

看護学生の実習体験によるセルフエスティームの変化と関与する要因

看護学科 塚本康子
増田明美
永谷実穂
社会福祉学科 三田英二

The Changes in Self-esteem of the Nursing Students through their Experiences during the Practice Training and the Factors that Contribute to The Changes

TSUKAMOTO, Yasuko, MASUDA Akemi, NAGATANI Miho, MITA Eiji

Key words: セルフエスティーム、母性看護実習、健康習慣、GHQ30

はじめに

看護学生にとって実習は効果的な学習方法の1つとされている。実際、臨地では患者をはじめとする対象を前に、学生達は多様な学習体験をしている。学生にとってそれは正の体験でもあるが、身心に与える負の影響も大きい。短期間の実習の中でそれぞれの学習体験をしていくが、その時、個人の行動や適応様式を規定する重要な要因として「自己像」があげられる。自分自身に対する認識が「健康的な自己像」である場合、自分の欠点や限界に臆することなく直面することができるし、必要以上に防衛的にならず、自分を尊重するように相手のことを尊重できるという¹⁾。青年期は、この自己の自尊感情に最も敏感な時期といわれており²⁾、生活習慣や精神健康度がその自尊感情に関連している³⁻⁶⁾、とも報告されている。また、子どもの自尊感情には親子関係が影響していた⁷⁾、という報告もあり、学生の実習における自尊感情には親子関係も関係している可能性がある。

看護学生の臨地における実習体験は、さまざまな要因によって常に流動的であり、それが学生の自尊感情に影響を及ぼしていることが予測される。さらに、出産体験が自尊感情を高くする⁸⁾、という報告からは、看護学生でも出産という実習体験が自尊感情を高くすることを予測させる。

本研究では、青年後期にある看護学生の自尊感情、セルフエスティームに着目している。学生のセルフエスティームを測定し、実習がセルフエスティームにどう影響しているか、セルフエスティームに影響を与えている他の要因は何か、健康習慣や健康状態、親子関係、実習体験内容から探求していくことを目的とした。17年度の調査では、学生のセルフエスティームに全体では変化がなかったが、グループによって差が生じていた。セル

フエスティーム得点のグループ差はあったが、その要因については明らかにはならなかった。また、母性看護実習後には精神健康度が良好に変化しており、実習内容が精神健康に影響することを示唆させた。今年度は、昨年同様に実習前後の看護学生のセルフエスティームや精神健康状態、生活習慣を調査し、変化とその変化には何が影響しているのか、さらに分析を進めていく。

研究目的

本研究の目的は、母性看護実習前後における学生のセルフエスティームと精神健康状態の変化を把握し、セルフエスティームにかかわる要因の分析から母性看護実習の問題と課題を明らかにすることである。

研究方法

学生の実習前後における変化は、自尊感情として信頼性・妥当性が立証され多方面で活用されている、Rosenbergの開発したセルフエスティーム尺度 10項目で測定した。また、精神健康状態については、Goldberg, D. によって開発された日本語版GHQ一般健康調査票の30項目版(QHQ30)で測定した。セルフエスティームに影響するだろうと思われる健康習慣はBreslow, J. の健康習慣7項目を用いた。学生のセルフエスティームには、実習だけではなく学生自身の特性も影響するだろうと考え、親子関係診断尺度(EICA)を用いて家庭における両親との関係を分析することを試みた。実習後の調査には、加えて、実習体験内容と実習に対する満足度を1～10得点で回答を求めた。個々の体験については、自由記述項目の内容分析で明らかにすることにした。

調査方法は、自記式によるアンケート調査である。

1. 対象者 : A短期大学3年課程看護学生 3年生 57人。
2. 調査内容 : 基本属性、健康習慣、セルフエスティーム尺度、一般健康調査質問紙(QHQ30)、親子関係診断尺度(EICA)、母性看護の実習体験内容、体験に対する感想(自由記述)、実習に対する満足度
3. 調査期間 : 平成18年5月～12月
4. 倫理的配慮 : 文書と口頭で研究の趣旨、方法、中途中断の自由、個人を特定できないように処理すること、秘密厳守、自由意志による参加を説明し、成績には全く影響しないことを確約し、同意を得た者だけを対象とした。文書をもって同意を得た。
5. 結果の分析 : SPSSにより集計、クロス集計、t検定、²検定、重回帰分析、自由記述の内容分析

結果

本稿では、母性看護実習前後における学生の健康習慣、セルフエスティーム、一般健康状態、及び実習での体験内容について述べていく。

1. 対象者の属性

回答が得られた対象者は57名（女子54名、男子3名）で、平均年齢21.26歳（SD2.62）、20・21歳が49人、22～29歳が7人、30歳以上は1人で、結婚しているのは1人であった。家族と同居しているのは19人(33.3%)、一人暮らしは38人(36.7%)である。

2．健康習慣について

健康習慣については、Breslow の生活習慣の項目を用いて質問紙による調査をした。睡眠時間を7～8時間とっているのは実習前でも26.3%であり、実習後にはさらに減り22.8%となった。朝食はほぼ毎日とっているのは実習前が56.1%、実習後は70.2%と、朝食をとる学生は多くなった。運動習慣のある学生はわずか6人（10.5%）であった。

実習前と母性看護直後における健康習慣の変化は、検定では有意差はなかった。

表1 実習前後における生活習慣 n=57

項目	実習前		実習後	
	はい	いいえ	はい	いいえ
睡眠時間7～8時間	15 (26.3)	42(73.7)	13 (22.8)	44(77.2)
朝食はほぼ毎日とる	32 (56.1)	25(43.9)	40 (70.2)	17(29.8)
間食はあまりとらない	17 (29.8)	40(70.2)	16 (28.1)	41(71.9)
体重は標準である	41 (71.9)	16(28.1)	40 (70.2)	17(29.8)
運動・スポーツをしている	6 (10.5)	51(89.5)	5 (8.8)	52(91.2)
酒は大量に飲まない	57 (100.0)	0(0.0)	56 (98.2)	1(1.8)
タバコは吸わない	52 (91.2)	4(7.0)	52 (91.2)	5(8.8)

3．セルフエスティームについて

Rosenbergの開発したセルフエスティーム尺度 10項目は1～6点の6段階で採点した。得点が高いほどセルフエスティームは高いとされている。実習前のセルフエスティーム得点は平均31.37(SD=8.00)、実習後は32.51(SD=7.92)と上昇傾向はあったものの有意差はなかった(表2)。

表2 実習前と実習後のSE平均値の差の検定

4．健康状態

健康状態を、^{時期}一般健康調査質問紙法(GHQ30)を用いて^{人数}自記式にて調査した。この尺度では^{平均値}点数が低いほど^{標準偏差}健康度が高いといわれている。実習前は^{t値}平均12.6(SD=6.5)、母性看護実習後^{自由度}9.6(SD=6.9)と有意に低下し、良好に変化した。さらに、GHQ30を構成している下位尺度である6項目、^注a一般的疾患傾向、^注b身体的症状、^注c睡眠障害、^注d社会的活動障害、^注e不安と気分変調、^注f希死念慮うつ傾向について検討していくと、^注睡眠障害、^注社会的活動障害、^注希死念慮うつ傾向が実習後に有意に低下し、「不安と気分変調」では低下の有意傾向が見られた(表3)。

表3 実習前と実習後GHQの下位尺度平均値の差の検定

下位尺度	時期	人数	平均値	標準偏差	t 値	自由度	P
GHQ合計	実習前	56	12.59	6.51	2.352	111	*
	実習後	57	9.63	6.85			
一般的疾患傾向	実習前	57	2.18	1.50	0.372	112	N.S.
	実習後	57	2.07	1.52			
身体的症状	実習前	57	1.93	1.36	1.158	110.26	N.S.
	実習後	57	1.61	1.54			
5. 実習での体験							
睡眠障害	実習前	56	2.21	1.52	2.409	111	*
実習後	57	1.88	1.40				
社会的活動障害	実習前	57	1.88	1.66	2.013	118.95	*
実習後	57	1.30	1.40				
不安と気分変動	実習前	57	3.16	1.71	1.716	112	+
実習後	57	2.58	1.89				
希死念慮傾向	実習前	57	1.94	1.515	1.102	102.69	*
実習後	57	0.96	1.102				
分娩を見学した		47人 (82.5%)					
産婦を受け持った		52人 (91.2%)					
沐浴をした		55人 (96.5%)					
新生児を抱いた		55(注) (96.5%)		2 (3.5%)			* P < .05 * * P < .01
哺乳をした		35 (61.4%)		22 (38.6%)			

5. 実習での体験
 睡眠障害 実習前 56 2.21 1.52 実習後 57 1.88 1.40
 社会的活動障害 実習前 57 1.88 1.66 実習後 57 1.30 1.40
 不安と気分変動 実習前 57 3.16 1.71 実習後 57 2.58 1.89
 希死念慮傾向 実習前 57 1.94 1.515 実習後 57 0.96 1.102
 分娩を見学した 47人 (82.5%)
 産婦を受け持った 52人 (91.2%)
 沐浴をした 55人 (96.5%)
 新生児を抱いた 55(注) (96.5%)
 哺乳をした 35 (61.4%)

表4 実習での体験 N = 57

項目	実習前	実習後
はい人 (%)	3.16 (5.6%)	2.58 (4.5%)
いいえ	1.71 (3.0%)	1.89 (3.3%)

6 実習満足度とセルフエスティーム、精神健康

実習に対する満足度を、「母性看護実習について満足でしたか」と設問し、10段階で回答を求めた。最小値は2、最高値は10、平均値は8.21でおおむねは高得点であった。9点以上を高満足群(22人)、8点以下を低満足群(35人)として、満足度に影響する要因について分析した。実習に対する満足度の高い群では、セルフエスティームが高いという有意傾向にあった(表4)。GHQの下位尺度と満足度に関係があるか検定した結果は、実習満足度が高い群では「不安と気分変調」「希死念慮とうつ傾向」が有意に低く、「一般的疾患傾向」は低い傾向があった(表5)。

表5 実習満足度とRSE, GHQ下位尺度と平均値の差の検定

		人数	平均値	標準偏差	t 値	自由度	p
RSE	高満足度群	22	35.05	9.21	1.97	55	+
	低満足度群	35	30.91	6.65			
一般的疾患傾向	高満足度群	22	1.59	1.62	-1.93	55	+
	低満足度群	35	2.37	1.40			
身体的症状	高満足度群	22	1.31	1.52	-1.15	55	n.s.
	低満足度群	35	1.80	1.55			
睡眠障害	高満足度群	22	1.36	1.43	-.64	55	n.s.
	低満足度群	35	1.63	1.57			
不安と気分変調	高満足度群	22	1.31	1.59	.08	55	n.s.
	低満足度群	35	1.29	1.30			
希死念慮とうつ傾向	高満足度群	22	0.18	.66	-2.30	53.69	*
	低満足度群	35	0.77	1.26			

7 実習体験とセルフエスティーム、精神健康
 社会的活動とセルフエスティームとの関連は見いだせなかったが、実習体験とGHQとの関連では、「不安と気分変調」「希死念慮とうつ傾向」が実習後に有意に低下しており、一般的疾患傾向も低下する有意傾向がみられている。なお、分娩見学した学生は47人、見学できなかった学生は10人である。

表6 実習体験(分娩見学)とRSE、GHQ下位尺度平均値の差の検定

		人数	平均値	標準偏差	t 値	自由度	p
RSE	見学した	47	37.64	8.55	.42	29.43	n.s.
	見学しない	10	31.90	4.01			
一般的疾患傾向	見学した	47	2.23	1.54	1.80	55	+
	見学しない	10	1.30	1.25			

8．親子関係診断尺度 (EICA)について

親子関係診断尺度 (EICA)の分析、Self-Esteem得点と親子関係 (EICA)の関係、母性看護の実習体験内容、体験に対する自由記述の感想については、現在、分析中である。

考察

実習前後の看護学生の生活習慣や健康状態、セルフエスティームの実態と変化、その変化を実習体験内容から考察していきたい。

1 健康習慣

健康習慣では、睡眠時間が十分でない学生が多かった。母性看護実習後でも差がなかったことから、慢性的な睡眠不足を抱えている学生が多いことが示唆された。しかし、朝食については実習前後の有意差はなかったものの、実習後は7割の学生が朝食をとっており、学生なりに健康習慣を保とうとしている姿勢が伺えた。一方で、3割の学生は朝食をとらずに実習をしていたという事実から、実習をしている学生の健康面での課題が示唆された。セルフエスティームの高い学生は生活習慣においても望ましい方向にある⁹⁾、という大学生を対象とした報告があるが、昨年に続き看護学生を対象とした今回の調査でも、セルフエスティームと健康習慣との関係は明らかにはならなかった。看護実習中による生活習慣なのか、一般大学生との比較からさらに検討していく必要があるといえた。

2 セルフエスティームについて

自分自身を「健康的な自己像」と認識すれば、自分の欠点や限界に臆することなく直面することができるし、必要以上に防衛的にならず、自分を尊重するように相手のことを尊重できるという²⁾。母性看護実習では、親子関係や生命に関わる実習体験がセルフエスティームに影響するだろうと考えた。得点が高いほどセルフエスティームは高いとされているが、実習後に高くはなったが有意差は認められなかった。実習には正の体験と同様に、負の体験もしている可能性があり、学生個々の事例を通して分析していくこと、実習体験だけでなく縦断的なセルフエスティームの変化を分析する必要があると考えられる。

3．健康状態

GHQ30を用いて精神健康状態を測定した。GHQ30について、渡辺は¹⁰⁾は北村¹¹⁾を引用して8点以上を不健康群としている。今回の調査では、8点以上の学生は実習前が75.0%、実習後でも52.6%の学生が不健康群であった。渡辺による大学生を対象とした調査では、8点以上の精神不健康の学生は50.7%¹²⁾、国立大学の大学生を対象とした中川の調査では41.7%¹³⁾、福西らの調査では48%¹⁴⁾が精神不健康だった、という。看護学生では、これらの先行研究と比較しても精神健康度は低く、臨地実習という場で患者や指導者、教員、友人などさまざまな関係や環境が精神健康度に影響していることを示唆している。中川はGHQ調査結果を基に、「大学生が不安、無気力、うつ状態という症状をもった神経症予備軍」とであると指摘しており、今回の調査結果は、看護学生に対するさらなる警告を示しているといえよう。

しかし、実習前後の比較では、実習後の精神健康度は良好に変化していた。なかでも「睡眠障害」「社会的活動障害」「希死念慮とうつ傾向」「不安と気分変調」が母性看護実習後に低下しており、実習が精神健康状態に好影響を与えていたことが示唆された。

さらに、体験内容を検討していくと、「分娩見学」した学生では「希死念慮とうつ傾向」「一般的疾患傾向」が低下しており、看護実習という学習に加えて、学生の精神健康に少なからず付加的影響を与えていることが示された。出産経験のとらえ方が自尊感情に影響を及ぼす¹⁵⁾、という報告もあり、今後も分析を進めたい。分娩見学は貴重な看護の学習場面ではあるが、さらに自分自身の誕生を回顧させたり、親子関係を考察したり、生命誕生の意味を問うといった学習も可能である。少子化の影響や医療現場の変化から、分娩見学は困難な状況になってきているが、これらの結果をふまえて今後も実習指導を展開させていきたい。

4 実習の満足度

母性看護実習は、近年の医療事情の変化で実習が困難になっている。限られた期間での実習であり、学生にとっても緊張だけでなく、実習体験も様々な限界がある。そういった状況であるが、母性看護実習に対する満足度は高く、多くの学生達は実習に満足していた。分娩見学ができなかったり、新生児の沐浴もできなかった学生もいたが、その学生でも満足度は高かった。実習満足度が高いグループでは、GHQ30の下位尺度「不安と気分変調」「希死念慮とうつ傾向」「一般的疾患傾向」が低いことから、精神健康度も良好であるといえた。実習体験を学生がどうとらえるかであり、限られた実習内容でどう学ばせるか、学びをどう共有していくか、今後も検討していきたい。実習満足度とセルフエスティーム、実習体験内容との関係についてはさらに分析を進めていきたいと考えている。

結論

- 1 学生達は概ね母性看護実習に満足していたが、実習前後におけるセルフエスティームの変化は認められなかった。セルフエスティームの高い学生では、低い学生より実習に満足していた。
- 2 実習後に精神健康の「睡眠障害」「社会的活動障害」「希死念慮とうつ傾向」「不安と気分変調」が低下した。実習は精神健康に好影響を与えていた。

- 3 実習満足度が高いと実習後に「不安と気分変調」「希死念慮とうつ傾向」「一般的疾患傾向」が低下した。
- 4 分娩見学の体験は、精神健康に正の影響を与えていた。
- 5 健康習慣では睡眠不足を抱える学生が多く、また一般大学生よりも精神健康における不健康群の学生が多かった。

引用文献

- 1)菅佐和子：SE (Self-Esteem) について、看護研究、17(2)、17-21、1984.
- 2)中出佳操・高村寿子：心健康教育プログラムの実践と自己効力感、思春期学21(3)、272-275、2003 .
- 3)堀田法子他：中学生・高校生の自律神経性愁訴と生活習慣との関連について、学校保健研究、43、73-82、2001.
- 4)川端徹朗他：ライフスキルと生活習慣との関係に関する縦断的研究(1)-セルフエスティームと生活環境、学校保健研究、39、274-275、1997.
- 5)村松常司他：大学生の健康に関する研究、教育医学、44(3)、537-548、1999.
- 6)高倉実他：高校生の抑うつ症状と健康習慣との関連について、学校保健研究、38、335-345、1996.
- 7)武田敏：学童期・思春期の自己肯定感（セルフエスティーム）と自己効力感（セルフエフィカシー）教育実践、思春期学19(1)、115-121、2001 .
- 8)中出佳操・高村寿子：心健康教育プログラムの実践と自己効力感、思春期学21(3)、272-275、2003 .
- 9)前上里直他：セルフエスティームと生活習慣との関連-大学生を中心として、第43回日本学校保健学会講演集、360-361、1996.
- 10)渡辺登：質問紙法による大学生の精神健康調査、社会精神医学 15(4)、269-275、1992 .
- 11)北村俊則：精神症状測定の理論と実際、海鳴社、1988 .
- 12)渡辺登：質問紙法による大学生の精神健康調査、社会精神医学 15(4)、269-275、1992 .
- 13)中川泰彬：質問紙法による精神・神経症状の把握の理論と臨床応用、国立精神衛生研究所、1981 .
- 14)福西勇夫他：大学生の心身の諸問題について - GHQとCMIを用いて、社会精神医学 10、241-247、1987 .
- 15)三枝清美・前原澄子：出産経験のとらえ方が自尊感情に与える影響について、19-26

参考文献

- 遠藤辰雄・井上祥治・蘭千壽編著：セルフ・エスティームの心理学，ナカニシヤ出版，1994.
- 三枝清美・前原澄子：出産経験のとらえ方が自尊感情に与える影響について，日本母性看

- 護学会誌2(1), 19-26, 2001 .
- 菅野久美子他：看護学生の自尊感情の変化，第28回日本看護学会集録（看護教育），129-131，1997 .
- 林公子・熊澤千恵：セルフ・エスティームとエゴグラムからみた看護学生の変化，愛知県立看護大学紀要，1，97-104，1995 .
- Goldberg,D.P.(原著)・中川泰彬他(日本版著者)：日本版GHQ精神健康調査表手引，1985 .
- 植田誠治：教育現場における自己効力感，思春期学21(3)，267-271，2003 .
- Breslow,L.：Health and Ways of Living，Oxford University Press，1883 . 森本兼囊監訳，生活習慣と健康 ライフスタイルの科学，HBJ出版，東京，61-93，1996 .
- 野口京子：自己効力，思春期学21(3)，263-265，2003 .
- 渡辺登：質問紙法による大学生の精神健康調査，社会精神医学15(4)，269-275，1992 .
- 吉田卓史・多賀千明・吉田洋美・福居顕二：強迫性障害 - D2-4 強迫障害患者における両親の養育態度の評価 - Parental Bonding Instrument(PBI)による研究()，精神誌，101(11)，1999.
- EARL.S.SCHAEFR:CHILDREN S REPORTS OF PARENTAL BEHAVIR :AN INVENTORY.
- Gordon Parker, Hilary Tupling and L. B. Brown :A Parental Bonding Instrument , British Journal of Medical Psychology , 52 , 1-10 , 1979.
- EARL.S.SCHAEFR , & RICHARD Q . BELL : DEVEROPMENT OF A PARENTAL ATTITUDE RESEARCH INSTRUMENT ,CHILD DEVEROPMENT ,29(3) , 341-361 , 1958.
- ALFRED B. HEILBRUN, JR : Parental Model Attributes , Nurturant Reinforcement, and Consistsncy of Behavior in Adolescents ,CHILD DEVEROPMENT , 35 , 151-167 , 1964.
- TOSHIAKI FURUKAWA : Perceived parental rearing, personality and mental status in adolesents ,journal of Adolescence , 15 , 317-322 , 1992.
- RAYMOND B. CATTELI , & BIEN TUJIOKA : THE IMPORTANCE OF FACTOR-TRUENESS AND VALIDITY, VERSUS HOMOGENEITY AND ORTHOGONALITY, IN TESTSCALES , EDUCATIONAL AND PSYCHOLOGICAL MEASUREMENT , XXIV (1) , 3-31 , 1964.
- ALFRED B. HEILBRUN, JR , & HELEN K. ORR , SMUSEL : PATTERNS OF PATTERN OF PARENTAL CHILDREING AND SUBSEQUENT VULNERABILITY TO COGNITIVE DISTURBANCES , Journal of Consulting Psychology , 30 (1) , 51-59 , 1965.
- 辻岡美延・山本吉廣：親子関係の類型 - 親子関係診断尺度EICA - ，教育心理学研究，26(2)，1978.
- 辻岡美延・山本吉廣：子どもの出生順位による親子関係と人格形成，関西大学社会学部紀要，8(1)，1977.
- 辻岡美延・山本吉廣：父母による親子関係の認知 - 養育態度・行動の同調性について - ，

関西大学社会学部紀要，8(1)，1977.

坂戸薫・染矢俊幸：PBI (Parental Bonding Instrument) とうつ病，精神科診断学，10
(4)，399-407，1999.

小嶋秀夫：親の行動インヴェントリー (PBI) の検討 - Balanced Scales - ，金沢大学教
育学部紀要，19，1970.

平成19年4月27日提出