

積極的傾聴を用いたピア活動と自尊感情・適応感・レジリエンスとの関連

木内 有美 関西看護専門学校

キーワード：積極的傾聴 ピア活動 レジリエンス

I. はじめに

ストレスフルな状況に対して有効に対処する能力としてレジリエンスという概念がある。レジリエンスが高い人は低い人よりも自尊感情が高いことが明らかになっているが、田中らは自尊感情を高めることによってレジリエンスを高めることが可能であると述べている(2010)。また、曾山は自尊感情やソーシャルスキルが適応感に影響を及ぼすことをあきらかにしている(2011)。このことから、過密な教育課程の中にある看護学生であっても、自尊感情を育むことができればレジリエンスが発揮されるであろうこと、さらに、看護学生としての適応感に影響をもたらすであろうと考えた。

そこで今回、積極的傾聴を用いたピア活動が自尊感情や適応感、レジリエンスにどのように影響しているのかを明らかにしたので報告する。

II. 用語の定義

- ・積極的傾聴：相手の考えや気持ちを相手の立場に立って理解すること。
- ・ピア活動：情報を共感・共有し、学ぶ学習方法で積極的傾聴法と問題解決のスキルを用いて意思決定や問題解決能力を高める活動のこと。

III. 研究方法

臨地実習で実践した看護について積極的傾聴法を用いて語り合うといった学生によるピア活動を3年生は1年間に3回、2年生は成人・老年看護学実習を1回ずつ終えた時期に1回、教科外活動として実施した。

- ・対象者：積極的傾聴法によるピア活動に参加した3年生(84名)、2年生(94名)
- ・データの収集方法と分析：田中が示す「積極的傾聴の基本的な態度」をもとに、山本

らが邦訳した「自尊感情尺度」・大久保が開発した「青年用適応尺度」・森らが開発した「レジリエンス尺度」を用いてデータを収集した。集められたデータは全て単純集計した上でエクセルの分析ソフトを用いてt検定を実施した。

- ・倫理的配慮：本研究は研究者の所属する施設の倫理審査委員会で承認を受けたのち、対象者に文書で研究の趣旨と匿名性の確保及び参加任意性および研究への不参加による成績等の不利益がないことを説明し、無記名自記式質問紙調査による留置回収法とし本人が特定できないように配慮した。

IV. 結果

1) 3年生の結果

表1. 3年生の結果	\bar{x}	s	n	有意差
積極的傾聴を高く受けた群の自尊感情	31.2	6	55	p<0.05
積極的傾聴を低く受けた群の自尊感情	28.2	5.9	29	
積極的傾聴を高く受けた群の適応感	110.5	14.4	55	p<0.01
積極的傾聴を低く受けた群の適応感	97.7	18.9	29	
積極的傾聴を高く受けた群のレジリエンス	127.6	16.7	55	p<0.01
積極的傾聴を低く受けた群のレジリエンス	116.1	18.8	29	

積極的傾聴を高く受けた3年生は自尊感情、適応感、レジリエンスのすべてが高いという結果を得た。

2) 2年生の結果

表2. 2年生の結果	\bar{x}	s	n	有意差
積極的傾聴を高く受けた群の自尊感情	26.5	8.6	51	
積極的傾聴を低く受けた群の自尊感情	26.6	9.3	43	
積極的傾聴を高く受けた群の適応感	101.9	14	51	p<0.01
積極的傾聴を低く受けた群の適応感	94	19.4	43	
積極的傾聴を高く受けた群のレジリエンス	117.3	18.7	51	
積極的傾聴を低く受けた群のレジリエンス	116.7	19.4	43	

積極的傾聴を高く受けた2年生の適応感が高いとの結果を得たが自尊感情とレジリエ

ンスに有意差は見られなかった。

V. 考察

看護学生は過密な教育課程の中、臨地実習期間において行った看護を評価する機会はあるとしても、冷静に振り返る時間が十分とは言えない状況の中に置かれていることが多い。そうした看護学生の教科外活動に積極的傾聴法を用いたピア活動を取り入れたことは、自己および他者に肯定的な感情をもち、個々の学生の自尊感情に働きかけ、適応感とレジリエンスに影響を与えたと考える。このことは自尊感情を高めることによってレジリエンスを高めることが可能と田中らが述べていることを示しているといえる。

また、田中らはレジリエンスの因子構造として自己受容、自己能力信頼感、他者信頼感、楽観的思考の4つを構成要素として挙げている。積極的傾聴を高く受けた2年生は適応感のみであったが、3年生は自尊感情と適応感、さらに、ストレスフルな状況に対処する能力であるレジリエンスとも関連があった。このことは、石井らが述べている単独の構成要素からレジリエンスを支援するよりも、多面的に注目して支援することが必要であり有効と述べていることに基づいている。

さらに、今回示された学年による結果の差異は学年が進むにつれて積極的傾聴といったコミュニケーションスキルの習熟が異なったのではないかと考えられる。その上で、3年生が行った相手の考えや気持ちを相手の立場に立って理解することを念頭においた積極的傾聴が自尊感情や適応感、レジリエンスに影響したといえる。

次に、各論実習を開始したばかりの2年生は3年生と比較して積極的傾聴といったコミュニケーションスキルが未熟であることが想定される。しかしながら、積極的傾聴を高く受けた人は適応感が高いといった

結果を得たのは、積極的傾聴を高く受けたことで個々の学生を取り巻く現在の環境への適応感に影響したことを示している。しかし、それらは現状の環境に対する適応感であって、レジリエンスの構成要素である自己受容や自己能力信頼感をもとにした自尊感情には繋がっていない。そのため、レジリエンスの獲得に至らなかったといえる。このことから、ピア活動において自尊感情とレジリエンスを高め合うことが難しい2年生に対しては学生間のコミュニケーションを主に考えるのではなく、ストレスフルな状況に対して有効に対処できるような教員からの教育的支援が3年生よりも多く必要であることが示唆されたといえる。

VI. おわりに

積極的傾聴を用いたピア活動と自尊感情・適応感・レジリエンスは3年生では有意差がみられたが、2年生では適応感のみにとどまった。今後は2年生に対する教育的支援の強化とレジリエンスを早期に獲得できるような支援を講じていきたい。また、このピア活動を継続し発展させることで、より効果的な機会とすることができるのかを明らかにしたい。

引用参考文献

- 1) 田中千晶他：レジリエンスと自尊感情、抑うつ症状、コーピング方略との関連. 広島大学大学院心理臨床研究センター紀要. 第9巻. p,67～79. 2010.
- 2) 加藤千恵子他：自己肯定感・自己効力感を高めるピア手法の実践. 名寄市立大学道北地域研究所. 年報第30号. 2012.
- 3) 曾山和彦、教職課程履修学生の自尊感情、ソーシャルスキルが適応感に及ぼす影響. 名城大学教育年報第5号. 2011.
- 4) 石井他：患者のレジリエンスを引き出す看護者の支援とその支援に関与する要因分析. 日本看護研究学会雑誌. 30. 21-29. 2007.