

# 保育者の精神的健康に関する系統的レビュー

水野 雅之<sup>1)</sup>・菅原 大地<sup>2)</sup>・谷 秀次郎<sup>3)</sup>

Systematic review of research on mental health of childcare workers

Masashi MIZUNO・Daichi SUGAWARA・Shujiro TANI

## 要旨

本研究の目的は、保育者の精神的健康についての研究知見を整理し、今後の研究の展望を得ることである。保育者のストレスとストレス反応、バーンアウト、リアリティショック、離職に関する研究について、系統的レビューを実施した。論文検索の結果、174件の文献情報を入手し、42件をレビューに含めた。収集された研究は、ストレスとリアリティショックを含む「保育者のストレス」とバーンアウトと退職、その他のストレス反応を含む「保育者のストレス反応」の2つに分類された。多様なストレスがバーンアウトやストレス反応を高め、特に、職場環境のストレスが退職につながっていた。また、リアリティショックは質的研究が多く、今後、量的な研究を実施する余地があった。最後に今後の研究に関する4つの展望について議論された。

キーワード：保育者、精神的健康、ストレス、バーンアウト、系統的レビュー

## 1. 問題と目的

### (1) 保育者の精神的健康

保育士や幼稚園教諭（以下、保育者とする）の精神的健康の維持や向上に関心が集まっている。元来、保育職は、労働者自身の感情管理が求められる感情労働である<sup>1)</sup>ことから、対人援助職に典型的なストレス症状であるバーンアウトの危険性が常に伴う。バーンアウトとは、極度の身体疲労と感情の枯渇を示す症候群と定義され<sup>2)</sup>、離職を予測することが明らかにされている<sup>3)</sup>。そのため、これまでにどのような要因がバーンアウトにつながるのかについて、多くの研究が実施されてきた。

また、保育者の精神的健康に関する研究では、ストレスとストレス反応の観点からも研究がなされてきた。保育士のストレスイベント（ストレス）は、曝露時間が限定されたイベン

トではなく、慢性的に維持されるイベントであることが指摘されている<sup>4)</sup>。慢性的なストレスはより重篤なストレス反応を導く可能性があり、保育者は精神的健康を損なうリスクが高い職業であると言える。

若手の保育者の精神的健康に関しては、リアリティショックの観点から研究が進められてきた。リアリティショックとは、新卒の専門職者が、数年間の専門教育・訓練を受け、卒業後の実践活動への準備をしてきたにも関わらず、実際に職場で仕事を始めると、予期せぬ苦痛や不快さを伴う現実に出くわして、身体的・心理的・社会的に様々なショック症状を示す現象のことである<sup>5)</sup>。リアリティショックのような期待と現実のギャップは若手の保育者に大きな影響を与えると推察される。

加えて、近年、若手の保育者の早期離職の問題が顕在化してきており、全国保育士養成協議会の調査によると、養成校を卒業し、保育職に就職した者のうち、4分の1は2年以内に一度退職を経験しているという<sup>6)</sup>。表面的な退職理

水野 雅之<sup>1)</sup>・菅原 大地<sup>2)</sup>・谷 秀次郎<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup> 東京家政大学子ども学部子ども支援学科

<sup>2)</sup> 筑波大学人間系心理学科

<sup>3)</sup> 株式会社ジャパン EAP システムズ東京相談室

由は「進路変更」や「体調不良」とされるが、その背景には職場での人間関係の問題が存在していることが明らかにされている<sup>7)</sup>。

## (2) 先行研究の課題と本研究の目的

保育者のバーンアウトやストレス（ストレッサー、ストレス反応）、リアリティショック、離職についての研究は、研究数自体は多いものの、統一された尺度や指標も少なく、一定の結論には至っていない。そこで、本研究では、保育者のバーンアウトやストレス、リアリティショック、離職の研究について、系統的レビューを行い、研究成果を整理し、今後の研究の展望を得ることを目的とする。

## (3) 系統的レビューとは

系統的レビューとは、特定のリサーチクエスションに答えるために、事前に定めた適格基準にあったすべての実証的エビデンスを集めてまとめる研究を指す<sup>8)</sup>。国里<sup>9)</sup>は系統的レビューの特徴として、(1) 明示的な目標や再現可能な方法について明確に述べ、(2) 適格基準に合致するすべての研究を特定するための系統的な文献検索を行い、(3) 組み入れた研究の結果について妥当性の評価を行い、(4) 系統的な結果表示と組み入れた研究の特徴や結果を統合することの4点を挙げている。

なお、本研究で収集する論文は介入研究以外の研究も含むため、介入研究の評価や介入効果のメタ分析を想定した(3)と(4)の手続きは行わず、(1)と(2)の手続きによる文献収集を実施する。すなわち、本研究では再現可能な方法によって、適格基準に合致するすべての研究を特定するための系統的な文献検索を実施することとする。また、日本における保育者のバーンアウトに関する研究の現状と課題を明らかに

するために、本研究では日本で実施された研究のみを対象とした。

## 2. 方法

### (1) 適格基準

文献の収集に先立ち、適格基準をPICOSにのっとり設定した<sup>9)</sup>。PICOSとは、対象者(participants)、介入(intervention)、対照群(control group)、アウトカム(outcome)、研究デザイン(study design)を指す。系統的レビューでは論文検索・収集に先立ち、これら5つの観点からどのような研究を収集するか定める。

#### 1) 対象者 (P)

対象者の組み入れ基準は、保育者とした。

#### 2) 介入 (I)

介入研究以外も対象とするため、該当しない。

#### 3) 対照群 (C)

介入研究以外も対象とするため、該当しない。

#### 4) アウトカム (O)

バーンアウト、ストレス反応、離職意思、リアリティショックを組み入れ基準として設定した。

#### 5) 研究デザイン (S)

組み入れ基準は、一次データを収集した量的研究および質的研究とした。

#### 6) その他

博士論文と学会発表の抄録であることを除外基準とした。これらを除外基準として設定したのは、同一のデータセットや同一のデータセットの一部の分析結果が学術論文として発表され、レビューの対象として二重に含まれる可能性があるためである。

### (2) 対象研究の収集と選定

2019年9月から10月にかけて、次の3つの段

階を経て、論文を収集、選定した。まず、CiNiiと医中誌を用いて、第1筆者と第2筆者の2名が独立に文献を収集した。検索語は「保育 AND (ストレス反応 OR ストレッサー OR リアリティショック OR バーンアウト OR 離職)」であった。なお、検索するデータベースとしてCiNiiを採用したのは、CiNiiが最も包括的な日本語論文のデータベースであるためである。また、医中誌を採用したのは、本研究では医学領域においても研究が盛んに実施されているストレッサーやストレス反応について扱っているためである。

次に、第1筆者と第2筆者の2名が独立に収集した論文が一致するのを確認した後、まず二重検索の論文を除外した。その後、同じ2名が独立にスクリーニングを実施した。具体的には、収集した文献のタイトルと掲載紙を参考にして、明らかに適格基準に当てはまらない文献を除外した。なお、2名の判断が不一致であったときには、第3筆者に判断を委ねた。

最後に、第1筆者と第2筆者が独立に本文全体を精査し、適格基準に当てはまらない文献を除外した。2名の判断が一致しなかった場合には、第3筆者が除外するかどうかを判断した。

### 3. 結果

#### (1) 文献の抽出過程

文献抽出の過程をFigure 1に示す。まず、独立に第1筆者と第2筆者の2名でCiNiiと医中誌を用いて文献検索を実施したところ174件が抽出された。次に、同じ2名が独立に、文献のタイトルおよび掲載紙を参照しながらスク

リーニングを実施した結果、二重検索の34件、明らかに適格基準を満たさない86件を除外した。残りの54件の論文を、第1筆者と第2筆者で独立に全文を精査し、調査対象者が保育者でない論文2件、一次データを収集していない論文9件、掲載紙が学会抄録である1件の12件を除外した。その結果、42件が適格基準を満たした(Table 1)。なお、第1筆者と第2筆者の評価が一致しなかった際には、その都度、第3筆者に評価を求めた。

収集した研究は大きく、ストレッサーに関する研究とストレス反応に関する研究、その両方に関する研究に分類することができた。以下では、ストレッサーに関する知見とストレス反応に関する知見に分けて、これまでの研究動向を整理する。

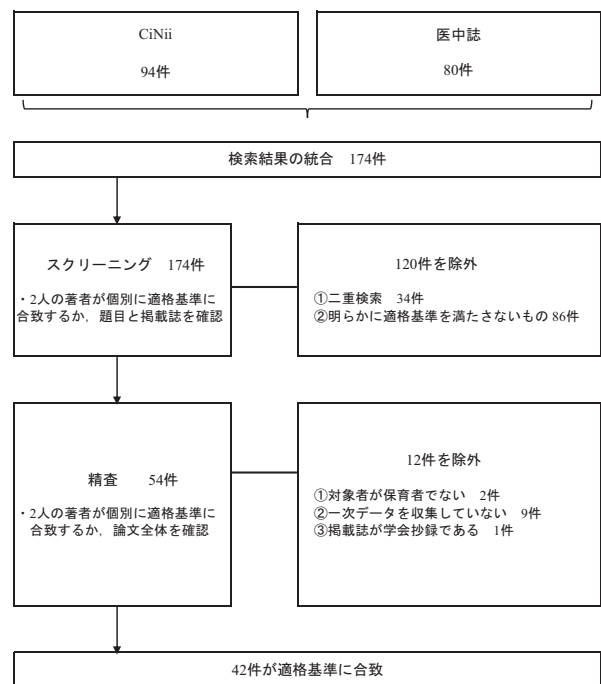


Figure 1 論文検索の流れ図

Table 1 レビュー対象となった文献の一覧

| 文献                                     | 対象者                                  | ストレッサー                       | ストレス反応                                 | 媒介変数               | 結果の要約  |
|--|--------------------------------------|------------------------------|--|--------------------|--|
| 保育者のストレッサーに関する文献                       |                                      |                              |  |                    |  |
| 治部哲也・小山秀之 (2018) <sup>10)</sup>        | 保育士255名                              | 保育者ストレッサー                    | ストレス反応（緊張・不安、抑うつ・落込み、怒り・敵意、疲労、混乱）、離職意向 | なし                 | ストレッサーはストレス反応、離職意向と有意な正の弱い相関がみられる。   |
| 池田・大川 (2014) <sup>11)</sup>            | 保育士119名、幼稚園教諭114名                    | 保育者ストレッサー                    | バーンアウト                                 | 保育者の職務、職場環境に対する認識  | 自己能力懸念は保護者対応の難しさと社会的評価の低さを媒介してバーンアウトを予測する。対応困難な職務というストレッサーは専門職としての誇りについて負の予測をする。専門職としての誇りはバーンアウトに対しての負の予測をする。  |
| 樋口 (2013) <sup>12)</sup>               | 保育士360名                              | 保育者ストレッサー                    | バーンアウト                                 | ソーシャルサポート          | 時間の欠如は情緒的消耗感に対して正の予測をする。同僚保育士は個人的達成の後退について正の予測をする。管理職のサポートは、脱人格について負の予測をする。このような影響は、新任、中堅、ベテラン保育士かで異なる。  |
| 宮下 (2010) <sup>13)</sup>               | 保育士300名                              | 保育士ストレッサー                    | バーンアウト                                 | コーピング              | 園内の人間関係の問題は気分転換について正の予測をし、気分転換は情緒的消耗感について正の予測をする。園内の人間関係の問題は問題直視と認知操作について正の予測をし、問題直視と認知操作は情緒的消耗感について正の予測をする。   |
| 白石 (2019) <sup>14)</sup><br>研究1（質問紙調査） | 保育者100名                              | 保育者ストレス                      | ストレス反応（抑うつ・不安、不機嫌・怒り、無気力）              | なし                 | ベテラン群において、保護者対応のストレスが無気力と正の相関、中堅群において職場に関するストレスが抑うつ・不安と正の相関がみられた。  |
| 白石 (2019) <sup>14)</sup><br>研究2（面接調査）  | 保育者15名                               | 保育者ストレス                      | なし                                     | コーピング、ソーシャルサポート    | 初心者群では、保育スキルの未熟さがストレスとなるが、前向きな感情を持ったり、事前にシミュレーションをすること、具体的な対策について先輩からサポートを受けることで対処している。また、中堅群では、役割の曖昧さや板挟みになることにストレスを感じるが、家族や職場外の友人のサポートによって対処している。ベテラン群では、責任の重さや保護者との関わりについてストレスを感じる が、計画的に仕事を進めることや、職場のサポートによって対処している。 |
| 渡邊賢二・青山奈央 (2018) <sup>15)</sup>        | 保育者211名                              | 保育者ストレス                      | ストレス反応（抑うつ・不安、不機嫌・怒り、無気力）              | なし                 | 幼稚園教諭では、子どもへの対応や職場での人間関係のストレスがストレス反応を増強し、保育士ではそれらに加え、保護者対応に関するストレスもストレス反応を強めていた。   |
| 吉兼 (2015) <sup>16)</sup>               | 保育士168名                              | 保育士ストレス、家庭の安寧度の低下            | バーンアウト、ワークモチベーション                      |                    | 仕事の量的負担と家庭の安寧度の低下が情緒的消耗感と脱人格化を増悪させていた。ソーシャルサポートの充実が個人的達成感の低下と脱人格化を抑制していた。  |
| 高木・波多江 (2014) <sup>17)</sup>           | 幼稚園教諭496名、学校教諭（小・中学校、中学校、高等学校）16909名 | 教諭の職業ストレス                    | バーンアウト                                 | なし                 | 幼稚園の教諭は管理職と比較して、バーンアウトの得点が高い。また、他の学校段階の教諭や管理職と比較して、幼稚園の教諭や管理職は「脱人格化」の得点が高い。  |
| 白取・菅野 (2012) <sup>18)</sup>            | 保育士121名                              | 障害児通園施設保育士のストレッサー            | 精神的健康                                  | なし                 | 保育士の精神的健康状態は不良のものが59.3%であった。ストレッサーと精神的健康は有意な関連を示す。   |
| 黒川・青木・山崎 (2014) <sup>19)</sup>         | 保育士912名                              | 関わりの難しい保護者                   | バーンアウト                                 | 園内協力、外部協力、情緒的サポート  | 関わりの難しい保護者の園への支配的態度は、担任保育士のバーンアウトを予測する。園内協力は情緒的サポートについて正の予測をし、情緒的サポートは担任保育のバーンアウトに対して負の予測をした。園内協力、外部協力から担任教師のバーンアウトには有意な関連は見られなかった。  |
| 山崎・青木・黒川 (2011) <sup>20)</sup>         | 保育者87名                               | 援助志向性                        | バーンアウト                                 | なし                 | 自分を相手に深く投げ入れながら保護者への援助を行う「心理的投入」はバーンアウトの「心の消耗感」と「慢性的な疲労感」と正の相関、相手を尊重する態度を重視して保護者への援助を行う「他者尊重的態度」はバーンアウトの「個人的達成感の低下」と負の相関を示した。  |
| 岡田・齋藤・中嶋 (2001) <sup>21)</sup>         | 保育士1138名                             | 保育職場環境ストレッサー                 | 仕事継続意思                                 | なし                 | 保育職場環境ストレッサー尺度を作成し、因子分析の結果から、「上司に関連したコンフリクト認知」「同僚に関連したコンフリクト認知」「養育者に関連したコンフリクト認知」「仕事に関連したコンフリクト認知」の4因子構造であることが示された。また、いずれの因子も仕事継続意思と正の相関を示すことが明らかにされた。   |
| 宇佐美ら (2015) <sup>22)</sup>             | 保育者426名、企業従業員798名（すべて女性のみ）           | 職場ストレッサー                     | ストレス反応（疲弊感、イライラ感、緊張感、抑うつ感）             | なし                 | 保育者と企業の従業員とともに、業務量が多く時間が足りないこと、自身の能力を発揮できていないと感じること、上司や同僚との関係性がストレッサーであり、ストレス反応を高める。また、保育者においてのみ、役割の不明瞭さや裁量権が小さいことがストレッサーとして影響を及ぼす。  |
| 福島・清水 (2017) <sup>23)</sup>            | 保育士191名                              | 職務自体のストレッサー、自己能力懸念、特別支援教育負担感 | バーンアウト                                 | 発達障害における知識、道具的サポート | 発達障害の知識が不足している場合、道具的サポートがあったとしても、職場自体のストレッサーが高ければ、脱人格化も高いという関連がみられた。また発達障害の知識が高い場合、道具的サポートの有無は関係なく、職場自体のストレッサーが高ければ、脱人格化も高いという関連がみられた。一方、個人的達成感の後退に関しては、知識が高く、道具的サポートも高ければ、個人的達成感の後退の得点が低いことが示された。                       |



Table 1 レビュー対象となった文献の一覧（続き）

| 文献                              | 対象者                             | ストレッサー  | ストレス反応                     | 媒介変数              | 結果の要約  |
|---------------------------------|---------------------------------|---|----------------------------|-------------------|--|
| 保育者のストレッサーに関する文献（続き）            |                                 |   |                            |                   |  |
| 池田・大川 (2012) <sup>24)</sup>     | 保育士119名, 幼稚園教諭114名              | 職務自体のストレッサー, 職場環境のストレッサー                            | バーンアウト, 保育者効力感             | 保育者の職務や職場環境に対する認識 | 業務自体の負荷や職場環境の負荷は、直接バーンアウトを高め、保育者としての効力感を低下させることと関連する。また、職務や職場環境に対する認識を媒介とすると、保護者・子どもとの信頼関係などポジティブな認識はバーンアウトを抑制し、効力感を高めるという正の影響がみられた。反対に、力量不足感や保護者対応の困難感などは、バーンアウトを促進させたり、効力感を低下させるなど負の影響がみられた。                       |
| 森田・植村 (2011) <sup>25)</sup>     | 保育士3056名                        | 仕事のストレッサー（量的負荷・質的負荷、人間関係の悩み、職務条件の悩み）、ワークファミリーコンフリクト | バーンアウト                     | なし                | 仕事の量的負荷と職務条件の悩みが、バーンアウトを予測する。  |
| 金城・小野澤・柿澤 (2008) <sup>26)</sup> | 記載なし                            | 仕事のストレッサー   | 精神的健康                      | なし                | ストレッサーは6因子構造であった。因子ごとに精神的健康と異なる関連を示した。   |
| 磯野・鈴木・山崎 (2008) <sup>27)</sup>  | 保育士333名                         | 職場環境  | バーンアウト、抑うつ、休息の希求度          | なし                | バーンアウト、抑うつ、休息の希求度に対して、組織・人間関係の良好さが負の関連、バーンアウトと休息の希求度に対して仕事の量的負担が正の関連、バーンアウトに仕事の質的負担が正の関連を示した。  |
| 小林・箱田・小山ら (2006) <sup>28)</sup> | 保育士250名                         | 職場環境  | バーンアウト                     | なし                | 主任や正社員であることが情緒的消耗感を予測する。上下関係がきついと情緒的消耗感が高まる。情報共有が十分に出来ていると個人達成感が高まる。   |
| 木村・赤川 (2016) <sup>29)</sup>     | 保育職327名                         | 職員関係、職場環境、配偶者・パートナーの有無、妊娠・出産・育児・不妊・介護の有無、身体的不健康     | バーンアウト                     | なし                | 休憩時間が取れていると情緒的消耗感と脱人格化の得点は低くなる。持ち帰り仕事が増えると脱人格化と情緒的消耗感が高くなる。天職だと考えていると情緒的消耗感と脱人格化の得点は低くなり、反対に「生活のため」が理由であると得点は高くなる。   |
| 神谷・杉山・戸田ら (2011) <sup>30)</sup> | 保育者・園長あわせて2196名                 | 雇用形態、所属している園の非正規職員率                                 | 保育者ストレス反応（切迫・疲労感、評価懸念、孤立感） | なし                | 非常勤職員・パート職員と比べ、正規職員はストレス反応（評価懸念や孤立感）が高い傾向にある。さらに正規職員は非正規職員の割合が増えることで、「切迫・疲労感」が高まる傾向もみられた。非正規率上昇に伴い、少ない正規社員に管理業務が集中することによって疲労感が高まりやすくなっているのではないかと推測される  |
| 藤岡 (2011) <sup>31)</sup>        | 保育士・児童指導員あわせて212名               | 勤務年数  | 共感満足、共感疲労、援助者支援対策項目、バーンアウト | なし                | 共感疲労と共感満足の尺度を作成し、勤務年数との関連を調べたところ、共感満足は勤続16年以上になると得点が有意に高くなる。また、共感満足が高まるほどバーンアウトリスクが低下し、共感疲労が高まるほどバーンアウトリスクが高まるという関連がみられた。その他、援助者として代理性トラウマ（利用者から受ける二次的被害、二次的トラウマティックストレス）が（援助者自身の）家族の「三次トラウマティックストレス」と関連していることが示された。 |
| 齋藤・田中・村松ら (2009) <sup>32)</sup> | 保育従事者488名                       | 職位、経験年数   | バーンアウト、コーピング               | なし                | 全体の2割以上がバーンアウトに陥っている。特に、園長よりもクラス担任、また経験年数が高い人よりも年齢が低く、経験年数が浅い人のほうがバーンアウト傾向にある。また、健全群よりバーンアウト傾向群は八つ当たりなどのネガティブな情動中心コーピングの得点が有意に高い。健康群は気晴らしや挑戦といった問題中心コーピングの得点が有意に高い。  |
| 植田 (2002) <sup>33)</sup>        | 常勤保育士79名                        | 職務についての認知、経験年数                                      | バーンアウト、疲労感、コーピング           | なし                | 経験年数とバーンアウトに有意な関連は見られない。一方、職務の認知はバーンアウトに正の影響を及ぼしている。さらに、コーピングとの関連において、ストレス対処方法の全体的傾向では周囲の支援の得点が有意に低く、ソーシャルサポートが利用されていない傾向がうかがえる。   |
| 竹村・辻 (2018) <sup>34)</sup>      | 保育職48名、介護職29名                   | 利用者のケアの困難さ、保護者の困難さ                                  | バーンアウト                     | 動機づけ（仕事への意欲の高さ）   | 保育職は介護職と比べて、達成感低下と脱人格化の得点が低い。保護者の困難さは、保育職は介護職よりも得点が高い。   |
| 木曾 (2016) <sup>35)</sup>        | 保育士342名                         | 発達障害傾向のある子どもの受け持ち、子どもの行動特徴、保護者支援の困難感                | バーンアウト                     | なし                | 保護者への問題伝達の困難さがバーンアウトの「情緒的消耗感」と「脱人格化」を高める。  |
| 吉兼 (2016) <sup>36)</sup>        | 保育士10名、幼稚園教諭9名、学校教諭（小学校、中学校）36名 | 発達障害行動特性を持つ子ども（診断ありも含む）への対応の負担感                     | バーンアウト                     | なし                | 保育士や幼稚園教諭では、発達障害行動特性をもつ子どもへの対応に対する負担感の有無によってバーンアウトの程度の差は見られない。   |
| 木曾 (2013) <sup>37)</sup>        | 保育士607名                         | 発達障害傾向のある子どもの受け持ち                                   | バーンアウト                     | なし                | 発達障害傾向のある子どもが受け持ちに多いほど、バーンアウトの「情緒的消耗感」と「脱人格化」が高くなる。  |
| 吉兼・林 (2010) <sup>38)</sup>      | 保育者32名                          | 発達障害特性のある子どもに対する負担感                                 | バーンアウト                     | なし                | 担任を持っている幼稚園教諭のバーンアウトの得点は担任を持っている保育士よりも高かった。また、発達障害の診断のある子どもを担当する保育士と幼稚園教諭を比較すると、保育士の方がバーンアウトの「脱人格化」と「個人的達成感の低下」の得点が高かった。   |
| 榊原・富塚・遠藤 (2017) <sup>39)</sup>  | 保育士1798名                        | 認知的な感情労働方略、職務関与                                     | バーンアウト、転退職意図               | なし                | 反芻、破局的思考、園への原因帰属がバーンアウトと転退職意図に正の関連を持つことが明らかにされた。また、反芻と破局的思考は職務関与との間に交互作用効果がみられ、職務関与が高いとき、反芻および破局的思考と転退職意図の間に関連がみられなくなった（緩衝効果）。   |
| 関谷 (2016) <sup>40)</sup>        | 保育士1名、対人援助職15名                  | 感情的不協和  | なし                         | なし                | 感情的不協和は、真の感情、感情規則、表出した感情、価値観といった要因間で齟齬が生じる。一方で抑制される必要が生じた際に経験される。  |

Table 1 レビュー対象となった文献の一覧（続き）

| 文献   | 対象者                  | ストレッサー                                | ストレス反応                            | 媒介変数                         | 結果の要約  |
|--|----------------------|---------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------|--|
| リアリティショックに関する文献  |                      |                                       |                                   |                              |  |
| 松浦・上道（2018） <sup>41)</sup>                                   | 新任保育士54名             | リアリティショック                             | なし                                | なし                           | 研修会を実施することにより、リアリティショックについてチェックすることができ、参加者間でリアリティショックとサポートに関する知識が共有できた。  |
| 西川（2018） <sup>42)</sup>                                      | 保育士15名（男性のみ）         | リアリティショック、心理的適応、経済的問題、人間関係、男性らしさからの脱却 | なし                                | コーピング、ソーシャルサポート              | 保育士のストレッサーとして自由記述から心理的適応、経済的問題、人間関係、男性らしさからの脱却、リアリティショックが挙げられる。コーピングの方略やソーシャルサポートの乏しさも問題となっている。  |
| 塚本（2018） <sup>43)</sup>                                      | 保育者7名                | リアリティショック                             | なし                                | なし                           | 保育の仕事全般や保護者対応、日誌の記述は実習や授業を通して知っていたものの、実際に取り組んでみるとイメージよりも難しいと感じる保育者が多いことが明らかにされ、実習やボランティア活動はリアリティショックを緩和するために有効であることが示された。  |
| Matsuura, M., Kamiji, R., Minagawa, J. (2016) <sup>44)</sup> | 新任保育士8名              | リアリティショック                             | なし                                | なし                           | リアリティショックはポジティブなものとネガティブなものに二分され、ネガティブなリアリティショックの方がポジティブなものよりも多様な内容から構成されていた。  |
| 谷川（2013） <sup>45)</sup>                                      | 新任保育士10名             | リアリティショック                             | なし                                | なし                           | 実際に子どもと関わってみると上手いかわないというリアリティショックを感じる。新任保育者が省察を通して専門的成長を遂げるには、問題の性質を理解すること、取り組むべき課題を認識することが重要である。同僚保育者とのインフォーマルなやり取りも省察を促す。  |
| 浦井（2008） <sup>46)</sup>                                      | 新任保育士332名            | リアリティショック                             | ストレス反応（GHQ）                       | なし                           | GHQにおいて、調査対象者の約75%が高リスク群であった。その後、リアリティショックに関する講義を行い、受講後の感想について分析した。  |
| ストレッサーについて扱われていない文献  |                      |                                       |                                   |                              |  |
| 越中・中村・目久田（2019） <sup>47)</sup>                               | 保育士・幼稚園教諭あわせて141名    | なし                                    | バーンアウト、保育者支援困難、保護者とかかわる際に心がけていること | 経験年数                         | 保育経験が10年未満で適応している群は、子供の成長を保護者と一緒に喜び合うなど、ポジティブな言葉が多い。一方、経験10年以上でバーンアウト傾向にある群は合わせる、受け止めるなど、保護者の思いを受け止めることに疲弊していることがうかがわれる記述が多くみられた。  |
| 福島（2017） <sup>48)</sup>                                      | 保育士1名                | なし                                    | 保育現場における医療、保健的な不安、離職への意思          | なし                           | 学校の学びでは医務室の完備や看護師の常駐をイメージしがちであるが、実際は違うことに違和感があった。授業は業務の一環として行っているが、二重の確認などもないため、間違っていないか不安になる。また子供の怪我への対処も行わなければならない。役割の曖昧さがある。仕事の量と賃金が割に合わないと感じることや人間関係の悩みがあっても相談先がないため、皆同じようなケースで離職している。 |
| 岩切・佐藤・柏（2017） <sup>49)</sup>                                 | 保育者775名              | なし                                    | バーンアウト                            | ワーク・ライフ・バランス、ワーク・ライフ・バランス風土、 | 上司の支援、ライフの尊重、ワークライフバランス満足度は情緒的消耗感と負の関連、上司の支援、スタッフのチームワーク、ワークライフバランス満足度は脱人格化と負の関連、上司の支援、スタッフのチームワーク、ワークライフバランス満足度は個人的達成感の低下と負の関連がある。  |
| 田中・村松・片桐ら（2012） <sup>50)</sup>                               | 保育士488名、看護師1895名     | なし                                    | バーンアウト                            | なし                           | 看護師の方が保育士よりも有意にバーンアウトの得点が高いことが示された。  |
| 関谷・湯川（2009） <sup>51)</sup>                                   | 保育士・その他の対人援助職あわせて40名 | なし                                    | ネガティブな反動、感情的不協和、バーンアウト            | なし                           | 筆記開示による介入の結果、統制群と比較して、介入前後で感情的不協和の得点が低下した。   |

## （2）ストレッサー

先行研究ではストレッサーとして、保育者ストレッサーとリアリティショックを扱った研究が多いことが分かった。その他にも、障害児への対応のストレッサーや職務条件の悩みを扱っている研究もあるが、その多くは保育者ストレッサーに内包することができる。そのため、先行研究を保育者ストレッサーとリアリティショックに分類して、研究動向について整理する。

## 1）保育者ストレッサー

保育者ストレッサーを測定する尺度として、まず保育者ストレス評定尺度<sup>52)</sup>がある。本尺度は、探索的因子分析の結果、保護者ストレッサー、子どもストレッサー、職場ストレッサーの3因子構造であることが示されている。また、教師職業ストレッサー尺度<sup>53)</sup>の項目を一部修正した、保育者ストレッサー尺度<sup>24)</sup>も作成されている。この尺度では、職務自体のストレッサーと職場環境のストレッサーを分けて測定してい

る。保育士ストレス評定尺度<sup>4)</sup>の一部を使用している研究<sup>12)</sup>もみられた。この尺度は、子どもの対応・理解のストレス、職場の人間関係のストレス、保護者対応のストレス、時間の欠如によるストレス、給料待遇のストレス、保育所方針とのズレによるストレスの6因子構造となっている。

本邦で用いられる保育者ストレスサーに関する尺度を比較すると、保育する子どもに関するストレスサー、保護者対応のストレスサー、職場環境のストレスサーが共通していることがわかる。以下では、この3つのストレスサーの特徴について説明する。

保育する子どもに関するストレスサーとして、保育士ストレス評定<sup>4)</sup>尺度では気になる子どもに「上手く対応できない」、「子どもの気持ち分からない」、「子どもの特徴がつかめない」といった項目でストレスサーを測定している。また、保育者としてのスキルが不足していると考えたり、勤続年数が少ないと子どもに対するストレスは感じやすいようである<sup>11)14)</sup>。

保育する子どもに関するストレスサーとして、発達障害傾向のある子どもとの関わりによって生じるストレスサーに焦点を当てた研究<sup>35)37)</sup>も散見される。また、障害児通園施設の保育士を対象とした研究<sup>18)</sup>では、「障害理解の不足や社会的評価の低さ」が障害通園施設の保育士における独自のストレスサーであることが指摘されている。

保護者対応のストレスサーを測定する尺度として、保護者支援の困難尺度<sup>35)</sup>がある。この尺度は未診断の発達障害傾向児をもつ保護者との関わりにおけるストレスサーを測定しており、子どもの情報を親に伝達したときに関係が悪くなるといった問題伝達の困難性と、保護者自身のゆとりのなさといった保護者自身の困難性の

2因子構造となっている。

職場環境のストレスサーとして、職場での対人関係<sup>29)</sup>に加えて、正規・非正規雇用といった雇用形態<sup>30)</sup>、休憩時間が実際に取れたかどうか<sup>29)</sup>、持ち帰りの仕事の多さ<sup>29)</sup>が挙げられる。職場環境のストレスサーは、子どもへのストレスサーや保護者対応へのストレスサーと比べると、社会経済的な問題がストレスサーとなるため、よりストレスサーの内容が多岐に渡ることがわかった。

## 2) リアリティショック

リアリティショックをストレスサーとして扱った研究の多くは質的研究によって検討されていた。新任保育士を対象とした研修会の中で調査を実施した研究<sup>41)</sup>では、新任保育士が体験するリアリティショックとしては、「予想と違い、人間関係が難しい」、「予想より書類作成の負担が大きい」、「予想と違い、子どものとの関わりが難しい」というカテゴリーに関する記述数が多いことが明らかにされている。すなわち、子どもを含む人間関係の問題がリアリティショックの中核であることが示唆されている。

リアリティショックから省察に至るまでのプロセスをナラティブ分析<sup>45)</sup>によって検討した研究では、特に就職して間もない4・5月は、自分の知識や技量の足りなさを自覚し、混乱と葛藤が生じやすい時期であることが示されている。この時期は苦しい時期と述べられており、新任保育士の就職後の適応のためには就職して間もない時期のサポート体制を構築することが重要であると考えられる。

男性保育士を対象とした研究では、リアリティショックとして、男性保育士がものめずらしく思われるだけでなく、男性らしさを求められることが挙げられた<sup>42)</sup>。男性保育士の割合は約4%と非常に少数である<sup>54)</sup>ことから、入職前

の予期とは異なり、貴重な存在として頼りにされることが窺える。

### (3) ストレス反応

先行研究ではストレス反応として、バーンアウトや離職、その他のストレス反応について検討した研究が多いことが分かった。そのため、先行研究をバーンアウトと離職、その他のストレス反応に分類して、研究動向について整理する。

#### 1) バーンアウト

バーンアウトを高める（正の影響・関連・相関がある）変数として、まず保育者の業務上のストレスが挙げられる。具体的には、業務量の多さ・業務の多忙さ<sup>12)16)25)27)29)</sup>や職務内容の不明瞭さ<sup>24)33)</sup>、保護者への対応<sup>11)19)35)</sup>、発達障害の子どもへの対応<sup>35)38)</sup>などがバーンアウトと関連を示した。また、発達障害に関する知識が不十分であると、道具的サポートが得られるかどうかに関わらず、職務上のストレスが低くてもバーンアウトに陥ってしまうことが明らかにされている<sup>23)</sup>。加えて、職場環境も保育者のバーンアウトと関連がみられ、上司や同僚との関係に関する悩みがバーンアウトにつながってしまうと推察される<sup>13)24)25)28)33)</sup>。保育者の対人援助職としての側面もバーンアウトと強い関係があり、共感疲労や相手に深く入り込むような支援の仕方がバーンアウトと正の相関をもち<sup>20)31)</sup>、感情調整の方略として反芻を用いることや園に原因を帰属することがバーンアウトをむしろ高めてしまうことが示されている<sup>39)</sup>。その他、保育者としての力不足<sup>24)</sup>や保育職の社会的評価の低さを感じる<sup>11)</sup>ことがバーンアウトにつながるといった知見もみられた。すなわち、保育する子どもに関するストレス、保護者対応のストレス、職場環境のストレスのいずれ

もがバーンアウトにつながることを示されている。

バーンアウトを抑制する（負の影響・関連・相関がある）変数として、まず職場環境が挙げられる。具体的には、上司や同僚からのサポートが得られること<sup>12)19)49)</sup>、関係が良好でチームワークが良いこと<sup>24)27)49)</sup>、ワークライフバランスについて満足できること<sup>49)</sup>、休憩時間がとれること<sup>29)</sup>がバーンアウトの低さと関連を示した。発達障害について十分に知識を持っており、道具的サポートも得られる環境では負担感が高くともバーンアウトに陥らないことも明らかにされている<sup>23)</sup>。また、業務を遂行する上で、子どもや保護者と信頼関係を構築できていること<sup>24)33)</sup>や相手を尊重した支援を提供していること<sup>20)</sup>、保育職を天職として捉え、専門職として誇りをもって仕事をしていること<sup>11)24)29)</sup>、共感満足を得られている<sup>31)</sup>ことがバーンアウトを抑制すると推察される。すなわち、保育する子どもに関するストレス、保護者対応のストレス、職場環境のストレスのいずれもが少なく、良好な関係や職場環境がバーンアウトの予防において重要であると考えられる。

他の職種と保育者のバーンアウトの得点の比較についても検討されてきた。介護職<sup>34)</sup>や看護師<sup>50)</sup>との比較においては、保育者のバーンアウトの得点は低く、小学校・中学校・高校の教諭との比較においては、保育者のバーンアウトの得点が高いことが明らかにされている<sup>17)</sup>。また、バーンアウトではなく、ストレス反応に関する研究であるが、一般企業の従業員と比較して、保育者はより多くのストレスから影響を受けることが示されている<sup>22)</sup>。

バーンアウトに陥っている保育者の状態像を明らかにする研究では、保護者と関わる際に心がけていることとして、適応的な保育者はポジ



ティブな言葉による心がけが多く挙げられ、疲労度の高い（バーンアウト傾向、保護者支援に困難を感じている）保育者は感情抑制に関する心がけを挙げることが多い傾向にあることが示された<sup>47)</sup>。また、バーンアウトに陥っている保育者は適応的な保育者に比べて、八つ当たりなどネガティブな情動焦点型コーピングを用いやすいことが示唆されている<sup>32)</sup>。

バーンアウトに関する介入研究として、筆記開示による介入が実施されている<sup>51)</sup>。保育者を含む多様な対人援助職を対象に筆記開示による介入を行ったところ、介入群と統制群のバーンアウトの得点に有意な差がみられなかった。今後、バーンアウトに関する効果的な介入を開発し、社会実装していくことが求められる。

## 2) 離職

離職に関しては、離職への意思や仕事継続意思、離職意向、転退職意図など様々な類似した構成概念によって検討されていた。職場や職務に関するストレスは離職意向と正の相関があること<sup>10)</sup>、ストレスを認知しているほど仕事継続意思が低いことが示された<sup>21)</sup>。また、インタビュー調査の中で、仕事の量と賃金が割に合わないと感じることや、人間関係の悩みがあっても相談先がないため皆同じようなケースで離職しているという実態が述べられている<sup>48)</sup>。加えて、反芻や破局的思考のような感情調整の方略は転退職意図に正の関連を持つが、職務への関与が高いと、その悪影響が緩衝されることが明らかにされている<sup>39)</sup>。以上より、離職に関しては、特に職場環境のストレスの影響が大きいことが窺える。

## 3) ストレス反応全般

職務や職場に関するストレスはストレス反応を導くことが示されている<sup>10)</sup>。より具体的には、仕事の量的負担が休息の希求度を高める

ことが明らかにされている<sup>27)</sup>。

また、経験年数による分析では、ベテラン群において保護者対応のストレスと無気力の間に正の相関、中堅群において職場に関するストレスと抑うつ・不安の間に正の相関を示すことが明らかにされている<sup>14)</sup>。幼稚園教諭と保育士の比較においては、子どもへの対応や職場での人間関係のストレスがストレス反応を増強することは両職種とも共通の結果であったが、保育士のみ、それらのストレスに加えて、保護者対応に関するストレスもストレス反応を強めていた<sup>15)</sup>。すなわち、保育する子どもに関するストレス、保護者対応のストレス、職場環境のストレスのいずれもがストレス反応を高めることが示されている。

また、保育者のストレス状況に関する実態調査として、59.3%の保育士の精神的健康状態が不良であること<sup>18)</sup>、新任保育者の約75%がGHQのカットオフ値を超えていること<sup>46)</sup>が明らかにされている。また、非常勤職員・パート職員と比較して、正規職員はストレス反応が高く、さらに正規職員は非正規職員の割合が増えることで、ストレス反応が高まる傾向もみられた<sup>30)</sup>。

## 4. 考察

本研究の目的は、系統的レビューを通して、保育者のバーンアウトやストレス、リアリティショック、離職に関する研究成果を整理し、今後の研究の展望を得ることであった。

まず、系統的な文献収集の結果、先行研究の知見はストレスに関する知見とストレス反応に関する知見に分類できたため、この2つの観点から研究動向を整理した。

レビューの結果、保育者のストレスは保育する子どもに関するストレス、保護者対応のストレス、職場環境のストレスに

分類することができ、そのいずれもがバーンアウトとストレス反応に悪影響を及ぼすことが明らかになった。また、離職については、特に職場環境のストレスの影響が大きいことが窺えた。バーンアウトやストレス反応、離職を予防するためには、子どもと保護者への対応や職場環境のストレスを低減するとともに、子どもや保護者、他の職員と良好な関係を築き、働きやすい職場環境を整えていくことが非常に重要であると言える。

一方で、先行研究のレビューを通して、いくつかの課題も明らかになった。まず、第1に保育者のストレスを測定する際に、研究上で使用頻度が高いゴールドスタンダードのような尺度は存在せず、研究者が当該研究を始める際に独自に作成をするか、既存の他の対人援助職のストレス尺度を使用することが多いことが挙げられる。すなわち、個々の研究によって測定指標が異なるため、研究間の知見の厳密な比較ができず、研究成果が蓄積されない。

この点において、赤田によって作成された保育士ストレス評定尺度<sup>4)</sup>は、内的整合性や内容的妥当性、因子的妥当性、交差妥当性、基準関連妥当性が報告されている。また、他の保育者のストレスに関する尺度に含まれる因子内容を含んだ上に、本尺度独自の因子も含まれており、従来の尺度と比較するとより多様なストレスを測定することが可能である。今後、本邦における保育者のストレスを測定する際には、ゴールドスタンダードとなる尺度の1つとして考えられる。

第2に、リアリティショックに関する研究は質的研究に限定されており、数量的な検討がなされていないことが示された。質的研究を通して得られた知見をもとにして、新たにリアリティショックに関する尺度を作成することに

よって、量的な検討を行うことが可能になる。質的な検討によって得られた知見や生成された仮説について、量的な側面からも検討を加えることで、より保育者のリアリティショックに関する研究を発展させることができるだろう。また、リアリティショックに関する質的研究をさらに発展させるために、インタビュー調査のデータをコーディングして仮説を生成するグラウンデッド・セオリー・アプローチ<sup>55)56)</sup>や実践を通してフィールドで関わり合いながら作業を行うアクションリサーチ<sup>57)</sup>による検討も有効であろう。近年ではテキストマイニングを簡易に実施できる無料ソフトも公開されている<sup>58)</sup>。新たな分析手法を用いることで、これまで得られたデータであっても新たな発見が生まれる可能性がある。保育者のリアリティショックに関する研究はストレスやバーンアウトなどの領域と比べると研究の発展が緩やかであり、新たな知見を開拓できる余地は多分に残されている。

第3に、先行研究はすべて一時点の相関研究であり、複数時点での調査を行う縦断研究が含まれていないことが挙げられる。たとえば、入職時から数年間、新任保育者の精神的健康について追跡調査を実施したり、数カ月間の縦断調査を実施することによって、より因果関係に踏み込んだ議論が可能になるだろう。

第4に、バーンアウトやストレス反応に関する基礎的な研究は非常に多く存在するにも関わらず、その予防や低減を目的とした介入プログラムが存在しないことが挙げられる。唯一、筆記開示による介入効果を検討する実験研究は存在したが、バーンアウトに関しては、介入効果が十分ではなかった<sup>51)</sup>。介入効果のエビデンスレベルとして、ランダム化比較試験による検討が望ましいのは言うまでもないが、まずは統制

群を置かない前後比較など比較的成本を抑えられる形で、パイロット研究を積み重ねていく必要があるだろう。

附記 本研究は、東京家政大学大学間連携等による共同研究「自己への慈しみの向上による対人援助職のバーンアウトと早期離職の予防プログラムの開発」(研究代表者：水野雅之)の助成のもと実施された。

## 引用文献

- 1) 関谷大輝・湯川進太郎 (2014). 感情労働尺度日本語版 (ELS-J) の作成 感情心理学研究, 21, 169-180.
- 2) Maslach, C. & Pines, A. (1979). Burnout : The Loss of Human Caring. In Pines, A. & Maslach, C. (Ed.) *Experiencing Social Psychology* (pp.246-252), New York : Knot.
- 3) 古屋肇子・谷 冬彦 (2008). 看護師のバーンアウト生起から離職願望に至るプロセスモデルの検討 日本看護科学会誌, 28, 55-61.
- 4) 赤田太郎 (2010). 保育士ストレス評定尺度の作成と信頼性・妥当性の検討 心理学研究, 81, 158-166.
- 5) 宗像恒次・及川尚美 (1986). リアリティショックー精神衛生学の視点からー 看護展望, 11, 562-567.
- 6) 全国保育士養成協議会 (2009). 指定保育士養成施設卒業生の卒後の動向及び業務の実態に関する調査報告書Ⅰ 保育士養成資料集, 50, 246-327.
- 7) 森本美佐・林 悠子・東村知子 (2013). 新人保育者の早期離職に関する実態調査 奈良文化女子短期大学紀要, 44, 101-109.
- 8) Moher, M. H., Liberati, A., Tezloff, J., & Altman, D. G. (2009). Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-analyses: The PRISMA Statement. *Annals of Internal Medicine*, 151, 264-269.
- 9) 国里愛彦 (2015). 系統的展望とメタアナリシスの必須事項 行動療法研究, 41, 3-12.
- 10) 治部哲也・小山秀之 (2018). 保育士のストレッサーおよび職務や職場環境に対する認識がワーク・エンゲイジメントおよびストレス反応に及ぼす影響 関西福祉科学大学 EAP 研究所紀要, 12, 25-35.
- 11) 池田幸代・大川一郎 (2014). 保育者のストレッサーが職務に対する精神状態に及ぼす影響ー勤務年数による比較ー 教育相談研究, 51, 39-50.
- 12) 樋口綾子 (2013). 保育士のモチベーションおよびバーンアウトと職場内のサポートおよびストレスとの関連性の検討ー保育の経験年数に着目してー 家政経済学論叢, 49, 34-51.
- 13) 宮下敏恵 (2010). 保育士におけるバーンアウト傾向に及ぼす要因の検討 上越教育大学研究紀要, 29, 177-186.
- 14) 白石京子 (2019). 経験年数別に見た保育者のストレス反応軽減に有効な支援の考察ーストレス反応とストレッサー, ソーシャルサポート, コーピングの関係ー 生活科学研究, 41, 17-24.
- 15) 渡邊賢二・青山奈央 (2018). 保育者のストレスと専門性との関連ー幼稚園教諭と保育士との比較よりー 皇學館大学紀要, 56, 192-208.
- 16) 吉兼伸子 (2015). 保育士のメンタルヘルスーワークモチベーション・バーンアウトからの検討ー 保育と保健, 21, 57-59.



- 17) 高木亮・波多江俊介 (2014). 保育者の教職キャリアに関する検討 (2) 就実教育実践研究, 7, 155-166.
- 18) 白取真実・菅野和恵 (2012). 障害児通園施設保育士のストレス構造に関する研究 保育学研究, 50, 20-28.
- 19) 黒川祐貴子・青木紀久代・山崎玲奈 (2014). 関わりの難しい保護者像と保育者のバーンアウトの実態—保育者へのサポート要因を探る— 小児保健研究, 73, 539-546.
- 20) 山崎玲奈・青木紀久代・黒川祐貴子 (2011). 困難な保護者対応と保育者の援助志向性—バーンアウト予防の可能性を探る— お茶の水女子大学心理臨床相談センター紀要, 13, 11-18.
- 21) 岡田節子・齋藤友介・中嶋和夫 (2001). 保育士の職場環境ストレス認知尺度 保育学研究, 39, 209-215.
- 22) 宇佐美尋子・西智子・高尾公矢 (2015). 保育者のストレスに関する研究—女性企業従業員との比較検討— 聖徳大学紀要研究, 26, 1-7.
- 23) 福島久美子・清水寿代 (2017). 保育士のバーンアウトに影響を及ぼす要因の検討—発達障害に関する知識に着目して— 広島大学大学院幼年教育研究年報, 39, 13-22.
- 24) 池田幸代・大川一郎 (2012). 保育士・幼稚園教諭のストレスが職務に対する精神状態に及ぼす影響—保育者の職務や職場環境に対する認識を媒介変数として— 発達心理学研究, 23, 23-35.
- 25) 森田多美子・植村勝彦 (2011). 保育所に勤務する保育士のバーンアウトに影響を及ぼす要因の検討 愛知淑徳大学論集心理学部篇, 1, 67-81.
- 26) 金城 悟・小野澤昇・柿澤敏文 (2008). 児童福祉施設に勤務する保育者の精神的健康について (2) ストレッサーの分析 東京成徳短期大学紀要, 41, 75-86.
- 27) 磯野富美子・鈴木みゆき・山崎喜比古 (2008). 保育所で働く保育士のワークモチベーションおよびメンタルヘルスとそれらの関連要因 小児保健研究, 67, 367-374.
- 28) 小林幸平・箱田琢磨・小山智典・小山明日香・栗田 広 (2006). 保育士におけるバーンアウトとその関連要因の検討 臨床精神医学, 35, 563-569.
- 29) 木村直子・赤川陽子 (2016). 保育士のストレス要因に関する研究—職場でのストレス要因・個人的なストレス要因に着目して— 鳴門教育大学研究紀要, 31, 136-145.
- 30) 神谷哲司・杉山 (奥野) 隆一・戸田有一・村山祐一 (2011). 保育園における雇用環境と保育者のストレス反応—雇用形態と非正規職員の比率に着目して— 日本労働研究雑誌, 53, 103-114.
- 31) 藤岡孝志 (2011). 共感疲労の観点に基づく援助者支援プログラムの構築に関する研究 日本社会事業大学研究紀要, 57, 201-237.
- 32) 齋藤恵美・田中紀衣・村松公美子・橘 玲子・宮岡 等 (2009). 保育従事者のバーンアウトとストレス・コーピングについて 新潟青陵大学大学院臨床心理学研究, 3, 23-29.
- 33) 植田 智 (2002). 保育士におけるバーンアウト—他のヒューマン・サービスと比較しての探索的研究— 鳥取短期大学研究紀要, 45, 39-47.
- 34) 竹村明子・辻 尚也 (2018). 燃え尽き症候群 (バーンアウト) に関する保育職と介



- 護職の比較 仁愛大学研究紀要, 17, 9-18.
- 35) 木曾陽子 (2016). 未診断の発達障害の傾向がある子どもの保育や保護者支援と保育士の心理的負担との関係—バーンアウト尺度を用いた質問紙調査より— 保育学研究, 54, 67-78.
- 36) 吉兼伸子 (2016). 保育・教育職種の業務上の負担感の比較—学習面・行動面で著しい困難を示す子どもに対する負担感を中心として— 保育と保健, 22, 67-72.
- 37) 木曾陽子 (2013). 発達障害の傾向がある子どもと保育士のバーンアウトの関係—質問紙調査より— 保育学研究, 51, 199-210.
- 38) 吉兼伸子・林隆 (2010). 特別支援教育時代における保育士の業務上の保育困難感について 山口県立大学学術情報, 3, 81-87.
- 39) 榊原良太・富塚ゆり子・遠藤利彦 (2017). 子ども・保護者との関わりにおける保育士の認知的な感情労働方略と精神的健康の関連 発達心理学研究, 28, 46-58.
- 40) 関谷大輝 (2016) 感情的不協和経験の概念的再検討—対人援助職従事者による記録調査データを用いて— 福祉心理学研究, 13, 43-53.
- 41) 松浦美晴・上地玲子 (2019). 保育士を対象とした「リアリティショック対応研修会」 山陽論叢, 25, 123-137.
- 42) 西川晶子 (2018). 男性保育者のキャリアコースと心理的適応 信州豊南短期大学紀要, 35, 38-54.
- 43) 塚本和代 (2018). 学校と社会の円滑な接続を図るためのキャリア教育についての一考察—保育士までのプロセスと新採時のリアリティ・ショックから— 白鳳女子短期大学研究紀要, 13, 65-74.
- 44) Matsuura, M., Kamiji, R., & Minagawa, J. (2016). Revealing Aspects of Reality Shock Employed less than One Year : Experienced by Nursery Teachers by Interviews. The Sanyo Review, 23, 135-141.
- 45) 谷川夏実 (2013). 新任保育者の危機と専門的成長—省察のプロセスに着目して— 保育学研究, 51, 105-116.
- 46) 浦井伸子 (2008). 新任保育士研修報告 横浜女子短期大学研究紀要, 23, 39-59.
- 47) 越中康治・中村多見・目久田純一 (2019). 保育者は保護者とのかわり際の際に何を心がけているのか—バーンアウト傾向と保護者支援の困難さの認知との関連— 宮城教育大学情報処理センター研究紀要, 26, 65-72.
- 48) 福島 豪 (2017). 保育者のリアリティショック—福祉的支援に焦点を当てて— 社会福祉科学研究, 6, 81-89.
- 49) 岩切裕美・佐藤和順・柏 まり (2017). 保育者のワーク・ライフ・バランスとバーンアウトの関連性に関する研究 教育学研究紀要, 63, 406-411.
- 50) 田中紀衣・村松公美子・片桐敦子・村松芳幸・宮岡 等 (2012). 保育従事者におけるバーンアウトとコーピングに関する検討—看護師との比較— 新潟青陵大学大学院臨床心理学研究, 6, 41-45.
- 51) 関谷大輝・湯川進太郎 (2009). 対人援助職者の感情労働における感情的不協和経験の筆記開示 心理学研究, 80, 295-303.
- 52) 白石京子・船崎澄子 (2017). 保育士の精神的健康に影響を与える要因の研究—ストレス反応と保育士ストレス・ストレスコーピング・保育者能力との関連— 日本人間関係学会第25回全国大会, 15-16.

- 53) 高木 亮・田中宏二 (2003). 教師の職業ストレスに関する研究—教師の職業ストレスとバーンアウトの関係を中心に—教育心理学研究, 51, 165-174.
- 54) 厚生労働省 (2015). 保育士等に関する関係資料 ([https://www.mhlw.go.jp/file/05-Shingikai-11901000-Koyoukintoujidoukateikyoku-Soumuka/s.1\\_3.pdf](https://www.mhlw.go.jp/file/05-Shingikai-11901000-Koyoukintoujidoukateikyoku-Soumuka/s.1_3.pdf)) 最終閲覧2019年10月25日
- 55) Glaser, B. G., & Strauss, A. L. (1967). The Discovery of Grounded Theory: Strategies for Qualitative Research. Chicago : Aldine Publishing Company
- 56) 木下康仁 (1999). グラウンデッド・セオリー・アプローチ—質的実証研究の再生—弘文堂
- 57) Riessman, C. K. (2008). Narrative Methods for the Human Sciences. Thousand Oaks, CA: Sage.
- 58) 樋口耕一 (2014). 社会調査のための計量テキスト分析 —内容分析の継承と発展を目指して— ナカニシヤ出版

## **Abstract**

In this study, we organized the findings from previous studies concerning childcare workers' mental health and explored new perspectives to develop this research area. We conducted a systematic review of studies that empirically examined childcare workers' stressors, stress response, burnout, reality shock, and turnover. We searched for relevant articles in two Japanese bibliographic databases. We found a total of 174 reference records, and 42 articles were included in the review. The collected studies were divided into two categories: childcare workers' stressors, which included stressors and reality shock; and childcare workers' stress response which included burnout, turnover and other stress responses. The results indicated that multiple aspects of childcare workers' stressors increased their burnout and stress responses. Especially, stressors in the workplace environment contributed to their turnover. Studies of reality shock were examined using qualitative research and we see potential for future research using quantitative methods. Finally, the four perspectives to develop this study area were discussed.

**Keywords** : childcare worker, mental health, stress, burnout, systematic review