

## 看護学生のレジリエンスへの影響要因と教育的支援

福重真美\*・森田敏子\*\*

### Influence Factors for Resilience or Nursing Students and Educational Support

Mami FUKUSHIGE\* and Toshiko MORITA\*\*

This study aims to unveil the current status as well as the influencing factors of resilience of nursing students and to support them through education. We carried out a questionnaire survey and 420 answers were collected. Their resilience embrace positively future-oriented elements and correlates well with their self-esteem and self-efficacy, which are, therefore, effective influencing factors. The results support the point that cultivation of resilience in nursing students requires elevation of their self-esteem and self-efficacy, thereby endowing them the strength to overcome the difficulty they will encounter.

**key words:** nursing students, resilience, education, self-esteem, self-efficacy

#### はじめに

われわれは日常生活でネガティブな出来事をストレスに感じる者もいれば、乗り越え成長していく者もいる。看護学生がネガティブな出来事に遭遇しても、乗り越えポジティブに受け入れ成長していくには、レジリエンスが重要になる。レジリエンスは統一した概念の見解はない (Baldwin, Baldwin, Kasser, Zax, Sameroff, & Seifer 1993; Rutter, 1985; 石原・中丸, 2007; 田, 2008; 祐宗, 2003; 庄司, 2009)。しかし、精神的回復力 (小塩・中谷・金子・長峰, 2002)、心の強さ (齋藤, 2007)、しなやかさ (高辻, 2010)、強靱 (澤田, 1997) など、人間の内発的な力を信じ、本来持っている回復力を引き出す看護の働きと共通し、看護学においても重要な概念であると考えられる。

看護学生のレジリエンスを育成できれば、精神的

健康を維持しながら成長していくことが期待できる。看護学生のレジリエンスの実態と影響要因を明らかにし、レジリエンス育成への教育的示唆を得ることは意義があるのではないかと考える。

#### 問題の所在

科学が進歩し医療の高度化・複雑化・細分化は著しく、人々の価値観の多様化から権利意識も高まり、看護師の役割拡充に伴う責任は強くなり、心身の疲弊が問題となっている。看護学生も心理的・身体的疲弊を感じ、バーンアウトに陥る者もいる。

看護学生は将来の看護を担う人材として、広範囲におよぶ学問の修得が課せられているのは周知のことである。特に臨地実習という未知なる学習環境において、人生の経験豊かな個性を持った患者や医療スタッフとの人間関係を通して、看護実践を学ぶのは容易なことではない。看護学生が生老病死に向き

\* 社会福祉法人 恩寵財団 済生会熊本病院  
Foundation for Social Welfare, Saiseikai Kumamoto Hospital, 5-3-1 Chikami, Minamiku, Kumamoto-shi, Kumamoto 861-4193, Japan

\*\* 熊本大学大学院生命科学研究所  
Department of Nursing, Faculty of Life Sciences, Kumamoto University, 4-24-1 Kuhonji, Cyuouku, Kumamoto-shi 862-0976, Japan  
e-mail: morita@kumamoto-u.ac.jp

合うことで心理的不安を感じ、不適応状態に陥りやすいことは否めず、看護学生のレジリエンス育成は、重要である。ここに本研究の問題が所在している。

看護学生のレジリエンスの実態と影響要因が明らかになれば、レジリエンス育成への示唆が得られ、看護教育に生かすことができる。そこで、本研究の目的は、看護学生のレジリエンスの実態と自尊感情や自己効力感など影響要因を明らかにし、看護学生のレジリエンス育成に向けた教育への示唆を得ることとする。

## 方 法

### 研究デザイン

因子関連探索研究ならびに質的記述的調査研究

### 研究対象

A 県の看護基礎教育機関に所属する看護学生のうち研究に同意が得られた 8 校に在籍する 1,116 名を研究対象とした。

### データ収集期間

2010 年 6 月～7 月。

### データ収集手順

A 県の看護基礎教育機関の責任者に研究の主旨、目的、対象、方法および倫理的配慮について記した文書を送付し、研究協力を依頼した。同意が得られた看護基礎教育機関に調査用紙を郵送し研究対象者への配布を依頼した。看護学生は任意による自由意志に基づき個人および教育機関が特定されないよう無記名で回答し、調査票を二重封筒に入れ投函するよう教示し、郵送法にて回収した。

### 調査内容

調査内容は基本属性（年齢、性別、教育機関種別など）とレジリエンス、自尊感情、自己効力感である。尺度の使用は許諾を得ている。

レジリエンスは心理特性を測定する精神的回復力尺度（小塩，2002）を用いる。本尺度は Cronbach 信頼係数 $\alpha$ 0.85 で内的一貫性が保たれ、「新奇性追求」7 項目、「感情調整」9 項目、「肯定的な未来志向」5 項目の計 21 項目で構成されている。回答は、「はい（5 点）」「どちらかというとはい（4 点）」「どちらでもない（3 点）」「どちらかというといいえ（2 点）」「いいえ（1 点）」の 5 件法で求め、得点は 1～5 点の範囲にあり、高得点ほどレジリエンスが高い。

自尊感情は Rosenberg の日本語版（星野，1997）を用いる。本尺度は Cronbach 信頼係数 $\alpha$ 0.84 で内的一貫性が保たれ、10 項目で構成されている。回答は「どちらかといえばはい（3 点）」「どちらかといえばいいえ（2 点）」「いいえ（1 点）」の 4 件法で求め、得点は 10～40 点の範囲にあり、高得点ほど自尊感情が高い。

自己効力感は一般的セルフ・エフィカシー尺度（坂野，1986）を用いる。本尺度は Cronbach 信頼係数 $\alpha$ 0.86 で内的一貫性が保たれ、「行動の積極性」7 項目、「失敗に対する不安」5 項目、「能力の社会的位置づけ」4 項目の計 16 項目で構成されている。回答は「Yes（1 点）」「No（0 点）」の 2 件法で求め、得点は 0～16 点の範囲にあり、高得点ほど自己効力感が高い。

### 分析方法

基本属性別人数と割合を算出し、各尺度の信頼係数による内的整合性および kolmogorov-Smirnov にて正規性を確認した。レジリエンスと下位尺度「新奇性追求」「感情調整」「肯定的な未来志向」および自尊感情と自己効力感とは、spearman 順位相関係数を算出した。レジリエンス高群（レジリエンス平均値+1/2 標準偏差）と低群（レジリエンス平均値-1/2 標準偏差）は、自尊感情と自己効力感とで Mann-Whitney の U 検定を行い、レジリエンスを従属変数とした Stepwise 法による重回帰分析にて説明変数と説明量を求めた。統計解析は、統計分析ソフト SPSS Statistics 17.0 for Windows を用い、有意水準は 5%以下とした。

### 倫理的配慮

本研究は熊本大学大学院医学薬学研究部第一般研究倫理委員会の承認を得て行った（倫理第 353 号）。看護基礎教育機関の責任者に研究の主旨・目的・対象・方法および研究対象者の人権の尊重、倫理的配慮について記した文書にて研究協力を依頼し、同意が得られた教育機関の看護学生に協力依頼を行った。看護学生は任意による自由意志で研究協力の有無を決められ、成績評価とは関係しないことを説明し、研究者は個人情報保護に留意し匿名性を保証すること、データは本研究目的に使用することを約束した。データは記号化し暗号化 USB メモリーにて管理し、研究終了後にデータはシュレッダーで処分し、USB メモリーなどは物理的に破壊して個人情報

保護と情報漏えいに留意した。また、看護関係の学会で発表することで結果のフィードバックとした。

## 結 果

1,116名に質問紙調査を依頼し420名から回答を得た(回収率37.6%)、有効回答416名(有効回答率90.04%)を分析対象とした。年齢 $20.14 \pm 2.9$ 歳、男性27名(6.5%)、女性389(93.5)であったが、レジリエンス得点に有意な差は認められなかった。教育機関は看護師養成所198名(47.6%)、看護系大学228名(52.4%)であった。学年は1年次生228名(54.8%)、最終学年188名(45.2%)であった。

レジリエンスおよび下位尺度、自尊感情、自己効力感の信頼性係数 $\alpha$ は0.74~0.84で、いずれも内的整合性が確保された(Table 1)。レジリエンスは $3.56 \pm 0.49$ で、下位尺度「肯定的な未来志向」が高かった。自尊感情は $23.60 \pm 5.44$ 、自己効力感 $6.41 \pm 3.97$ であった。自己効力感の下位尺度「行動の積極性」が高く、「能力の社会的位置づけ」が低かった。

レジリエンスで高得点だったのは、「自分には将来の目標がある」「私はいろいろなことを知りたいと思う」「困難があっても、それは人生にとって価値のあるものだと思う」「新しいことや珍しいことが好きだ」「自分の将来に希望を持っている」であった。低得点だったのは、「その日の気分によって行動が左右されやすい」「あきっぽい方だと思う」「慣れないことをするのは好きでない」であった(Table 2)。

自尊感情で高得点だったのは、「私はたいていの人がやれる程度には物事ができる」「どんなときで

も例外なく、自分を失敗者だと思いがちだ」「私は自身に対して前向きな態度をとっている」であり、低得点だったのは、「私はすべての点で自分に満足している」「私はときどき、自分でてんでだめだと思う」「もう少し自分を尊敬できたならばと思う」であった。

自己効力感で高得点だったのは、「世の中に貢献できる力があると思う」「積極的に活動するのは、苦手なほうである」「仕事を終えた後、失敗したと感じることのほうが多い」であり、低得点は、「人と比べて心配なほうである」「何かをするとき、うまく行かないのではないかと不安になることが多い」「何かを決めるとき、迷わず決定するほうである」であった。

レジリエンスおよび下位尺度、自尊感情、自己効力感のSpearman順位相関係数は、すべてにおいて有意な相関があった( $p < 0.01$ ) (Table 3)。レジリエンスと相関が強かったのは、「感情調整」「新奇性追求」「肯定的な未来志向」の順であり、自尊感情と自己効力感 $\alpha$ は、「感情調整」と強い相関関係にあった。

レジリエンス高群( $N=139$ )と低群( $N=118$ )では、レジリエンス高群ほど自尊感情と自己効力感が有意に高かった(Table 4)。

属性では男子学生が女子学生よりすべてにおいて高得点であったが、有意差があったのは自尊感情であった( $p < 0.05$ )。教育機関では看護系大学が看護師養成所より高得点で、レジリエンスと「新奇性追求」に有意差があった( $p < 0.05$ )。学年では全体として初学年が最終学年よりレジリエンス得点が高

Table 1 レジリエンス、自尊感情、自己効力感の記述統計量

尺度	得点範囲	平均値±標準偏差	中央値	信頼性係数 $\alpha$
レジリエンス	1~5	$3.56 \pm 0.49$	3.62	0.84
下位尺度	新奇性追求	$3.78 \pm 0.59$	3.79	0.75
	感情調整	$3.22 \pm 0.64$	3.22	0.73
	肯定的な未来志向	$3.89 \pm 0.69$	4.00	0.80
自尊感情	10~40	$23.6 \pm 5.44$	23.00	0.84
自己効力感	0~16	$6.41 \pm 3.37$	6.00	0.82
下位尺度	行動の積極性	$0.42 \pm 0.30$	0.43	0.74
	失敗に対する不安	$0.39 \pm 0.32$	0.40	0.69
	能力の社会的位置づけ	$0.38 \pm 0.31$	0.25	0.56

Table 2 レジリエンス尺度得点

	項目	平均点	標準偏差
12	自分には将来の目標がある	4.33	0.85
10	私はいろいろなことを知りたいと思う	4.29	0.76
13	困難があっても、それは人生にとって価値のあるものだと思う	4.24	0.76
4	新しいことや珍しいことが好きだ	4.10	0.85
9	自分の将来に希望を持っている	4.00	0.94
1	いろいろなことにチャレンジするのが好きだ	3.93	0.88
3	自分の未来にはきっといいことがあると思う	3.92	0.96
7	ものごとに対する興味や関心が強い方だ	3.86	0.90
15	自分の目標のために努力している	3.64	0.95
11	ねばり強い人間だと思う	3.63	1.09
2	自分の感情をコントロールできる方だ	3.61	1.00
8	いつも冷静でいられるようこころがけている	3.59	1.00
6	将来の見通しは明るいと思う	3.58	0.92
18 ※	新しいことをやり始めるのはめんどろだ	3.43	1.10
21 ※	怒りを感じるとおさえられなくなる	3.42	1.20
14 ※	気分転換がうまくできない方だ	3.40	1.24
17 ※	つらい出来事があると耐えられない	3.25	1.13
5	動揺しても、自分を落ち着かせることができる	3.18	0.99
16 ※	慣れないことをするのは好きではない	2.59	1.20
20 ※	あきっぽい方だと思う	2.52	1.19
19 ※	その日の気分によって行動が左右されやすい	2.36	1.18

※は、逆転項目処理をして得点化している

N=416

Table 3 レジリエンス、自尊感情、自己効力感の相関関係

	新奇性追求	感情調整	肯定的な未来志向	自尊感情	自己効力感
レジリエンス	0.732**	0.811**	0.709**	0.582**	0.61**
新奇性追求		0.355**	0.433**	0.372**	0.486**
感情調整			0.364**	0.481**	0.489**
肯定的な未来志向				0.478**	0.417**
自尊感情					0.696**

Spearman の順位相関係数

\*\* p<0.01

Table 4 レジリエンス高群、低群の自尊感情および自己効力感

尺度	中央値		U 値
	レジリエンス 高群 N=139	低群 N=118	
自尊感情	27.00	20.00	2185.500***
自己効力感	9.00	3.00	1991.500***

Mann-Whitney の U 検定

\*\* p<0.01

### 考 察

研究対象者は看護系大学および看護師養成所に属する看護学生の初学年と最終学年であったが、年齢構成割合は全国の看護学生データ（日本看護協会、2010）と相違なく、看護学生としてとらえることは妥当性があると考えた。

レジリエンスは 3.56±0.49 で、下位尺度「肯定的未来志向」が高かったことから、看護学生は自己の未来に個々が思い描く理想の看護師像を重ね、看護職に就くという目的に向けて努力しようとする特性が強いと考えられる。看護学生の入学動機は看護師になりたい、看護師資格を得たいなどで、看護師として将来への志を抱いて入学し、入学直後の看護学

く、「新奇性追求」で有意差があった (p<0.05)。しかし、看護系大学に焦点化してみると、最終学年が高く、自尊感情に有意差があった (p<0.05)。

生は看護に対して思いやりや優しさを含む相手を大切にすかかわりのイメージを抱き、職業的社会化に向けた望ましい看護師像形成の傾向がある。看護学生は看護師という専門職に肯定的なイメージを抱き、夢や希望を膨らませて入学してくるため、職業的アイデンティティの形成につながるような教育的支援が求められる。職業的アイデンティティ形成はレジリエンスを高め、さらに職業継続意思につながる。下位尺度の「肯定的な未来志向」に続き高得点であったのは「新奇性追求」であり、看護学生が困難なことに挑戦し、自己成長しようとする姿勢を自分でコントロールしながら積極的にかかわっていく能力や、人とかかわりを持ちたいという対人関係の柔軟性を持っていることも推察された。

看護学生は看護師になるための学習課題や新たな出来事にも興味や関心を持っており、さまざまなことにチャレンジしていく特性があると考えられる。「感情特性」は低得点であったことから、看護学生を理解してくれる人はいるが、心が傷つきやすく、不安に思っていることがうかがえる。このことから看護学生は看護師という将来の目標に向けて努力しているが、広範囲で大量の学習課題を修得していく過程において、さまざまなネガティブな出来事に遭遇していくなかで、複雑で敏感な揺れ動く感情を上手く調整することは容易でないことも推察される。

一般大学生はレジリエンスの「新奇性追求」が高く、新たな出来事に興味や関心を持ち挑戦していく特性が推察される(服部・吾妻, 2007)。一方、看護学生は「肯定的未来志向」が高く、明るくポジティブな未来を予想し、将来に向け努力しようとする姿勢が推察される。看護学生は医療現場で看護師として活躍する姿を想像し、看護師になる目的を達成するために、ネガティブな出来事を乗り越えようとする努力もうかがえる。一般大学生も看護学生も「感情調整」は低かったが、両者とも心身の発達や環境の変化に対応して青年期から成人期へ移行しながら、自分らしい生き方を探究して実現していく時期にある。過度期で境界的状况にある看護学生は、葛藤を生じやすい自己イメージを抱き、否定的で不安定になりやすい。このような看護学生が感情調整しながらさまざまな出来事を乗り越えていくには、周囲の支えや励ましと、看護師になる方向性を示す

教育的支援が必要であることが推察される。

また、看護学生のレジリエンス育成に向け感情調整し、ポジティブな評価や受容メッセージを伝え、看護学生が本来持っている看護師という未来志向を活かし、ネガティブな出来事に遭遇した際に、目標を定めて見いだせるような教育的支援をすることや現実的なロールモデルを示すなど、個々の看護学生の特性に応じた教育的支援があれば、看護学生が感情調整して再統合を図り、適応していくことができるのではないかと考えられる。

レジリエンスと自尊感情は有意な相関にあり、レジリエンス高群が、自尊感情が高いことから、看護学生の自尊感情を高めればレジリエンスが高くなると推察され、自尊感情を高める教育的支援が必要と示唆される。一方、自己効力感は低い傾向にあったが、レジリエンスとは有意な相関にあることから、自己効力感を高める教育的支援が必要であると推察される。たとえば、看護学生が小さな目標を掲げて努力して達成感と自信を抱いていくことも、自己効力感を育む教育的支援となり、レジリエンスを高めるために有効であることが推察される。

## 結 論

1. レジリエンスが高い看護学生は、将来を肯定的にとらえ、看護師という目的意識を持ちネガティブな出来事に遭遇しても努力していくが、感情調整は容易ではないことが示唆された。
2. 看護学生のレジリエンスの影響要因は自己効力感と自尊感情であることが推察された。
3. 看護学生のレジリエンス育成に向け感情調整し、ポジティブ評価や受容メッセージ、ロールモデルを示すなど個々の看護学生の特性に応じた教育的支援が必要であることが示唆された。

## おわりに

レジリエンスは個人の心理特性だけでなく、あらゆる要因が長期にわたり複雑に作用しあう概念である。看護学生のレジリエンスは、自尊感情と自己効力感が影響要因であると考えられ、教育的支援が必要であることが明らかになった。しかし、研究対象者が少ないことから一般化できるものではない。

今後、例数を増やして横断的・縦断的に調査し、より精度を高め、看護学生のレジリエンスの実態を



より詳細に検討していく必要がある。今後の展望として、看護学生がレジリエンスを高めながら成長していくための教育的支援が確立され、看護教育とともに看護の質が向上していくことが期待される。

### 謝辞

本研究にご協力くださいました看護学生の皆様に心より感謝申し上げます。本研究は熊本大学大学院保健学教育部修士課程に修士論文として提出したものの一部に加筆、修正したものです。また、本研究の一部は、第37回日本看護研究学会学術集会において発表しました。

### 引用文献

- Baldwin, A. L., Baldwin, C. P., Kasser, T., Zax, M., Sameroff, A., & Seifer, R. 1993 Contextual risk and resiliency during late adolescence, *Development and Psychopathology*, 5, 741-761
- 服部容子・吾妻知美 2007 看護学科新生の入学動機と生活習慣に関する調査—「生活援助技術」の授業内容の検討— 甲南女子大学研究紀要 看護学・リハビリテーション学編, 創刊号, 61-71
- 星野 命 1979 感情の心理と教育 (二) 児童心理, 24, 1445-1477
- 石原由紀子・中丸澄子 2007 レジリエンスについて: その概念, 研究の歴史と展望 広島文教女子大学紀要, 42, 53-81
- 小塩真司・中谷素之・金子一史・長峰伸治 2002 ネガティブな出来事からの立ち直りを導く心理的特性—精神的回復力尺度の作成— カウンセリング研究, 35(1), 57-65
- 日本看護協会出版会編 2010 平成 21 年度看護関係統計資料集 日本看護協会出版会
- Rutter, M. 1985 Resilience in the face of adversity. Protective factors and resistance to psychiatric disorder. *British Journal of Psychology*, 147, 589-611
- 斉藤耕二 2007 心の「強さ」(レジリエンス)とは何か 児童心理, 61(2), 164-169
- 坂野雄二・東条光彦 1986 一般性セルフ・エフィカシー尺度作成の試み 行動療法研究, 12(1), 73-82
- 澤田和美・上田礼子 1997 病気の乳幼児と母親の養育性—強靱性 (Resilience) の育成の視点から 小児保健研究, 56(4), 562-568
- 庄司順一 2009 レジリエンスについて 人間福祉学研究, 2(1), 35-47
- 高辻千恵 2010 子どもの心のしなやかさ (レジリエンス) を育む 教育と医学, 58(1), 60-66
- 田 亮介・田辺 英・渡邊衡一郎 2008 精神医学におけるレジリアンス概念の歴史 精神神経学雑誌, 110(9), 757-763

(受稿: 2013.1.8; 受理: 2013.2.8)