

原著

看護学生の自己受容性が大学生活に与える影響

北村亜希子¹⁾ 尾原喜美子¹⁾ 高橋永子¹⁾

(高知大学教育研究部医療学系医学部門¹⁾)

The effect of self-accepting ability of the nursing school students on the school life

Akiko Kitamura¹⁾ Kimiko Ohara¹⁾ Eiko Takahashi¹⁾

(Kochi University Research and Education Faculty Medicine Unit, Medical Sciences Cluster¹⁾)

要 旨

看護学生の自己受容性が大学生活に与える影響を明らかにするため、平成20年2月にA県内4年制大学看護学科2年生58名を対象とし、質問紙調査を行い、54名より回答が得られた。主な結果は、以下の2点であった。i) 日常生活への不安がある学生は、評価されることに不安をもち、自分に高い目標を課せる傾向がみられ、大学に適応できず、ミスや失敗を過度に気にしやすい傾向にあった。ii) 自己受容のある学生は、現在の大学生活への不安が少なく、ミスや失敗を過度に気にすることなく、自分を評価している傾向があった。以上の結果を踏まえ、自己受容のない学生に対しては、日常生活の不安を軽減し、評価される不安を与えず、実力以上に高い目標を課さないように支援していくことが必要であると結論づけられた。

キーワード：看護学生・自己受容性・不安

Abstract

To show the effect of self-accept ability of the nursing college students on the school lives, we made a survey of fifty eight second grade students of a nursing college in the "A" prefecture and received the answers from fifty four students (February, 2008). The main findings of this study were as follows; i) students who feel much anxiety about their lives tended to fear being evaluated, to require themselves high goals, to have low adaptability to the school life and to be nervous about making a mistake and failure. ii) students with self-accept ability tended to have little anxiety about the school lives, to disregard mistakes and failure and to have self-confidence. Following to these result, we concluded that it is necessary for students with low self-acceptability to have following supports; to be relieved from their anxiety about the school lives and being evaluated, and to be advised not requiring themselves high goals more than their ability.

Key words: nursing students, self-accept ability, anxiety

受付日：2008年7月31日 受理日：2008年9月24日

【緒 言】

近年、医療現場の多様化及び高度医療の専門性に伴い、看護職へのニーズは変化している。この変化は看護教育へも影響をもたらし、過密なスケジュールのカリキュラムとなっている。その中で看護学生は、一般科目、専門科目および看護学実習の単位取得において高い到達レベルを求められ、大学生活に不安をもち易いと考えられる。更に、長谷川¹⁾が報告しているように一般の大学生に比べて、看護学生は4年間に看護師・保健師国家試験合格の課題を突きつけられ、非常にストレスフルな状態にある。

Erikson²⁾は青年期を Identity 形成への大きな課題になる時期としてとらえ「これまでの役割実験から自由であったものが、彼の属する社会のある分野にひとつの彼に適した場所を見つけ出すための心理・社会的モラトリアム」とみなしている。

更に、現代日本の青年の特性³⁾として「良い子、優しい子」の側面があり、常に自分自身に完全性を求めるが、現実の自分とのギャップがあり、大学生活への不安に繋がると考える。従って、青年期にある看護学生は、「自我同一性対役割の混乱」という発達危機を解決しながら、大学生活に不安をもちつつ成長・発達する存在といえる。

宮沢⁴⁾は、青年期において、ありのままの自己を受け容れる自己受容が、アイデンティティの確立の時期に重要な役割を果たすと説明している。看護学生の自己受容性と対人態度の関係を調査した大森⁵⁾は、自己受容性が高い学生は比較的良好な対人関係を構築できると報告している。また、速水⁶⁾は、大学生の感情体験の内容を分析した結果、「喜び」は生理的満足を得た時や、目標としていたことが達成された時、仲間と親密な人間関係が、形成された時に生じていると述べてお

り、他者とのコミュニケーション能力に優れた学生は、他者とうまく付き合っている自分の行動に満足感を得られ、自己受容性に影響すると考える。他者と喜びを共有できる自己受容性の高い学生は、無理に高い到達レベルをもち、大学生活において不安を助長することはないと思う。

そこで、看護学生の自己受容性と大学生活において自分自身に完全性を求める傾向および大学生活不安との関連について調査したので報告する。

【目 的】

看護学生は自分自身をどのように捉えているか、また捉え方に影響を与える不安や完全性を求める傾向との関係を明らかにし、看護学生の感情と自己受容性、大学生活不安、自己志向的完全主義、の4側面において其々の関係をみていき、学生の良好な成長と人間形成を支援する教育への示唆を得る。

【用語の定義】

宮沢^{7)・9)}の文献を参考に下記のように用語を定義した。

1. 自己受容性：自己の諸側面（身体的側面・能力的側面・性格など）をありのままに受け容れることで、「自己理解」「自己承認」「自己価値」「自己信頼」の4側面で構成される。
2. 大学生活不安：大学生活に不明瞭な恐怖感を抱くことで、「日常生活不安」「評価不安」「大学不適応」の3側面で構成される。
3. 自己志向的完全主義：自分の行動に過度な完全を求める傾向であり、「完全でありたいという欲求」「自分に高い目標を課する傾向」「ミスや失敗を過度に気にする傾向」「自分の行動に漠然とした疑いをもつ

傾向」の4側面で構成される。

【研究方法】

1. 研究対象者：同意の得られたA県内4年制大学看護学生2年生58名

2. 調査内容

1) 属性：年齢、家族数と兄弟数、現在の家族構成、友人の数、サークルに所属の有無、大学入学後一番楽しかったこと、大学入学後一番悲しかったこと、大学入学後一番怒りを感じたことなど

2) 自己受容性に関する内容

3) 大学生生活不安に関する内容

4) 自己志向的完全主義に関する内容

3. 使用尺度

「自己受容性」「大学生生活不安」「自己志向的完全主義」の3尺度の信頼性は既に検証済みで尺度作成者の使用許可を得て使用した。

1) 「自己受容性」尺度：宮沢¹⁰⁾が作成した27項目よりなり、自己理解(8項目)、自己信頼(7項目)、自己承認(6項目)、自己価値(6項目)から構成されている。これらの項目について「あてはまる」から「あてはまらない」までの4段階で評定を求めた。そして順に4点から1点までの点数化を行った。ただし、3、5、7、9、12～20、25の項目は、反転項目であったので、逆に1点から4点までの点数化を行った。また、各側面の得点は構成項目の平均点として与えた。

2) 「大学生生活不安」尺度：藤井¹¹⁾が作成した29項目よりなり、日常生活不安(13項目)、評価不安(11項目)、大学不適応(5項目)の3下位尺度から構成されている。これらの項目に「はい」を2点「いいえ」を1点の点数化を行った。

3) 「自己志向的完全主義」尺度：桜井¹²⁾

が作成した20項目よりなり、完全でありたいという欲求(5項目)、自分に高い目標を課する傾向(5項目)、ミスや失敗を過度に気にする傾向(5項目)自分の行動に漠然とした疑いをもつ傾向(5項目)からなる。「非常にあてはまる」6点から「全く当てはまらない」1点までの点数化を行った。

〔研究枠組〕

大学入学後、学生の自己受容性を否定する要因として、友人・家族とのトラブル、経済的問題、アルバイト、講義・実習などがある。この否定要因から怒り・悲しみを体験する。自己を肯定する要因として、友人や家族の支え、アルバイト、サークル活動、講義・実習などがあり、この肯定要因を通して喜び・嬉しさを体験する。体験することで満足感・達成感が得られ自己を受容し、大学への適応や自己の目標達成へと向かうようになる(図1)。

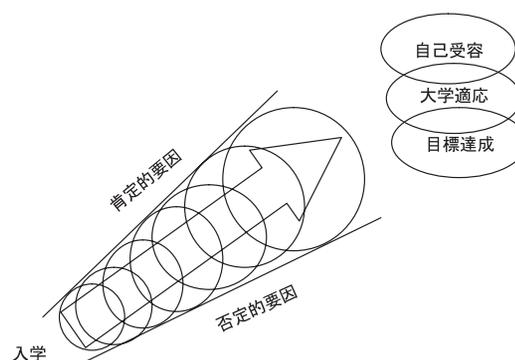


図1 看護学生の自己成長に影響を与える要因の研究枠組

4. 調査方法

2008年2月に同意の得られた学生に対し、調査票を配布し、無記名による自記式調査法により調査を行い、調査用紙の回収は回収箱を設置して本人の意思により投函してもらった。

5. 分析方法

1) 自己受容性の各尺度の側面・項目ごと

- に平均値を求め、各側面への各項目の寄与度をみるために一元配置分散分析(F検定)さらに特性との関連性を明らかにするため年齢、家族数、兄弟数と各尺度とのピアソンの相関係数を算出した。
- 2) 大学生生活不安の傾向を明らかにするため、各尺度間のピアソンの相関係数を算出した。
 - 3) 看護学生の喜びの体験で、友人と友人以外で、独立性の検定を明らかにするため χ^2 検定を行った。
 - 4) 統計処理には統計ソフトSPSS14.0j for windowsを使用し、推測統計値の有意水準は両側5%未満とした。

【倫理的配慮】

1. 高知大学医学部倫理委員会の承認を得た後、調査を開始した。
2. プライバシー保護のため個人が特定されないように無記名とし、符号を付け暗号化すること、身元が明らかになる可能性のある情報は削除することを対象者に説明した。
3. 研究に協力しなくても成績には影響がないこと、また調査内容で答えたくない項目は、回答は拒否できることを説明した。
4. 調査用紙の回収は、回収箱を準備し対象者が、自由意思で投函できるようにした。

【結果および考察】

1. 対象者の特性

看護学生2年生58名中、回収は54名、平均年齢20歳、サークルに参加している学生は43人、参加していない学生は11人であった。家族数は平均5.2人、一人っ子は3人であった。

大学入学後怒りを感じた体験に強い影響

を与えた要因は、友人関係21人、学業面8名、家族との関係6人、教員との関係6名であった。大学入学後喜びを感じた体験に強い影響を与えた要因は、友人関係30人、家族との関係7人、サークル7名であった。大学入学後悲しみを感じた体験に強い影響を与えた要因は、友人関係19人、家族との関係12人、サークル6名であった。

看護学生が大学入学後怒り・喜び・悲しみを感じた体験に強い影響を与えた要因は、いずれも友人関係との回答が多かった。学生にとって最も身近な存在は友人であり、怒り・喜び・悲しみを共有しているといえる。

2. 看護学生の自己受容性

看護学生の年齢、家族数、兄弟数、友人数と自己受容性との間には、有意な関係は認められなかった。

自己受容性は、「自己理解」「自己承認」「自己価値」「自己信頼」の4側面から構成される。この4側面の各平均値の分布は全て、正規分布に従っていた。4側面の平均値を比較すると、「自己理解」2.8、「自己承認」2.6、「自己価値」2.9、「自己信頼」2.6であったが、有意差は認められなかった。自己受容性の「自己理解」の側面で平均値の高い項目は、“自分の短所がわかる”3.4、“自分の容姿の悪い面がわかる”3.3であった(図2)。

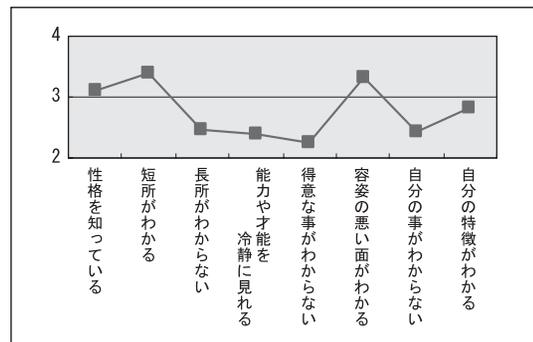


図2 自己理解の項目別平均値 p<0.01

「自己理解」は自分自身のあるがままを受け入れようとすることで、自己に冷静な目を向け自分のことがよくわかっていると自己認識していることであり、自分が他者から受容されていると認識できた時に高められる。自分の短所や悪い面を冷静に認識することで、長所も短所も認めることは、自分自身を客観的にみれているといえる。

「自己承認」は、現在の自己を嫌わず、自分をそのまま受け入れることである。平均値の高い項目は、“今の私は本当の自分ではない”3.0、“今の自分を大切にしたい”2.9であり、学生は、現在の自分自身を認め、自分を受け入れているといえる（図3）。

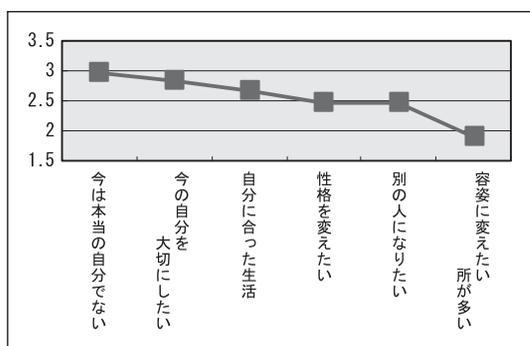


図3 自己承認の項目別平均値 $p < 0.05$

「自己価値」は、自己を価値ある存在とみなし、その存在に意味を見出し自己の人間の価値を信じることである。平均値の高い項目は“私は生きていても仕方ない”3.3、“私は生きる価値がない”3.2であった（図4）。友人や家族の自分に対する期待や欲

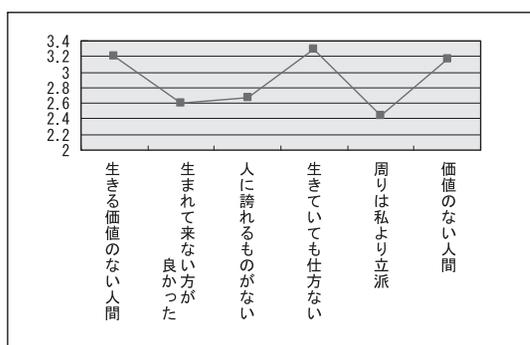


図4 自己価値の項目別平均値 $p < 0.01$

求、関心に応えたいと思う気持ちはあるが、自分では自分の欲求や関心を見出せず、自分と他者との間で不一致感を認め、自分の価値を否定的に捉えているといえる。

「自己信頼」は、現在や将来の自己の可能性を信じ、物事への対処能力に自信を持っていることである。“自分で決めたことには責任をもつ”の平均値が2.9と他の項目より高かったのは、アイデンティティ確立の時期とされる青年期の看護学生は、自分の言動に責任をもち、将来の目標に向かって前進することに努力しているとも考えられる（図5）。

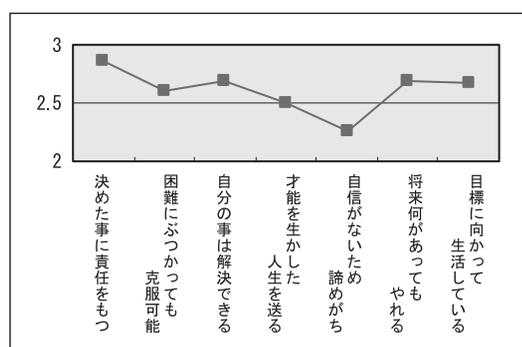


図5 自己信頼の項目別平均値 $p < 0.05$

3. 看護学生の大学生活不安について

大学生活不安は、大学生が大学生活の中で日常感じている自分自身の不安であり、「日常生活不安」「評価不安」「大学不適応」の3側面から構成される。

「日常生活不安」は学生が日常生活を送る中で、友人や先輩や教員との関係で不安に感じることである。「日常生活不安」の中で“はい”が多かった項目は、“大学で人が自分の事をどう思っているか、不安です”48人、“先生に研究室まで来るように呼ばれたらとても気になります”40人であった（図6）。他人の目を気にして看護学生の日常生活は、緊張状態にあることがわかる。

「評価不安」は、自分がどのように評価

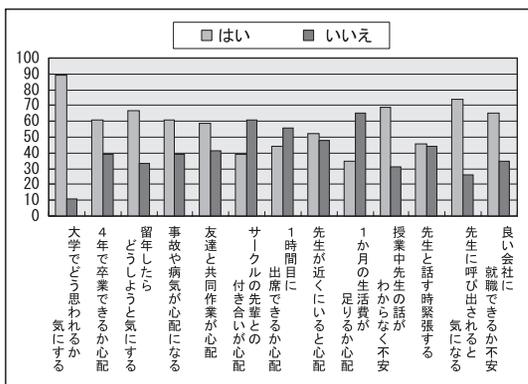


図6 日常生活不安

されるか不安に感じることである。「評価不安」の中で“はい”が多かった項目は、“申請した授業の単位がきちんともらえるかどうか心配です”43人、“テストを受ける時悪い点をとってしまうかもと不安です”43人であった(図7)。

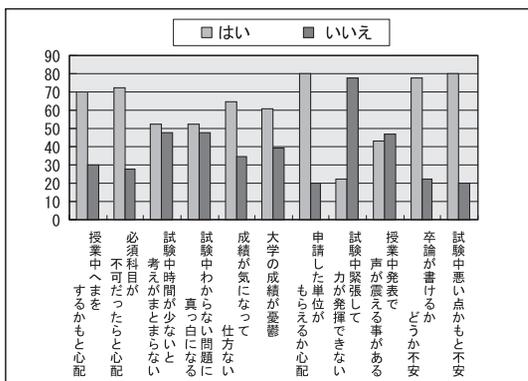


図7 評価不安

「大学不適應」は、入学した大学や学部が自分の適性には合っていないと不安に感じることである。「大学不適應」の中で“はい”が多かった項目は、“入学した学部が自分に合っていないような気がして不安です”32人であった(図8)。本調査時期が2月であり、2年生の終盤の時期ということもあり、学生は進級するため科目単位を修得したいという評価に対する不安や、看護という専門領域に自分が適應していけるかという不安をもっていたと考えられる。ポジティブな側面をもつ一方で、講義・実

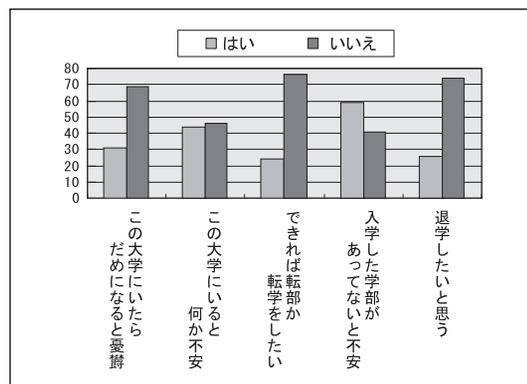


図8 大学不適應

習に適應できず、未熟な自分自身を認識し看護学生としての適性についての不安を感じているといえる。

4. 看護学生の自己志向的完全主義について
 自己志向的完全主義とは、自分の行動に過度な完全性を求める傾向を表すことである。自己志向的完全主義は、「自分の行動に漠然とした疑いを持つ」「完全でありたいという欲求」「ミスや失敗を過度に気にする傾向」「自分に高い目標を課する傾向」の4側面からなる。この4側面の平均値を比較すると、「自分の行動に漠然とした疑いを持つ」4.0、「完全でありたいという欲求」3.9、「ミスや失敗を過度に気にする傾向」2.8、「自分に高い目標を課する傾向」1.5であった。(p<0.01)

今回の調査対象である2年生は、臨地実習の経験がほとんどなく医療者・看護者としての自己の目標を明確にもつまでには至っていない時期にある。さらに、看護を生涯の職業と定め、学習している学生という立場での行動に自信がもてず、完全でありたいという欲求をもちながらも表現できない、アイデンティティの攪乱状態にあるとも推測できる。

「完全でありたいという欲求」を項目別にみると“うまく出来ないと気がすまない”、“完全であろうと努力する”4.1と高く、

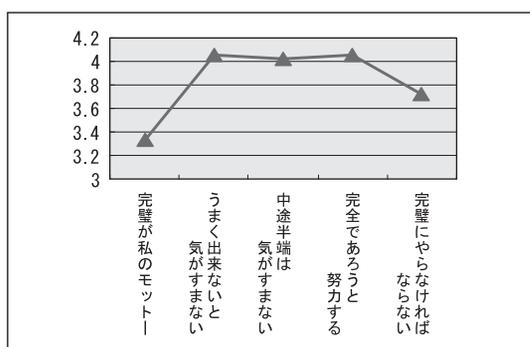


図9 完全でありたいという欲求 p < 0.01

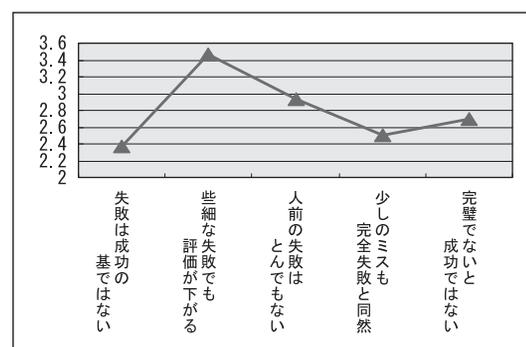


図11 ミスや失敗を過度に気にする傾向 p < 0.01

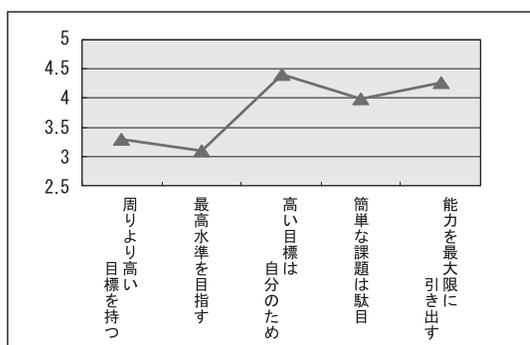


図10 自分に高い目標を課する傾向 p < 0.01

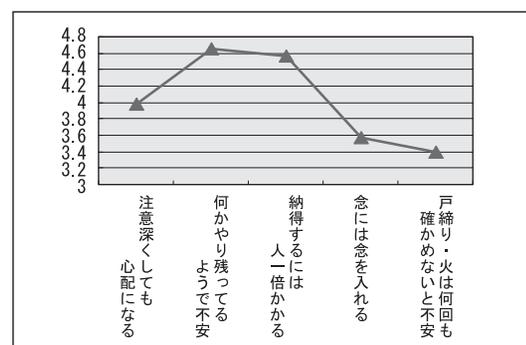


図12 自分の行動に漠然とした疑いを持つ傾向 p < 0.01

「自分に高い目標を課する傾向」の平均値が高かったのは、「高い目標を持つ方が自分のためになると思う」4.4、「自分の能力を最大限に引き出すような理想を持つべきである」4.3であった（図9）（図10）。

「ミスや失敗を過度に気にする傾向」で平均値の高かったのは、「些細な失敗でも周りの人からの評価は下がるだろう」3.5であり、高い目標をもち最大限の努力が必要と思う反面、評価や些細な失敗が気になっていた（図11）。

「自分の行動に漠然とした疑いをもつ傾向」で平均値の高かったのは、「何かをやり残しているようで不安になることがある」4.7、「納得できる仕事をするには人一倍時間がかかる」4.6であった（図12）。看護学生は看護専門職になるため懸命に、講義・実習に取り組んでいるが、目標達成には多くの不安な事柄があり、時間をかけ慎重に行動していると推測できる。

看護学生が、大学入学後喜びを感じた体験は友人関係が多く、喜びを友人と友人以外に感じている学生で、自己志向的完全主義の側面で比較すると、「完全でありたいという欲求」、「自分に高い目標を課する傾向」、「ミスや失敗を気にする傾向」は、喜びを友人以外に選択した学生の平均値が高かった（表1）。

表1 友人関係が有意に影響した自己志向的完全主義の側面

側面	喜びを共有した相手	N	平均値	標準偏差	p値
ミスに気にする	友人以外	23	3.3	1.2	0.023
	友人	30	2.4	0.7	
完全欲求	友人以外	24	4.2	0.9	0.007
	友人	30	3.5	1.2	
高い目標	友人以外	24	4.2	1.09	0.006
	友人	30	3.5	0.9	

5. 看護学生の自己受容性に関する3尺度の関連

3尺度における側面間の関連をみると(表2)「高い目標を持つ方が自分のためになると思う」と「日常生活不安」は強い相関があり、「日常生活不安」と「大学生活不適応」は弱い関係が認められた。宮沢¹³⁾は、青年期の自己概念形成への働き

かけは、適応理論の立場からだけでなく、発達心理学的観点からもアプローチすることが必要だといっている。高い目標を目指し課題達成に努力することは、どちらかといえば、葛藤や緊張状態に陥りやすく、日常生活での不安が高まり、大学生活に不適応感をもつようになる。

「大学生活不適応」は「ミスや失敗を過

表2 相関係数

	自己理解	自己承認	自己価値	自己信頼	日常生活不安	評価不安	大学不適応	完全欲求	高い目標	行動に疑い	失敗気にする
自己理解		0.33*	0.33*	0.37**	-0.13	-0.20	0.08	0.19	-0.07	0.05	-0.15
自己承認	0.33*		0.68**	0.62**	-0.36**	-0.24	-0.43**	-0.14	-0.39**	-0.22	-0.46**
自己価値	0.33*	0.68		0.46**	-0.35**	-0.22	-0.45**	-0.09	-0.36**	-0.12	-0.39**
自己信頼	0.37**	0.62**	0.46**		-0.31**	-0.23	-0.47**	-0.17	-0.32*	-0.17	-0.37**
日常生活不安	-0.13	-0.36*	-0.35*	-0.31*		0.75**	0.40**	0.1	0.82**	0.18	-0.36**
評価不安	-0.20	-0.24	-0.22	-0.23	0.75**		0.28*	-0.04	0.60**	0.39**	-0.24
大学不適応	0.08	-0.43**	-0.45**	-0.47**	0.40**	0.28*		0.2	0.34*	0.37**	-0.43**
完全欲求	0.19	-0.14	-0.09	0.17	0.1	0.2	0.2		0.05	0.31*	-0.14
高い目標	-0.07	-0.39**	-0.36**	-0.32*	0.82**	0.60**	0.34*	0.05		0.18	-0.39**
行動に疑い	0.05	-0.22	-0.12	-0.17	0.18	0.39**	0.37**	0.31*	0.18		-0.22
失敗気にする	-0.15	-0.46**	-0.39**	-0.37**	0.32	0.28*	0.46**	0.37*	0.21	0.49**	

* p<0.05 ** p<0.01

度に気にする傾向」と相関があった。さらに、「大学生活不適応」は「自己承認」、「自己価値」、「自己信頼」は負の相関があった。大学に適応しているか否かに不安をもつ学生は、ミスや失敗を過度に気にしている結果であった。現在の自己や将来の自己の成長や可能性開発を信じ、人生や物事への対処・適応能力に自信がある学生は、現在の大学生活での不安が少なく、現在のありのままの自分を認め受け入れることができているという結果であると考えられる。

「自分の行動に漠然とした疑いをもつ傾向」と「ミスや失敗を過度に気にする傾向」、「評価不安」、「大学生活不適応」とは正の相関があった。「自己価値」は「自己承認」、「自己信頼」、「自己理解」と相関があった。さらに、「自己承認」と「自己信頼」は正の相関、「評価不安」と「日常生活不安」「高い目標を持つ方が自分のためになると思う」と相関があった。

最近、スチューデント・アパシーや就職恐怖など大学生の病的現象が話題となっている。こうした背景には青年期の学生の精神的未熟さと同時に不安の問題が存在する¹⁴⁾。大学生活全般への不安をもっている学生は、評価されることへの不安をもち、自己に高い目標を課せる傾向がみられる結果となり、普段の日常生活にも不安をもっていた。

【結 語】

自己受容性、大学生活不安、自己志向的完全主義の3つの関係で明らかになった点は、以下の2点であった。

- ① 日常生活への不安がある学生は、評価されることに不安をもち、自分に高い目標を課せる傾向がみられ、大学に適応できず、ミスや失敗を過度に気にしやすい傾

向にあった。

- ② 長所も短所も含めて、人生や物事への対処能力に自信を持っている学生は、現在の大学生活への不安が少なく、ミスや失敗を過度に気にすることがなく、自らの課題を十分達成できていた。

以上の結果を踏まえ、自己受容のない学生に対しては、日常生活の不安を軽減し、評価される不安を与えず、実力以上に高い目標を課さないように支援していくことが必要であると結論づけられた。

【引用文献】

- 1) 長谷川真美、横山恵子、岡本佐智子他：看護学生の悩みと援助規範意識に関する一考察 .第35回看護教育 .日本看護協会 . 157 . 2004 .
- 2) Erikson, E. H. (五十嵐武士訳)：歴史の中のアイデンティティ .みすず書房 .85 . 1979 .
- 3) 服部祥子：青年期の心理と発達危機—看護学生を理解するために—看護教育40 (1) . 12-19 . 1999 .
- 4) 宮沢秀次：青年期における自己受容性測定スケールの検討 .人文科学論集 .市大学・市学園短期大学人文科学研究会 32 . 113 . 1982 .
- 5) 大森和子：青年期にある看護学生の自己受容性と対人態度の関係性 .第33回看護教育 .日本看護協会 . 191 . 2002 .
- 6) 速水敏彦：大学生の日常的感情に関する研究—感情日誌を用いて—名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要 . 心理発達科学 . 49 . 2004 .
- 7) 前掲 2) 114 .
- 8) 藤井義久：大学生活不安尺度の作成および信頼性・妥当性の検討 .心理学研究 . 68(6) . 441-448 . 1998 .

- 9) 桜井茂男、大谷桂子：“自己に求める完全主義”と抑うつ傾向および絶望感との関係．心理学研究．68．179-186．1997．
- 10) 前掲 2) 113-139．
- 11) 前掲 8) 445．
- 12) 前掲 9) 181．
- 13) 宮沢秀次：青年期における自己受容性の一研究．名古屋大学教育学部紀要．教育心理学科第25号．名古屋大学．105-117．1978．
- 14) 藤井義久：心理測定尺度集Ⅲ．サイエンス社．199．2005．