

看護系学部における実習ストレスへのサポートに関する 文献検討

藤澤 美穂¹⁾, 氏家真梨子²⁾, 畠山 秀樹²⁾, 高橋 智幸^{3) 4)},
遠藤 太⁵⁾, 松浦 誠⁶⁾

(受理 2019年12月6日)

Literature review of support for stress in nursing students
during clinical training

Miho FUJISAWA, Mariko UJIIE, Hideki HATAKEYAMA,
Tomoyuki TAKAHASHI, Futoshi ENDO and Makoto MATSUURA

キーワード：看護学生, 臨床実習, 心理的ストレス, サポート

Keywords : nursing students, clinical training, stress, support for students

I. はじめに

臨床（臨地）実習は医療専門職教育課程において重要な位置づけであり、看護基礎教育においても、看護実践能力を高め、看護者として自己成長できる貴重な学習機会（中本他, 2015）とされている。同時に、看護学生としての看護を体験することによる戸惑いや緊張を感じることも多く、大きなストレスとなる可能性が指摘されている（奥他, 2011）。渋谷（2014）は看護学部3年生に対し臨床実習前に実施した調査結果と他学部他学年との比較から、臨床実習に臨む年次の学生へのメンタルヘルス上の配慮が必要であることを指摘している。実習前のストレス反応については小笹ら（2018）においても、実習開始直前の3年生のストレス反応が他学年に比べ最も高いと指摘していることから、看護系学生にとって臨地実習は、学生生活を送る上で大きなストレスとなりうること、そのため実習ストレスへのサポートは、学生教育および学生支援上重要な課題となることは明らかである。筆者らの前々稿（2017）では医学部・歯学部・薬学部学生の実習ストレスとそれへのサポートについ

1) 岩手医科大学 教養教育センター 人間科学科 心理学・行動科学分野
2) 岩手医科大学 健康管理センター
3) 仙台市役所 健康福祉局 障害者支援課
4) 岩手医科大学 教養教育センター 非常勤講師
5) 岩手医科大学 看護学部 地域包括ケア講座
6) 岩手医科大学 薬学部 臨床薬学講座 地域医療薬学分野

て文献検討をおこなった。前稿(2018)では、看護系学部学生の実習ストレスについて文献検討をおこない、実習ストレスの現状を明らかにし、実習ストレスの把握のための方策を検討した。本稿においては、看護系学部の実習ストレスへのサポートについて、実習領域・分野別で文献検討をおこない、実習に取り組む学生へのサポートのあり方を検討する。

なお本稿においては筆者らの前稿(2018)同様、大学の看護学部(看護学科)の他、看護専門学校、看護短期大学の学生を対象とした文献も含め検討をおこなった。また看護学部のカリキュラムにおいて、実習は「臨地実習」とされているが、筆者らの前々稿(2017)との関連から「臨床実習」と記した。以降においては対象とした文献中で用いられている用語に即し記載する。

II. 方法

1. 対象文献の検索方法

検討にあたっては、「看護師等養成所の運営に関する指導ガイドライン」で示されている8つの領域・分野から「看護の統合と実践」を除いた基礎看護学、成人看護学、老年看護学、小児看護学、母性看護学、精神看護学、在宅(地域)看護論の7領域・分野での臨床実習ストレスへのサポートを扱った研究を対象とした。文献調査方法は、論文データベース医学中央雑誌Web版「医中誌Web」にて、2007年～2019年の「原著論文」として分類されているものの中から、[実習][看護][サポート][領域・分野:基礎看護、成人看護、老年看護、小児看護、母性看護、精神看護、在宅/地域看護]のキーワードにて検索した(検索実施日2018年9月12日～27日、2019年9月3日)。

なお本研究では、文献調査にあたって、「実習ストレス」について「臨床実習において学生の心身の負担となりうる出来事や状況」と定義し、臨床実習に関わるストレスやストレス反応、臨床実習というストレスフルな状況そのものについて扱った文献を対象とした。そしてそれに対するサポートが記されているものを抽出の基準とした。

2. 分析方法

看護系学部の実習ストレスへのサポートを扱った文献について、対象論文の精読から本研究との関連を検討し、関連があった文献を採用した。採用の判断において、実習ストレスについては、実習にあたって学生が抱く困難感、不安感、葛藤についても含めた。また「実習ストレスへのサポート」がその論文の主題ではなくとも、実習ストレスへのサポートについての言及があった研究については、対象とした。ただし、実習における教育効果を向上させるための指導や教授方法の検討に関する研究は、今回の文献調査においては、除外した。

上記の基準にて抽出された文献を実習領域・分野別(基礎看護学、成人看護学、老年看護学、小児看護学、母性看護学、精神看護学、在宅(地域)看護論)に目的・対象・検討方法・明らかになったことを表に整理した。その結果をもとに、実習ストレスへのサポートのあり方を検討した。

3. 倫理的配慮

文献の要約及び引用にあたっては、述べられている意味内容を損なわないようにし、出典を必ず明記した。

III. 結果

1. 領域・分野別論文数

基礎看護学領域・分野では検索の結果、10件の文献が抽出され、そのうち本研究に関連するものは

2件であった。成人看護学領域・分野では検索の結果、21件の文献が抽出され、そのうち本研究に関連するものは2件であった。老年看護学領域・分野では検索の結果、6件の文献が抽出されたが、本研究と関連する論文はなかった。小児看護学領域・分野では検索の結果、9件の文献が抽出され、そのうち本研究に関連するものは1件であった。母性看護学領域・分野では検索の結果、14件の文献が抽出され、そのうち本研究に関連するものは1件であった。精神看護学領域・分野では検索の結果、26件の文献が抽出され、そのうち本研究に関連するものは3件であった。在宅（地域）看護学領域・分野では検索の結果、12件の文献が抽出されたが、本研究と関連する論文はなかった。

抽出された論文について、領域・分野別に、タイトル等文献情報、目的、対象、分析対象人数、検討方法、明らかになったことを整理し、表1～5に示す。

表1 基礎看護学領域・分野における実習ストレスへのサポートを扱った文献

タイトル、著者、発行年	目的	対象	分析対象人数	検討方法	明らかになったこと
臨地実習における学生の困難感の特徴と実習状況による困難感の比較 基礎看護学実習と成人看護学実習の比較を通して（中本他, 2015） *成人看護と重複	臨地実習における学生の困難感の特徴を明らかにし実習状況による比較を行うことで、学生にとって効果的な実習指導を検討すること	看護系大学学生の2年生（基礎看護学実習履修）と3年生（成人看護学実習履修）	2年生 82名、 3年生 76名	質問紙調査、統計的検討	実習における学生の困難感は『看護過程の展開』、『カンファレンスの運営と討議』、『患者との関わり』、『指導者との関わり』、『看護援助の実施』の5因子が抽出された。 【基礎看護実習】困難感の順位は〔看護援助の実施〕、『カンファレンスの運営と討議』、『看護課程の展開』、『指導者との関わり』、『患者との関わり』となっており、困難感の順位は成人看護学実習と同列であるが、平均値はすべて基礎看護学実習のほうが高かった。基礎実習においては、困難感を感じている対象を早期に把握し、不安や緊張の緩和等の細やかなサポートが必要である。
臨地実習における看護学生の道徳的感受性と倫理的葛藤 2年生と3年生の看護学生を対象として（土井他, 2016）	道徳感受性の傾向と臨床実習での倫理的葛藤経験の有無及び相談の有無の関連を明らかにする	看護学部学生で2年生（基礎看護学実習終了）と3年生（領域別実習を半分終了）	2年生 29名、 3年生 37名	質問紙調査、統計的検討	基礎看護実習と他の臨地実習中では、基礎看護実習中の倫理的葛藤の経験が少なかった。実習中の倫理的葛藤の相談も、基礎看護実習のほうが臨地実習よりも少なかった。

表2 成人看護学領域・分野における実習ストレスへのサポートを扱った文献

タイトル、著者、発行年	目的	対象	分析対象人数	検討方法	明らかになったこと
成人看護学実習Ⅰにおける手術室見学の実態と教育的サポートに関する研究（砂賀他, 2012）	手術見学実習の実態を明らかにし、学生への教育的サポート内容・方法を検討する	看護学科 3年生	90名	質問紙調査、質的検討	学生は看護師への言葉かけのタイミングや自分の立ち位置が分からないことによる不安と、スタッフや患者に迷惑をかけないかという気遣いで、緊張感のなかで見学に臨んでいた。学生の不安や気持ちを察した看護師の関わりが、学生の安心感と積極的に質問する行動に結びついていた。
臨地実習における学生の困難感の特徴と実習状況による困難感の比較 基礎看護学実習と成人看護学実習の比較を通して（中本他, 2015） *基礎看護と重複	臨地実習における学生の困難感の特徴を明らかにし実習状況による比較を行うことで、学生にとって効果的な実習指導を検討すること	看護系大学学生の2年生（基礎看護学実習履修）と3年生（成人看護学実習履修）	2年生 82名、 3年生 76名	質問紙調査、統計的検討	実習における学生の困難感『看護過程の展開』、『カンファレンスの運営と討議』、『患者との関わり』、『指導者との関わり』、『看護援助の実施』の5因子が抽出された。 【成人看護実習】困難感の順位は『看護援助の実施』が最も高かった。成人看護学実習中に患者変更があった対象者は、「看護問題の優先順位をつけること」や「患者との接し方」などに困難感が高かった。また、実習1回目よりも2回目の方が、「看護過程の展開」や「カンファレンスの運営と討議」についての困難感が低かった。

表3 小児看護学領域・分野における実習ストレスへのサポートを扱った文献

タイトル、著者、発行年	目的	対象	分析対象人数	検討方法	明らかになったこと
小児看護学実習における学生の不安と実習後の変化 実習前後のアンケート調査から (坂本他, 2019)	実習前の学生の不安と実習後の変化を明らかにすること	看護専門学校3年生	94名	質問紙調査、質的検討	実習前の学生の不安は人間関係に関する内容(〔患者との関係〕〔家族との関係])と看護の知識や技術の内容(〔看護過程〕〔疾患の理解〕〔看護技術])であった。人間関係への不安には指導者や患者・家族のかかわりで、看護の知識・技術の不安には指導者の関わりで半数以上が不安の解決をしている。

表4 母性看護学領域・分野における実習ストレスへのサポートを扱った文献

タイトル、著者、発行年	目的	対象	分析対象人数	検討方法	明らかになったこと
母性看護学実習における男子学生の思い (賛他, 2014)	母性看護学実習に対する男子学生の思いを明らかにし、実習展開の示唆を得る	看護学部大学生	男子学生9名	半構造化面接、質的検討	母性看護学実習で男子学生は、特に病棟実習において実習前は性差による疎外感から不安を抱えている。しかし、実習中は対象者とのかかわりを通して、学生にとって必要な経験ととらえ、実習後は父親としての将来像についても洞察していることが分かった。

表5 精神看護学領域・分野における実習ストレスへのサポートを扱った文献

タイトル、著者、発行年	目的	対象	分析対象人数	検討方法	明らかになったこと
精神看護学実習における看護学生の実習過程の評価「授業過程評価スケール 看護学実習用」による分析 (久保園他, 2008)	実習過程に対する看護学生の評価の検討	看護学生	382名	質問紙調査・実習記録、質的検討	看護学生の実習過程の評価は「受け持ち患者への看護過程の展開におけるサポート」に関する評価が最も低かった。また、学生は「実習初期の不安」を共通して感じ、「コミュニケーションの困難性」との関連が深かった。
看護学生のインシデントの原因は何か グループインタビューから見てきたこと (板垣他, 2009)	看護学生のインシデントの原因の明確化	看護師養成所、高等学校看護課程	21名	半構造化面接、質的検討	実習全般におけるインシデントの原因は「サポート」、「看護学生の未熟さ」、「教育」の3つに分類された。これに対して、精神看護学実習におけるインシデントの原因は、「サポート」、「看護学生の未熟さ」、「精神科の特殊性」の3つに分類された。実習全般と比較して、「精神科の特殊性」(予期不安、人間関係調整、知識不足・偏見、攻撃性)や、「サポート」のサブカテゴリー(情報提供不足、フォロー不足、説明不足)が特徴的なものであった。
精神看護学実習における看護学生が認識した実習指導者からの支援 (加藤他, 2018)	精神看護学実習で看護学生が認識した実習指導者からの支援の検討	看護学科3年生	82名	質問紙調査・実習記録、質的検討	学生が認識した実習指導者からの支援は「恐怖や不安へのサポート」、[近づけないことへのサポート]、[理解を促す声かけ]、[振り返りができる問いかけ]、[症状への具体的な対応]、[具体的な日常生活援助方法]、[意志決定を促す姿勢]、[学生と共に学ぶ]、[誠実に関わり続ける]であった。

2. 領域・分野別の文献概要

① 基礎看護学

基礎看護学実習を対象とした研究(表1)では、2件の文献とも、他の領域・分野別実習との比較をおこなっていた。中本ら(2015)では、実習における学生の困難感について5因子を抽出した。また困難感について、基礎看護学実習と成人看護学実習において、因子ごとの平均値を比較したところ、困難感の順位は同列であったこと、すべての因子において成人看護学実習よりも基礎看護学実習の得

点が高く、より困難を感じていることが明らかとなった。基礎看護学実習で学生は初めて実際の患者に看護過程を展開し、日常生活援助を実践することとなり、学生にとってはそれが大きなステップアップとなることを中本らは指摘している。そのため、学生が何に困難感を感じているかを早期に把握し、その困難に伴う不安を緩和するような、きめ細かなサポートが必要であるとされた。

土井ら（2016）は道徳的感受性と倫理的葛藤について、基礎看護学実習と他の領域・分野別臨地実習中の学生とを比較しているが、ここでは本研究と関連する倫理的葛藤に関する検討部分に着目した。実習中の倫理的葛藤は他の臨地実習に比べ、基礎看護学実習でそれを経験することが少なかった。またその倫理的葛藤についての相談の有無についても、基礎看護学実習ではそれを相談しないことが多かった。基礎看護学実習中に倫理的葛藤を感じた学生は約43%であるが、そのことを誰かに相談した者は約17%であった。相談行動については、教員や実習指導者に倫理的葛藤について相談した学生は全体の約27%で、グループメンバーに相談した者（約42%）よりも低かった。看護学生としての患者への責任感ゆえに教員・実習指導者への相談行動を取らなかったと推測されること、教員・実習指導者が連携しながら、学生が安全に相談できる教育環境を整えることが重要であると述べられていた。

② 成人看護学

成人看護学実習を対象とした研究（表2）のうち、砂賀ら（2012）は、手術室見学実習での学生の不安として、看護師への言葉かけのタイミングや自分の立ち位置が分からないことが挙げられたこと、加えてスタッフや患者に迷惑にならぬようとする気遣いもあり、実習中の学生の緊張感の高さを指摘していた。そして実習指導看護師の関わりにより、学生は安心感を得、積極的に質問する行動へとつながったことを挙げ、実習指導者には具体的でリアルタイムな指導と、学生の知識的・心理的な準備へのサポートが求められるとしていた。

表1にもある中本ら（2015）の研究での成人看護学実習については、困難感の順位は基礎看護学実習と同様に〔看護援助の実施〕が最も高かった。また成人看護学実習中に患者変更があった学生は、「看護問題の優先順位をつけること」や「患者との接し方」などに関する困難感が高く、患者との関係性を築き、看護問題を把握することへの困難感を感じていたことから、受け持ち患者の変更については、学生の学習への影響を考慮し指導する必要があることを述べていた。また、実習1回目のほうが2回目よりも「看護過程の展開」や「カンファレンスの運営と討議」についての困難感が高いことから、実習経験を積み重ねることで困難感は軽減していくこと、学生が自身の課題に取り組みながら経験を積み重ねることにより、自分の看護実践に自信を持つことが可能となることから、指導者は学生の自己成長に繋がるような関わりをすることが不可欠であると述べていた。

③ 老年看護学

老年看護学実習での実習ストレスへのサポートに関する文献は抽出されなかった。

④ 小児看護学

小児看護学実習を対象とした研究（表3）では、坂本ら（2019）が小児看護実習前の学生の不安と実習後の変化を検討している。実習前の不安については人間関係に関する内容（〔患者との関係〕〔家族との関係〕）と看護の知識や技術の内容（〔看護過程〕〔疾患の理解〕〔看護技術〕）に分類された。不安があると回答した学生のうち約82%が、教員、指導者、患者・家族それぞれとの実習中の関わりにより不安を感じていた事柄を解決していた。教員・指導者による関わりで不安を感じていた事柄が解決した者は〔患者との関係〕、〔スタッフとの関係〕、〔看護過程〕、〔看護の実践〕、〔疾患の理解〕、〔漠

然とした不安]等において、他との関わりよりも割合が多かった。これらより、指導者が患者・家族の橋渡し役となること、指導者がモデルを示し援助を一緒に行うことが有効な指導方法となると述べていた。

⑤ 母性看護学

母性看護学実習を対象とした研究(表4)で、贅ら(2014)は、母性看護学実習を終了した男子学生を対象に、半構造化面接をおこない、学生の思いを分類した。結果、実習前には性差による疎外感から不安を感じていたが、実習中に対象者との関わりを通して実習への捉え方が変化し、実習後には自身の将来の父親像の洞察にもつながっていた。このことより、母性看護学実習は学生の母性・父性の発達にも着目し、その成長に繋がるようなサポートが必要になると述べていた。

⑥ 精神看護学

精神看護学実習を対象とした研究(表5)では、3件の文献が抽出された。久保園ら(2008)は精神看護学実習について授業過程評価スケールを用いた実習過程の評価をおこなっているが、ここではスケール評価とともに聴取された自由記述について、実習の不安についての検討部分に着目した。結果、学生は共通して実習初期の不安を抱えていること、この不安には「指導者に対する不安」、「患者選定の不安」、「情報不足」が内包された〔コミュニケーションの困難性〕との関連を見いだせることを述べていた。そのため、実習初期の不安を踏まえた指導をおこなう必要性と、教員と実習指導者間の指導調整に配慮した指導が必要であることが述べられていた。

板垣ら(2009)は精神看護学実習を終えた学生を対象に、実習中(実習全般及び精神看護実習)のインシデントに関するグループインタビューをおこなった。結果、精神看護学実習においては精神科の特殊性ともいえる要因(予期不安、人間関係調整、知識不足・偏見、攻撃性)がインシデントの特徴的な原因となっていること、また、情報提供不足、フォロー不足、説明不足の「サポート」も、インシデントの原因として抽出された。このことから、学生のインシデントを減らすためには、実習に対するスタッフの意識の合致をはかること、そして学生のレディネスを在籍校と実習先とで共有する必要性があることを指摘した。さらには、精神看護学実習の特殊性の大きさから、教員や実習指導者によるサポートが必要な実習ではあるが、学生に対し不安や陰性感情を増強しすぎないような教育支援のあり方が求められることを指摘していた。

加藤ら(2018)は精神看護学実習において学生が認識した実習指導者からの支援について検討している。結果、実習記録・自由記述質問紙ともに〔恐怖や不安へのサポート〕、〔近づけないことへのサポート〕、〔理解を促す声かけ〕、〔振り返りができる問いかけ〕、〔症状への具体的な対応〕、〔具体的な日常生活援助方法〕、〔意志決定を促す姿勢〕、〔学生と共に学ぶ〕、〔誠実に関わり続ける〕の9カテゴリーが抽出された。そのうち、実習記録・質問紙ともに学生の記述が多かった〔恐怖や不安へのサポート〕については、「学生が相談するとき、必ず対応してくれた」、「学生の発言を否定せず、まず肯定してくれた」、「学生が自分で乗り越えられるように支持してくれた」、「学生の不安や緊張について尋ねてくれた」、「患者の前で学生が表現できるよう、支えてくれた」の5つのサブカテゴリーに分類された。加藤らは、実習指導者による支援の内容と実習指導者の指導観が共通していたことから、学生の課題を実習指導者が把握できていること、そのことが適切なサポートにつながったこと、そして学生の実習目的の課題達成につながったことを指摘している。そして学生の実習期間(実習初期、中期等)での成長の段階に応じて、実習指導者からのサポート内容が変化していることも見出しており、そのことがよりよいサポートにつながっていると述べていた。

⑦ 在宅（地域）看護論

在宅（地域）看護論実習での実習ストレスへのサポートに関する文献は抽出されなかった。

3. 研究の動向

今回抽出された5領域・分野における計8件（うち1件は2領域・分野を対象としている）の文献の研究数の年次推移については、2008年～2013年の6年間で3件（2008年〔精神〕、2009年〔精神〕、2012年〔成人〕）、2014年～2019年の6年間で5件（2014年〔母性〕、2015年〔基礎・成人〕、2016年〔基礎〕、2018年〔精神〕、2019年〔小児〕）であった。

研究方法については、質問紙を用いた研究が6件、半構造化面接を用いた研究が2件、実習記録を対象にしたものが2件（それぞれ重複を含む）であり、分析手法としては、統計的検討が3件、質的検討が6件（重複含む）であった。

IV. 考察

1. 看護系学部学生の実習ストレスへのサポートの現状

本研究は、看護系学部の実習ストレスへのサポートについて、実習領域・分野別で文献検討をおこない、実習ストレスを抱える学生へのサポートのあり方を検討することが目的である。

まず領域・分野別でみた特徴的なサポートについて検討する。本研究で検討した文献におけるストレス状況は、基礎看護学実習における倫理的葛藤（土井他、2016）、基礎看護学実習と成人看護学実習における学生の困難感（中本他、2015）、成人看護学実習における手術室見学実習での不安（砂賀他、2012）、小児看護学実習における実習前の不安とその解決理由（坂本他、2019）、母性看護学実習における男子学生の不安（贅他、2014）、精神看護学実習における実習初期のコミュニケーションの困難性（久保園他、2008）、実習中インシデント（板垣他、2009）、精神看護実習で感じる恐怖や不安（加藤他、2018）を扱っていた。

基礎看護学実習は学生が実際の臨床現場に初めて参加する機会である。そのためストレスを感じることも多く、サポートとしては中本ら（2015）が指摘するように、困難感の早期把握が鍵となる。一方臨床現場に不慣れな学生が取り組む基礎看護実習であるがゆえに、教員や実習指導者により統制された状況での実習となり、倫理的葛藤を経験することが少ないという特徴もある。土井ら（2016）においては、基礎看護学実習での倫理的葛藤の相談相手として、教員を選ぶよりも学生同士での相談を選択する者が多く、その理由として患者への責任感を挙げている。そういった学生の心境に対し理解を示すこと、併せて学生が自らへの評価を気にせずに「相談しても良い」と感じられるようなサポートが、基礎看護学実習という実習の初期だからこそ、必要となろう。

成人看護学実習においては砂賀ら（2012）による手術室見学実習における不安と、中本ら（2015）の困難感についての基礎看護学実習・成人看護学実習の比較がある。手術現場の緊張感や非日常感は、学生にとって戸惑いも多く、また自分が邪魔になりはしないかとの不安を抱えやすい現場である。故に、そういった学生の心境に配慮した関わりが学生の大きなサポートとなる。また成人看護学実習では受け持ち患者への看護を経験するが、患者変更が生じると、新たな患者の看護問題の把握のみならず、患者との関係作りにも苦労を抱えることとなる。そういった状況にある学生には特に、丁寧なサポートが望まれるであろう。

小児看護学実習においては、看護の対象が小児であるため、児の家族との関わりが不可欠となる。坂本ら（2019）でも、実習前の不安として「家族との関係」（何を話したらいいかわからない、接し方が難しそう、家族の不安に寄り添う関わりができるか、等）が挙げられている。しかしこの不安に対

し、患者・家族との関わりによって解決した学生の割合も高かった。実習中の関わりによって不安が払拭されることを念頭におきながら、学生が患者・家族との関わりを持つことができるようなサポートをすることが必要となる。

母性看護学実習における男子学生のストレスについては、これまでも多く検討されており、贄ら(2014)によれば、実習前の不安は、実習中に患者と関わる中で変化していくことを指摘している。坂本ら(2019)の指摘と同様に、学生と患者の関わりが保てるようなサポートが有効となろう。

精神看護学実習におけるサポートは、精神科というある種特殊な場面に伴う学生のストレスを理解する必要がある。板垣ら(2009)は精神科の特殊な要因が学生のインシデントにつながることを指摘し、学生のレディネスを理解した上での実習設計を提案している。久保園ら(2008)では患者選定の不安が挙げられ、加藤ら(2018)では学生が感じている恐怖や不安、また実習中に患者に近づけないことに対する促しなどを実習指導者からのサポートとして認識していることが明らかにされている。精神看護学実習においては、学生に対し、学生を持つ恐怖や不安を認めつつ、精神疾患についての適切な理解の促進を図り、学生が患者と安心して関わりを保てるようなサポートが求められる。

次に、領域・分野を超えて共通すると考えられるサポートについて検討する。実習における多様なストレス状況に対し、現場でおこなわれるサポートの現状について、坂本ら(2019)は、実習前に抱く不安が実習を経て解決に至ったことについて、誰との、どのような関わりが解決に繋がったかを分析している。その中で実習前の不安として〔患者との関係〕、〔看護過程〕、〔家族との関係〕が多く挙げられていたが、その解決について、〔患者との関係〕では教員からの「全体像を捉えられるような助言」、実習指導者からの「接し方のコツを教えてもらった」、「対象者と一緒に話をしてくれた」が挙げられていた。〔看護過程〕では教員からの「一緒に考えてくれた」、「学生の表情をみて話しかけてくれた」、実習指導者からのアドバイスが挙げられていた。〔家族との関係〕では教員・実習指導者ともに「一緒に話をしてくれた」ことが解決につながったことが挙げられていた。加藤ら(2018)では、学生が実習で感じる〔恐怖や不安へのサポート〕について、「学生が相談するとき、必ず対応してくれた」、「学生の発言を否定せず、まず肯定してくれた」、「学生が自分で乗り越えられるように支持してくれた」、「学生の不安や緊張について尋ねてくれた」、「患者の前で学生が表現できるよう、支えてくれた」を抽出している。また砂賀ら(2012)では、手術室見学実習において、実習指導看護師による、学生の不安を察知した上での声がけ、学生の希望の確認、見学しやすい位置の指示等により、学生の不安が軽減されたことを報告している。これらより、学生が実習ストレスの中にいることを理解した上で緊張緩和のために声をかけること、学生が困っていることに対し一緒に考えること、学生が実習内容に集中できるように具体的な対応を図ること、などが行われていた。

秋山ら(2005)は看護学部学生を対象に、臨床実習で経験した実習指導者からの「理想的な行動」と「やめてほしい行動」を調査し、それぞれをカテゴリーに分類したのち、3タイプ(＜学生に対する指導方法＞、＜学生に対する指導態度＞、＜仕事に対する姿勢＞)に分類している。この＜学生に対する指導態度＞について、「理想的な行動」としては、学生に関心を持ってくれること、常識的な態度で接してくれることが、「やめてほしい行動」としては、冷たい態度・無視・無関心であること、相手により態度が変わることが挙げられた。特に「学生に関心を持ってくれる」ことが実習指導者からの理想的な行動として、数多く回答があった。これは加藤ら(2018)において〔恐怖や不安へのサポート〕のサブカテゴリー(「学生が相談するとき、必ず対応してくれた」、「学生の発言を否定せず、まず肯定してくれた」、「学生が自分で乗り越えられるように支持してくれた」、「学生の不安や緊張について尋ねてくれた」、「患者の前で学生が表現できるよう、支えてくれた」)とも一致するものである。これらより、実習領域・分野の別にかかわらず、実習現場における学生への関わりとして、一人一人

の学生の心境をきめ細やかに把握し丁寧な関わりが目指されていること、そして学生もそのようなサポートを心地よいものとして認識していることが、学生の実習ストレスの緩和につながっていると考えられる。

2. 看護系学部学生の実習ストレスへの望ましいサポートのあり方について

中本ら（2015）は、基礎看護実習においては、学生の困難感を早期に把握すること、そしてその不安を緩和するための細やかなサポートが求められることを述べている。学生の実習ストレスについて、正村ら（2003）は看護学生が臨床実習中に認知しているストレスとして、「実習記録を書くのに時間外に多くの時間を要すること」、実習先の「看護師との関係」に大きなストレスを感じていることを明らかにしている。そのような実習ストレスを軽減するために、学生の負担を考慮した簡潔で有効な実習記録様式を作成すること、実習記録作成の時間を実習時間内に確保すること、学生を一人の人間として尊重し関わること、学生相互の交流を促進する対策を取ること、が重要であるとしている。また筆者らの前稿（2018）では、実習ストレスとして、どの領域・分野での実習においても、患者、教員、実習指導者との関係がストレスサーになりうることと、領域・分野に特徴的な実習内容がストレスサーとして経験されやすいことを整理した。そしてその内容を指導教員が理解し、事前の対策を講じることと併せて、実習先とも共有することが有効となることを述べた。学生の実習中のインシデントの原因に焦点を当てた板垣ら（2009）では、実習に臨む学生のレディネスを在籍校と実習先で共有することが必要であると指摘している。学生のレディネスは、例えば「3年生」という学年のレディネスについて、3年課程の教育機関と4年制大学とは異なる。学年のみで学生のレディネスを推測することは、学生、実習先指導者の双方にとって、実習指導上の齟齬が生じ、双方の負担ともなりうる。在籍校の指導教員は、実習先との間で情報共有と意識の合致を図る機会を持つことが、今後も重要となるであろう。

また加藤ら（2018）は、学生の課題を実習指導者が把握できていること及び学生の実習時期（実習初期、中期等）での成長段階に応じた指導の柔軟な調整がよりよいサポートにつながっていることを指摘している。実習時期による実習ストレスの違いについて、看護系学部以外の医療系学部での検討をみると、薬学部での実務実習のストレスを検討した神村ら（2011）は、実習開始前、実習4週目、8週目、11週目の学生の実習ストレスについて、実習の量的負担感、対人関係ストレス、実習のコントロール度と適性度、やりがいについて、実習開始前と比べて、実習開始後でストレスが有意に軽度となったと明らかにしている。また藤原ら（2018）は、薬学部における病院実習と薬局実習での学生のストレスを比較し、病院実習においては実習の11週間すべてにおいてストレスを感じているが、薬局実習では全実習期間と比べ初日にストレスを強く感じていることを明らかにし、実習先の特性や実習時期によるストレスの違いを指摘するとともに、実習初日までに、ストレス要因を取り除く関わりをはかり学生の不安軽減につなげていくことを提案している。以上のように、指導教員・実習指導者と両者が、実習時期に応じたストレスの特徴について共通認識を持つことや、実習が経過するにつれ成長していく学生の成長度に応じ、指導者も関わりを調整していくことなどが有効であると考えられた。

学生の実習ストレスへのサポートについて、本研究で抽出された文献では、看護教員または実習指導者によるサポートを対象としていたものが多かった。坂本ら（2019）では、実習前に抱いていた不安が実習後に解決したのは誰の関わりによってかを学生に尋ねており、そこでは「教員」、「(実習)指導者」、「患者・家族」、「学生・メンバー」、「その他」が挙げられている。「その他」における内訳は示されていないが、学生の在籍校の学生相談室等によるサポートも含まれていると予想される。竹内（2013）は実習にまつわることをきっかけとして学生相談を利用する学生が多いことを指摘し、そ

の理由として学生にとって実習に失敗することは留年がほぼ確定することを意味すること、この時点での自身の資質、基礎知識、コミュニケーション能力が不十分であるという現実を突きつけられることを挙げている。そのような心理的な危機状態に利用できる資源としての学生相談室との連携を強化していくことは、学生の実習ストレスへのサポートにおいて重要である。土井ら(2016)では、基礎看護実習において相談行動を取らない学生が多いこと、そのため教員・実習指導者が連携し、学生が安全に相談できる教育環境を整えることを述べている。学生が自身の評価につながることを懸念せずに相談できる場として、学生相談室は望ましいサポートに関連する資源の1つと言える。今後は、学生の状況や状態に合わせ、学生相談をはじめとした指導教員以外の関わりの中・機会の展開が望まれる。

以上より、領域・分野別の実習内容に応じたストレスの把握とそれへのサポート、また実習時期に応じたストレスの把握とサポートが必要となる。これらは藤澤ら(2017)で指摘した事項と重なるものであり、看護学部の実習ストレスへのサポートの検討においても重要な視点であることが明らかとなった。また藤澤ら(2017)では、実習指導者等の実習にかかわるスタッフへのサポートと、それらを包含した学生実習サポートシステムの構築を提案しており、看護学部の実習サポートにおいても、同様に課題となりうる。加えて、藤澤ら(2018)でも述べたように、学生の属性(性差等)、実習環境(グループのメンバー構成や実習先と自宅との距離等)、学生個々の特徴(パーソナリティ等)に応じたストレスの把握および実習指導者等スタッフとの理解の共有は、実習に臨む学生への効果的なサポートを展開させる上で、重要な取り組みとなるであろう。

引用文献

- 秋山智, 佐藤一美 2005 学生の経験からみた臨床指導者の様相 「情意」という側面からの考察. 看護教育, 46(2), 110-115.
- 土井英子, 吉田美穂, 山本智恵子, 杉本幸枝, 田澤茉莉奈 2016 臨地実習における看護学生の道徳的感受性と倫理的葛藤 2年生と3年生の看護学生を対象として. 新見公立大学紀要, 37, 1-6.
- 藤澤美穂, 畠山秀樹, 氏家真梨子, 高橋智幸, 松浦誠 2017 医療系大学の臨床実習における学生のストレス. 岩手医科大学教養教育研究年報, 52, 55-62.
- 藤澤美穂, 氏家真梨子, 畠山秀樹, 高橋智幸, 松浦誠 2018 看護系学部の臨床実習における学生のストレス. 岩手医科大学教養教育研究年報, 53, 39-50.
- 藤原邦彦, 松浦誠, 千葉健史, 佐古兼一, 藤澤美穂, 前田智司 2018 日本薬科大学における薬学長期実務実習でのストレス調査. 薬学教育, 1, 67-78.
- 板垣敦子, 嶋田桂子 2009 看護学生のインシデントの原因は何か グループインタビューから見えてきたこと. 日本精神科看護学会誌, 52(1), 56-57.
- 神村英利, 首藤麻希, 加藤忠彦, 辻泰弘 2011 病院実務実習における薬剤師と薬学生のストレス評価. 日本病院薬剤師会雑誌, 47(7), 873-877.
- 加藤知可子, 秋田奈穂子, 細川愛 2018 精神看護学実習における看護学生が認識した実習指導者からの支援. 兵庫大学論集, 23, 89-94.
- 久保園剛, 吉村昌幸, 下野義弘, 上野美津子 2008 精神看護学実習における看護学生の実習過程の評価 「授業過程評価スケール 看護学実習用」による分析. 日本精神科看護学会誌, 51(2), 101-105.
- 正村啓子, 岩本美江子, 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 2003 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), 13-21.

- 中本明世, 伊藤朗子, 山本純子, 松田藤子, 門千歳, 横溝志乃 2015 臨地実習における学生の困難感の特徴と実習状況による困難感の比較 基礎看護学実習と成人看護学実習の比較を通して. 千里金蘭大学紀要, 12, 123-134.
- 贄育子, 小幡孝志, 室津史子 2014 母性看護学実習における男子学生の思い. ヒューマンケア研究学会誌, 5(2), 29-36.
- 奥百合子, 常田佳代, 小池敦 2011 看護学生の臨地実習におけるストレス. 医学と生物学, 155(19), 705-712.
- 小笹美子, 森岡咲紀, 福岡理英, 小桜彩絢, 岩佐穂那美, 森重佑香 2018 看護学生の大学生活におけるストレスとサポート. 鳥根大学医学部紀要, 40, 69-76.
- 坂本成美, 西澤恵美子, 矢島麻美 2019 小児看護学実習における学生の不安と実習後の変化 実習前後のアンケート調査から. 神奈川県立よこはま看護専門学校紀要, 11, 18-23.
- 渋谷恵子 2014 医師・看護師養成プロセスにおけるメンタルヘルス調査 自殺予防プログラムの構築を目的として. 心身医学, 54(5), 431-438.
- 砂賀道子, 石田順子, 石田康子, 星野泰栄 2012 成人看護学実習 I における手術室見学の実態と教育的サポートに関する研究. 高崎健康福祉大学紀要, 11, 111-121.
- 竹内恵美子 2013 実習期間中のメールカウンセリング活用について. 学生相談研究, 34, 13-22.