

# 看護大学生における臨地実習が心理的 well-being に及ぼす 影響

坂本弘子<sup>1)</sup> 福森利智子<sup>2)</sup> 木村紀美<sup>3)</sup>

## 要旨

臨地実習を体験することが看護学生の人間形成に有益な効果をもたらす。個々の学生が臨地実習に対してどのように取り組んだのか、どのように感じていたのかによって、人間形成への影響は異なると考えた。心理的 well-being の下位尺度の自己受容には、自己学習の程度、実習充実度、実習達成感、実習満足度が影響しており、下位尺度の自律性には、実習充実度が、下位尺度の環境制御力には、実習充実度、実習達成感、充実した人間関係、実習満足度が、下位尺度の人生における目的には、実習満足度が影響していた。下位尺度の人格的形成、積極的な他者関係については、有意差はみられなかった。実習に対する自己学習が十分になされ、臨地実習に対して充実度が高く、達成感を感じ、充実した人間関係を調整でき、実習に対して満足が得られれば、心理的 well-being により影響を与えられることが明らかになった。

キーワード：看護学生 臨地実習 心理的 well-being 尺度

## I. はじめに

近年、経済産業省が打ち出す社会人基礎力や、中央教育審議会答申が定義する学士力、あるいは文部科学省が主導する就業力育成事業にみられるように、大学教育を通じたジェネリックスキル育成への期待が高まっている。特に、社会人基礎力は、前に踏み出す力、考え抜く力、チームで働く力の3つの能力から構成されており、職場や地域社会で多様な人々と仕事をしていくために必要な基礎的な力として、経済産業省が2006年から提唱している。看護の場においては、患者・家族、医師や他職種との関係にとどまらず、他の医療機関との連携など、地域包括ケアシステムに対応できる人材が求められる。特に看護師には、社会人基礎力の3つの能力は必要不可欠といえる。

看護学教育は、座学や演習の他に、臨地実

習を通して看護実践を体験することで学びを深めていくもので、実際に学内で学んだ看護を患者に展開し実践する。学生どうしの演習とは異なり、患者の反応や評価を確認しながら看護実践を行うため学生の成長が期待できる。臨地実習を体験することが看護学生の人間形成に有益な効果をもたらすと考えられるが、単に実習を体験するだけではなく、個々の学生が臨地実習に対してどのように取り組んだのか、また臨地実習に対してどのように感じていたのかによって、人間形成への影響は異なると考えた。そこで、臨地実習への取り組み方、感じ方が人間形成にどのような影響を与えているかという問題に焦点を当てることとした。臨地実習への取り組み方感じ方に関して、実習前に十分自己学習をして臨んだか、実習は充実した時間であったか、実習

に対する達成感が得られたか、実習の中で充実した人間関係が築けたか、実習に満足できたか、といった要因に焦点を当て、これらが人間形成にどのように影響しているかについて検討した。

浜崎<sup>1)</sup>らは、人間形成への影響を測るための指標として、Ryff (1989)の心理的 well-being 概念を述べている。この概念は、Ryff (人格発達や自己成長に関わる先行研究を詳細に検討し、重複する要因、収束する要因をまとめる中で、人生全般にわたるポジティブな心理的機能としてモデル化を試みたものであり、「人格的成長」「人生における目的」「自律性」「自己受容」「環境制御力」「積極的な他者関係」の6つの次元で構成されている。すなわち、様々な危機を乗り越える中でこれら6つの次元が高まり、人格の成長、発達が遂げられていくというものである。多様で複雑化した現代社会で生きる上では様々な危機が存在し、人はその危機を一つ一つ乗り越える中で人格の成長、発達が順調に遂げられなければならない。この心理的 well-being はこの現在社会で生きていく上で必要な望ましい人間形成のあり方に関わる具体的な次元を明示したものとして注目されている。

## II. 研究目的

臨地実習が看護大学生の人間形成へ及ぼす影響を査定する指標として、心理的 well-being の6次元を目的変数として、臨地実習への取り組み方感じ方を説明変数として関係性を見出すことを目的とした。

## III. 研究方法

### 1. 調査期間

平成30年8月

### 2. 調査対象

2年次での基礎看護学実習Ⅱ(平成29年11月～12月の2週間実施)を終了した本学看護学科、3年生59名に質問紙を配布し、

54名の回収を得た。そのうち、回答に未記入がある6名を対象から除外し、48名を調査対象とした。有効回答率は、81.4%であった。

### 3. 調査内容(資料)

臨地実習への取り組み方感じ方として、実習前に十分自己学習をして臨んだか、実習は充実した時間であったか、実習に対する達成感が得られたか、実習の中で充実した人間関係が築けたか、実習に満足できたかの質問項目5項目と、心理的 well-being の尺度に関しては、Ryff (1986)を基にして作成された西田<sup>2)</sup>(2000)の尺度を用いた。この尺度には、「人格的成長(8項目)」、「人生における目的(8項目)」、「自律性(8項目)」、「自己受容(7項目)」、「環境制御力(6項目)」、「積極的な他者関係(6項目)」の6つの次元の状態を測る43項目が含まれている。臨地実習への取り組み方感じ方の5項目と心理的 well-being 尺度(西田)については、「5. 非常にあてはまる」「4. あてはまる」「3. どちらでもない」「2. あてはまらない」「1. 全くあてはまらない」の5段階評価で回答を求めた。

### 4. 分析方法

臨地実習への取り組み方感じ方としての質問項目5項目を、程度の高い群(高群)と低い群(低群)に分けるために、「5. 非常にあてはまる」「4. あてはまる」と回答した者を高群、「3. どちらでもない」「2. あてはまらない」「1. 全くあてはまらない」と回答した者を低群とした。

心理的 well-being 尺度(西田)については、「人格的成長(8項目)」のうち3番16番28番の3項目、「人生における目的(8項目)」のうち7番24番27番37番42番の5項目、「自律性(8項目)」のうち10番18番19番22番38番の5項目、「自己受容(7項目)」のうち13番34番の2項目、「積極的な他者関係(6項目)」のうち6番21番の2項目が

反転項目となっているため、反転処理をした。「環境制御力(6項目)」については、反転項目は含まれていない。

結果の分析には、4steps エクセル統計を用いた。それぞれの項目に対する、高群と低群の心理的well-beingの6つの次元についての平均値と、高群と低群の平均値の差を比較するため、t検定(両側検定)を行った。結果の統計的有意水準は5%未満とした。

#### 5. 倫理的配慮

対象者に対しては、調査票の表紙に、研究の動機、目的、方法、匿名性の厳守に関する配慮点を述べ、研究参加は自由意思であり、回答内容は全て統計的に処理し、研究目的以外には使用しないことを明記した。

調査票の配布は、講義終了後に行い、回収方法は回収箱を設置し、留め置き法とした。また、研究同意については、調査票の回答をもって同意とみなすことを説明した。

データは無記名で、ナンバリングを行い集計することで、学生個人が特定されることは無い。また、データは基礎看護学実習Ⅱの成績評価の終了後であり、研究結果が学生の実習成績評価に影響することは無い。

さらに、データ処理はインターネットに接続されていないパソコンで実施し、入力されたデータはパソコン本体ではなく外づけのメモリ媒体で管理した。媒体そのものは鍵のかかった引き出しに保管し、研究終了後はデータを速やかに破棄することとした。本研究は、八戸学院大学・八戸学院短期大学研究倫理委員会の承認を得て実施した。

### IV. 結果

#### 1. 臨地実習への取り組み方感じ方高群・低群の人数と平均評定値(表1)

実習前に十分に自己学習をして臨んだと答えたものは、25人(52.1%)であった。実習は充実した時間であったと答えたものは、36人

(75.0%)であった。実習に対する達成感が得られたと答えたものは、35人(72.9%)であった。実習の中で充実した人間関係が築けたと答えたものは、30人(62.5%)であった。実習に満足できたと答えたものは、28人(58.3%)であった。

高群の平均評定値は、臨地実習への取り組み方感じ方の5項目すべてにおいて4.0以上であり、最も高く評価していた項目は、実習充実度(4.16)であった。次に実習達成感、実習満足度が同率(4.14)であり、充実した人間関係(4.13)、自己学習(4.04)が一番低い結果であった。

低群の平均評定値は、臨地実習への取り組み方感じ方の5項目すべてにおいて3.0を下回っていた。その中でも最も高く評価していたのが、自己学習(2.82)であった。次が実習満足度(2.80)であり、実習達成感(2.76)、充実した人間関係(2.72)で、最も低く評価していたのが、実習充実度(2.66)であった。

高群が一番高く評価していたのは、実習充実度であり、低群は自己学習であった。高群が一番低く評価していたのは、自己学習であり、低群は実習充実度であった。

表1 臨地実習への取り組み方感じ方の人数と平均評定値

	高群 人 (平均評定値)	低群 人 (平均評定値)
自己学習の程度	25 ( 4.04 )	23 ( 2.82 )
実習充実度の程度	36 ( 4.16 )	12 ( 2.66 )
実習達成感の程度	35 ( 4.14 )	13 ( 2.76 )
充実した人間関係	30 ( 4.13 )	18 ( 2.72 )
実習満足度の程度	28 ( 4.14 )	20 ( 2.80 )

## 2. 臨地実習に対する自己学習の程度と心理的 well-being との関係 (表2)

臨地実習に対する自己学習の程度の高群 (n=25 平均評定値 4.04) と低群 (n=23 平均評定値 2.82) の心理的 well-being の6つの次元についての平均値と、高群と低群の平均値の差を比較した。

検定の結果、自己学習の程度と心理的 well-being の下位尺度 6 項目の関係では、自己受容に有意差 (P 値.017) がみられた。自己受容において高群の方が低群よりも平均値が有意に高かった。実習前に十分自己学習をして臨んだと評価した学生は、自己受容の点数が高かった。

## 3. 臨地実習に対する充実度の程度と心理的 well-being との関係 (表3)

臨地実習に対する充実度の高群 (n=36 平均評定値 4.16) と低群 (n=12 平均評定値 2.66) の心理的 well-being の6つの次元についての平均値と、高群と低群の平均値の差を比較した。

検定の結果、実習充実度の程度と心理的 well-being の下位尺度 6 項目の関係では、自律性、自己受容、環境制御力に有意差 (P 値.029.000.009) がみられた。実習は充実した時間であったと評価した学生は、自律性、自己受容、環境制御力の点数が高かった。

表2 臨地実習に対する自己学習の程度高群と低群の心理的 well-being 各次元の平均値 (標準偏差)

	自己学習高群 n=25	自己学習低群 n=23	P 値	t 値
人格的成長	31.76 (3.53)	30.95 (4.42)	.489	.697
人生における目的	27.20 (4.40)	25.73 (4.73)	.273	1.10
自律性	24.00 (3.27)	22.00 (4.07)	.066	1.87
自己受容	21.48 (3.12)	18.65 (4.72)	.017*	2.46
環境制御力	20.88 (2.47)	19.30 (3.02)	.053	1.98
積極的な他者関係	21.40 (3.58)	21.47 (3.97)	.943	-.071

\*P<0.05

表3 臨地実習に対する充実度高群と低群の

心理的 well-being 各次元の平均値 (標準偏差)

	充実度高群 n=36	充実度低群 n=12	P 値	t 値
人格的成長	32.00 (3.37)	29.50 (5.09)	.057	1.94
人生における目的	27.19 (4.42)	24.41 (4.56)	.068	1.86
自律性	23.72 (3.14)	21.00 (4.86)	.029*	2.25
自己受容	21.27 (2.96)	16.66 (5.41)	.000*	3.73
環境制御力	20.72 (2.43)	18.33 (3.28)	.009*	2.69
積極的な他者関係	21.66 (3.37)	20.75 (4.76)	.467	.732

\*P&lt;0.05

## 4. 臨地実習に対する達成感と心理的 well-being との関係 (表4)

臨地実習に対する達成感の高群 (n=35 平均評定値 4.14) と低群 (n=13 平均評定値 2.76) の心理的 well-being の 6 つの次元についての平均値と、高群と低群の平均値の差を比較した。

検定の結果、実習達成感の程度と心理的 well-being の下位尺度 6 項目の関係では、自己受容、環境制御力に有意差 (P 値. 003. 008) がみられた。実習に対する達成感が得られたと評価した学生は、自己受容、環境制御力の点数が高かった。

## 5. 臨地実習に対する充実した人間関係と心理的 well-being との関係 (表5は)

臨地実習に対する充実した人間関係の高群 (n=30 平均評定値 4.13) と低群 (n=18 平均評定値 2.72) の心理的 well-being の 6 つの次元についての平均値と、高群と低群の平均値の差を比較した。

検定の結果、人間関係の程度と心理的 well-being の下位尺度 6 項目の関係では、環境制御力に有意差 (P 値. 017) がみられた。実習の中で充実した人間関係が築けたと評価した学生は環境制御力の点数が高かった。

表4 臨地実習に対する達成感高群と低群の

心理的 well-being 各次元の平均値 (標準偏差)

	達成感高群 n=35	達成感低群 n=13	P 値	t 値
人格的成長	31.77 (3.22)	30.30 (5.51)	.260	1.13
人生における目的	27.17 (4.25)	24.69 (5.07)	.095	1.70
自律性	23.65 (3.25)	21.38 (4.68)	.063	1.90
自己受容	21.17 (3.12)	17.30 (5.37)	.003*	3.09
環境制御力	20.77 (2.35)	18.38 (3.35)	.008*	2.77
積極的な他者関係	21.80 (3.45)	20.46 (4.40)	.274	1.10

\*P&lt;0.05



表5 臨地実習に対する充実した人間関係高群と低群の  
心理的 well-being 各次元の平均値 (標準偏差)

	人間関係高群 n=30	人間関係低群 n=18	P 値	t 値
人格的成長	31.63 (3.30)	30.94 (4.95)	.565	.578
人生における目的	27.26 (4.20)	25.22 (4.98)	.135	1.51
自律性	23.63 (3.13)	22.05 (4.59)	.163	1.41
自己受容	20.90 (3.12)	18.83 (5.37)	.097	1.69
環境制御力	20.86 (1.97)	18.88 (3.59)	.017*	2.46
積極的な他者関係	21.70 (3.15)	21.00 (4.61)	.535	.624

\*P<0.05

#### 6. 臨地実習に対する満足度と心理的 well-being との関係 (表6)

臨地実習に対する満足度の高群 (n=28 平均評定値4.14) と低群 (n=20 平均評定値2.8) の心理的 well-being の6つの次元についての平均値と、高群と低群の平均値の差を比較した。

検定の結果、実習満足 の程度と心理的 well-being の下位尺度 6 項目の関係では、人生における目的、自己受容、環境制御力に有意差 (P 値.039.002.000) がみられた。実習に満足したと評価した学生は人生における目的と自己受容環境制御力の点数が高かった。

#### V. 考察

臨地実習は、看護学生にとって人間形成の機会となる。特に、臨地実習への取り組み方や感じ方によって、人間形成に違いがあると考えた。

実習への取り組み方感じ方の平均評定値において、高群は実習充実度が高く自己学習の程度が一番低く、一方、低群は自己学習の程度が高く、実習充実度の程度が一番低い結果であった。低群の学生は、自己学習に対して十分ではなかったと自覚しているが、それにもまして実習に満足感や、達成感の点数が伸びなかったと考えられる。

表6 臨地実習に対する満足度高群と低群の  
心理的 well-being 各次元の平均値 (標準偏差)

	満足度高群 n=28	満足度低群 n=20	P 値	t 値
人格的成長	32.07 (3.30)	30.94 (3.39)	.152	1.45
人生における目的	27.64 (4.18)	24.90 (4.72)	.039*	2.12
自律性	23.89 (3.26)	21.85 (4.19)	.064	1.89
自己受容	21.64 (2.65)	18.00 (5.00)	.002*	3.26
環境制御力	21.25 (2.02)	18.55 (3.08)	.000*	3.65
積極的な他者関係	22.17 (3.28)	20.40 (4.14)	.104	1.65

\*P<0.05

臨地実習への取り組み方としての自己学習の程度の項目では、実習前に十分に自己学習をして臨んだ学生は、しなかった学生に比べて自己受容の点数が高かった。この結果は、十分に自己学習をして臨んだものは、自分を受け入れる、自分を認めるといった傾向が強いことを示唆している。事前に自己学習をして実習に臨むことで質問に答えることができ、指導者や教員に褒められ、自分を認める機会を得ることができたのではないかと考える。

臨地実習に対する感じ方としての項目では、実習に対する充実度では、実習が充実した時間であったと感じた学生は、充実したと感じなかった学生に比べて自律性、自己受容、環境制御力の点数が高かった。この結果は、臨地実習において充実したと感じたものは、あまり充実したと感じなかったものより、自律性が高く、自分の意志や考えを大切にする傾向が強いということを示唆している。また、自己受容についても、自分を受け入れ、自分を認めるといった傾向が強いことを示唆している。さらに、環境制御力が高いことから、環境にうまく対応できる、環境に対して柔軟に対応できるといった力において優れているということを示唆している。臨地実習に対する達成感についても、実習に対して達成感が得られたものは、得られなかったものより、自己受容、環境制御力の点数が高かった。自分を受け入れ、認めることができ、環境にうまく対応できるということを示唆している。

実習中に充実した人間関係を築けたものは充実した人間関係を築けなかったものより環境制御力が高いという結果であった。このことは、環境にうまく対応でき、環境に対し柔軟に対応できる力において優れていることを示唆している。また、実習に対する満足度では、満足度の高いものは、低いものに比べて人生における目的、自己受容、環境制御力の点数が高かった。このことは、実習に満足したものは、満足しなかったものに比べて、人生における

目的を明確に見出しやすいことを示唆している。臨地実習という中で実際に患者を観て、看護師の行動から看護モデルと出会うことで、自分の今後の目標や目的を見出すことができると考える。

以上のことから、臨地実習への取り組み方感じ方によって、人間形成の在り方と関係するといわれている次元を明示する心理的well-beingに望ましい影響を与えていることが示された。具体的には、実習に対する自己学習が十分になされ、臨地実習に対して充実度が高く、達成感を感じ、充実した人間関係を調整でき、実習に対して満足が得られれば、心理的well-beingにより影響を与えられることが明らかになった。臨地実習に対して、学習ができるように配慮し、実習が充実しさらには、達成感を感じることができるよう促し、慣れない環境下で患者・看護師との関係性への配慮ができ、実習に対して満足であったと感じることができるように、主体的、能動的にかかわっていけるように学習環境を調整することが重要であると考えられる。石川<sup>3)</sup>らは、実習は学生にとって看護師になるためのアイデンティティ形成への第一歩となり、その実習をどれだけ有意義に過ごせるかは、その後の看護職としての人生に大きな影響を及ぼすと述べている。今回の調査では、対象者が48人と少なかったが、半数以上のものが高群であり、平均評定値も高い傾向にあった。このことは、基礎看護学実習Ⅱに対する学生のイメージは、前向きであると考えられる。

## VI. 研究の限界

今回の研究では、臨地実習への取り組み方感じ方が、心理的well-beingにどのように影響しているかを検討したが、看護学生の心理的well-beingは臨地実習のみが影響するものではなく、日常生活や講義などの学生生活のすべての経験から影響を受けると考えられる。特に、今回の調査は、基礎看護学実習Ⅱ

を終了してから半年以上経過してからの調査である。その間、看護学の学習も進むことや、アルバイトなどの日常生活の出来事などの経験も影響することも容易に推測される。今後は、看護学生の人間形成の場としての臨地実習の重要性を意識し、実習のどのような場面で学生が成長できるのかを詳細に検討し、今後の臨地実習の指導に役立てていきたい。

## VII. 結論

1. 実習への取り組み方感じ方の平均評定値において、高群は実習充実度が高く自己学習の程度が一番低かった。一方、低群は自己学習の程度が高く、実習充実度の程度が一番低かった。
2. 心理的 well-being の下位尺度の自己受容に関しては、自己学習の程度、実習充実度、実習達成感、実習満足度が影響していた。
3. 心理的 well-being の下位尺度の自律性に関しては、実習充実度が影響していた。
4. 心理的 well-being の下位尺度の環境制御力に関しては、実習充実度、実習達成感、充実した人間関係、実習満足度が影響していた。
5. 心理的 well-being の下位尺度の人生における目的に関しては、実習満足度が影響していた。
6. 心理的 well-being の下位尺度の人格的形成、積極的な他者関係については、有意差はみられなかった。

## VIII. 謝辞

本研究の主旨を理解し、調査にご協力を頂いた本学看護学科 3 年生に深く感謝申し上げます。

## 文献

- 1) 浜崎隆司他：大学における課外活動が心理的 well-being に及ぼす影響—鳴門教育大学フィルハーモニー管弦楽団の活動を中心として—。鳴門教育大学研究紀要 25：180 - 188(2010)。
- 2) 西田裕紀子：成人女性の多様なライフスタイルと心理的 well-being に関する研究。教育心理学研究 48：433 - 443(2000)。
- 3) 石川恵子：看護学生における臨地実習へのモチベーション。京都大学大学院医学研究科人間健康科学系専攻紀要 11：11 - 16(2015)。
- 4) 井田政則他：看護師の心理的 well-being に影響を及ぼす要因について—共分散構造分析を用いた因果モデルの検討—。立正大学心理学部研究紀要 7：1 - 14(2009)。
- 5) 佐伯政男他：主観的 well-being とその心理的要因の関係。慶応義塾大学大学院システムデザインマネジメント研究科 文部科学省グローバル COE プログラム
- 6) 奥田匠：大学生の主観的・心理的 well-being に及ぼすスポーツドラマチック体験および経験年数の影響。



## 資料 1

### I. 基礎実習Ⅱに対する取り組み方や感じ方

次の質問についてあてはまる番号に○をつけてください。

5.非常にあてはまる 4.あてはまる 3.どちらでもない 2.あてはまらない 1.全くあてはまらない

1. 実習前に十分自己学習をして臨んだか

5                      4                      3                      2                      1

2. 実習は充実した時間であったか

5                      4                      3                      2                      1

3. 実習に対する達成感が得られたか

5                      4                      3                      2                      1

4. 実習の中で充実した人間関係が築けたか

5                      4                      3                      2                      1

5. 実習に満足できたか

5                      4                      3                      2                      1

### II. 「心理的 well-being」尺度 （西田）

次の質問についてあてはまる番号に○をつけてください。

5.非常にあてはまる 4.あてはまる 3.どちらでもない 2.あてはまらない 1.全くあてはまらない

1 私は、周囲の状況にうまく折り合いをつけながら、自分らしく生きていると思う

5                      4                      3                      2                      1

2 私は、自分の行動は自分で決める

5                      4                      3                      2                      1

3 私には、もう新しい経験や知識は必要ないと思う

5                      4                      3                      2                      1

4 自分がどういう人生を送りたいのか、はっきりしている

5                      4                      3                      2                      1

5 私は、うまく周囲の環境に適応して、自分を生かすことができる

5                      4                      3                      2                      1

6 他者との親密な関係を維持するのは、面倒くさいことだと思う

5                      4                      3                      2                      1

7 私の人生には、ほとんど目的がなく、進むべき道を見出せない

5                      4                      3                      2                      1

8 新しいことに挑戦して、新たな自分を発見するのは楽しい

5                      4                      3                      2                      1

9 私は、自分に対して肯定的である

5                      4                      3                      2                      1

10 重要なことを決めるとき、他の人の判断に頼る

5                  4                  3                  2                  1

11 私は、あたたかく信頼できる友人関係を築いている

5                  4                  3                  2                  1

12 何かを判断するとき、社会的な評価よりも自分の価値観を優先する

5                  4                  3                  2                  1

13 私は、今とは異なる自分になりたいと思う

5                  4                  3                  2                  1

14 状況をよりよくするために、周りに柔軟に対応することができる

5                  4                  3                  2                  1

15 私は他者に強く共感できる

5                  4                  3                  2                  1

16 これ以上、自分自身を高めることはできないと思う

5                  4                  3                  2                  1

17 私の人生は、学んだり、変化したり、成長したりする連続した過程である

5                  4                  3                  2                  1

18 私は何かを決めるとき、世間からどうみられているのかとても気になる

5                  4                  3                  2                  1

19 自分の考え方は、そのときの状況や他の人の意見によって左右されがちである

5                  4                  3                  2                  1

20 自分の身に降りかかってきた悪いことを、自分の力でうまく切り抜けることができる

5                  4                  3                  2                  1

21 私はこれまでに、あまり信頼できる人間関係を築いてこなかった

5                  4                  3                  2                  1

22 自分の生き方を考えるとき、人の意見に左右されやすい

5                  4                  3                  2                  1

23 これからも、私はいろいろな面で成長し続けたいと思う

5                  4                  3                  2                  1

24 私は現在、目的なしにさまよっているような気がする

5                  4                  3                  2                  1

25 良い面も悪い面も含め、自分自身のありのままの姿を受け入れることができる

5                  4                  3                  2                  1

26 自分の周りで起こった問題に、柔軟に対応することができる

5                  4                  3                  2                  1

27 本当に自分のやりたいことが何なのか、見出せない

- |  |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|
|  | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
|--|---|---|---|---|---|
- 28 私の能力は、もう限界だと思う
- |  |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|
|  | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
|--|---|---|---|---|---|
- 29 自分の時間を他者と共有するのはうれしいことだと思う
- |  |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|
|  | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
|--|---|---|---|---|---|
- 30 私はいつも生きる目標を持ち続けている
- |  |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|
|  | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
|--|---|---|---|---|---|
- 31 私は、自分自身が好きである
- |  |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|
|  | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
|--|---|---|---|---|---|
- 32 私の今の立場は、様々な状況に折り合いをつけながら、自分で作り上げてきたものである
- |  |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|
|  | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
|--|---|---|---|---|---|
- 33 自分らしさや個性を伸ばすために、新たなことに挑戦することは重要だと思う
- |  |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|
|  | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
|--|---|---|---|---|---|
- 34 私は、自分の性格についてよく悩むことがある
- |  |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|
|  | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
|--|---|---|---|---|---|
- 35 私は他者といると、愛情や親密さを感じる
- |  |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|
|  | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
|--|---|---|---|---|---|
- 36 私は、新しい経験を積み重ねるのが、楽しみである
- |  |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|
|  | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
|--|---|---|---|---|---|
- 37 私は、自分の生きていることの意味を見出せない
- |  |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|
|  | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
|--|---|---|---|---|---|
- 38 自分の行動を決定するとき、社会的に認められるかどうかをまず考える
- |  |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|
|  | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
|--|---|---|---|---|---|
- 39 私は自分の生き方や性格をそのまま受け入れることができる
- |  |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|
|  | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
|--|---|---|---|---|---|
- 40 私は、これまでの人生において成し遂げてきたことに、満足している
- |  |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|
|  | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
|--|---|---|---|---|---|
- 41 習慣にとらわれず、自分自身の考えに基づいて行動している
- |  |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|
|  | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
|--|---|---|---|---|---|
- 42 私の人生は退屈で、興味がわからない
- |  |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|
|  | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
|--|---|---|---|---|---|
- 43 私は、自分の将来に夢を持っている
- |  |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|
|  | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
|--|---|---|---|---|---|