

## 看護学生のストレスに関して

山本有紀<sup>1\*</sup> 服部 卓<sup>2</sup>

宮沢君子<sup>3</sup> 田村文子<sup>4</sup>

(1998年10月31日受付, 1999年1月4日受理)

**要旨:** 日々さまざまなストレスがかかっていると思われる看護学生への援助に役立てることを目的として, 現在の学生のストレス状況とその性格傾向について看護学生に調査を行った。調査はストレス症状質問紙 (SCL-S), 日本版モーズレイ性格検査 (MPI) を施行した。その結果, 調査した学生の3分の2がストレス状態と判定されるということが明らかになった。また, 性格傾向とストレスの表されやすさに関連があることが示唆された。

今回の調査で, ストレスを感じている学生をケアし, さらにそれに対する対処法を身につけさせるような援助を行っていくためには, 学生が具体的にどのようなことをストレス源と感じ, どのような反応を示しているかについて今後詳しく調べる必要がある。

### はじめに

学生は, 学校生活や私生活の中で様々なストレス源に出会っている。これは看護学生にも同じことが言え, 実際にストレス状態にあることを訴えて相談に来る学生も少なくない。また, 相談に来ないまでも, ストレス状態に悩む学生も多く, そのような学生を早期に発見してケアすることも教育の重要な部分である。さらに, 患者への対人的援助を日常的に行う看護職とは, 日々ストレス状態にある職業であり, 看護教育にあたっては, ストレス耐性を身につけさせることも重要な課題である。Sawatzky<sup>1)</sup> は, 性格傾向や, 家族や仲間, 教育者などのソーシャルサポートの存在がストレス環境に対する対処能力に影響を及ぼすと述べている。

そこで本研究では, 現在の学生のストレス状況とその性格傾向との関係について調査し, 今後の学生への援助の方向性を探った。当学科では数年前より田村ら<sup>2)</sup> が同様の手続きで調査を続けてきており, 本研究はそれを踏襲し, さらなる発展を目指して行った。

### 対象と方法

1. 対 象: 某大学医療技術短期大学部の看護学科3年生79名 (全員女性)
2. 調査期間: 1997年4月~12月
3. 方 法: 自記式質問紙法による調査。

### 4. 調査内容:

学生のストレス状況を調査するにあたり, 個人が自覚する身体的・精神的症状の多さによってその個人にかかっているストレスの度合いを判定する桂<sup>3)</sup> のストレス症状質問紙を今回は用いた。さらに, ストレス状況と性格傾向との関係を調査するための検査として, 日本版モーズレイ性格検査<sup>4)</sup> を用いた。

- 1) 桂のストレス症状質問紙 (Stress Check List for Self: 以下 SCL-S) (付表1);

SCL-Sは, ストレスの度合いを自己評定するために考案されたもので, 用意された30の項目からその時点で本人が感じているものを選び, その得点でストレスの度合いを判定する。選択された項目の個数が5以下では正常, 6~10を軽度ストレス状態, 11~20を中等度ストレス状態, 20以上を強度ストレス状態で要治療と分類される。(0~30点)

- 2) 日本版モーズレイ性格検査 (Maudsley Personality Inventory: 以下 MPI);

外向性を調べるE尺度24問 (0~48点), 神経症的傾向を調べるN尺度24問 (0~48点), 虚偽傾向を調べるL尺度20問 (0~40点) からなっている。いずれもその得点が高いほど, その傾向が高いと解釈される。なお, この検査に関しては, MPI研究会による一般学生のデータとの比較も行った。

<sup>1</sup>群馬大学医学部保健学科看護学専攻 <sup>2</sup>群馬大学医学部神経精神医学教室 <sup>3</sup>群馬大学医学部附属病院看護部

<sup>4</sup>群馬パース看護短期大学 \*別刷り請求: 371-8514 群馬大学医学部保健学科

これらの調査をするにあたっては、学生の異常性をみるためのものではなく、青年期の健康な看護学生の特徴を知るためのものと説明し、承諾の得られた学生（79名全員）に対して調査を実施した。MPIは、共同研究者である臨床心理士が施行した。

5. 分析方法：統計ソフト Statistica を用いて単純集計、クロス集計を行った。

## 結果

有効回答は69名（87.3%）であった。

### 1. 学生のストレス状況

SCL-Sの判定結果は、正常23名（33.3%）、軽度ストレス状態31名（44.9%）、中等度ストレス状態13名（18.8%）、強度ストレス状態（要治療）2名（2.9%）であった。

SCL-Sで上位を占めた項目（重複回答）は、「朝気持ちよく起きられないことがある」44名（63.8%）、「肩がこる」44名（63.8%）、「目が疲れる」41名（59.4%）、「なかなか疲れがとれない」34名（49.2%）であった。

### 2. MPIによる性格傾向とSCL-S得点の関連

69名のMPIの結果は、外向性を示すE得点 $32.48 \pm 10.45$ 、神経症的傾向を示すN得点 $15.74 \pm 9.7$ 、虚偽傾向を示すL得点 $11.57 \pm 5.92$ であった。なお、MPI研究会<sup>3)</sup>の発表している一般女子大学生（ $n = 664$ ）の得点はE $27.13 \pm 10.23$ 、N $22.66 \pm 10.94$ 、L $13.67 \pm 5.30$ である（表1）。本対象は一般女子大学生と比べてE得点が高く、またN得点が低くなっている。

表1 MPI検査結果

	M (SD)		
	E得点 【外向性】	N得点 【神経症的傾向】	L得点 【虚偽傾向】
看護学生 (n=69)	32.48 (10.45)	15.74 (9.70)	11.57 (5.92)
一般女子大学生 (n=664)	27.13 (10.23)	22.66 (10.94)	13.67 (5.30)

SCL-Sの得点とMPIのN得点とは有意に相関を示している（ピアソンの積率相関係数0.62,  $P < .001$ ）。

（図1）

MPIのL得点とSCL-Sの得点には有意な負の相関がややみられた（ピアソンの積率相関係数 $-0.32$ ,  $P < .001$ ）。（図2）

MPIのE得点とSCL-S得点には相関がみられなかった。

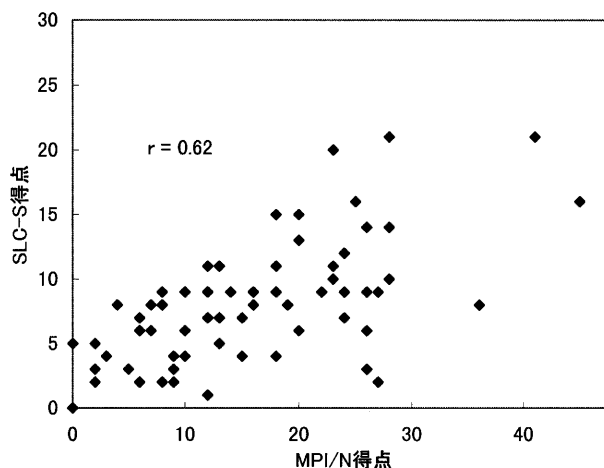


図1 SCL-S得点とMPIのN得点との関連図

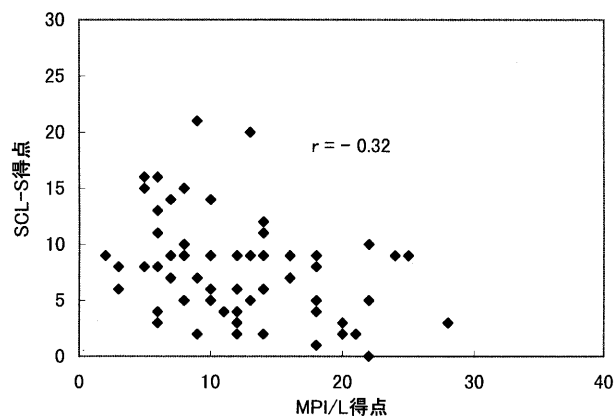


図2 SCL-S得点とMPIのL得点との関連図

## 考察

### 1. 学生のストレス状況

SCL-Sの結果より、桂の判定では学生の3分の2がストレス状態と診断されるような状態であった。また、ここで多くの学生が選択した上位の項目（「朝気持ちよく起きられないことがある」、「肩がこる」、「目が疲れる」、「なかなか疲れがとれない」）はどれも疲れを表しているような項目であることから、学生がストレス状態にある際には疲れたような感覚をおぼえることが多いと考えられる。実際に多数の学生が頻繁に「疲れた。」と口にするのを耳にするが、そのようなときは、彼女たちがストレス状態にある可能性を考慮する必要が示されたと言えよう。

### 2. MPIによる対象学生の性格傾向

本調査の対象となった看護学生の全体的な性格傾向をMPIの各項目の得点で一般女子大学生の得点と比較すると、本対象はE得点が高く、またN得点が低く

なっており、一般女子大学生に比べ、外向性が高く神経症的傾向が低い集団であるということが示唆される。これは、田村ら<sup>2)</sup>や桑田ら<sup>5)</sup>の看護学生におけるMPIの結果とも合致しており、看護学生全体にこのような傾向がある可能性がある。これらの性格的特徴は、患者への対人的援助を日常頻繁に行う看護婦にとって不可欠な要素であるが、そもそもそのような性格傾向の学生が看護職を目指しているのか、看護教育によってそのような性格傾向が生じているのかはここではわからない。看護学生の全体的な性格傾向については、他学部の学生との比較や、看護教育を受けた年数との関係を今後さらに調査する必要がある。

### 3. 性格傾向とSCL-S得点から示唆されること

SCL-S得点と神経症的傾向を示すMPIのN得点には正の相関が見られた。また、SCL-S得点と虚偽傾向を示すMPIのL得点には負の相関が見られた。

SCL-Sは、ストレスに関連して生じる身体的、精神的事象の項目をどれだけ多く選択するかによってストレス状態を判定するものであり、その個人がストレス状態を感じている場合に示すなんらかの症状をみていえる。ここでN得点とは神経症的傾向を示す尺度であり、症状の自己評定であるSCL-S得点と正の相関を示すことは必然的であるとも言える。一方、虚偽傾向を示すL得点は、理想的にふるまおうとする傾向の高さを反映し、社会に適応的であろうとする態度の高さを示していると考えられる。しかし、このような傾向が高いほどSCL-S得点が低いということから、そのような性格傾向にある個人とそうでない個人とで、ストレス源を認識する過程に差異が生じるのか、あるいは同じように認識してもそれを症状として発現する閾値に差異が生じるのか、またあるいは発現している症状を表現する段階で差異が生じるのか、あるいはその全てであるのかまで特定することはできない。いずれにせよ、このSCL-S得点と、MPIによる性格傾向に関連が見られたことから、学生達がストレス状態にあると感じた際に、それがなんらかの身体的、あるいは精神的な訴えとなって表現されるかどうかは各人の個性がかなり影響することが予測される。

### 4. 学生への援助のために

何がストレス源となるかはその個人によって違い、また、同じストレス源に曝露されてもそれに対する反応はそれぞれ異なっている。同じ困難に出会ってもそれを否定的に受け止めるか、自らの課題として成長の

ステップとするかは、それまでのその個人の経験や、物事に対する個人の認知傾向、性格傾向によって異なることが考えられる。また、ストレス状態にある場合に、その表現型は個人の性格傾向によって異なることが今回の調査でも示唆された。

今回のデータは、学生が具体的にどのようなことをストレス源として認識するのか、また、ストレス源が存在している場合、学生はそれらをどのように受け止める傾向があるのか、また、どのような受け止め方が効果的であるのかについては明らかにしていない。これらのことについて解明することが学生達のストレス状況とその対処法を理解し、援助・指導していく上で重要なのではないか。このためには今後調査項目を検討し、ストレス源やそれに対する対処法についての自由回答も同時に収集するような項目を加えると共に、現在行っている学生との一対一の面接場面などを利用して対話の中から学生のストレス状況を把握し、分析することが必要と考えられる。

### まとめ

看護学生のストレス状況と性格傾向を調査したところ、次のことが明らかになった。

1. 学生の3分の2がストレス状態にあると診断されるような状態にあった。
2. 学生達がストレスを感じた際に、それがなんらかの訴えとなって表現されるかどうかは各人の個性がかなり影響することが予測された。
3. 今後は学生にとって何がストレス源となっているか等についてのより深い調査も行っていく必要がある。

### 謝辞

本研究に協力してくださった学生の皆様、そして、絶えずご指導、ご助言をしてくださいました新井治子教授に深く感謝いたします。

### 文献

- 1) Sawatzky JA: Nurse Educ Today 18:108-115, 1998
- 2) 田村文子, 神郡 博, 服部 卓: ヘルスカウンセリング学会年報 2:148-150, 1996
- 3) 桂戴作: 季刊精神療法, 15(1): 35-44, 1989
- 4) MPI研究会(編): モーズレイ性格検査用紙・手引, 誠信書房, 1964
- 5) 桑田 繁, 磨家敦子, 小川光子, 佐藤純子: 医学と生物学 136(1): 9-11, 1998

## 付表 1

## Stress Check List for Self

1. 頭がすっきりしない
2. 目が疲れる
3. ときどき鼻づまりすることがある
4. めまいを感じることもある
5. ときどき立ちくらみしそうになる
6. 耳鳴りがすることがある
7. しばしば口内炎ができる
8. のどが痛くなることが多い
9. 舌が白くなっていることが多い
10. 今まで好きだったものをそう食べたいと思わない
11. 食べ物が胃にもたれる
12. 腹がはったり痛んだりする
13. 肩がこる
14. 背中や腰が痛くなることがある
15. なかなか疲れがとれない
16. この頃体重が減った
17. 何かするとすぐ疲れる
18. 朝、気持ちよく起きられないことがある
19. 仕事（実習、勉強）に対してやる気がでない
20. 寝つきが悪い
21. 夢をみることが多い
22. 夜中の1時、2時頃目が覚めてしまう
23. 急に息苦しくなることがある
24. ときどき動悸をうつつことがある
25. 胸が痛くなることがある
26. よく風邪をひく
27. ちょっとしたことでも腹が立つ
28. 手・足の冷たいことが多い
29. 手のひらや脇の下に汗のでることが多い
30. 人と会うのがおっくうになっている（テレビなども見る気がしない）

## A Study on Nursing Students' Stress

Yuki YAMAMOTO<sup>1\*</sup>, Suguru HATTORI<sup>2</sup>

Kimiko MIYAZAWA<sup>3</sup> and Fumiko TAMURA<sup>4</sup>

**SUMMARY :** Nursing students are suffering from many kinds of stress everyday. We studied the perceived stress and the evaluated personality of nursing students to help them. We used the Stress Check List for Self (SCL-S), Maudsley Personality Inventory (MPI). We showed that two third of them were categorized as "suffering with stress". We found significant correlation between the personality and the expression of stress reaction.

We have to study further what the students' stressor is and how they perceive the stress to improve the care for the students' stress and also to help them learn stress coping.

---

<sup>1</sup> Department of Nursing, Gunma University, School of Health Sciences

<sup>2</sup> Department of Neuropsychiatry, Gunma University, School of Medicine

<sup>3</sup> Division of Nursing, Gunma University Hospital

<sup>4</sup> Gunma Paz Junior College of Nursing

\* Reprint address: Gunma University School of Health Sciences, Maebashi, 371-8514, Japan