

COVID-19パンデミックにおける 看護学生のメンタルヘルスの不調に関する文献研究 － 4か国6件の質的研究より －

曲 渕 時¹⁾, 丸 光恵²⁾

要 旨

【目的】

COVID-19パンデミック（以下COVID-19）下において看護学生を対象として行われたメンタルヘルスの不調に関する質的研究の文献を網羅的に検索し収集する事と、それらの文献の特徴や内容を明らかにする事とした。

【方法】

2023年7月3日にMEDLINEとCINAHLを用い、シソーラス用語「student」「Mental Health」「COVID-19」について、関連用語も含めて検索を行った。各文献における対象者は看護学生とし、COVID-19におけるメンタルヘルスを主題とした質的研究とした。アルコール等の「薬物依存」に関する文献は除外した。CINAHLで132件、MEDLINEで213件ヒットした論文を、著者らが2人でスクリーニングを行い、CINAHLで4件、MEDLINEで2件を分析対象とした。

【結果】

看護学生のメンタルヘルスの不調は感染予防を目的とした生活環境の変化によるものであった。医療機関に就労した看護学生は「勤務に伴う葛藤」や「負担感」を感じていた。留学生を対象とした研究では不眠等の症状を訴えていた。学生は身近な人々のサポートと共に、体験を前向きにとらえる事や、社会的役割を見出す事で対処していた。

【結論】

留学生および医療機関で勤務する看護学生はメンタルヘルスの不調に陥りやすく、ピアサポートだけでなく、カウンセリングサービスや精神科受診につなぐ必要がある事が示唆された。看護学生のメンタルヘルスの不調を予防するには、体験をポジティブに意味づける事と、自身の存在について社会的価値を見出せるような支援が重要と思われた。

キーワード：新型コロナウイルス感染症、COVID-19、メンタルヘルス、看護学生、対処

1) 兵庫県立大学看護学部4年

2) 兵庫県立大学 看護学部 小児看護学

I. 諸 言

WHO (世界保健機構) は、2020年3月に新型コロナウイルス (COVID-19) による感染症をパンデミックと認定した。以来、大学教育の場においても感染拡大による休講やクラブ活動の停止、外出自粛要請がなされた。国内外ではCOVID-19感染拡大による大学生のメンタルヘルスへの影響について数多くの量的研究が行われており、抑うつ、不安、ストレスなどの精神状態に陥っていることが明らかになっている (Mulyadi et al., 2021)。これらは世界同時に発生しており、これまでメンタルヘルスに問題の無かった学生が不調になるなど、従来の学生には起こりえない傾向も報告されている (Singh et al., 2021)。

メンタルヘルスの不調の要因は、女性である事、慢性疾患患者である事や身近に感染者がいる事などの感染リスクや、家族や大学からの心理的サポートが不足している事と報告されている (Ghazawy et al., 2021)。特に女性である事は大きな要因であり (Saucedo-Uribe et al., 2022; Sequeira et al., 2022; Wynter et al., 2021) 女性割合の多い看護学生にはメンタルヘルスの不調が多く発生したと推察され、それは医療とは関係のない専門分野を学ぶ学生とは異なる可能性がある。COVID-19感染拡大により看護学生が体験したメンタルヘルスの不調や、対処の実際について具体的に明らかにすることで、看護学生が安定したメンタルヘルスを維持することへの示唆が得られるのではないかと考えた。そこで本研究の目的をCOVID-19下において看護学生を対象として行われたメンタルヘルスの不調に関する質的研究の文献を網羅的に検索し収集する事と、それらの文献の特徴や内容を明らかにする事とした。

II. 方 法

1. デザイン

本研究のデザインは、質的研究を対象とした文献研究である。

2. 選択・除外基準

対象者は養成課程が学士課程である看護学生とし、大

学で看護学および助産学を学ぶ学生とした。国・地域・年齢は問わないこととした。本研究におけるメンタルヘルスとは、精神的な不調ストレス、悩み等とし、「心理・精神的な問題を主題として扱っている論文」を選択した。COVID-19に関連するものを対象とするため、発表年を2020年以降とした。質的研究のデザインは、現象学、グラウンデッドセオリー、エスノグラフィー、質的記述的研究の4種類とした。

除外基準は、「飲酒・薬物使用」、「心理的問題が背景にない介入」、「メンタルヘルスの不調がメインテーマでない文献」を除外した。日本人はアルコール依存や薬物依存者が少ない事 (WHO, 2018; 厚生労働省, 2018)、本研究では病的ではないメンタルヘルスの不調について取り上げている事から、「飲酒」と「薬物依存」を用いてメンタルヘルスを評価している文献は除外した。さらに、対象者に「看護学生以外の学生が含まれているもの」を除外した。

3. データベース

データベースはMEDLINE とCINAHLを用いた。さらに質的研究デザインのシステムティックレビューも検索するためMEDLINE、コクランシステムティックレビューデータベース、JBIエビデンス統合データベースの予備検索を実施したが、このトピックに関するシステムティックレビューまたは、スコopingレビューは見つけられなかった。

4. 検索方法

2023年7月3日にMEDLINEとCINAHLを用いて、検索用語を「student」、「Mental Health」、および「COVID-19」とし、メンタルヘルスの不調について網羅的に検索するために関連用語である「Depression」や「Anxiety」等も含めて検索を行った。MeSH用語がないものは、キーワードとして検索を行った。検索は検索で使用する用語や絞り込みのパターンを複数種類実施し、関連のない論文のヒット数が多い場合は用語や絞り込みパターンを変更してやり直しを行った。最終的な検索プロセスを表1に示す。これらの検索過程全てにおいて、検索司書のアドバイスを得た。

2023年6月5日と11月17日に医中誌webを用いて、シ

ソース用語「看護学生」と「COVID-19」をAND検索したところ342件がヒットした。これを「原著論文」と「会議録を除く」絞り込み検索を行い125件ヒットした。質的研究を抽出するため、ソース用語で「現象学」、「グラウンテッドセオリー」、ソース用語にないものはAll Fieldの検索用語「エスノグラフィー」「質的記述的研究」を用いてOR検索をおこなった。これと先の125件をAND検索したところ、2件の論文がヒットした。1件は1年の保健師課程の学生の学習に関する心理プロセスに焦点を当てたものでありメンタルヘルスの不調についての内容ではなく(北本 et al., 2022)、もう1件は災害訓練に関するもので(黒澤 et al., 2022)、いずれも適格基準に当てはまらない論文であったことから除外した。

5. 検索結果

MEDLINEで213件、CINAHL132件ヒットした、合計文献数345件のすべてをスクリーニング対象とした。CINAHLで検索を行う際、MEDLINEに掲載されている文献を除外した上で検索を行ったため重複した文献はなかった。筆者ら2名がそれぞれタイトルと抄録のみを読み、選択基準に沿ってスクリーニングを行った。次に選択された文献の全文を筆者ら2名がそれぞれ読んだ上、選択基準に沿ってスクリーニングを行った。文献を選択する際に著者間で意見の相違が生じた場合は話し合いを

行い、分析対象に含めるかどうかを決定した。最終的にCINAHLで4件、MEDLINEで2件の論文を分析対象とした。これらのプロセスと、基準を満たさない文献の除外理由をフロー図(図1)に示した。

6. 分析方法

分析対象論文6件について、「調査を実施した国」、「目的」、「調査方法」、「対象者」、「データ収集・分析」、「結論」を抽出し、表にまとめた(表2)。6件のうちインタビュー法を用いた4件(質的記述的研究1件、現象学的研究3件)の論文中にあるカテゴリーをすべて抽出し、筆者ら2名で各カテゴリーについて検討し、類似性の高いものをまとめて再度カテゴリー化したものを表に示した。

III. 結 果

1. 選択した文献の特徴

分析対象論文を国別でみると、アメリカ合衆国(以下、米国とする)2件、スペイン2件、トルコ1件、チリ1件であった。質的記述的研究が3件、現象学的研究が3件であった。自由記述式のアンケート調査法を用いていたものは2件であり、どちらも質的記述的研究であった。対象者は、COVID-19により実習が中止となった上に専門職の補助者として就労した看護学生を対象とした研究

表1 MEDLINE・CINAHLにおける検索枠組みと検索用語

検索枠組	Population	Concept	Context
	学生	メンタルヘルス	COVID-19
検索用語	"student" MH "Students+" 絞り込み条件 SubjectAge: - adult: 19-44 years	MH "Mental Health" MH "Depression" MH "Anxiety+" "emotional well being" "stress" "mental hygiene" NOT "drug" (MH "Alcohol Drinking+")	MH "COVID-19+" MH "Pandemics" MH "Epidemics+" "COVID-19 pandemic" MH "Coronavirus+"
CINAHLの検索用語	同上	同上	MH "COVID-19+" MH "COVID-19 Pandemic" "Pandemics" "Epidemic" MH "Coronavirus+"

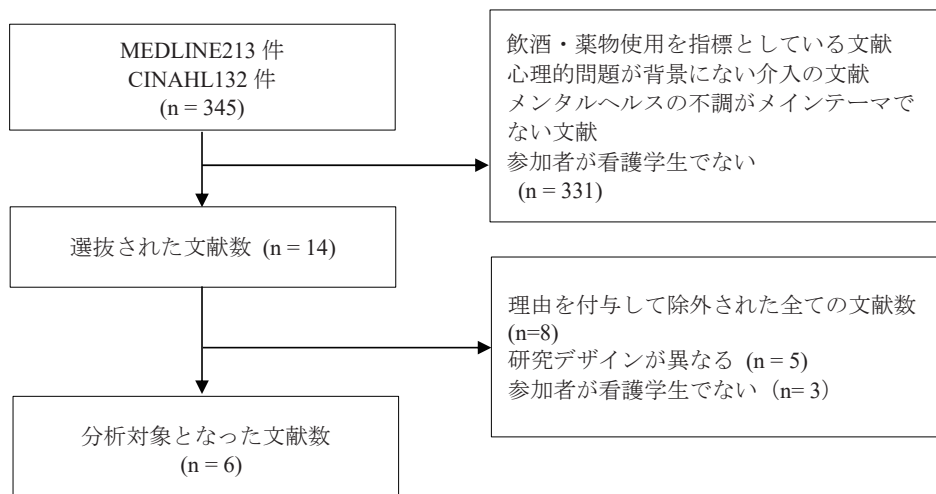


図1分析対象文献選定フロー図

が4件、オンライン学習を受けている看護学生を対象としたものが2件であった。

2. アンケート調査の自由記述の特徴

アンケート調査の自由記述を分析した研究は2件であった。チリの看護学生に関する研究は、実習に対するReflection（内省）により、COVID-19患者のケア経験に関連する看護学生のメンタルヘルスを探求したものであった。一方、米国の研究はCOVID-19による実習中断経験について、メンタルヘルスへの影響に関連する8項目の質問により回答を求めている。以下【】内に各論文に示された大カテゴリー名を示す。

1) チリ

チリの看護学生（5年生）13名を対象に、COVID-19患者を対象とした実習を行った「経験」について自由記述で尋ねた研究(Farfán-Zúñiga et al., 2022)では、内容分析を用いて看護学生のメンタルヘルスに関連した3つのテーマを見出していた。

看護学生は非常に困難でストレスフルな状況下に置かれており【(1) Facing with very difficult and stressful situation】、長時間労働による精神的・肉体的疲労や家族に感染リスクが高まる不安や恐怖を感じていた。また、COVID-19患者への看護が必要最低限になってしまうことへの葛藤やCOVID-19患者の死期に家族との時間をつくるのが困難な事への怒りを訴えていた。このような状況の中、学生らは友人や家族、先生や他の医療従

事者、患者から電話や手紙、感謝の言葉などのサポートを受け、困難な状況にいるのは1人ではないと感じ働く原動力になっていた【(3) Experiences disciplinary learning and personal growth】。また、COVID-19時だからこそその適応能力やチームワーク、ストレス緩和法を実践し、達成感や自己成長につながったと述べていた【(2) Recognizing different coping styles in different moment】。

2) 米国

米国の最終学年の看護学生を対象に「実習が突然中断された経験」を把握する事を目的とした研究(Diaz et al., 2021)では、24名分の記述内容をInductive content analysis用いて分析していた。看護学生のメンタルヘルスの状態は孤独感【II. Feeling alone & inability to escape】で占められており、友達と直接会えない喪失感やCOVID-19がいつまで続くのか分からない不安といったマイナスな感情を訴えていた。また通常的生活システムが壊され【I. Breaking down of normal system】、自分達の教育やキャリアの不安、オンライン学習による窮屈さや直接友達と会って勉強し合ったりすることが出来ない苦痛を感じていた。このような状況に対処するために、自分で行える趣味や、好きな人とzoomをした事と、医療従事者として働く事によって自分が社会の役に立っているという実感を得た事が、ストレスを軽減することに繋がったと述べていた【III. Protective factors/adaptability】。さらに、医療に貢献できたという経験や

表2 分析対象論文の概要

研究デザイン	現象学	質的記述的
著者, 発表年	Wallace, et al. 2021	Farfán-Zúñiga, et al. 2022
国	米国	米国
目的	トルコで助産学を学ぶ留学生の生きた体験と認識	COVID-19時に5年生の看護学生が専門的実習をした経験
調査方法	・対面インタビュー ・オンラインインタビュー	・オンライン調査 (Google フォーム) ・オンライン調査 (電子メール)
インタビュー内容	・遠隔学習への移行について(内容が深堀)など ・パンデミックのプロセスによる人間関係、社会生活への影響 ・教育や精神的健康への影響 ・再びパンデミックが起きたときケアについての改善点	・パンデミックの影響 ・精神的苦痛の対象 ・家族らとの関係 ・COVID-19時のHAの活動内容とその経験への意味 ・人間の尊厳を守るための経験と対処法 ・困難なとき助けくれた存在 ・HAとして何を学んだか ・家族や患者とのコミュニケーション ・文章を書くことや自己省察
対象者	・N=11 ・太平洋岸北西部の大学の看護学部3・4年生 ・対面授業からオンライン学習へと移行	・N=18 ・COVID-19により実習中止 ・health care professional relief contractを自発的に結んだ看護学生 (4年生)
	・N=10 ・COVID-19により実習中止 ・HA*として病院に採用された看護大生4年生	・N=24 ・実習が突然中断した看護学生 ・最終学年(2020年)の看護学生で、夏か秋に卒業する者

表2 分析対象論文の概要 (続き)

研究デザイン 著者, 発表年 その他の属性 年齢 データ収集 分析	現象学		質的記述的	
	Wallace, et al. 2021	Koc, et al. 2022	Casafont, et al. 2021	Velarde-García, et al. 2022
記載なし	記載なし	記載なし	記載なし	記載なし
記載なし	19~34.6 歳	19~34.6 歳	22~28 歳	22~28 歳
半構造化面接 現象学的還元を使用(Colaizzi)	半構造化面接 参加者の非言語的 コミュニケーションを記録 内容分析法 -3段階でコード化	半構造化面接 参加者の非言語的 コミュニケーションを記録 内容分析法 Munhall(2007)の 分析方法	半構造化面接 参加者の経験・行動 をフリードノー・Graneheim & Lundman (2004)の内 容分析 機能的分析・コード 化	アンケート調査(週1 回1問・全7回)施 8項目 自由記述式 帰納的内容分析
指導教員ではない 研究者 2名	大学に所属する 研究者 2名	病院、大学に 所属する研究者 2名	学生指導に関与した 教員	学生指導には直接 関わりのない研究者
4	8	7	3	3
オンライン学習への 移行は教員・学生 にとつて困難。 学生は驚くべき回 復力と忍耐力を示 した。 学生はストレスに 対処し学生参加と コミュニケーション を促進する授業を 行うべき。	学生が自分自身を 見つけ直し対処す る事で自己成長に つながる。 家族と離れて暮ら す学生は、パンデミ ックに対処するこ とが困難であつた ため教員がオンラ インミーティイン グを行うべき。	COVID-19の流行は、 看護学生に私生活、 仕事に影響を与え た。 未経験の医療従事 者がストレスフル な状況を乗り切る ためには、オリエン テーション、フォロ アップが重要であ る。	パンデミック中に 働くことは学生の ストレス、不眠、不 安につながる。 上記の精神的負担 を同級生や家族の サポートによって 軽減した。 大学は学生をサポ ートするために学 生の心理的評価を 行い個別に対応す るべき。	学生はパンデミック という危機的状 況下で看護のあり 方を学んだ。 人間性を高め、医療 チームを支援する 機会となつた。
結論				
生成された テーマ数			4	4

*Health Aids

患者から感謝されることにより、看護師になるための準備ができたと述べていた【IV. Role identity & Formation】。

3. インタビューデータの特徴 (表3~5)

4件の研究すべてがインタビュー調査を基に逐語録を作成し、内容をカテゴリー化していた。スペインの論文2件の看護学生はHealth Aidsとして医療機関で働いていた。米国とトルコの各論文の看護学生は、実習が中止となり、オンライン講義を受講しているのみで、医療機関では就労していなかった。就労の有無により2群に分け、それぞれの研究の主たる結果として記載されたカテゴリーを中心として述べる。尚、各論文に示されたカテゴリー名を[]内に記載した。

1) COVID-19パンデミックによって生じる変化

COVID-19パンデミックによって看護学生に生じた変化について、4つの研究のカテゴリーを再カテゴリー化(『』で示す)したものを表3に示す。就労した看護学生は『感染予防を目的とした生活環境の変化』が多様であったが、同様の変化はオンラインの学生にも見られた。中でも『睡眠・休息への悪影響』が顕著であった。

(1) 「オンライン講義に切り替わった」看護学生

Wallace (2021) は対面インタビューにより看護学生11名よりデータ収集を行い、看護学生は、オンライン学習に関して、接続不良や質問のタイミングが難しい事といった課題 [Technological challenges] を有したと報告している。また、友人とデスクッションが出来ず、1人で学習するようになったため学習上の人間関係の変化に違和感 [Academic relationship changes] を抱いていた (Wallace et al., 2021)。

トルコにおいて、18名の学生を対象に「COVID-19中にトルコで助産学を学ぶ留学生の生活体験」を目的とした現象学的研究 (Koc et al., 2022) では、規則正しい生活を送ることが困難になり、体重増加 [Gaining weight] や不眠症 [Sleep disorders] になったと述べていた。また、家族やパートナーとの関係も変化 [Relations with partner] した。感染させることが不安なために祖父母に会うことを止めたり [Missing]、親族間のCOVID-19の

感染が原因で結婚話が破談 [Relations with relative] になった学生も報告されていた (Koc et al., 2022)。

(2) 「医療機関で救済者として勤務した」看護学生

2件の研究報告はいずれもスペインの首都マドリードの教育病院に関連するものであった。Casafontら (2021) は看護学部最終学年の必須実習を中断され、Health Aidとして採用された10名の看護学生を対象とし、その経験を記述する事を目的とした現象学的研究であった。もう一つは同市内の教育病院で、Health Care Professional Relief Contract (ヘルスケア専門職救済者契約) を結んだ18名の看護学生を対象とした質的記述的研究 (Velarde-Garcia et al., 2022) であった。看護学生は、感染予防を目的とした居住環境の変化により、家族と離れて暮らしたり [Living away from the family]、他の学生及び医療従事者と一緒に住む、同居人との接触を避けるため、できるだけ自分の部屋にいた生活に記述していた。また、家でも病院のことが頭から離れず、夜間に目が覚めてしまったり [Insomnia] [Frequent nightmares and waking at night]、十分な休息が得られない [Lack of rest] といった事も記述されていた (Velarde-Garcia et al., 2022)。

2) メンタルヘルスの実態

看護学生のメンタルヘルスの状況を表す4つの研究のカテゴリーについて、再カテゴリー化したものを表4に示す。『COVID-19感染に関する恐怖』や『生活変化によるメンタルヘルスの悪化』はオンラインの学生に顕著であった一方、救済者として就労した学生は『勤務に伴う葛藤』や『負の感情・負担感』を感じていた。

(1) 「オンライン講義に切り替わった」看護学生

Wallace (2021) らは、学生らがストレス [Role stress and strain] を抱えていたと報告していた。それらは特に看護師の母親が自宅から離れて暮らす間、きょうだい世話や家事をしなければいけない事や、家庭内の騒音による学習環境が整えられない事、看護技術を実際に行えない事など多岐にわたった。トルコの報告では、COVID-19によって生じるネガティブな感情のカテゴリーが多数みられ、またその内容も米国の者よりも深刻

表3 COVID-19パンデミックによって生じた変化

カテゴリー名		対象者	オンライン学習を行った看護学生		HAとして働いていた看護学生	
			3・4年生	留学生	Casafont C	Velarde-García JF
再カテゴリー名	オリジナル論文のカテゴリー名	Wallace S	Koc E			
感染予防を目的とした生活環境の変化	Limiting contacts with cohabitants					●
	Measures to limit contagion					●
	Preventive isolation for fear of contagion					●
	Wishing not to cohabit with the family					●
	Living away from the family					●
	Sharing housing with other students and/or health care providers					●
	Social contact at work					●
学習環境の悪化	Internship and applied courses		●			
	Theoretical online courses		●			
	Assignments and exams		●			
	Technological challenges	●				
	Academic relationship changes	●				
感染予防を目的とした住環境の変化	Support among cohabitants who were healthcare workers					●
	Rejection by roommates who are non-healthcare professionals					●
	Missing		●			
睡眠・休息への悪影響	Insomnia					●
	Frequent nightmares and waking at night					●
	Lack of rest					●
	Sleep disorders		●			
自粛による生活の質の低下	Restriction		●			
	Increased time spent on the internet		●			
	Negative changes		●			
家族・親戚・パートナーとの問題	Physical violence		●			
	Relations with relatives		●			
	Relations with partner		●			
食生活の悪化	Changes in eating habit		●			
	Gaining weight		●			
衛生習慣の強化	Hygiene habit		●			
	Increased alcohol use		●			
経済的困難	Financial problems		●			

表4 看護学生のメンタルヘルスの状況

カテゴリー名		対象者	オンライン学習を行った看護学生		HA として働いていた看護学生	
			3・4年生	留学生		
再カテゴリー名	オリジナル論文のカテゴリー名	Wallace S	Koc E	Casafont C	Velarde-García JF	
医療機関に勤務する上での葛藤	Conflicts within the team				●	
	Stress due to type of work performed				●	
	Unclear care process			●		
	Hiding the suffering and not falling apart				●	
	Patient communication			●		
	ambivalent emotions			●		
COVID-19 感染に関する恐怖	Fear of Loss		●			
	Fear of Death		●			
	Fear of Disease		●			
	Fear of Infecting Others		●			
生活変化によるメンタルヘルスの悪化	Depression		●			
	Decreased Social Support		●			
	Loneliness		●			
	Pessimism/Hopelessness		●			
	Role stress and strain	●				
看護助手として勤務に伴う負の感情	Anxiety of being infected				●	
	Emotional burden after arriving home				●	
HA としての負担感	Workload pressure				●	

表5 メンタルヘルスの不調を予防・緩和した要因

カテゴリ一名		対象者	オンライン学習を行った看護学生		HAとして働いていた看護学生	
			3・4年生	留学生		
再カテゴリ一名	オリジナル論文のカテゴリ一名	Wallace S	Koc E	Casafont C	Velarde-García JF	
孤独を癒すサポート	Communication with the family				●	
	Family support				●	
	Relations with family		●			
	Relations with friends		●			
	Spending time with family		●			
自分で自分の気分を上げるための行動	Meditation/autosuggestion		●			
	Hobbies/sports		●			
	Cleaning/shower		●			
	Training programs		●			
	coping mechanisms			●		
負の感情のコントロール	Mental disconnection				●	
	Controlling emotions				●	
	Leaving worries at the hospital				●	
COVID-19 パンデミックによる変化をポジティブに捉える	Focusing on the positive seeing it as an opportunity				●	
	Positive changes		●			
	Resilience	●				
看護助手として働いた後のポジティブな感情	Learning			●		
	Team work			●		
職場で自分の体験を共有する	Sharing the experience at work				●	

であった。看護学生は、持病による病気や死への恐怖[Fear of Death]や、家族が感染する事への恐怖[Fear of Infecting Others]を訴えていた。外出が制限されることによって抑うつ状態[Depression]になった学生もいた。1人暮らしをしている学生は、家族と離れて暮らす時間が長くなり孤独感[Loneliness]を抱えていた。また、何事にもやる気がなく自分の人生に絶望したり、COVID-19によっていつ自分が死ぬか分からない状況で勉強や労働といった苦勞をしなければならないのか分からない、大切なものは何もない[Pessimism/ Hopelessness]と感じている学生もいた。

(2)「医療機関で救済者として勤務した」看護学生

Health Aidの看護学生を対象とした現象学的研究(Casafont et al., 2021)では、葛藤[ambivalent emotions]、患者とのコミュニケーション[Patient communication]、不明確なケアプロセス[Unclear care process]といったカテゴリーがみられた。葛藤には、HAとしての役割に誇りを持つ一方で、家族への感染リスクが高まることへの恐怖といった肯定的な感情と否定的な感情をもっていた事が含まれた。また、COVID-19患者を担当した学生は、インターフォンを通じて行う患者とのコミュニケーションにより、実際の患者の表情や様子がみれないことを悲しんでいた。さらに、自分達の仕事のガイドラインが明確でなく、病院のプロトコルが頻繁に変更されることに対して不安に感じていた。

もう一つの看護学生を対象とした質的記述的研究(Velarde-García et al., 2022)では、働く看護学生が感じる仕事へのプレッシャー[Workload pressure]について述べられていた。看護学生は、病棟や看護の知識が不足している中、他の看護師からのサポートが十分得られず、自分達だけで業務を行っていること仕事へのプレッシャーを感じていた。嫌なことがあると誰もいないところで泣いている学生もいたと報告されていた。また帰宅後も仕事のことが全てよみがえり、精神的負担[Emotional burden after arriving home]になっている学生もいた。

3) メンタルヘルスの不調を予防・緩和した要因

看護学生のメンタルヘルスの不調を予防・緩和した要

因について、4つの研究のカテゴリーを再カテゴリー化したものを表5に示す。孤独を癒すサポートは、就労の有無に関わらず2つの研究で報告された。看護学生が『COVID-19パンデミックによる変化をポジティブに捉える』事はメンタルヘルスの不調を予防・緩和した要因として3つの研究に見られた。

(1)「オンライン講義に切り替わった」看護学生

米国の現象学的研究では、オンライン学習への移行で臨機応変に対応していた[Resilience]。講義後に学生同士で集まって授業の振り返りを行ったり、モデル人形を用いて看護技術の演習を行っていた。また、通学時間の短縮によって自分の時間が増えたため、家族との時間や運動などのセルフケアの時間を取れるようになったといった、良い変化について述べていた(Wallace et al., 2021)。トルコの留学生らは、家族との時間を大切[Relations with family]にし、ハグによって元気をもらっていると学生がいた。忍耐力を高めたり、前向きに物事を考えたり[Positive changes]、新しい趣味を持つことで[Hobbies/sports]自ら対処していた(Koc et al., 2022)。

(2)「医療機関で救済者として勤務した」看護学生

スペインの看護学生は看護師になるための技術を身に付けられること[Learning]や、医療チームの一員として働くこと[Team work]といった新しい経験をポジティブにとらえていた。さらに、友人とビデオ通話をしたり、スポーツなどの趣味を行うことで自ら気分転換[coping mechanisms]を行っていた(Casafont et al., 2021)。

学生と関与したことある教員が半構造化面接を行った研究(Velarde-García et al., 2022)では、学生は家族からのサポートを受けていた。COVID-19の流行時に就労していたことを家族が誇りに思っており、家族とのコミュニケーション[Communication with the family]を大切にしていた。また、嫌なことがあっても良い面をみるようにしたり[Focusing on the positive seeing it as an opportunity]、深呼吸を行って自分を落ち着かせ感情をコントロール[Controlling emotions]していた。病院から出たら、仕事のことを忘れるべき[Leaving worries

at the hospital]だと先輩からアドバイスもらった学生もいた。精神的負担に対処するために仲間での気持ちを共有し [Sharing the experience at work]、自分の体験は貴重な機会だとポジティブに捉えていた (Velarde-García et al., 2022)。

IV. 考 察

1. COVID-19下における看護学生の生活・学習環境の変化とメンタルヘルスの不調

本研究では、4つのインタビュー調査、2つのアンケート調査の自由記載部分を分析対象とした。これらの研究では、日本の平均的な学士課程の看護学生よりも年齢が高い事、有資格者が含まれている事、年齢等の属性が詳細でないものもあり、メンタルヘルスの不調を来す背景要因が異なる事から、日本の看護学生への応用性は限定的であると考えられる。一方、学士課程に在籍する学生と言う身分である事、COVID-19による自粛生活を強いられた点においては一致しており、国内研究との共通点も見られた。また網羅的検索によりヒットした345件中、本研究目的に合致した質的研究はわずか6件と希少であったことから、上記の限界を踏まえてその特徴を以下に述べたい。

1) 様々な背景の看護学生に共通して見られた特徴

COVID-19以前の研究を見てみると、メンタルヘルスの不調は看護学生に一定数存在する事が示唆されている。またその関連要因として、「物事に掛かる前に色々心配する」といった「消極的な対処行動」や「実習ストレス」、「人間関係」などと報告されている (岩永ら, 2007)。中でも実習中の看護学生は「看護介入に対する困難」や、「自己の看護技術への苛立ち」、「看護過程展開の困難感」といった精神的苦痛が報告されている (中島ら, 2018)。

一方、COVID-19によるメンタルヘルスの不調は、先に述べた看護学生メンタルヘルスの不調よりもより重篤であり、3分の1看護学生が軽度のうつ状態になるという報告がなされている (Patelarou et al., 2021)。特に「孤独感」については、外出自粛で人とのつながりが少なくなる事によるものであり、COVID-19の特徴として他の

災害とは異なっていた。本研究の分析対象となった6件の質的研究においても研究デザインの相違に関わらず、看護学生のメンタルヘルスの悪化はCOVID-19によるものである事が明らかであった。

オンライン学習を行う学生のメンタルヘルスに関する国内の量的研究を見ると、友人とのコミュニケーションの機会が減少している人ほど今後の不安やストレスが高くなっており (井梅ら, 2023)、自宅や室内で過ごす時間の増加は、ストレスや不安の増大と有意に関連することが報告されている (石川 et al., 2022)。本研究で取り上げた質的研究において、同様の悪化を訴えていた。COVID-19は単に社会生活が分断され、孤独に陥るだけでなく、技術やコミュニケーションを実習の中で学ぶ機会を喪失し、感染リスクの高い職務内容やキャリアへの不安も生じやすい事から、キャリア支援と同時に看護学生のメンタルヘルスに関して長期的に支援する事が必要であると考えられた。

2) メンタルヘルスの不調リスクの高い看護学生

メンタルヘルスの不調を増悪させる要因は、学生自身に持病がある場合や、母親が看護師のため家事や育児を代わりに行う必要があるなどの背景をもつ学生であったことが伺えた。また、留学生の場合は、不眠症といった専門的治療が必要と思われる精神的症状も訴えていた。元々留学生は家族と離れて学生生活を送ることで、COVID-19以前から孤独感を抱えていることは考えられる。このような学生の場合は、メンタルヘルスの不調はより深刻なものとなる可能性が示唆された。

2. 看護学生のメンタルヘルスの不調への予防と対処

1) 体験の意味付け

就労の有無に関わらず看護学生は、自分でできる趣味を見つけセルフケアを行ったり、友人と思いを共有したり、家族や先輩などの多様な周囲の人々のサポートやアドバイス、ハグなどの愛情や思いやりのある言動を得ながら学生生活を継続していた。そのような中で看護学生は、COVID-19による変化をポジティブに捉える事によってメンタルヘルスを保っていたことが伺えた。中でもCOVID-19患者を治療している病棟・医療機関で救済者として就労した学生は、社会的役割を獲得した事によ

り、COVID-19の医療に貢献しているという実感と意義を見出し、看護師になるための準備期間になったと考えるなど、自らの体験を前向きに捉えていた。

Grant と Gino (2010) は、感謝によって自身が社会的に価値ある存在として認められているという感覚である「社会的価値」が生まれ、他者に利益を与える行動を促すことを示唆している。日本においても、東日本大震災時の被災地で継続的なボランティア活動を行った看護学生が、看護学を活かせる自分たちの利点や意義を見出し、やり遂げたという経験を積み重ねたと報告している(曾根志穂ら, 2015)。感謝される職場環境が就労した看護学生の中に社会的価値を生み出し、過酷な就労体験をポジティブに意味付け、メンタルヘルスを維持や看護師として働く心構えにつながったと推察された。

2) 留学生および就労した看護学生への対処

COVID-19感染拡大時の医療機関の医療専門職は、患者との直接的な接触により感染リスクが高まる事、またそれによって「ストレス」や「抑うつ」が増大すると報告されている (Eweida et al., 2020)。本研究では、COVID-19による人手不足を解消するために医療機関に就労した看護学生のメンタルヘルスの不調の内容が留学生と同様に深刻であった。その要因として特に無資格者である看護学生がCOVID-19感染の危険に晒された事や、十分な指導もない中で業務を行わなければならない事などにより、「職務内容に関する重圧」が生じた事は、看護学生にとっては過重であったといえる。また、嚴重な感染予防下において、本来実施すべき直接ケアがなごりにされたり、患者とのコミュニケーション不足が生じた事から、罪悪感が生じている事が伺えた。さらに看護学生は家族への感染リスクが高まるといった「葛藤」も訴えていた。COVID-19は世界規模で起きた未曾有の災害であり、心理面の支援が不可欠であると言われていた (Sheek-Hussein et al., 2021)。看護学生が実習を中断され、救済者や補助者として無資格のまま医療機関で働く状況は、まさしく災害時と同じ状況であると言える。

災害時に支援に携わった看護師には、支援活動後に「思いを表出する機会」を作る等の継続的な精神的サポートが必要とされている (山田 茜, 今井多樹子, 高瀬美由紀, 2019)。スペインの看護学生の研究でもメンタル

ヘルスを保つ要因として「自分の思いを仲間と共有した事」が挙げられていた。就労期間終了後の学生を孤独のままにするのではなく、過酷な体験をした者同士のピアサポートが重要であると言える。一方、本研究で取り上げた留学生や医療機関に勤務した学生の中には、不眠や睡眠障害などの重篤な症状を呈した学生もみられた (Koc et al., 2022; Velarde-García et al., 2022)。このようにピアサポートでは対応しきれないメンタルヘルスの不調を抱える看護学生も存在するため、カウンセリングサービスや精神科へ早期につながるような情報提供や、受診支援が必要であったと思われる。

3. 本研究の限界

本研究の対象文献の看護学生の属性が日本の学士課程の看護学生とは異なるために、日本の看護学生への応用性には限界がある。またインタビューやデータ収集を行う者が、学生指導に関わっていると思われる大学教員である論文が含まれている点である。そのため、学生が良い自分を見せようとして回答していた可能性は否めない。また分析対象となった質的研究が6件のみであり、対象者もそれぞれ15名前後と小規模な研究で便宜的サンプリングによるものであった事、現象学的研究であってもフィールドワークは含まれておらず、データ収集がオンラインによる単発のインタビューに限られていたことなど、COVID-19感染予防に配慮せざるを得ない調査環境が影響していると思われる。

V. 結 論

1. 看護学生は感染予防の徹底による生活環境の変化、感染へのリスクによるストレス、他者に感染させてしまうのではないかとという恐怖が大きく、メンタルヘルスの不調は単なる孤独や社会生活からの分断によるものではなかった。中でも留学生や医療機関に就労した学生はメンタルヘルスの不調が著しかった。
2. 就労した看護学生のメンタルヘルスの不調は職務に就くために感染予防を嚴重にする事や就労先の医療機関においては職務内容に関する重圧や、職務内容に関する葛藤と関連しており、留学生と同様に身体症状も有していた事から、カウンセリングサービスや精神科

受診へ早期につなぐための情報提供や受診支援が必要である。

3. COVID-19感染拡大時に看護学生自身が体験をポジティブに意味づける事により、メンタルヘルスの不調を予防したり緩和できる可能性がある。その為には身近な人々による温かい支援と共に、ただ単に受け身な学習者のままでいるのではなく、学生が自分について何らかの社会的価値を見出せるような関わりが重要であると言える。

謝辞

本研究にご助言下さった先生方に深謝致します。網羅的文献検索を実施するにあたって、明石看護学術情報館の司書様にアドバイスを頂きました。心より感謝申し上げます。

利益相反

この研究に利益相反はありません。

文 献

- Ali Akbari . (2019-2021). Study Midwifery in Turkey. (取得日2023年10月30日). <https://medutur.com/2021/07/12/study-midwifery-in-turkey>
- Casafont, C., Fabrellas, N., Rivera, P., Olivé-Ferrer, M. C., Querol, E., Venturas, M., Prats, J., Cuzco, C., Frias, C. E., Pérez-Ortega, S., & Zabalegui, A. (2021). Experiences of nursing students as healthcare aid during the COVID-19 pandemic in Spain: A phenomenological research study. *Nurse Education Today*, 97, 104711. doi.org/10.1016/j.nedt.2020.104711
- Diaz, K., Staffileno, B. A., & Hamilton, R. (2021). Nursing student experiences in turmoil: A year of the pandemic and social strife during final clinical rotations. *Journal of Professional Nursing*, 37(5), 978–984. doi.org/10.1016/j.profnurs.2021.07.019
- Eweida, R. S., Rashwan, Z. I., Desoky, G. M., & Khonji, L. M. (2020). Mental strain and changes in psychological health hub among intern-nursing students at pediatric and medical-surgical units amid ambience of COVID-19 pandemic: A comprehensive survey. *Nurse Education in Practice*, 49, 102915. doi.org/10.1016/j.nepr.2020.102915
- Farfán-Zúñiga, X., Jaman-Mewes, P., Zimmermann-Vildoso, M., & Campos-Lobos, C. (2022). Nursing students experience during the COVID-19 pandemic: a qualitative research. *Investigacion & Educacion En Enfermeria*, 40(2), 179–191. doi.org/10.17533/udea.iee.v40n2e13
- Ghazawy, E. R., Ewis, A. A., Mahfouz, E. M., Khalil, D. M., Arafa, A., Mohammed, Z., Mohammed, E. N. F., Hassan, E. E., Abdel Hamid, S., Ewis, S. A., & Mohammed, A. E. N. S. (2021). Psychological impacts of COVID-19 pandemic on the university students in Egypt. *Health Promotion International*, 36(4), 1116–1125. doi.org/10.1093/heapro/daaa147
- Grant, A., & Gino, F. (2010). A little thanks goes a long way: Explaining why gratitude expressions motivate prosocial behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98, 946–955.
- Koc, E., Basgol, S., Bal, S., & Karakaya, N. (2022). Lived Experiences of International Midwifery Students in Turkey during the Coronavirus Pandemic: A Phenomenological Study. *Africa Journal of Nursing and Midwifery*, 24(1). doi.org/10.25159/2520-5293/11512
- Mulyadi, M., Tonapa, S. I., Luneto, S., Lin, W. T., & Lee, B. O. (2021). Prevalence of mental health problems and sleep disturbances in nursing students during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. In

- Nurse Education in Practice (Vol. 57). Elsevier Ltd. doi.org/10.1016/j.nepr.2021.103228
- Patelarou, A., Mechili, E. A., Galanis, P., Zografakis-Sfakianakis, M., Konstantinidis, T., Saliadj, A., Bucaj, J., Alushi, E., Carmona-Torres, J. M., Cobo-Cuenca, A. I., Laredo-Aguilera, J. A., & Patelarou, E. (2021). Nursing students, mental health status during COVID-19 quarantine: evidence from three European countries. *Journal of Mental Health* (Abingdon, England), 30(2), 164–169. doi.org/10.1080/09638237.2021.1875420
- Saucedo-Uribe, E., Treviño-Lozano, J., González-Mallozzi, P. J., Enríquez-Navarro, M. K., de la Cruz-de la Cruz, C., Rangel-Gómez, A. N., Carranza-Navarro, F., Pardiñaz-García, D. D., & Fuentes-Garza, J. M. (2022). Anxiety in Mexican adults throughout the COVID-19 pandemic: A cross sectional study. *Archives of Psychiatric Nursing*, 41, 201–207. doi.org/10.1016/j.apnu.2022.08.005
- Sequeira, C., Araújo, O., Lourenço, T., Freitas, O., Carvalho, J. C., & Costa, P. (2022). The impact of the COVID - 19 pandemic on the mental health of Portuguese university students. *International Journal of Mental Health Nursing*, 31(4), 920–932. doi.org/10.1111/inm.12999
- Sheek-Hussein, M., Abu-Zidan, F. M., & Stip, E. (2021). Disaster management of the psychological impact of the COVID-19 pandemic. *International Journal of Emergency Medicine*, 14(1), 19. https://doi.org/10.1186/s12245-021-00342-z
- Singh, S., Singh, N., Ahiwar, R., Sagar, S. K., & Mondal, P. R. (2021). Impact of COVID-19 Pandemic on Mental Health of General Population and University Students Across the World: A Review. *Online Journal of Health & Allied Sciences*, 20(2), 1–8. search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=cin20&AN=152340897&site=ehost-live
- Velarde-García, J. F., González-Hervías, R., Álvarez-Embarba, B., Cachón-Pérez, J. M., Rodríguez-García, M., Oliva-Fernández, O., González-Sanz, P., Palacios-Ceña, D., Moro-López-Menchero, P., Fernández-de-las-Peñas, C., & Mas Espejo, M. (2022). Under-graduate nursing students working during the first outbreak of the COVID-19 pandemic: A qualitative study of psychosocial effects and coping strategies. *International Journal of Nursing Practice*, 28(5). doi.org/10.1111/ijn.13065
- Wallace, S., Schuler, M. S., Kaulback, M., Hunt, K., & Baker, M. (2021). Nursing student experiences of remote learning during the COVID-19 pandemic. *Nursing Forum*, 56(3), 612–618. doi.org/10.1111/nuf.12568
- WHO. (2018). Global status report on alcohol and health P.4. (取得日2023年11月9日)
https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/312318/WHO-MSD-MSB-18.2-eng.pdf?sequence=1
- Wynter, K., Redley, B., Holton, S., Manias, E., McDonall, J., McTier, L., Hutchinson, A. M., Kerr, D., Lowe, G., Phillips, N. M., & Rasmussen, B. (2021). Depression, anxiety and stress among Australian nursing and midwifery undergraduate students during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional study. *International Journal of Nursing Education Scholarship*, 18(1), 1–11. doi.org/10.1515/ijnes-2021-0060
- 岩永 喜久子, 後藤, & 宮崎. (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.
- 井梅由美子・川口めぐみ・大橋 恵. (2023). COVID-19 禍における遠隔授業が大学生のメンタルヘルスに 及ぼす影響. *Japanese Journal of Applied Psychology*, 48(3), 149–157.
- 北本さゆり, 野崎志津, 山下裕子, & 梶本和美. (2022). 新型コロナウイルス感染症影響下において一年課程の保健師学生 がする際の心理プロセス. In *藍野大学紀要* (藍野大学紀要, Vol. 34). http://export.jamas.or.jp/dl.php?doc=564bc34410220e28ac534a725d8f730a54aa960fc78597bc6ecc41d372144db7_bibtex.bib
- 黒澤昌洋, 森本直樹, 中山綾子, & 佐々木裕子. (2022). 防災訓練による看護学部2学年次生の学び 災害トリアージと応 急手当訓練を通して. *愛知医科大学看護学部紀要*, 21, 43–48. http://export.jamas.or.jp/dl.php?doc=564bc34410220e28ac534a725d8f730a54aa960fc78597bc6ecc41d372144db7_bibtex.bib

- 厚生労働省. (2018年). 主要な国の薬物別生涯経験率. (取得日2023年11月9日). <https://www.mhlw.go.jp/bunya/iyakuhin/yakubuturanyou/torikumi/dl/index-05.pdf>
- 曾根志穂, 武山雅志, 金谷雅代, 石垣和子. (2015). 被災地ボランティア活動が看護学生の自己イメージと社会人基礎力, 自己効力感に与える影響と学生の思い.
- 中島美香, & 粕谷恵美子. (2018). 慢性期看護学実習における看護学生のストレス調査. 医療保健学研究: つくば国際学紀要, 9, 33-41.
- 山田 茜, 今井多樹子, 高瀬美由紀. (2019). 災害看護に携わる看護師の心理的特徴とその支援に関する文献的考察. 日職災医誌, 67, 60-66.

In the COVID-19 Pandemic

A Literature Review of Mental Health Illness among Nursing Students

– From 6 qualitative studies from 4 countries –

Yuki Magaribuchi ¹⁾, Mitsue Maru ²⁾

Abstract

[Purpose] The purpose of this study was to comprehensively search and collect the literature of qualitative studies on mental health problems among nursing students during the COVID-19 pandemic (COVID-19), and to identify the characteristics and contents of these studies.

[Methods] On July 3, 2023, MEDLINE and CINAHL were searched for the thesaurus terms "student," "mental health," and "COVID-19," including related terms. The target population in each literature was nursing students, and the study was a qualitative study on the subject of mental health in COVID-19. The authors screened 132 articles in CINAHL and 213 in MEDLINE, and 4 articles in CINAHL and 2 articles in MEDLINE were included in the analysis.

[Results] Mental health problems among nursing students were due to changes in their living environment for the purpose of infection prevention. Nursing students who worked in healthcare institutions felt "conflict associated with work" and "sense of burden. In a study of international students, they complained of insomnia and other symptoms. The students coped with their experiences by viewing them positively and finding their social roles, along with the support of those close to them.

[Conclusion] The results suggest that international students and nursing students working in medical institutions are susceptible to mental health problems and need to be linked to counseling services and psychiatric consultation as well as peer support. In order to prevent mental health problems among nursing students, it is important to help them make positive sense of their experiences and find social value in their own existence.

Key Words: Novel coronavirus infection, COVID-19, Mental health, Nursing students

1) Fourth year, College of Nursing Art and Science, University of Hyogo

2) Child Health Nursing, College of Nursing Art and Science, University of Hyogo