

児童生徒の心と身体の健康は、家族が支えると同時に、1日の大半をとともに過ごす教職員もその支えとなっている。今年3月、文部科学省は「教職員のメンタルヘルス対策について」とりまとめた。それによると教員の病気休職者数は増加しており、平成23年度は8544名。そのうち精神疾患による休職数は5274名で、病気休職者の半数以上だ。業務の量と質の変化、職場環境と人間関係が大きく変化する昨今、この問題は見過ごすわけにはいかない。そこで、本号より、今年5月に創設された教職員専門のメンタルヘルスカウンセラーのための研究団体「日本教職員メンタルヘルスカウンセラー協会」のメンバーに、現状と課題、各立場におけるメンタルヘルスの対処法を連載してもらおう。

心の悲鳴に耳を傾ける

リアリティショック
 「校長先生、今日から学校を休ませてください」
 ある朝、新規採用教員のA先生は、突然校長室にやってくるなり、開口一番こう告げました。3月までは普通の大学生だった者が、4月になったとたんに「先生、先生」と呼ばれる。1クラス30名前後の子どもの担任を初めて経験するだけでも大変なのに、ペテラン教員と同じ責任を負わされ、同じような結果を要求されても現実的には無理なのです。このA先生もかくして社会人になったとたんに、想像を超える仕事の量・量に遭遇し、「リアリティショック」で不適応を起こしてしまつたのです。

大好きな子どもたちにもっと関わりたい

仕事が終わらない

小学校においては、原則として子どもが学校にいる間は子どもにつきっきりなので、教員自身の仕事には取りかかれませんが、毎時間の授業準備のほか、保護者会や学校行事等に、保護者や学校行事等

かかるのです(教員の勤務時間の終了時刻は市町村によって異なるが、16時45分～17時15分前後の時間が多し)。

つては保護者面談や家庭訪問まで実施するのです。

負のスパイラル

このような職場環境の中で、「子育て」や「家族の介護」等を同時並行で行っている教員や病院に行く暇もなく私生活を犠牲にして

また、小学校の場合教員のメンタルヘルス悪化の背景には、「教員の定数(人数)不足」という特別な事情も絡んでいるのです。たとえば、各学年3クラス、合計18クラス編成の小学校があるとします。担任の数も18名、一部の専科の教員を除き、それ以外の余剰人数が職員室にいないのです。きりきりの人数の職場から病気休暇や休職者が発生した時などは一大事。

スパイラルに陥る学校があるのです。

行政に伝わりにくい 学校現場のしんどさ

の保護者向けプリントの作成、生活ノートの点検、学級通信作り、膨大な量の報告書やアンケート調査の回答、果ては集金したお金の計算等々、このような仕事を毎日、児童の下校指導が終了する4時過ぎから取り

日に学校に来て仕事を終わらせるしかないのです。さらに子どもが学校内外で問題(暴力事件や不登校・いじめ等)を起こした場合に

いる教員を見ると「頑張ってください」とは決して言えません。「もう十分頑張っているのですから」

教員のメンタルヘルスにおいて、このように「一生懸命に頑張っている教員ほど休職してしまう傾向に危機感を募らせています。このようにして、休職者発生→同僚の負担増→新たな休職者発生という負のスパイラルに陥る学校があるのです。

また、小学校の場合教員のメンタルヘルス悪化の背景には、「教員の定数(人数)不足」という特別な事情も絡んでいるのです。たとえば、各学年3クラス、合計18クラス編成の小学校があるとします。担任の数も18名、一部の専科の教員を除き、それ以外の余剰人数が職員室にいないのです。きりきりの人数の職場から病気休暇や休職者が発生した時などは一大事。代替教員が見つかるまでは残された教員でカバーするしかないが、各担任も自分のクラスで手一杯、見つけなければ管理職や教務主任が授業に行くことも珍しくありません。.....執筆||土井一博(どい・かずひろ) 日本教職員メンタルヘルスカウンセラー協会 理事長、川口市教育委員会 学校教職員メンタルヘルスチームカウンセラー

このようにして、休職者発生→同僚の負担増→新たな休職者発生という負のスパイラルに陥る学校があるのです。