

論文

看護学生のSense of Coherenceと自己および他者に対する意識との関連

本江朝美¹⁾, 高橋ゆかり¹⁾, 古市清美¹⁾

要旨

本研究は、看護学生におけるSOCと他者や自己に対する意識との関連を明らかにすることを目的とし、A看護系大学1年生73名のうち、研究への参加に同意が得られた42名を対象に、基礎看護学実習Ⅰの直前に、SOC、共感経験、他者意識、自己肯定意識、実習ストレスからなる自記式質問紙調査を実施した。

その結果、看護学生のSOC得点（レンジ13-91）は49.6±9.3点（得点率54.5%）であった。また看護学生のSOCは、実習ストレスと有意な負の相関を示し（ $r=-.46$, $p<.01$ ）、SOC高群はSOC低群より、自己実現的態度（ $p<.05$ ）、充実感（ $p<.001$ ）、自己表明・対人的積極性（ $p<.05$ ）が有意に高得点で、自己閉鎖性・人間不信（ $p<.05$ ）、被評価意識・対人緊張（ $p<.01$ ）は、有意に低得点であった。他者意識、共感経験についてはSOC高低群間で有意な差は認められなかった。SOCに影響する要因は、充実感（ $\beta=.50$, $p<.001$ ）と被評価意識・対人緊張（ $\beta=-.52$, $p<.001$ ）のみ示された。

これらより、看護基礎教育において、看護学生が他者からの評価を気にせず、のびのびと学べて充実感を感じることができることが、ストレス対処能力としてのSOCの形成につながる可能性が示唆された。

キーワード：看護学生、Sense of Coherence、自己意識、他者意識

1. はじめに

看護基礎教育において、看護学生のコミュニケーション能力の低下が懸念されるなか、職業に必要な倫理観や責任感、豊かな人間性や人権を尊重する意識を育て、人との信頼関係を築く対人関係能力やコミュニケーション能力を養成していく必要性が指摘されている（厚生労働省医政局看護課，2007）。

しかし看護学生にとって人間関係は精神的ストレスであり（市丸，2001）、実習のストレス（荒川，2010）とともに身近な問題となっている（三橋，2004）。そのため、看護基礎教育において、対人関係能力やコミュニケーション能力の育成のみならず、ストレス対処能力と言われているSense of Coherence（以下SOC）をも高めていくことが重要であると考えられる（本江，2003，2009）。

このSOCとは、Antonovsky（1979）によって構築された健康生成論の中核概念のひとつで、深刻なストレスに遭遇しても、むしろそれを成長の糧とし、かつ良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つけ出されたものである。SOCはストレスからストレスを受けて、ストレス状態に至る過程のいずれにも強い抑制力を持ち（山崎，2003）、看護学生においても、SOCが強い人ほどストレスが少なく（本江，2003）、知識・技術や人間関係などの不安をプラスに転化する（本江，2009）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。

一方、看護学生の人間関係や実習に関わるストレスは、学生自身の対人関係能力やコミュニケーション能力、さらには対人関係に直接影響を及ぼすと考

1) 上武大学看護学部看護学科

えられる自己や他者への意識等からの影響も受けていると考えられる。アントノフスキーは、これらとSOCとの関係に関して、SOCが強い人はその人への外的環境や内的環境への強い信頼や確信、そして強い自己としっかりしたアイデンティティがあるとし、さらにステイングラスの評価を引用しながら、SOCがもつ内的環境への信頼や確信は肯定的な自己イメージをもたらすことを示唆している (Antonovsky, 1987)。しかし、これらに関する実証報告はまだ限られており、SOCの強い人は一貫して過去・現在・将来ともに自己を肯定的にとらえているという報告 (園田, 2005) が散見されるのみである。

そこで本研究では、本研究対象におけるSOCと人と実際に関わる実習に対するストレスとの関連を検証し、SOCの意義を確認した上で、SOCと対人関係に関わる自己や他者への意識との関連を検討することとした。これらの検討は、看護基礎教育におけるSOC教育のあり方に示唆を与え、自己への信頼や肯定感を基盤とするヒューマンケアリング (Watson, 1988) に、SOCが重要な要素となる可能性を開くものでもありと考える。

II. 目的

本研究は、看護学生におけるSOCと他者や自己に対する意識との関連を明らかにすることを目的とした。

III. 方法

1. 対象：

A看護系大学1年生73名のうち、研究への参加に同意が得られた42名とした (回収率57.5%)。

2. 調査方法：

平成22年2月に基礎看護学実習 I の直前に自記式調査票を配布し、留め置き法にて回収した。

3. 質問紙の構成：

本調査で使用した尺度は以下のとおりである。

1) 日本語版SOC短縮版尺度

SOCは、1970年代後半に医療社会学者のAntonovskyによって体系化された健康生成論の中核概念で、「自分の外的・内的環境が予測でき、事態を合理的に期待できるとともに、うまく処理できるといふ確信の持続的感覚の程度を表わす全般的な

志向性」である (Antonovsky ; 1987)。このSOCは、Antonovskyが作成したSOC英語版29項目尺度・13項目縮約版尺度 (Antonovsky, 1987) によって測定可能とされている。日本語版SOC短縮版尺度 (山崎, 1999) は、AntonovskyのSOC英語版13項目縮約版尺度を山崎らが翻訳し、信頼性、妥当性が検証されたものである (山崎ほか, 1997)。この尺度は13項目7件法で構成され、得点の高いものほど、ストレス対処能力が強いとされている。またSOCは、把握可能感覚 (comprehensibility)、処理可能感覚 (manageability)、有意味感覚 (meaningfulness) の3つの下位概念から成っているが、この3要素は分けるのではなく次元性の尺度で扱われるのが妥当とされている (Antonovsky, 1996)。

2) 他者および自己に対する意識に関する尺度：

①共感経験尺度改訂版

共感経験尺度は、角田 (1994) によって開発された、過去の経験に基づいて個人の共感性のタイプを評価するための尺度である。共感性の概念規定は、「能動的または想像的に他者の立場に自分を置くことで、自分とは異なる存在である他者の感情を体験すること」とされ、他者理解につながる共感が成立するには、自己と他者の個別性の認識が確立されていることが強調されている。この自他の個別性の認識は、他者の感情がわかった共有経験とわからなかった共有不全経験の両面を測定することによって評価され、共感と同情を識別することができると言われている。したがって共感経験尺度は、共有経験尺度と共有不全経験尺度の2軸を有し、各10項目7件法で測定するものとなっている。

②他者意識尺度

他者意識尺度は、辻 (1993) により、他者への意識の向けやすさや向けられる方向に関する性格特性の個人差を測定するために開発された尺度である。この尺度は、現前する他者の気持ちや感情などの内面情報を敏感にキャッチし、理解しようとする意識や関心を意味する内的他者意識、現前する他者の化粧や服装、体形、スタイルなどの外面に現れた特徴への注意や関心を意味する外的他者意識、現前にいない他者について考えたり、空想をめぐらせたりしながら、その空想的イメージに注意を焦点づけ、それを追いかける傾向を意味する空想的他者意識の3つの下位概念から構成されている。内的他者意識は7項目5件法、外的他者意識は4項目5件法、空想的他

者意識は4項目5件法で測定する。

③自己肯定意識

自己肯定意識尺度は、平石（1990）によって開発された、自己への態度の望ましきである自己肯定性次元を測定するための尺度である。この尺度は、対自己領域と対他者領域から成り、対自己領域とは、自己受容（4項目5件法）、自己実現的態度（7項目5件法）、充実感（8項目5件法）の3つの下位成分、対他者領域は、自己閉鎖性・人間不信（8項目5件法）、自己表明・対人的積極性（7項目5件法）、被評価意識・対人緊張（7項目5件法）の3つの下位成分から構成されている。

3) 実習ストレスの程度

実習がストレスになっているかを「全くちがう」～「全くそうだ」の5件法で測定する。

4. 分析方法：

基礎集計後、SOCと実習ストレスとの間のPearsonの相関係数を求めた。次いでSOC得点の中央値でSOC高群と低群に二分し、他者および自己に対する意識に関する平均得点のt検定を行った。さらにSOC得点を目的変数に、実習ストレスの程度、および共感経験尺度、他者意識尺度、自己肯定意識尺度の各下位因子得点を説明変数に投入した重回帰分析（ステップワイズ法：F in ≤ .050, F out ≥ .100）を行った。全ての解析はSPSS統計ソフト15.0Jを用いた。

5. 倫理的配慮：

対象者には、事前に研究の目的及び方法、研究への参加は自由意志であること、また研究への参加の有無が学業成績や単位認定には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ることを明記した文書で説明し、データ使用と公表の承認を得て、研究への参加について十分考えられる時間を設けて、同意が得られた者のみに実施した。なお調査票の回収は留め置き法とした。本研究は上武大学研究倫理委員会の承認を得た。

IV. 結果

1. 看護学生のSOCと実習ストレスとの関連

対象者となった看護学生の基礎看護学実習 I を直前に控えた時期におけるSOCの平均得点±標準偏差は、49.6±9.3点で、得点率に換算すると54.5%で

あった。

看護学生のSOCは、実習ストレスと有意な負の相関を示した ($r = -.46, p < .01$)。

2. 他者および自己に対する意識のSOC高低群別得点比較

1) 自己肯定意識

自己肯定意識の対自己領域においては、SOC高群はSOC低群より、自己実現的態度 ($p < .05$) と充実感 ($p < .001$) が有意に高得点であった。自己受容においては、SOC高群とSOC低群に有意な差は認められなかった。

自己肯定意識の対他者領域においては、SOC高群はSOC低群より、自己表明・対人的積極性 ($p < .05$) が有意に高得点であった。しかし、自己閉鎖性・人間不信 ($p < .05$)、被評価意識・対人緊張 ($p < .01$) においては、SOC高群はSOC低群より、有意に低得点であった。

2) 他者意識

内的他者意識、外的他者意識、空想的他者意識において、SOC高群とSOC低群に有意な差は認められなかった。

3) 共感経験

共有経験、共有不全経験において、SOC高群とSOC低群に有意な差は認められなかった。

3. SOCに影響を与える要因

重回帰分析した結果、共感経験尺度における共有経験、共有不全経験、他者意識尺度における内的他者意識、外的他者意識、空想的他者意識、自己肯定意識尺度における自己受容、自己実現的態度、充実感、自己閉鎖性・人間不信、自己表明・対人的積極性、および実習ストレスの程度は、ステップワイズ法で除外され、充実感 ($\beta = .50, p < .001$) と被評価意識・対人緊張 ($\beta = -.52, p < .001$) のみ影響要因として示された ($R^2 = 0.67$)。

V. 考察

本研究は、基礎看護学実習 I を直前に控えた看護学生（1年生）において、SOCと実習ストレスとの関連からSOCの意義を確認した上で、SOCの他者および自己に対する意識との関連について検討した。

分析の結果、本研究対象となった看護学生のSOC得点は49.6点、得点率は54.5%であり、他の看護学

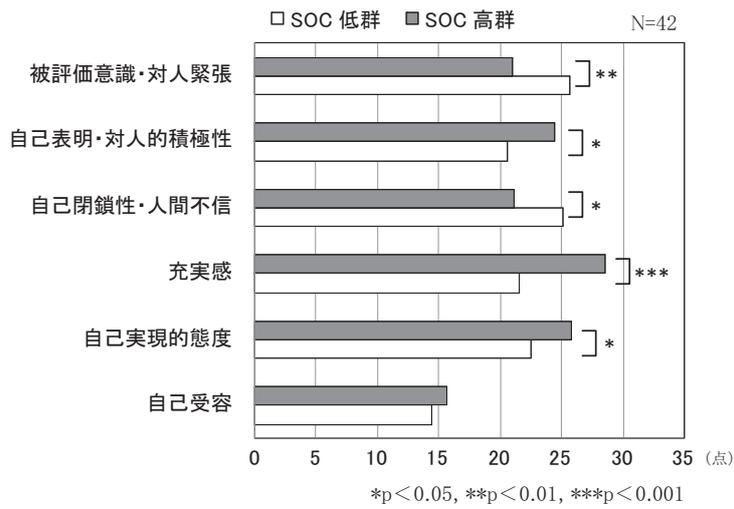


図1. SOC 高低群別自己肯定意識

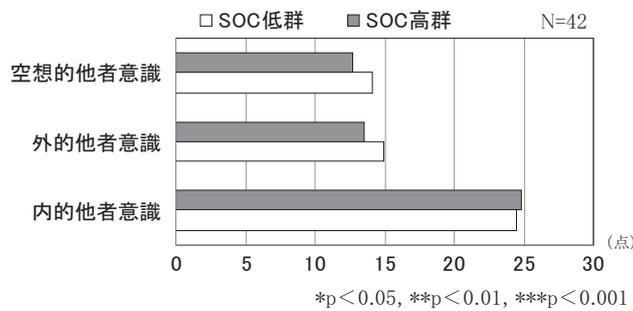


図2. SOC 群別他者意識

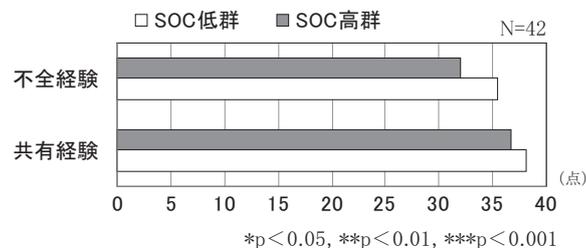


図3. SOC 群別共感経験

表1. SOCに影響を与える要因

	標準化係数 (β)	有意確率
被評価意識・対人緊張	-0.52	***
充実感	0.5	***

重回帰分析 (ステップワイズ法)、調整済みR²=0.67

***p<.0001

除外された変数：共有経験、共有不全経験、内的他者意識、外的他者意識、空想的他者意識、自己受容、自己実現的態度、充実感、自己閉鎖性・人間不信、自己表明・対人的積極性、および実習ストレスの程度

生1年生を対象としたSOC得点率の報告の59.0% (本江, 2003) や59.4% (本江, 2009) と比較すると、やや低い得点率であった。このことは、SOCはストレッサーとの遭遇によって一時的に変化したり、平均値あたりで変動したりする (Antonovsky, 1987) ため、実習の直前に行った本調査では、実習に対するストレスで一時的にSOCが下がっていた可能性が考えられる。また看護学生のSOCは実習ストレスと負の相関を示し、これまでの報告 (本江, 2003) と同様に、SOCのストレス対処能力としての機能を裏付ける結果であったと考えられる。

自己肯定意識の対自己領域とSOCとの関連においては、SOC高群はSOC低群より、自己実現的態度と充実感が有意に高得点であった。このことは、SOCの核となっている3要素 (Antonovsky, 1987) の内のひとつである有意味感 (meaningfulness) が関わっていると考えられる。有意味感とは、「人が人生を意味があると感じている程度、つまり生きることによって生じる問題や要求の、すくなくともいくつかは、エネルギーを投入するに値し、かかわる価値があり、ない方がずっと良いと思う重荷というより歓迎すべき挑戦であると感じている程度」のことで、動機づけの要素とされている。したがって強いSOCがあるということは、この有意味感が強く、たとえストレスを感じる実習や様々な人間関係の問題があったとしても、エネルギーを投入するに値する挑戦ととらえ、期待とやる気を生じさせ、さらに職業としての看護師を目指している看護学生の自己実現的態度を高めることにつながっているものと考えられる。また、この有意味感は、このような自分の生き方にも意味を見出させ、充実感も高めていると考える。

一方自己領域の中での自己受容においては、SOC高群とSOC低群に有意な差は認められなかった。このことは、一般大学生の自己受容の平均得点が16.3点 (平石, 1993) であるのに対し、本調査における看護学生の平均得点はSOC低群で14.5点、SOC高群においても15.7点しかなかったことから、本調査対象である看護学生の自己受容はまだ十分ではないことが推察され、このことがSOCの高低群間での有意差を生じなかったことにつながったと考えられる。

自己肯定意識の対他者領域とSOCとの関連においては、SOC高群はSOC低群より、自己表明・対人的積極性が有意に高得点であり、自己閉鎖性・人間

不信、被評価意識・対人緊張においては、SOC高群はSOC低群より、有意に低得点であった。これらより、SOCの強い者は、人からの評価を気にせず、ありのままの自分を出しながら、人と壁を作らずに積極的に関わっていく傾向があることが示唆された。また、これらのことは、SOCの核となっている3要素 (Antonovsky, 1987) の内の把握可能感 (comprehensibility) や処理可能感 (manageability) と関わっていると考えられる。把握可能感とは、「人が内的環境および外的環境からの刺激に直面したとき、その刺激をどの程度認知的に理解できるものとして捉えているかということ」で、言い換えれば、直面した刺激がたとえ突然にあらわれても、その刺激が望ましいものであろうとなかろうと、秩序だった一貫性のある構造化された情報として知覚している程度のことである。処理可能感とは、「人に降りそそぐ刺激にみあう十分な資源を自分が自由に使えると感じている程度」である。この資源には、その人が頼れると感じて信頼している正当な他者 (legitimate others) も含まれる。これらより、SOCの強い学生は、これら把握可能感や処理可能感によって、目前にある実習を、秩序立った構造化されたものとして理解し、実習で様々な課題が出てきても、それに対応するための準備はあるし、教員の支援も十分受けることができると感じていると考えられる。したがって、このようなSOCによって、看護学生が他者に対して自己を肯定的にみる意識が生じていた可能性が考えられる。このことは強い自己としっかりしたアイデンティティを持っている人がSOCの強い人であるという理論仮説を裏付ける結果であったと考えられる。

一方、他者意識における内的他者意識、外的他者意識、空想的他者意識、および共感経験における共有経験、共有不全経験とSOCとの関連においては、共にSOC高群とSOC低群に有意な差は認められなかった。この結果は、本調査対象となっている看護学生は10代後半の青年期であるため、30歳位まで成長するとされているSOCはまだこれからも形成されていく時期であるということ、さらに思春期から30歳頃までの発達課題として、他者への信頼に始まり、人間関係や社会との関係を学ぶことが挙げられている時期 (Erikson, 1982) でもあるということが、関与している可能性が考えられる。本調査の看護学生のSOC得点率は54.5%で、本邦の一般成人のSOC

得点率が66.1% (山崎, 1997) であったことを鑑みると、やはりSOCは形成途上であると考えられる。また、本調査においてSOCと自己肯定意識が正の相関をしていたことから、SOCの形成とともに自己肯定意識も育まれていく時期であると考えられる。このような段階において、他者への信頼という課題が重なってくると、自己意識の形成と安定がまず優先される課題となり、次いで他者への関心や共感から他者を理解し信頼するという課題に至っていくのではないかと考えられる。

最後に、実習直前の看護学生におけるSOCに影響を与える要因を探るために、自己および他者意識の各要素を投入して重回帰分析した結果、自己肯定意識の中の対自己領域の1つである充実感が正の要因として、自己肯定意識の中の對他者領域の1つである被評価意識・対人緊張が負の要因として抽出された。

現代学生のやる気が欠如し、無気力、無力感となっていることが指摘されるようになって久しいが、SOCの動機付けの要素と言われている有意味感と最も強く正相関した充実感がSOCの関連要因として示されたことは、改めてやる気の重要性が示されたとともに、学生の充実感を伴う体験がやる気に直結する可能性を示唆するものと考えられる。また充実感、感動体験の影響を受けるとも言われている(佐伯, 2006)。感動には喜びの感情や悲しみの感情を伴っていることが多いが、ケアの場面では様々な感情を誘発する機会が多い。どのような感情を伴う感動においても、納得のいく、心が動く体験をすることで、充実感を得ることが可能となるのではないかと考えられる。

またSOCに影響する負の要因として示されたのは、被評価意識・対人緊張であった。このことは、SOCは周囲の人々や環境とともにある自分と、それら周囲の人々や環境とで構成される自分の生活世界に対する信頼を測定しているため、そのSOCが弱ければ、自己や周囲の環境を信頼することができずに他者からの評価を気にし、緊張が高まるためと考えられる。また、被評価意識・対人緊張が高いほど、成功したい、自分を高めたいといった達成動機が低くなる(青野, 2008) ため、これらの意識が高ければ、看護学生の看護師を目指して学んでいこうとする動機も低められてしまうことが考えられる。したがって、看護学生が他者からの評価を気にせず、の

びのびと学べて充実感を感じることができることが、ストレス対処能力としてのSOCの形成につながる可能性が示唆された。

これらより、看護学生において、ストレス対処能力としてのSOCが自己肯定意識に関与している可能性が示唆された。またこのことは、自己への信頼や肯定感を基盤とするヒューマンケアリング (Watson, 1988) に、SOCが関与している可能性も示唆するものと考えられた。

VI. 結論

看護学生の実習を直前に控えた時期におけるSOCは、実習ストレスと有意な負の相関を示し、改めてストレス対処として機能している可能性が示唆された。このような看護学生のSOCは、他者に対する意識や共感経験との関連性が認められなかったが、SOCが弱い者は強い者に比べて、自己閉鎖的で被評価意識が強く、SOCが強い者は弱い者に比べて、充実感や自己実現の態度、自己表明ができるという自己肯定意識が強い傾向が示唆された。また、充実感があるという意識がSOCを強めることに、被評価意識がSOCを弱めることに、それぞれ影響している可能性が示唆された。

今回の研究は、対象数が少なく、自己および他者に関する意識についても限られたものによる分析となった。また横断研究のため、因果関係の特定にまでは至らなかった。今後はさらに対象数を増やし、縦断的にも調査し、検討していく必要がある。

おわりに、本調査にご協力いただきました学生各位に感謝いたします。なお本研究は、上武大学特別研究費の助成を受けて行いました。

引用文献

- Aaron Antonovsky (1979) : Health, Stress, and Coping ; New Perspective on Mental and Physical Well-being. 182-197, Jossey-Bass Publishers, San Francisco
- Aaron Antonovsky (1987) : Unraveling the Mystery of Health : How People Manage Stress and Stay Well, 189-194, Jossey-Bass Publishers, San Francisco
- 山崎喜比古, 吉井清子監訳 (2001) : 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, 東京

- Aaron Antonovsky (1996) : The Salutogenic model as a theory to guide health promotion Health Promotion International, Printed in Great Britain, 11 (1), 11-18
- 青野明子 (2008) : 学生における達成動機と生きがいおよび自己肯定意識との関連、国際研究論叢、21 (3)、23-34
- 荒川千秋, 佐藤亜月子, 佐久間夕美子他 (2010) : 看護大学生における実習のストレスに関する研究 目白大学健康科学研究、3、61-66
- Erikson EH (1982) : The cycle completed : A review. W. W. Norton & Company, New York / 村瀬孝雄、近藤邦夫訳 (2002) : ライフサイクル、その完結、みすず書房、東京
- 平石賢二 (1990) : 青年期における自己意識の構造、自己確立感と自己拡散感からみた心理学的健康、教育心理学研究、38、320-329
- 平石賢二 (1993) : 青年期における自己意識の発達に関する研究 (II)、重要な他者からの評価との関連、名古屋大学教育学部紀要、教育心理学科 40、99-125、1993
- 本江朝美, 星山佳治, 川口毅 (2003) : 看護学生の体験学習に対する意識と行動とSense of Coherenceとの関連に関する研究、昭和医学会誌、63 (2)、130-141
- 本江朝美, 高橋ゆかり, 桑田恵子他 (2009) : 看護学生の不安に対する認知的評価とSense of Coherenceとの関連 上武大学看護学部紀要、5 (1)、2-11
- 市丸訓子, 山本富士江, 野田淳 (2001) : 看護大学生のストレス度とストレッサー・ストレス反応・影響因子との関連—4年間の縦断的研究—, 東保学誌、4 (2)、77-82
- 角田豊 (1994) : 共感経験尺度改訂版 (EESR) の作成と共感性の類型化の試み、教育心理学研究、42、193-200
- 厚生労働省医政局看護課 : 看護基礎教育の充実に関する検討会報告書、2007
- 三橋恭子、田代順子、小澤道子他 (2004) : ヘルス・ボランティア指向のある看護大学生の『身近な健康問題とケア』の認識とボランティア経験、聖路加看護学会誌8 (1)、36-43
- 佐伯怜香、新名康平、服部恭子他 (2006) : 児童期の感動体験が自己効力感・自己肯定意識に及ぼす影響、九州大学心理学研究、7、181-192
- 園田直子、森川美希 (2005) : Sense of Coherenceからみた大学生の自己概念、久留米大学心理学研究、4、35-42
- 辻平治郎 (1993) : 自己意識と他者意識、北小路書房
- Jean Watson (1988) : Nursing : Human Science and Human Care ; The Theory of Nursing, National League for Nursing, Inc. / 稲岡文昭、稲岡光子訳 : ワトソン看護論、人間科学とヒューマンケア、医学書院、東京、1992
- 山崎喜比古 (1999) : 健康への新しい見方を理論化した健康生成論と健康保持能力概念SOC, Quality Nursing, 5 (10), 81-88
- 山崎喜比古 (2003) : ストレスの進行と防止の過程徹底分析、日本人のストレス実態調査委員会編、データブックNHK現在日本人のストレス、NHK出版、177-200
- 山崎喜比古, 高橋幸枝, 杉原陽子他 (1997) : 健康保持要因Sense of Coherenceの研究 (1) SOC日本語版スケールの開発と検討、日公衛誌、44 (10) : 243

The Relationships among Self-Consciousness, Other-Consciousness and Sense of Coherence

Asami HONGO¹⁾, Yukari TAKAHASHI¹⁾, Kiyomi HURUICHI¹⁾

Abstract

The purpose of this study was to find out the related factors of Sense of Coherence (SOC) among the nursing students of the first grade of Nursing University. Participants of this study were 42 nursing students who agreed with the purpose of the research. We used the questionnaires which included the scales of SOC, Sense of Self-Positiveness, and Other-Consciousness, and Empathic Experience Scale Revised (EESR). The result by multiple regression analysis (Stepwise) showed that SOC was influenced positively by the sense of fulfillment (subscale of Sense of Self-Positiveness Scale), and negatively by the interpersonal tension (subscale of Sense of Self-Positiveness Scale).

These results suggested that SOC was related to the sense of self-positiveness.

Key words : Nursing students, Sense of Coherence, Self-Consciousness, Other-Consciousness

1) Faculty of Nursing, Jobu University