

原 著

## 看護学生の自己効力感を高める実習指導の検討 —自己効力感が低い学生の実習中の体験から—

山崎章恵, 阪口しげ子, 百瀬由美子

### **The study of the clinical teaching to increase the self-efficacy of nursing students —From the analysis of the clinical practice experience of the students with low self-efficacy—**

The purpose of this study was to analyze the clinical practice experiences of 8 nursing students with low self-efficacy before and after their practice, and to discuss the effective way of teaching the students.

The major characteristics of the students with low self-efficacy were that they were having difficulties to make good human relationships, and unpleasant clinical experience, underestimating their ability, and setting unachievable goals.

In addition, uncertain understanding of advice from a teacher and teachers' negative attitude towards the students would be associated with a decrease in their self-efficacy, while teachers' supportive attitude, adequate and appropriate suggestions to the students would increase their self-efficacy.

In conclusion, the desirable teachers' attitude toward the students with low self-efficacy was 1) guiding the students by using more understandable suggestions, 2) giving the students more practical advice for nursing care, 3) accomplishing the role of a clinical nursing model, and 4) approving the effort and achievement of the students.

#### **Key Words :**

self-efficacy (自己効力感), clinical nursing practice (臨地実習), nursing students (看護学生), clinical teaching (実習指導)

はじめに

Bandura<sup>1)</sup>は社会的学習理論において、ある課題を遂行しようとする際、それをどの程

度効果的に遂行できると考えているかという個人の認知を重視し、これを自己効力感とよんだ。自己効力感は行動の遂行に対する期待、あるいは自信ともよべるようなものであ

る。自己効力感は課題への積極的な取り組み、困難に直面した時の努力の継続、予期的恐怖の抑制と防衛行動の消去などの機能をもつといわれている。看護教育においても自己効力感の概念を用いた研究が行われ、技術演習によって自己効力感が高まることなどが報告されている<sup>2~4)</sup>。特に臨地実習は、対人関係や看護技術の実施など多くの課題があり、実習前に学生の自己効力感を把握しておくことは重要と考えられる。

私たちは「患者との関わりにおける看護学生の自己効力感」尺度を作成し、効果的な実習指導について検討してきた<sup>5~7)</sup>。その結果、基礎実習開始前の自己効力感に比較して、実習後の自己効力感が有意に高まっていることが明らかになった。そして、自己効力感を高めるには実際の看護援助ができるようになる「行動の達成」、他の学生や看護婦をモデリングする「代理的経験」、患者と関わることによって得られる喜びである「情動的状態」が強く関与していた。臨地実習の指導においては、実習前の自己効力感が低い学生が、実際の実習課題の達成においても困難をきたすことが予測されるため十分な配慮が必要となる。そこで、実習前と実習後の自己効力感が低い学生に焦点をあてて検討した結果<sup>8)</sup>、このような学生は特に患者の状態の理解や看護技術の提供にかかわる専門的態度の自己効力感が低く、「行動の達成」「代理的経験」「情動的状態」の体験が有意に少ないことがわかった。この研究結果から、自己効力感が低い学生の実習指導を効果的に行なうためには、このような学生が、自己の自己効力感が低い理由をどのようにとらえているのか、また、実習中にどのような体験をしているのか、ということを検討する必要があるのではないかと考えた。

そこで、本研究では、学生は自己効力感が低かった理由をどのように考えているか、また実習中に自己効力感をさらに低めた体験、および自己効力感を高めた体験を明らかにすることを目的とする。

## 研究方法

### 1. 対象

2000年度に信州大学医療技術短期大学部看護学科を卒業した看護学生74名のうち、3年次の臨地実習開始前の患者との関わりにおける自己効力感尺度<sup>5)</sup>の総得点が下位25%の得点であり、実習終了後も同様に下位25%の得点であった学生8名を対象とした。研究の目的と方法を説明し、8名全員から同意が得られた。自己効力感尺度は『受容的態度』9項目、『専門的態度』8項目、『尊重的態度』6項目から構成され、各項目「できないと思う」1点から、「できると思う」5点の5段階評定で回答を求める尺度である。尺度の得点は最低23点から最高115点となる。この尺度のCronbach's  $\alpha$ 信頼性係数は、受容的態度項目  $\alpha=0.87$ 、専門的態度項目  $\alpha=0.84$ 、尊重的態度項目  $\alpha=0.75$ であった。妥当性は、一般性セルフエフィカシー尺度<sup>8)</sup>(GSES)と対人関係の社会的スキル尺度<sup>9)</sup>(Kiss-18)とのPearsonの積率相関係数を

表1 対象者の自己効力感得点

学生	自己効力感尺度	
	実習前	実習後
A	74	65
B	79	80
C	69	83
D	80	85
E	76	83
F	80	83
G	76	55
H	80	86

求めて検討し、3つの下位尺度と GSES の相関係数は、0.25~0.32 ( $p < 0.5$ )、Kiss-18 との相関係数は0.50~0.51 ( $p < .01$ )であった。なお、3年次生74名の実習前の自己効力感尺度の最高得点は107点、実習後は111点であった。表1に8名の実習前後の自己効力感得点を示した。

## 2. 研究方法

2001年3月に、対象者1名に対し、研究者1名がインタビューを実施した。インタビューの時間は、31分から61分で、平均43.6分だった。インタビューは許可を得て、録音あるいは記録をとり、内容を逐語録にした。質問内容は、自己効力感が低かった理由について学生自身がどのようにとらえているか、自己効力感が低められた体験および自己効力感が高められた体験についてである。自己効力感をわかりやすく伝えるために、学生に対しては、「患者とうまく関われそうだ（関われそうもない）と感じた出来事」あるいは「看護者としてやっていけそうだ（やっていけそうもない）と感じた出来事」について、そのときの状況、誰とのかかわりにおける場面か、そのときの気持ちについて、できるだけ具体的に話すように求めた。

## 3. 分析方法

インタビュー記録から、学生自身が考える自己効力感が低い理由および自己効力感に関する体験を表していると思われる内容を抽出し、分類した。そして、共通の内容をもつものをまとめて名称をつけた。

## 結 果

### 1. 自己効力感が低かった理由についての学生のとらえ方

表2 自己効力感が低かった理由についての学生のとらえ方

1) 自分に対して自信がもてない
2) 自己評価が厳しい
3) 目標が高い
4) 自分自身に対して謙虚でありたい
5) 患者と関わるのが不安
6) 実習がうまくいかなかった体験

自己効力感が低かった理由について学生自身がどのようにとらえているかを分類した結果を表2に示した。

#### 1) 自分に対して自信がもてない

「以前よりもよくなってきたけれども、まだまだ自信がない」、「自分がやってきたことに自信がない」、「自分に対する自信のなさだと思う」というように、自分の行動全般に自信がもてないためと考えていた。

#### 2) 自己評価が厳しい、自己評価が低い

「自己評価が厳しい」、「何をやっても人と比べてしまって、できていないと思ってしまう」、「自分をマイナスにとらえやすい」、「自分はできない人間だ、と思ってしまう」など、自分に対する評価が厳しかったり、何事に関しても自分を否定的に評価しやすいためにとらえていた。

#### 3) 目標が高い

「理想が高すぎて、それに到達していないとだめだと思ってしまう」、「リーダー的な存在でコミュニケーションがとれる、患者のことをわかっている、知識もあるというような完璧な看護婦さんが自分の中にある」など、目標が高いために、それに到達できないとだめだと考えたり、理想の看護婦像と現実の自己を照らし合わせ、自分にはできそうもないと考えてしまっていた。

#### 4) 自分自身に対して謙虚でありたい

「自信ありげな態度はしたくない」、「い

つも謙虚に考えて答えるようにしたいと  
思っている」というように、患者と関われ  
ないと考えているわけではなく、自分の信  
条として謙虚に答えたいと思った結果、評  
価が低かったとする学生もいた。

#### 5) 患者と関わることが不安

「性格的にもともと人と関わるのが苦手  
だから不安だった」、「患者さんと何を話し  
たらいいんだろうと不安だった」、「患者さ  
んと話していて、傷つけてしまうのではな  
いかと不安だった」というように全く知ら  
ない相手と接し、関係を築いていくことへ  
の不安と、「成績も悪かったし、知識がな  
いままに患者さんに関わるのは不安だっ  
た」というように、専門知識が不十分なこ  
とを自覚し、患者の要望に応えられないの  
ではないか、という不安が強かったという  
学生もいた。

#### 6) 実習がうまくいかなかった体験

「基礎実習で患者さんに関われなくて、  
落ち込んでしまったから」、「できたことも  
あるけれど、うまくできなかったことの印  
象が強く残っているので、今度もできな  
いと思ってしまった」、「実習中に先生や看護  
婦さんから何度も注意されたから」など、  
実際の実習体験を通して、今度もうまくい  
かないだろうと考えたり、教官や看護婦か  
ら何度も注意をうけることによって自分は  
できていないと強く感じてしまっていた。

## 2. 自己効力感に関する実習中の体験

実習中の体験について、自己効力感を低め  
た体験と自己効力感を高めた体験を分析し、  
表3に示した。まず、自己効力感を低めた体  
験について述べる。

#### 1) 患者とのコミュニケーションがうまくい かない

表3 自己効力感に関する実習中の体験

#### 自己効力感を低めた体験

- 1) 患者とのコミュニケーションがうまくいかない
- 2) 患者に適切な看護を提供できない
- 3) 他の学生や看護婦と比較して、自分にはできな  
いと感じる
- 4) 言いたいことが上手く表現できない
- 5) 教官から質問されたこと、指摘されていること  
が理解できない
- 6) 教官や看護婦から注意を受けたこと、否定的な  
言葉をかけられる

#### 自己効力感を高めた体験

- 1) 患者（老人や子ども）に受け入れられる
- 2) 患者と会話ができるようになる
- 3) 看護技術ができるようになる
- 4) 援助したことを患者が喜んでくれる
- 5) 教官や看護婦が自分（学生）の努力や看護を認  
めてくれる
- 6) 教官や看護婦から看護援助について具体的なア  
ドバイスをもらう
- 7) 他の学生や看護婦のやり方を参考にする

「初対面の人と話すのが苦手で、時間を  
かけてやっと話せるようになった」、「返事  
が返ってこない人と話するのはできな  
いと思った」、「気管切開をしている患者さん  
とどのようにコミュニケーションをとって  
いいか困った」など、患者とスムーズに会  
話することに困難を感じたり、非言語的  
なコミュニケーション技法も含めて患者と  
関わることに戸惑いを感じていた。

#### 2) 患者に適切な看護を提供できない

「患者さんから質問されたことに答えら  
れず、調べてきて話そうとしたがうまくで  
きなかった」、「移動の介助がうまくできな  
くて、患者さんが苦痛な表情をしていた」、  
「ターミナル期の患者さんと家族にど  
のようにかかわったらよいかわからず、援  
助ができなかった」など、実際に適切な援  
助が実施できなかったと感じていた。ま  
た、「学生だからわかってあげないといけ

ないという患者さんの反応がみられてつらかった」、「患者さんに気を使ってもらっていたということがわかってショックだった」など、患者からの反応で十分な援助を提供できていないことに負い目を感じていた。

3) 他の学生や看護婦と比較して、自分にはできないと感じる

「周りの学生はいろいろ工夫して患者さんによろこばれたり、自信をもってできるようになっていたのに、自分はそうではなかった」、「看護婦さんは話しながら援助しているけれど、自分にはできない」、「看護婦さんは患者さんの質問に適切に答えているけれど自分にはできそうもない」、「看護婦さんのようにてきぱきとはできない」など、他の学生と自分を比較して自分ができていないことを実感したり、看護婦の経験を積んだとしても自分にはできそうもないと感じていた。

4) 言いたいことが上手く表現できない

「自分の言いたいことがうまくまとめられなくて、実習が終わるころにも改善されなかったのが悔しかった」、「カンファレンスで口下手でうまく表現できなくて、突っ込まれてしまうと、自分には（看護婦）が向かないのではないかと思う」、「朝の計画発表が短時間でうまく伝えられなくてしかられてしまって落ち込んだ」など、自分の考えを適切に表現できないことにもどかしさを感じるとともに、自分の表現力に自信をなくし、看護婦としての適性にさえ疑問を抱いていた。

5) 教官から質問されたこと、指摘されることが理解できない

「教官から態度について注意されたが、どこがどのようにいけないのか具体的なでな

かったのでやめたくなった」、「計画をたてていっても違うと言われるが、どこがどうちがうのかがわからない」、「何を質問されているのかが、具体的にわからない」、「どうしてもわからないときには、答えを与えてほしい」など、教官の指導が理解できなかったり、具体的にどのように改善したらいいのかかわからず、戸惑いと苛立ちを感じていた。

6) 教官や看護婦から注意を受けたり、否定的な言葉をかけられる

「教官や看護婦さんから注意をされたときはつらかった」、「教官からあなたは（看護婦には）向かないと言われてつらかった」、「教官からあなたのケアをしなければならぬと言われてつらかった」など、実習中に注意を受けること自体が自信をなくすことにつながりやすく、また教官の言葉によって自己効力感が低くなったと答えていた。

次に実習中に自己効力感を高めた体験について述べる。

1) 患者（老人や子ども）に受け入れられる

「子どもが苦手だったが、自分に寄ってきて遊んでほしいとせがまれた」、「どうかかわっていいのか不安だったが、お年よりにそばにいてほしいと言われた」、「患者さんから笑顔を向けられるとうれしかった」など、苦手だと思っていた対象から拒否されずに受け入れられたことで、ほっとしてその後の関わりがもてるようになったと感じていた。

2) 患者と会話ができるようになる

「短い実習でいろいろな人に会って、初めて会った人ともだんだん話しができるようになった」、「人見知りが激しいので、挨

撓をするように心がけた、そうすると自然に話ができるようになった」など、経験を重ねて話ができるようになったことに自信を深めていた。

### 3) 看護技術ができるようになる

「麻痺のある患者さんの体位変換ができるようになった」、「入浴介助ができるようになった」、「排泄援助ができるようになった」など、受け持ち患者に必要な援助技術ができるようになったと自覚できたことで自信を深めていた。

### 4) 援助したことを患者が喜んでくれる

「足浴をして喜ばれた」、「マッサージをして喜ばれた」、「手術後に頻回にベットサイドに行くようにして喜ばれた」、「患者さんから、ありがとう、うれしかった、と言われると、そういう関わりができたのかなと思えてうれしかった」など、患者が喜んでくれたことで学生も喜びを感じ、またそういう関わりができた実感できることで自己効力感が高まっていた。

### 5) 教官や看護婦が学生の努力や看護を認めてくれる

「教官から、患者との人間関係はうまくいっているわね、といわれたことがすごく励みになった」、「やればできるじゃない、という言葉で自信がついた」、「看護婦さんから、今の接し方でいい、と言ってもらったときに安心した」、「教官から、看護ができていて、と言われてうれしかった」など、教官や看護婦が学生のがんばりを認めてくれたり、実際の関わり方を肯定してもらったことで喜びを感じ、自信がもてるようになっていた。

### 6) 教官や看護婦から看護援助について具体的なアドバイスをもらう

「プランを見てもらっているときに、こ

んなことも考えた?と言ってもらったことがうれしかった」、「こうやればいいのよ、と声をかけてもらった」、「患者さんから聞かれたことに対して、このように答えればいい、とアドバイスをもらった」など、具体的なアドバイスをもらって、一緒に考えてもらえたことでやる気を持ち、また実際に患者と関わる自信を持てるようになっていた。

### 7) 他の学生や看護婦のやり方を参考にする

「他の学生の明るくはきはきした話し方を見習った」、「看護婦さんの自分のことを話しながら、患者の情報を得ているやり方を参考にした」、「看護婦さんが吸引しているのを見学してコツをつかんで、次にはできそうだったと思った」など、他の学生や看護婦の患者との関わり方や看護技術を参考にしかかわることでうまく関われそうだと感じていた。

## 考 察

この研究において、学生自身が自己効力感が低かった理由についてどのようにとらえているかを分析した。

学生は自分に対する自信のなさや自己評価が厳しいこと、目標設定が高い、などの自己評価から自己効力感が低かったとする理由と、一般的な対人関係と“患者”との関係は別だと考えて不安だったことや、実際に患者との関係がうまくいかなかった体験があることを理由にあげていた。Bandura は<sup>1)</sup>、人は自分自身で行動基準を設定し、その基準に照らして自分自身の行動を評価すること、以前の自分の行動が今現在の遂行行為を判断する準拠点として設定され、それが自己評価に影響することを指摘している。学生の自己効力感が低かった理由は、目標とする行動基準が

高いこと、自己評価が低いこと、過去に対人関係に困難を生じた体験をもつこと、であることがわかった。さらに、自己効力感尺度の得点が低い学生のなかには、必ずしも自分が患者と関われないと評価しているのではなく、質問紙に回答する際に実際に感じているよりも低く評価しているものがいた。この場合は、実際の実習遂行に困難を生じることは少ないと考えられる。このような学生がいることも含め、実習前に個人面接を行なうことが有効であると考えられる。学生がどのような自己評価をしているのか、看護に対してどのような目標設定をもっているのか、あるいは過去に対人関係や患者との関係で困難を生じた体験をもっているか、またそれはどのような体験なのかなど、学生が感じていることを具体的に把握しておくことが重要である。そして、実際よりも非常に自己評価が低い学生には、自己評価が厳しすぎることを伝えたり、目標設定が高すぎる学生には、目標設定をスモールステップにし、徐々に高くするようにアドバイスすることが有効であると思われる。

次に学生の体験内容から自己効力感を高め、効果的な実習体験を提供する指導方法について検討する。自己効力感を形成する要因として最も影響力の強いものが「行動の達成」である。学生は、思いがけなく患者（老人や子ども）から受け入れられたり、会話ができたり、看護技術を確実に実施できるようになった体験によって自信を深め、自己効力感が高まっていた。また、実際看護ケアによって患者から喜ばれた体験は、看護が楽しいと感じ、やりがいを見出し、実習を継続する動機を高めていた。このように、自己効力感を高めるためには、実際看護場面において、できるだけ学生が成功したと実感できる

ように支援することが効果的である。そのためには、できるだけ学生が理解しやすく、実際の行動ができるような具体的な言葉を用いる必要がある。また、実際の看護援助について具体的な方法を学生と共に考えたり、アドバイスをしたり、実際の援助を一緒に行うことは行動の達成を促すだけでなく、モデリングの役割も果たし有効であると思われる。さらに、このような教官や看護婦の態度に、学生が喜びを感じていることも重要であると思われる。自己効力感の低い学生は、実際にはできている看護援助や患者との接し方に対しても、できていないと評価しがちであること、また実習目標として達成できていることについても、理想的な看護婦像を思い描いて、できていないと評価する傾向がある。そのため、できている行為については評価し、言語化して学生に伝えることが特に重要であると考えられる。

教官が学生の看護に対する理解を促し、知識を深めようと質問した事柄や説明内容が学生には理解できず、混乱をきたしていた。このような学生には、学生が理解できているかを確かめながら指導することが重要である。また、学生は自分の考えが教官や看護婦に理解されていないと感じることでやる気をなくしている場面があった。学生は自分の考えを上手く表現できないことに苛立ちも感じているので、根気強く聞く姿勢も必要である。また、実際の指導場面においては、患者の状態を理解し、患者の価値観や生活背景をとらえた看護援助には、教官や看護婦の看護観も反映される。必ずしも学生が求めるような“答え”があるわけではない。この点に関しても、お互いの考え方をよく話し合うことが必要であると考えられる。

学生は、患者との関係のみならず、教官や

看護婦との関係にも困難を感じながら実習している。様々な困難を感じながら、目標達成にむけて努力をしている学生の態度を評価することは、内発的な動機付けを高め、実習を継続していくために重要であると考えられる。

### まとめ

この研究の目的は、実習前後の自己効力感が低かった8名の看護学生を対象とし、効果的な実習指導の方法を検討するために、自己効力感が低かった理由と実習中に自己効力感を低めた、あるいは高めた体験を明らかにした。

学生は、自己効力感が低かった理由として、自己評価が厳しいこと、目標が高いこと、人と関わることが苦手で、実際にうまくいかなかった体験をもっていること、などをあげていた。実習中に学生の自己効力感を低めた教官の関わり方については、指導内容が具体的でなく理解できなかったこと、また否定的な言葉であった。自己効力感を高めた教官の関わりは、学生の努力や看護を認めてくれたこと、看護援助について具体的なアドバイスをもらったこと、であった。以上の結果から、自己効力感の低い学生の実習指導にあたっては、1) できるだけ具体的に学生が理解できる言葉で指導する、2) 看護援助について具体的なアドバイスを与える、3) モデリングの役割を果たす、4) 学生の努力や達成できている行為を積極的に認める、などが重要であることが示唆された。

### 文 献

- 1) Bandura, A., 原野広太郎監訳：社会的学習理論—人間理解と教育の基礎—。金子書房，東京，1980。
- 2) 遠藤恵子他：看護学生の自己効力感に関する研究（第1報）—基礎看護技術演習による自己効力感の変化と影響する要因—。山形保健医療研究，2：7-13，1999。
- 3) 松永保子他：看護学生の自己効力感に関する研究（第2報）—看護学生の背景と自己効力感との関連—。山形保健医療研究，2：15-21，1999。
- 4) 遠藤恵子他：看護学生の自己効力感に関する研究（第3報）。山形保健医療研究，3：9-15，2000。
- 5) 山崎章恵，百瀬由美子，阪口しげ子：患者とのかかわりにおける看護学生の自己効力感（Ⅰ）—測定尺度開発の試み—。信州大学医療技術短期大学部紀要，24：61-70，1998。
- 6) 百瀬由美子，山崎章恵，阪口しげ子：患者とのかかわりにおける看護学生の自己効力感（Ⅱ）—基礎看護実習前後の比較と自己効力感を高める要因—。信州大学医療技術短期大学部紀要，24：71-79，1998。
- 7) 山崎章恵，百瀬由美子，阪口しげ子：看護学生の臨地実習前後における自己効力感の変化と影響要因。信州大学医療技術短期大学部紀要，26：25-34，2000。
- 8) 坂野雄二・前田基成：一般性セルフ・エフィカシー尺度作成の試み。行動療法研究，12：73-82，1986。
- 9) 菊池章夫：思いやりを科学する。川島書店，東京，1988。

受付日：2001年10月2日

受理日：2001年11月26日