

原 著

小児看護学実習におけるSense of Coherence(SOC)とストレスとの関連 ルーブリックを導入して

Pediatric nursing practice Sense of Coherence (SOC) and stress-related By introducing a rubric in

菊池 美保子 原田 美枝子 前山 直美

Mihoko KIKUCHI, Mieko HARADA, Naomi MAEYAMA

(神奈川歯科大学短期大学部 看護学科)

キーワード：ルーブリック 首尾一貫感覚 ストレス 看護学生 臨地実習

I. はじめに

本学の小児看護学実習は、「子どもの成長発達を理解して、あらゆる健康段階にいる子どもと家族に対しての看護が理解できる」を目的に行っている。小児看護学実習を有意義な実習にするためには、学生個々が学習目標を念頭に、主体的にそして振り返り考えながら実施する必要がある。しかし、実習目標を確認しながら臨地実習をしている学生は少なく、教師に依存的な傾向にある。その理由として、学生は、子どもと接する機会が少なく「子どもとどう接したら良いか何をしたらよいか分からない」「子どもイメージのギャップ」「子どもとの関係づくり」など不安と緊張をもたらす現状がある。学生は、何を学んだら良いかわからず、自己の課題や目標を見失っていくことになり、ただ「子どもが可愛かった」「楽しかった」という主観的な感想で終わっていた。実習評価も自己評価と教員評価にもずれがあり、その内容を共有するまでに時間がかかっていた。本学の評価表を見ると項目ごとの解釈の幅が大きく、その項目で求められている内容が不明確であるため、目標に対して何ができたのかという学生の努力や内容が見えない。また、できない原因も不明確のため指導にも役立たない。又、学生は、教員が設定した目標に向かって、教育意図から綿密に建てられたものではあるが、実習計画通りに学べるものではない。

そこで看護学生が持っている知識・技能・態度を総合的・客観的にアセスメントする評価として近年カナダ・アメリカで開発されたルーブリック評価表は学生が分かりやすく「思考・判断」「関心・意欲・態度」「技能表現」の全ての評価方法が明示されている。看護教育にも活用

され、よい成果を見せている報告もある。ルーブリックは、「何を学習するか（評価基準）と学習到達レベル（評価規準）の学生の学習成果を評価するもの、つまり、学生自らが持っている学習課題としてのビジョンとゴールに向かうプロセスを自ら学習課題と達成状況を自己評価しながら、学習を深め、広げる評価方法として、ルーブリック評価表を作成し導入した。

一方、看護学生にとって実習はかなりストレスフルな環境となる。実習を学生自身がストレス・対処行動をうまくとれるかどうか成功のカギになる。(高橋、本江、古市、2010) 学生の充実感を伴う体験がやる気に直結し、充実感は感動体験の影響を受けているといわれている。(廣瀬、太田、2011) そのため、ストレス対処能力と言われているSense of Coherence (以下SOC) を高めていくことが重要である。このSOCとはアントノフスキーによって体系化された健康生成論の中核概念のひとつで、深刻なストレッサーに遭遇しても、むしろそれを成長の糧とし、かつよい健康状態を保っている人々が共通してもつ特徴として、見出されたものである。(荒川、仙田、佐藤、2012) 看護学生においてもSOCが高い程、ストレスが少なく、知識・技術や人間関係などの不安をプラスに変えるなど柔軟で積極的なストレス対処の特性が裏付けられている。SOCに着目した先行研究の精神看護学や基礎看護学実習の前後においてもSOCは上昇、また、成人実習でも、実習達成感の高さと実習中SOCに差があるという報告がされている。(柴田、高橋、鹿村2006；高島、大江、2010)

今回、ルーブリック評価表を活用することで、臨地実習のストレスがどのように対処できたかをアントノフスキーによって体系化された首尾一貫感覚、ストレス対処能力の山崎らが開発した日本語版SOC短縮版尺度。13項

受付日 2015年11月30日

受理 2016年1月28日

目7件法以下SOCとする)、SOCとストレスの関連の実態を明らかにしたいと考えた。

II. 研究目的

ループリックを活用した臨地実習前後のSOCの3構成要素(把握可能感、処理可能感、有意味感)とストレスとの関係を検討し今後の臨地実習指導の示唆を得る。

III. 研究方法:

1) 対象と時期

看護学科学学生(3年生):79名(男子8名、女子71名)平均年齢 21.4 ± 4 (歳)

2) 調査期間:平成27年5月~10月

3) 調査方法:小児看護学実習(90時間)開始前と後に自記式調査票を配布し、留め置き法で回収した。

4) 調査内容

(1) 質問項目

- ① 基本属性(年齢、性別)
- ② アントノフスキーによって開発され山崎ら日本語版SOC短縮版尺度。13項目7件法で測定。
- ③ 臨地実習に対するストレスの程度

(2) ループリック評価表

5) 分析内容

SOC総得点とSOCの3要素得点を集計した。SOC得点の中央値からSOC高群とSOC低群に二分し、実習前後のストレスとのSpearmanの相関係数を求める。実習前後のSOCと3構成要素との比較検討を行う。なお統計解析を行い有意差 $P < 0.05$ とした。

6) 倫理的配慮

- (1) 本大学倫理審査委員会の承認を得て実施した。(承認番号第311)
- (2) 研究協力者に事前に研究の目的と意義、方法、研究への参加は自由意志であること、研究への参加の有無が成績や単位認定に全く影響しないこと、個人のプライバシーは完全に守られていることを明記した文書と口頭で説明し、データの公表の承認を得た。
- (3) 調査票の提出をもって同意が得られたとした。

IV. 結果

1. 臨地実習の概要と対象の背景

質問紙の回収は79名(回収率100%)で有効回答は79名で(100%)であり、女性71名(89.8%)男性7名(0.2%)平均年齢 21.4 ± 4 歳であった。

2. ストレス対処能力

実習前のSOC総得点は平均54.1点であり、把握可能感19.6点、処理可能感16.4点、有意味感18.1点であった。実習後のSOC総得点は平均54.4点の結果であった。SOC得点の中央値(54点)でSOC高群、低群に分けて、実習前の高群の把握可能感は21.6、処理可能感は18.1、有意味感20.4であった。SOC低群は、把握可能感17点、処理可能感14点、有意味感15.4点であった。実習後の高群は、把握可能感22.3点、処理可能感18.4点、有意味感20.4点であった。SOC低群は45.3点で把握可能感15.3点、処理可能感13.9点、有意味感15.5点であった。

実習前後のSOC総得点は、実習後がわずかに上昇を認めた。高群のSOC総得点は、実習前に比べ実習後は減少したが処理可能感・把握可能感ともに上昇が認められた。

一方低群は実習後にSOC総得点はわずかであるが上昇し、有意味感は上昇しているが処理可能感と把握可能感は減少を認めた。(表1、図1)

SOC高低群との比較

実習前後のSOC高群、低群の3要素の比較を行ったところ、SOC高群とSOC低群の3要素において有意差を認めた。SOCの3要素の処理可能感は高低群共に低かった。(表2)

3. 実習に対するストレスの程度

臨地実習に対するストレスは、実習前は強く感じている8名、やや強く感じている25名、どちらともいえない29名、少し感じている10名、全く感じていない7名であった。実習後は強く感じている3名、やや強く感じている20名、どちらともいえない20名、少し感じている20名、全く感じていない16名と、実習前に比べると実習後の方が、ストレスを感じている学生が軽減していた。(図2)

表1 実習前後全体のSOC 3要素の得点

| | 把握可能感 | 処理可能感 | 有意味感 |
|-----|----------------|----------------|----------------|
| 実習前 | 19.7 ± 4.2 | 16.5 ± 3.7 | 18.1 ± 3.8 |
| 実習後 | 19.5 ± 5.0 | 16.4 ± 3.6 | 18.1 ± 3.9 |

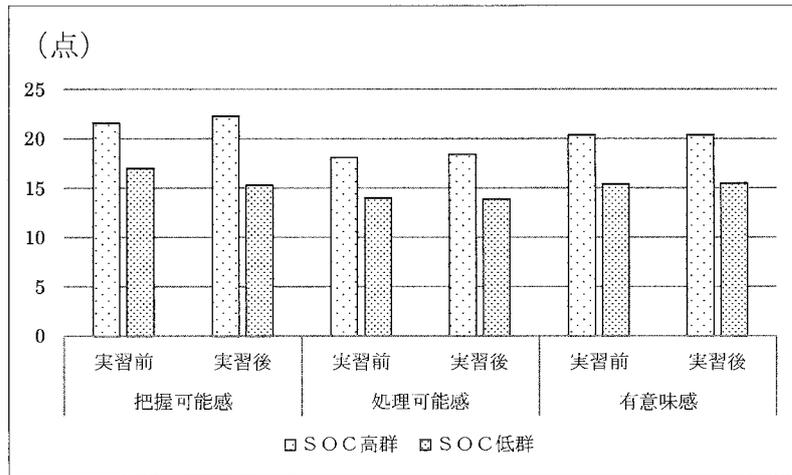


図1 SOC実施前後の3要素平均点

表2 SOC合計点とSOC高低群の実習前後の比較

| 実習前 | SOC得点 | 把握可能感 | 処理可能感 | 有意味感 | |
|----------------|-------|-------|-------|------|----|
| SOC高群 (39名) | 63.0 | 21.6 | 18.1 | 20.4 | ** |
| SOC低群 (40名) | 45.1 | 17 | 14 | 15.4 | |

** p < 0.05

| 実習後 | SOC合計点 | 把握可能感 | 処理可能感 | 有意味感 | |
|----------------|--------|-------|-------|------|----|
| SOC高群 (42名) | 62.1 | 22.3 | 18.4 | 20.4 | ** |
| SOC低群 (37名) | 45.1 | 15.3 | 13.9 | 15.5 | |

** p < 0.05

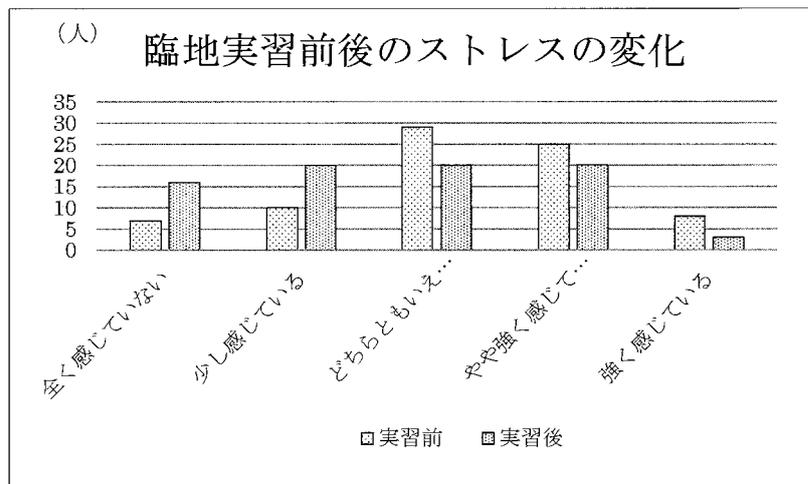


図2 臨地実習前後全体のストレスの変化

3) 実習ストレスの高低群との比較

SOC高群とSOC低群の実習前後のストレスを比較してみると、実習前SOC高群のストレスを強く感じている4名、SOC低群は、6名、やや強く感じているはSOC高群11名に対してSOC低群は14名、どちらともいえないは

SOC高群22名、SOC低群7名、少し感じているSOC高群9名、SOC低群は1名、全く感じていないはSOC高群4名でSOC低群は3名であった。実習後の結果は、ストレスを強く感じているはSOC低群の6名であった。やや強く感じているはSOC高群8名、SOC低群は12名と

両群とも実習前に比べると減少していた。どちらともいえないはSOC高群15名、SOC低群5名で両群とも減少、少し感じているSOC高群15名、SOC低群5名と高くなっており、全く感じていないはSOC高群10名、SOC低群6名と増えており、共に実習前に比べてストレスは軽減していた。(図3)

実習前後のストレスとSOC高低群の相関関係を見ると、SOC高群の実習前は弱い相関関係がみられ、実習後は中等度の相関関係が見られた。SOC低群は、実習前・後共に強い相関関係が示された。(表3)

VI. 考察

SOC総得点について

一般成人と比較すると看護学生は、SOC総得点は低いとされる調査がある。本調査における対象者の全体のSOC総得点は実習前54.1点、実習後54.4で、同年齢の医療福祉系大学よりもやや高い結果であった。また、実習後のSOCの総得点も上昇していた。本学の小児実習において保育園実習は楽しくストレスが少ないが病院実習は4日間という短期間で病状を把握し看護ケアを展開するには、「やった感」や成功体験のチャンスが少なく、学生は「もう少しやりたかった」と不全感で終わっていた。そこで、今回、ルービック評価表の活用をしたことで、

学生は、評価表を基に、目標を設定し学習計画を立案し実施できた。また、実習経過中で、自分の到達状況も把握でき、自己の課題を意識しながら実習に取り組みやすく、主体的に学習に取り組めたことが高い結果になり、SOCの総得点も高くなったと考える。SOCは、社会環境や個人的経験から蓄積される資源より直面するストレスに見合った資源を動員して緊張状態を収める能力でありストレス対処の成功体験を通して強化されるといわれている。(荒川、仙田、佐藤、2012) ルーブリックを活用することで目標が明確になり計画通りにスムーズに実施できたという事や何が今不足しているか予測でき、今後この方法で実施しようという意欲が湧き、達成感のある実習となり、成功体験に繋がったと考える。

SOC 3要素の高群と低群の比較について

SOC高・低群共に「処理可能感」が低かった。これは江上(2008)、河内、池田ら(2010)の看護学生のSOCや看護師のSOC、の報告でも共通していた。(吉田、山田、2013; 眞鍋、小松、岡山2014) 蛭名(2012)は「処理可能感」は、「困難を乗り越えるときに使える資源があるからなんとかなる」という前向きで、考える力である。困難を乗り越える資源が自分の中にないときは、自分を前向きにさせてくれそうな人はいないか周りを見渡

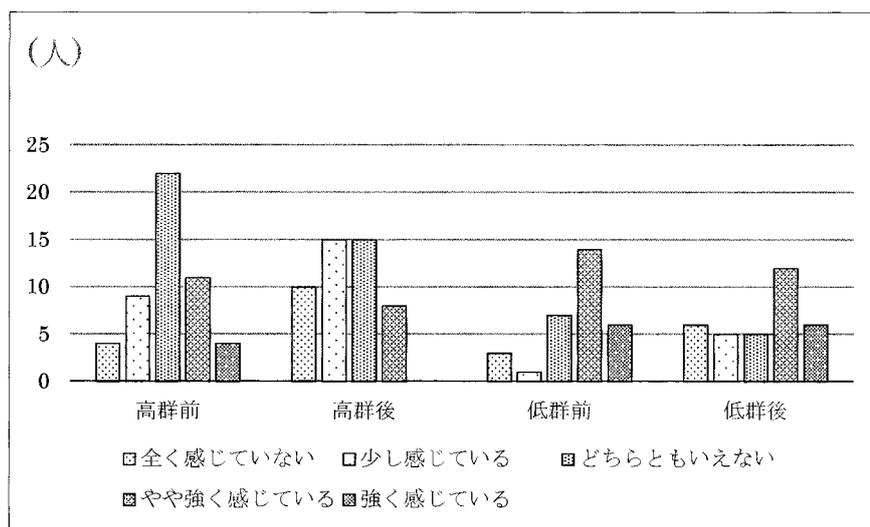


図3 SOC 高低群の実習前後のストレス変化

表3 SOC 高低群と実習ストレスの相関関係

| | | SOC 平均 | ストレス | r s |
|--------|-----|--------|------|-----|
| SOC 高群 | 実習前 | 63.0 | 2.9 | 0.3 |
| | 実習後 | 62.1 | 2.4 | 0.4 |
| SOC 低群 | 実習前 | 45.1 | 3.6 | 0.7 |
| | 実習後 | 45.3 | 3.0 | 0.6 |

し、その人と長い時間一緒に過ごす和良好的といっている。現代の若者のストレスコーピングの特徴として、ストレスに対して、他人に聞いてもらう、相談するなど情動的な行動をうまくとれない傾向がある。そのことも影響していると考えられる。つまり、自分の中の力だけではなく外の資源、自分をサポートしてくれる力、情報原をうまく活用できる力が他の要素に比べ、不足していると考えられる。教員は「できる感」が育つよう導き、困難にぶつかってもそれを乗り越えていけるよう見守り、情報を与えることが必要である。外からのサポートをうまく使えるようになることが、学生が安心し、前向きに考える力を支援することになると考える。

また、SOC高群と低群の得点の開きが「把握可能感」は7.0と大きかった。さらに高群は実習後上昇しているが、低群は減少している。この「把握可能感」は、自分の置かれている状況を理解でき今後の状況がある程度予測できる感覚である。低群の学生の傾向として本江¹⁸⁾らの報告では、SOC得点が高い場合にはストレスフルな出来事があってもSOCは弱められる事はないが、元々弱い場合には、その影響を受けて更に弱められるという。低群の学生の傾向として学習不足があり、そのことから実習に対する不安と実習中は新しい環境での緊張がありストレス対処力が培われるに至らないと考える。それに反して、高群の学生は、より理解が深められ、さらに学習をすることで「分かった感」が上昇し、学習意欲に結びついたと考えられる。

次に「有意味感」のSOC高群と低群について、坂野、矢嶋（2005）らは「有意味感」は動機付けに関わる概念であり、これが高いものは例え「把握可能感」や「処理可能感」が低くても直面した問題に対して強い関心を抱き、問題の解決に向けて理解や資源が得られる可能性が残されている。それに対して「有意味感」が低い者では、例え「把握可能感」や「処理可能感」が高くてもそれらは一時的なものになってしまう可能性があり、直面した問題を解決できる見込みが低くなってしまうと考えられる。したがって「有意味感」の得点を重視することが求められる。と述べている。時折、学生は、教員・指導者のちょっとした動機付けで素晴らしい成長や能力を発揮することができる。教員は、学生がストレス対処能力を身につける成長発達段階であることを忘れず、日々の関わりの中で学生の気づきを大切に、潜在的な能力に働きかける努力が必要である。そして成功体験を増やす支援が必要であると考えられる。

SOC得点と実習前後とストレスとの関係について

実習前後のストレスの状況を見るとSOC高低群共にストレスが軽減していた。SOC得点とストレスの相関関係は、SOC高群に比べ、SOC低群は強い相関関係を示し

ていた。SOCの強い人の特徴は、直面するストレスを扱うのに最も適切な対処戦略を選択することが可能とされており、遺伝的な生得能力ではなく成人初期の約10年間に形成されると言われている（高山、浅野、山崎1999）またストレス対処力は、乳幼児期から思春期にかけての家庭環境、成功体験を中心とする人生経験、思春期から成人初期における社会関係や職業が重要な形成、発達要因として挙げられている。（江上、2008）これらの調査結果から教員は、学生にSOCの得点が高くなるような働きかけをすることが、ストレス対処能力向上につながることを示唆された。

臨地実習にルーブリック評価表を活用したことは、SOC得点に大きく反映されなかったが、学生が評価表を確認しながら実習をしていたことが結果的に主体的な学習に繋がることを示唆された。そして自己評価の重要性や自己学習の振り返りと課題にもつなげられた。今後ルーブリック評価表を更に精練し主体的学習を強化したい。

VII. 結論

1. 教員は、学生の緊張が少なく実習できるように働きかける事が、ストレス対処力向上につながる。
2. 教員は、学生の対処能力の低い、特に「有意味可能感」の低い学生に対して、学生の気づきを大切に、動機づけをしていくことで成功体験につなげられるよう支援する。
3. ルーブリック評価は、主体的な学習となり、学習の自己評価の振り返りと課題につながる。

VIII. 課題

今後の課題としてルーブリック評価を活用することでストレスとの関連やストレスとの要因を明確にしていきたい。

IX. 謝辞

本研究をまとめるにあたりご協力くださいました皆様、学生さんに深く感謝申し上げます。

引用・参考文献

- 1) 荒川博美、仙田志津子、佐藤京子、ら他：在宅看護実習経験が看護学生の首尾一貫感覚（SOC）に与える影響—健康関連QOLと学習意欲との関連、ヘルスサイエンス研究、16（1）49-52、2012
- 2) 浦川加代子：首尾一貫感覚Sense of Coherence（SOC）と生活習慣に関する研究の動向、三重看護学誌 14、1-9、2012
- 3) 白井麻里子他：看護学生のストレス対処能力と基礎看護学実習におけるストレス要因との関連、名古屋

- 市立大学看護学部紀要、13、27-35 2014
- 4) 蝦名玲子：困難を乗り越える力 PHP研究所 京都 2012
 - 5) 江上千代美：看護学生の首尾一貫感覚と精神健康度との関係、医療福祉専門学校 緑生館、43-48、2008
 - 6) 江上朝美、川口毅他：女子看護学生のSense of Coherenceとその関連要因の検討、昭和医学会誌、65 (4) 365-373、2005
 - 7) 落合龍史、大東俊一、青木清：大学生におけるSOC及びライフスタイルと主観的健康感との関係、心身健康科学、7、(2)、35-40、2011
 - 8) 河内浩美、池田かよこ：看護学生におけるSOC (Sense of Coherence) とコミュニケーション・スキルの実態—実習の経験別による比較—、新潟青陵学会誌、7、(1) 57-61
 - 9) 坂野順子、矢島祐樹：大学生における首尾一貫感覚 (SOC) スケールの構造化、日本公衛誌、52 (1) 34-45、2005
 - 10) 柴田和恵、高橋ゆかり、鹿村真理子ら他：看護学生の実習適応、関する研究 (第4報)、群馬パース大学 紀要2、263-274、2006
 - 11) 高島尚美、大江真琴他：成人看護学実習における看護学生のストレスの縦断的变化—心理的ストレス指標と生理的ストレス指標から—、日本看護研究学会雑誌、33、(4) 115-121、2010
 - 12) 高山智子、浅野裕子、山崎喜比古、他：ストレスフルな生活出来事が首尾一貫感覚と精神健康に及ぼす影響 日本公衛誌 46：965-973、1999
 - 13) 高橋ゆかり、本江麻美、古市清美ら他：看護学生の特性と精神看護学実習における Sense of Coherenceとの関連、日本看護学会論文集看護総合、41、295-298、2011
 - 14) 寺田祐樹、成田有吾他：看護学生におけるストレス学習への影響、三重看護学誌、13、73-81、2011
 - 15) 廣瀬春次、太田友子他：看護学生のコミュニケーション行動に関する研究、山口県立大学学術情報、4号 [看護栄養学部紀要 通巻第4号]、47-53、2011
 - 16) 眞鍋えみ子、小松光代他：大学付属病院の看護職におけるSense of Coherence と労働環境満足度・看護臨床能力との関連、日本看護研究学会雑誌、35、(2)、19-25、2012
 - 17) 眞鍋えみ子、小松光代、岡山寧子：新人看護師における就業3年までの職務ストレスとストレス反応に関する研究—看護学士課程卒業後の縦断調査による分析—、日本看護研究学会雑誌、37、(1)、123-131 2014
 - 18) 本江朝美、川口毅、谷山牧、平吹登代子：女子看護学生のSense of Coherenceとその関連要因の検討、昭和医学会誌、65、4、365-373
 - 19) 山崎喜比古、吉井清子監訳：健康の謎を解く—ストレス対処と健康保持のメカニズム、有信堂光文社、2010
 - 20) 山崎喜比古、戸ヶ里泰典、坂野純子編：ストレス対処能力SOC、有信堂光文社、2012
 - 21) 吉田えり、山田和子他：看護師のSense of Coherenceとストレス反応との関連、日本看護研究学会雑誌、36、(5)、25-33、2013

著者への連絡先：菊池美保子 〒238-8580 神奈川県横須賀市稲岡町82番地 神奈川歯科大学短期大学部看護学科

TEL：046-822-8776 (直通)

E-mail：kikuchi@kdu.ac.jp