

保育者の感情特性・調節と GRIT およびストレスとの関連

神田奈保子 (NPO 法人 BOON)

キーワード：GRIT, 感情, 保育士ストレス

問題と目的

2018 年度, 保育現場の指針と要領の 3 つが同時改訂され, 保育の現場に更に求められる期待や負荷も大きくなることが予測できる。保育の質向上のためには, 今後一層“保育従事者の“理解”と“メンタルケア”は、不可欠といえるだろう。

主観的感情特性とは, 日常生活において, 自己・他者に評価される経験を通し作り上げられる, 一人一人の感情特性である (平井, 2017)。感情研究では, 特性と共に感情調節も, 日常生活において重要だといえる (吉津・関口・雨宮, 2013; 平井, 2017)。また, 物事をどの様に捉えるかという認知は, 人を理解する際に, 重要だと考えられるため, 本研究では“GRIT (やり抜く)”にも注目した。以上のことより本研究では, ①感情・GRIT が保育士のストレスに与える影響②GRIT との関係を検討することを目的とし, 保育現場の理解を深める。

方 法

1. 調査対象者：保育園・認定こども園・幼稚園の保育従事者, 保育関係者 135 名。
2. 調査時期・手続き：2018 年 2 月～3 月末。各園 (10 園) にてインターネットでの回答依頼。
3. 質問紙：①主観的感情特徴尺度：平井 (2017)「主観的感情特性尺度」全 18 項目使用。②感情調節尺度：吉津・関口・雨宮 (2013)「日本語版感情調節尺度」(以後 ERQ) 10 項目使用。③GRIT 尺度：西川・奥上・雨宮 (2015)「日本語版 GRIT-S」8 項目使用。④保育士ストレス尺度：赤田 (2010)「保育士ストレス評定尺度」(以後 NTSS) 29 項目使用。

結果と考察

1. 感情・GRIT が保育士のストレスに与える影響

4 尺度の関連を見るために相関係数を算出した結果, NTSS と主観的感情特性 ($r=.23, p \leq .01$), ERQ ($r=.178, p \leq .05$) に相関がみられた。NTSS に与える影響を明確にするため, 感情特徴の 6 因子 (喜び・驚き・悲しみ・怒り・嫌悪・恐怖), ERQ の 2 因子 (再評価方略・抑制方略)

それぞれを独立変数とし, 回帰分析を行った。感情特性 5 因子のみ標準偏回帰係数が有意であった。(Table1)

Table1 : 感情 5 因子を独立変数とする NTSS

	A	B	C	D	E	F
喜	n. s	n. s	n. s	-.17*	n. s	-.19*
悲	.23**	.17*	.19*	n. s	n. s	n. s
怒	n. s	.29***	.29***	n. s	.26**	.17*
嫌	n. s	.31***	.32***	.18*	n. s	n. s
恐	.18*	.19*	.19*	n. s	n. s	n. s

** $p \leq .001$ *** $p \leq .01$ * $p \leq .05$ 係数 = β 有意でない = n. s

(NTSS のストレス因子 A: 子ども対応・理解 B: 職場人間関係 C: 保護者対応 D: 時間の欠如 E: 給料待遇 F: 保育所の方針とのズレ)

結果より, 喜びが多い人ほど時間や園の方針に対しストレスが小さくなることが分かった。怒りは, ストレス要因と一番多く結びつく。このことより怒りは, 多くの場面で自他ともに影響を与えている可能性が示唆できた。また, ネガティブ傾向の感情が対人関係 (同僚や保護者) のストレスを大きくする要因として, 自己解決ができないことが考えられる。これは, GRIT が NTSS と関係が見られなかった事に繋がる可能性が考えられる。

2. GRIT との関係

GRIT と主観的感情特性・ERQ の間に相関が見られ, 各尺度の因子を 3 群 (低・中・高) に分け, 一要因の分散分析を行ったその結果, 「怒り」($F(2, 132) = 7.60, p \leq .001$) 低 $\leq$ 高***中 $\leq$ 高*), 「嫌悪」($F(2, 132) = 9.05, p \leq .001$) 低 $\leq$ 高***中 $\leq$ 高*), 「再評価方略」($F(2, 132) = 4.03, p \leq .05$) 低 $\leq$ 高*) に関係があることが分かった。

結果より, GRIT は, ネガティブ傾向の感情と関係がみられることがわかった。ネガティブな経験は, マイナスな面だけでなく, GRIT のように人を成長させる経験に繋がることが示唆できた。また, 出来事を再解釈する力が高い人は, GRIT が高い要因としては, 考えや事実を整理することで, より長期に渡り物事に取り組めることが示唆できた。