

看護学生の不安・悩み・ストレスに関する実態調査

A survey about Anxiety, Distress, and Stress in nursing students

高下 梓 山下 照美 奥原 香織
Azusa TAKASHITA Terumi YAMASHITA Kaori OKUHARA増沢 景子 杉浦 恵子
Keiko MASUZAWA Keiko SUGIURA

要旨

本学看護学科の1、2年生を対象として質問紙調査を実施し、回答が得られた123名の7月時点における悩みや不安、ストレスの状況を調べた。悩みや不安の状況については、日本学生支援機構の大学生生活調査における短期大学学生のデータと比べて「授業の内容についていけない」に多くの学生が悩んでいることが分かった。ストレスの状況については、学年別の特徴と、調査実施後に退学した学生4名の回答傾向を検討した。1年生が最もストレスだと感じていたのは生活環境の大きな変化であり、2年生では試験科目の多さや学内の人間関係にストレスの強さを訴えていた。退学者は、在學生と同様に学業面の悩みを抱えていたが、学内の人間関係にはそれほどストレスを感じていなかった。加えて、自分の意志を伝えられないことや自信のなさなど、在學生とは質の異なるストレスを感じていることが窺えた。

【キーワード】 看護学生 ストレス 不安 悩み 大学適応

1. はじめに

人は日常生活の中で、様々なストレスを受けながら過ごしている。厚生労働省(2017)によると、全国の12歳以上の者(入院者、熊本県を除く)の日常生活における悩みやストレスは、「ある」が47.7%、「ない」が50.7%であった。男女ともに30代から50代にストレスを感じる者の割合が高く、性別では男性が約5割、女性は約6割がストレスや悩みを抱えていると回答した。大学生の年代が含まれている12～19歳においては、男性(31.1%)、女性(39.9%)であり、ストレスや悩みを感じながら過ごす人は20代以降に比べて少ないものの、3人に1人の割合にのぼっていた。

山田・天野(2003)は大学生のストレスレベルの高さを明らかにしているが、特にストレスの程度が高かったのは短期大学の女子学生であり、主要なストレスは「課題の多さ」であった。短期大学においては短い年数で多くの科目を修める必要があることから、ストレスレベルが高くなるものと考えられる。

日本学生支援機構は、定期的実施している大学生生活調査において大学生の不安や悩みについて調査している。日本学生支援機構(2016)によると、私立短期大学昼間部の所属学生の不安や悩みのうち、「授業内容についていけない」が「大いにある」(3.7%)、「少しある」(29.7%)で、「経済

的に勉強を続けることが難しい」は「大いにある」(2.6%)、「少しある」(12.2%)であり、「学内の友人関係の悩みがある」は「大いにある」(2.8%)、「少しある」(14.0%)であった。それぞれの質問項目の「大いにある」の数値は、文部科学省(2014)が示した中途退学率(2.65%)や、中途退学者の主な退学要因として挙げられている「学業不振」と「経済的理由」の割合と類似するようと思われる。

青年期は、自分なりの考え方や人生観を持つという発達課題と向き合い、自分自身のあり方や将来を模索して悩む時期である。例えば「課題が多い」、「授業内容についていくのが大変だ」と感じた時に、「自分はどのような状況におかれているか」、「自分はどうしたいのか」、「どうすれば解決できるか」を考えて問題解決へ向けて取り組み、それを達成することは学生本人の自信につながるだろう。一方で、大学へ入学して学び始めたところで「自分が想像していたものと違った」、「自分には合わない」と感じる学生は、当初想定していた理想の将来像と現実とのギャップに悩んで学業へ身が入らなくなり、授業への参加に大きな心理的負担を感じることとなりうる。

また、青年期の発達課題においては、自分らしさを保ちながら社会と上手に折り合いをつけ、社会の中で自分が認められていると感じられるような「居場所作り」をすることも大切なテーマである。大学

生は活動範囲が拡大することから、対人関係をこれまでよりも広げられる生活環境にある。ただし人間関係の幅と質は、本人に他者と関わりたい気持ちがあるか、他者と良好な対人関係を築くことができるか否かによると思われる。

看護学科に所属する学生は、カリキュラムの関係上、他学科に比べて授業科目や課題量が多い。また、対人援助職を目指す学生であるとともに、授業ではディスカッションや技術練習など仲間との協力関係が欠かせない。ストレスの感じ方に個人差はあるが、学生本人が「学業面で処理できないほどの負荷がかかっている」、「対人関係が辛い」と感じることは、心身の不調や休学・退学などへとつながる可能性も否めない。したがって、授業への参加状況や授業時の様子、友人や教員とのコミュニケーションのあり方が気になる学生をできるだけ早期に発見し、本人のおかれている状況や本人の希望を把握して、適切に対処することが望まれる。

そこで本研究では、本学看護学科の所属学生における悩みやストレスの状況に焦点を当て、1) 学生の悩みやストレス状況を把握すること、2) 退学生の回答傾向から早期対応に必要な学生の発見につながる示唆を得ることの2点を目的とした。

II 方法

1. 調査デザイン 実態調査研究

授業時間内に集団で、自記式による質問紙調査を一齐に実施した。

2. 調査期間 2017年7月

3. 調査対象 本学看護学科1、2年生 計143名 1年生78名、2年生65名

4. 調査方法 無記名による自記式質問紙調査

5. 調査内容

質問紙の構成は、1) フェイスシート、2) 不安や悩みに関する質問項目、3) ストレスに関する質問項目であった。

不安や悩みに関する質問項目は、日本学生支援機構(2014)の平成26年度学生生活調査(以下、JASSO調査)にて使用された質問項目(5項目)を用い、「大いにある(4点)」～「全くない(1点)」の4件法にて回答を求めた。

ストレスに関する調査項目には、大学生の一般的なストレッサーを調べる質問項目と、看護学生に特有のストレッサーを調べるための質問項目を使用した。大学生の一般的なストレッサーの測定には、嶋(1999)の大学生用日常生活ストレッサー尺度(32項目)を使用した。看護学生に特有のストレッサーを調べる質問項目は、竹内(1996)が示した看護学生のストレッサー(24件)を参照して共同研究

者4名で検討し、この中から11件を採用して質問項目を独自に作成した。ストレスに関する質問は、合計43項目であり、「とても気になった(4点)」～「経験しない・感じない(0点)」の5件法によって回答を求めた。

6. 分析方法

1) 大学生の不安や悩みに関する質問項目について、学年別に回答の内訳(割合)を算出し、JASSO調査の回答の内訳(割合)の傾向との違いをみるために χ^2 検定を行った。

2) ストレスに関わる質問項目それぞれについて、平均値および標準偏差を学年別に算出した。

3) 大学生活におけるストレスに関する質問項目への回答傾向について学年による違いをみるために、Mann-WhitneyのU検定により比較分析を行った。

4) ストレスに関わる質問項目のうち「大学生用日常生活ストレッサー尺度」の下位尺度得点について、学年による違いをみるためにt検定を行った。

5) 退学者が在学時に感じていたストレスの要素を調べるために、アンケート実施日以降の退学者4名の回答傾向を確認した。

なお、統計ソフトはSPSS(Ver.23)を用いた。

7. 倫理的配慮

本研究は松本短期大学倫理委員会の審査を受け、承認された(承認番号:2016,1-1)。調査の実施にあたり、対象者へ書面と口頭による説明によって同意を得た。口頭説明では、1)本研究への参加が対象者の自由意思であること、2)研究に参加しないことで不利益をこうむることはないこと、3)調査への参加は途中で取りやめられること、4)統計的に処理するため個人は特定されないこと、を伝えた。調査への同意は、アンケート用紙の提出にて確認した。

III 結果

調査対象者のうち123名(男性23名、女性100名)から回答が得られ(回収率86.0%)、全ての調査用紙を分析対象とした(有効回答率100.0%)。学年別の内訳は、1年生69名(男性9名、女性60名)、2年生54名(男性14名、女性40名)であった。

1. 不安や悩みの状況

まず、JASSO調査に用いられた、不安や悩みに関する質問5項目の回答の内訳(割合)を学年別に算出し、JASSO調査のうち私立短期大学学生の回答の内訳と比べた(表1)。

表1 不安や悩みの状況 (JASSO 調査との比較)

1 年生 (N=69), 2 年生 (N=54), JASSO 調査 (N=3,488)

(単位: %)

| 質問項目 | 大いにある | | | 少しある | | | あまりない | | | 全くない | | | 無回答 | | |
|------------------------|-----------|-----------|-------|-----------|-----------|-------|-----------|-----------|-------|-----------|-----------|-------|-----------|-----------|-------|
| | 本学 1年生 | 本学 2年生 | JASSO | 本学 1年生 | 本学 2年生 | JASSO | 本学 1年生 | 本学 2年生 | JASSO | 本学 1年生 | 本学 2年生 | JASSO | 本学 1年生 | 本学 2年生 | JASSO |
| 授業の内容について いっていない | 16.7 | 13.0 | 3.7 | 44.4 | 36.2 | 29.7 | 22.2 | 26.1 | 44.6 | 16.7 | 24.6 | 22.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 |
| 卒業後にやりたいこと がみつからない | 5.6 | 8.7 | 7.5 | 7.4 | 5.8 | 20.4 | 35.2 | 26.1 | 29.1 | 51.9 | 59.4 | 42.9 | 0.0 | 0.0 | 0.1 |
| 希望の就職先や進学先 へ行けるか不安だ | 27.8 | 26.1 | 24.0 | 40.7 | 20.3 | 35.4 | 11.1 | 21.7 | 18.8 | 20.4 | 31.9 | 21.6 | 0.0 | 0.0 | 0.1 |
| 経済的に勉強を続ける ことが難しい | 0.0 | 1.4 | 2.6 | 14.8 | 7.2 | 12.2 | 38.9 | 27.5 | 40.1 | 46.3 | 63.8 | 45.0 | 0.0 | 0.0 | 0.2 |
| 学内の友人関係の悩み がある | 7.4 | 1.4 | 2.8 | 14.8 | 8.7 | 14.0 | 22.2 | 20.3 | 35.0 | 55.6 | 69.6 | 48.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 |

1 年生、2 年生ともに「大いにある」の回答率が 3 割弱と最も高かった質問項目は、「希望の就職先や進学先へ行けるか不安だ」であった。JASSO 調査においても「大いにある」の回答率が最も高かった項目であり (24.0%)、「少しある」から「全くない」までの他の選択肢への回答内訳においても、本学の調査結果とほぼ同じ傾向がみられた。

次いで回答率が高かったのは「授業の内容についていっていない」であり、両学年ともに 15% 前後の学生が「大いにある」と答え、「少しある」と回答した学生も 4 割前後にのぼった。この項目について、本学看護学科の調査協力者全体 (N = 123) の回答傾向と JASSO 調査 (私立短期大学学生, N = 3,488) の回答傾向との違いを調べるために、JASSO 調査の公表資料から回答人数を割り出して χ^2 検定を行った結果、1% 水準での有意差が認められ、本学学生は学業面での不安や悩みを抱えやすい傾向にあることが分かった ($\chi^2(3) = 50.026, p < .01$)。

「卒業後にやりたいことがみつからない」は、本学学生は JASSO 調査に比べて「少しある」が有意に少なく、「全くない」が有意に多かった ($\chi^2(3) = 16.335, p < .01$)。「経済的に勉強を続けるのが難しい」においては、本学学生は JASSO 調査に比べて「全くない」の回答が有意に多い傾向がみられた ($\chi^2(3) = 6.668, p < .10$)。「学内の友人関係の悩みがある」においては、本学学生は JASSO 調査に比べて「あまりない」が有意に少なく、「全くない」が有意に多かった ($\chi^2(3) = 13.596, p < .01$)。

2. ストレスの状況と学年による違い

日常生活上のストレスに関する質問 (嶋, 1999) への項目別の回答状況および下位尺度得点と、看護学生のストレスに関する質問への回答状況について、学年別の結果を算出した。また、ストレスに関する質問項目の回答傾向について学年による違いが

あるか調べるために Mann-Whitney の U 検定を、下位尺度得点に学年による違いがあるかをみるためには t 検定を行った (表 2)。

全般的な回答傾向に関しては、1 年生、2 年生ともに最も大きなストレスとして捉えられていたのは「試験勉強が大変」であった。1 年生の第 2 位以下かつ平均 2.00 以上の項目は、「進級への不安」「身体的な疲れ」「レポートやゼミの準備が大変」「自分の将来への不安」「成績が思わしくない」と続いた。一方、2 年生は、「試験科目が多い」「身体的な疲れ」「進級への不安」「成績が思わしくない」「自分の将来への不安」「授業についていくのが大変」「レポートやゼミの準備が大変」であった。項目の順位は学年により異なるが、2 年生の「試験科目が多い」以外は両学年ともに平均 2.00 以上の項目であり、学生が感じているストレスの要素のうち上位の傾向は、学年に問わず似ていることが分かった。

Mann-Whitney の U 検定において有意差がみられた項目は「試験科目が多い」($p = 0.000$)、「誰かとけんかをした」($p = 0.000$)、「他人から失望させられた」($p = 0.006$)、「生活環境の大きな変化」($p = 0.001$)、「嫌いな人とも付き合わねばならない」($p = 0.014$)、「講義や実習が自分の関心とあわない」($p = 0.014$)、「他人から不愉快な目に合わされた」($p = 0.024$)、「おもしろくない授業」($p = 0.040$)であった。有意差がみられた 8 項目のうち、1 年生のほうが 2 年生よりも「気になった」と答える傾向が有意に高かったのは「生活環境の大きな変化」のみで、それ以外の 7 項目は 2 年生のほうが 1 年生よりも有意に高く「気になった」と答える傾向がみられた。大学生用日常生活ストレス尺度の 4 つの下位尺度得点における t 検定では、「対人ストレス」において有意差がみられ、2 年生の方が 1 年生よりも対人関係におけるストレスを強く感じていることが示された ($t(121) = -3.122, p < .01$)。

表2 ストレスに関する項目への回答状況 (学年別)

| 質問項目および下位尺度名 | 1年生 (N = 69) | | | 2年生 (N = 54) | | | p値 | test |
|------------------|--------------|------|--------|--------------|------|--------|-----|------|
| | Mean | SD | Median | Mean | SD | Median | | |
| 試験勉強が大変 | 2.84 | 1.13 | 3 | 2.89 | 1.09 | 3 | n.s | a |
| 進級への不安 | 2.30 | 1.43 | 2 | 2.26 | 1.39 | 3 | n.s | a |
| 身体的な疲れ | 2.28 | 1.24 | 2 | 2.52 | 1.13 | 2 | n.s | a |
| レポートやゼミの準備が大変 | 2.22 | 1.24 | 2 | 2.02 | 1.49 | 2 | n.s | a |
| 自分の将来への不安 | 2.14 | 1.42 | 2 | 2.09 | 1.43 | 2 | n.s | a |
| 成績が思わしくない | 2.12 | 1.31 | 2 | 2.25 | 1.18 | 2 | n.s | a |
| 授業についていくのが大変 | 2.01 | 1.34 | 2 | 2.04 | 1.30 | 2 | n.s | a |
| 現実と理想の自分のギャップ | 1.71 | 1.39 | 2 | 1.87 | 1.49 | 2 | n.s | a |
| 就職についての不安 | 1.57 | 1.54 | 1 | 1.81 | 1.39 | 2 | n.s | a |
| 生活環境の大きな変化 | 1.54 | 1.41 | 1 | 0.74 | 1.10 | 0 | ** | a |
| おもしろくない授業 | 1.50 | 1.28 | 1 | 1.93 | 1.13 | 2 | * | a |
| 身体の調子がよくない | 1.43 | 1.36 | 1 | 1.81 | 1.30 | 2 | n.s | a |
| 自分の容姿や外見への不満 | 1.39 | 1.23 | 1 | 1.48 | 1.28 | 1 | n.s | a |
| 自分の性格が気に入らない | 1.22 | 1.35 | 1 | 1.61 | 1.39 | 2 | n.s | a |
| 生活条件の悪さ | 1.07 | 1.17 | 1 | 1.00 | 1.01 | 1 | n.s | a |
| 自分が何をすべきかわからない | 1.07 | 1.28 | 1 | 0.78 | 1.06 | 0 | n.s | a |
| 大切なものをなくした | 0.94 | 1.35 | 0 | 1.13 | 1.40 | 1 | n.s | a |
| 嫌いな人とも付き合わねばならない | 0.93 | 1.14 | 1 | 1.39 | 1.20 | 1 | * | a |
| 他人から失望させられた | 0.91 | 1.26 | 0 | 1.46 | 1.31 | 1 | ** | a |
| 不愉快な知人の存在 | 0.84 | 1.11 | 0 | 1.17 | 1.22 | 1 | n.s | a |
| 学校の規則制度への不満 | 0.78 | 0.98 | 0 | 1.15 | 1.19 | 1 | n.s | a |
| 大学の環境の悪さ | 0.72 | 0.91 | 0 | 1.07 | 1.23 | 1 | n.s | a |
| 身体が弱い | 0.72 | 1.19 | 0 | 1.02 | 1.21 | 1 | n.s | a |
| 周囲の人の無理解 | 0.70 | 1.02 | 0 | 0.72 | 0.88 | 0 | n.s | a |
| 他人から不愉快な目に合わされた | 0.68 | 1.02 | 0 | 1.13 | 1.20 | 1 | * | a |
| 衣食住が十分でない | 0.67 | 1.09 | 0 | 0.74 | 0.99 | 0 | n.s | a |
| 空虚感に悩まされる | 0.66 | 0.97 | 0 | 0.98 | 1.30 | 0 | n.s | a |
| 私を嫌っている人がいる | 0.59 | 0.94 | 0 | 0.91 | 1.25 | 0 | n.s | a |
| 他人から冷たい態度を取られる | 0.52 | 0.87 | 0 | 0.91 | 1.17 | 0 | n.s | a |
| 退屈で何もすることがない | 0.52 | 1.05 | 0 | 0.62 | 0.92 | 0 | n.s | a |
| 誰かとけんかをした | 0.41 | 1.02 | 0 | 1.46 | 1.42 | 1 | ** | a |
| 大きな怪我や病気 | 0.36 | 0.89 | 0 | 0.39 | 0.68 | 0 | n.s | a |
| 下位尺度 | | | | | | | | |
| 実存的 (自己) ストレッサー | 10.19 | 7.49 | | 11.25 | 7.30 | | n.s | b |
| 対人ストレッサー | 5.58 | 5.66 | | 9.15 | 7.02 | | ** | b |
| 大学・学業ストレッサー | 14.40 | 6.65 | | 15.64 | 6.36 | | n.s | b |
| 物理・身体的ストレッサー | 9.01 | 6.35 | | 9.35 | 4.90 | | n.s | b |
| 看護学生に関する質問項目 | | | | | | | | |
| 試験科目が多い | 1.64 | 1.29 | 2 | 2.70 | 1.45 | 3 | ** | a |
| 疾病や死、命を預かることが不安 | 1.41 | 1.30 | 1 | 1.36 | 1.29 | 1 | n.s | a |
| 自分の意志をうまく伝えられない | 1.23 | 1.30 | 1 | 1.13 | 1.29 | 1 | n.s | a |
| 通学環境がよくない | 1.12 | 1.24 | 1 | 0.93 | 1.23 | 0 | n.s | a |
| 看護教員との関わり | 1.07 | 1.08 | 1 | 0.83 | 0.93 | 1 | n.s | a |
| 授業に集中できる環境でない | 0.81 | 0.91 | 1 | 0.78 | 0.90 | 1 | n.s | a |
| 友人との関わり | 0.78 | 1.01 | 0 | 1.08 | 1.17 | 1 | n.s | a |
| 講義や実習が自分の関心とあわない | 0.72 | 0.97 | 0 | 1.19 | 1.17 | 1 | * | a |
| 患者との関わり | 0.71 | 1.07 | 0 | 0.46 | 0.82 | 0 | n.s | a |
| ナースとの関わり | 0.68 | 0.99 | 0 | 0.46 | 0.72 | 0 | n.s | a |
| 態度について度々注意を受ける | 0.41 | 0.75 | 0 | 0.28 | 0.56 | 0 | n.s | a |

** $p < .01$ * $p < .05$ n.s.: not significant a: Mann-Whitney U test b: t -test

3. 退学者の回答傾向

本調査の実施後に退学した学生4名にどのような特徴がみられるかを調べた。対象者の人数が少なく、統計的な検証が難しいことから、退学生の手帳内容の実態や在学学生119名との対比の試みには、項目別の回答傾向を確認することとした。

退学者の4名中3名以上が3点(「かなり気になった」)以上の選択肢を選んでいった質問項目は、「授業についていくのが大変」、「成績が思わしくないこと」、「試験勉強が大変」、「進級への不安」、「自分の

将来への不安」、「現実の自分の姿と理想のギャップ」、「自分の意思をうまく伝えられないこと」の7項目であった。

ストレス・不安・悩みに関する質問48項目それぞれの平均値を、退学者・在学者に分けて算出し、退学者がより強くストレスや悩みを抱えている項目を割り出すために「退学者の平均値-在学学生の平均値」を計算した。質問項目を平均値の差の順に並べたものを表3に示す。

表3 ストレスに関する項目への回答状況 (在学学生・退学者)

| 質問項目 | 在学学生 (N=119) | | | | 退学者 (N=4) | | | | 退学者平均- 在学学生平均 |
|------------------|--------------|-----|------|------|-----------|-----|------|------|------------------|
| | MIN | MAX | Mean | SD | MIN | MAX | Mean | SD | |
| 自分の意志をうまく伝えられない | 0 | 4 | 1.14 | 1.26 | 0 | 4 | 2.50 | 1.73 | 1.36 |
| 現実と理想の自分のギャップ | 0 | 4 | 1.74 | 1.42 | 1 | 4 | 3.00 | 1.41 | 1.26 |
| 進級への不安 | 0 | 4 | 2.25 | 1.41 | 2 | 4 | 3.25 | 0.96 | 1.00 |
| 自分の将来への不安 | 0 | 4 | 2.09 | 1.43 | 2 | 4 | 3.00 | 0.82 | 0.91 |
| 授業についていくのが大変 | 0 | 4 | 2.00 | 1.33 | 2 | 3 | 2.75 | 0.50 | 0.75 |
| 試験勉強が大変 | 0 | 4 | 2.84 | 1.11 | 2 | 4 | 3.50 | 1.00 | 0.66 |
| レポートやゼミの準備が大変 | 0 | 4 | 2.11 | 1.36 | 2 | 4 | 2.75 | 0.96 | 0.64 |
| 疾病や死、命を預かることが不安 | 0 | 4 | 1.36 | 1.29 | 1 | 3 | 2.00 | 1.15 | 0.64 |
| 就職についての不安 | 0 | 4 | 1.66 | 1.48 | 1 | 4 | 2.25 | 1.50 | 0.59 |
| 自分の容姿や外見への不満 | 0 | 4 | 1.41 | 1.24 | 0 | 4 | 2.00 | 1.63 | 0.59 |
| 生活環境の大きな変化 | 0 | 4 | 1.17 | 1.34 | 0 | 3 | 1.75 | 1.26 | 0.58 |
| 看護教員との関わり | 0 | 4 | 0.95 | 0.98 | 0 | 4 | 1.50 | 1.91 | 0.55 |
| 授業の内容についていっていない | 1 | 4 | 2.46 | 1.00 | 3 | 3 | 3.00 | 0.00 | 0.54 |
| 大切なものをなくした | 0 | 4 | 1.01 | 1.36 | 0 | 4 | 1.50 | 1.73 | 0.49 |
| 試験科目が多い | 0 | 4 | 2.09 | 1.48 | 2 | 3 | 2.50 | 0.58 | 0.41 |
| 他人から不愉快な目に合わされた | 0 | 4 | 0.87 | 1.10 | 0 | 4 | 1.25 | 1.89 | 0.38 |
| 身体的な疲れ | 0 | 4 | 2.37 | 1.20 | 2 | 4 | 2.75 | 0.96 | 0.38 |
| 成績が思わしくない | 0 | 4 | 2.16 | 1.24 | 0 | 4 | 2.50 | 1.73 | 0.34 |
| 講義や実習が自分の関心とあわない | 0 | 4 | 0.92 | 1.09 | 0 | 2 | 1.25 | 0.96 | 0.33 |
| 授業に集中できる環境でない | 0 | 4 | 0.79 | 0.90 | 0 | 2 | 1.00 | 1.15 | 0.21 |
| 空虚感に悩まされる | 0 | 4 | 0.80 | 1.13 | 0 | 3 | 1.00 | 1.41 | 0.20 |
| 大きな怪我や病気 | 0 | 4 | 0.37 | 0.81 | 0 | 1 | 0.50 | 0.58 | 0.13 |
| 大学の環境の悪さ | 0 | 4 | 0.87 | 1.09 | 1 | 1 | 1.00 | 0.00 | 0.13 |
| 自分の性格が気に入らない | 0 | 4 | 1.39 | 1.38 | 0 | 3 | 1.50 | 1.29 | 0.11 |
| 学校の規則制度への不満 | 0 | 4 | 0.94 | 1.10 | 0 | 2 | 1.00 | 0.82 | 0.06 |
| 衣食住が十分でない | 0 | 4 | 0.70 | 1.05 | 0 | 2 | 0.75 | 0.96 | 0.05 |
| 経済的に勉学を続けるのが難しい | 1 | 4 | 1.56 | 0.72 | 1 | 2 | 1.50 | 0.58 | -0.06 |
| 学内の友人関係の悩みがある | 1 | 4 | 1.56 | 0.86 | 1 | 2 | 1.50 | 0.58 | -0.06 |
| 希望の就職先へ行けるか不安 | 1 | 4 | 2.56 | 1.15 | 1 | 4 | 2.50 | 1.29 | -0.06 |
| ナースとの関わり | 0 | 3 | 0.59 | 0.89 | 0 | 2 | 0.50 | 1.00 | -0.09 |
| 態度について度々注意を受ける | 0 | 3 | 0.35 | 0.68 | 0 | 1 | 0.25 | 0.50 | -0.10 |
| 患者との関わり | 0 | 4 | 0.61 | 0.98 | 0 | 2 | 0.50 | 1.00 | -0.11 |
| 卒後にやりたいことがみつからない | 1 | 4 | 1.66 | 0.91 | 1 | 2 | 1.50 | 0.58 | -0.16 |
| 他人から失望させられた | 0 | 4 | 1.16 | 1.32 | 0 | 2 | 1.00 | 0.82 | -0.16 |
| 友人との関わり | 0 | 4 | 0.92 | 1.10 | 0 | 2 | 0.75 | 0.96 | -0.17 |
| おもしろくない授業 | 0 | 4 | 1.69 | 1.23 | 0 | 3 | 1.50 | 1.29 | -0.19 |
| 自分が何をすべきかわからない | 0 | 4 | 0.95 | 1.20 | 0 | 2 | 0.75 | 0.96 | -0.20 |
| 周囲の人の無理解 | 0 | 4 | 0.71 | 0.97 | 0 | 1 | 0.50 | 0.58 | -0.21 |
| 生活条件の悪さ | 0 | 4 | 1.05 | 1.10 | 0 | 2 | 0.75 | 0.96 | -0.30 |
| 退屈で何もすることがない | 0 | 4 | 0.58 | 1.01 | 0 | 1 | 0.25 | 0.50 | -0.33 |
| 身体の調子がよくない | 0 | 4 | 1.61 | 1.35 | 0 | 2 | 1.25 | 0.96 | -0.36 |
| 他人から冷たい態度を取られる | 0 | 4 | 0.71 | 1.04 | 0 | 1 | 0.25 | 0.50 | -0.46 |
| 私を嫌っている人がいる | 0 | 4 | 0.75 | 1.11 | 0 | 1 | 0.25 | 0.50 | -0.50 |
| 身体が弱い | 0 | 4 | 0.87 | 1.21 | 0 | 1 | 0.25 | 0.50 | -0.62 |
| 誰かとけんかをした | 0 | 4 | 0.89 | 1.33 | 0 | 1 | 0.25 | 0.50 | -0.64 |
| 嫌いな人とも付き合わねばならない | 0 | 4 | 1.15 | 1.20 | 0 | 1 | 0.50 | 0.58 | -0.65 |
| 不愉快な知人の存在 | 0 | 4 | 1.01 | 1.18 | 0 | 1 | 0.25 | 0.50 | -0.76 |
| 通学環境がよくない | 0 | 4 | 1.06 | 1.24 | 0 | 1 | 0.25 | 0.50 | -0.81 |

在学生における質問項目それぞれの平均値のうち、最も高いものは「試験勉強が大変」の2.84であり、3.00を超えるものはなかったが、退学者では「試験勉強が大変」、「進級への不安」、「現実と理想へのギャップ」、「自分の将来への不安」、「授業の内容についていけない」の5項目において平均値が3.00を超えていた。

退学者の平均値が在学生よりも0.50以上高かった項目は、差が大きかった順に「自分の意思をうまく伝えられない」、「現実と理想の自分のギャップ」、「進級への不安」、「自分の将来への不安」、「授業についていくのが大変」、「試験勉強が大変」、「レポートやゼミの準備が大変」、「疾病や死、命を預かることが不安」、「就職についての不安」、「自分の容姿や外見への不満」、「生活環境の大きな変化」、「看護教員との関わり」、「授業の内容についていけない」の13項目であった。平均値の差が最も大きかった「自分の意思をうまく伝えられない」に反して、「学内の友人関係に悩みがある」、「他人から失望させられた」、「友人との関わり」、「他人から冷たい態度を取られる」、「私を嫌っている人がいる」、「誰かとけんかをした」、「嫌いな人とも付き合わねばならない」、「不愉快な知人の存在」等、対人関係ストレスを問う項目の多くは、在学生の平均値の方が高く、退学者4名の回答は最も高いものでも「少し気になった(2点)」であった。

IV 考察

1. 不安や悩みの状況

不安や悩みに関する質問5項目においては、JASSO調査のうち全国私立短期大学生の回答傾向を参照し、本学の看護学科学生の状況や特徴を捉えることを目的として集計した。JASSO調査は実施から結果公表までに時間がかかることから、本調査と同年の調査データとを比べることはできなかったが、最新版の調査結果を参照した。

「希望の就職先や進学先へ行けるか不安だ」、「学内の友人関係の悩みがある」は、全国的な私立短期大学生と同様の傾向であることが分かった。5項目の中で、学生の最も大きな悩みは「将来への不安」であった。短期大学入学までは入学試験により進路を決めてきた学生たちにとって、就職活動はよりハードルの高い試練であると言えるだろう。また就職への不安は、自分自身を見つめ、自分らしさを見いだすという青年期の課題とも関係していると思われる。

「卒業後にやりたいことがみつからない」は、本学学生よりもJASSO調査の回答率のほうが「少しある」の回答率が高い傾向にあった。看護学科

への入学には、入試時点から「看護師になりたい」という目的意識を持っていることが前提であるため、「将来やりたいこと」が明確になっている学生の割合が多いと言える。しかし、本学の学生には「大いにある」、「少しある」と答えた者が1年生・2年生ともに15%弱おり、特に「大いにある」と回答した学生は学業継続に対するモチベーションがあるかどうか懸念される。菱沼・大橋(2013)が行った、複数の大学の基礎看護学担当教員を対象とした調査からは、1・2年次の看護学生の特徴のひとつとして「看護が目的ではない学生の増加」が示されており、本学の調査結果もこの傾向に沿ったものである可能性が考えられる。

「授業の内容についていけない」への回答状況より、本学の学生は学業面の不安や悩みを抱えやすい傾向にあることが示唆された。「授業へついていけない」と感じている学生は、「大いにある」と「少しある」とを加えると、1年生は6割を超え、2年生では約5割に達していた。高校までの基礎学習の積み残しや化学・生物の履修経験がないことに起因するレディネスの欠如や、難易度の高さについていけないこと、提示された課題の量に対して処理が追いつかないことなど、背景として様々な可能性が推測される。

本学においては、基礎学力に課題を持つ学生も少なからず入学してくることから、2年次の難易度のより高い履修科目や実習へ対処する前段階として、1年次の基礎学力の底上げが必要といえる。そのため、入学早々から授業と並行して、看護に関連する基礎学習を定期的に繰り返し学習することにより、知識の定着を図ることが望ましいと考えられる。

基礎学力の定着や、レディネスの問題だけではなく、コミュニケーション力も学生たちの中に育てたいものの一つと言えるだろう。学生時代の中に様々な機会をとおして体験を積み重ね、表現力や思考力を伸ばしていくことが大切である。授業のなかで学生同士がディスカッションする時間を設けることも有効であろう。

低学年(1年生)の学習に最高学年(3年生)の協力を得ることも方策の一つである。3年生にとっては、下級生へ基礎知識の復習などを指導することは自分自身の復習にもなり、知識の定着へとつながる。1年生にとっては、自分たちの数年先に行く先輩に対して親近感を持つものであり、看護教員による学習指導とは異なる角度からの学びを得ることができるだろう。また、普段の授業においては同学年の仲間とのやりとりが主となるが、上級生から教えてもらい、関わりをもつ体験を通して、

学年を超えたコミュニケーション力を育むことができると思われる。

2. ストレスの状況と学年による違い

ストレスに関する調査結果より、本学の看護学科の学生が抱える主なストレス要因は、「授業の課題・試験・成績」と関連する「いま取り組んでいる勉学上の課題の大変さ」と、「進級・将来」に関連する「これからの自分についての不安」であることが分かった。両学年ともに「試験勉強が大変」を最も大きなストレスとして捉え、進級への不安を訴える傾向がみられた。本調査の実施時期は、前期の期末試験がこれから始まろうとする時点であり、期末試験の勉強に取り組み始めていたこととも関係していると思われる。2年生において、「試験科目の多さ」のストレスが1年生よりも有意に高くなることも、カリキュラムから容易に推測できる。また、看護学科は授業や試験科目の多さだけではなく、宿題・小テスト・実技試験なども行われていることから、時間的なゆとりが少なく、「身体的な疲労」を感じる学生が多いと言えるだろう。学年別にみると、1年生に特有のストレス要因は生活環境の変化であった。岩崎ら（2005）は、新入学～夏休み前の時期の看護学科の1年生の精神健康度には、新しい生活や人間関係の影響があることを示唆している。本調査の実施時期は、入学から3ヶ月を迎えたところであった。岩崎ら（2005）の調査結果と今回の調査結果の傾向は一致しており、大学生活や下宿生活に慣れるまでには、もう少し時間を要するものと思われる。生活環境に慣れ、大学の友人関係が安定するまでの間は、それ以前に比べてソーシャルサポートを得にくい状況にある。学生が必要としている情報を提供したり、授業前後の教員からの声かけをしたりすることなどが大学への適応をより円滑に進めることにつながるだろう。

2年生の人間関係に関するストレスは、1年生に比べて有意に高かった。1年生の場合は、同学年の学生同士で諸活動を共にする時間をそれほど多くは経験しておらず、お互いの人となりを知って対人関係が深まるまでには時間を要するものと思われる。2年生は、授業中の演習や技術練習など、学生同士が協力して取り組む活動を数多く経験してきており、今後も同様の機会を多く持つことを承知しているため、「嫌な人とも付き合わなければならない」と感じる傾向がみられたのかもしれない。

また、2年生においては「講義や実習が自分の関心とあわない」と感じる傾向が1年生に比べて有意に高かった。2年生は、1年生に比べて専門性の

高い学習内容を身につけ、複数の実習を経験している。調査時期は3年間の課程の折り返し地点に相当し、実習がこれから本格化していく中での回答であった。これらをふまえると、全項目中の順位は中盤付近にあるものの、自分自身の職業適性や進路変更について悩んでいる退学予備軍が含まれている可能性がある。授業への参加や課題への取り組み方、学内での対人関係、態度や様子の変化など、気になる学生に対しては、早期の段階で学生本人の思いを聞き、解決策を検討することが望ましい。

3. 退学者の回答傾向

退学者の回答については、分析対象者数が少ないことや、個々の事情・背景が様々であることから統計による検証に限界がある。しかし、在学生の平均点の傾向に比べて、複数の項目において強いストレスを訴え、平均点に0.5点以上の差がひらくといった特徴がみられ、退学しようか迷っている学生がストレスを抱える可能性のある事柄への示唆が得られた。

退学者の回答が目立った特徴がみられたのは「自分の意思をうまく伝えられないこと」、「進級への不安」、「自分の将来への不安」、「試験勉強が大変」、「授業についていくのが大変」、「現実の自分の姿と理想のギャップ」等であった。これらの項目はいずれも、在学者の多くがストレスとして感じている傾向がみられたものであったが、退学者においては特に強くストレスと感じていることが窺えた。「生活環境の大きな変化」や「看護教員との関わり」は、ストレスの度合い（平均値）はそれほど高くないものの、在學生と比べてストレスと感じやすい可能性がある。対人関係のストレスを抱えている可能性を想定したが、該当する質問項目はなく、むしろ在學生よりも得点が低い項目も多かった。「他者へ自分の意思を伝えることの苦手さ」を抱えていることから、学科内の友人関係はそれほど広くも深くもなく、心理的に安心できる相手との間のみ関わっている可能性も考えられる。

退学者に特徴的なものとして挙げられた質問項目の内容をまとめると、退学者は「学業へのついていけなさ」、「将来への不安」、「自分自身への自信のなさ」、「自己開示の苦手さ」、「他者と関わることの苦手さ」を抱える傾向にあると言えるだろう。自分の意思を伝えることが苦手であり、在學生に比べて看護教員との関わりにも苦手さを感じていることから、大学生活を送るなかで何らかの悩みを抱えていても、自分から教員へ相談することが難しく、悩みが深刻になってから打ち明ける

など、一人で悩みを抱え込みやすい傾向にある学生像が窺える。

富樫ら（2006）は看護師養成所に入学した1割弱の学生が退学し、1割弱の学生が留年している実態を示しており、本田（1994）は、看護学生の6割以上が「学校をやめたい」と思ったことがあることを調査から明らかにした。どの看護師養成所においても、留年・休学・退学する学生をはじめ、一時でも「学校をやめたい」と考える学生は、一定の割合で存在することが窺える。本研究の調査には、「学校をやめたいと思ったことがあるか」を具体的に問う質問項目を設けなかったが、本学においてよりよい支援方法を検討していくためにも、留年・休学・退学する可能性のある学生がどのような困難感を抱き、どのようなニーズがあるのかを検討していくことを今後の課題としたい。

V 結論

本学の看護学科1、2年生の悩みや不安、ストレスに関する実態調査から得られた結果は、以下の通りである。

- 1) 本学看護学科の学生の、入学・進級から3ヶ月後の時点における不安や悩みについて全国私立短期大学学生の傾向と比べた結果、「授業の内容についていけない」という悩みが顕著であることが分かった。
- 2) 1年生・2年生が共通して抱えているストレスは、試験勉強の大変さ、進級への不安、身体的な疲れ、課題準備の大変さ、などであった。
- 3) 学年によるストレスの違いは、1年生においては生活環境の大きな変化が、2年生では人間関係のストレスが目立った。
- 4) 退学者における人間関係のストレスは、在學生に比べて低かったが、自分自身への自信のなさ、自己開示の苦手さ、他者と関わることの苦手さと関連する項目において、在學生よりもストレスを強く感じている可能性が示唆された。

おわりに

今回の調査から、本学看護学科の1年生と2年生が抱える悩みやストレスの全般的な傾向を把握することができた。また、退学者の回答傾向を確認し、「なるべく早期に教員から支援の手を差し伸べるとよい学生」のおおよそのイメージを知ることができた。今後は、同様のアンケートを再び実施し、学生生活のリズムに伴う適応状態の推移を確認したい。

引用文献

- 1) 岩崎由美子・豊増功次・吉田典子・古賀由紀子・清田里美・大塚ゆかり・吉田生美（2005）看護学科1年生における精神的健康度——入学後の推移について——久留米大学健康・スポーツ科学センター研究紀要, 13(1), pp.37-42
- 2) 大久保智生（2005）青年の学校への適応感とその規定要因 教育心理学研究, 53, pp.307-319
- 3) 厚生労働省（2017）平成28年 国民生活基礎調査の概況
<http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/k-tyosa/k-tyosa16/dl/16.pdf> (2018年1月10日)
- 4) 嶋信宏（1999）大学生用日常生活ストレス尺度の検討 中央大学社会学部紀要, 14, pp.69-83
- 5) 竹内登美子（1996）看護学生用ストレス・コーピング尺度の作成（その1）——因子分析による内的信頼性・妥当性の検討 日本看護研究学会雑誌, 19(2), pp.25-34
- 6) 富樫和代・東条美春・安藤恵子（2006）3年課程看護学校の過去10年間における退学・休学・留年の実態 中国四国地区国立病院附属看護学校紀要, 2, pp.88-91
- 7) 日本学生支援機構（2016）平成26年学生生活調査結果
http://www.jasso.go.jp/about/statistics/gakusei_chosa/2014.html (2018年1月10日)
- 8) 本田英子（1994）看護学生の悩み—学校を辞めなくなった思いの調査 YG性格検査との関係から— 看護教育 35(6), pp.419-426
- 9) 山田ゆかり・天野寛（2003）大学生におけるストレスとコーピング 名古屋文理大学紀要, 3, pp.1-11