# 新人看護師の感情制御における 情緒的消耗感とワーキングメモリの 関係

則武 良英※1・小林 亮太※2・湯澤 正通

広島大学大学院 教育学研究科

(※1現所属は、独立行政法人 国立特別支援教育総合研究所)

(※2現所属は,福岡県立大学)

## 1. 問題 | 新人看護師の離職

- 1) 現在,我が国の医療現場では,新人看護師の離職率の
  - 高さが問題に (日本看護協会広報部, 2018)。
- →毎年,新人看護師の7%以上が離職。
  - →現場とのギャップによって 新人看護師は大きなストレス。
- →看護師の人手不足を引き起こす 大きな要因のひとつ。

新人看護師の離職のメカニズムを 明らかにすることが重要

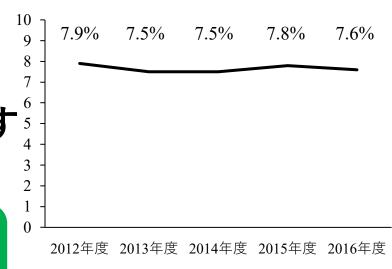


Figure 1 新人看護師の離職率 (%)

## 2. 問題 新人看護師のバーンアウト

2) 看護師の離職の原因として...

高ストレスの対人援助職に従事する中で生じる バーンアウトが挙げられる (久保・田尾, 1994)。



### 情緒的消耗感

バーンアウトの 初期症状。 心身の疲労と 虚脱感。

### 脱人格化

患者の個人差や人格を無視し機械的に接する状態。



### 個人的達成の 低下



### 離職

仕事に対する成功 感や効力感が低下 する状態。



→ 初期症状である情緒的消耗感が高まった者は、 離職につながる可能性が高い。

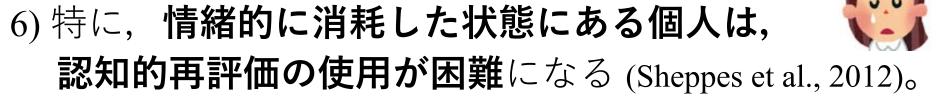
## 3. 問題 バーンアウトの予防

- 3) 看護師の離職を予防するためには負の感情に 対する**感情制御が重要**である (榊原, 2015)。
  - → 特に, 認知的再評価方略が重要。
- 4) 認知的再評価とは...
  - 負の感情が生じる原因となった対象や状況を、 肯定的に捉えなおす適応的な感情制御方略。
  - 例) 仕事は大変だけど、看護師として成長のチャンスだ。

認知的再評価の使用傾向が高い看護師は,バーンアウト傾向や離職意図が低い (榊原, 2015)

## 4. 問題 | 再評価の阻害要因

- 5) 認知的再評価方略は、負の感情を緩和することができる一方で、実行コストが高い。
  - →いつでも、誰でも使用できる方略ではない。



新人看護師において、バーンアウトの 初期症状である情緒的消耗感が高まると、 認知的再評価の阻害要因になる可能性。

## 5. 問題 | 再評価の促進要因

- 7) 認知的再評価の阻害要因がある一方で, **促進要因に関する研究**も行われている。 フーキングメモリ
- 8) ワーキングメモリ (WM) とは... (Miyake & Shah, 2000) →情報の一時的な処理と保持を担う記憶システム。
- 9) WM容量が大きい者は、多くの情報を操作可能となり 認知的再評価が促進される (Pe et al., 2013)。

新人看護師の認知的再評価においても, WM容量の大きさが<mark>促進要因</mark>になる可能性。

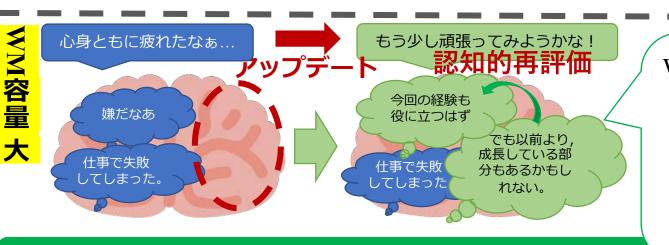
## 6. 問題 | 再評価とWMのメカニズム

WIM容量 小



情緒的消耗感の阻害効果を受けやすい可能性

WM容量の小さい個人は、**相対的に少ない情報しか心的に操作できない**ため、反 の情報じやすい (Pe et al., 2013)。



WM容量の大きい個人は、相対的に多い情報を心的に操作可能であるため、認知的再評価が生じやすい(Pe et al., 2013)

情緒的消耗感の阻害効果を受けにくい可能性

## 7. 目的 本研究の目的と仮説

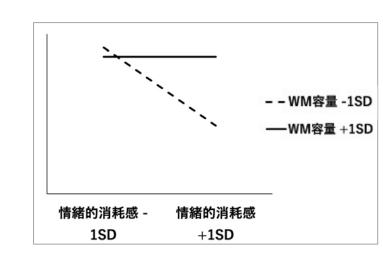
目的) 新人看護師の認知的再評価の使用傾向における, 情緒的消耗感とWM容量の関係を明らかにする。

仮説) 情緒的消耗感とWM容量の交互作用。



→ WM容量の大きい新人看護師は、 情緒的消耗感の影響を受けにくい 可能性が考えられる。

WM容量が大きい場合 (+1SD) には, 認知的再評価得点が減少しない。



## 8. 方法 | 参加者, 質問紙

### 参加者

総合病院に勤務する新人看護師73名。

→男性 7名,女性 66名,平均年齢 21.86, SD = 2.28

## 質問紙

- 1) ヒューマンサービス用バーンアウト尺度(久保·田尾 1994)
  - → 情緒的消耗感の項目を使用 (5項目, 6件法)。 (項目例: 体も気持ちも疲れ果てたと思うことがある)
  - 2) **認知的感情制御尺度** (Garnefski et al. 2001)
    - →肯定的再評価の項目を使用 (4項目, 5件法)。 (項目例: 私はその出来事の前向きな側面を探す)

## 9. 方法 WM課題

HUCRoW (Hiroshima University Computer-based Rating of Working Memory;

湯澤・蔵永・齊藤・水口・渡辺・森田,2019)

→ 言語性WM2課題と視空間性WM2課題がPC上で提示された。

### Backward Digit Recall (言語性)

音声提示された 数字の系列を記 憶し,覚えた数 字を逆の順序で, PC画面上で回答 する課題。

#### Big or Small (言語性)

### Comparative Line Span (視空間性)

画面上の3×3のマス目に表示される線分の位まながら、線分の長さの表でういまである。

### Rotated Figure Span (視空間性)

画面の左右に通 常の図形と 180°回転した 図形が提示され, 図形が同一か判 断しながら, 形 を記憶する課題。

### 言語及び視空間性WM課題の4つの課題の 合計点をWM得点とした。

## 10. 方法 | 手続き



- 3) WM課題の遂行
  - →研修等の時間内に数回に分けて個別に実施。
- 4) 質問紙への回答
  - →各部署の看護師長の管理の下、各部署ごとに実施。
- 5) 倫理等
  - →本実験は,対象となった病院の産業医と保健師の 立ち合いのもと実施された。

## 11. 結果 階層的重回帰分析の結果

1) 各得点の平均値と標準偏差をTable 1に示した。

平均値と標準偏差

- 2) WM課題得点と情緒的消耗感得点を説明変数,認知的再評価 得点を目的変数とする階層的重回帰分析を行った (Table 2)。
  - → 情緒的消耗感得点と認知的再評価得点は負の関連。

→父互TF用が有息(	p =31, t = -2.55, p =	$= .05, R^2 = .15)_{\circ}$
Table 1		Table 2

Variables	M	SD	Step	Variables	$\mathbb{R}^2$	$\Delta R^2$	В	SE	β
WM得点	203.53	41.08	1	WM得点	.07+	-	0.01	0.01	.09
情緒的消耗感得点	29.97	4.50		情緒的消耗感得点	-	-	-0.14	0.07	25*
認知的再評価得点	14.37	2.58	2	交互作用項	.15*	.11*	0.00	0.00	.31*

\*\**p*<.01, \**p*<.05, +*p*<.10

階層的重回帰分析の結果

## 12. 結果 単純傾斜検定の結果

- 3) 認知的再評価得点における, WM得点と情緒的消耗感得点の 交互作用が有意であったため, 単純傾斜検定を実施した。
- $\rightarrow$  WM得点が-1SDのときにのみ, 情緒的消耗感の単純傾斜が有意 であった (p < .01, Figure 2)。
- → 一方で、WM得点が+1SDのとき、 情緒的消耗感の単純傾斜は非有意 であった (Figure 2)。

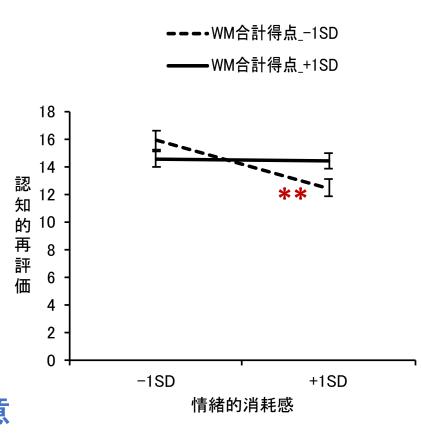
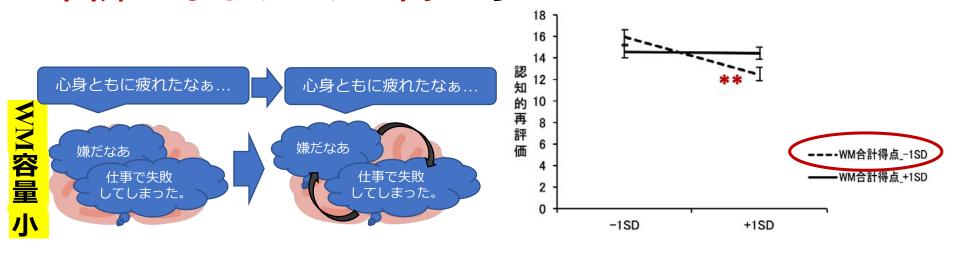


Figure 2 単純傾斜検定の結果

## 13. 考察 | 交互作用の解釈 1

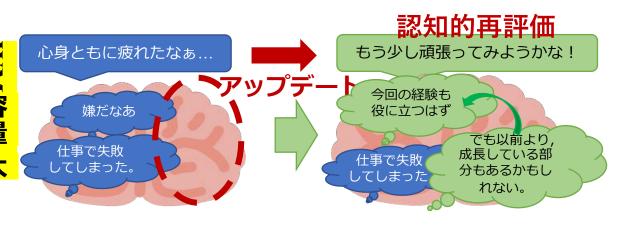
- 1) 仮説通り、WM得点と情緒的消耗感得点の交互作用。
- 2) WM容量の<u>小さい</u>新人看護師は...
- → 普段は、認知的再評価を使用できていたとしても、 情緒的消耗感が高まると認知的再評価の使用が 困難になるリスクが高い可能性。

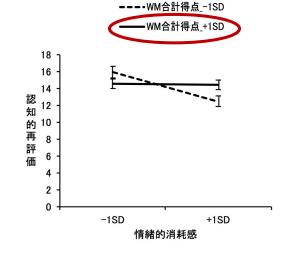


## 14. 考察|交互作用の解釈 2

- 3) WM容量の<u>大きい</u>新人看護師は...
- → 情緒的消耗感が高まったとしても認知的再評価の 使用が困難になるリスクが低い可能性。
- → 相対的にWM容量が少ない新人看護師に対しては、 状況の整理など情報処理を補うような支援によって、

認知的再評価が促進される可能性。





## 15. 考察 | 意義と今後の展望

- 4) 新人看護師の離職予防のために重要な感情制御方略 の認知的再評価の個人差とWM容量が小さい新人 看護師に対する支援の方向性を示した。
- 5) 今後は実験的な手法を用いて,詳細な因果関係を明らかにする研究が必要である。
- 6) 認知的再評価以外の適応的な感情制御方略との 関連を調べる必要がある。
- → 感情喚起の原因以外のことを考える**気晴らし方略**や相対性を強調することで感情の強度を変化させる **大局的視点**などが存在する (Garnefski et al., 2001)

## 16. 引用文献

- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual differences*, *30*, 1311–1327.
- 久保 真人・田尾 雅夫 (1994). 看護婦におけるバージアウト 実験社会心理学研究, 34, 33-43.
- Miyake, A., Shah, P., & Neath, I. (2000). Is working memory still a useful concept? *PsycCRITIQUES*, 45, 410–412.
- 日本看護協会 (2018). 2017年病院看護実態調查 日本看護協会広報部.
- Pe, M. L., Raes, F., & Kuppens, P. (2013). The cognitive building blocks of emotion regulation: Ability to update working memory moderates the efficacy of rumination and reappraisal on emotion. *PloS one*, 8, e69071.
- 榊原良太 (2015). 患者との関わりにおける看護師の認知的感情制御と転退職意図の関連 感情心理 学研究, 23, 12-22.
- Sheppes, G., & Levin, Z. (2013). Emotion regulation choice: selecting between cognitive regulation strategies to control emotion. *Frontiers in human neuroscience*, 7, Article 179.
- 湯澤正通・蔵永瞳・齊藤智・水口啓吾・渡辺大介・森田愛子 (2019). 児童・生徒用集団式ワーキングメモリアセスメントテストの作成 日本発達心理学研究, 30, 253-265.