

AMCoR

Asahikawa Medical University Repository <http://amcor.asahikawa-med.ac.jp/>

卒業研究抄録集(看護学科)(2022.12)令和4年度:

,

看護学生のモチベーションとメンタルヘルスの関係性に関する文献検討

学生氏名 奥澤青海 金澤真帆 狩野真梨萌
(指導：一條明美)

緒言

国立大学法人保健管理施設協議会¹⁾は、一般的に大学生が抱えている精神的問題として「自分が進もうとする方向に自信が持てない」「何となく不安になる」などを挙げている。看護学生は、学習課題が多く学習を遂行するにあたり身体的・精神的ストレスが大きく、メンタルヘルスが変動しやすいと考えられる。

そこで本研究は、モチベーションに影響を与えている要因、メンタルヘルスに影響を与えている要因、両者の関連性を明らかにすることを目的とする。これにより、今後の看護学生の精神的健康とモチベーションの向上の示唆を得ることに繋がると考える。

用語の定義

モチベーション：目標に向かって努力し、その達成を目指すようとする意欲。

メンタルヘルス：精神面における健康のことである。精神疾患からの回復だけではなく、社会・学校・家庭等の環境に適応できているか、いきいきと生活を送ることができているかといったポジティブな部分も含む。

自己教育力：自分自身で学び、成長、発展してゆける力。主体的態度。能力。

自尊感情：ありのままの自己を受け入れ、自己に対して肯定的な評価を抱いている状態。

自己効力感：「自分ならできる」など目標を達成するための能力を自らが持っていることと認識すること。

方法

研究対象：医学中央雑誌 web を用いて、「看護学生」and 『「モチベーション」or 「自己教育力」』and 『「メンタルヘルス」or 「自己効力感」or 「自尊感情」or 「ストレス」』を検索ワードとし、「原著論文」と「本文あり」で絞り込むと113件が確認された。その中から、メンタルヘルスとモチベーションのいずれかについて述べられている18件を対象文献とした。さらに採択した対象文献の引用文献リストから5件を加えた。検討の過程で2件除外し、最終的に21件を対象とした。

分析方法：グレッグら²⁾の分析方法を参考にし、対象の文献を繰り返し読み、各文献で述べられているメンタルヘルスとモチベーションそれぞれに影響を与えている要因を抽出し、内容を要約、コード化し、類似性に沿ってカテゴリー化した。

倫理的配慮：本研究は先行研究に基づく研究であり、文献は著作権の範囲内で使用し、引用・参考した文献の出典を明示する。

結果

21件の対象文献から56件のコード、22カテゴリーが抽出された。カテゴリー（以下【】で示す）と代表的なコードを表1・表2に示す。

表1 モチベーションに影響を与える要因

カテゴリー (コード数)	代表的なコード(文献番号)
周囲の人々の言動 (8)	病棟スタッフが学生に成長を認めるとき、自己効力感が高まっている。(6-1①) 記録が書けず、努力が足りないと言われる等、厳しい指摘により否定されたと感じたり、教員が怖くて相談ができずに支援が受けられなかったりした学生は、実習に向かう動機づけが阻害されていた。(19-7) 学生は、演習の中で、友人の学ぶ姿や教員・友人の言動を見て学ぶという「代理体験」が大きな影響となり、自己効力感を高めている。(12-1①) 患者との関わりから患者の苦痛や思いに気づき、何とかしたい思いが援助を考える探求心への原動力となり、そして、援助の遂行後の患者の反応から成果の実感を得て、この嬉しさが次の援助への意欲につながっていた。(19-6)
褒められた経験 (8)	学生は、臨床実習指導者から個人の具体的な行動についてほめられることで、「自分のことをよく見てくれている」と認識し、指導者に対する信頼感が生まれ、動機づけにつながる。(20-3) 賞賛は学生の自己効力感を高める重要な因子のみならず行動変容にも影響を与えている。(7-5) 賞賛をするという外発的な動機付けが学生達の生理的・情動状態に影響を与え、また同じような経験をしたいと考え、学習者の学習へ向けさせる内発的な動機付けにつながる。(7-3) 学生はほめとともに指摘や助言を受けることで、自己の認識や行動を振り返り、学修の現状を評価、修正するという、自律的学修行動をとるようになる。(20-4)
自己の目標を達成させようとする行動 (5)	実習の目的や内容がイメージでき、学習の有用性を感じることが、学習への関心や動機づけを高め、事前学習や技術練習等の準備に向かう行動が促進される。(19-1) 予習・復習の実践力と目標に向かう姿勢は深い関連があり、自己の目標に向かって毎日努力している学生は、目標を達成させようとする意識も高い。(18-1) 「再実習や留年はしたくないのでやるしかないと思った」と単位取得をめざす動機づけを高めていた。(19-4)
実践的で専門的な技術習得 (3)	看護実践の経験の積み重ねによって、新たな学習方略を獲得し、最適な看護実践に発展できた実感が自己効力感を高め、自己の学習過程に対し能動的な姿勢につながる動機づけとなる。(21-3) 看護学生は、より実践に近い状況の中で具体的に専門的な技術を習得することで自己効力感を高める。(11-1)
達成感を得ること (3)	遂行行動の達成により、学生達の96%が学習意欲が高まる。(7-1) 学生は、他人による言語的な励ましより、遂行行動の達成感を学生自身が認識し肯定的な感情をもつことで、自己効力感を高める。(11-2)
看護師に対する理想イメージ (3)	看護師に対するポジティブな理想イメージが看護師になりたいとする気持ちを強化させ、学習意欲に影響した。(22-3①) 理想とする看護師のイメージと自己イメージとの合致がさらに学習意欲を高めた。(22-2)
ストレス耐性 (3)	ストレス耐性の高い学生は低い学生に比べて、自己教育力が高い。(24-2) 実習前後の課題や技術テストといった日頃の学校生活の多忙さ等から、実習の準備をする時間や心のゆとりが動機づけに影響していた。(19-3)
自己認識 (2)	学生は臨床実習によって、自己を客観的にみつめる機会に多く遭遇し、自己を統制することや自己を洞察することを通し、自らを正しく認識するようになり、これらの学習が自己教育力に影響を及ぼしている。(17-1) 「仮想的有能感」は友人関係への動機づけや学習動機づけを低くすることが示された。(3-3)
自尊感情 (2)	自尊感情と自己決定は学習動機付けを高める要因となる。(3-2) 自尊感情の高い学生は自己教育力が高く、自尊感情の低い学生は自己教育力が低い傾向にある。(8-2)
他者からの励まし (1)	学生は、演習の中で、教員や友人など他者からの励ましという「社会的説得」が大きな影響となり、自己効力感を高めている。(12-1②)
医療分野における興味 (1)	医療分野における興味は、学生自身の内部から生じる医療分野における知的的好奇心といえ、さらに深い理解や知識の獲得を目指す学習意欲へと影響した。(22-5)
看護師になりたいという明確な目的 (1)	卒業後の進路における『看護師として働きたい』は、看護師となり看護師として医療に従事したいという明確な目的であり、学習意欲を高めた。(22-1)
看護の魅力 (1)	実習で感じる楽しさが増せば増すほど看護の魅力を強く感じて、それが「看護を学ぶ意欲」につながる。(15-1②)

考察

1. メンタルヘルスとモチベーションの関係性
メンタルヘルスに影響を与えている要因は、【実習に関連した苦しい経験】や【実習の満足

表2 メンタルヘルスに影響を与える要因

カテゴリー (コード数)	代表的なコード(文献番号)
自己教育力 (3)	自己教育力の高い学生は低い学生よりも、身体症状や不安、ストレスは少ないことが明らかになった。(10-1) 自己教育力の高い学生は低い学生よりも精神的健康が良好であることが明らかになった。(10-4)
対人関係が 苦手(2)	臨地実習での仲間意識が少ないほど、精神健康不良の傾向が強い。(13-1②) 臨地実習で大学に適應できないほど、精神健康不良の傾向が強い。(13-1③)
個人の性格 特性(2)	ネガティブな性格特性は精神的な疲労感や人間性を欠くような感情に大きく関連する。(9-1) 臨地実習で消極的対処行動を多くとる傾向が強いほど精神健康不良の傾向が強い。(13-1④)
求められる 能力と自身 の能力の差 (2)	学生に求められる能力と学生自身の能力とのギャップが、実習ストレスとして現れていた。(13-2) 臨地看護実習で学生自身が自己の能力や価値に対して肯定的に感じることができるようになったことが、自尊感情を高める要因となった。(5-1)
実習に関連 した苦しい 体験(2)	これまでの実習で苦慮した経験が不安を増強させる。(19-2①) 実習前課題で達成感を得られていないことが不安を増強させる。(19-2②)
睡眠時間が 少ない(1)	臨地実習での睡眠時間が少ないほど、精神健康不良の傾向が強い。(13-1①)
目標達成の 実感(1)	目標はあっても達成されたかどうかの確認ができないことが自尊感情を低下させている原因になっている。(8-1)
実習の満足 感(1)	学生は実習の満足感が高くなるほど、楽しさという主体的な感情も高くなる。(15-1,2①)
目的意識や 将来展望の 明確さ(1)	看護の講義内容は専門性のあるものが多いため、目的意識や将来展望が曖昧な学生は、看護を学んでいく過程で不適応感を抱きストレスを感じている。(23-1)

感」という臨地実習に関連したものである。モチベーションに影響を与えている要因は、【周囲の人々の言動】や【褒められた経験】など他者との関わりを示すカテゴリーであった。これらのカテゴリーのコードには、自己効力感という語が点在していた。自己効力感とは目標達成する能力を自ら持っているという認識であり、【周囲の人々の言動】や【褒められた経験】によって高まることを期待できる。一方、モチベーションに比べてメンタルヘルスに影響を与えている要因のカテゴリーはマイナスな意味合いのものが多い。しかし、【褒められた経験】【他者からの励まし】という他者からのポジティブなアプローチがあればモチベーションとメンタルヘルスにプラスの影響があると考える。

他にメンタルヘルスに影響を与える要因に【自己教育力】がある。自己教育力は、モチベーションに影響を与える要因の【自尊感情】【自己認識】【ストレス耐性】のコードに含まれており、モチベーションとメンタルヘルスに関連があることがわかる。【自己教育力】を高く保つためには行動の原動力である自己効力感を保つことが重要であると考えられる。自己効力感を高めるために、【周囲の人々の言動】【褒められた経験】などが必要である。これらは外部の働きかけによる外発的動機づけである。外発的動機づけにより、学習意欲が高まることで内発的動機づけも高まると考える。また外発的に内発的に動機づけが高まることで【看護の魅力】が感じられると考える。内発的動機づけは自律性が高く、自己効力感の維持に繋がる。

看護学生は【看護師になりたいという明確な目的】を持っていたり、実習で患者や友人、指導者との関わりを通してモチベーションが向上していたとしても、【求められる能力と自身の能力の差】でメンタルヘルスが低下する場合もあると考えられる。加えて、メンタルヘルスに影響を与える要因である【求められる能力と自身の能力の差】【目標達成の実感】のコードにモチベーションに影響を与える要因である自尊感情という語がある。ここからも両者に関連がある

ことがわかる。

以上のことからモチベーションとメンタルヘルスは相互に影響しており、周囲の人々からの言動、褒められた経験により自己効力感が高まることで自己教育力が高まり、メンタルヘルスを保つことが可能となる。しかし、必ずしも一方が向上すれば他方も向上するとは限らないと推測する。

2. コロナ禍のメンタルヘルスとモチベーション

文部科学省³⁾が行った新型コロナウイルス感染症の影響による学生等の学生生活に関する調査によると、コロナ禍でオンライン授業が普及する中で全体的な満足度は、不満に感じる割合より満足に感じる割合の方が多い。しかし岡田⁴⁾は、友人との学習活動が学習に対する充実感に関連していると述べている。人間は社会的な生き物であり、人との関わりが必要である。特に看護学生は、目標を達成したり、技術を習得したりするためには演習や実習という対面での学習が欠かせない。対面でのディスカッションや助言はオンラインのそれらよりも多くの非言語的的刺激が得られると考える。このことから、コロナ禍において看護学生のモチベーションとメンタルヘルスを良好な状態に維持するためには、対面での学習の機会や臨床での経験が重要であると考える。

結論

モチベーションに影響を与える要因は13カテゴリー、メンタルヘルスは9カテゴリーが抽出された。看護学生のモチベーションとメンタルヘルスは相互に影響していることが明らかになった。モチベーションとメンタルヘルスを維持していくためには、自尊感情や自己教育力が高いことが求められ、周囲の人々の言動や褒められた経験が必要である。そのためには対面での授業が効果的であると考える。

対象文献

- ・佐藤美佳 (2013) : 看護学生の友人関係への動機づけと学習動機づけおよび自律性・有能さの欲求との関連—自己決定理論の観点から—。日本看護研究学会誌, 36(2), 35-46
- ・中島裕子, 望崎裕子, 原玉百代他 (2020) : 看護学生を対象とした自己教育力に関する文献検討。看護と口腔医療, 3(1), 119-125
- ・伊藤ももこ, 新井清美, 竹内久美子 (2010) : 臨地実習が看護学生の心理状況におよぼす影響—臨地実習前後の自己効力感と自尊感情の変化と学生の特性との関連—。自白大学健康科学研究, 3(3), 67-73
- ・渡部千枝子, 垣内いづみ, 嶋崎晶子他 (2014) : 看護学生が実習で感じる達成感と臨床実践に対する不安—最終実習の前夜における期待と体験に焦点を当てて—。松本短期大学研究紀要, 23, 77-82
- ・山崎登志子, 小林洋子, 石田真知子他 (1998) : 看護学生の精神的健康に関する研究—性格特性、ソーシャル・サポート、対人関係との関連—。東北大学医療技術短期大学部紀要, 7(2), 83-92
- ・酒井明子 (2000) : 看護学生の自己教育力に関連する要因—Self-esteemの高低に焦点をあてて—。福井医科大学研究雑誌, 1(1), 113-128
- ・佐々木秀美, 山下典子, 松井英徳 (2005) : 看護学生の自己効力感を高めるための授業の在り方に関する検討—成人看護学理論に基いた教育を試みて—。看護学総合研究, 6(2), 8-18
- ・遠藤美子, 米澤弘恵, 石橋忍子他 (2011) : 看護学生の自己効力感と精神的健康との関係。獨協医科大学看護学部紀要, 5(2), 35-49
- ・遠藤美子, 松永保子, 遠藤孝子他 (1999) : 看護学生の自己効力感 (Self-Efficacy) 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
- ・園田麻利子, 花井節子, 上原充生 (2008) : 自己効力感を高める実習前演習のあり方の検討。鹿児島純心女子大学看護実習年報紀要, 12, 84-81
- ・岩永久久子, 後藤有紀, 宮崎晴佳他 (2007) : 学部教育における看護学生のメンタルヘルスと関連要因。保健学研究, 20(1), 39-48
- ・高橋清美, 中野美子 (2003) : 学生が抱く早期看護実習1の主観的満足感—内発的動機づけによる実習効果—。福岡県立大学看護学部紀要, 1, 29-39
- ・佐藤美佳, 坂田由美子, 松村照美 (2003) : 健康学習の体験をとおして得られた看護学生の自己効力感に関する研究。山梨県立大学紀要, 5, 31-40
- ・藤千鶴, 佐藤みづ子, 森下節子他 (1992) : 看護短期大学学生の自己教育力に関する研究—学年別にみた自己教育力に関するアンケートの所見—。日本看護研究学会雑誌, 15(4), 24-33
- ・佐藤美佳, 藤千鶴 (1998) : 自己教育力と家庭での学習状況との関連。山梨大学紀要, 15, 22-27
- ・馬場美幸, 小松万喜子 (2021) : 基礎看護学実習における学生の動機づけと影響要因。愛知県立大学看護学部紀要, 27, 33-44
- ・語知純子, 中村陽子 (2020) : 看護学生が臨地実習指導者にほめられたことによる心理的変化と学習への影響。日本看護学教育学会誌, 30(2), 11-20
- ・伊山聡子, 龍田ひとみ (2018) : 看護学臨地実習における看護大学生の自己調整学習に関する研究。日本看護研究学会誌, 41(5), 833-840
- ・古川秀敏, 小出水寿美, 山口恭平他 (2016) : 看護系大学生の学習意欲に影響を及ぼす要因—看護師の理想イメージ、看護学生の自己イメージ、志望動機、希望進路の観点から—。関西看護医療大学紀要, 8(1), 27-35
- ・石川千恵, 川嶋真平, 丸尾智行他 (2015) : 看護学生の精神的健康度に影響する要因。日本精神科看護学術学会誌, 58(3), 189-193
- ・道廣睦子, 藤田佳子, 浅井美穂 (2008) : 看護系大学生の自己教育力に影響する要因—ローカスオブコントロール、ストレス耐性、高校時代の委員会活動の影響—。宇部フロンティア大学看護学ジャーナル, 1(1), 1-8

引用文献

- 1) 国立大学法人保健管理施設協議会 (2005) : 学生の健康白書, 251-285.
- 2) グレック美鈴, 原原さよみ, 横山真知子 (2016) : よくわかる質的研究の進め方・まとめ方。看護研究のエキスパートを教養として, 第2版。医書堂出版。
- 3) 文部科学省 (2022-11-10) : 新型コロナウイルス感染症の影響による学生等の学生生活に関する調査。https://www.mext.go.jp/content/20200924_mxt_ketkaku_00010097_3.pdf
- 4) 岡田浩 (2008) : 友人との学習活動における自律的な動機づけの役割に関する研究。教育心理学研究, 56, 14-22.