

看護大学生が抱える不安 — 新型コロナウイルス感染症が及ぼす影響 —

南部登志江¹⁾ 高木みどり²⁾ 野田部 恵²⁾

¹⁾ 大阪青山大学 ²⁾ 森ノ宮医療大学 ³⁾ 太成学院大学

**Anxiety Experienced by Nursing University Students:
Effects of the COVID-19 Pandemic**

Toshie NANBU¹⁾ Midori TAKAGI²⁾ Megumi NOTABE³⁾

¹⁾ Osaka Aoyama University ²⁾ Morinomiya University ³⁾ Taisei Gakuin University

Abstract

This study aims to investigate anxiety among first- to third-year nursing college students during the COVID-19 pandemic and examines the background of anxiety and predominant mood to gain insight into their emotional state in relation to anxiety and to formulate suggestions to resolve such a state. Specifically, the third-year students were concerned about the decline in their understanding of course content due to unfamiliarity with online classes and inadequate provision of IT resources. Moreover, they reported anxiety about clinical practice, about themselves or their families becoming infected, and about employment after graduation. Using the Temporary Mood Scale, the study observed fatigue, confusion, depression, and tension among the third-year students. However, the second- and third-year students were noted to be more comfortable with the beginning of face-to-face classes. They experienced relative levels of anxiety and stress as they considered the future, including learning, practical training, and studying for the national medical examinations.

Key words : COVID-19 pandemic, nursing college students, Stress

キーワード：新型コロナウイルス感染症, 看護大学生, ストレス

I 緒言

2019年に発生した新型コロナウイルス感染症 (Coronavirus Disease 2019 以下 COVID-19とする) 感染・感染拡大予防により、2020年4月7日に東京、大阪をはじめとする7都道府県に「緊急事態宣言」が発令され、4月16日には対象は全国に拡大された。その後、5月14日には39県で緊急事態宣言が解除され、5月21日には、大阪、京都、兵庫が解除された¹⁾。国の状況や要請に伴い、全国の多くの

大学はCOVID-19の拡大予防対策として、令和2年度の新学期から入学式の中止、授業開始の延期、クラブ活動の自粛や停止などの対策を取った。この影響で、新入生はじめ在校生も様々な不安やストレスを抱えることになった。

2020年4月13日に発表されたグーグルフォームを用いた全国大学生に対するオンライン調査²⁾での1,406人の回答では、全体の93.5%が生活全般で「感染の不安」を感じていた。また多くは大学内の教室、各施設、部活・サークル活動や授業、行事、就職活動、

電車による通学、アルバイトなどにおいて「感染の不安」を感じていた。さらに家族の経済状況の悪化などから授業料支払いなどへの不安、アルバイトの中止や減少などによる経済的影響があると回答していた。

COVID-19の広がり、大学生生活に様々な影響を及ぼしている。なかでも看護大学生においては、看護師国家資格取得のため科目の習得、臨地実習は必修であるため、さらに多くの不安やストレスが高いと考えられる。多くの病院がコロナ患者受け入れ、患者・職員の感染や感染予防の観点から、実習の受け入れが中止となった³⁾。A大学においても臨地実習は学内実習やオンラインでの代替実施となった。授業はオンラインとなり、入学式などの行事も中止となった。

このようなCOVID-19によるストレスは、看護大学生にとって身体面、精神面、社会面の健康状態に大きな影響を及ぼす要因となっていると考えられることから、学生のストレスや不安の内容を知り、支援することが重要と考える。

本研究の目的は、コロナ禍における看護大学生の持つ不安やその内容、その時の一次的な気分について調査し、不安の感情状態やその状態に対する解決のための示唆を得ることである。

II 方法

1. 対象者

医療系学科を持つA大学の看護学科1年生87名、2年生81名、3年生75名を対象に行った。

2. 時期

5月より対面とオンラインによる変則での講義が開始となったが、半日以上は大学にいないようにとの指導があり、調査は準備・調整期間を考え、7月～8月に行った。

3. 調査内容

- 1) 年齢、性別、家族構成などの属性、オンライン環境、ストレスと感ずる項目、不安内容についての自由記載などについて集合調査を行い、提出箱を設置した。
- 2) 徳田⁴⁾の一次的気分尺度 (temporary Mood Scale 以下、TMSとする) を用いた。TMSはPOMS (Profile of Mood States) の項目を参考に、内的整合性、再検査信頼性、妥当性が確認されている。「緊張」「抑鬱」「怒り」「混乱」「疲労」「活気」という6つの尺度からなり、各下位尺度は3項目ずつである (表1)。表示は「今現在の気分

表1 TMSの尺度と項目

尺度	項目	尺度	項目	尺度	項目
緊張	気が張りつめている そわそわしている 気が高ぶっている	抑鬱	希望が持てない感じだ 孤独でさびしい 暗い気持ちだ	怒り	ふきげんだ 腹が立つ むしゃくしゃする
混乱	やる気が起きない 集中できない 頭がよく働かない	疲労	疲れている へとへとだ だるい	活気	生き生きしている 陽気な気分だ 活力に満ちている

について」問う形式になっている。回答形式は「非常にあてはまる」から「まったく当てはまらない」までの5件法で、各項目には得点が高いほどそれぞれの気分が強くなるよう1～5点を与え、3項目の合計が尺度得点とされる。TMS開発者の了承を得て調査を行った。

3) 分析方法

一時的気分尺度は、統計ソフトSPSS28 for windowsを用いて因子分析を行い分析した。信頼

性を確保するため、全体と各因子のクロンバック α を算出した。

4. 倫理的配慮

研究の目的および個人が特定されないように配慮すること、研究に協力しなくても成績などには影響しないことを口頭と書面で説明し、提出箱に提出のあったものを承諾とみなした。また、事前に大学の倫理委員会の了承 (2020-033) を得て行った。利益相反はない。

Ⅲ 結果

1年生83名（回収率95%）、2年生79名（回収率98%）、3年生72名（回収率96%）であった。

学生の年齢平均は1年生18.4歳（SD2.07）、2年生19.3歳（SD1.16）、3年生20.4歳（SD0.48）であった。

9割以上の学生が家族と同居していた。反面1年生、3年生では一人暮らしの学生もいた。アルバイトをしている学生は、1年生では71%であるが、2年生、3年生は8割以上がしていた。サークル活動をしている人数は、国や大学から自粛を求める通達もあり、入学したばかりの1年生は特に少ない（表2）。

表2 研究対象者属性 1年生 n=83 2年生 n=79 3年生 n=72

学年	年齢（歳）	性別	家族との同居	アルバイト有	サークル有
1年生	18.4 (SD2.07)	男 11 女 72	75 (90%)	59 (71%)	6 (7%)
2年生	19.3 (SD1.16)	男 9 女 70	79 (100%)	67 (85%)	34 (43%)
3年生	20.4 (SD0.48)	男 8 女 64	67 (93%)	58 (81%)	22 (31%)

1. 不安の有無と内容

表3より、COVID-19による大学生活や自粛生活による不安があると回答した学生は、1年生51%、2年生76%、3年生85%であった。不安の内容としては、1年生は「学習面」「経済面」が多く、2年

生は「学習面」「経済面」「コロナ感染」、3年生は「実習関連」「経済面」「コロナ感染」が多かった。また実習関連では、1・2年生は8月に、3年生は後期に実施される実習への不安が多くみられた。

表3 不安の有無・不安の内容

項目	不安あり n=234	不安の内容：人（複数回答）					
		学習面	実習関連	経済面	コロナ感染	自粛生活	その他
1年生	42 (51%)	30	14	18	8	8	5
2年生	60 (76%)	37	17	27	31	10	2
3年生	61 (85%)	20	44	39	22	19	9

不安内容についての自由記述（表4）より、学習面について1年生はオンライン授業はわかりにくいと感じていた。また、課題の提出の不慣れや教員とのかわりが少なく、質問のしにくさなどから4年後の国家試験に対しても不安に感じていた。2年生3年生になると、実習や国家試験など具体的な目標を持つため、学習内容の理解や技術習得に対する欲求が高くなり、思うように進まない学習や演習への不安が高くなっていた。さらに急な休講に続いてオンライン授業が開始となったため、オンライン授業のためのパソコンなどの環境整備も追いついていない学生が多く、スマートフォンでは見づらく疲れてしまう現状があった。資料の印刷費や手間も増えていることから、学習効果は低下していると感じていた。授業内容についても対面時より質が下がっているのではないかと不満も見られていた。また、2・3年生は、実習に関しても臨地で実習することが難しいのではないかと、学内実習だけで卒業後やってい

けるのかなどの不安をもっていた。経済面では、3学年ともアルバイトが減少することで収入が減り、さらに家族の収入も減収することで授業料が払えるのか、オンライン授業の準備でコピー代などの雑費が増え支出が増加したため必要経費が足りなくなってしまうなどの不安があった。一方で通学する電車や対面授業で感染しないか、感染することで周りの目が怖い、同居している祖父母や両親に感染させてしまわないか、また知らない間に保菌しているのではないかと感染という未知なことへの不安があった。自粛生活では友人と会うことができず、外に出ると周りの目が気になることや今後の予測が全くできない不安が見られた。1年生においては、入学式などの行事がなくなり同級生と仲良くなる機会が減少している、部活やサークル活動を早くしたいなど入学後誰とも会えていないことによる不安を感じていた。さらに3年生は、4年生の現状から就職活動に対する不安がみられた。

表4 不安内容についての自由記述

項目	内容	回答学年
学習関係	教員との関わりが少ないので質問しにくく、質問の返信が遅い	1
	テストや授業が簡単になり内容もうすくなっていて、国試が心配	1
	教員は遅れている分を早く取り戻そうと進めている気がする	1
	オンラインはわかりにくい	1・2・3
	授業内容についていけない	1
	課題の提出漏れがないか、単位が取れるか	1
	課題が多く、どのように課題をしたらいいかわからない	1・2・3
	パソコン環境が整っていない	1・2
	実技の練習が減ったためきちんとできるか不安	2・3
グループ学習や意見交換ができない	2・3	
実習関係	実習先で感染しないか	2
	自分が患者に感染させないか	3
	忙しい医療現場での実習は邪魔にならないか	2
	学内実習で学べるのか、それで卒業してやっていけるか不安	2
	日数が少なくなるのが心配	1
	見学が多くなり、実践的な内容が実習できるのか	2
	実習できるのか、情報が少ない、早く知りたい	3
金銭関係	学費・交通費がしんどい	1・2・3
	家族の収入が減って苦しい	1・2・3
	バイトができない	1・2・3
	オンラインの環境整備にお金を使った	1・2
	実習期間中にバイトできない	3
感染・新型コロナ関連	対面授業での感染が不安	1
	通学での感染が怖い	2
	知らない間に保菌していないか、家族にうつしてしまわないか	1・2
	後遺症が心配	3
	これからはこの生活が普通になるのか	2
	うかつに外出できない	1
自粛生活	マスクや予防しながらの生活がしんどい	1・3
	息が詰まる、ストレスたまる、無気力になっていく	1・2
	遊びに行けない、ライブにいけない	1・2
その他	行事がなくなり、いろんな人と仲良くなれない	1
	部活・サークル活動を早くしたい	1
	今後の予測が全くできない	2
	インターンシップなどが中止となり、就職活動が心配	3

2. 一次的気分尺度の各学年の構成因子

一次的気分尺度の各項目の得点の範囲は、1点～5点で数値の大きいほど“非常に当てはまる”ことを示し、小さいほど“全く当てはまらない”ことを示す。18項目を用いて、主因子法、バリマックス回転による因子分析を行い、固有値落差と因子解釈可能性を考慮し、3因子を抽出した。各項目は、徳田の下位尺度（TMS）にはほぼ対応することから、1

年生は、因子1を「怒り-抑鬱」、因子2を「疲労-混乱」、因子3を「活気」（表5）、2年生は、因子1を「怒り-抑鬱」、因子2を「疲労-混乱」、因子3を「活気」（表6）、3年生は、因子1を「怒り-抑鬱」、因子2を「疲労-混乱」、因子3を「緊張」（表7）とした。また因子分析によって得られた下位尺度の18項目のCronbachの係数は1年生0.778、2年生0.801、3年生0.827であり信頼性は確認できた。

表5 1年生 因子分析結果

	怒り-抑鬱	疲労-混乱	活気
むしゃくしゃする	0.807	0.165	-0.077
暗い気持ちだ	0.737	0.211	-0.244
希望が持てない感じだ	0.657	0.278	-0.315
腹が立つ	0.652	0.262	-0.126
孤独で寂しい	0.574	-0.054	0.086
ふきげんだ	0.496	0.221	-0.374
集中できない	0.464	0.459	-0.130
そわそわしている	0.442	0.217	0.234
へとへとだ	0.070	0.749	-0.035
疲れている	-0.014	0.742	-0.147
だるい	0.324	0.630	-0.210
頭がよく働かない	0.476	0.557	-0.223
やる気が起きない	0.335	0.522	-0.305
気が張りつめている	0.331	0.406	-0.242
活気に満ちている	-0.106	-0.298	0.805
陽気な気分だ	-0.176	-0.202	0.642
気が高ぶっている	0.266	-0.035	0.546
生き生きしている	-0.329	-0.102	0.542

因子抽出法: 主因子法

回転法: Kaiser の正規化を伴うバリマックス法

表6 2年生 因子分析結果

	怒り-抑鬱	疲労-混乱	活気
むしゃくしゃする	0.807	0.165	-0.077
暗い気持ちだ	0.737	0.211	-0.244
希望が持てない感じだ	0.657	0.278	-0.315
腹が立つ	0.652	0.262	-0.126
孤独で寂しい	0.574	-0.054	0.086
ふきげんだ	0.496	0.221	-0.374
集中できない	0.464	0.459	-0.130
そわそわしている	0.442	0.217	0.234
へとへとだ	0.070	0.749	-0.035
疲れている	-0.014	0.742	-0.147
だるい	0.324	0.630	-0.210
頭がよく働かない	0.476	0.557	-0.223
やる気が起きない	0.335	0.522	-0.305
気が張りつめている	0.331	0.406	-0.242
活気に満ちている	-0.106	-0.298	0.805
陽気な気分だ	-0.176	-0.202	0.642
気が高ぶっている	0.266	-0.035	0.546
生き生きしている	-0.329	-0.102	0.542

因子抽出法: 主因子法

回転法: Kaiser の正規化を伴うバリマックス法

表7 3年生 因子分析結果

	怒り-抑鬱	疲労-混乱	活気
希望が持てない感じだ	0.758	0.298	0.035
腹が立つ	0.683	0.029	0.409
ふきげんだ	0.654	0.173	0.343
生き生きしている	-0.628	-0.298	0.080
暗い気持ちだ	0.615	0.272	0.431
活力に満ちている	-0.547	-0.338	0.175
陽気な気分だ	-0.519	-0.074	-0.048
気が張りつめている	0.437	0.296	0.412
だるい	0.234	0.729	0.273
頭がよく働かない	0.108	0.706	0.161
集中できない	0.128	0.650	0.266
やる気が起きない	0.254	0.604	-0.018
疲れている	0.190	0.516	0.244
へとへとだ	0.254	0.496	0.441
気が高ぶっている	-0.304	0.091	0.822
そわそわしている	0.093	0.274	0.589
むしゃくしゃする	0.502	0.183	0.543
孤独で寂しい	0.269	0.198	0.525

因子抽出法: 主因子法

回転法: Kaiser の正規化を伴うバリマックス法

IV 考察

1. 1・2・3年生のコロナ禍における不安

1年生は入学前から自粛生活を余儀なくされ、大学も休校となり、その後オンライン授業へと切り替えになったことから、教員や同級生との顔合わせもないままの大学生活が始まったことに関しての不安が浮き彫りとなった。高下ら⁵⁾の看護学生の不安に対する調査では、1・2年生ともに「希望の就職先や進学先へ行けるか不安だ」、次いで「授業の内容についていけない」とあった。また、通常の日常生活下での大学生活においても1・2年生のうちから将来の不安や授業の不安を感じていた。A大学の調査結果においても、1年生はコロナ禍でのオンライン授業に慣れない中、教員や同級生との関係性が少ないため、画面上での授業を受けることは周りがどの程度理解できているのか、どのような勉強をしているのか、さらに高校からの授業との違いや看護という今までとは違う科目を理解することへの不安やストレスが強かったと推測する。山口ら⁶⁾の保健看護学科1年生が認知するストレスの研究においても、学業への不安があがっていた。その内容

は<課題への対応>、<慣れない学習への不安>、<不慣れたパソコン操作>の3つのサブカテゴリで構成されていた。レポート課題の量の多さやレポートの書き方に自信がないなど、大学での課題への対応に関するストレスを感じていたと報告している。2・3年生は、オンライン授業になったことによる授業内容の質の低下、ディスカッションなどのグループワークの不足や後期の実習に向けて技術の習得の遅れや練習ができないことへの不安があり、さらに課題の多さから、追いつけない焦りや怒りの感情があったのではないかと考える。小林ら⁷⁾は、臨床実習は看護学生にとって心身の健康を保ちにくい状況を作り出しているのではないかと述べている。看護学生にとっての臨地実習は、ストレスの多い状況であるが、コロナ禍で行けないことで、将来の自分がどうなるのだろうか、このままで就職後大丈夫だろうかという不安につながっていたのではないかと推測される。また、対面授業が再開となり大学に行くことがうれしい反面、通学や大学構内で他者と会うことによる感染の危険性が高まることへの葛藤、自粛生活から外に出られないことや友達と会えないことで孤独感を感じていることから、SNSだ

けのコミュニケーションでは表情のわかりにくさや思いを伝えられないさみしさがあつたと推測する。橋本⁸⁾は活動中止などのようなライフイベントよりも、日々の学業や生活で生じているデイリーハッスルズのほうがストレス反応としての抑鬱と関連していると述べている。

これらのことから、教員側が意識し、学生の状況を把握し積極的にかかわりを持つことが大切で、一人暮らしの学生の不安など学生個々の悩みや不安をキャッチし電話やリモートで話しかけていくなどの支援の必要性が示唆された。

2. 一次的気分について

1年生のTMSによる「怒りや抑鬱」「疲労や混乱」の結果は、入学式以来、入学式や大学休講など自宅での自粛が続き、また慣れない大学の授業内容とオンライン講義や課題の多さ、さらに経済的不安などによると考える。2年生においても授業には慣れているが急なオンライン授業への変更、また多くの課題などによる「怒りや抑鬱」「疲労や混乱」が見られていた。これは、1年生と同様に慣れないパソコン操作での課題提出や質問をすぐにできないこと、教員からの返事がすぐに帰ってこないことなどが要因ではないかと考える。3年生は後期から始まる実習への不安や演習授業がオンラインとなったことで「怒りや抑鬱」「疲労や混乱」「緊張」があつたと考える。友人との会話のない自宅での自粛生活は、孤独や不安が強かつたと考えられる。教員は学生個々の問題や課題への支援の必要を感じた。しかし、1年生・2年生には「活気」が見られており、大学での友人との会話や対面学習は効果をあげる要因となつたと考える。

学生は教室で友人と過ごすことやコミュニケーション、サークル活動などの楽しみを活かした生活が大きな力となることが示唆され、授業においては感染予防対策を行いながら、学生同士のグループワークやディスカッションなど協同学習を授業に取り入れるなどの工夫が学習効果を高める考える。

V まとめと今後の課題

本研究では、COVID-19感染・感染予防による休講、オンライン授業、自粛生活の中、看護学生の不安やストレスについて質問紙やTMSを用いて研究を行った。TMSは「今現在の気分」を測定する尺

度であり、オンラインと並行しながらではあつたが、対面授業が開始となつた2～3カ月の間に調査を行ったことで、COVID-19による影響と対面授業が開始された時点のストレスを知ることができた。学生は大学に来ることができず、友人との会話も少ない中で、感染予防を自覚した行動をとっていた。これは看護師となることを目指している看護学生としての自覚をもっているからであると考えられる。教員は、授業がオンラインであっても対面であっても理解しやすく質問しやすい環境を整えることが必要である。さらに学生個々の状況やストレスを把握し対応することが必要である。

TMSを用いた調査は2回測定することが推奨されているが、大学内で過ごす時間や活動の制約があり1回のみでの測定であつた。また「今現在の気分」について問うものであることから、ストレス要因を引き出すまでには至っていない。今後さらに調査を重ねることが必要と考える。

文献

- 1) 緊急事態宣言大阪 <https://www3.nhk.or.jp/news/special/coronavirus/emergency/> (2021. 10. 21)
- 2) 藤本淳也 他, 大学生への新型コロナウイルス感染症拡大の影響2020 <https://img.univas.jp/uploads/2020/04/6c5875a1cbd3f60e193af2fbc62dc97d.pdf> (2021. 10. 21)
- 3) 新型コロナウイルス感染症下における看護系大学の臨地実習の在り方に関する有識者会議報告書 (2021. 6. 8) https://www.nurse.or.jp/nursing/practice/covid_19/faculty/pdf/report_uniforcovid19.pdf (2021. 10. 21)
- 4) 徳田完二: 一時的気分尺度 (TMS) の妥当性, 立命館大学人間科学部研究 No. 22, 2011, 1-6.
- 5) 高下 梓, 山下照美, 原香織他: 看護学生の不安・悩み・ストレスに関する実態調査, 本短期大学研究紀要, 27号, 2018, 31-38.
- 6) 山口直己, 足立はるゑ, 城憲秀他: 高校から大学への移行に関する円滑な適応を目指して—保健看護学科1年生が認知するストレス内容とコーピング—, 中部大学生命健康科学研究所紀要, Vol. 9, 2013, 35-40.
- 7) 小林民恵, 兵頭好美: 看護学生のストレスに影響を及ぼす要因, 岡谷山大学医学部保健学科紀要, 17, 2007, 17-26.

- 8) 橋本 剛：コロナ禍初期における大学生の心理社会的ストレスに関する探索的検討—社会規範としての援助要請スタイルの効果も含めて—静岡大学学術リポジトリ, 人文論集, 71, 2, 2021, 15-34.

要 旨

A大学の看護大学生1年生から3年生に対し、コロナ禍における看護大学生の持つ不安やその内容、その時の一次的な気分について調査し、不安の感情状態やその状態に対する解決のための示唆を得ることを目的に調査を行った。その結果、3学年ともオンライン授業に対する不慣れやパソコン環境の不備などから、内容理解の低下を心配していた。また臨床実習に対する不安、新型コロナウイルス感染に対する自分や家族の感染への不安、3年生は就職活動に対する不安が見られた。一時的気分尺度を用いた調査では、3学年とも怒り、抑鬱、疲労、混乱が見られた。1年生・2年生は活気が見られており、3年生は緊張がみられた。学生は多くの不安やストレスを感じながらも、学習や実習、国家試験学習など、将来のことを考えていた。