

[研究報告]

文献からみた看護学生のレジリエンスの構成要素と影響要因

小笠原尚子*・上田伊佐子**

本研究は、看護学生のレジリエンスに関する先行文献を検討し、看護学生のレジリエンスを構成する要素とそれに影響する要因を明らかにすることを目的とする。医学中央雑誌 Web 版を用い、看護学生のレジリエンスの構成要素、影響要因に関する 15 文献を分析した。看護学生のレジリエンスの構成要素は、【支援を受ける力】、【主体的に問題解決できる力】、【思考を変換できる力】、【目標を見いだせる力】、【学ぶ意欲を持つ力】の 5 つが生成され、主体的に問題解決でき、学ぶ意欲を持つような精神的な強さと、思考を変換したり、支援を受けたり、目標を見いだせるような柔軟さを併せ持つ力であると解釈できた。影響要因のうち促進要因は、【自尊心】、【自己効力感】、【精神的サポート】など 9 つがあり、抑制要因は、【抑うつ症状】、【気分の変化】などの 5 つであった。【臨地実習の経験】は学生の捉え方で促進要因あるいは抑制要因のどちらにもなり得る流動性があった。

キーワード：看護学生、レジリエンス、文献検討

1. はじめに

看護系大学の入学者数は、2001 年度 23,983 人に対し、卒業者数 22,611 人¹⁾であり、単純計算すると約 5.7% の学生が退学や休学もしくは留年していることになる。それは、看護を目指す学生が学びの途中で辞めてしまうことになり、看護業界にとって大きな損失である。看護学生は臨地実習に強いストレスを感じている²⁾³⁾ ことなど、総じて一般大学生に比べてストレスが高いといわれている⁴⁾。しかし、看護師になるためにはそのストレスを乗り越え、学びの継続のなかで成長していく必要がある。そのために必要な力として、レジリエンスに注目したい。

レジリエンスは、臨床心理学や精神医学の研究・実践において重要視されている概念のひとつである。1985 年に Rutter⁵⁾ によって「深刻な危険性にもかかわらず、適応的な機能を維持しようとする現象」と定義されたのが最初と捉えられている⁶⁾。Masten ら⁷⁾ はレジリエンスを「困難で脅威的な状況にもかかわらずうまく適応する過程、能力あるいは結果」と定義し、平野⁸⁾ は「心の強さ」、さらには「弱さの対極にあるものではなくストレスに対して傷ついたり、落ち込んでしまう弱さを持っている、そこから立ち上がることのできる力」と述べている。類似概念のハーディネスが「高ストレス下で健康を保っている人々がもつ性格特性」⁹⁾ と定義されているように、ストレスに対する頑健性を示す個人内特性を表す概念であるのに対して、レジリエンスは困難な状況からうまく回復していく力を表すという点で、やや異なる側面を捉える概念である。また、適応の過程、能力、結

果のうちどの部分に焦点を当てるかは研究者によって異なっており、統一的な見解はみられていない⁶⁾。

このレジリエンスは、看護分野では精神障害者のレジリエンス¹⁰⁾ や、クリティカルケア領域における急性重症患者の家族成員のレジリエンス¹¹⁾、災害に関するコミュニティ・レジリエンス¹²⁾ などの対象者において取り上げられており、患者の心の強みを活かす概念の一つとして活用されるようになってきた。また、看護職者を対象としたものには、看護職者のレジリエンスの構成因子¹³⁾ があり、「内省」、「肯定」、「踏み出す」、「交換」、「取り入れる」、「活用」とされている。また、砂見¹⁴⁾ は、看護師のレジリエンスを概念分析し、「逆境に直面したときに回復しようとする看護師個人に内在する特性やその過程、結果であり、変化もしくは促進できる可能性を備えているもの」と捉えている。このように看護師のレジリエンスは、単に回復していく力ではなく、さらに成長を遂げていくプロセスであるという特徴を持っている。

看護学生においてはレジリエンスを臨地実習場面で見ているものがある。そこからみえてくる看護学生のレジリエンスは、「実習で生じるストレスから回復する力であり、学生が潜在的に持っている力」¹⁵⁾ であり、臨地実習の経験がレジリエンスを高める¹⁶⁾¹⁷⁾ とともに述べられている。このように、看護学生のレジリエンスの先行研究はあるものの、これはレジリエンスを臨地実習の場面に特定したものである。前述のように、レジリエンスは変化するという特徴を持つため、看護教育におけるその強化は看護職者への適応支援という観点から重要な意味を持つ。それには学生の個人の外に位置するレジリエンス

*大学院看護学研究科博士前期課程 **大学院看護学研究科

の影響要因に注目する必要がある。今後は、臨地実習に特定せず、看護学生のレジリエンスの構成要素とその影響要因を明らかにすることで、看護学生が、精神的健康を保ちながら学業を継続できるためのレジリエンス育成の教育的支援への示唆を得ることができるのではないかと考える。

以上、本研究では看護学生のレジリエンスに関する国内の先行文献を検討し、看護学生のレジリエンスを構成する要素と、レジリエンスに影響する要因を明らかにすることを目的とする。

Ⅱ. 研究方法

1. 文献の収集方法

2022年3月、医学中央雑誌 Web 版 Ver.5 を用い、キーワードを「看護学生」and「レジリエンス」とし、期間を設定せずに「原著論文」、「看護文献」に限定して検索した。分析対象文献の選定基準は、「学術論文としての形式が整っている」、「論文中に看護学生のレジリエンスの構成要素、影響要因に関する記述がある」の条件をすべて満たすこととした。

2. 分析方法

分析対象文献を、タイトル、研究目的、レジリエンスの対象となる場面、レジリエンスの定義、著者名、発行年、研究デザイン、誌名により整理した。次に、看護学生のレジリエンスを構成する要素と、レジリエンスに影響する要因の記述を抽出し、意味内容を忠実に表すように簡潔に表現し、コードとした。さらにそれらを意味内容の類似性に従って集め、カテゴリーとした。なお、分析過程においては、2名の研究者間で最終的な分析結果の一致をみるまで検討を重ね、質的研究の専門家のスーパーバイズを受けることで、真実性の確保に努めた。

3. 倫理的配慮

文献を活用するにあたり個人情報保護と知的財産の保護に留意した。利益相反はない。

Ⅲ. 結果

検索の結果、33文献が抽出され、選定基準を満たす15文献を分析対象文献とした(表1)。

1. 看護学生のレジリエンス研究の動向

看護学生のレジリエンスに関する研究は2010年より報告があり、2014年を除き年間1～4件であり、2018年は8件であった。

分析対象文献のうち、質的研究2件(13%)、量的研究10件(67%)、混合研究1件、概念分析2件であった。レジリエンスの対象となる場면을臨地実習に特定したものは7件(47%)であった。量的研究と混合研究のうち、レジリエンスの定義を明確に記述しているもの4件、他の研究者の定義を紹介しているもの6件、定義なし1件

であった。

2. 看護学生のレジリエンスを構成する要素

看護学生のレジリエンスの構成要素は、【支援を受ける力】、【主体的に問題解決できる力】、【思考を変換できる力】、【目標を見いだせる力】、【学ぶ意欲を持つ力】の5つのカテゴリーが生成された(表2)。【 】内をカテゴリー、〈 〉内をコードとして示す。

【支援を受ける力】とは、困難に直面したときに〈支援してくれる教員、指導担当看護師、仲間がいる〉¹⁸⁾と、支援を受けていることを認識できる力である。看護学生は、相談しやすい教員がいることや、話しやすい指導担当看護師がいることなどで支援を受けることができていた。実習グループのメンバーや大学の友人からは、声かけや相談、思いを共感共有することが精神的な支えとなっていた。

家族へ相談ができることや、助言をくれる家族の存在によって〈精神的に支えてくれる家族がいる〉¹⁸⁾と認識できおり、家族や友人から〈日常的な周囲からの励ましと応援〉¹⁹⁾を支援として捉えることができていた。

また、臨地実習中、患者から「がんばってね」という肯定的な言葉かけを受けることにより、実習を乗り越えられたと捉えていた。教員や家族、友人以外に患者からも支援を受けることができる〈患者に支えられている〉²⁰⁾力が示されていた。

【主体的に問題解決できる力】とは、困難を乗り越えるために、主体的に問題解決にむけて行動する力である。問題に対して、わからないことは積極的に質問し、自己学習して臨むことで〈進んで問題解決行動をとろうとしている〉²⁰⁾ことや、〈解決への積極的行動〉¹⁹⁾のために友人からの助言を受け入れて行動に移していた。

困難に感じたことを、カンファレンスの場を用いて他の学生や教員、指導者からさまざまな考えを引き出すことで〈自分で問題解決ができる〉¹⁸⁾ために考え、自ら行動できていた。

【思考を変換できる力】とは、困難な出来事に対してポジティブな方向に気持ちを切り替えて捉えることができる力である。〈気分を切り替える〉¹⁹⁾〈気持ちの切り替えができる〉¹⁸⁾ことで思考を変換し、落ち込んでネガティブな感情になっても〈自分自身を励ます〉¹⁹⁾ことでポジティブな方向へ〈行動を変容することができる〉²⁰⁾。

実習で感じたストレスに対しては、大変な状況であったと困難な出来事として認識しているけれども、学びはあったと捉えることで〈実習でのストレスを学びと捉える〉¹⁶⁾ことができていた。臨地実習というストレスフルな状況下で困難に直面しながらも、思考を変換し、学びへと捉え直しができており、困難から立ち直る力が示されていた。

【目標を見いだせる力】とは、看護職者としての目標を

表 1 分析対象文献

タイトル	研究目的	場面特定 定義	著者名	発行年 デザイン	誌名, 巻 (号), 頁
臨地実習における看護系大学生のレジリエンス:フォーカスグループインタビューによる分析	看護学生が臨地実習で遭遇する困難をどのように乗り越えているのか、学生のレジリエンスを質的に明らかにする。	臨地実習 あり	隅田千絵	2020 質	四條寝学園大学看護ジャーナル, (3), 7-16
看護学生の履修前後でのレジリエンスの差とネガティブ体験との関係性-A短期大学生への調査結果からの分析-	学生のレジリエンスに着目し、履修前後でのレジリエンスの差とネガティブ体験との関係性を自己肯定感や楽観性、悲観性の側面から明らかにする。	なし あり	若瀬淳子 高木園美 他	2020 量	日本看護学会論文集:ヘルスプロモーション, (50), 75-78
高等教育機関に所属する学生の抑うつ症状と首尾一貫感覚およびレジリエンスとの関連に関する専攻別検討	高等教育機関に所属する学生の抑うつ症状の予防に向けた示唆を得ることを目的に、抑うつ症状、首尾一貫感覚、レジリエンスとの関連を専攻的に検討する。	なし なし	米田龍大 児玉壮志 他	2019 量	北海道医療大学看護福祉学部学会誌, 15(1), 39-43
二次元レジリエンス要因尺度を用いた看護学生のレジリエンス特性の学年による違い	資質・獲得的要因の区別に看護学生のレジリエンスの学年による違いとソーシャルサポートとの関連を検討する。	なし 他者の定義を紹介	杉本千恵 笠原聡子 他	2018 量	日本看護科学会誌, 38, 18-26
看護学生の性格特性と『情緒不安定』『社会不適応』がレジリエンスに及ぼす影響-心理的な問題を抱える学生に対しレジリエンスを高める教育とは-	看護学生の性格特性を調査し「情緒不安定」や「社会的不適応」の性格特性を持つ看護学生はどのようなレジリエンス因子に影響しているのかを資質的、獲得的レジリエンス要因の両方から検討する。	なし 他者の定義を紹介	錦織史子 新田弘子	2018 量	太成学院大学紀要, 20, 93-100
精神看護学実習の環境要因における学生のレジリエンス-概念分析-	精神看護学実習の環境要因における学生のレジリエンス概念分析を行い、属性、先行要件、結果を明らかにする。	臨地実習 概念分析	田中俊明 田中眞里子	2018 概念分析	太成学院大学紀要, 20, 71-75
看護学実習における学生のレジリエンスについての概念分析	看護学実習における学生のレジリエンスについて概念を分析し、概念構造を明確化する。	臨時実習 概念分析	隅田千絵	2016 概念分析	日本医学看護学教育学会誌, 25(1), 15-21
看護学生のレジリエンスと心の健康度・疲労度との関連	看護学生のレジリエンスと心の健康度・疲労度との関連を明らかにする。	なし 他者の定義を紹介	高橋ゆかり 水落幸 他	2016 量	日本看護学会論文集:精神看護, (46), 287-290
精神看護学実習前後における看護系大学生のレジリエンスとストレス状況対処行動の変化	精神看護学実習前後における看護系大学生のレジリエンスとストレス状況対処行動の特徴や変化を明らかにする。	臨地実習 他者の定義を紹介	石橋昭子	2016 量	日本精神科看護学術集会誌, 58(3), 244-248
レジリエンスと問題解決に向けた行動特性との関連-看護系大学生のインタビューからの比較検討-	看護学生の語りからレジリエンスの高得点者、低得点者の問題解決への行動特性を明らかにする。	なし あり	松尾綾 前田由紀子	2016 質+量	西南女学院大学紀要, 19, 27-36
看護系大学生の臨地実習におけるレジリエンスの構成要素	看護系学生の臨地実習におけるレジリエンスの構成要素を明らかにする。	臨地実習 あり	隅田千絵 細田泰子 他	2013 質	日本看護研究学会雑誌, 36(2), 59-67
看護学生のレジリエンスへの影響要因と教育的支援	看護学生のレジリエンスの実態と自尊感情や自己効力感など影響要因を明らかにする。	なし 他者の定義を紹介	福重真美 森田敏子	2013 量	応用心理学研究, 39(1), 19-24
看護学生の精神的回復力と臨地実習自己効力感および実習満足度の学年比較	学生の精神的回復力と臨地実習自己効力感および実習満足度との関連と学年による差異を明らかにする。	臨地実習 他者の定義を紹介	村田尚恵 分島るり子 他	2012 量	日本看護学会論文集:看護教育, (42), 38-41
レジリエンスにおける心理的ストレス反応低減効果の検討	看護学生のレジリエンスを調査しレジリエンスにおけるストレス反応低減効果を検討する。	なし あり	山下真裕子 甘佐京子 他	2011 量	日本精神保健看護学会誌, 20(2), 11-20
看護援助実習の受けとめ方とresilience(精神的回復力)及び自尊心との関連	実習という困難さをもつ状況を経ることでresilienceや自尊心はどのように変化し、関連はどのようなのか、程度によって実習の受けとめ方がどのように異なるのかを検討する。	臨地実習 あり	山岸明子 寺岡三左子 他	2010 量	医療看護研究, 6(1), 1-10

表2 看護学生のレジリエンスの構成要素

カテゴリー	コード
支援を受ける力	支援してくれる教員、指導担当看護師、仲間がいる(隅田ら,2013)
	精神的に支えてくれる家族がいる(隅田ら,2013)
	患者に支えられている(隅田,2020)
	日常的な周囲からの励ましと応援(松尾ら,2015)
主体的に問題解決できる力	進んで問題解決をとうとうとしている(隅田,2020)
	解決への積極的行動(松尾ら,2015)
	自分で問題解決ができる(隅田ら,2013)
思考を変換できる力	気分を切り替える(松尾ら,2015)
	自分自身を励ます(松尾ら,2015)
	気持ちの切り替えができる(隅田2013)
	行動を変容できる(隅田,2020)
	実習でのストレスを学びと捉える(山岸ら,2010)
目標を見いだせる力	ロールモデルの看護師がいる(隅田ら,2013;隅田,2020)
	看護師としての将来の目標がある(隅田ら,2013)
	肯定的未来志向(福重ら,2013;高橋,2016)
学ぶ意欲を持つ力	意欲を持っている(隅田,2020)
	学ぶことに対して意欲がある(隅田ら,2013)

持ち、ロールモデルの看護師像を描くことができる力である。看護師になりたい気持ちだけではなく、どのような看護師になりたいかという〈看護職者としての将来の目標がある〉¹⁸⁾ことや、目標とする〈ロールモデルの看護師がいる〉¹⁸⁾²⁰⁾のコードが含まれていた。

看護学生は、看護師になりたい、看護師資格を得たいという、看護師としての将来への希望を持って入学している。そこには、看護師に対しての肯定的なイメージがあり、〈肯定的な未来志向〉²¹⁾²²⁾があった。看護職者としての目標を見いだすことで、自己の将来の看護師像をポジティブな未来へと想像することができ、困難を乗り越えるための努力に繋がっていた。

【学ぶ意欲を持つ力】は、新たな学びに対して意欲を持って取り組んでいく力である。これは〈意欲を持っている〉²⁰⁾、〈学ぶことに対して意欲がある〉¹⁸⁾のコードから生成された。これから学びたいことがあるという思いや、頑張って忍耐強く取り組もうという、学びに対する意欲があった。

看護学生は、未熟ながらもできることに達成感を感じ、更に学びたいという意欲を持つことができていた。自分のためにも、患者のためにも、積極的に学ぼうとすることが、内面的な強みとなっていた。

3. 看護学生のレジリエンスの影響要因

看護学生のレジリエンスに影響する要因は、レジリエンスを促進する要因とレジリエンスを抑制する要因に大別された(表3)。

レジリエンスを促進する要因は、【臨地実習の経験】、【自己効力感】、【自尊心】、【学年】、【精神的サポート(クラスメイト、恋人、近親者、実習教員)】、【人生に対する

表3 看護学生のレジリエンスの影響要因

促進要因
臨地実習の経験(山岸ら,2010)
自己効力感(福重ら,2013)
自尊心(福重ら,2013;山岸ら,2010)
学年(杉本ら,2018)
精神的サポート(クラスメイト、恋人、近親者、実習教員)(杉本ら,2018;高橋ら,2016)
人生に対する前向きな気持ち(高橋ら,2016)
自信(高橋ら,2016)
至福感(高橋ら,2016)
抑制要因
臨地実習の否定的な受け止め(山岸ら,2010)
抑うつ症状(米田ら,2019;錦織ら,2018)
気分の変化(錦織ら,2018)
精神的なコントロール感が低い(高橋ら,2016)
人生に対する失望感(高橋ら,2016)
精神的サポート(実習指導者)(杉本ら,2018)

る前向きな気持ち】、【自信】、【至福感】であり、抑制する要因は、【臨地実習の否定的な受け止め】、【抑うつ症状】、【気分の変化】、【精神的なコントロール感が低い】、【人生に対する失望感】、【精神的サポート(実習指導者)】であった。

看護学生は、【臨地実習の経験】によりレジリエンスを高めていた。しかし、臨地実習を〈大変と感じ学びは多くない〉と感じている者はレジリエンスが低く¹⁶⁾、臨地実習をストレスと捉え、そこからの学びを得られず【臨地実習の否定的な受け止め】は、レジリエンスを抑制する要因となっていた。また、【学年】による比較では1年生よりも、履修科目における実習割合が多い2、3年生でレジリエンスが高かった¹⁷⁾。

【自己効力感】、【自尊心】が高い者はレジリエンスが高かった¹⁶⁾²¹⁾。一方で、【抑うつ症状】や【気分の変化】が大きい者はレジリエンスが低く²³⁾²⁴⁾、看護学生の性格特性がレジリエンスに影響する要因となっていた。

他者からの精神的サポートでは、クラスメイト、恋人、近親者、実習教員からの【精神的サポート】は促進要因となっていたが¹⁷⁾²²⁾、実習指導者からの【精神的サポート】は抑制要因となっていた¹⁷⁾。看護学生への【精神的サポート】は、実習教員、実習指導者ともに臨地実習での関わりであるが、促進と抑制の反対の要因になり得ることが示されていた。

IV. 考察

1. 看護学生のレジリエンスを構成する要素の特徴

看護学生のレジリエンスを構成する要素は、【支援を受ける力】、【主体的に問題解決できる力】、【思考を変換

できる力】、【目標を見いだせる力】、【学ぶ意欲を持つ力】であった。一方、先行研究において看護職者のレジリエンスは、「内省」、「肯定」、「踏み出す」、「変換」、「取り入れる」、「活用」¹³⁾がある。本研究で明らかになった看護学生のレジリエンスと看護職者のレジリエンスを比較し、特徴を捉える。

看護学生と看護職者のレジリエンスで共通していると考えられるものは、【思考を変換できる力】と「変換」、【主体的に問題解決できる力】と「踏み出す」、【支援を受ける力】と「取り入れる」である。

看護学生の【思考を変換できる力】とは、困難な出来事に対してポジティブな方向に気持ちを切り替えて捉えることができる力である。一方、看護職者の「変換」とは、自分自身の価値観や考え方に固執せず、変化させていく力¹³⁾であり、共に、気持ちや考え方を柔軟に変換することができる力であると考えられる。看護学生は困難に遭遇し落ち込んでしまっても、〈実習でのストレスを学びと捉える〉¹⁶⁾ことから、その気持ちを交換させることで捉え直しができている。そして看護職者も看護学生と同様に、様々な職務上の困難に遭遇したとき、気持ちや考え方を交換させることによって、その困難な状況を捉え直すことができているのではないかと考える。

そして、【主体的に問題解決できる力】は困難を乗り越えるために、主体的に問題解決にむけて行動する力であり、「踏み出す」は、自分の置かれている状況を把握したうえで、目の前の現実に一歩踏み出す力¹³⁾である。これらのことから、【主体的に問題解決できる力】と「踏み出す」は、いずれも問題解決にむけて踏み出し行動する力であるといえ、共通するレジリエンスであると考えられる。すなわち、看護学生、看護職者共に困難な状況を変換し捉え直すことができたなら、その次の段階である問題解決にむけて踏みだし行動することができるのではないかと解釈できる。

また、【支援を受ける力】とは、困難に直面したときに〈支援してくれる教員、指導担当看護師、仲間がいる〉¹⁸⁾と、支援を受けていることを認識できる力であり、看護職者では「取り入れる」が同じ意味を持つと考えられる。「取り入れる」とは、有効なコミュニケーションなどのコードから生成されており、同僚や上司への支援を自分のものにできる力として示されている¹³⁾。Grotberg²⁵⁾はレジリエンスの構成要素として、信頼できる家族や他者の存在などを、「I HAVE (External Supports)」（私は外部の支援がある）と述べている。これらのことから、単に支援を受けるだけではレジリエンスには繋がらず、その支援を受けているということを認識し、取り入れることが必要であると考えられる。

そして、看護職者にはみられない、看護学生のためのレジリエンスには【目標を見いだせる力】、【学ぶ意欲を持つ

力】があった。

【目標を見いだせる力】とは、看護職者としての目標を持ち、ロールモデルの看護師像を描くことができる力である。また、【学ぶ意欲を持つ力】は、新たな学びに対して意欲を持って取り組んでいく力である。看護学生は、将来の目標とする看護師像をイメージすることで、その目標とする看護師に近づくために学習意欲を促進させていると考えられる。目標を見いだせる柔軟さを持ち、そこからさらに、学ぶ意欲を持つという精神的な強さに繋がっていくと解釈された。これらの要素は看護学生のレジリエンスの特徴といえる。

また、平野²⁶⁾は複数のレジリエンスを測定する尺度の共通要素を整理するなかで、「楽観性」、「統御力」、「社交性」、「行動力」の資質的要因と、「問題解決志向」、「自己理解」、「他者心理の理解」の獲得的要因からレジリエンスを捉えている。本研究で明らかになった看護学生のレジリエンスの【支援を受ける力】、【主体的に問題解決できる力】、【思考を変換できる力】、【目標を見いだせる力】、【学ぶ意欲を持つ力】は、平野のいう資質的要因をベースにし、そこから獲得されていく力であり、看護学生のレジリエンスは多様な内容の複合的な要素を含んでいると捉えることができる。

2. 看護学生のレジリエンスの影響要因の特徴

レジリエンスを促進する要因には【臨地実習の経験】があった。しかし、【臨地実習の否定的な受け止め】はレジリエンスを抑制する要因となっており、臨地実習を経験し、どのように受けとめるかによって、促進要因、抑制要因のどちらにもなり得る流動性があった。また、促進要因の【学年】では、1年生よりも2、3年生のレジリエンスが高いことが報告されている¹⁷⁾。臨地実習の経験を積んでいる高学年の学生のレジリエンスが高いことから、ここでも【臨地実習の経験】がレジリエンスに影響していることが推察される。レジリエンスを育成する場面として、臨地実習が果たす役割は大きいといえる。しかし、レジリエンスが高まるということは、実習というストレスを乗り越えて適応している状態であるといえ、逆に、ストレスを乗り越え適応できないものは、臨地実習の経験によりレジリエンスを低下させてしまうこともあるだろう。臨地実習においては、これらのことを踏まえての教育的サポートが重要である。

そして、クラスメイト、恋人、親近者、実習教員からの【精神的サポート】はレジリエンスの促進要因であったが、実習指導者からの【精神的サポート】は抑制要因となっていた。クラスメイトにおいては、困難な状況の共通理解を通して、お互いにサポートを受ける存在となっていることが考えられる。実習教員や実習指導者は、臨地実習という看護学生にとってストレスフルな状況下での関わりを求められている。そのような困難な状況で

は、適切な関わりによりレジリエンスを促進させることもあれば、逆の結果になることも推察される。実習教員や実習指導者は、お互いに連携をとり、看護学生に起こっている困難を共有していくことが望ましいだろう。

看護学生のレジリエンスを高めるためには、困難な状況を捉え直しができるような教育的サポートが重要である。そのためには、看護学生が多角的な視野を持つことが必要であると考えられる。

V. 結論

1. 看護学生のレジリエンスを構成する要素は、【支援を受ける力】、【主体的に問題解決できる力】、【思考を変換できる力】、【目標を見いだせる力】、【学ぶ意欲を持つ力】であった。
2. レジリエンスの促進要因のうち【臨地実習の経験】は、学生の捉え方により抑制要因にもなり得る流動性があった。また、実習教員の【精神的サポート】は促進要因、実習指導者の【精神的サポート】は抑制要因となっていた。レジリエンスを育成する場面として、臨地実習が果たす役割は大きいといえ、そこでは困難な状況を捉え直しができるような教育的サポートが重要である。
3. 看護学生のレジリエンスは、主体的に問題解決でき、学ぶ意欲を持つような精神的な強さと、思考を変換したり、支援を受けたり、目標を見いだせるような柔軟さを併せ持つ力であると解釈できた。

文献

- 1) 総務省統計局 独立行政法人統計センター「e-Stat 政府統計の窓口」<https://www.e-stat.go.jp/stat-search/files?page=1&layout=datalist&toukei=00450141&tat=000001022606> 2023年2月17日閲覧
- 2) 正村啓子, 岩本美枝子, 市原清志, 東玲子, 藤澤怜子, 杉山真一, 國次一郎, 奥田昌之, 芳原達也: 臨床実習中の看護学生のストレス認知とそれを規定する日常生活関連要因の検討, 山口医学, 52 (1.2 合併), 13-21, 2003
- 3) 重岡秀子, 池本かづみ, 池崎文子, 片岡健: 成人看護学実習前・後における学生が感じるストレス感情と不安状態の実態, 健康科学と人間形成, 2 (1), 17-26, 2016
- 4) 福土公代: 看護学生の健康状態, 足利短期大学研究紀要, 28, 101-107, 2008
- 5) Rutter, M.: Resilience in the face of adversity: Protective factors and resilience to psychiatric disorder, British Journal of Psychiatry, 147, 598-611, 1985
- 6) 石井京子: レジリエンスの定義と研究動向, 看護研究, 42 (1), 3-14, 2009
- 7) Masten, A. S., Best, K. M., & Garmezy, N.: Resilience and development Contributions from the study of children who overcame adversity, Development and Psychopathology, 2, 425-444, 1990
- 8) 平野真理: レジリエンスは身につけられるのか—個人差に応じた心のサポートのために, 東京大学出版会, 3-6, 2015
- 9) Kobasa, S. C.: Stressful life events, personality, and health; An inquiry into hardiness, American Journal of Community Psychology, 37, 1-11, 1979
- 10) 大平幸子, 松田光信, 河野あゆみ: 精神障害者のレジリエンスの概念分析, 日本看護科学会誌, 40, 100-105, 2020
- 11) 森島千都子: 急性重症患者の家族成員におけるレジリエンスの概念分析, 日本クリティカルケア看護学会誌, 17, 98-109, 2021
- 12) 佐藤仁美, 松永篤志, 田口敦子: 医療・保健分野における災害に関するコミュニティ・レジリエンスの概念分析, 日本地域看護学会誌, 25 (2), 2022
- 13) 山本さやか, 上田伊佐子, 森田敏子: 文献からみた看護職者のレジリエンスを構成する因子と関連要因, 徳島文理大学研究紀要, 98, 81-87, 2019
- 14) 砂見緩子: 看護師のレジリエンスの概念分析, 聖路加看護学会誌, 22 (1), 13-20, 2018
- 15) 隅田千絵: 看護学実習における学生のレジリエンスについての概念分析, 日本医学看護学教育学会誌, 25 (1), 15-21, 2016
- 16) 山岸明子, 寺岡三左子, 吉武幸恵: 看護援助実習の受けとめ方と resilience (精神的回復力) 及び自尊心との関連, 順天堂大学医療看護学部 医療看護研究, 6 (1), 1-10, 2010
- 17) 杉本千恵, 笠原聡子, 岡耕平: 二次元レジリエンス要因尺度を用いた看護学生のレジリエンス特性の学年による違い, 日本看護科学会誌, 38, 18-26, 2018
- 18) 隅田千絵, 細田泰子, 星和美: 看護系大学生の臨地実習におけるレジリエンスの構成要素, 日本看護研究学会雑誌, 36 (2), 2013
- 19) 松尾綾, 前田由紀子: レジリエンスと問題解決に向けた行動特性との関連—看護大学生のインタビューからの比較検討—, 西南女学院大学紀要, 19, 27-35, 2015
- 20) 隅田千絵: 臨地実習における看護系大学生のレジリエンス: フォーカスグループインタビューによる分析, 四條畷学園大学ジャーナル, 3, 7-16, 2020
- 21) 福重真美, 森田敏子: 看護学生のレジリエンスへの影響要因と教育的支援, 応用心理学研究, 39 (1),

- 19-24, 2013
- 22) 高橋ゆかり, 水落幸, 鎌田由美子, 神田千春: 看護学生のレジリエンスと心の健康度・疲労度との関連, 日本看護学論文集 精神看護, 46, 287-290, 2016
- 23) 米田龍大, 児玉壮志, 安藤陽子, 小川克子, 木口幸子, 志渡晃一: 高等教育機関に所属する学生の抑うつ症状と首尾一貫感覚およびレジリエンスとの関連に関する専攻別検討, 北海道医療大学看護福祉学部学会誌, 15 (1), 39-43, 2019
- 24) 錦織史子, 新田弘子: 看護学生の性格特性と『情緒不安定』『社会不適応』がレジリエンスに及ぼす影響—心理的な問題を抱える学生に対しレジリエンスを高める教育とは—, 太成学院大学紀要, 20, 93-100, 2018
- 25) Grotberg, E. H.: Resilience for today gaining strength from adversity, Praeger Publishers, 1-30, 2003
- 26) 平野真理: レジリエンスの資質的要因・獲得的要因の分類の試み—二次元レジリエンス要因尺度 (BRS) の作成, パーソナリティ研究, 19 (2), 94-106, 2010

Components and influencing factors of resilience among nursing students

Naoko Ogasahara and Isako Ueta

Summary

The purpose of this study is to review the previous literature on the resilience of nursing students and to identify the components and factors that influence this resilience. Using Ichushi-Web, a Japanese bibliographic database by the Japan Medical Abstracts Society, we analyzed 15 references on the components and influencing factors of resilience among nursing students. The five components of resilience were the [ability to receive support], [ability to solve problems independently], [ability to transform thoughts], [ability to find goals] and [ability to have the motivation to learn]. These components suggest that nursing students have the mental strength to solve problems independently, a motivation to learn, and the flexibility to transform their thoughts, receive support and identify goals. Among the influencing factors, nine were facilitating factors such as [self-esteem], [self-efficacy] and [emotional support], and five were inhibiting factors such as [depressive symptoms] and [mood change]. [Clinical practice experience] was a fluid factor that could be either a facilitating factor or an inhibiting factor depending on how the students perceived it.

Keywords: nursing students, resilience, literature review