. 通勤時間:「通勤時間はどのくらいでしたか?」という表現で尋ね、回答させた。

9. 実習中の精神的つらさ:「実習中、日々どのくらい精神的につらかったですか?」下の表は横軸が実習期間、縦軸が精神的つらさを意味します。左の例のように、実習中の自分の精神的なつらさを記入してください。なお、表には土日は入っていないので注意してください」という表現で尋ねた。縦軸には上から「かなりつらかった」「ややつらかった」「どちらでもない」「やや余裕があった」「かなり余裕があった」とラベルが付されており、縦には13のセル、横には15のセルがあった(補助資料1を参照)。回答は、表中に線を引いてもらうことで行った。データは次のようにコード化した。例えば第1週月曜日の部分(表中の一番左列)について、被調査者が回答した線が1番下のセルの中を通っている場合には1を、その上のセルを通っている場合には2をというような規則を使用した。最高点は各13である。下から1セル目と2セル目の間の補助線上に被調査者の回答の線が描かれている場合には、2としてコード化した。他の補助線上的場合もそれに準じた。このようなコード化を第1週火曜日から第3週金曜日についても行ったため、「精神的つらさ」については各人15個の数値データが得られた。

10. 実習中の精神的つらさ:「実習中、日々どのくらい体力的につらかったですか?」下の表は横軸が実習期間、縦軸が体力的つらさを意味します。左の例のように、実習中の自分の体力的なつらさを記入してください。なお、表には土日は入っていないので注意してください」という表現で尋ねた。コード化の仕方は精神的つらさと同様である。

11. 実習中の充実感:「実習中、日々どのくらい充実感を感じていましたか?」下の表は横軸が実習期間、縦軸が充実感の程度を意味します。左の例のように、実習中の自分の充実感を記入してください。なお、表には土日は入っていないので注意してください」という表現で尋ねた。コード化の仕方は精神的つらさと同様である。

12. 退出後の時間の使い方:「実習期間中、実習校を退出した後、夕方から夜にかけてどのように過ごしていましたか?」という表現で尋ね、自由記述で回答させた。

13. 土日の時間の使い方:「実習の間の土曜日・日曜日はどのように過ごしていましたか?」という表現で尋ね、自由記述で回答させた。

14. 教職員からのハラスメント:「実習中および実習の前後に、実習校の教職員から嫌だと思ふ行為(暴言、いやがらせ、セクシャルハラスメント等)を受けましたか?」という文章で尋ね、「はい」か「いいえ」の選択肢を選択することで回答させた。なお、「はい」を選択した者には、矢印で「それはどのようなものでしたか」という項目に誘導し、回答させた(自由記述)。

15. 生徒からのハラスメント:「実習中および実習の前後に、実習校の生徒から嫌だと思ふ行為(暴言、いやがらせ、セクシャルハラスメント等)を受けましたか?」という文章で尋ね、「はい」か「いいえ」の選択肢を選択することで回答させた。なお、「はい」を選択した者には、矢印で「それはどのようなものでしたか」という項目に誘導し、回答させた(自由記述)。

16. 困ったこと:「実習中および実習の前後、困ったことはありましたか(例:処理しきれないほどの仕事を課された、プライベートな連絡先を聞かれた、深夜まで居残りを指示された等)?」という文章で尋ね、「はい」か「いいえ」の選択肢を選択することで回答させた。なお、「はい」を選択した者には、矢印で「それはどのようなものでしたか」という項目に誘導し、回答させた(自由記述)。

17. 指導教員との相性:「指導担当の方と相性は良かったと思いますか?」という文章で尋ねた(5件法:良かった5点-良くなかった1点)。

18. 自身の成長:「実習を通してあなたは自分が教員として成長できたと思いますか?」という文章で尋ねた(4件法:とても成長できた4点-全く成長できなかった1点)

19. 指導教員への感謝:「あなたは、実習校の指導担当の方に感謝していますか?」という文章で尋ねた(4件法:とても感謝している4点-全く感謝していない1点)。

20. 課外活動への参加:「実習中、放課後、課外活動に参加しましたか?」という文章で尋ねた(順序尺度:ほぼ毎日参加した4、週3日程度参加した3、週1日程度参加した2、ほとんど参加しなかった1)。

21. 実習先:「あなたの実習校は中学校でしたか、高校でしたか?」という文章で尋ね、「中学校」あるいは「高校」の選択肢を選ばせた。

22. 性別:被調査者の性別を回答させた。

23. 指導教員の性別:「実習校におけるあなたの指導担当の性別を教えてください」という文章で尋ね、「男性」あるいは「女性」の選択肢を選ばせた。

### 3. 結果と考察

#### 3.1 出勤時間と退出時間

出勤時間(平均)のMは7:24であった。出勤時間(最早)のMは7:04、もっとも時間の早かった回答は6:

00であった。出勤時間(最遅)<sup>注1)</sup>のMは、7:35、もっとも時間の遅かった回答は8:00であった(表1)。ほとんどの学校の始業時間が8:00であることを考えれば、出勤時間(平均)のMが7:24であるのは順当な結果であろう。6:00に出勤しているケースは部活動の指導のためだと思われるが、実習校まで時間がかかる実習生や便数の少ない公共交通機関を使っている実習生には厳しい時間であると言える。

退出時間(平均)のMは19:30であった。退出時間(最早)のMは17:52、もっとも時間の早かった回答は17:00であった。退出時間(最遅)のMは、21:23、もっとも時間の遅かった回答は23:15であった(表2)。文部科学省の最近の調査によると<sup>1)7)</sup>、中学校教諭の平均在校時間は12時間6分である。前述の出勤時間(平均)の7:24にこの時間を足すと、ちょうど退出時間(平均)の19:30であった。高等学校で実習をした者も3名いるので、この値はおおまかな目安に過ぎないが、この結果は実習生が学校教員とおおむね同じ時間勤務していたことを示しているといえる。12時間以上の勤務というのは、比較的時間に余裕のある生活をしている学生にとってはいささか厳しい環境であるかもしれない。また、23:15に退出しているケースもあったが、このように遅い退出時間であると犯罪被害の懸念がある。実習校の中には、比較的ひとけの少ないところに位置しているものもあり、終電・終バスが早いところも多い。特に女性の実習生にとっては問題である。今後は、『実習前にあらかじめ大学から実習校に対して「実習生の退出時間の限界を20時までにして欲しい」などと希望を出しておく②実習生に「20時以降は実習校に残ってはいけない」

と伝えておく等の対応が必要であると考える。

### 3. 2 通勤手段と通勤時間

通勤手段で最も多かったのは徒歩で8名、次いで自家用車(家族等が運転)で6名であった。自転車が5名、電車が4名、バスが1名、自家用車(自分が運転)が1名であった。通勤時間のMは18.06分であり、最も短かったケースは5分、最も長かったケースは40分であった。家族等に車で送り迎えしてもらっていたケースが比較的多かったが、これは農村部・山間部の公共交通機関があまり使えない母校で実習した学生が数名いたためだと思われる。実習生のみならず、送り迎えをする家族にも一定の負担がかかっている事実がうかがえる。

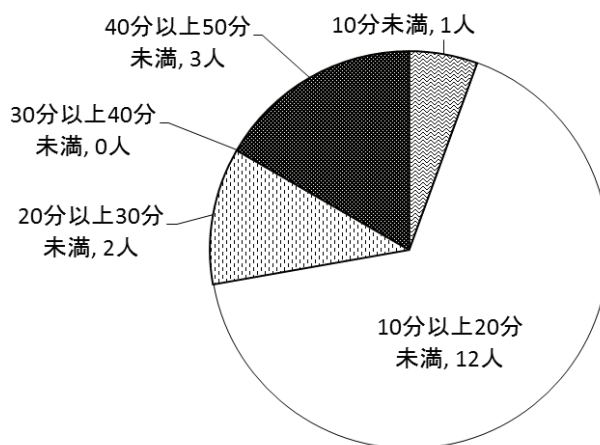


図1. 実習生の通勤時間 (人数)

表 1. 実習生の出勤時間

	6:00	6:15	6:30	6:45	7:00	7:15	7:30	7:45
平均	-6:14	-6:29	-6:44	-6:59	-7:14	-7:29	-7:44	-8:00
最も早かったとき	1		1	5	3	5	3	
最も遅かったとき					1	3	7	6

注:表中の数値は人数。学校行事により半休のケースは欠損値とした。

表 2. 実習生の退出時間

	16時台	17時台	18時台	19時台	20時台	21時台	22時台	23時台
平均		1	5	6	3	2	1	
最も早かったとき	2	7	5	2	1			
最も遅かったとき			1	1	3	4	6	3

注:表中の数値は人数。学校行事により半休のケースは欠損値とした。

### 3. 3 実習中の精神的なつらさ

第1週の月曜日から第3週の金曜日までの精神的つらさのMとSDを表3に示す。これによるとおおむね第1週はさほど得点が高くないが、第2週半ばからその程度が高まり、第3週目半ばにピークがあり、最終日にはつらさが減じているように見える。ただし個々の回答をみると、精神的つらさの推移は実習生ごとにかなり異なっており、平均で実態を推測するのは危険であると考えた。そこで個々の回答の線のタイプによって大まかに分類し、精神的つらさの推移のパターンを確認しようと試みた(表4、図2)。その結果、平均で見た場合とは異なり、逆U字で推移していた者が最も多かった。「実習のはじ

表 3. 精神的つらさ

	曜日	M	SD
第1週	月	8.61	(3.34)
	火	7.94	(2.93)
	水	7.78	(3.12)
	木	7.67	(3.11)
	金	8.33	(3.23)
第2週	月	8.78	(3.05)
	火	9.06	(3.19)
	水	8.94	(3.05)
	木	9.22	(2.99)
	金	9.28	(2.98)
第3週	月	9.12	(2.63)
	火	9.71	(2.97)
	水	9.94	(3.17)
	木	9.44	(3.22)
	金	7.33	(3.30)

表 4. 精神的つらさのタイプ

	人数	%
右肩上がり	3	17 %
右肩下がり	2	11 %
U字	3	17 %
逆U字	5	28 %
一貫して高い	3	17 %
一貫して低い	1	6 %
分類不能	1	6 %

注:「一貫して高い」は9点以上の日が15日中13日以上の、「一貫して低い」は3点未満の日が15日中13日以上のカテゴリーである。

めのころには自分で授業をせずに見学していたのでさほどつらさは感じなかったが、自分で行うようになる第2週目にはうまく授業を行うことができない自分にあせってつらく感じ、第3週目では次第に慣れてきて再度つらさが減じた」ように解釈することもできる。一方で、U字や右肩上がり、一貫して疲労感が高いというケースも散見され、精神的疲労のパターンが一様でないことがうかがえた。担当教諭の指導観や指導スタイル、実習生の性格、業務の多さ、精錬授業の日程等によってパターンは変わってくるのだろう。また、被調査者18名中8名が少なくとも1日以上で最高のつらさの水準である13を記しており、実習期間中を通してというわけではないが、部分的にかなりの疲労を感じているようであった。今後は大学から実習校に、「実習生の疲労がかなり大きいような場合には多少の休憩を入れてやってほしい」、「実習生が疲労の極にあるように見える場合には大学に連絡して欲しい」などのように依頼しておくことが必要だろうと考える。

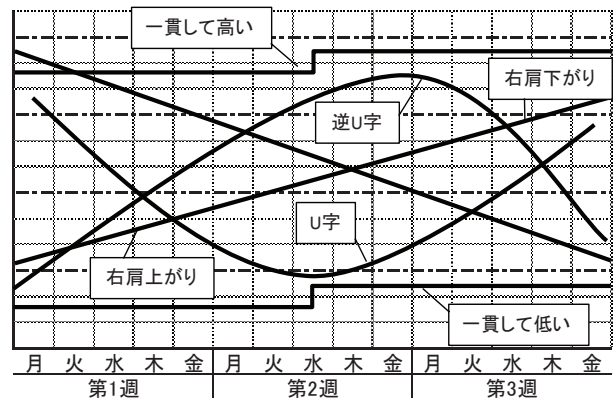


図2. 回答タイプの例

注:「実習中の精神的なつらさ」、「実習中の体力的なつらさ」、「実習中の充実感」は、6つの回答タイプに分類した。この図では各タイプの標準的なあり方を示す。これらのタイプから大きく外れるものは他に分類不能とした。

### 3. 4 実習中の体力的なつらさ

第1週の月曜日から第3週の金曜日までの体力的つらさのMとSDを表5に示す。これによると精神的つらさと同様に、おおむね第1週はさほど得点が高くないが、第2週半ばからその程度が高まり、第3週目半ばにピークがあり、最終日にはつらさが減じていた。次に、個々の回答のタイプによって大まかに分類し、体力的つらさの推移のパターンを確認したところ(表6)、右肩上がりのパターンが最も多かった。実習が経過していくにつれて疲労が蓄積していったのかもしれない。ただ他のパタ

ーンを示した者も多く、一様でないことが示唆された。また少なくとも1日以上で最高のつらさの水準である13をつけたのは18人中2人であり、全体的にいて体力的つらさは精神的つらさよりも水準が低めであることがうかがえた。なお通学時間と体力的なつらさの関連についてもデータを精査したが、サンプルが少ないこともあり、明確な関連は見いだせなかった。

### 3. 5 実習中の充実感

第1週の月曜日から第3週の金曜日までの充実感の*M*と*SD*を表7に示す。これによると精神的つらさや体力的つらさとは異なり、実習が経過するほどに充実感が高

まっていることが示唆された。

次に、個々の回答のタイプによって大まかに分類して充実感の推移のパターンを確認したところ(表8)、右肩上がりのパターンが最も多く、18人中10名がそのパターンであった。多くの実習生は精神的つらさや体力的なつらさを多く経験する一方で、日々教職の面白さややりがいも感じていったことがうかがえる。特に最終日には13名が最高の充実感の水準である13あるいはその1つ下の12の回答をしており、満足して教育実習を終えたことが示唆される。

一方、1人のみではあるが、充実感が低いまま推移した者がいた(全日とも最低の充実水準である1で回答されて

表 5. 体力的つらさ

	曜日	<i>M</i>	<i>SD</i>
第1週	月	7.33	(3.30)
	火	7.44	(3.02)
	水	7.28	(3.56)
	木	7.94	(3.63)
	金	7.94	(3.46)
第2週	月	7.11	(3.41)
	火	7.33	(3.65)
	水	7.61	(3.59)
	木	8.06	(3.52)
	金	8.61	(3.55)
第3週	月	8.29	(3.43)
	火	9.06	(3.52)
	水	9.50	(3.10)
	木	9.28	(3.41)
	金	8.06	(3.57)

表 7. 充実感

	曜日	<i>M</i>	<i>SD</i>
第1週	月	8.11	(3.30)
	火	8.67	(2.69)
	水	8.78	(2.78)
	木	8.78	(2.95)
	金	9.11	(3.05)
第2週	月	8.67	(3.07)
	火	8.89	(3.16)
	水	9.22	(3.12)
	木	9.22	(3.14)
	金	9.28	(3.16)
第3週	月	9.06	(3.10)
	火	9.94	(2.98)
	水	10.22	(3.10)
	木	10.83	(3.15)
	金	11.06	(3.06)

表 6. 体力的つらさのタイプ

	人数	%
右肩上がり	6	33 %
右肩下がり	1	6 %
U字	5	28 %
逆U字	2	11 %
一貫して高い	1	6 %
一貫して低い	1	6 %
分類不能	2	11 %

注:「一貫して高い」は9点以上の日が15日中13日以上、「一貫して低い」は3点未満の日が15日中13日以上のカテゴリーである。

表 8. 充実感のタイプ

	人数	%
右肩上がり	10	56 %
右肩下がり	0	0 %
U字	4	22 %
逆U字	0	0 %
一貫して高い	1	6 %
一貫して低い	1	6 %
分類不能	2	11 %

注:「一貫して高い」は9点以上の日が15日中13日以上、「一貫して低い」は3点未満の日が15日中13日以上のカテゴリーである。

いた)。回答ミスである可能性もあるが、本当に充実感がこれほど低かった実習生がいたのだとすれば問題であり、何が原因であったのか明らかにすべきと考える。今後、別の視点も含めた調査を改めて行い、検討してみたい。

### 3. 6 退出後および土日の時間の使い方

退出後の時間の使い方についての自由記述を表9に、土日の時間の使い方についての自由記述を表10にまとめた。前者についてはおおむね授業準備に使われており、体調管理にも気を使っていたことがうかがえた。あまり余裕は感じられず、中には2時間弱しか寝られなかったと書いている者もいた。土日についても授業準備に費やされることが多かったようである。18人中5名は部活動指導のために学校に赴いていた。部活動指導でなく学校に行った者も1名いた。一部に積極的に気分転換を行った者もいたが、全体的にあまり余裕は感じられなかった。

### 3. 7 実習中の課外活動への参加

「ほぼ毎日参加した」9名、「週3日程度」4名、「週1日程度」5名、「ほとんど参加しなかった」0名であった。実習生の部活動指導への参加は、非常によい経験になると考えられ、推奨されるべきであるが、ほぼ毎日参加というのはやや行き過ぎの感がある。中には土日でも部活動指導を行っていた者もあり、精神的・体力的つらさに繋がっていた可能性もある。短い期間しか実習できない実習生にとって、学校の様々な側面を貪欲に経験していくことは重要であるが、メンタル面で弱いあるいは体力的に弱い実習生の場合、心理的バランスを崩してしまう可能性も考えられる。課外期間中はともかく、実習生の土日の部活動指導は控えさせた方がよいかもしれない。

### 3. 8 実習中のハラスメント被害や困ったこと

教職員からの嫌だと思ふ行為を受けたかどうかについては、「はい」2名、「いいえ」16名であった。「はい」を選択したうちの1名は自由記述欄に、出勤簿のつけ方について批判されて不服に思った旨を記載していた。もう1人は何も書いていなかった。今後は我慢できないと思ったら大学に連絡させ、大学教員を間に挟んで解決するという流れを強めていきたい。もちろん、正当な理由があつて指導教員がしたことを実習生が嫌がらせと曲解してしまうケースも多いだろうが、実習生と指導教員の人間関係がこじれる前に第三者が介入する方がよいだろうと考える。

生徒から嫌だと思ふ行為を受けたと回答した者も1名存在したが、その自由記述は「バイトのことをたくさん聞かれた」であり、実習生がわずらわしさを感じたのだとしても、そのレベルはさほど高くないと推測された。

実習中に困ったことがあったかという質問については、

2人が「はい」と回答しており、その自由記述は、「初めは3年生の担当だったが、2週目の月曜になって2年生も担当することになった。週明けになっていきなり担当することになったので、対応することができなかった」と、「プライベートの連絡先を聞かれた(断った)。家族構成・住所の質問(ただ、困ったわけではありません)。深夜居残りあり。ボディタッチの多い生徒がいた(女子)。(筆者注：この回答は女性のもの)」というものであった。前者は突然の業務についてであり、実習生の戸惑いも理解できるが、一般的によくある程度の業務の変更であるといえる。後者については、連絡先や家族構成を聞かれたとのことだが、どのような必要性、文脈で言われたかによってそれが問題であるかどうかが決まるが、実習生は適切に対応できたように感じられる。

### 3. 9 指導教員と相性、性別の異同、感謝

指導教員との相性は  $M = 4.22$ ,  $SD = 0.98$  (5件法。回答段階のラベルは5点が「良かった」、4点が「やや良かった」)であり、実習生はおおむね良い関係を築けていたと考えられる。実習生と指導教員の性別の異同については、同性ペアであることが多かったが、異性ペアも5例存在した(男性実習生と女性指導教員2例、女性実習生と男性指導教員3例)。やや気になったのは女性実習生と男性指導教員のペア3例のうち、2例において実習生が回答した相性の得点が低かった(どちらも2で回答されていた。回答段階のラベルは「あまり良くなかった」)ことである。他の組み合わせでこれほど低い回答はなかった。本研究はサンプル数が少ないため、統計的な検討ができず、女性実習生と男性指導教員のペアの相性が、他の組み合わせペアよりも相性が悪い傾向があるとは断言できないが、今後このようなペアが生じたときには注意しておきたい。

一方、教員への感謝については  $M = 3.83$ ,  $SD = 0.37$  (4件法。回答段階のラベルは4点が「とても感謝している」、3点が「やや感謝している」)であり、軒並み高く評定されていた。教育実習生を引き受けることは、現場の教員にとって非常に大きな負担であるのは間違いなく、教員は多くの仕事を引き受けることになるが、実習生はそれを理解し感謝したことがうかがえる。

### 3. 10 教員としての成長

教員としての成長については  $M = 3.83$ ,  $SD = 0.37$  (4件法。回答段階のラベルは4点が「とても成長できた」、3点が「やや成長できた」)であり、18人中16人が4点をつけており、他の2人は3点をつけていた。実習生たちは多くの困難に直面しながらも、努力してそれらを乗り越えることによって自分に一定の成長があったと感じることができたのだろう。

表 9. 退出後の時間の使い方

- 
- ・家に帰り、次の日の授業の準備や日誌へのコメントを返していました。
  - ・1週目は指導案等を作成して、1日4時間くらい寝ていた。2週目は忙しすぎてあまり記憶がない。1日2時間も寝れなかった。3週目は少し余裕が出てきて、多くの時間を教材研究に充てることができた。
  - ・次の日の準備
  - ・次の日の授業の略案作成
  - ・自宅に帰り、夜飯を食べた後、授業計画を立てた。
  - ・ほぼ夕方に帰ることはなく、夜に帰っていたが、次の日の準備等行っていた。
  - ・授業の準備
  - ・指導案の作成、プリント作り
  - ・教科書を読んだり雑学あつめをしていた。
  - ・次の日の授業の準備
  - ・次の日に授業が新しい単元のときは授業準備をしっかりと、すでに行った単元のときはなるべく早く寝られるようにして次の日に備えた。
  - ・夕食を食べて風呂に入りすぐ就寝
  - ・実習校から家にすぐ帰宅。夕飯を食べて、実習日誌を書いて、次の日の準備をして寝る。
  - ・夕食を食べた後、指導案等の整理をした後に、就寝。起きた後、資料等の作成・印刷等を行った。
  - ・次の授業の教材研究
  - ・1日の反省や体調管理のために早めに就寝した。
  - ・次の日の授業準備を行って、急いで夕食を食べてできるだけ睡眠を確保するようにしました。
  - ・早く寝て次の日早く(4:00)起きて指導案を作った。
- 

表 10. 土日の時間の使い方

- 
- ・地域の運動会に行ったり、友だちと遊んだりしてリフレッシュしていました。
  - ・土日も、多くの時間を教材研究に充てていた。また、少し外出するなどをして気分転換を行った。
  - ・次の週の確認と準備
  - ・次の週の授業把握・略案作成
  - ・土曜日は午前授業があり、午後からは部活動に参加した。日曜日にも部活動に参加し、午後に部活を切り上げ、授業の準備とプライベートの時間を過ごしていた。
  - ・指導案作成、実習準備
  - ・授業の準備
  - ・指導案の作成
  - ・教材の準備に学校へ行っていた。
  - ・授業準備。研究授業の指導案作成
  - ・授業準備が終わっていなければそれを終わらせ、それ以外の時間は普通の休日を過ごした。
  - ・常に学校に行き、指導案、部活指導
  - ・最初の土日は土曜授業と部活の行事に参加。1日パレードで外。2週目の土日も部活指導。
  - ・指導案の作成等に力を入れていた。
  - ・教材研究。板書計画作成
  - ・部活動への参加。採用試験のための勉強。実家の手伝い。
  - ・土曜日は部活に行き、日曜は次の週の授業準備を主に行っていました。
  - ・部活に行った。バイトをした。
-



### 3. 11 まとめと総合考察

本研究で得られた主要な知見は以下の通りである。①精神的つらさのパターンは一様でなく、実習中一貫してというわけではないが、部分的にはかなりのレベルの疲労を感じていた。②体力的つらさについてもパターンは色々であったが、基本的に実習後半になるにつれより体力的につらいと感じる実習生が多くなった。③ほとんどの実習生は実習後半になるほど充実感を感じていた。④実習生は、退出後や土日も授業準備や部活動指導に時間を取られており、余裕は感じられなかった。⑤ハラスメントについては深刻なものではなかったが、実習生が一定の不快感を感じるレベルのものがあった。⑥指導教員との関係については、一部を除いておおむね良好であった。⑦実習生は実習を通して、自分が成長したと強く感じていた。

上述の結果から、全体的に実習生が高いレベルの疲労・緊張感を経験していることが明らかとなった。一般的な実習生にとって、乗り越えられないほどのものとは思わないが、メンタル面で弱かったり、体力がなかったり、あるいは教授能力や人間関係力が低い実習生であれば、実習中止に追い込まれる場合があるかもしれない。前途ある若者が精神疾患を発症したり、深刻な自信喪失に陥ったりすることは可能な限り防がなければならない。これまでも様々な対策は取ってきたが、今後、以下のような対策を上乗せすることを考えていきたい。①1～3年生の段階でハラスメントや人権についての知識を増加させる。②嫌だと思ふことについて、穏やかな表現・口調で適切に主張する「アサーショントレーニング」をはじめとした実践的コミュニケーション訓練を増加させる。③事前指導の際、実習中にトラブルがあったり深刻なつらさを感じた場合には、大学教員に連絡するよう伝え、そのような場合には大学教員が関係する形で解決を目指すことを伝える。④事前に大学から実習校に対して深夜までの居残りや土日の出勤をできるだけ控えてもらうよう希望しておく。

上述のような対策を取ることによって、教育実習における実習生の負担をある程度低下させることができるだろう。今後、このような調査を継続的に行い、実習生の負担感の水準を注視していきたい。また埼玉大学の教育実習生に対して行われたメンタルヘルス支援に関する調査<sup>8)</sup>では、実習生が気軽に相談できる機関の整備や先輩学生の体験を聞く機会、実習校に関する情報提供が、実習生のメンタルヘルス維持に重要であると明らかにされており、これらの点についても今後考慮していく必要があるだろう。また本研究ではサンプルの少なさから検討できなかったが、中学校における実習と高等学校における実習の違いについても今後検討が必要である。中学校と高等学校では、出勤退勤時間、コミュニケーションスタイル、仕事内容など様々な面で異なっており、実習生

が受ける疲労感や充実感等も異なっている可能性がある。

教育実習を引き受けることは学校側の義務ではなく、実習生や大学からの依頼を受けて行っていることである。多くの負担があるにもかかわらず実習校は善意で受け入れてくれているのであり、そのためこれまで実習生が権利を主張したり、大学側が教育実習の内容について要望したりということはあまりなされてこなかった。しかしながら教育や人権、教師像についての考え方が多様化している現代においては、様々な考えを持つ学生や学校教員が存在しており、昔日に比べ色々なトラブルが生じやすくなっている。このようなリスクが高まっている中では大学側も旧態依然のままではあってはならず、実習生の心身の健康や人権を守るために、実習校の協力を仰ぎつつ様々な新しい対応をしていかなければならないと考える。

#### 注

注1 被調査者の1人は、特別な学校行事があったために出勤時間(最遅)が10:00、退出時間(最早)が12:00になったが、このデータは例外とみなせるため、計算から除外した。

#### 参考文献

- 1) 朝日新聞: 保護者の苦情対応や研修報告書、先生の7割「負担」、朝日新聞、朝刊、1総合面、2015-07-29.
- 2) 文部科学省: 平成25年度学校基本調査(確定値)の公表について、2013. [http://www.mext.go.jp/b\\_menu/toukei/chousa01/kihon/kekka/k\\_detail/1342607.htm](http://www.mext.go.jp/b_menu/toukei/chousa01/kihon/kekka/k_detail/1342607.htm), (参照2015-09-03).
- 3) 小山茂喜: 2008 教育実習にかかわるアンケート調査からみた教職課程改善への視点、信州大学全学教育機構教職教育部紀要、1、65-97.
- 4) 内海崎貴子: 2012 教育実習ハラスメント内容と対応. 千葉県茨城県私立大学教職課程研究連絡協議会第1回研究会参考資料.
- 5) 東庸介、鉄口宗弘、難波康太、三村寛一、安部恵子: 教育実習における身体的・精神的疲労について. 大阪教育大学紀要第IV部門、60、121-126、2011.
- 6) 西村英之: 本校における教育実習の現状とその意義—教法改正を機に—. 明治大学教職課程年報: 22、61-67、2000.
- 7) 文部科学省: 「学校現場における業務改善のためのガイドライン」の公表について、2015. [http://www.mext.go.jp/b\\_menu/houdou/27/07/1360291.htm](http://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/27/07/1360291.htm), (参照2015-11-01).
- 8) 尾崎啓子: 2006 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、埼玉大学総合研究機構、総合研究機構研究プロジェクト研究成果報告書、4(17年度).



○実習中、日々どのくらい体力的につらかったですか？ 下の表は横軸が実習期間、縦軸が体力的つらさを意味します。左の例のように、実習中の自分の体力的つらさを記入してください。なお、表に土日が入っていないので注意してください。

	第1週							第2週							第3週						
	月	火	水	木	金	月	火	水	木	金	月	火	水	木	金	月	火	水	木	金	
かなりつらかった																					
ややつらかった																					
どちらでもない																					
やや余裕があった																					
かなり余裕があった																					

- かなりつらかった
- ややつらかった
- どちらでもない
- やや余裕があった
- かなり余裕があった

○実習中、日々どのくらい充実感を感じていましたか？ 下の表は横軸が実習期間、縦軸が充実感の程度を意味します。左の例のように、実習中の自分の充実感を記入してください。なお、表に土日が入っていないので注意してください。

	第1週							第2週							第3週						
	月	火	水	木	金	月	火	水	木	金	月	火	水	木	金	月	火	水	木	金	
かなり充実していた																					
やや充実していた																					
どちらでもない																					
やや充実していなかった																					
まったく充実していなかった																					

- かなり充実していた
- やや充実していた
- どちらでもない
- やや充実していなかった
- まったく充実していなかった

○実習期間中、実習校を退出した後、夕方から夜にかけてどのように過ごしていましたか？

○実習の間の土曜日・日曜日はどのように過ごしていましたか？

○実習中および実習の前後に、実習校の教職員から嫌だと思ふ行為（暴言、いやがらせ、セクシャルハラメント等）を受けましたか？ どちらかに○をつけてください。

- はい
- いいえ

└───> 「はい」を選択した方へ      それほどのようなものでしたか

○実習中および実習の前後に、実習校の生徒から、嫌だと思ふ行為（暴言、いやがらせ、セクシャルハラメント等）を受けましたか？ どちらかに○をつけてください。

- はい
- いいえ

└───> 「はい」を選択した方へ      それほどのようなものでしたか

○実習中および実習の前夜、困ったことはありませんか（例：処理しきれないほどの仕事を課された、プライベートな連絡先を聞かれた、深夜まで居残りを指示された等）？ どちらかに○をつけてください。

はい  
いいえ

→ 「はい」を選択した方へ それはどのようなものでしたか

○指導担当の方と相性は良かったと思いますか？ どれか1つに○をつけてください。

良かった    やや良かった    普通    あまり良くなかった    良くなかった

○実習を通してあなたは自分が教員として成長できたと思いますか？ どれか1つに○をつけてください。

とても成長できた    やや成長できた    あまり成長できなかった    全く成長できなかった

○あなたは、実習校の指導担当の方に感謝していますか？

とても感謝している    やや感謝している   それほど感謝していない    全く感謝していない

○実習中、放課後、課外活動に参加しましたか？

ほぼ毎日参加した    週3日程度参加した    週1日程度参加した    ほとんど参加しなかった

○あなたの実習校は中学校でしたか、高校でしたか？ どちらかに○をつけてください。

中学校    高校

○あなたの性別を教えてください。

男性    女性

○実習校におけるあなたの指導担当の性別を教えてください。

男性    女性

ありがとうございました