論文

精神看護学実習における看護学生の対人ストレスコーピング

高橋ゆかり[1)]，本江朝美[1)]，古市清美[1)]，香月毅史[2)]

論文要旨

本研究は、精神看護学実習における看護学生の対人ストレスコーピングの特徴を、性格傾向とストレス反応の側面から明らかにすることを目的とした。対象はA看護系大学生57名であり、測定指標は対人ストレスコーピング尺度、Y-G検査、POMS、SOC短縮版尺度、唾液アミラーゼ活性値を用いた。

その結果、情緒不安定・社会不適応傾向はネガティブ関係コーピングとの間で正相関し、解決先送りコーピングとの間では負相関していた。外向性や支配性はポジティブ関係コーピングとの間で正相関していた。唾液アミラーゼ活性およびPOMSにおいてストレスフルな者ほど、有意にネガティブ関係コーピングを選択しており、ストレス対処能力であるSOC得点とネガティブ関係コーピングとの間では、有意な負相関が認められた。

以上の結果から、性格特性が対人ストレスコーピングの選択に影響を与えるとともに、対人ストレス場面におけるストレスの程度がネガティブ関係コーピングの選択に有意に影響することが明らかになった。

キーワード：精神看護学実習、対人ストレスコーピング、性格特性、ストレス反応

Ⅰ．はじめに

看護学教育における臨地実習は、講義や演習で学んだ知識・技術を統合しながら対象者に看護実践する場である。学生は患者・家族、医療スタッフとの関わりの中で、看護の喜びや人間関係の重要性を学習する。しかし、この過程で学生は今までにない緊張や不安を経験し、精神的・身体的ストレスに満ちた生活に陥りやすいことは多く報告されており（奥村ら，2001；中平，1995）、高橋（2007）は、学生の実習中におけるストレスが大きいほど、抑うつ傾向が高くなっていたことを報告している。ラザルスのストレス理論モデルでは、これらのストレス反応は、ストレスイベントに対する認知的評価とコーピングが影響していると考えられており、ポジティブな認知を行い、ポジティブな方向に行動することが、ストレス反応を緩和し精神的健康度が増すと考えられている。

また、臨地実習における不安やストレスを増大させる要因として、対象の疾患・ライフステージへの理解不足が挙げられ、特に精神疾患をもつ対象への関わりに対する不安が強い（高橋，2005）ことを報告している。さらに、これらの不安やストレスは、患者―看護師関係を構築する際に重要となるコミュニケーションにも支障を与え、自己評価を下げ実習適応感を低めるという悪循環を起こす傾向にあった（高橋，2006）。これらのことから、独特な精神症状をもつ対象と円滑な対人関係を築き対象理解を深めることが、精神看護学実習に対する実習適応を円滑にし、実習到達度を向上させることに影響を与えているという示唆を得ていた。

そこで、精神看護学実習における対象とのストレス場面において、どのような対人ストレスコーピングが選択されるのか、その特徴を知ることで実習指導における示唆をえられるものと考えた。

1）上武大学看護学部看護学科、2）高崎健康福祉大学保健医療学部看護学科

対人ストレスコーピングとは、対人関係に起因するストレスフルな出来事に対するコーピングのことである（加藤, 2000）。これらのコーピングの選択には、パーソナリティが影響しており、精神的健康との関連を報告したものは多い（友野, 2010；野中ら, 2010）。しかし、精神看護学実習における対人ストレスコーピングを分析した報告はみあたらない。また、対人ストレスコーピングとストレス反応に関する報告の多くは、いずれも学生の主観的データに基づいたものであり、生理学的指標など客観的データは得られていない。

そこで本研究では、精神看護学実習における学生の対人ストレスコーピングの特徴を、性格傾向とストレス反応との関連から明らかにすることを目的とした。また、分析指標には質問紙による主観的評価に加え、ストレスの客観的評価指標である唾液アミラーゼ活性を用い、縦断的に調査分析したので報告する。

Ⅱ．研究目的

看護学生の、精神看護学実習における対人ストレスコーピングの特徴を、性格傾向とストレス反応の側面から明らかにすることを目的とする。

Ⅲ．研究方法

1．調査対象

調査対象は、A看護系大学3年生の学生のうち、研究の趣旨および調査対象となることに同意を得られた62人とし、57人から得られた有効回答を分析対象とした。（有効回答率：91.9%）。

2．調査内容および調査時期

1）調査内容

①対人ストレスコーピング尺度

加藤（2000）により作成された、対人ストレスコーピングの個人差を測定するものである。本尺度は、「ポジティブ関係コーピング」16項目、「ネガティブ関係コーピング」10項目、「解決先送りコーピング」8項目、実際に経験した人間関係で生じたストレスに対して、どのように考えたり行動したりしているかを、「よくあてはまる」から「あてはまらない」の4件法（0～3点）によって評定した。本尺度の信頼性、妥当性は既に検証されている。

②Profile of Mood States短縮版（以下POMS）

McNairによって開発されたものであり、横山ら（2005）により翻訳された気分を測定する尺度である。本尺度は「TA：緊張・不安」「D：抑うつ」「AH：怒り・敵意」「V：活気」「F：疲労」「C：混乱」の6つの下位因子を30項目で構成しており、5件法で評定した（1～5点）。本尺度の信頼性、妥当性は既に検証されている。

③日本語版Sense of Coherence（以下SOC）尺度（短縮版）

山崎ら（2001）により翻訳された、ストレス対処能力の指標であるSOCを測定する尺度である。本尺度はSOCの下位概念である「把握可能感（comprehensibility）」5項目、「処理可能感（manageability）」4項目、「有意味感（meaningfulness）」4項目から構成されており、13項目を7件法で評定した（1～7点）。把握可能感とは、自分の置かれている、あるいは置かれるであろう状況がある程度予測でき、または理解できるという感覚であり、処理可能感とは、何とかなる、何とかやっていけるという感覚である。また有意味感とは、ストレッサーへの対処のしがいも含め、日々の営みにやりがいや生きる意味が感じられるという感覚である（山崎, 2008）。本尺度の信頼性、妥当性は既に検証されている。

④矢田部・ギルフォード性格検査（以下YG検査）

J. P. ギルフォードが考案した性格検査モデルを矢田部らが日本人向けの性格検査として、妥当化、実用化した尺度である（長谷川, 2008）。本尺度は、「D：抑うつ性」「C：回帰性傾向」「I：劣等性」「N：神経質」「O：客観性のないこと」「Co：協調性のないこと」「Ag：攻撃性」「G：一般的活動性」「R：のんきさ」「T：思考的外向」「A：支配性」「S：社会的外向」の12個の下位尺度から構成された120項目で成り立ち、3件法で評定した（0～2点）。

⑤唾液アミラーゼ活性

ストレスの生理的指標である唾液アミラーゼ活性に着目し、測定用具にはニプロ社の酵素分析装置唾液アミラーゼモニターと、測定用専用チップを用いてストレスを測定した。唾液採取は専用チップを30秒間舌下におき、採取後に専用チップをモニターに装着し、約1分間で唾液アミラーゼ活性によるストレス測定値を得た。測定時刻は1日の実習終了時に統一し、学生各自で行った。唾液アミラーゼ活性の評価は、0～30kU/L：ストレスがない、31～45kU/L：ストレスがややある、46～60kU/L：ストレスが

表1　YG検査における性格特性類型

性格類型	特　　徴
平　均　型	特に目立った特徴のない平均タイプ。性格はバランスがとれている。 あるいは積極的な自己表現を避けるタイプの人に多い。
不安定積極型	情緒不安定、社会的不適応、活動的、外交的であり、性格のバランスの悪さが行動として現れやすく、そのためにトラブルメーカーになりやすいタイプ
安定消極型	情緒的に安定し、社会によく適応できるが、消極的で内向的なタイプ。 人ともトラブルを起こさず、控えめで慎重に行動する傾向がある。
安定積極型	情緒的に安定し社会によく適応できる上に、活動的・積極的というタイプ。 対人関係にも優れており、リーダーの役割をこなす人が多いともいわれる。 自分をよく見せようとする傾向がある人の場合にも現れやすい。
不安定消極型	情緒的不安定で社会にも適応しにくく、不都合が生じると殻に閉じこもる傾向がある。ものごとに対して受身的で時に無気力的なこともあり、目立ったトラブルは起こさないが、心の悩みを自ら抱えやすいタイプ。

ある、61～kU/L：ストレスがだいぶあるとされる（山口，2000）。

2）調査時期

上記の調査内容のうち、④YG検査は2009年7月にYGテスト号令CDを用いて集団実施した。それ以外の調査は、2010年2月～3月に実施された精神看護学実習における実習前（オリエンテーション）、実習中（第1週最終日）、実習後（第2週最終日）の3回実施した。

3．分析方法

調査した各尺度の下位因子得点を基礎集計した後、対人ストレスコーピング尺度の下位因子得点を、調査時期により一元配置分散分析を行った。

次に、対人ストレスコーピング尺度における下位因子を従属変数、調査時期とYG検査による性格特性類型を独立変数にした、二元配置分散分析を行った。その際、YG検査による性格特性類型は「平均型」「不安定積極型」「安定消極型」「安定積極型」「不安定消極型」の5類型を用いた。性格特性類型における性格特徴は表1のとおりである（長谷川，2008）。

また、対人ストレスコーピングと他尺度における下位因子との相関関係は、Spearman相関係数を用いて分析した。その際、POMSにおける下位因子得点は、標準化得点〔（以下T得点：T値＝50＋10（素得点－平均点）/標準偏差）〕に変換して用いた。また、唾液アミラーゼ活性値のデータはM±SDで示し、M±2SDを外れ値とし分析から除外した。

更に、唾液アミラーゼ活性値およびSOC得点を高低群の2群に分け、得点をt検定した。その際、唾液アミラーゼ活性値は61kU/Lを基準に、SOC得点は中央値（50.5）を基準として2群に分類した。

統計処理にはSPSS 13.0J for Windowsを用いた。

4．倫理的配慮

調査対象者に研究の趣旨を説明し、研究協力は自由意志であること、データは統計的に処理され、この研究のためだけに用いること、協力の有無は成績には一切関係しないこと、結果の公表等を書面と口頭で説明し調査協力依頼をした。縦断的調査であるため、調査票には学籍番号の記入を求めたが、データは連結不可能匿名化を行った。また、唾液採取にあたり同意書の提出をもって同意とした。

尚、本調査研究は上武大学研究倫理委員会の審査を経て実施した。

Ⅳ．結果

1．対象の基本属性

有効回答を得られた57名のうち、男性9名、女性48名であり、実習開始時の平均年齢は21.12±0.45歳であった。

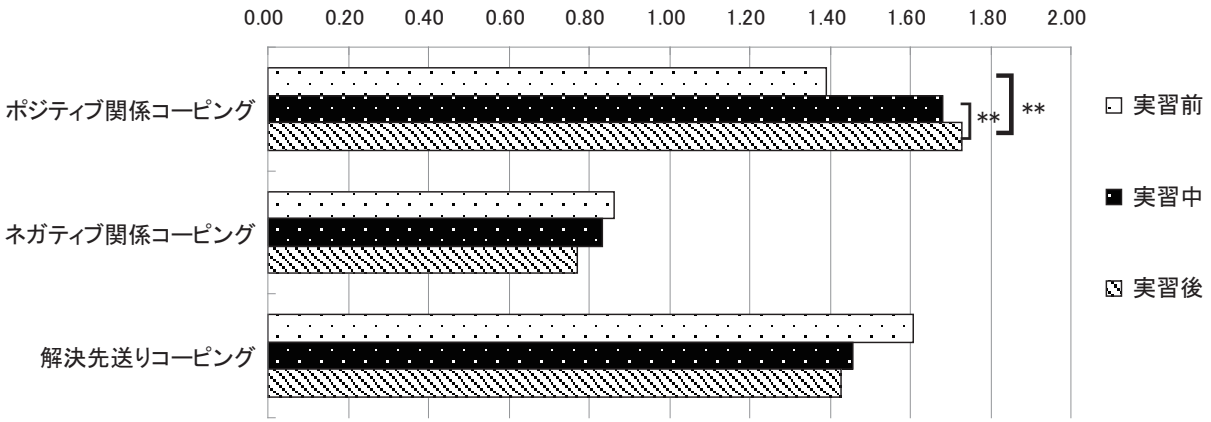

図1　調査時期でみた対人ストレスコーピングの特徴

2．調査時期でみた対人ストレスコーピングの特徴

対人ストレスコーピング尺度における下位因子得点を、実習経過でみると、ポジティブ関係コーピングでは、実習前（1.39）に最も低く、実習経過と共に上昇し、実習後（1.74）に最も高くなっていた。ネガティブ関係コーピングでは、全実習期間において低値で推移しており、実習前（0.83）に最も高く、実習経過と共に下降し、実習後（0.75）に最も低くなっていた。解決先送りコーピングでは、実習前（1.60）に最も高く、実習経過と共に下降し、実習後（1.42）に最も低くなっていた。

また、対人ストレスコーピング尺度の下位因子を従属変数、調査時期を独立変数にして、一元配置分散分析を行った結果は図1の通りであった。ポジティブ関係コーピングでのみ有意差が認められ、実習前に比べ、実習中と実習後に有意（p<.01）に高くなっていた。

3．性格特性と対人ストレスコーピングの関連

1）YG検査12尺度得点と対人ストレスコーピングの相関関係

YG検査における12尺度得点と、対人ストレスコーピング尺度の下位因子得点との相関関係は、表2の通りであった。

表2　YG検査における12下位尺度と対人ストレスコーピングとの相関関係

	ポジティブ関係コーピング	ネガティブ関係コーピング	解決先送り関係コーピング
D：抑うつ性	0.14	0.32 ＊	−0.10
C：回帰性傾向	0.07	0.31 ＊	0.02
I：劣等性	0.22	−0.01	−0.37 ＊＊
N：神経質	0.21	0.16	−0.30 ＊
O：客観性のないこと	0.12	0.28 ＊	0.04
Co：協調性のないこと	0.09	0.17	−0.07
Ag：攻撃性	0.34 ＊＊	0.29 ＊	0.14
G：一般的活動性	0.14	−0.18	0.11
R：のんきさ	0.23	0.20	0.18
T：思考的外向	−0.16	−0.24	0.04
A：支配性	0.28 ＊	0.01	0.00
S：社会的外向	0.33 ＊	0.08	0.06

＊：p<.05　＊＊：p<.01

ポジティブ関係コーピングでは、「Ag：攻撃性」(r=.34, p<.01)、「A：支配性」(r=.28, p<.05)、「S：社会的外向」(r=.33, p<.05) との間で有意な正相関を認めた。ネガティブ関係コーピングでは、「D：抑うつ性」(r=.32, p<.05)、「C：回帰性傾向」(r=.31, p<.05)、「O：客観性のないこと」(r=.28, p<.05)、「Ag：攻撃性」(r=.29, p<.05) との間で、有意な正相関を認めた。また、解決先送りコーピングでは、「I：劣等性」(r=−.37, p<.01)、「N：神経質」(r=−.30, p<.05) との間で有意な負相関を認めた。

2）性格特性類型による特徴

性格特性類型による特徴を見るために、対人ストレスコーピング尺度における下位因子を従属変数、調査時期とYG検査による性格特性類型を独立変数にして、二元配置分散分析を行った結果は図2の通りであった。

平均型では、ポジティブ関係コーピング、解決先送りコーピング、ネガティブ関係コーピングの順に得点が高く推移していた。また、ポジティブ関係コーピングは、実習経過と共に上昇し、解決先送りコーピングは、実習経過と共に下降していた（図2−1）。

不安定積極型では、全ての下位因子得点が、他型に比べ高値で推移しており、解決先送りコーピングは、実習経過と共に下降していた（図2−2）。

安定消極型では、ポジティブ関係コーピングは、実習中を頂点とした山型を呈し、解決先送りコーピングは、実習中を低値とした谷型を呈していた。また、ネガティブ関係コーピングは、他の性格特性類型に比べ低値で推移していた（図2−3）。

安定積極型では、他型に比べ解決先送りコーピングの得点が高値で推移し、実習中に低値を示す谷型を呈していた（図2−4）。

不安定消極型では、ネガティブコーピングと解決先送りコーピングは、実習中を頂点とした山型を示し、ポジティブ関係コーピングは、実習経過と共に右肩上がりに上昇していた（図2−5）。

4. POMSと対人ストレスコーピングの関連

実習中の、POMSにおける6尺度得点と、対人ストレスコーピング尺度の下位因子得点との相関関係は、表3の通りであった。

ポジティブ関係コーピングでは、「V：活気」(r=.30, p<.001）との間のみで、有意な正相関を認めた。ネガティブ関係コーピングでは、「TA：緊張・不安」(r=.19, p<.05)、「D：抑うつ」(r=.36, p<.001)、「AH：怒り・敵意」(r=.29, p<.001)、「F：疲労」(r=.16, p<.05)、「C：混乱」(r=.28, p<.001）との間で、有意な正相関を認めた。解決先送りコーピングでは、「D：抑うつ」(r=−.17, p<.05）との間で、有意な負相関を認めた。

5. 唾液アミラーゼ活性と対人ストレスコーピングの関連

実習中の、唾液アミラーゼ活性値と、対人ストレスコーピング尺度の下位因子得点との相関関係（表3）を見ると、ネガティブ関係コーピング（r=.27, p<.01）との間で、有意な正相関が認められた。しかし、実習前および実習後の調査では、有意差が認められなかった。

また、唾液アミラーゼ活性値の、高低群による比較では、ネガティブ関係コーピングにおいて、唾液アミラーゼ活性値の高群が、低群に比べ有意(p<.05）に高値であった。

6. SOCと対人ストレスコーピングの関連

SOC得点と、対人ストレスコーピング尺度の下位因子得点との相関関係を見ると、ネガティブ関係コーピングにおいて、実習前（r=−.31, p<.05)、実習中（r=−.41, p<.01)、実習後（r=−.45, p<.001）との間で、有意な負相関が認められた。

次に、SOCの下位因子得点と、対人ストレスコーピング尺度の下位因子得点との相関関係を見ると、全ての調査時期における、ネガティブ関係コーピングの因子得点は、SOCの下位因子である「有意味感」「把握可能感」「処理可能感」との間で、有意な負相関を認めた。それに加え、実習後では、ポジティブ関係コーピングと「処理可能感」(r=−.30, p<.05) との間、解決先送りコーピングと「有意味感」(r=−.28, p<.05）との間で、有意な負相関を認めた。

また、SOC得点の高低群による比較では、ネガティブ関係コーピングにおいて、SOC得点の低群が、高群に比べ有意（p<.01）に高値であった。

Ⅳ. 考察

1. 実習経過と対人ストレスコーピング

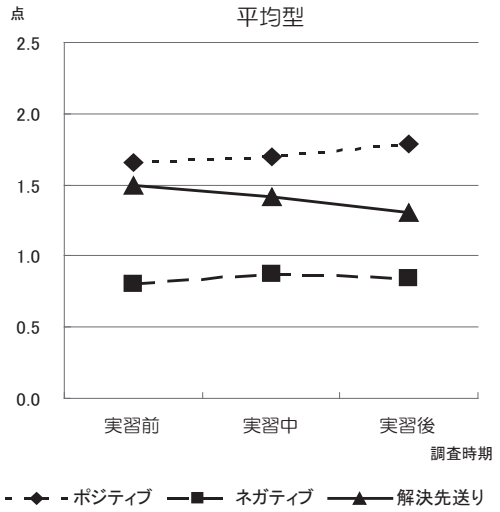

図2－1　平均型における対人ストレスコーピング

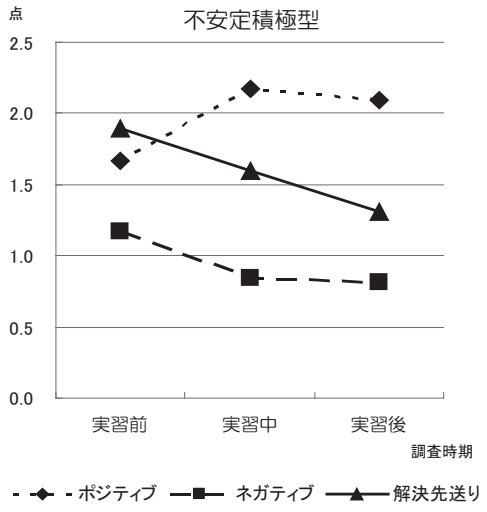

図2－2　不安定積極型における対人ストレスコーピング

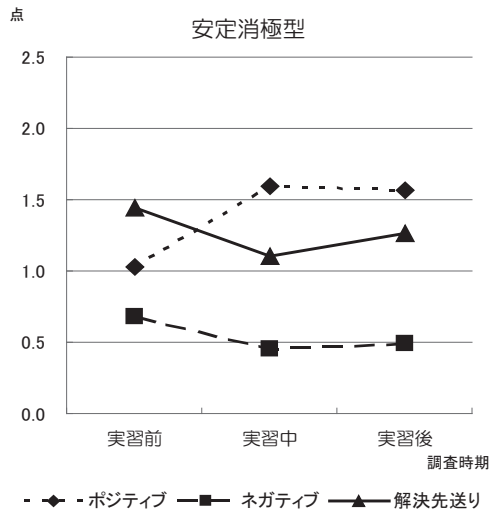

図2－3　安定消極型における対人ストレスコーピング

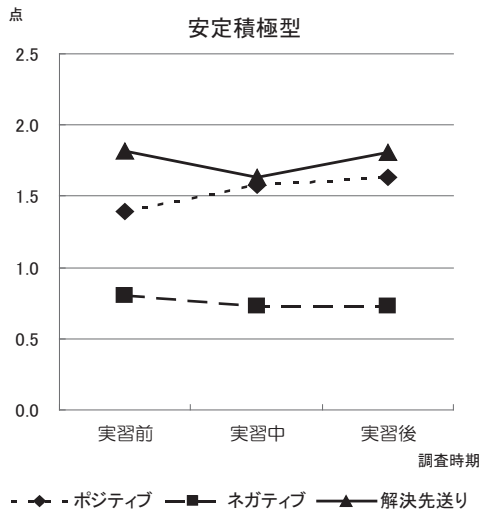

図2－4　安定積極型における対人ストレスコーピング

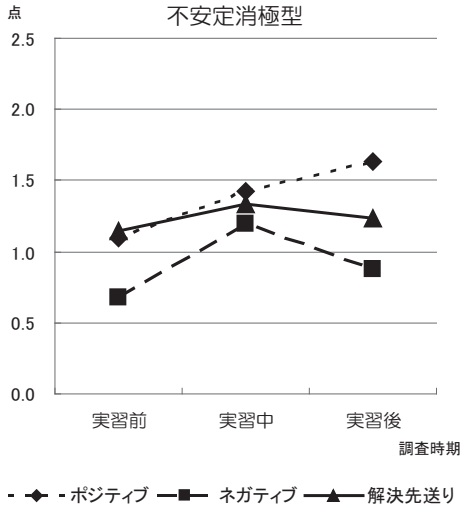

図2－5　不安定消極型における対人ストレスコーピング

実習経過と共に、ポジティブ関係コーピングは上昇し、ネガティブ関係コーピングと、解決先送りコーピングは下降していた。精神看護学実習における学生のストレスは、身体症状よりも心理状態に有意に反映される（小坂ら，2010）ことは既に報告されている。これは、精神障害者といわれる対象と実際に関わった経験が乏しく、対象がもつ独特な精神症状に対するイメージが、「恐い・危険」といった否定的なものであり、コミュニケーションのとりづらさに関する不安が影響している（高橋，2005）と報告されている。しかしひとたび、精神科病棟に入り、対象とのコミュニケーションを図りながら、対人関係を構築していく過程では、誇大化された否定的イメージや不安が縮減し、積極的に対応していこうとするポジティブ関係コーピングが、優位になっていったと推察される。また、学生の臨地実習におけるストレスは、実習で体験する未知への不安や迷いと、社会的スキルの欠如が影響している（橋本，1997）と考えられている。学生は実習経過と共に、社会的スキルを徐々に獲得しながら、新しい小さな経験の積み重ねが、ポジティブ関係コーピングの得点を、有意に押し上げていったものと考えられる。

2．性格特性と対人ストレスコーピングの関連

YG検査による性格特性と、対人ストレスコーピングの関連をみると、「攻撃性」「支配性」「社会的外向」の得点が高い者ほど、ポジティブ関係コーピングの得点が高かった。このことから、社交的で正しいと思うことは人に構わず実行し、リーダーシップを発揮する性格傾向である者ほど、ストレスに対し積極的にその関係を改善し、よりよい関係を築こうと努力する、コーピングスタイルをとることが明らかになった。

また、「抑うつ性」「回帰性傾向」「客観性のないこと」「攻撃性」の得点が高い者ほど、ネガティブ関係コーピングの得点が高かった。このことから、ありそうもないことを空想したり、悲観的になったり、感情的で気分が変わりやすく、喧嘩など、問題行動を起こしやすい性格傾向な者ほど、ストレスな場面で相手を無視するなどして、その関係を放棄・崩壊するような行動による、コーピングスタイルであることが明らかになった。

さらに、「劣等性」「神経質」の得点が低い者ほど、解決先送りコーピングの得点が高かった。このことから、自分に自信があり、感情的にタフな性格傾向である者ほど、ストレスフルな出来事でも問題とせず、自然の成り行きに任せるなどのコーピングスタイルをとることが明らかになった。

楽観性やハーディネスなどのパーソナリティが、コーピングの選択に及ぼす影響に関する報告は、複数見られる（落合，2004；城，2010）。しかし、パーソナリティの基本的次元との関連性を検証した研究は、稀少である（近村，2007）。その中で、Big Fiveと対人ストレスコーピングの関連について分析した報告（加藤，2001）では、情緒不安定性が高いほど、ネガティブ関係コーピングを使用する傾向が高く、外向性が高いほど、ポジティブ関係コーピングを使用する傾向にあると指摘している。また、開放性が高いほど、解決先送りコーピングを使用する傾向にあると指摘している。本調査においても、これらの報告と類似した結果を得ており、性格特性が対人ストレスコーピングの選択に影響を与えるという示唆を得た。

性格特性類型による対人ストレスコーピングを見ると、平均型では、実習経過に伴い、使用するコーピングスタイルの変化は小さく、ポジティブ関係コーピングが微増していたが、不安定積極型では、実習経過に伴い使用するコーピングスタイルの変化が大きく、解決先送りコーピングの使用は、実習経過と共に大きく減少していた。解決先送りコーピングは、精神的健康の様々な指標に良い影響を与えることが報告（加藤，2004）されている。活動的・外向的ではあるが、情緒不安定であり、社会的不適応の傾向で、性格のバランスの悪さが行動として現れやすい不安定積極型において、実習中にポジティブ関係コーピングが増加しながらも、実習経過に伴い、解決先送りコーピングが大きく減少していたことは、まさにパーソナリティの不均衡が、コーピング行動として現れたものと考えられる。

また、情緒的に安定し、社会的適応も良く、対人関係にも優れており、リーダーの役割をこなす人が多いともいわれている安定積極型は、解決先送りコーピングが、最も高値で推移していた。ノーマライゼーションの理念に基づき、対象を全人的に理解することも求められる精神看護学実習において、積極的に肯定的な人間関係を成立・改善・維持するために努力する、ポジティブ関係コーピングは、望ましいコーピングスタイルである。しかし、単にポジ

ティブ関係コーピングを増加させるだけでなく、解決先送りコーピングとのバランスをとりながら、学生自身の精神的健康を保つための、コーピングスタイルをとることが、情緒的に安定して、実習に適応していくために必要であると考える。

また、実習経過に伴う、対人ストレスコーピングの選択の変化は、性格特性類型の特徴を反映するものであることが明らかになった。

3. POMSと対人ストレスコーピングの関連

POMSにおける6尺度得点と、対人ストレスコーピング尺度の下位因子得点との相関関係では、ポジティブ関係コーピングと、POMSにおける「活気」の間で、有意な正相関が認められていた。大学生のストレスマネジメント自己効力感と、POMSの関連を分析した野中ら（2010）は、ポジティブ志向に関する、ストレスマネジメント自己効力感が高いほど、生き生きとした気分が高まると報告している。更に野中ら（2010）は、POMSとGHQによる精神的健康度の分析において、POMSの「活気」を除く、5つの尺度の得点が高いほど、精神的な健康状態が悪化していたと報告している。本調査でも、これらの5つの尺度得点と、ネガティブ関係コーピングとの間で、有意な正相関を認めていた。このことから、良好でない精神的健康状態が影響して、ネガティブ関係コーピングを選択していた可能性が示唆された。

また、解決先送りコーピングの選択には、POMSの「抑うつ・落ち込み」との間で、弱いながらも有意な負相関が認められていた。これは先行研究と類似した結果であり、解決先送りコーピングが、精神的健康度に良い影響を与えることが示唆された。

4. 唾液アミラーゼ活性と対人ストレスコーピングの関連

実習中の唾液アミラーゼ活性値と、対人ストレスコーピング尺度の下位因子得点との相関関係では、ネガティブ関係コーピングとの間で、有意な正相関が認められていた。また、唾液アミラーゼ値の高低群による比較においても、高群が低群に比べ、有意にネガティブ関係コーピングを選択していた。唾液アミラーゼ活性は、生体の防御システムの中心である交感神経系の活動を反映し、中でも、ストレス負荷時における様態を反映する指標であることは報告（山口，2001）されている。主観的感情と唾液アミラーゼの関係を分析した長野（2008）は、ストレス期における唾液アミラーゼ活性は、肯定的感情との間に負相関を、否定的感情との間に正相関を認めたと報告している。本調査においても、これらと類似した結果を得られていた。

これらから、対人ストレス場面においては、対象に対する否定的感情が、ネガティブ関係コーピングを選択させており、この否定的感情は、主観的評価に留まらず、生体反応として唾液アミラーゼ活性に反映されていることが明らかになった。

しかし、ポジティブ関係コーピングと唾液アミラーゼ活性値の間で、有意な負相関が認められな

表3　実習中のPOMS・唾液アミラーゼ活性値と対人ストレスコーピングとの相関関係

	ポジティブ関係コーピング		ネガティブ関係コーピング		解決先送りコーピング	
POMS						
緊張・不安	0.15		0.19	*	−0.05	
抑うつ	0.12		0.36	***	−0.17	*
怒り・敵意	−0.05		0.29	***	−0.12	
活気	0.28	***	−0.02		0.14	
疲労	0.08		0.16	*	0.01	
混乱	0.08		0.28	***	−0.03	
唾液アミラーゼ活性値	0.01		0.27	**	−0.01	

*：p<.05　**：p<.01　***：p<.001

かった。このことから、精神看護学実習における対人ストレスコーピングの選択には、対象に対する主観的感情のみが反映されているわけではなく、対象理解という実習目標達成に向けた、実習への取り組み姿勢として、ポジティブ関係コーピングの選択がなされていた可能性も示唆された。

5．SOCと対人ストレスコーピングの関連

SOC得点と、対人ストレスコーピング尺度の下位因子得点との相関関係では、ネガティブ関係コーピングとの間で、有意な負相関が認められ、SOCの高低群による比較においても、低群が高群に比べ、有意にネガティブ関係コーピングを選択していた。SOCは、個々人に内在するストレス耐性や、ストレス認知の柔軟性など、ストレスの内的対処能力を反映する概念であり、その時の状況や場合に応じた、柔軟なストレス対処戦略や対処行動をとることができる、ストレス対処能力とされている（Antonovsky, 1996）。看護学生の不安とSOCの関連について、STAIを用い分析した本江ら（2009）は、状態不安・特性不安ともに、SOCとの間で有意な負相関を認めており、ストレスに伴う主観的な不安が少ない者は、SOCが高値であることを報告している。また、看護学生の実習中のSOCと、唾液アミラーゼ活性との関連を分析した高橋ら（2010）は、SOCと唾液アミラーゼ活性は、有意（$p<.01$）な負相関を示したことを報告していた。これは、主観的評価であるSOCが高い者ほど、生体反応としての唾液アミラーゼ活性が低く、理論的にはストレスに対する対処の主観的評価と客観的評価が一致する結果であった。

これらの結果を踏まえると、対人場面における特性的コーピングを測定するために、対人ストレスコーピング尺度を用いた本調査において、ネガティブ関係コーピングが、SOC得点との間で有意な負相関を認めたのは当然の結果といえよう。しかし、精神的健康の維持にとって効果的な解決先送りコーピングとの間で、有意な正相関が認められなかったことは、予測に反していた。そのためSOCの下位概念である3因子で分析したところ、実習後では、解決先送りコーピングと「有意味感」との間で、有意な負相関が認められていた。これは日々の出来事や直面したことに意味を見いだせる者ほど、自然の成り行き任せにしないコーピングスタイルを選択するということであり、理にかなった当然の結果である。

しかし、ポジティブ関係コーピングと「処理可能感」との間でも、有意な負相関が認められていた。これは、困難な状況を何とかやってのけられると感じられる者ほど、対象との関係性を積極的に築こうとしないコーピングスタイルを選択するということであり、先行研究を踏まえた予測とは矛盾する結果であった。これらの結果は、POMSの下位因子である「活気」と、ポジティブ関係コーピングとの間で有意な正相関が認められ、ポジティブ関係コーピングの選択に、「活気」が強く影響しており、ストレス場面において、対処できるとの認知的評価をしても、「活気」の低下により、ポジティブ関係コーピングを選択しなかったものと考えられる。

Ⅴ．研究の限界と今後の課題

精神看護学実習における看護学生の対人ストレスコーピングの特徴を明らかにする目的で、性格傾向やストレス反応との関連を分析した。その結果、情緒不安定・社会不適応傾向が、ネガティブ関係コーピングや、解決先送りコーピングの選択に、外向性がポジティブ関係コーピングの選択に影響を与えており、性格傾向と対人ストレスコーピングの間には、一定の関連が認められた。また、ストレス反応の客観的指標である唾液アミラーゼ活性、および主観的指標であるPOMSと、ネガティブ関係コーピングとの間でも、有意な相関関係が認められており、ストレス反応と対人ストレスコーピングとの間でも、一定の関連が認められた。さらに、ストレス対処能力であるSOCと、ネガティブ関係コーピングとの間でも有意な相関が認められており、対人ストレスコーピングの選択に、影響を与える要因についての示唆を得ることができた。

しかし、本研究における調査対象が実施した精神看護学実習は、精神科専門病院の6病棟を用いたものであり、病棟環境の違いによる患者の症状および実習指導者等との対人関係の条件は揃っていない。そのため対人ストレスコーピングを測定した本調査では、対人ストレスイベントの条件が揃っていないことによる影響は大きく、研究の限界とされる。これらの限界を考慮した上でも、主観的指標と客観的指標を組み合わせ、縦断的に調査した報告は見あたらないため、重要な示唆を得たものと考える。今後は、条件整備やデータの積み重ねにより、結果を一般化できるようにすることが課題である。

謝辞

本調査において被験者となることに同意し調査協力してくださった学生の皆さんに感謝申し上げる。

本研究の一部は第69回日本公衆衛生学会総会にて発表した。また、本研究は平成21年度第3回・平成22年度第1回上武大学特別研究費助成を受けて実施した研究の一部である。

引用文献

Antonovsky A (1996)：The Salutogenic model as a theory to guide health promotion Health Promotion International, Printed in Great Britain, 11 (1), 11-18.

橋本剛（1997）：大学生における対人ストレスイベント分類の試み，社会心理学研究，13（1），64-75.

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.

城佳子（2010）：大学生のハーディネスとコーピング・ライフイベントの関連の検討，生活科学研究，32，37-47.

加藤司（2000）：大学生用対人ストレスコーピング尺度の作成，教育心理学研究，48（2），225-234.

加藤司（2004）：自己報告式によるコーピング測定の方法論的問題，心理学評論，47，225-240.

小坂やす子・文鐘聲（2010）：精神看護学実習における看護学生の心理的ストレス，太成学院大学紀要，12，171-176.

中平洋子（1995）：臨床看護学実習における学生のストレスと実習適応に関する一考察，愛媛県立医療技術短期大学紀要，8，137-144.

長野祐一郎（2008）：スピーチ課題が唾液アミラーゼ活性に与える効果，文京学院大学人間学部研究紀要，10（1），221-228.

野中雅代・稲谷ふみ枝・山崎しおり（2010）：大学生の対人ストレスとストレス緩和要因との関連―ストレスマネジメント自己効力感に着目して，久留米大学心理学研究，（9），24-32.

奥村亮子（2001）・青山みどり・廣瀬規代美：成人看護学実習における学生のストレスと自己効力感との関連性の検討，日本看護学会論文集看護教育，32，203-205.

落合由記子（2004）：楽観性とストレスコーピングの関連，静岡大学心理臨床研究，3，3-11.

高橋ゆかり・鹿村眞理子・須藤絹子（2005）：看護学生の臨地実習におけるコミュニケーションの良否に関わる要因，群馬パース大学紀要，1，19-26.

高橋ゆかり・柴田和恵・鹿村眞理子（2006）：看護学生の実習適応感に関する研究（第3報）―実習適応感に影響を与える要因の分析，群馬パース大学紀要，2，255-262.

高橋ゆかり・鷲尾もも子（2007）：看護学生の学生生活におけるストレスの実態調査―学年・相談相手の有無・抑うつ傾向の程度による特徴―，第38回日本看護学会抄録集（看護教育），216.

高橋ゆかり・本江朝美（2010）：看護学生の主観的・客観的指標から見たストレスとSense of Coherenceとの関連，第69回日本公衆衛生学会総会抄録，279.

近村千穂・小林敏生・石崎文子他5名（2007）：看護臨床実習におけるストレスとコーピングおよび性格との関連，広島大学保健学ジャーナル，7（1），15-22.

友野隆成（2010）：対人場面におけるあいまいさへの非寛容と特性的対人ストレスコーピングおよび精神的健康の関連性，社会心理学研究，25（3），221-226.

山口昌樹（2001）：唾液アミラーゼ活性はストレス推定の指標になり得るか―医用電子と生体工学，日本ME学会雑誌JJME，39（3），46-51.

長谷川好宏（2008）：YGテスト入門［増補改訂版］　採用と育成のための手引き，ウイズダムマネジメント出版部，東京.

山崎喜比古他偏（2008）：ストレス対処能力SOCの働き，有信堂，東京.

横山和仁編著（2005）：POMS短縮版　手引と事例解説，金子書房，東京.

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，171-175，有信堂，東京.

英文要旨

Interpersonal stress coping of Nursing Students in Psychiatric Mental Health Nursing Practice

Yukari Takahashi[1)], Asami Hongo[1)], Kiyomi Furuichi[1)], Takeshi Katsuki[2)]

Abstract

The purpose of this research was to clarify the feature of student nurse's personal stress coping in the psychiatric nursing practicum from the viewpoints of their character tendencies and stress reactions. Fifty seven students studying at a school of nursing, A university, were investigated, and the interpersonal stress coping scale, the Yatabe-Guilford Personality Inventory, The Profile of Mood States-Brief Form (POMS), the Sense of Coherence (SOC) score short version, and the Salivary Amylase Activity were used as the measure indexes to investigate them. As a result, the tendencies of emotional instability and social maladjustment correlated positively to coping with negative issues, and correlated negatively to coping with issues by putting the problem off. The extroversion and rule correlated to coping with positive issues. The more stressful the students were on the Salivary Amylase Activity and POMS, the more significantly they selected coping with negative issues. Furthermore a significant negative correlation could be seen between SOC score and coping with negative issues. These results clarified that the individual character could influence the selection of their stress coping from the above-mentioned result, and the level of the stress in the personal stress scene influenced the selection of coping with negative issues intentionally.

Key word :psychiatric mental health nursing practice, interpersonal stress coping, individual personality, stress reaction

1）Faculty of Nursing, Jobu University　2）Faculty of Health care, Takasaki University