

学位論文要約

中国における保育者のメンタルヘルスに関する研究
——レジリエンスとコーピングに着目して——

王 路曦

広島大学大学院教育学研究科

2016 年

1. 論文題目

中国における保育者のメンタルヘルスに関する研究
—レジリエンスとコーピングに着目して—

2. 論文構成

第1章 本研究の目的と方法

第1節 研究の背景

第1項 保育者のストレス環境と保育者が抱える問題

第2項 国家政策の実施や課題

第2節 保育者のメンタルヘルスに関する先行研究

第1項 中国国内における保育者のメンタルヘルスに関する研究

第2項 海外における保育者のメンタルヘルスに関する研究

第3節 研究の目的と方法

第1項 本研究の目的

第2項 本研究の枠組みと研究方法

第2章 保育者のストレス環境とメンタルヘルスの実態

第1節 調査の目的と方法

第2節 結果と考察

第1項 保育者のストレス環境とメンタルヘルスの実態

第2項 外部ストレスとメンタルヘルスとの関連

第3章 保育者のレジリエンスの実態とメンタルヘルスとの関連

第1節 保育者のレジリエンスの実態

第1項 調査の目的と方法

第2項 保育者のレジリエンスの実態

第2節 保育者のレジリエンスとメンタルヘルスとの関連

第1項 分析の視点

第2項 結果と考察

第3節 保育者のレジリエンスの特徴とメンタルヘルスの改善への示唆

第1項 経験年数や学歴別にみた保育者のレジリエンスの特徴

第2項 レジリエンスの視点からメンタルヘルスの改善への示唆

第4章 保育者のコーピングの実態とメンタルヘルスとの関連

第1節 保育者のコーピングの実態

第1項 調査の目的と方法

第2項 保育者のコーピングの実態

第2節 保育者のコーピングとメンタルヘルスとの関連

第1項 分析の視点

第2項 結果と考察

第3節 保育者のコーピングの特徴とメンタルヘルスの改善への示唆

第1項 経験年数や学歴別にみた保育者のコーピングの特徴

第2項 コーピングの視点からメンタルヘルスの改善への示唆

第5章 保育者のメンタルヘルスの関連要因が与える影響

第1節 保育者のストレス対応

第2節 保育者のメンタルヘルスに影響を与える内部や外部要因に対する考察

第6章 成果と課題

第1節 保育者のメンタルヘルスの特質と改善策

第2節 本研究の限界と今後の課題

引用文献

資料

3. 論文概要

第1章 本研究の目的と方法

近年中国においては、保育者のメンタルヘルスの状況が悪化していると指摘されている(王景芝ら、2004; 路、2006)。その影響を受け、仕事効率の低下(路、2006)、子どもへの虐待(王景芝ら、2004; 王勇、2008; 陳ら、2009)、離職年齢層の拡大(冯ら、2007; 張ら、2008)なども生じており、保育の質や子どもの成長にも影響を与えることが報告され(劉双菊、2009)、解決すべき喫緊の課題となっている。

この状況を改善するために、中国政府は「基礎教育課程改革の推進に関する意見」(教育部、2010)や「財政部や教育部の就学前教育への財政投入についての通知」(財政部・教育部、2011)を公布し、保育者の待遇の改善、職場環境などの整備を実施した。しかし、このような措置にもかかわらず、SymptomCheck-List90(以下、SCL-90と略す)調査の結果、四川省の保育者のメンタルヘルスの重篤度は全国の一般成人より高く、メンタルヘルスが低下した状況にあることが指摘されている(王鋼ら、2014)。また、江蘇省や広西省などの全国各地の保育者も同様に、メンタルヘルスが低下しているという指摘もある(王云、2015; 高、2015)。

近年中国では、保育者のメンタルヘルスの改善に関する研究が増加している。例えば、馬(2002)、劉秀麗(2004)、王龍(2002)は、保育職のメンタルヘルスの一般的特性を明らかにしている。また、王龍(2002)、陳ら(2004)は、全国一般成人と保育者、男性と女性、公私立保育施設間、地域間および民族間などの保育者個人のメンタルヘルスの特性や影響要因を抽出し比較した。さらに、メンタルヘルスに影響を及ぼす外部要因に関する研究も見られる(劉双菊、2009; 周、2010; 楊、2011; 張、2013; 王鋼、2013)。これらの研究では、保育者のメンタルヘルスの状況及び影響を与える環境ストレスに対する検討を行っているが、保育者自身の対応に関しては言及されていない(図1)。

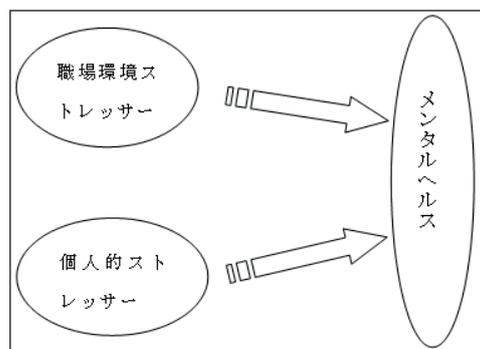


図1 これまでの研究におけるメンタルヘルスの形成

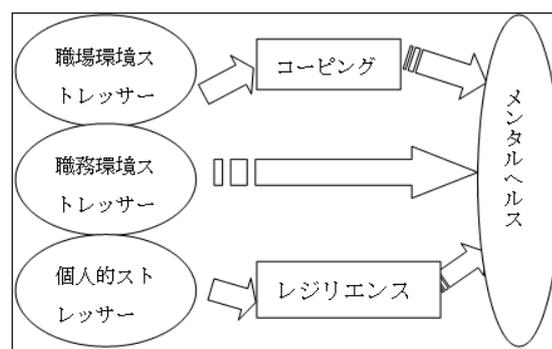


図2 本研究におけるメンタルヘルスの形成

海外の研究において、ストレスに対する個人の対応は、レジリエンス(resilience)とコーピング(coping)という概念を用いて説明されている。レジリエンスは、人がストレス刺激を受けた際に、無意識的に使用する忍耐力と、不適応な状況に陥った際に正常に戻ろうとする回復力を合わせた総合的能力と定義され(Masten、1990)、コーピングは、意識的に解決法を探索し、多様な解決法でストレスに対処することと定義される(Lazarus & Folkman、1984)。

このように、ストレスに直面する際に、レジリエンスとコーピングを使用し、外部環境からのストレスに対応することを経て、個人のメンタルヘルスが形成・維持される。そのため、良好なメンタルヘルスを保持しようとするとき、ストレス源となる外部

環境を改善するだけでなく、個人の対応にも着目する必要がある（図 2）。以上を踏まえ本研究では、これまでに重視された外部環境だけでなく、レジリエンスとコーピングの両者にも着目して、中国における保育者のメンタルヘルスを良好に形成・維持するための方法や手段を検討し、改善策を探ることを目的とする。

上村（2012）によれば、レジリエンスとコーピングは経験年数の違いにより、変化が生じる。また、斎藤ら（1999）、久世（2014）により、学歴の差異もレジリエンスとコーピングの獲得に影響を与えるため、本研究では、保育者のレジリエンスとコーピングの特徴を経験年数と学歴の 2 側面から分析を行う。具体的には、経験年数別に新人保育者、中堅保育者、ベテラン保育者に分類し、学歴別に中等卒保育者、専科卒保育者、本科卒保育者に分類した。

本研究においては目的を達成するために、以下の 3 つの課題を設定した。

第一に、外部環境からのストレスと保育者のメンタルヘルスそれぞれの実態、また、その間にどのような関係があるかを明らかにする（第 2 章）。

第二に、保育者のメンタルヘルスに影響を及ぼす要因として、レジリエンスとメンタルヘルスの関連、保育者のレジリエンスの特徴（第 3 章）、コーピングとメンタルヘルスの関連、保育者のコーピングの特徴（第 4 章）について分析を行う。

第三に、外部環境からの刺激と保育者自身の対応を合わせて、メンタルヘルスの形成と外部や内部の影響との関連性を考察し（第 5 章）、中国における保育者のメンタルヘルスに影響を与える因子の特質からメンタルヘルスを良好に保つ方法を検討する（第 6 章）。

第 2 章 保育者のストレス環境とメンタルヘルスの実態

本章では、質問紙調査を通して、外部環境からのストレスと保育者のメンタルヘルスそれぞれの実態と、その間にどのような関係があるかを明らかにした（配布数は 200 部、回収数は 200 部（100%）、有効回答数は 189 部（94.5%）であった。調査期間は 2014 年 8 月から 9 月であった）。

調査内容は、「個人的背景要因」として、年齢、性別、経験年数、学歴の 4 項目を設定した。保育者のストレスについては、「職務自体のストレス」の 2 因子、「職場環境のストレス」の 4 因子、「個人的ストレス」の 2 因子で説明する指標を尺度として使用した。また、保育者のメンタルヘルスの測定は、SCL-90 症状自評量表（90 項目で構成される）を使用した。得点（重篤度）が高いほど、メンタルヘルスの状況が悪いと判断される。

表 1 経験年数別にみた保育者のメンタルヘルス状況

	人数	メンタルヘルス良好群		メンタルヘルス不調群		不調群の割合 %	
		M±SD	人数	M±SD	人数		M±SD
全体	189	1.72±0.36	65	1.59±0.26	124	1.89±0.39	65.61
新人	116	1.68±0.31	39	1.31±0.18	77	1.81±0.23	66.38
中堅	29	1.36±0.35	26	1.26±0.12	3	1.36±0.35	10.34
ベテラン	44	2.05±0.20	2	2.01±0.21	42	2.05±0.18	95.45

その結果、経験年数別にみると、メンタルヘルスの状況に関して、ベテラン保育者のメンタルヘルス重篤度は他の 2 種類の保育者より高く、ストレス環境に関しても、ベテラン保育者のストレス反応得点が他の 2 種類の保育者より高かった。特に、職務自

体のストレスにおける「役割の曖昧な職務負担」と職場環境ストレスにおける「同僚との関係」の得点が高いことが示された。

表2 経験年数別にみた保育者のストレス反応得点状況

	職務自体のストレス		職場環境のストレス				個人的ストレス		平均値
	役割の曖昧な職務負担	職務の実施困難	役割葛藤	同僚との関係	組織風土	評価懸念	個人・家庭の問題	育児・家事	
全体	2.42	2.33	2.38	2.33	2.28	2.40	2.39	2.33	2.34
新人	2.26	2.15	2.15	2.26	2.08	1.97	2.65	2.88	2.31
中堅	2.32	2.27	2.36	1.86	2.35	2.57	2.42	2.55	2.34
ベテラン	2.67	2.57	2.62	2.87	2.41	2.56	2.11	1.56	2.43

また、学歴別にみた結果、メンタルヘルスの状況に関して、本科卒保育者のメンタルヘルス不調群の割合は他の2種類の保育者より高く、ストレス環境に関しても、本科卒保育者のストレス反応得点が他の2種類の保育者より高かった。特に、職務自体のストレスにおける「役割の曖昧な職務負担」と職場環境ストレスにおける「同僚との関係」の得点が高いことが示された。

表3 学歴別にみた保育者のメンタルヘルス状況

	メンタルヘルス良好群		メンタルヘルス不調群		不調群の割合 %		
	人数	M±SD	人数	M±SD			
全体	189	1.72±0.36	65	1.59±0.26	124	1.89±0.39	65.61
中等	51	1.64±0.35	21	1.28±0.16	30	1.89±0.20	58.82
専科	110	1.67±0.35	44	1.30±0.16	66	1.85±0.26	60.00
本科	28	2.05±0.26	1	1.89±0.20	27	2.06±0.19	96.43

表4 学歴別にみた保育者のストレス反応得点状況

	職務自体のストレス		職場環境のストレス				個人的ストレス		平均値
	役割の曖昧な職務負担	職務の実施困難	役割葛藤	同僚との関係	組織風土	評価懸念	個人・家庭の問題	育児・家事	
全体	2.42	2.33	2.38	2.33	2.28	2.40	2.39	2.33	2.34
中等	1.98	2.29	2.25	2.37	2.21	2.38	2.55	2.46	2.31
専科	2.12	1.77	2.26	2.28	2.15	2.41	2.65	2.32	2.25
本科	2.57	2.32	2.31	2.85	2.27	2.46	2.39	2.41	2.46

さらに、各ストレスとメンタルヘルスの相関係数を算出した結果、外部環境のストレスのいずれもメンタルヘルスと有意な正の相関がみられた。

以上の結果から、職場環境、職務環境、個人環境からのストレスが保育者の心理的症状、身体的症状、生活関係などのいずれにも影響を与えることが明らかになった。特に、曖昧な役割の負担などの職務環境が大きく影響していることも明らかになった。外部環境がメンタルヘルスに影響を与え、間接的に保育の質の低下（王景芝ら、2004；王勇、2008）、保育者の離職率の拡大（冯ら、2007；張ら、2008）につながっていること

も推察できる。

また、現在の中国においては、保育者の経験の蓄積と学歴の向上に伴い、ストレス環境とメンタルヘルスともに悪化していることが明らかになった。このことから、保育者のキャリアパスの形成のしにくさと、本科卒業生の保育職への就職率の低さが推察された。つまり、経験年数別にみたベテラン保育者や学歴別にみた本科卒保育者のメンタルヘルスの改善が現代中国において、喫緊の課題であると考えられる。

第3章 保育者のレジリエンスの実態とメンタルヘルスとの関連

表5 経験年数別にみた中国における保育者のレジリエンスおよび構成因子の得点

		度数	平均値	標準偏差	Kruskal-Wallis 検定
新人	レジリエンス	116	96.99	7.19	}
	ソーシャルサポート	116	44.08	4.14	
	自己効力感	116	34.83	4.34	
	社会性	116	18.09	2.01	
中堅	レジリエンス	29	99.59	2.98	}
	ソーシャルサポート	29	44.90	1.70	
	自己効力感	29	36.45	2.61	
	社会性	29	18.24	2.03	
ベテラ ン	レジリエンス	44	91.98	7.93	}
	ソーシャルサポート	44	40.89	4.74	
	自己効力感	44	33.00	3.95	
	社会性	44	18.09	1.92	

* < .05, ** < .01

本章では、中国における保育者のレジリエンスの実態を明らかにし、メンタルヘルスとの関連を考察した。尺度として使用された「S-H 式レジリエンス検査」(祐宗, 2007)は、「ソーシャルサポート因子」、「自己効力感因子」、「社会性因子」の3因子で構成されている。

経験年数別にみた結果(表5)、レジリエンスや構成因子の自己効力感において、中堅保育者、新人保育者、ベテラン保育者という順で高かった。ソーシャルサポートにおいて、新人保育者と中堅保育者はベテラン保育者より高かったが、新人保育者と中堅保育者の間に、有意差は見られなかった。

学歴別にみた結果(表6)、レジリエンスにおいて、中等卒保育者は専科卒保育者と本科卒保育者より高かった。自己効力感においても、同様の順である。また、メンタルヘルスとレジリエンスの関連性については、社会性因子以外に、レジリエンス及び構成因子とメンタルヘルス重篤度との間には有意な負の相関が見られた。

表6 学歴別にみた中国における保育者のレジリエンスおよび構成因子の得点

		度数	平均値	標準偏差	Kruskal-Wallis 検定
中等	レジリエンス	51	99.25	8.36	* *
	ソーシャルサポート	51	44.27	4.50	
	自己効力感	51	36.35	4.45	
	社会性	51	18.63	1.82	
専科	レジリエンス	110	95.11	6.71	* *
	ソーシャルサポート	110	42.98	4.36	
	自己効力感	110	34.26	3.84	
	社会性	110	17.86	1.99	
本科	レジリエンス	28	95.07	6.21	* *
	ソーシャルサポート	28	43.86	3.17	
	自己効力感	28	33.07	3.91	
	社会性	28	18.14	2.10	

*<.05, **<.01

本調査の結果により、中国の保育者は、レジリエンスの増加と共に、メンタルヘルスの状況がよくなり、不調群の割合が低くなることが明らかになった。中国の保育者はレジリエンスの能力を有しているものの、経験年数の増加により、レジリエンスが拡大していないことも示された。一般的に、職業人の場合、経験年数の増加による専門的な知識やスキルの増加、ならびに精神的な安定の持続は、職業を維持するための重要な条件と言われている (Wyatt, 1996)。すなわち、保育者が精神的に安定して仕事を継続するためには、経験年数の増加により、対応力であるレジリエンスが高まることが重要である。例えば、日本では、保育者は経験年数が増加するにつれて自己効力感が増し、それによってレジリエンスも高まることが、メンタルヘルスを良好に保つために望ましいとされている (王路曦ら、2016)。これまで、中国においても、ベテラン保育者は保育経験も豊かで、レジリエンスも高まっていると考えられていたが、本調査の結果からは、ベテラン保育者のレジリエンスは必ずしも高いものとは言えず、今後はこのことを踏まえてベテラン保育者への支援や研修のあり方を考える必要がある。

また、学歴別にみた結果、中国の保育者は学歴の向上に伴い、自己効力感が増加していないことから、実際の保育現場での問題対処の難しさ (唐、2009) や保育への自己効力感の欠如 (鄧、2013) が問題になっていると推察できる。一般的に、保育者の学歴が高くなるにつれて、レジリエンスの増加も期待される (国務院、1993) が、本調査の結果では、高等卒保育者は学歴が高くても、新たなレジリエンスを獲得していない。特に自己効力感が中等卒保育者より低いことから、高等卒保育者は基本知識や基本技能が備わっておらず、保育職への愛着も低いことが理由として考えられる。これを踏まえ、学歴を維持しながらレジリエンスを高めていくために、高等卒保育者の専門性を養成しながら、実習での基本技能の学習も重視し、自己効力感を養成する必要があると考える。

第4章 保育者のコーピングの実態とメンタルヘルスとの関連

本章では、ラザルス式コーピング調査紙 (Lazarus Type Stress Coping Inventory 以下、SCI) を使用し、保育者のコーピングを測定した上で、中国における保育者のコーピングの特徴を明らかにし、メンタルヘルスとの関連を明らかにした。SCI では、コーピングを8つの対処型で構成している。各対処型の得点について基準値との比較を行い、コーピングを有している保育者と有していない保育者の人数を算出して検討した。

その結果、8つの対処型の内、全体では社会的支援模索型と逃避型のみ、保育群が非保育群より有意に多かった。これに対して、計画型、責任受容型、自己コントロール型、離隔型、肯定評価型は保有されていなかった。また、経験年数別に、新人保育者やベテラン保育者は、中堅保育者と比較して離隔型も保有していないことが明らかになった。学歴別では、専科卒保育者は社会的支援型しか保有していないこと、本科卒の保育者が保有しているコーピングは見られなかったことが明らかになった。さらに、コーピングとメンタルヘルスの関連について、全体では保育者のコーピング得点とメンタルヘルスの間に有意な負の相関が見られた。また、各対応型について、計画型、対決型、社会的支援模索型以外の5つの対応型とメンタルヘルスの間に有意な負の相関が見られた。

以上の結果より、保育者が保有しているコーピング型は、社会的支援模索型と逃避型の2型しかないことが示された。そこから、中国の保育者は経験年数の蓄積や学歴の向上により、多数の対処型を獲得しておらず、特定の対処方法でストレスへの対応をしていることが推察される。保育現場で生じた問題に対して、特定の対処方法で解決できることもあるが、新しい保育ニーズが発生した際には、対応が困難なことも考えられる。また、全体的に計画型、責任受容型などの多数の対応型を保有していないことから、保育者は、保育計画 (東ら、2004) や、責任感の養成 (柳、2014) などの研修が不足していることも推察される。さらに、コーピングの使用により、メンタルヘルスが改善できることも検証されたため、専門的知識や技能の研修、多様な保育ニーズや保育場面を体験させ、保育者が多様なコーピング型を獲得できるよう援助することも重要であろう。

第5章 保育者のメンタルヘルスの関連要因が与える影響

本章では、1) 外部環境ストレスがメンタルヘルスと関連する (第2章)、2) レジリエンスがメンタルヘルスの緩和に影響を与える (第3章)、3) コーピングの使用がメンタルヘルスの緩和に影響を与える (第4章) という結果を統合し、中国における保育者のメンタルヘルスに影響を与える外部や内部要因について、仮説モデルを検証し、保育者のメンタルヘルスと外部や内部の要因との因果関係を明らかにした。

仮説モデルを検証した結果、図3に示すように (モデル適合度 GFI=0.92、RMSEA<0.08)、ほぼ仮説が支持され、外部環境のストレスの増加はメンタルヘルスの重篤度やレジリエンスとコーピングの使用を増加させる一方で、レジリエンスとコーピングの使用はメンタルヘルスの重篤度を軽減させることが示された。

また、前章の結果を踏まえ、具体的に、3つのストレスのいずれも直接メンタルヘルスに影響し、特に、職務自体のストレスにおける「役割の曖昧な職務負担」と職場環境ストレスにおける「同僚との関係」の影響が大きいことが明らかになった。また、職務ストレスと職場ストレスがレジリエンスとコーピングにも影響することと、レジリエンスは主に自己効力感やソーシャルサポート、コーピングは主に責任受容型、自己コントロール型、逃避型、離隔型、肯定的評価型として反映されていることが明らかになった。

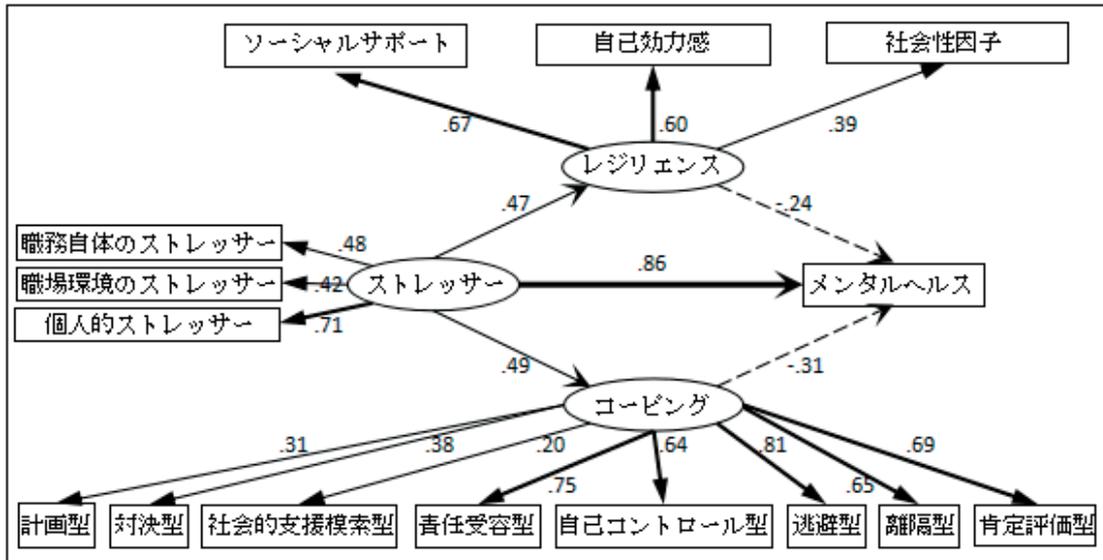


図3 メンタルヘルスに影響を与える内外因子の因果モデル

さらに、レジリエンスとコーピングの相関を検定した結果、有意な相関は下位因子のソーシャルサポートと逃避型の間でしか見られなかった。また、相関係数が小さいため、レジリエンスとコーピングはメンタルヘルスに影響を与える一方、お互いに相関が低いことが明らかになった。

中国において、保育者のメンタルヘルスの状況を改善するため、保育者の待遇、仕事の繁忙感などの外部環境に対する対策はすでに実施されている(朱ら、2012;逢、2014)。一方で、それらの対策に対する限界も指摘されている(滑、2014)。本研究の結果により、外部環境だけではなく、レジリエンスとコーピングの獲得により、保育者のメンタルヘルスが良好になることが示された。特に、レジリエンスに関して、ベテラン保育者や本科卒保育者の自己効力感やソーシャルサポート、コーピングに関して、各種保育者の多様な対処型の養成を促進することにも明らかな効果があることから、メンタルヘルスの改善に対する新たな示唆を得た。

第6章 成果と課題

本研究では、中国における保育者のメンタルヘルスの実態と、メンタルヘルスに関連する要因を明らかにすることにより、中国における保育者のメンタルヘルスの特質に関しては、以下の知見が得られた。

第一に、保育者に関わる外部環境のストレスとメンタルヘルスそれぞれの実態については、第2章での調査を通して明らかにした。その結果、経験年数別に、ベテラン保育者のメンタルヘルス不調率は他の2種類の保育者より高く、外部環境からのストレスも他の2群より高く、学歴別に、本科卒保育者のメンタルヘルス不調率は他の2種類の保育者より高く、外部環境からのストレスも他の2群より高かった。また、外部環境のストレスにおいて、すべての保育者のメンタルヘルスと正の相関が見られる職務自体のストレスにおける「役割の曖昧な職務負担」と職場環境ストレスにおける「同僚との関係」の得点が特に高いことも示された。

第二に、保育者自身の対応力について、第3章で経験年数別に、ベテラン保育者はソーシャルサポートと自己効力感が低いいため、レジリエンスが新人保育者や中堅保育者よ

り低いこと、学歴別に、高等卒保育者の自己効力感が低いため、中等卒保育者よりレジリエンスが低いことを明らかにした。育者自身の対応方法について、第4章で中国の保育者が保有しているコーピング型は2型しかないことを明らかにした。また、コーピングの使用により、メンタルヘルスが改善できることも検証されたことを踏まえ、多様な保育ニーズや保育場面を体験させ、保育者が多様なコーピング型を獲得できることが、メンタルヘルスの改善策に有効であると考察した。

第三に、保育者のメンタルヘルスに影響を与える外部や内部の関連要因について、第5章で検討した結果、外部環境のストレスが直接メンタルヘルスに影響を与えるだけではなく、レジリエンスとコーピングを通して、間接的にメンタルヘルスに影響することも示された。そのため、メンタルヘルスの改善にあたって、外部環境だけではなく、保育者のレジリエンスとコーピングの改善も有効であることが明らかになった。

本研究において、中国における保育者のメンタルヘルスの不調は、主に経験年数にベテラン保育者、学歴別に本科卒保育者で示されたことが明らかになった。この課題の改善策を探るために、以下では、外部環境と保育者自身の対応の2側面から考察を行う。

ベテラン保育者のメンタルヘルスの不調に関しては、外部環境にある曖昧な役割の負担などの職務自体と関連するストレスが大きいこと、対応力のレジリエンスとなるソーシャルサポートが低いことが原因として示された。職務経験を重視する保育職においては、ベテラン保育者は経験が豊かで管理職や他の保育者に信頼されるため、任される仕事も多くなり、責任や負担もほかの保育者より多くなる。一方、保育職は離職率の高い職種であり、キャリアを積んだベテラン保育者は少ない。趙ら（2007）によると、全体的な経験年数別の構成比において、経験年数20年以上のベテラン保育者は12.3%しか占めない。そのため、ベテラン保育者が相談できる同期、あるいは、同じ状況にある同僚が少ない。また、「職場環境のストレス」における「同僚との関係」という項目の得点から、ベテラン保育者と新人保育者の人間関係も良くない状況にあると明らかにしたことを踏まえ、ベテラン保育者は責任が重くなる一方で、同僚からのサポートが少ない現状に置かれていると推測できる。

このようなベテラン保育者の外部環境と自身の対応状況を改善するために、日々の保育や仕事に即した形で、ベテラン保育者に職務に関する仕事や責任を分担し、職場の他の保育者から支援を受けられる体制を整えることが効果的であると考えられる。その前提として、ベテラン保育者を取り巻く職員間の人間関係も含めた職場環境の整備が不可欠であろう。

しかし、実際には、中国の保育現場において、ベテラン保育者から新人保育者への支援はよく見られるが、ベテラン保育者への支援は行われておらず、そのような制度も整っていない。現在の中国においては、一般的に新人保育者とベテラン保育者のマンツーマンの指導体制が実施されている。日常の保育場面以外でも、新人保育者の面倒を見ることがベテラン保育者の責任となっている。このような一方的な支援ではなく、新人保育者も仕事をできるだけ分担し、ベテラン保育者のサポートをすることが、曖昧な役割分担と人間関係の改善ができ、ベテラン保育者のメンタルヘルスの向上にも効果が期待できる。

本科卒保育者のメンタルヘルスの不調に関しては、外部環境についても、曖昧な役割の負担などの職務自体のストレスが大きいことが原因であった。さらに、対応力であるレジリエンスにおける自己効力感の低さ、対応方法のコーピングにおける保有型の少なさも原因であることが本研究で示された。

自己効力感は、三木ら（1998）によると、「保育場面において子どもの発達に望ましい変化をもたらすことができるであろう保育的行為を取ることができる信念」と定義される。このような自己効力感を高めるためには、子どもの発達に望ましい変化をもたらすと思われる保育的行為を選び取れることを目標にすることが有効であろう。実際の保育においてそのような保育行為を選び取るためには、保育に対する自信（嶋崎・森、1995）、豊かな専門知識（許、2005）、臨機応変の判断（加藤ら、2012）が必要であり、これらは、長年蓄積した経験と現場での実習や研修などを通して習得できる（三宅、2005）。

しかし、近年、高等保育者養成校においては、新しいカリキュラムに基づいて、実習時間が減少し、保育者と子どもの接触が少なくなっている。例えば、張（2011）の幼児師範大学生に対する調査では、実際の実習時間は、わずか4から6週間となっている。これは10年前の半分の時間にしかならず、獲得できた自己効力感も限られている。そのため、保育者養成校で実習時間の延長と、保育現場での研修を通して自己効力感を習得することが必要である。

この状況を踏まえ、具体的な改善策としては、呂（2012）が指摘した保育者に対する園内研修の取り組みが参照できる。これは、保育者に対して、園長や主任が指導者となり、園内で定期的実施するものであり、研修項目や研修内容は日々の保育者の仕事に密着した具体性の高い内容と最新の保育理念で行われる保育モデルからなっている。こうした継続的な取り組みにより、保育者が仕事の技術と最新の知識を習得し、自己効力感を高めていくことが期待できる。また、お互いに尊重しつつ協力できる環境を構築し、資質能力を向上させる（何、2007）。さらに、このような実習や研修を通して、自己を振り返り変えていこうとする姿勢（石川・井上、2010）や問題と正面から向き合い解決する姿勢（宮下、2010）、自分の能力で計画的に問題に対処する態度、思考するよう努めることなどが養成され、その結果、保育者が多様なコーピングも保有することもできるようになると考える。

以上のように、中国における保育者のメンタルヘルスの改善に関して、役割の曖昧な職務環境の改善、園内実習や研修により自己効力感を高めることとコーピングを獲得すること、ソーシャルスキルトレーニング等を通して、対人関係を良好に保つことなどが有効な手段であると考えられる。

最後に、本研究では、中国における保育者のレジリエンスとコーピングに着目して、メンタルヘルスの重篤度、メンタルヘルスと外部環境のストレス、保育者自身の対応状況を明らかにした上で、メンタルヘルスの改善への示唆を考察したが、メンタルヘルスやレジリエンスの状況の良好な保育者のみが、離職しないで保育現場に残っている可能性は否定できない。また、レジリエンスとコーピングの検討を行ったが、保育者の属性によるメンタルヘルスの差異に関しては、質的分析を行っていなかった。そのため、離職直後の保育者を調査対象に入れていないことと、保育者それぞれの具体的なメンタルヘルスの差異を検討していないことは本研究の限界であり、今後の検討課題としたい。

引用参考文献

日本語文献

- 石川洋子・井上清子. 保育士のストレスに関する研究（1）-職場のストレスとその解消-
文教大学教育学部紀要 2010;44:113-120
- 上村真生. 保育者のメンタルヘルスに関する研究:保育者の経験年数に着目して. 保育学研究 2012;53:53-60

- 王路曦. 中国における保育者のメンタルヘルスに関する研究:レジリエンスに着目して. 教育学研究科紀要 2015;64:147-154
- 王路曦・上村眞生・七木田敦. 日中保育者のメンタルヘルスに関する比較研究:レジリエンスに着目して. 小児保健研究 2016;75(掲載決定済)
- 王路曦. 中国における保育者養成に関する研究:中等師範学校に対する改革に注目して. 教育学研究紀要 2010;56; 286-291
- 何京玉. 中国における幼稚園教員研修制度の特質と課題--幼稚園園長研修に関する政策の検討を中心に. 広島大学大学院教育学研究科紀要 2007;56:87-91
- 加藤孝士・浜崎隆司・寺菌さおり. 保育専攻短期大学生の保育者効力感と対児感情の関連:実習による変化の視点から. 四国大学紀要 2012;38:69-74
- 久世浩司. 世界のエリートがIQ・学歴よりも重視!「レジリエンス」の鍛え方. Educational public opinion 2014;35:1311
- 齋藤圭介・原田和宏・布元義人. Latack コーピング尺度改訂版の因子不変性に関する検討. 岡山県立大学保健福祉学部紀要 1999;6:37-44
- 嶋崎博嗣・森昭三. 保育者の精神健康に影響を及ぼす心理社会的要因に関する実証的研究. 保育学研究 1995;33:175-184
- 祐宗省三. 『S-H式レジリエンス検査』. 竹井機器工業株式会社 2007
- 世界保健機関. メンタルヘルスアクションプラン 2013-2020. 自殺予防総合対策センター(訳)2014
- 日本心理研究所. ラザルス式ストレスコーピングインベントリー. 実務教育 2002
- 原郁水・古田真司・村松常司. 小学生のストレスへの感受性とレジリエンスがセルフエスティームに及ぼす影響. 学校保健研究 2011;53:277-288
- 三木知子・桜井茂男. 保育専攻短大生の保育者効力感に及ぼす教育実習の影響. 教育心理研究 1998;46:203-211
- 三宅幹子. 「保育者効力感研究の概観」『福山大学人間文化学部紀要』2005;5:31
- 宮下敏恵. 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 2010;29:177-186

中国語文献

- 陳利平・刘云艳. 幼儿教师职业压力应对研究. 职业时空 2009;4:165
- 陳秋燕・錢敏・郭亜. 西部民族地区保育者心理健康狀況及影響因素分析. 西南民族大学学报 2004;8:21-25
- 鄧娇娇. 高学历幼儿教师身份认同的个案研究. 陝西師範大学修士論文 2013
- 冯江英・孙钰华. 幼儿教师资源流失的原因探索及对策思考. 新疆教育学院学报 2007;23:136-138
- 逢贵松. 为了 701 名幼儿教师的微笑. 山东人大工作 2014
- 高玉燕. 从工作时间视角探析幼儿教师职业压力的成因及对策. 时代教育 2015;14:175-176
- 滑红霞. 增强幼儿教师职业吸引力的策略. 教育理论与实践 2014;10:32-34
- 劉双菊. 幼兒園教師心理問題的分析与解决. 理論建設 2009;6:20-21
- 劉秀麗. 社会轉型期保育者の心理健康現狀及对策. 中小学保育者培訓 2004;5:53-54
- 柳阳辉. 幼儿教师职业责任感培养研究. 现代中小学教育 2014;2:70-73
- 劉芸. 把爱种进幼儿心中. 基础教育研究 2009;12:54-55
- 路奇. 幼儿教师心理健康狀況的调查研究. 长沙师范专科学校学报 2006;40:21-25

- 呂福姣. 浅谈新形势下幼儿园管理理念. 中国学前教育研究会论文集 2012:15-16
- 馬超. 保育者心理健康問題探析. 瀋陽師範學院學報 2002;4:64-66
- 束从敏·姚国荣. 幼儿教师职业生活质量的研究. 中国教育学刊 2004;7:56-58
- 唐玲娟. 幼兒教師主觀幸福感和工作滿足度. 中国健康心理学雜誌 2009;7:815-816
- 王鋼. 幼儿教师职业幸福感的特点及其与职业承诺的关系. 心理发展教育 2013;6:616-624
- 王鋼·張大均·劉先強. 幼儿教师职业压力心理资本和职业认同对职业幸福感的影响机制. 心理发展与教育 2014;30:442-448
- 王景芝·趙銘易. 中小學教師及幼兒教師心理健康現狀的調查分析. 中国臨床心理学雜誌 2004;3:306-308
- 王龍. 張夜地區農村初中保育者心理健康狀況的調查及成因研究. 西北師範大學碩士論文 2002:8-10
- 王勇. 302名幼儿教师工作压力结构调查. 中国校医 2008;6:638-640
- 王云. 缓解幼儿教师职业压力之攻略:让教师职业幸福感快乐回归. 科教文汇 2015;12:20-21
- 許凱. 幼儿教师自我效能感探析. 教育导刊 2005;6:21
- 楊凤仙. 幼儿教师心理压力现状分析与相应对策. 教师成长与职业生涯发展 2011;5:153-154
- 張豹·周暉. 幼儿教师压力、职业承诺与职业倦怠及躯体化症状的关系. 中国健康心理学杂志 2008;7:815-818
- 張靜. 论家庭因素及幼师心理健康对幼儿心理的影响. 中国创新科教导刊 2013;15:55-57
- 張清. 学前教育專業本科生教育實習研究. 遼寧師範大學碩士論文集 2011:29-30
- 趙娜·秦金亮. 幼儿教师职业生涯周期的职业倦怠研究. 教师教育研究 2007;19:72-76
- 中国国家財政部·國家教育. 財政部や教育部の就学前教育への財政投入についての通知 (財政部教育部关于加大财政投入支持学前教育发展的通知) 2011
- 中国国家教育部. 基礎教育課程改革の推進に関する意見 (基础教育课程改革纲要). 基礎教育課程雜誌社 2010
- 中国國務院. 中国教育改革和发展纲要 (中国教育改革及び發展綱要). 1993. 3
- 周志英. 幼儿园教师心理问题产生的原因及其疏导策略. 学前教育研究 2010:67-69
- 朱长胜·姜勇. 国外幼儿教师工资待遇与福利改革的比较研究. 教育导刊 2012;4:89-92

英文文献

- Aryee,S.,Wyatt,T. & Stone, R. (1996). Early career outcomes of graduate employees: The effect of mentoring and ingratiation. *Journal of Management Studies*.33(1),95-118.
- Hiew,C.C., Mori T., Shimizu, M.,& Tominga M. (2000).Measurement of resilience development: Preliminary results with a State-Trait resilience inventory. *Journal of Learning and Curriculum Development*. 1, 111-117.
- Lazarus,R.S.&Folkman,S.(1984).*Stress,appraisal,andcoping*. New York:Springer.
- Masten,A.S., Best,K.M.,& Garmezy, N.(1990).Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*,2,425-444.
- Masten,A. S.& Coatsworth, J.(1998) .The development of competence in favorable and unfavorable environments. *American Psychologist*, 53(2), 205-220.