

コミュニケーションが苦手な看護学生の 対人関係の特性から教育的支援を考える

酒井美子

群馬県立県民健康科学大学 看護学部

目的：コミュニケーションを苦手とする学生の対人関係の特性を明らかにし、教育的支援についての示唆を得る。

方法：コミュニケーションが苦手と自覚している看護学生11名を対象に、対人関係に関する内容を半構造化面接にてインタビューを行い、M-GTAに基づき内容を分析した。

結果：学生は、これまでのネガティブな[過去の体験]より、〈劣等感〉や〈コミュニケーションの苦手意識〉による[自己に対する否定感]と、人への警戒心といった〈他者へのマイナス意識〉による[過剰な他者への意識]の2つの感情を抱いていた。これらの感情は、〈消極的な対人関係〉行動と不健康な防衛反応である〈偽りの言動〉を生じさせ、自分の理想と現実の狭間で[あるべき自分との葛藤]を抱く。さらにそれは、[他者へのマイナス意識]と[自己に対する否定感]を過剰にして【対人関係における苦手意識】を形成していた。

結論：対人関係を苦手とする学生の教育においては、学生が自分の対人関係の特性を自覚することを促し、自己受容を進められる関わりが重要となる。

キーワード：看護学生、対人関係、苦手意識、特性、教育支援

I. 緒 言

青年期の発達段階で、自我同一性の確立を強調しているエリクソン¹⁾は、「自我同一性は、『これこそ自分だ』という自分の独自性の実感であるが、(中略)自分のあり方と他者からの期待や要請が一致したときに経験される。しかし、青年は自我同一性を確立していく反面、自我同一性の拡散という危機に直面する」と述べている。このように、青年期は、周りの環境に左右されやすい不安定な状況の中で、自分の性格や特徴を受容しながら自分らしさを作り出す過程であり、その自我同一性の確立には、他者との関係は欠かせない重要な要素であるといえる。

しかし、辻²⁾は、「若者が相手と正面から対峙し

てコミュニケーションを行う・対人関係を持つことを嫌う・恐れる・苦手とするようになってきている」ということを問題視しており、多くの人々がインターネットや電子メールなどの情報手段を活用して、自分から他者に近づき、対面で直接情報を得る機会が減っていることが危惧される。文部科学省³⁾は、「今日の学生は、自由で豊かな時代を生きながら、他者とのつながりを希薄化させ、『人と、うまく付き合えない』『人の噂が気になる』『無気力』などのさまざまな心の問題を抱いている人が増えている」と報告している。

そして、若者の対人関係の特徴については、岡田⁴⁾は、大学生の友人関係の特徴として、深刻さを回避し、楽しさを求める「群れ志向」と、他者からの評価を気にして自分の本心を見せたくない

「対人退却」,相手の考えていることに気を遣い,甘え過ぎず互いに傷つけない「やさしさ志向」の3タイプを挙げており,現在の学生は「群れ志向」が多く,最も問題であるのが「対人退却」であるという。また,阿部⁹⁾は,対人関係の特徴に,「自己中心的」をあげており,「相手の応答に関係なく自分を中心に働きかけを繰り返している」という。そして,「やさしさ」については,「自他への気遣い行為がお互いの理想的な自己像を傷つせず,対人関係に葛藤が生じないよう予防する性格を強く持ち,過剰ともいえる気遣いの関係が特徴である」と述べている。さらに辻⁶⁾は,若者の対人関係意識の変質の中で,「現代の対人コミュニケーションの態度は,対人関係そのものにとりもつには積極的であるが,その相手と強い・濃い対人関係をもつことには消極的という半ば相反する姿をもつ」と述べている。

これらのことから,現代の若者の対人関係の特徴は,自己中心적でお互いが傷つくことを恐れ,自己の保守的行動の強い傾向にあることが分る。これらの若者の特徴から,援助関係において,対象と良好な関係性を築くことを強く要求される看護学生は,特に対人関係における問題意識を持ちやすい状況にあると考えられる。

伊藤ら⁷⁾は看護学生のコミュニケーション力と自尊感情との関係から,「6割弱の学生は,対人関係形成に適した『自尊感情』を備えているが,4割強の学生は対人関係を形成しにくい状況にある」と述べている。また,和田⁸⁾らの,看護学生226名を対象にストレス反応測定(SCL-KM)を使った調査結果では,医師への相談・診療が必要と思われる対象は約1/2を占めており,他者意識尺度と,内的作業モデル尺度からは,ストレス反応が強い群は他者を強く意識しており,他者に対してアンビバレントな表像を持つことを明らかにしている。そして,こうした他者意識を持つものは,社会人としてまた他者を援助する立場として,良

好な人間関係が形成できないと指摘している。

筆者の元に相談に訪れる学生の発言には,「自分の弱いところを人に見せたくない」「嫌われたくない」「家族・友人に相談できない」「人が時々怖くなる」などがあり,学生の悩みは不健全な自己防衛的行動として現れ,中には専門医師やカウンセラーを紹介する事例もある。このように,自我同一性の確立の不安定な青年期にある学生の対人関係上の問題は,心的ストレスに大きく影響をしている。

対人援助は,コミュニケーションを手段としての対人関係プロセスが重視され,対人関係を形成するための技術は,重要な看護技術の1つである。よって,看護教育においては,対人関係技能の習得と,健全な青年期の発達課題の成熟には,現在の学生の対人関係の特徴やパーソナリティーにも目を向けた教育が重要,且つ要求されると考える。

そこで,今回は対人関係の苦手意識を持つ学生の教育支援を考える前段階として,コミュニケーションを苦手とする看護学生の特性を心理的側面から捉え,教育的視点で検討した。

II. 研究目的

コミュニケーションを苦手とする学生の対人関係の特性を明らかにし,教育的支援についての示唆を得ることである。

III. 用語の操作的定義

対人関係とは,日常生活全般において,コミュニケーション行動を含め個人が認識する他者との関係とする。

特性とは,個人の性格特性を含め,自己と他者に対する反応傾向をいう。

IV. 研究方法

1. 研究デザイン

帰納的・質的研究

2. 対象の選択方法

看護基礎教育課程A校の2年生に対し、コミュニケーションにおける悩みと不安を問うアンケートを実施した。そのうち、「コミュニケーションは苦手」と自覚している学生は、85名中53名(62.4%)と、6割を上回る学生が苦手意識を持っていた。本研究は、上記53名のコミュニケーションの苦手意識を自覚している学生に研究への協力を依頼した。

3. 対象

看護基礎教育課程A校の2年生のうち「コミュニケーションは苦手」と自覚しており、研究への同意が得られた学生11名を対象とした。いずれも女性で20歳である。

4. データ収集方法

2008年2月、半構造化面接を実施した。面接内容は、「これまでに人とのかかわりの中で、悩んだことがあるか、それはどのようなことか」「看護学実習での人とのかかわりでどんな心配や不安があったか」「今後の職業上の人間関係にどのような不安があるか」の項目を設定し、そのときの対人関係における体験感情や考えなどを引き出すように進めた。面接は、一人につき1回20分程度行った。会話の内容は、対象者の承諾を得た上で、全てレコーダーに録音しその後文字化した。

5. 倫理的配慮

本研究は、桐生短期大学の倫理委員会に承諾を得て実施している。コミュニケーションに関するアンケートについては、授業終了後に研究の趣旨

を説明し、研究協力は自由意志であり、アンケートの記載は、研究への同意と判断することを伝えた。また、氏名は記号化にして匿名を避けた。

アンケートに協力を得られたうち、質問項目のコミュニケーションが苦手と自覚している53名に対し、学生が記入した記号を掲示板に示しインタビューの協力を求めた。そして、名乗り出てくれた学生に対して、再度口頭と文面にて、研究の趣旨に加えて、得たデータは本研究以外では使用しないこと、録音記録は研究者以外の目には触れないよう管理すること、個人を特定する分析内容ではないこと。そして、発言内容は成績には関係なく、いかなる不利益も生じないことを説明した。さらに、研究後はテーターを破棄することを約束し、研究協力は自由意志であることを加え、後日に紙面にて同意の用紙を提出してもらった。

6. 分析方法

データ分析は、Glaser と Strauss が考案したGTA を木下康仁⁹⁾ が、修正して開発したM-GTA (修正版—グラウンデッド・セオリー・アプローチ) に基づき実施した。分析テーマは、『自己への反応』と『他者への反応』とし、関連のある文脈に着目して概念を形成した。その際に理論的メモを記入する分析ワークシートを活用して形成した概念の補足、修正を繰り返してオープンコーディングをおこなった。概念生成後、選択的コーディングを行い、カテゴリーを構成し関連図とストーリーライン(仮説理論)の作成を行った。なお、データ分析については、質的研究者によるスーパーバイズを受け、概念とカテゴリーの生成の妥当性が一致するまで検討を重ね、ストーリーラインを確認した。さらに、他の2名の研究者に、本研究結果の検討を依頼し、修正を施し完成とした。

V. 結果

11名のインタビューデータ分析の結果、15の概

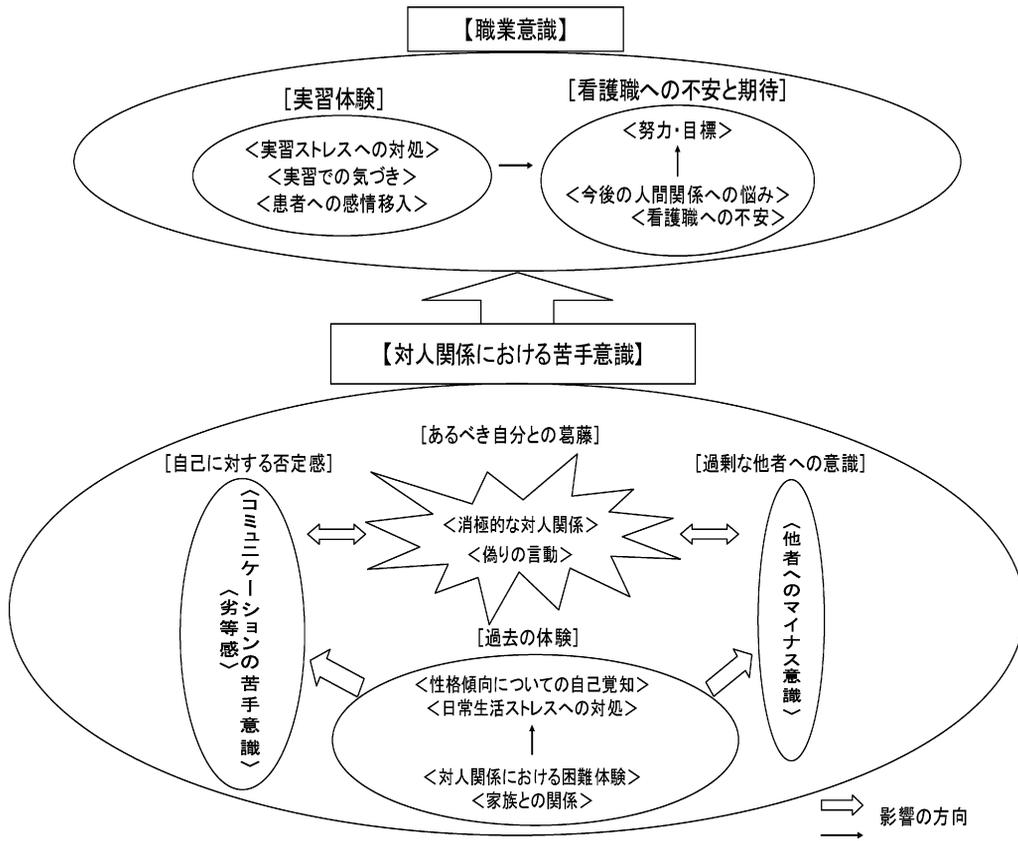


図1 対人関係への苦手意識モデル

念、6つのカテゴリー、2つのコアカテゴリーからなる「対人関係への苦手意識モデル」(図1)のストーリーライン(仮説理論)を表すことができた。これは学生の内的な心理的関連について整理したものである。形成された概念をくゝで示し、カテゴリーを[]、コアカテゴリーを【 】で示している。また、具体的な発言内容のヴァリエーションは“ ”で表記した。分析によって導き出した関連図、ストーリーライン(仮説理論)は以下のとおりである。

『学生は、<家族との関係>や心に残っている<対人関係における困難体験>、さらに<性格傾向についての自己覚知>や<日常生活ストレスへの対処>などの[過去の体験]から2つの感情を生じている。1つは[自己に対する否定感]であり、自分の欠点、弱みを人に知られたくないという<劣等

感>と、<コミュニケーションの苦手意識>である。これは自己意識である。そして、もう1つは、人が怖い、人への警戒心といった<他者へのマイナス意識>という概念から形成される[過剰な他者への意識]である。これは、他者意識である。これらの二つの対人関係における意識によって<消極的な対人関係>行動が生じ、不健康な防衛反応である<偽りの言動>が生じる。また、自分が求める理想の自分と現実の自分との狭間で[あるべき自分との葛藤]を抱く。こうした[あるべき自分との葛藤]は、他者意識を過剰にし、自分への否定感を高めてしまう結果になる。このようにして、[過去の体験][自己に対する否定感][過剰な他者への意識][あるべき自分との葛藤]は、【対人関係における苦手意識】を形成していく。

このような学生が、看護職に対する【職業意識】を持ち、<患者への感情移入>や<実習での気づき>

の体験を〈実習ストレスへの対処〉をしながら、
[実習体験]での学びを得ていく際、【対人関係における苦手意識】は常に付きまとう。しかし一方では、これからの〈看護職への不安〉〈今後の人間関係への悩み〉を抱えながら、[看護職への不安と期待]を持ち〈努力・目標〉に向けて日々頑張っている姿勢が導かれた。』

以下、看護学生の対人関係における特性の関連図の流れに沿って、概念の説明とカテゴリおよび概念間の関連性を説明する。

1. カテゴリー [過去の体験] について

4つの概念〈家族との関係〉〈対人関係における困難体験〉〈性格傾向についての自己覚知〉〈日常生活ストレスへの対処〉からなり、今の自分の特性に影響していると思われるこれまでの体験である。

〈家族との関係〉とは、家族間のコミュニケーション状況や、親への依存感情などの家族に対する学生の思いである、と定義した概念である。

具体的には“家族には自分の気持ちは出せる”“自分の気持ちはわかってくれないんじゃないかと思う”“家では不安なことはいえない”と語っている。個人の対人関係特性を捉えるとき、家族関係はとても大きな要因であるが、今回のインタビューでは、家族に関するデータの深まりはなかった。しかし、いずれの学生も家族を求める気持ちを抱いていた。

〈対人関係における困難体験〉とは、個人が知覚している人とかかわりの困難な体験で、心に残っている思いである、と定義した概念である。

具体的には“すごく悩んだことは、彼からの暴力。1年位前から最近くらいまで。たまに思い出すと怖い。私的に傷つきました。怖かった。たまに震えて、眠れなくなる”“小学校中学校でいじめられていたので、人とどう接したらいいんだろ

うっていうのはある。いつも一人で居ました。無理に話そうとはしなかった”など、いじめ、仲間割れ、暴力などの傷ついた体験内容であった。

〈性格傾向についての自己覚知〉とは、対人関係には望ましくないと認識している自分の性格傾向や、他者との関係での自分のとる行動パターンに対する思いである、と定義した概念である。

具体的には“自由に一人でちょろちょろやりたいタイプ。何か人に縛られるのは嫌い。自由が奪われたような感じのときや、自分の許容範囲に入ってこられるのは苦手”“自分を良く見せたい性格なので、どうしてもいい面を出そうとし過ぎてわけがわからなくなる感じ”“自分のいやな部分は人に見せたくないの、隠そうとする。でも、隠そうとしても隠せなくて、結局うまく人と関係が作れないところがある”など。

〈日常生活ストレスへの対処〉とは、日常生活の中で、悩みや困難な感情を感じたときに、身体、精神の安定を求めて解決しようとする行動による思いである、と定義した概念である。

具体的には“大変なときは物に当たる。壊したものは片付けるが、すっきりして明日も頑張るかと思う”“一人で夜散歩する時もある。眠れない時はボーっとする。治まらない時には泣く。自分なりに精一杯やった、と言ってすっきりする”などの発言があった。

学生は、[過去の体験]において、これまでの生活環境や、〈家族との関係〉〈対人関係における困難体験〉の中で、自分を振り返り、さまざまに日常生活ストレスへの対処をしながら〈性格傾向についての自己覚知〉をしていた。

2. カテゴリー [自己に対する否定感] について

[過去の体験]が影響して生じる自分に対する否定的感情であり、〈劣等感〉〈コミュニケーションの苦手意識〉の2つの概念からなる。いずれも自尊心を低める要素である。

〈劣等感〉とは、自分では認められず、人にも知られたくない自分を持ち、人よりも劣っているという自分を過小評価する感情である、と定義した概念である。

具体的には“本当は言いたいけど言ったら関係が崩れちゃうと考えて、仲良しになりたてのときは特に自分の言いたいことは言えない”“自分の嫌な部分は人に見せたくないで隠そうとする。分らないことがあっても「分らない」と言えない”“周りと違って結構口数が少なく、みんなと一緒にいるとちょっと違うと感じる”など語っていた。

〈コミュニケーションの苦手意識〉とは、他者との関わりにおいて、知識不足やスキルの未熟さから、自分のコミュニケーションスタイルは望ましくない、または苦手だと思っていること、と定義した概念である。

具体的には“言葉遣いとか・・・たぶん自分自身の言葉の量が少ない気がする。電話対応とかが苦手”“言葉が出てこなかったりする”“高齢者の人とは話しやすい。同世代の人とはどっちかかっていうと苦手。人に良いように思われようと壁を作っちゃう”“初対面の人には一歩引くところがある”といった表現をしていた。

自己嫌悪などの低い自己評価が、自閉的感情を生じさせ、他者との関係性を築くことへの自信を失わせているようであった。

3. カテゴリー [過剰な他者への意識]

[過剰な他者への意識] も、過去の体験から影響される他者へのマイナス感情であり、〈他者へのマイナス意識〉の概念から構成した。これは、対人関係において、他者に接近することに影響すると思われる、他者に対して抱くマイナスの感情である、と定義した概念である。

具体的には、“人を信じられない”“人を警戒して、常に人の顔色を気にして、発言に敏感”“自分

の思っていることが言えない。相手に批判されるんじゃないかと思って、本心と違うことを言ってしまうと後悔する”“人が怖い”などの発言があった。

これらは、傷つきたくない、他者に嫌われまい、孤独になりたくないという学生の思いの表れのようにもあった。

4. カテゴリー [あるべき自分との葛藤]

[あるべき自分との葛藤] は、〈消極的な対人関係〉〈偽りの言動〉の概念からなり、[自己に対する否定感]と[過剰な他者への意識]のカテゴリーが相互に影響しあうものである。

〈消極的な対人関係〉とは、他者との関わりにおいて、自分から進んで関係性を築いていくことをしない。または、自分の感情を素直に表現できず自己主張にかける自分への思いである、と定義した概念である。

具体的には、“自分の言いたいことが言えなくて、いきなり怒り出したり、泣き出したり最後に爆発する”“自分の正直な気持ちはしゃべれない、どう話せばいいのだろう”“自分の中の感情を言葉に出来ないんですよ”“違う人間だし、友達にはもっと言葉が少なくなってしまって、自分の気持ちは分かってもらえないだろうと思っちゃう。寂しいと思っていたときもあった”等で、自分の感情を伝えられないもどかしさから、自分を知ってもらおうという積極性に向け、人との関係に距離をおいていた。

〈偽りの言動〉とは、他者とのかかわりの中で、相手に抱く感情から、自分の真の気持ちと違う言動をとること、と定義した概念である。

具体的には、“違う意見で気まずくなると自分の考えを変えてしまったり、言わなかったりする”“緊張しすぎて自分の思っていることと違うことを言って、相手に誤解されることがある。そのときは、そんなつもりで言ったんじゃないのとい

う葛藤がある”“自分の本心を言うと相手に批判されるんじゃないかと思って本心と違うことを話してしまう”という発言があった。

学生は、自分を守る自己防衛のために、自然体で相手とつきあうことができないなどのぎこちなさが、対人関係を困難にしているように思われた。

5. コアカテゴリー【対人関係における苦手意識】

【対人関係における苦手意識】は、[過去の体験][自己に対する否定感][過剰な他者への意識][あるべき自分との葛藤]の4つのカテゴリーから導かれ、対象学生たちは対人関係において強い苦手意識を持っていることが明らかになったプロセスの結果構成された。

6. カテゴリー [実習体験]

[実習体験]は、対人関係における苦手意識を抱きながら実習体験に臨み、職業意識を高めていることであり、〈患者への感情移入〉〈患者とのかわり、実習役割での気づき〉〈実習ストレスへの対処〉の3つの概念から構成された。

〈患者への感情移入〉とは、実習での患者とのかわりの中で、患者に強く抱く陰性もしくは陽性の感情である、と定義した概念である。

具体的には、“2日目にいきなり怒られた。ご飯少しでも食べましようという、何回言っても「わかんねえな」て、切れてしまった。その後強く言われて泣いてしまうと、「こんなん泣いているようだったらさっさと帰れ」と言われて涙が止まらなかった”“家族が来たときはとても幸せそうで、病気にならなかつたら違う生活があったろうにと思うと涙が出て、変に同情してしまう”などの発言があった。

〈実習での気づき〉とは、看護ケア行為によって対象と触れあうことの体験や、対象の表情や仕草の変化から、対象との関係性について思ったこと、と定義した概念である。

具体的には、“コミュニケーションを取ろうと思うと難しいので、患者さんにケアをしていく中でコミュニケーションをとった方が良かった”

“話すことが全てじゃないと分かって、話してくれるまで待つことで、少しずつ患者さんが話してくれるようになった”など、対象との関わりの中でコミュニケーションを駆使していた。

〈実習ストレスへの対処〉とは、看護学実習時の悩み、困難な感情を抱いたときに、身体、精神の安定を求めて解決しようとする、個人的な対処行動による思いである、と定義した概念である。

具体的には、“実習の帰りの車の中で、今日の悩んだことやあったことを話した。そしたら、友達にもっとつらいことがあって、自分だけじゃないと感じるとその時は楽になった”等であった。

7. カテゴリー [看護職への不安と期待]

[看護職への不安と期待]は〈看護職への不安〉〈今後の人間関係への悩み〉〈努力目標〉のそれぞれの概念からなり、常に不安を抱いていながらも、目標を定め、職業意識を高めようとしていた。

〈看護職への不安〉とは自分が看護職に就いたときにイメージする予期的な不安で、現実と理想のギャップを感じて不安に思うこと、と定義した概念である。

具体的には、“看護師は女の世界だから怖い。職場の人間関係が不安”“看護師間でのイメージはあまり良い印象はない。上下関係がすごくありそうで、看護師っていうとやさしいイメージがあるけど、実際は違う感じがする”などの発言があった。

〈今後の人間関係への不安〉とは、自分の性格傾向を否定的に受けとめ、人間関係構築に自信が持てず、今後の人との関係に対して抱く不安である、と定義した概念である。

具体的には、“人見知りが多いので、友達や仲間ができるか心配”“一番はいじめられないか、仲良くできるか考えちゃう。ちゃんとお話とかそう

いった関係作りができるか心配”“やっていけるか不安。このままではやっていけない感じがする”

“全てにおいて不安。人間関係性は難しいと思うて”等の発言があり、コアカテゴリーの【対人関係における苦手意識】が大きく影響している。

〈努力・目標〉とは、自分の性格傾向を知り、人との関係性を築くために、または、看護職を獲得するために前向きに考える自己への思いである、と定義した概念である。

具体的には、“看護職は、いろんな人と話せないとだめだというイメージがある。苦手意識を持つと、その人に話しかけるときに、壁を持つちゃうかなと思っていて。とりあえずは相手の良いところを、短い間でも見つけようかなと考えるようにしている”“人を信じられない部分は、なかなか治らないと思うので、とりあえずは自分から話せるようになりたい”“やっぱり言いたいことや思っていることは、言葉にしないと伝わらないと思っている”など、何とか努力して苦手意識を克服しようとしていた。

8. コアカテゴリー【職業意識】

【職業意識】は、常に対人関係に不安を抱いているながらも、[実習体験]を通して[看護職への不安と期待]を抱き、目標を定め努力していることは、【職業意識】を高めていると捉え構成した。

VI. 考 察

ここに取り上げる“特性”は、学生の過去の体験やこれまでの実習体験から生み出され、[過去の体験]によるものである。[過去の体験]には、今回のインタビューの中で語る経験以外に、幼児教育も含め、家庭環境、親の養育姿勢や、親子のコミュニケーション、さらには、世間の目や、メディアの情報なども含まれる。そして特性は、個人を取り巻くこれまでの環境が大きく影響してくる。練馬区の「若者の職業生活の意識の実態調査」¹⁰⁾

では、対人関係や対面コミュニケーションに対する苦手意識と小中学校時代の体験との関係について、対人関係の苦手意識は、小中学生時代にポジティブ体験が豊富な人は低いと報告している。本研究の対象学生は、過去に虐めや、虐待、暴力、友人とのトラブルなどの傷ついた体験をしており、これらの体験が対人関係の苦手意識に関係していると考えられる。

また、小島¹¹⁾は、「青年期にある若者は、他者との比較の中で自己反省を踏まえて、自分はどうな考え方やパーソナリティを持った人間であるか、自己の内的特性から自分を捉えるようになってくる。その結果、現実の自己認識から理想の自己を意識するようになる。そうすると、他者には自分がどのように映っているかが非常に気になり始める」という。対人関係を形成していくプロセスは、自分と他者との間に抱く信頼と不信のバランスに順応していく社会適応能力プロセスであるといえ、多くの青年期にある学生は、こうしたプロセスに順応していく。しかし学生は、エリクソン¹²⁾がいう自己同一性の拡散ともいえる、葛藤のバランスが崩れる可能性を秘めている。そして、バランスが崩れると適切な自己防衛行動がとれず自己閉鎖的となり、精神的に不安定になる学生もいる。特に、過去に対人関係で傷ついた体験を持っている学生は、自己信頼感に乏しく、信頼と不信のバランスは崩れやすい傾向をもち、これらの状態が対人関係の苦手意識を高めていると考えられる。そのような学生には、精神的に不安定な状態に陥ることのないように、また、対人関係上の問題から学習意欲を低下させないように、メンタルヘルスへの支援は必要になると考える。

日向野¹²⁾は「対人関係の苦手意識の背景には、コンプレックスや評価懸念などの個人的要因と、性格の相違や共通性の欠如のような対人的な相互作用要因が存在する」と述べ、対人関係による苦手意識とは、相手に対する否定的感情と消極的な

付き合い方を基本的特徴とすることを明らかにしている。本研究でも、学生のネガティブな〔過去の体験〕から生じるコンプレックスとも言える〈劣等感〉と〈コミュニケーションの苦手意識〉から形成された〔自己に対する否定感〕は個人的要因に含まれ、〈他者へのマイナス意識〉による〔過剰な他者への意識〕も他者評価を懸念することとつながり、個人的要因が存在しているといえる。また、この〔自己に対する否定感〕と〔過剰な他者への意識〕から生じる対人関係への〈消極的な対人関係〉や〈偽りの言動〉は対人的な相互作用要因に含まれ、これらの要因から「あるべき自分との葛藤」を抱き【対人関係への苦手意識】を形成している。これは、日向野のいう理論を裏付ける結果となった。

また、関連図の〔自己に対する否定感〕と〔過剰な他者への意識〕から生まれた〈偽りの言動〉は、〈劣等感〉にある“自分の弱みを人に知られたくない”“人よりも自分は劣る”といった過小評価と、〈他者へのマイナス意識〉での“人を信じられない”“相手に批判される”“人が怖い”などの他者への不信感によるものである。それが、自分の真の気持ちに反する言動を生じさせ、不健康な対人関係に繋がっていた。精神医学・行動科学事典¹³⁾によると、自己受容とは、「自己を抑制したり歪曲したりしないで、ありのままに受け入れることであり、自分が人格として価値のある存在であることを感ずることである」と定義されている。つまり、本来の“あるがままの本音の自分”と、他者に対する“こうあらねばならないという建前の自分”とのギャップが大きく〔あるべき自分との葛藤〕を抱く。その背景には、傷ついた過去の体験や青年期の不安定な特徴に加え、あるがままの自分を受け入れられない自己の受容性の低さが影響していると考えられる。

さらに、看護教育において、多くの学生は、患者や現場のスタッフと向き合うときには強い緊張

を抱く。また、短期間で多くの学習をやらなければならない、社会的経験の未熟な彼らに要求されることは多大で厳しく受けるストレスは大きい。こうした課題に加え、対象の気持ちを理解するために自分の気持ちを抑える。「対象の前では涙を流してはいけない」「やさしくなければならない」「笑顔でなければならない」というような本来の自然な人間像とはかけ離れた看護師像を学生が描いているのであれば、〔あるべき自分との葛藤〕はますます大きくなると考えられる。そして、その結果、学生は専門職を目指しながら、自分の素直な感情を抑え、不健康な偽りの自分を表現することになるのではないかと危惧する。

武井¹⁴⁾は「看護は感情労働である」と述べているが、こうした職業的自己と本来の自己の乖離も自己受容性の低さに関係していると思われる。しばしば理想の看護師像と現実の自己を比べては自己否定的となり、さらに目的を高く定めて自己を肯定的に受容することは少なく、なかなか自己肯定感を高められない教育環境であることも否定できない。

この点について、大森¹⁵⁾らは、「自己受容性が高い学生は、比較的良好な対人関係を構築できる」と述べている。また、「自己受容している人間は創造的で適応しやすく、防衛的でなくなる」ことを支持する結果を出している。このことから、自己受容性が高いと、他者に対する苦手意識も低く、自己防衛的な偽りの言動もなく健康的な対人関係の構築プロセスを踏むことができることが期待できる。若林¹⁶⁾は、「自己受容性、他者受容性が高いほど、友人ソーシャルサポートや現在の人間関係満足度が高く、看護学実習の人間関係不安が低い」と述べている。さらに、沢崎¹⁷⁾は、「一般の大学生にとって、現在の自己の受容と最も関連が深いものは「精神的自己」の受容である。すなわち、今の自分を受け入れるためには、自分のパーソナリティ受容できることがもっとも大事である」と

いう。これらのことを考慮すると、学生の自己受容性を高め、対人関係への苦手意識を克服するには、まず、自分の特性を学生自身が自覚して、自己を受容することである。

また、沢崎¹⁸⁾は、「青年期における自己の確立は、自分という人間についての理解を深め、その自分自身の在り様を受け入れていく過程で達成されていくものである。そして、学生は大きく2つの願望を持ち、1つは、『自分を知りたい<自己理解・自己認知>』具体的には、『自分には何ができるのか』『自分は何に向いているのか』という疑問の解消への願望である。もう1点は『自分を受け入れたい<自己受容の深まり>』ということで、具体的には『もっと自分を好きになりたい』『自分に自信を持ちたい』などという願望である」と述べている。関連図の対象学生の「自己に対する否定感」の心理を裏返すと“自分を好きになりたい”“自分に自信を持ちたい”という肯定的な自己受容への願望の表れである。また、【対人関係への苦手意識】を持ちながらも<看護職への不安と期待>をもって日々<努力・目標>に前向きに考えていることは、自分は何ができるのかを模索している行動であり、真の自分を知り、かくありたい理想の自分への願望の表れと捉えられる。

私たち教員は、これらの学生の願望に応え、健全な自己の確立と職業意識の向上を図ることができるよう学生を支持していくことが求められる。

Christophe Andre¹⁹⁾らは、「自己評価とは、“自分を愛する”“自分を肯定的に見る”“自信を持つ”の3つの要素からなり、自己評価が低いと、チャレンジ精神、活動性は低くなり、自己閉鎖的となる。しかし、自己評価の低い人は、謙虚であり、控えめな態度は、人から受け入れられやすく、人との関係を築きやすい利点を持っている」という。

対象学生の<劣等感><コミュニケーションの苦手意識>から導かれた「自己に対する否定感」と

自己受容性の低さは、自己評価の3つの要素に反しており、対象学生の自己評価は低いと考えられる。しかし、自己評価が低い人の利点をもち合わせていると捉えると、その個人が持つ利点を伸ばすことで、自己評価は高められると期待できる。

これまで述べた対人関係への苦手意識は、個人的な問題だけではない。社会全体の人間関係の悪化である、虐待やいじめ、離婚や親子関係の変化にも大きく影響していると考えられ、これらの要因が改善されない限り、自分自身への信頼感、他者への信頼感が育まれず、他者との関係で傷つきやすい学生が増えることが懸念される。そして、今後、現代の若者の特性を持ちコミュニケーションを苦手とする看護学生の対人関係能力の育成において、学生の根本にある内的葛藤に目を向けることは重要になってくると考える。

以上のことから、対人関係への苦手意識を持つ学生への教育的支援として次のような示唆を得た。

1. 対人関係への学生の言動を理解するには、学生の生活史などの背景にも目を向けることが大切である。
2. 対人関係上の問題から看護職への学習意欲を下げることのないように、メンタルヘルスへの支援は必要になる。
3. 学生が自分のパーソナリティや対人関係への特性を自覚することを助ける。
4. 学生の素直な自分を表現することを促し、人に受け入れられる体験から、自己受容が進められるように支援する。

Ⅶ. 本研究の限界と課題

本研究の対象は11名であり、対人関係における苦手意識を持ち、それを改善したいという意欲を持っている学生であった。また、インタビュー内容では困難体験が主であり、肯定的な体験には触れていなかったことは限界である。具体的な教育

方法の実践は今後の課題とする。

VIII. 結 論

コミュニケーションが苦手と自覚する対象の看護学生の特徴は、過去の傷ついた体験が「自己に対する否定感」と「過剰な他者への意識」を持ち、「あるべき自分との葛藤」を抱いて【対人関係における苦手意識】を形成していた。また、自己受容性が低く対人関係への消極性を招き、不健康に陥りやすい特性を持っていた。

教育的支援として、学生が自分の対人関係の特性を自覚することを促し、それぞれが自己受容を進められる教育、心理的かかわりが重要となる。

引用文献

- 1) E.H. エリクソン, 小此木圭吾訳; 自我同一性, 誠信書房, 1973.
- 2) 辻 大介(2008): 若者におけるコミュニケーション様式変化, 東京大学社会情報研究所紀要, 51号, 42-61.
- 3) 文部科学省(2006): 「大学における学校生活の充実方策について(報告)―学生の対場に向けた大学作りを目指して―」
- 4) 岡田 努(1993): 現代青年の友人関係に関する考察, 青年心理学研究, 第5号.
- 5) 阿部 潔; 日常の中のコミュニケーション 現在を生きる「わたし」のゆくえ 北樹出版 2000.
- 6) 前掲書4)
- 7) 伊藤悦子, 鎌田澄子(2005): 「対話的關係の検討表」を用いた看護学生のコミュニケーション力と自尊感情との関連, 聖母大学紀要 Vol 2, 35-41.
- 8) 和田由紀子, 小林祐子(2006): 看護学生と20歳代看護師の対人関係の比較―ストレス反応・バーンアウトと看護師経験を中心にした一考察―, 新潟青陵大学紀要, 第6号, 13-22.
- 9) 木下康仁(2003): グラウンデッド・セオリー・アプローチの実践―質的研究の誘い, 弘文堂.
- 10) 練馬区教育委員: 「若者スタート支援事業検討有識社会に」, 練馬区生涯学習課; 2007.
- 11) 小嶋秀夫, 三宅和夫: 発達心理学, 放送大学教育振興会, 1999.
- 12) 日向野智子, 堀毛一也, 小口孝司: 青年期の対人関係における苦手意識, 昭和女子大学生活心理研究所紀要, 1, 43-62, 1998.
- 13) 精神医学・行動科学辞典(1993): 小林 司, 徳田良仁編, 医学書院, 東京.
- 14) 武井麻子(2004): 感情と看護 人とのかかわりを職業とすることの意味, 医学書院, 東京.
- 15) 大森和子, 千田好子(2002): 青年期にある看護学生の自己受容性と対人態度の関係性, 看護教育, 第33回, 189-191.
- 16) 若林真理子, 小松万喜子(2001): 看護学生の自己受容・他者受容と人間関係に関する検討, 看護教育, 32回, 95-97.
- 17) 沢崎達夫(1994): 自己受容性に関する研究 (2)―男女大学生における自己受容の様相を中心として―, カウンセリング研究, vol.27, No. 1, 46-52.
- 18) 前掲書17)
- 19) Christophe Andre, Francois Lelord (2007): 高野優訳, 自己評価の心理学 なぜあの人は自分に自信があるのか, p.12-24, 紀伊国屋書店, 東京.

Educational Support for Student Nurses with Weak Communication Skills Based on the Characteristics of Interpersonal Relationships.

Yoshiko Sakai

Gunma Prefectural College of Health Sciences School of Nursing

Objectives: To develop novel methods for educational support by clarifying the attributes governing interpersonal relationships in nursing students with an aversion to communication.

Methods: Subjects were 11 nursing students with a self-acknowledged aversion to communication who participated in semi-structured interviews regarding their interpersonal relationships. The interview contents were analyzed based on the modified grounded theory approach (M-GTA).

Results: Based on the results, we proposed a hypothetical “sense of aversion to interpersonal communication model” derived from 15 concepts, 6 categories and 2 core categories. According to this model, the feelings of “self-denial” and “over-awareness of others” based on past experience led to “conflicts with one’s ideal self” and created an “aversion to interpersonal relationships.”

Conclusions: When educating students with poor interpersonal relationships, it is necessary to promote awareness of the interpersonal characteristics of students, moderately increased self-esteem, and promoting self-acceptance through psychological education.

Key words: nursing students, interpersonal relationships, sense of aversion, educational support,