

## 看護学生のセルフエスティームと実習に対する ストレスコーピングとの関連性

中曽根万紀子\*, 生田 恵美\*\*, 池田 由紀\*\*\*  
黒金さやか\*\*\*\*, 延 映奈\*\*\*\*\*, 菅 佐和子\*

### はじめに

看護学生にとって臨地実習の位置づけは、素人である学生が専門職である看護者に成長する、重要な個人的経験の場である。同時に、学生といえども患者にとってのその関わりは看護者のそれではなければならない、という学習過程のひとつである<sup>1)</sup>。学生にとって実習は臨床現場に出るための厳しい試練の場であり、そこで課題を達成するためには、自分に対する基本的な自信としての self-esteem (以下 SE と略記する) が大きく関与することが推察される<sup>2,3)</sup>。その理由は、個人の適応を規定する要因として、SE の重要性が広く知られており<sup>2,3,6)</sup>、実習場面も例外ではないと考えられるからである。

また、学生は実習において、看護者として病院という新しい環境に入り、患者や指導者との新しい関係を築くことになるので、その過程で、多かれ少なかれ学生全員がストレスにさらされることになる。しかし、SE が高い人と低い人とでは、そのストレスの感じ方およびストレスコーピングの方法に差異があるのではないかと推測される。

本研究において、筆者らはK大学医療技術短期大学看護学科・3回生とK大学医学部保健学科看護学専攻・2回生を対象に看護学生の SE とストレスとの関連性について調査研究を施行した。

(なお、3回生と2回生では実習形態が大幅に異なっているので、比較することは難しいと判断し、3回生と2回生の比較は行っていない。)

### 目 的

看護学生を対象に、「SE と実習に対するストレスの感じ方およびストレスコーピングの方法にどのような関連性があるのか」について、探索的検討を行う。

### 方 法

#### 1. 被験者

3回生は25名(男 1人 女 18人 無記名 6人)で、平均年齢は21.79歳、標準偏差は2.95であった。2回生は24名(男 5人 女 17人 無記名 2人)で、平均年齢は20.18歳、標準偏差は1.03であった。

#### 2. 測定尺度

##### 1) SE 尺度

自尊心に関する10項目から成る質問紙。range は10~40点。

##### 2) ストレスコーピングインベントリー

ある特定のストレス状況といった具体的な場面を思い出してその時どのように対処したかを考え、こうした状況設定の下で「あてはまる」「少しあてはまる」「あてはまらない」の3件法で答える。認知的ストラテジー(問題志向)・情動的ストラテジー(情動志向)の二種類のストラテジーと、計画型(Pla)・対決型(Con)・社会的支援模索型(See)・責任受容型(Acc)・自己コントロール型(Sel)・逃避型(Esc)・離隔型(Dis)・肯定評価型(Pos)の8つの対処型があり、ストラテジーについて整理し、対処型を解釈する<sup>3)</sup>。

#### 3. 調査時期

3回生の調査は2005年9月~10月に行い、2回生の調査は2005年8月に行った。

#### 4. 調査の方法

まず、保健学科看護学専攻内の所定機関に研究テーマを届け出て、許可を得た。次に、対象学生に、本研究の目的およびプライバシーの守秘について説明を行った上で、用紙を配布。研究協力学生には、個別

\* 京都大学医学部保健学科看護学専攻  
〒606-0507 京都市左京区聖護院川原町53  
Department of Nursing, School of Health Sciences,  
Faculty of Medicine, Kyoto University

\*\* 京都府立医科大学医学部看護学科  
〒602-0841 京都市上京区河原町通り広小路上ル梶井  
町465

School of Nursing, Kyoto Prefectural University of  
Medicine

\*\*\* 金沢大学養護教諭特別別科  
〒920-1192 金沢市角間町  
Special course of Nurse-teacher, Kanazawa University

\*\*\*\* 京都九条病院  
〒601-8453 京都市南区唐橋羅城門町10  
Kyoto Kujō Hospital

\*\*\*\*\* 松江市立病院  
〒690-8509 島根県松江市乃白町32番地 1  
Matue City Hospital

受稿日 2006年9月15日

表1 SCIにおける対処型の評価

| 対処型             | 対処型のイメージ   |
|-----------------|--|
| 計画型 (Pla)       | 慎重である。計画を立てて実行する。思慮深く、落ち着いた態度が取れる。               |
| 対決型 (Con)       | 自己信頼感が強い。問題に積極的に対処する。自信がある。                      |
| 社会的支援模索型 (Sec)  | 社会への適応。他者を信頼する。依頼心が強く、他人に相談する。                   |
| 責任受容型 (Acc)     | 従順型。現実的具体的に自己の役割を自覚、責任感が強い。誤った自分の行動を素直に自覚し、反省する。 |
| 自己コントロール型 (Sel) | 自分の感情・行動を制御する。考えを外に現さない。他人の気分を害さない。慎重型。          |
| 逃避型 (Esc)       | 問題から心理的に逃げ出すことを考える。困難がくると放り出す。やけになる。問題を他人のせいにする。 |
| 離隔型 (Dis)       | 自分と出来事の間を切り離す。問題を忘れる。なるようにしかならないと思う。             |
| 肯定評価型 (Pos)     | 経験を重視。人生観として困難の後には発展、進歩があると思う。他人への思いやりがある。努力家。   |

式・無記名で記入してもらい、回収ボックスに投函してもらったこととした。

データ処理には、統計ソフト SPSSver. 10 を用いた。

## 結 果

SE 尺度の標本全体 (3 回生 : 25 標本, 2 回生 : 24 標本) を視察により, 3 つのグループに分け, それぞれ SE-H 群 (3 回生 : 25 ≤, 2 回生 : 27 ≤), SE-M 群 (3 回生 : 23, 24, 2 回生 : 25, 26), SE-L 群 (3 回生 : <23, 2 回生 : <25) とし, 分析には点差の明瞭な H 群と L 群を使用した。SE-M 群は両群との点差が少なく, 群としての特徴が明瞭でないため, 従来の研究<sup>2,3)</sup>に倣って検討対象から除外した。

### 1. 3 回生について

#### 1) SE の結果

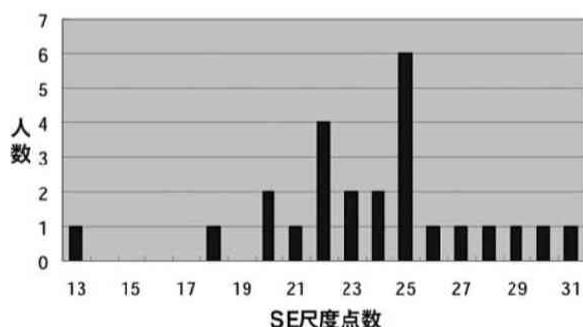


図1 SE 尺度分布 (3 回生)

表2 3 回生の回答に見られたストレスの種類

| ストレスの種類 |  |
|---------|--|
| H 群     | 実習 (外科) (5 例)<br>実習ストレス (2 例)<br>病棟実習で睡眠取れない。身体的・精神的に疲れていた。<br>看護師に怒られた (陰口を言われた)。<br>記録・睡眠<br>実習初日の前夜 |
| L 群     | 実習 (7 例)   |

表3 3 回生における各ストレスコーピングの平均値および標準偏差と, t 検定における有意確率

| 測定変数 | 群 | 標本数 | 平均   | 標準偏差  | 有意確率   |
|------|---|-----|------|-------|--------|
| Pla  | H | 12  | 8.67 | 3.393 | 0.087‡ |
|      | L | 9   | 6.00 | 3.279 |        |
| Con  | H | 12  | 5.08 | 1.505 | 0.747‡ |
|      | L | 9   | 5.44 | 3.005 |        |
| Sec  | H | 12  | 6.50 | 3.826 | 0.624  |
|      | L | 9   | 5.67 | 3.472 |        |
| Acc  | H | 12  | 8.50 | 4.583 | 0.677  |
|      | L | 9   | 9.22 | 2.587 |        |
| Sel  | H | 12  | 8.17 | 3.215 | 0.021* |
|      | L | 9   | 4.56 | 3.283 |        |
| Esc  | H | 12  | 6.08 | 2.193 | 0.402  |
|      | L | 9   | 5.11 | 3.018 |        |
| Dis  | H | 12  | 5.08 | 2.314 | 0.753  |
|      | L | 9   | 5.44 | 2.877 |        |
| Pos  | H | 12  | 9.67 | 4.438 | 0.503  |
|      | L | 9   | 8.44 | 3.468 |        |

\*:  $P < 0.05$ . ‡: 不等分散により, Welch 法を用いた。

SE 尺度の分布を図1に提示する。

H 群は12名で, 平均値は26.75, 標準偏差は2.22であった。L 群は9人で, 平均値は20.00, 標準偏差は2.96であった。

#### 2) ストレスの具体的内容

標本の中に見られたストレスの内容を, 表2に示した。

#### 3) 群間のストレスコーピングの比較

両群の平均と標準偏差は, 表3に示したとおりである。表3によると, t 検定による有意差 ( $P < 0.05$ ) が見られたのは, 自己コントロール型 (Sel) のみであった。H 群はL 群に比べて, 自己をコントロールする傾向が強いことが判明した。

### 2. 2 回生について

#### 1) SE の結果

2 回生の SE の分布は図2に示した。

H 群は10名で, 平均値は30.00, 標準偏差は2.87。

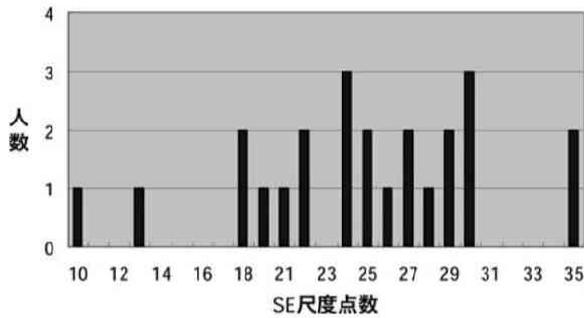


図2 SE尺度分布 (2回生)

表4 2回生の回答に見られたストレスの種類

| ストレスの種類 |  |
|---------|--|
| H群      | 実習初日, 病院に行った時。(3例)<br>実習中の看護師さんの態度 (2例)<br>自分の言ったことで, 患者の機嫌が悪くなった。<br>テスト疲れの中の実習<br>看護師に指摘された時。<br>カンファレンス<br>担当教員との関わり<br>挨拶<br>実際の処置に立ち会った時。<br>患者の質問に答えられなかった時。<br>自分の力のなさを痛感した時。<br>実習ストレス |
| L群      | 実習 (2例)<br>実習前 (強い緊張) (2例)<br>看護師への報告<br>自分が無力だと痛感した。<br>先生に怒られた。(「人の役に立たない人間ね」)   |

表5 2回生における各ストレスコーピングの平均値および標準偏差と, t検定における有意確率

| 測定変数 | 群 | 標本数 | 平均    | 標準偏差  | 有意確率    |
|------|---|-----|-------|-------|---------|
| Pla  | H | 10  | 10.80 | 1.874 | 0.032*‡ |
|      | L | 11  | 7.55  | 4.083 |         |
| Con  | H | 10  | 7.50  | 1.958 | 0.244‡  |
|      | L | 11  | 5.82  | 4.119 |         |
| See  | H | 10  | 6.90  | 4.358 | 0.712   |
|      | L | 11  | 6.27  | 3.289 |         |
| Acc  | H | 10  | 7.50  | 3.719 | 0.311   |
|      | L | 11  | 9.18  | 3.683 |         |
| Sel  | H | 10  | 7.00  | 3.712 | 0.271   |
|      | L | 11  | 8.82  | 3.628 |         |
| Esc  | H | 10  | 4.30  | 2.111 | 0.044*  |
|      | L | 11  | 6.91  | 3.239 |         |
| Dis  | H | 10  | 6.40  | 2.675 | 0.586   |
|      | L | 11  | 7.18  | 3.656 |         |
| Pos  | H | 10  | 13.20 | 1.932 | 0.004*‡ |
|      | L | 11  | 8.36  | 4.154 |         |

\*:  $P < 0.05$ . ‡: 不等分散により, Welch法を用いた。

L群は11名で, 平均値は19.64, 標準偏差は4.61であった。

### 2) ストレスの具体的内容

標本の中に見られたストレスの内容を, 表4に示した。

### 3) 群間のストレスコーピングの比較

それぞれの平均と標準偏差は表5に示したとおりである。表5によると, t検定による有意差 ( $P < 0.05$ )が見られたのは, 計画型 (Pla), 逃避型 (Esc), 肯定評価型 (Pos) であった。

## 考 察

### 1. 3回生についての考察

3回生のL群においては, ストレスの内容が「実習」そのものという漠然とした回答が多かったが, H群には, 「記録などにより睡眠がとれない」といった具体的な回答が目立った。この結果から, H群はL群に比べて, 睡眠時間が短くなるほど実習に熱心に取り組んでいたのではないかと考えられる。さらに推察すれば, SEが高い人は完璧を目指すタイプが多く, 自分を酷使し, その結果そのことにストレスを感じる傾向があるのではないだろうか。

また, ストレスコーピングに関して群間で有意差が見られたのは, Selだけであった ( $P < 0.05$ )。Selとは, 対処型の評価として, 自分の感情・行動を制御する, 他人の気分を害さない, 慎重型 (自分の感情や考えを外に表さない。問題に慎重に対処する。)とされており, そのイメージとしては, 冷静さがある, 対人的トラブルを起こさない, 仕事にむらがない, 気分をうまくおさえる<sup>4)</sup>, とされている。実習において, 学生は教員や患者だけでなく, 現場の看護師や他職種とも人間関係を築き, 実習を遂行せねばならなくなる。Selがよく使えているということは, 自分の感情に左右されず, 学習課題を達成でき, むらのない看護ケアを行えると考えられよう。

更にデータを細かく検討してみた。標本数は少ないが, H群とL群をそれぞれSelの高い人と低い人で二分し, 他のストレスコーピングの仕方に差が出るかどうかを調べてみた。H群の各個人のデータを検討すると, Selが高い人 (N=4) は低い人 (N=3) より Pla, Acc, Posの平均値が有意に高いことが分かった ( $P < 0.05$ )。このことにより, H群においては, Selの高い人は, 実習のストレスに対して, 自己の不適切な行動を反省することができ, 積極的にいろいろな対処法を考えることができるのではないかと推察される。しかし, L群においては, Selの高い人 (N=2) と低い人 (N=3) の間で, 有意差は見られなかった。このことから, L群においては, Selの高低によって他のストレスコーピングの方法に影響が出ないことが推察さ

れる。

また、統計学的な有意差はなかったが、視察によると、L群は、Accの値だけは全員が比較的高い。Accは、自分が悪いと考えて反省しやすい傾向を示すものとされている。また、L群では実習のストレス内容が具体的でない。これらのことより、L群は実習に対して「自分が悪い」「できてない」ことは分かり、自責的になる傾向があるのではと推測される。自責的になるものの、L群はH群に比べて使いこなせるストレスコーピングの種類が少なく、ストレスに対して具体的にどう対処すべきか分からない傾向があるのではないか。

しかし、Selが高いということは、「自分の感情や考えを外に出さない」傾向が強いということでもある。そのため、ストレスが高まっても表出することができず、1人で悩む可能性があると考えられる。また、チーム連携が必要な医療現場において、考えを表出できないことで連携がうまくいかず、その結果患者が不利益をこうむる可能性もあることは、忘れてはならないだろう。

## 2. 2回生についての考察

2回生のストレスの内容についても、3回生と同様にH群とL群で差が見られると予想していたが、実際には差は見られなかった。H群とL群との間でストレスの内容に差がなかったことは、2回生がまだ看護者としての実習が初めてであり、今まで経験したことのない環境にさらされたためであろうと考えられるが、それらのストレスに対するコーピングは、H群とL群との間で予想通り認められた。

2回生のストレスコーピングにおいては、Pla、PosでH群の平均値が有意に高く、EscではL群の平均値が有意に高かった ( $P < 0.05$ )。

このことからPlaとPosが高く、Escが低いH群は、イメージ像(表1参照)より、実習に対して積極的に取り組み、その結果がどうであれ、その結果を受け止め、自分のものにすることができると推察され

る。それに対して、L群の場合は、PlaとPosが低く、Escが高いため、結果が悪い時にはその結果を受け止めることが出来ず、逃げ出してしまう傾向があるのではないかと考えられる。

## 謝 辞

本研究を実施するにあたり、多くのご指導をいただいた先生方に心より感謝申し上げます。

また、アンケートにご協力いただいた学生の皆様に改めてお礼申し上げます。

## 文 献

### 《引用文献》

- 1) 石本静代他：臨床実習成功24例 プロセスレコードの分析から学生の特徴にそったアプローチを探る。東京：日本看護協会出版会，1991；7，8
- 2) 菅 佐和子：女子短大生の self-esteem に関する心理学的研究 (1)。愛知女子短期大学研究紀要，1988；21：37-45
- 3) 菅 佐和子：女子短大生の self-esteem に関する心理学的研究 (1)。愛知女子短期大学研究紀要，1989；22：1-7
- 4) 日本健康心理学研究所：ストレスコーピングインベントリ—実施法と評価法。広島：実務教育出版，2004；6
- 5) 日本健康心理学研究所：ストレスコーピングインベントリ—実施法と評価法。広島：実務教育出版，2004；13，15
- 6) 遠藤辰雄他：セルフ・エスティームの心理学。京都：ナカニシヤ出版，1992

### 《参考文献》

- 1) 菅 佐和子：SE (self-esteem) について。看護研究，1984；17(2号)：21-27
- 2) 河村一海，西村真実子，稲垣美智子：看護学生の行動特性，性格特性，ストレスコーピング—臨床実習前後における変化も含めて—。タイプA，2000；11(1号)：39-47
- 3) 武田 要，藤沢しげ子：理学療法学科学生の実習成績と情意特性—ストレスコーピングと性格特性に注目して—。理学療法科学，2006；21(2号)：131-135
- 4) 中村知世，巽 あさみ：看護師の職業性ストレスおよびコーピングスタイル。産業衛生学雑誌，2004；〇-〇
- 5) 入山文郎：新版保健学講座3巻 保健統計。東京：メヂカルフレンド社，1991