

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－

河内 浩美・池田かよ子

新潟青陵大学看護福祉心理学部看護学科

The Actual Status of Sense of Coherence and Communication Skills of the Nursing Student
-The Comparison by Experiences of the Clinical Practice-

Hiromi Kawauchi, Kayoko Ikeda

NIIGATA SEIRYO UNIVERSITY DEPARTMENT OF NURSING

キーワード

看護学生、臨地実習、SOC、コミュニケーション・スキル

Key words

Nursing students, clinical practice, SOC, communication skills

I はじめに

看護系大学における臨地実習は、複数の資格取得に向け様々な実習が必須となっている。学生にとって臨地実習は、対象者や臨床指導者らと関わりながら基本的な知識や技術に基づいた看護実践能力を習得していく一方で、実習施設である病院や地域など慣れない環境のもとで行われるため、ストレスを伴う学習活動でもある。近年のストレス研究では、1979年にAaron Antonovsky¹⁾より提唱された健康生成論の中核概念として「首尾一貫感覚 (Sense of coherence以下SOC)」という概念が注目されている。SOCは「非常にストレスフルな経験をしながらも健康に生きる人々が保持する力」と定義されている。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、緊張状態を収める能力であり、ストレス対処能力・健康保持能力であり、高いSOCの獲得は有意義なストレス対処ができる能力を持つといわれている。Antonovskyによれば、成

人前期 (20歳頃～30歳頃) はSOCの発達において重要な時期であるとされ、まさに看護を学ぶ学生自身の年代とも重なる。これまでに、労働者のストレス研究においてSOCが重要概念とされ研究が進められており、看護師や看護学生を対象とした研究も蓄積されつつある。しかし、実習の経験別でとらえた研究は、ほとんど見当たらない。

臨地実習は主体的な学習活動であり、学習効果を達成するためのコミュニケーションは、対象者や臨床指導者らとの関わりを深めていく上でも欠くことができないスキルの1つである。近年、コミュニケーションに苦手意識を持つ学生は少なくなく、入学生の仲間作りのための支援や環境など独自の対策を提供している大学もある。大学だけでなく、社会の中でも「コミュニケーション力」が求められており、例えば、就職活動では企業の若者に対する「コミュニケーション力」の関心は高く、円滑な人間関係を構築するために必要な能力といえる。臨地実習も同様に、対象者や臨床指導者とよい関係を築きながら学習

を進めていく上でコミュニケーション・スキルが求められている。そのためには学生自身が普段の学生生活を通して自らコミュニケーション・スキルを高めていくことが必要であり、さらに、様々なストレスを解消していくためにも必要である。仁科らは、看護学生のコミュニケーション・スキルなどの社会的スキルを向上することがメンタルヘル스에寄与することを指摘している。このように、コミュニケーション・スキルは、個人が社会生活を営む上で様々な状況において適切な対人関係を形成・維持するための社会的な能力の基盤となるものである。

そこで、看護学生のSOCとコミュニケーション・スキルの実態を明らかにすることは、ストレス対処能力やコミュニケーション力の強化を考慮した学習支援を検討する基礎的資料となると考え調査を実施した。

II 研究目的

本研究は、看護系大学の学生におけるSOCおよびコミュニケーション・スキルの実態を明らかにすることである。

III 研究方法

本研究のデザインは、量的記述研究である。データの収集は、無記名による自記式質問紙調査を行った。

1. 対象者

対象者は、看護系大学Aの基礎看護学実習が終了した2年生と領域別実習および資格選択別の関連実習が終了した4年生である。

2. 調査期間

平成24年11月

3. 調査内容

調査項目は、基本属性として「年齢」「性別」「学年」および「現在希望または選択している資格」とSOC-13スケール13項目、

ENDCOREs尺度24項目の計41項目である。

1) SOC

ストレス対処能力・健康保持能力を測定する尺度として、Antonovskyが1987年に作成した首尾一貫感覚尺度をもとに山崎ら⁴⁾が開発したSOC-13日本語版短縮版スケールを用いた。SOC-13は3つの下位尺度で構成され、ストレス対処能力・健康保持能力を測定するための尺度である。SOCは、国内外での使用頻度も多く、信頼性と妥当性が高いことが確認されている。3つの下位尺度は、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を感じられるという「有意味感」の4項目、自分のおかれているあるいはおかれているであろう状況がある程度予測でき、または理解できるであろうという「把握可能感」の5項目、何とかなる、なんとかやっていけるといふ「処理可能感」の4項目の合計13項目からなる。得点化は、項目ごとに1～7点による7件法で行い、合計得点を求めた。点数（得点範囲：13～91）が高いほど、ストレス対処能力・健康保持能力が高いとする。

2) コミュニケーション・スキル

コミュニケーション・スキルの測定する尺度として、藤本・大坊ら⁵⁾が2007年に開発したENDCOREsを用いた。ENDCOREsは、表出系 (ENcode)・反応系 (Decode)・管理系ですべての基礎となる自己統制 (COntrol)、同じく管理系ですべての上位に位置する関係調整 (REGulate)の頭字語とscaleの頭文語を組み合わせたものである。ENDCOREsは、基本スキルとして、自分の感情や行動をうまくコントロールする「自己統制」、自分の考えや気持ちをうまく表現する「表現力」、相手の伝えたい気持ちを正しく読み取る「読解力」スキルと、対人スキルとして、自分の意見や立場を相手に受け入れてもらえるように主張する「自己主張」、相手を尊重して相手の意見や立場を理解する「他者受容」、周囲の人間関係にはたらきかけ良好な状態に調整する

「関係調整」6つの下位尺度から構成されている。得点化は、下位尺の項目ごとに1～7点による7件法で行い、下位尺度ごとの平均値を求め得点（得点範囲：1～7）が高いほどそのスキルが得意であるとする。

4. 分析方法

SOC-13およびENDCOREsの各下位尺度について、学年別にMann-Whitney検定、4年生の資格選択別にKruskal-Wallis検定を行った。なお、統計分析にはSPSS Ver.21を用いた。

5. 倫理的配慮

参加は自由であり、途中で中止しても一切不利益が生じないことを説明し強制力がかからない様に努めた。また、調査データは数値化し統計的処理を行い個人が特定されないことなどを文書と口頭で説明し、任意に質問紙の回答をもって調査協力への同意を得たものと判断した。

IV 結果

1. 基本属性 (表1)

調査対象143人（2年生87人、4年生56人）

のうち、回収は122人（2年生84人、4年生43人）、回収率73.1%（2年生96.6%、4年生76.8%）であり、記入漏れがなかった116人を有効回答（有効回答率81.1%）とし分析対象者とした。

対象者の学年は、2年生が79人、4年生が37人であった。平均年齢は、全体20.4 (SD1.41) 歳であり、2年生19.7 (SD0.65) 歳、4年生22.1 (SD1.44) 歳であった。性別は、男性13人 (11.2%)、女性103人 (88.8%) であった。

また、4年生の選択資格は、選択なし（看護師・保健師のみ）20人 (54.1%)、助産師7人 (18.9%)、養護教諭10人 (27.0%) であった。

2. SOC

対象者全体におけるSOCについては、合計得点の平均は51.1 (SD9.98) 点であり、SOCの3要素の平均は「有意味感」17.2 (SD3.79) 点、「把握可能感」18.2 (SD4.62) 点、「処理可能感」15.8 (SD3.89) 点であった。また、学年別および4年生の資格希望別によるSOCの各得点を表2に示した。

表1 対象者の属性

属性		全体 (n=116)	2年生 (n=79)	4年生 (n=37)
年 齢	平均(歳)	20.4	19.7	22.1
	SD	1.41	0.65	1.44
性 別	男性	13 (11.2)	10 (12.7)	3 (8.1)
	女性	103 (88.8)	69 (88.8)	34 (91.9)
資格選択	選択なし			20 (54.1)
	助産師			7 (18.9)
	養護教諭			10 (27.0)

表2 SOCの各得点における比較

	SOC 合計得点	有意味感	把握可能感	処理可能感
2年生 (n=79)	51.9 (10.3)	17.2 (4.1)	18.3 (4.8)	16.3 (3.9)
4年生 (n=37)	49.5 (9.0)	17.3 (3.1)	17.7 (4.2)	14.5 (3.6)
資格希望				
選択なし (n=20)	48.5 (8.3)	17.0 (3.1)	17.4 (3.6)	14.2 (3.4)
助産師 (n=7)	51.0 (9.2)	17.8 (3.4)	18.0 (3.8)	15.2 (3.7)
養護教諭 (n=10)	49.8 (9.1)	17.4 (3.1)	17.8 (4.2)	14.6 (3.7)

]*

1) 学年別による比較

2年生と4年生の学年別による比較は、SOCの合計得点が2年生51.9点、4年生49.5点であり、2年生の方が高かったものの有意差は認められなかった。また、SOCの3要素である「有意味感」「把握可能感」「処理可能感」は、「処理可能感」において2年生16.3点、4年生14.5点であり2年生の得点が高く有意差が認められた。また、「有意味感」では4年生の得点が高く、「把握可能感」では2年生の得点が高かったが、それぞれ有意差は認められなかった。

2) 4年生の資格希望による比較

4年生の資格希望別による比較は、SOCの合計得点が助産選択者51.0と最も高かったが他の資格選択者との有意差は認められなかった。また、SOCの各3要素は助産選択者の得点が他の資格選択者に比べていずれも最も高かったが、有意差は認められなかった。選択なしの学生では3要素全ての得点は、他の資格選択者よりも最も低かったが有意差は認められなかった。

3. ENDCOREs

ENDCOREsの各得点を表3に示した。

2年生と4年生の学年別による比較は、基本スキル「自己統制」「表現力」「読解力」のすべての得点が2年生の方が高く、対人スキル「関係調整」の得点のみ2年生の方が高かったが、それぞれ有意差は認められなかつ

た。また、4年生の資格選択別による比較では、基本スキル「読解力」の得点について助産師選択者が最も高く、対人スキル「自己主張」は養護教諭選択者が最も高かったが、それぞれ他の資格選択者との有意差は認められなかった。

V 考察

本研究は、基礎看護学実習が終了した2年生と領域別実習および資格希望別の関連実習が終了した4年生の看護学生において、SOCとコミュニケーション・スキルの実態を調査した。

1. 看護学生のSOC

AntonovskyによるとSOCの発達やその形成過程は、「ストレスを有益な人生経験に変化させることができる汎抵抗資源（例：モノ、カネ、知識、ソーシャルサポート、ソーシャルネットワーク、社会関係、宗教、哲学、芸術、遺伝子、体質、気質等）により、良好な人生経験が提供され、この経験がSOCの強弱をつくる」とされ、30代前後になるとSOCは固定化するといわれている⁶⁾。

看護学生のSOCは一般の人々に比べると低いとされる調査もあるが、本調査における対象者全体のSOC合計得点51.1点は、同年代の医療福祉系大学生よりも高い結果であった⁷⁾。

また、学年別のSOC合計得点は、4年生よ

表3 ENDCOREsの各得点における比較

学年別	基本スキル						対人スキル					
	自己統制		表現力		読解力		自己主張	他者受容		関係調整		
	得点	標準偏差	得点	標準偏差	得点	標準偏差	得点	標準偏差	得点	標準偏差		
2年生 (n=79)	4.7	(0.8)	4.0	(1.0)	4.6	(0.9)	3.7	(0.9)	5.1	(0.9)	4.8	(0.9)
4年生 (n=37)	4.6	(0.6)	3.7	(0.8)	4.5	(0.8)	3.7	(0.9)	5.1	(0.7)	4.6	(0.7)
4年生の資格希望												
選択なし (n=20)	4.5	(0.7)	3.7	(0.8)	4.4	(0.9)	3.6	(0.8)	5.0	(0.7)	4.5	(0.6)
助産師 (n=7)	4.6	(0.7)	3.7	(0.7)	4.6	(0.9)	3.6	(0.8)	5.1	(0.8)	4.6	(0.6)
養護教諭 (n=10)	4.6	(0.6)	3.7	(0.8)	4.5	(0.8)	3.7	(0.8)	5.1	(0.7)	4.6	(0.7)

N=116

りも2年生の方が高く、女子看護大学生を対象とした調査⁹⁾においても、本研究と同様に低学年者が最もSOC得点が高い結果であった。その理由は明らかではないが、SOCがストレスや不安と負の相関があるとされ¹⁰⁾、20代という発達段階を考えると、社会化の広がりや他者との関わりが複雑となることに加え、看護学生として学年が高くなるにつれ演習や臨地実習といった環境の異なる状況下での学習が多く占めるようになる。その結果、これまでに経験したことがないようなストレスや不安に直面する中で、固定化までは至っていないストレス対処能力の不安定さを示すのではないかと考える。

次に、SOCの下位尺度の「有意味感」「把握可能感」「処理可能感」について学年別比較では、「処理可能感」が4年生に比べ2年生の方が有意に高かった。それは、2年生がまだ本格的な領域別の臨地実習が始まっておらず、看護実践に対する現実味がまだ薄く何とかやっていけるという感覚が強いと推測される。一方、4年生は全ての領域や資格取得に必要な臨地実習が終了したとはいえ、看護という複雑で高度な仕事に従事することにおいて知識や技術の面で未熟さを認識した経験をもつ者も少なくない。これらの意識の相違が、「処理可能感」の結果として現れたのではないかと考える。また、看護学の学習は、学年が進むにつれて基本的な看護実践能力の修得のために臨床現場において看護職者らとともに看護を実践する臨地実習が課せられており、まさに看護師と類似した業務を経験することから自己に対して厳しい評価になることも影響していると思われる。

また、本調査の「有意味感」は、水野の調査¹¹⁾による一般大学生より高い結果であった。有意味感の形成においては、日々の営みとしてやりがいや生きる意味を考える機会の程度が大きく関わりをもち、看護学生は、対象者の理解として人の人生観をとらえる学習を行

う機会が多いことが有意味感の形成を助長していると考えられる。

2. 看護学生のコミュニケーション・スキル

本調査におけるENDCOREsの6つのスキル「自己統制」「表現力」「読解力」「自己主張」「他者受容」「関係調整」については、2年生および4年生ともに、「他者受容」得点が高く、「表現力」と「自己主張」の得点が低い結果であった。藤本らによると日本人の大学生は、表出的な行動に関わる特性とされる「表現力」「自己主張」よりも応答的な行動に関わる特性とされる「読解力」「他者受容」スキルに優れている¹²⁾としており、本調査の結果も同様の結果が示された。看護学生の場合は、特に看護実践において対象者を理解する技術を習得していることを考えると、応答的な行動とされる他者受容スキルの得点を高めたことが推測される。また、近年若者の日常的なコミュニケーションは、携帯やSNSを介した間接的手段が用いられることが多く、相互に面と向き合う直接的手段を用いたコミュニケーションの機会が少ない現状がある。それ故、自分の感情や気持ちといった情緒的は表出や自分の意見や考えといった表出に苦手意識をもつ学生の姿を捉えることができる。

VI 結論

基礎看護学実習が終了した2年生と領域別および資格希望のための実習が終了した4年生のSOCとコミュニケーション・スキルの実態について調査を行った。その結果は、以下の通りであった。

基礎看護学実習が終了した2年生と領域別および資格希望のための実習が終了した4年生におけるSOCは、「処理可能感」において2年生の方が有意に高かった。

Ⅶ おわりに

本研究は、複数の資格取得に向け様々な実習が必須とされる看護系大学生のSOCとコミュニケーション・スキルの実態を明らかにすることを目的に調査を行った。

分析対象としたデータ数が少なく4年生の選択資格による傾向を十分捉えきれたとは言いがたい。また、1大学の看護学生を対象とした調査であり、データ結果の一般化には至らないという点において、本研究の限界があると考えられる。今後は、更にデータを積み重ね、看護系大学生のストレス対処能力の強化を考慮した学習支援の検討につなげていきたい。

謝辞

本研究に、ご協力いただきました看護学生の皆様に深謝いたします。

付記

本研究は2012年度新潟青陵大学共同研究費の助成を受けて実施した。なお、要旨については、第27回日本助産学会学術集会にて発表した。

引用文献

- 1) Aaron Antonovsky. Health, Stress, and Coping: San Francisco: Jossey-Bass; 1979.
- 2) 山崎喜比古、戸ヶ里泰典、坂野純子編. ストレス対処能力SOC. 45. 東京: 有信堂高文社; 2008.
- 3) 仁科祐子、谷垣静子、乗越千枝. 看護学生のコミュニケーションスキルおよび自尊感情とメンタルヘルスとの関連. 米子医誌. 2010; 61: 67-74.
- 4) 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. 221-225. 東京: 有信堂高文; 2001.
- 5) 藤本学、大坊郁夫. コミュニケーション・スキルに関する諸因子の階層構造への統合の試み, パーソナリティ研究. 2007; 15(3): 353.
- 6) 前掲書4). 39.
- 7) 木下八重子、笠浪欣子、中元万由美ほか. 看護学生のストレス対処能力と健康保持能力—看護学生と新人看護師の比較—. 看護・保健科学研究誌. 2009; 9(1): 91.
- 8) 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. 身心健康科学. 2011; 7(2): 37.
- 9) 本江朝美、川口毅、谷山牧ほか. 女子看護学生のSense of Coherenceとその関連要因の検討. 昭和医会誌. 2005; 65(4): 367.
- 10) 高山智子、浅野祐子、山崎喜比古ほか. ストレスフルな生活出来事が首尾一貫感覚 (Sense of Coherence) と精神健康におよぼす影響. 日公衛誌. 1999; 46: 965-973.
- 11) 水野修次郎. 大学生のSense of Coherence (SOC) と健康との関係. 麗澤学際ジャーナル. 2010; 18(1): 8.