

教員ストレス目録

マイケル・J・フィミアン 著 後藤将之 訳

後藤 将之

はじめに

以下に掲載するのは、Michael J. Fimian, *Teacher Stress Inventory*, Clinical Psychology Publishing, Co., 1988. に掲載の「教員の心配に関する診断票」Teacher Concerns Inventory を和訳し、容易な利用のためマークシート式回答用紙を作成して付したものである。

学校内での各種の測定用の尺度は大量に開発されている。しかし多くは生徒・学生向けの質問項目であって、教員の問題とりわけストレス状態に焦点を合わせた尺度は少ない。この質問項目は、数少ない教員ストレス測定のために著者フィミアン教授が開発したものである。訳者（後藤）は、1990年代半ばに当該原書を手に入して検討、これまで翻訳の可能性を探ってきた。

原書は88ページで、ここに和訳した「診断票」が別紙で折り込まれた著作である。大部の書物ではないが4章からなり、「1. 序論」「2. 実施上の指示」「3. テスト標準と解釈」「4. 項目の開発」という構成に、参考文献リストを付している。このうち多くのページが第4章に割かれ、この尺度（TSI (Teacher Stress Inventory) スケール）の安定性などが検討されている。典型的な心理学的測定の尺度であり、このテーマの重要性は理解できるものの、社会学的な社会心理学者である訳者にとってはやや縁遠い尺度開発の記載も含んだ著作であった。

本スケールの開発者フィミアン教授は、当人の履歴によれば、1952年、インディアナ州サウスベンド生まれのアメリカの教育心理学者。1974年にボストン・カレッジにて実験／行動心理学のBA、1976年にオレゴン大学にて特殊教育のMS、1982年にコネチカット大学にて特殊教育と教育心理学のPh.D.、2000年にユタ大学にて教育技術のEd.S.をそれぞれ取得し、現在はシカゴのカプラン高等教育大学Kaplan University Higher Education, Chicago に在職している。本スケールは、教育関連の測定尺度集などに採録されている少数の教員ストレス尺度である（cf. P. E. Lester & L. K. Bishop, *Handbook of Tests and Measurement in Education and the Social Sciences*, 2nd Ed, Scarecrow Press, 2000.）。

訳者は90年代から本書の翻訳を試みてきた。とはいえ上記した専門上の限界があったことから、当時本学で同僚だった奥田秀宇教授に相談し、奥田・後藤の共訳として国内で刊行する計画を立てていた。だが奥田教授が2019年に病気で急逝され、訳者自身も、多年の持病から2020年に退職したため実現に至らなかった。とはいえ、ある程度の作業、とりわけ診断票の翻訳はすでに2000年前後に実施してあったので、今回その部分のみを、開発者フィミアン教授の直接の許可を得て刊行することにした。この翻訳計画と翻訳された診断票はフィミアン教授に送られ、その同意を得て掲載される。ただし訳文は訳者

のみの判断で決定されている。1988年の版元は現存しないようであり、開発者であるフィミアン教授の直接の許可を得ての訳載となった。

当初、本書の冒頭には、当該尺度を利用希望する者はフィミアン教授まで連絡するようとの但し書きが掲載されていた。現状も教授は連絡を希望するとのことであり、本尺度について、または翻訳された尺度による測定結果については、フィミアン教授のメールアドレスまで英語でご連絡いただきたいとのことである。Michael J. Fimian: Fimian@InstructionalTech.Net

この調査票がそのまま国内でも利用可能か不明だが、海外ではこのような教員ストレス対応の測定尺度が、80年代には開発されていた。その事実を示すためにも、この翻訳を公表することには一定の意義があると考え。なお原文の質問F5には「大学・大学院教師」の選択肢がないが、この翻訳では追加した。この翻訳の本学紀要への掲載をご承認いただいたフィミアン教授に深謝する。そして、この翻訳を、成城大学名誉教授 奥田秀宇先生に捧げる。

教員の心配に関する診断票

次にあるのは、教員のいろいろな心配についての質問です。あなたの現在の立場で、ストレスを感じさせている要因を示してください。それぞれの質問文を注意深く読んで、自分の仕事について、そう感じた事があるか判断してください。1から5までの段階の、どれか1つに○をつけて、感じた強さを示してください。これらを感じなかったり、あなたの立場ではその項目が不適切である場合は、1（強さなし、感じられない）に○をつけてください。強さの段階リストは最初にあります。

- 強さの段階は：
- 1：強さなし、感じられない
 - 2：軽度の強さ、少しだけ感じられる
 - 3：中程度の強さ、ほどほどに感じられる
 - 4：かなりの強さ、とても感じられる
 - 5：重度の強さ、極度に感じられる

1 時間の管理：	弱	強
1.私はたやすく無理な約束をしてしまう。	[1・2・3・4・5]	
2.私は他の人があまりゆっくり物事をしていると我慢できなくなる。	[1・2・3・4・5]	
3.私は同時にひとつ以上のことをしようとしなくてはならない。	[1・2・3・4・5]	
4.私はいまリラックスしたり楽しんだりする時間がほとんどない。	[1・2・3・4・5]	
5.私は会話をしている間に無関係なことを考える。	[1・2・3・4・5]	
6.私は時間を無駄にするのが不安だ。	[1・2・3・4・5]	
7.私にはものごとを行うための十分な時間がない。	[1・2・3・4・5]	
8.私はいそいで話す。	[1・2・3・4・5]	

① ここまでの合計（ ）点 ÷ 8 = ① _____ 点

2 仕事に関連するストレス原因：	弱	強
9.自分の授業や負担を果たすための準備時間がほとんどない。	[1・2・3・4・5]	
10.しなくてはならない仕事が多すぎる。	[1・2・3・4・5]	
11.学校での一日のペースが、速すぎる。	[1・2・3・4・5]	
12.私の負担や担当クラスは、大きすぎる。	[1・2・3・4・5]	
13.私の個人的な優先事項は、時間の制約のため切り詰められている。	[1・2・3・4・5]	
14.私の仕事には、管理上の事務手続が多すぎる。	[1・2・3・4・5]	

② ここまでの合計（ ）点 ÷ 6 = ② _____ 点

3 職業的な悩み：	弱	強
15.私には、昇進や向上の機会がない。	[1・2・3・4・5]	
16.私は、自分が望むほど速くは、この仕事で前進していない。	[1・2・3・4・5]	
17.私は、私の仕事で、もっと地位と尊敬が必要だ。	[1・2・3・4・5]	
18.私は、私の仕事で、不十分な給料しか得ていない。	[1・2・3・4・5]	
19.私は、自分がしている追加の仕事やよい教育を、認められていない。	[1・2・3・4・5]	

③ ここまでの合計（ ）点 ÷ 5 = ③ _____ 点

4 規律と動機づけ： 弱 強

私は、次のようなことによってフラストレーションを感じている：

- | | |
|--------------------------------|-------------|
| 20.自分の教室での規律に問題があるため。 | [1・2・3・4・5] |
| 21.生徒の行動をモニターしなくてはならないため。 | [1・2・3・4・5] |
| 22.努力すればもっとよくできるはずの生徒がいるため。 | [1・2・3・4・5] |
| 23.あまり動機づけのない生徒を教えようとしているため。 | [1・2・3・4・5] |
| 24.規律の問題が、不適切・不十分に決められているため。 | [1・2・3・4・5] |
| 25.私の職権が、生徒や事務担当者によって、拒否されたため。 | [1・2・3・4・5] |

④ ここまでの合計 () 点 ÷ 6 = ④ _____ 点

5 職業への投資： 弱 強

- | | |
|------------------------------------|-------------|
| 26.私の個人的な意見は、十分に表現されていない。 | [1・2・3・4・5] |
| 27.私には、教室や学校の物事についての決定をコントロールできない。 | [1・2・3・4・5] |
| 28.私は、この仕事で、感情的・知的に刺激されることがない。 | [1・2・3・4・5] |
| 29.私には、職業上の改善をするための機会がない。 | [1・2・3・4・5] |

⑤ ここまでの合計 () 点 ÷ 4 = ⑤ _____ 点

6 感情的なあらわれ： 弱 強

私は、ストレスに対して、次のように反応している：

- | | |
|------------------|-------------|
| 30.不安定に感じる。 | [1・2・3・4・5] |
| 31.傷つきやすいと感じる。 | [1・2・3・4・5] |
| 32.うまくやっていると感じる。 | [1・2・3・4・5] |
| 33.ゆううつに感じる。 | [1・2・3・4・5] |
| 34.心配に感じる。 | [1・2・3・4・5] |

⑥ ここまでの合計 () 点 ÷ 5 = ⑥ _____ 点

7 疲労のあらわれ： 弱 強

私は、ストレスに対して、次のように反応している：

- | | |
|------------------|-------------|
| 35.ふだんよりも眠る。 | [1・2・3・4・5] |
| 36.ものごとを先のばしにする。 | [1・2・3・4・5] |
| 37.わずかな時間で疲労する。 | [1・2・3・4・5] |
| 38.肉体的に消耗する。 | [1・2・3・4・5] |
| 39.肉体的に弱くなる。 | [1・2・3・4・5] |

⑦ ここまでの合計 () 点 ÷ 5 = ⑦ _____ 点

8 心臓や血管系へのあらわれ： 弱 強

私は、ストレスに、次のような反応がある：

- | | |
|------------------------|-------------|
| 40.血圧が高くなったように感じる。 | [1・2・3・4・5] |
| 41.胸がドキドキしたり、鼓動が速くなる。 | [1・2・3・4・5] |
| 42.呼吸が速くなったり、浅くなったりする。 | [1・2・3・4・5] |

⑧ ここまでの合計 () 点 ÷ 3 = ⑧ _____ 点

9 消化器へのあらわれ：	弱	強
私は、ストレスに、次のような反応がある：		
43.長いあいだ胃が痛む。	[1・2・3・4・5]	
44.胃がけいれんする。	[1・2・3・4・5]	
45.胃酸過多になる。	[1・2・3・4・5]	

⑨ ここまでの合計 () 点 ÷ 3 = ⑨ _____ 点

10 行動へのあらわれ：	弱	強
私は、ストレスに対して、次のように対応している：		
46.お店で売っている薬を飲む。	[1・2・3・4・5]	
47.医師が処方箋を書いてくれる薬を飲む。	[1・2・3・4・5]	
48.お酒を飲む。	[1・2・3・4・5]	
49.病欠の電話をする。	[1・2・3・4・5]	

⑩ ここまでの合計 () 点 ÷ 4 = ⑩ _____ 点

以上の①から⑩までの総合計 ÷ 10 = () 点

Your TSI Total Score = (①+②+③+④+⑤+⑥+⑦+⑧+⑨+⑩)÷10

基本的な属性についての質問:

- F 1. 性別： 1.男性・2.女性 F 2. 年齢： _____ 歳
- F 3. 教えている年数： _____ 年
- F 4. 1日に教える生徒の人数： _____ 人
- F 5. 立場(主なもの1つに○)：1.小学校教師 2.中学校教師 3.高校教師 4.大学・大学院教師
- F 6. 担当の種類(いずれかに○)：1.一般学級の担当 2.障害者学級の担当
- F 7. 取得した最終学位(いずれかに○)：1.学士 2.修士 3.博士
- F 8. あなたとあなたの同僚は、必要な時には、サポートし合いますか。 1. はい・2.いいえ
- F 9. あなたとあなたの監督者は、必要な時には、サポートし合いますか。 1. はい・2.いいえ

© Michael J. Fimian 1988, Translation© Masayuki Goto 2021

教員の心配に関する診断票（マークシート回答用紙）					●							
問 1	①	②	③	④	⑤	30	①	②	③	④	⑤	
2	①	②	③	④	⑤	31	①	②	③	④	⑤	
3	①	②	③	④	⑤	32	①	②	③	④	⑤	
4	①	②	③	④	⑤	33	①	②	③	④	⑤	
5	①	②	③	④	⑤	34	①	②	③	④	⑤	
6	①	②	③	④	⑤	35	①	②	③	④	⑤	
7	①	②	③	④	⑤	36	①	②	③	④	⑤	
8	①	②	③	④	⑤	37	①	②	③	④	⑤	
9	①	②	③	④	⑤	38	①	②	③	④	⑤	
10	①	②	③	④	⑤	39	①	②	③	④	⑤	
11	①	②	③	④	⑤	40	①	②	③	④	⑤	
12	①	②	③	④	⑤	41	①	②	③	④	⑤	
13	①	②	③	④	⑤	42	①	②	③	④	⑤	
14	①	②	③	④	⑤	43	①	②	③	④	⑤	
15	①	②	③	④	⑤	44	①	②	③	④	⑤	
16	①	②	③	④	⑤	45	①	②	③	④	⑤	
17	①	②	③	④	⑤	46	①	②	③	④	⑤	
18	①	②	③	④	⑤	47	①	②	③	④	⑤	
19	①	②	③	④	⑤	48	①	②	③	④	⑤	
20	①	②	③	④	⑤	49	①	②	③	④	⑤	
21	①	②	③	④	⑤	F1	男性 ①	女性 ②				
22	①	②	③	④	⑤	F2	年齢	歳				
23	①	②	③	④	⑤	F3	年数	年				
24	①	②	③	④	⑤	F4	人数	人				
25	①	②	③	④	⑤	F5	立場 ①	②	③	④		
26	①	②	③	④	⑤	F6	種類 ①	②				
27	①	②	③	④	⑤	F7	学位 ①	②	③			
28	①	②	③	④	⑤	F8	同僚サポート ①	②				
29	①	②	③	④	⑤	F9	監督者サポート ①	②				
●												●

A Japanese Translation of Teacher Stress Inventory by Michael J. Fimian
Translated with an Introduction by Masayuki Goto

GOTO Masayuki (Professor Emeritus of Seijo University)

ABSTRACT

This is a Japanese translation of the questionnaire sheets from the book *Teacher Stress Inventory* by Michael J. Fimian, Clinical Psychology Publishing, Co., 1988. Professor Fimian, an American educational psychologist born 1952 in South Bend, Indiana, developed this teacher stress measurement scale in the 80's, to be utilized by various school settings. This scale is among a few examples of psychological scales which were intended to be used toward teachers, not to students, in actual school settings. This scale was included in educational scales collection like P. E. Lester & L. K. Bishop's *Handbook of Tests and Measurement in Education and the Social Sciences*, 2nd Ed, Scarecrow Press, 2000. The whole questionnaire sheets were translated into Japanese, added an OMR format by translator for easier use, with direct permission from the developer Professor Fimian himself.

Although Japanese school environments do suit to this questionnaire or not is yet unknown, Japanese researchers can use this translation for their experimental research trials to measure teacher stresses for free. Professor Fimian wishes to know who use this form with what results, and he hopes the data to be sent to his e-mail address at: Fimian@InstructionalTech.Net in English.

The translator is a sociologist with limited knowledge of psychological measurements, and at first tried to translate the whole book with Seijo University's Professor Hidetaka Okuda, a psychologist. Unfortunately, Professor Okuda was diseased in 2019 and the plan became impossible. The translator too was forced to early-retire by chronic illness, and he decided to publish only the questionnaire sheets in Japanese translation, which was mostly translated into Japanese around 2000, newly adding the OMR format.

The translator wishes to express his gratitude toward Professor Michael J. Fimian for directly permitting this translation instead of the ex-publisher. And this translation work is dedicated to the memory of the late professor Hidetaka Okuda, now an Emeritus Professor at Seijo University. We hope we can become to measure the phenomenon of teacher stress more closely and to utilize the information for better school and educational managements.

Keywords: teacher stress measurement, psychological scale, educational management, school administrative tool