

博士論文 要旨

看護師の感情労働への対処スキルに関する
評価ツールと教育プログラムの開発

平成 29 年度

筑波大学大学院人間総合科学研究科ヒューマン・ケア科学専攻

金子 多喜子

筑波大学

論文の内容の要旨

(目的)

感情労働は、ストレスを促進する反面、ポジティブな影響をもたらすという知見もあり、その影響は一定ではない。代表的な感情労働者とされる看護師がより効果的な感情対処を習得できれば、感情労働ゆえに得られる職務満足感や達成感の実感につながるのではないだろうか。よって本研究の目的は、看護師のメンタルヘルス向上のために、求められる感情労働における効果的な感情対処を明らかにし、促進するための心理教育プログラムを開発・実施し、その効果を検証することである。

(対象と方法)

第1章から第3章において先行研究の概観と理論的検討を行い、3つの研究課題を設定し第4章以降実証的検討を行った。研究1は、看護師395名を対象に、感情労働の主要なストレスとされる感情的不協和とバーンアウトの関連を、看護技能習得段階別に明らかにするため質問紙調査を実施した。次に研究2は、看護師279名を対象に、感情労働に伴って生起する感情への対処傾向を測定する尺度を開発し、効果的な感情対処を検討するため質問紙調査(再テスト法)を実施した。そして研究3は、これまでに明らかになった効果的な感情対処を促進するため、Web版心理教育プログラムを開発し、その効果は対照群を設置しない非ランダム化前後比較デザインによって検証した。プログラム参加者は、参加同意を得た看護師26名であった。

(結果)

研究1は、感情的不協和の内的要因がバーンアウトへ及ぼす影響を、看護技能習得段階別に感情的不協和の2変数(葛藤頻度と葛藤強度)とバーンアウト要因(情緒的消耗感、脱人格化、個人的達成感の低下)の関連を分析した結果、感情的不協和の葛藤頻度と葛藤強度がバーンアウト傾向に及ぼす影響は、看護技能習得段階により異なり、かつ説明率の低いものであることが明らかになった。研究2において、看護師版感情対処傾向尺度は“患者感情優先対処”“自己感情優先対処”“両感情調整対処”“両感情回避対処”の17項目4因子構造が探索的因子分析で得られた。中でも、患者志向的に対処をしながらも自己志向的にも対処できる“両感情調整対処”をすることが、感情労働をしながらも感情的不協和を増強することなく、個人的達成感を高める可能性が示唆され、より効果的な感情対処方略であることが明らかになった。以上の結果を踏まえ、研究3では“両感情調整対処”を高める心理教育プログラムによる介入を実施し、その効果を検証した。プログラム内容は、Webを活用し5回のStepから構成され、Stepごとにテーマ内容のテキストを読み進める中で、関連する感情対処傾向の事例マンガを読み、Stepの終了時には「考え直し」のホームワーク課題を行うものであった。結果、より適応的な両感情調整対処では介入前より介入後に有意に向上し、より不適応的な患者感情優先対処は介入前より介入後に有意に低下することが明らかになった。

(考察)

看護師の効果的な感情対処の検討では、感情的不協和を低減する対処だけでは、バーンアウトを予防することができないと考えられた。そこで、患者・看護師それぞれの感情に向き合う“両感情調整対処”をすることが感情的不協和を増強することなく個人的達成感を高める可能性があり、感情労働におけるより効果的な感情対処傾向であることが示唆された。これらの結果をもとにWeb版心理教育プログラムを開発・実施した結果、“両感情調整対処”が高まることが明らかになった。以上のことより、看護師のメンタルヘルス向上のため、より持続可能性の高い感情対処の方法を獲得するには、感情の抑制ではなく調整が必要であり、本研究の心理教育プログラムの実施によって、看護師の感情対処傾向を変容させる可能性が示唆された。