要旨

本研究は、看護師の負担の増加や離職率の高さが課題となっている現状を踏まえ、看護師のキャリア形成におけるレジリエンスの重要性に着目したものである。本研究ではレジリエンスを「特性」と「効果」の 2 つの側面から捉える。「レジリエンス特性」とは、個人の内部に備わる能力や心理的資質を指し、一方で「レジリエンス効果」は、困難に直面した際にそれらの特性を活用して適応や回復に至るプロセスおよび結果を意味する。看護師の臨床経験年数がレジリエンス特性に与える影響を明らかにすることを目的とし、「経験年数が増すにつれてレジリエンス特性が強化され、回復力が高まる」という仮説を検証した。本研究は、看護師および看護学生 340 名を対象とし、レジリエンス特性として「新奇性追求」「感情調整」「肯定的な未来志向」「自己効力感」の 4 つの特性を測定し、苦難の強度および回復の程度を評価した。

臨床経験年数に伴うレジリエンス特性の変化を分散分析で検討した結果、新奇性追求は学生や新人の段階で高く、2-9 年の中堅層で低下する傾向が示された。感情調整には経験年数による有意な変化は見られなかったが、これは感情調整が内在的な性格特性や気質に基づくためと考えられる。肯定的な未来志向は、学生や新人で最も高く、経験を重ねるにつれて低下する傾向が確認された。自己効力感は、学生・新人で高く、2-9 年の中堅期で一時的に低下し、10 年以上のベテラン層で再び上昇する U 字型の変化が見られた。この変化は、理想と現実のギャップに対する認知変化が関与している可能性がある。

レジリエンス特性の回復への影響を、経験年数別および苦難の強度別に重回帰分析により検討した結果、10 年以上の看護師では、感情調整が回復に有意な正の影響を及ぼした（$\beta = .197, p < .05$）。一方、2-9 年の看護師では、新奇性追求が回復の程度に負の影響を与えていた（$\beta = -.258, p < .05$）。大学 4 年生および 1 年未満の看護師では、感情調整は回復の程度に対して正の影響を及ぼす傾向が見られたが、有意ではなかった（$\beta = .281, p < .10$）。また、強度 5 の苦難においては、感情調整が回復力に有意な正の影響を与えた（$\beta = .306, p < .05$）および、肯定的な未来志向が回復力に寄与していた（$\beta = .348, p < .05$）が、低強度や中程度の苦難では、これらの特性の影響は限定的であった。

レジリエンス特性は経験年数や苦難の性質に応じて異なる役割を果たすことが示唆された。新奇性追求はキャリア初期では学習意欲を促進する要因として機能するが、中堅層では負担感を増大させる可能性がある。一方で、感情調整は長期間の経験を通して感情調整力が発揮される機会が増え、ベテラン看護師が冷静な対応を取ることで回復力を高める可能性が示唆された。特に高強度の苦難においてその重要性が顕著だった。肯定的な未来志向も回復力に有意な正の影響を及ぼしており、心理的な安定を支える要因として機能することが考えられる。一方で、低強度や中程度の苦難では、これらの特性の影響は見られなかった。苦難が軽度であれば、特性に依存することなく回復する可能性が考えられる。

看護師の経験年数に応じたレジリエンス特性の変化が確認され、回復力の向上に関わる特性は経験年数や苦難の強度によって異なることが示された。特に、10 年以上のベテラン看護師では感情調整が回復力に寄与する一方で、中堅層では新奇性追求が回復力を低下させる可能性があることが示された。教育現場では、学生や新人看護師に肯定的な未来志向を活用した動機付けを行い、2-9 年の中堅層には新奇性追求のバランスを取るための支援が求められる。また、10 年以上の経験を持つ看護師には感情調整力の維持を支援するためのプログラムが必要であると考えられる。これらの支援策を通じて、看護師のレジリエンスを強化し、看護現場の心理的負担の軽減に貢献することが期待される。