

短 報

## キャンプスタッフ体験で高められる看護学生の自己肯定感 —健康管理の視点から、その要因を探る—

中山 久子<sup>1)</sup> 菊田 文夫<sup>2)</sup> 吉越 聖子<sup>3)</sup>

### Development of Nursing Students' Self-Affirmation through Participation as a Camp Staff Member in a Work-study Program

Hisako NAKAYAMA, RN, PHN, MA<sup>1)</sup> Fumio KIKUTA, PhD<sup>2)</sup> Seiko YOSHIGOE, RN, PHN<sup>3)</sup>

#### [Abstract]

This paper examines how nursing students built up their self-affirmation through participation in a work-study program. Lack of self-affirmation is common to many nursing students, especially those who have mental or physical problems. In order to develop nursing students' self-affirmation through active learning, "St. Luke's Camp" for parents and children was started in 2004, where nursing students work and study as staff members and play an important role. Through the reports written by the nursing students in the program, it was found that experiences which help them feel that they are "a person of importance" or "a person of value", are important for their self-affirmation, and that this work-study program offered them much-needed opportunities to increase their self-affirmation.

[Key words] nursing student, work-study program, camp, self-affirmation, health management

#### [要 旨]

こころやからだの健康問題を抱えている看護学生たちが共通して持つ「自信がない」「自己肯定感に乏しい」という感覚を変えていくためには、自己を見つめ、仲間とともに自己肯定感を高めることができる何らかの体験が必要であると考えられる。そこで、本稿では、本学学生の自己肯定感向上に寄与していると思われる「聖路加キャンプ」の実践記録から、自己肯定感を高めることができる体験の抽出を試みた。その結果、自己肯定感を高めるためには、キャンプスタッフとして参加する学生自身が、先輩や後輩、あるいは参加者との関わりの中で、「自分は大切な存在である」こと、「自分は価値ある人間である」ことを実感する体験が不可欠であることがわかった。したがって、日常的に学生同士が、お互いを大切な存在として認め合う場を構築することが自己肯定感の向上にとって不可欠であると考えられる。

[キーワード] 看護学生, 体験学習, キャンプ, 自己肯定感, 健康管理

1) 聖路加看護大学 健康管理室 保健師 St.Luke's College of Nursing, School Nurse  
2) 聖路加看護大学 健康教育学 准教授 St.Luke's College of Nursing, Health Education  
3) 東洋英和女学院 小学部 非常勤養護教諭 Toyo Eiwa Primary School, School Nurse

## I. はじめに

看護学生には看護専門職を目指す者として、健康に関する知識とそれを育み見まもる技術を身につけること、さらに人間を対象とする援助者として人間を総合的に見る眼と人間性を重視した判断力が要求される。これらの能力は、看護専門科目や臨地実習で主体的に学ぶこと、加えて在学中に体験する様々な出来事を通して自己理解を深め、自己を成長させていくことによって、獲得されるものと考えられる。

著者（中山）は本学健康管理室で専任保健師として、看護学生の心身の健康保持増進を目指した活動を進めている。その一環として、入学時に希望者に行っているTAOK テスト、すなわち人格を「自我状態」と「対人態度」という2つの面から総合的にとらえることができる検査の結果をみると、近年の傾向として半数近い新入生が「自己肯定感」に乏しいことが明らかとなっている。これは、日常的に行われる学生たちへの応急処置や健康相談という関わりを通して日々感じている学生たちの自己肯定感の乏しさを支持する結果である。そこで、こころやからだの健康問題を抱えている看護学生たちが共通して持つ「自信がない」「自己肯定感に乏しい」という感覚を変えていく体験、すなわち、それを通して自己を見つめ、仲間とともに価値ある出来事ととらえなおすことによって自己肯定感を高める体験とはいったいどのようなものなのか、について探っていきたい。

本稿の第Ⅱ章で、学生の自己肯定感向上に寄与していると考えられる「聖路加キャンプ」の取り組みについて、主宰者（菊田）から概要を紹介する。第Ⅲ章では、過去にキャンプスタッフとして参加した卒業生（吉越）による「聖路加キャンプ」の振り返りによる気づき、を紹介する。

それらをもとに、「聖路加キャンプ」が学生たちにどのような影響をもたらしていると考えられるのか、さらにプログラムの中で何が生まれ、結果として看護学生の自己肯定感向上に寄与した要素とは何であるのかについて、健康管理の視点から考察したい。

## Ⅱ. 学部学生とつくりあげている聖路加キャンプについて

### 1. 聖路加キャンプの概要

聖路加看護大学健康教育学研究室が主催する「親子キャンプ」は、2004年11月に開催した「牛飼体験と秋を感じる親子キャンプ in 清里」以来、山梨県北杜市清里、山梨県北都留郡小菅村、および静岡県伊東市宇佐美をフィールドに、現在までに23回を重ねている。また、その間の2005年、2006年、および2007年の8月には、10泊11

日の「いのちと自然と自分を感じる長期子どもキャンプ」を山梨県北杜市清里で開催した。これらのキャンプでは、「いのち」「こころとからだの健康」「人間としての成長」の素晴らしさや大切さを効果的に伝えるための方策として、毎回、キャンプで伝えたい大切なことを具体的に決めた上で、自然豊かな環境を十二分に活用した魅力的な体験活動（以下、アクティビティと表記する）を含むプログラムづくりと、世代間交流を含む生活体験の場をつくりあげる試みを継続して行ってきた。

参加者については、原則として、東京都中央区内の小学校に在籍する児童ならびにその家族を対象としており、対象となる児童が在籍する小学校に募集要項の配布を依頼して、個別に参加申込を受け付けている。これまでに実践した親子キャンプへの参加者は、延べ120家族、高校生以下の子どもが延べ194名、その保護者が延べ183名、また、長期子どもキャンプでは36名の児童を迎えている。

なお、これらのキャンプの運営については、主宰者である著者（菊田）と宿泊施設に所属する自然体験活動指導者に加えて、キャンプスタッフとしての参加を希望する本学学部生に援助をお願いしている。これまでに実践したキャンプにキャンプスタッフとして参加した学部学生は、親子キャンプ29名、延べ78名、長期子どもキャンプ15名、延べ19名である。

### 2. 聖路加キャンプで伝えたい大切なこと

聖路加キャンプのプログラムづくりにあたっては、自分では予測ができない有限な「いのち」、生きかたを伝える「健康教育」、そして、生涯学び続ける人間としての「成長」をキーワードとして、季節やフィールドの特徴を考慮しながら、具体的に伝えたい大切なことをキャンプスタッフ全員で決定し、それに沿った魅力的なアクティビティを計画している。これまで実践した聖路加キャンプに共通する、伝えたい大切なことは次の5点である。

- ①自分を支えてくれるあらゆる「いのち」と自分自身の「いのち」への感動と感謝の気持ちを育む機会を提供すること。
- ②乳幼児から高齢者まで一人ひとりを、そして一人ひとりの生きかたや価値観を尊重する雰囲気、例えば「いろいろな人がいていい、いろいろな人がいるから楽しい」という雰囲気を醸成していくこと。
- ③人間の成長には見まもりが必要である。特に勉学以外で大人との関わりが希薄になりがちな現代の子どもたちの、こころとからだのバランスのよい成長を支援するためには、彼らの自主性を尊重し、さまざまな生活体験や冒険体験の場を丁寧に見まもることが必要である。さらに、保護者やキャンプスタッフ自身も、ともに成長していく場として大切に考えること。

- ④ポジティブフィードバックによる自己肯定感の向上が期待できる場、意思決定力を育む場として、このキャンプを位置づけ、失敗から学ぶ体験学習と自らの意思で行う冒険や挑戦の意義を貴重な機会と捉えること。
- ⑤キャンプに集うすべての人々と感動を共有する機会を設けること。そのために、参加者には、キャンプ期間中の電子機器（携帯電話、コンピュータ、iPod、ゲーム機器など）の使用を特別な事情がない限り、遠慮願っている。

### 3. キャンプスタッフとしての学部学生の役割

キャンプスタッフの学部学生には、自らの意志でキャンプスタッフを希望したことに敬意を表するとともに、自分らしく自由に、情熱を持ってキャンプに取り組むことができるよう、教員の立場から最大限の支援を約束している。聖路加キャンプの実践を重ねてきた成果として、先輩のリーダーシップのもと、キャンプの開催時期から、伝えたい大切なこと、プログラムづくり、リスクマネジメントまで、自主的にキャンプスタッフミーティングを持ちながら、キャンプスタッフの総意として決定する、いわば、皆でキャンプをつくりあげる雰囲気とシステムが確立されている。さらに、キャンプの実践に際しても、事前準備を含めて、ほぼすべてのアクティビティを学部学生が自らの希望で担当する体制が整っている。聖路加キャンプの実践を重ねてきた過程で明確になった、キャンプスタッフとしての学部学生が担っている重要な役割は、次の10点である。

- ①伝えたい大切なことを楽しく正確に伝えるストーリーづくり  
開催時期（季節）やフィールドの特徴を活かして計画される複数のアクティビティの内容と、その順序にストーリー性を持たせる工夫を、創造性豊かに作りあげる。また、アクティビティを通して「いのち」や「健康」に関する情報や知識を伝える必要がある場合には、科学的な根拠に基づいて内容の吟味を行う。
- ②キャンプ期間中は参加者同士の交流を促すための「触媒」に徹する。参加者に関わりすぎず、一人ひとり、あるいは家族の成長を距離を置いて見まもる姿勢も大切である。
- ③あらゆる場面において、参加者にキャンプスタッフの意向を押し付けない、自由な雰囲気を醸しながら、参加者が安心してアクティビティを楽しむことができるように見まもる。さらに、必要と思われる場合には、参加者自身の気持ちや要望に応じた援助を自主的に行う。
- ④キャンプに集うすべての人々が、居心地がよいと感じる、常にオープンな雰囲気づくりを心がける。特に、聖路加キャンプを初めて訪れた参加者には、疎外感や

居場所について不安を抱くことがないように気を付ける。

- ⑤参加者とともにアクティビティや生活体験を楽しみながら、活動の目指す方向を自らの行動で参加者に伝える。
- ⑥キャンプをスケジュールどおりに実践することに固執せず、参加者の体調や天候に応じて臨機応変に対応する。
- ⑦キャンプスタッフ同士が、お互いを大切に想う気持ちを忘れずに、気づいたことは遠慮なく話し合える雰囲気や醸成していく。さらに、キャンプ期間中は、仲間のキャンプスタッフの動きに気を向けながら、いま、自分がなすべきことは何かを考え、自主的に実践する。
- ⑧キャンプの客観的資料として、アクティビティ、生活体験の場面でみられる親子のかかわりや世代間交流の様子、大人や子どもの表情、参加者とキャンプスタッフとの交流の様子などを写真によって記録する。これらは、キャンプ最終日に上映されるスライドショーの素材として活かされるとともに、キャンプスタッフミーティングの際に、アクティビティの効果を検証する根拠となりうるものである。
- ⑨キャンプスタッフとしての振り返りを参加者に伝えるために、キャンプ期間中に撮影した写真をまとめたスライドショーを作成し、最終日に上映する。
- ⑩事前のスタッフトレーニングやスタッフミーティングの場で、リスクマネジメントに関する情報と安全管理の方策について議論し、その結果を共有する。さらに、キャンプ期間中、毎夜行われるスタッフミーティングで、当日の安全管理に関する振り返りを行い、翌日以降の実践に活かしていく。

以上、述べてきた聖路加キャンプにキャンプスタッフとして参加する学部学生の集団には、経験豊かな先輩が後輩を、キャンプスタッフとして自分らしく活躍できるように温かく見まもり支援する一方、後輩は自らのロールモデルとして先輩に憧れ、先輩から学ぶ機会をととても大切にしている様子が見えがえる。加えて、彼らは仲間とともに自分自身も成長できる貴重な機会として聖路加キャンプを位置づけ、失敗から学ぶ体験学習と自らの意思で行う冒険や挑戦に大きく価値を置いていると見受けられる。

また、アクティビティを計画通りに実践することができなかった場合や、失敗、ミスが発生した場合についても、当事者となった仲間をいたわるとともに、失敗やミスを否定的に捉えすぎることなく、キャンプスタッフ皆で成長の糧に活かしていこう、というたくましさを感じることが出来る。

さらに、キャンプを実践する過程で自ら気づいた、あるいは仲間気づかされた自分自身が得意とする能力を

互いに尊重し、それぞれの能力を最大限に発揮するためにはどのようなチームづくりをすればよいのか、について、キャンプスタッフ皆で話し合い、キャンプの実践に活かすことができるような体制が整いつつあることも特筆すべきことである。

### Ⅲ. キャンプスタッフ体験を通しての気づき

「聖路加キャンプ」には、参加家族だけではなく看護学生にとっても、身に付けたい重要な要素が多く含まれている点や、そこで得た体験学習の成果が看護専門職者としての実務遂行を支える能力の獲得に少なからず結びついている実感がある。学生時代に「聖路加キャンプ」のキャンプスタッフとして参加し、看護師の経験を経て、再び子を持つ母としてキャンプに参加した著者(吉越)が、卒業生として現在実感している4点について以下に述べる。

#### 1. 看護学生として身に付けておきたい要素がある

以前、「聖路加キャンプ」に参加する児童の保護者を対象として事前に行った「家族へのアンケート」には、「1学期は不登校」「決まったお友だちとしか遊ばない」「お友だちとなじんで一緒に行動しているか」など、子どもたちのコミュニケーションスキルに関連する不安を述べた回答が多かった。そして、長期子どもキャンプ初日のスタッフミーティングでは、「他人のことに興味を示さない」「バスの隣に座っている子の名前も聞かない」「友だちの名前を覚えなさい」といった子どもたちにどう対応していけばよいか、キャンプスタッフから不安の声があがっていた。しかし、最終日に子どもたちが書いた「ふりかえりシート」では、「いろんな友だちと仲良くなれた」「だんだん協力できていくのがわかった」という回答が得られている。これはキャンプスタッフが、子どもと丁寧に関わってきた結果として獲得した評価であり、当初の不安は大きな自信へと変わった。コミュニケーションスキルに乏しい子どもたちに対する関わりを通して、子どもたちにどのような支援が必要とされるのか、について考え、実践を試みる姿勢は、看護学生にとって、ぜひ身に付けておきたい要素のひとつである。

#### 2. 誰にでも主役になれる瞬間がある

キャンプにはゆったりとした時間、生活を共にする仲間、豊かな遊ぶ空間がある。学校だけでは分からなかったそれぞれの子どもが見せる多様な面に、どの子どももお互いに目が留まるようになる。すると、どの子どもにとっても主役になる瞬間が必ず訪れる。例えば、補聴器を必要とするA君の名前すら覚えなかった、いわゆる「ガキ大将」のB君の口から、昆虫に詳しい博士のよう

なA君の一面に触れたとき、「すごい」という言葉が自然と出てくる。一方、「ガキ大将」のB君の夢は料理人であり、郷土料理作りで見せた目の輝きや包丁の腕前を、みんなが「すごい」と賞賛したとき、彼は自らの力を確信し、お互いの素晴らしいところに気づき認めあうことの大切さに目覚めたと思う。このようなストーリーが、キャンプの随所に起きている、子どもの自己肯定感が高まる瞬間だと思う。これと同様のストーリーがキャンプスタッフの中でも展開されていた。

#### 3. ポジティブフィードバックがお互いを認め合うことにつながる

臨地実習でも繰り返されているが、キャンプでも準備の段階からスタッフ同士で行動を認め合い、お互いに評価を交換する経験が繰り返されている。ただし、臨地実習の対象が基本的には患者であり、例えば24時間連続して関わる実践は、看護師として勤務するようになってからでなければ経験できない。しかし、キャンプでは子どもたちや家族と共に生活しながら、さまざまな関わりを持つことができる。キャンプを実践する中で、問題やチャンスは突然起こり、それらを瞬時にどう捉えるかはキャンプスタッフそれぞれの個性に左右されるところが大きい。1日を振り返ったとき、たとえ「できない自分」ばかりが頭に残っていたとしても、仲間のキャンプスタッフから、自分では気づくことができなかった肯定的なフィードバックを受けることによって、自分が選択した行動への価値と自信を認める機会となる。これと酷似した状況を著者(吉越)は看護師1年目に経験した。学生時代の知識や看護技術では対応できない日々。理想と現実のギャップに悩む新人は多く、現時点での「できない自分」とらわれてしまいがちだ。その中で、キャンプに参加した経験を持つ著者(吉越)が、「できない自分」とらわれすぎることなく、看護師1年目を乗り切れたのは、キャンプで得た体験が生かされていたから、と思う。

#### 4. キャンプに集うすべての人々が大切な存在

著者(吉越)が学生としてキャンプスタッフを務めた動機は主に「参加者や仲間とキャンプを作っていくことへの楽しさ」であった。しかし、卒業後、「聖路加キャンプ」を訪れて、「新たな気づきが仕事に役立つ」という、研修にも似た新たな学びを求めている部分や、「後輩の新鮮な感覚や問いかけに答えながら自分の行動を振り返り、自分の経験を伝えられる場がある」という、意欲的な後輩と出会える刺激と、経験豊かな先輩として認められる喜びを感じていることに気づいた。さらに、子を持つ母として参加したキャンプでは、わが子を客観的に見る機会、家族以外の大人に褒められたり、叱られる機会、異なる年齢の子どもを持つ家族同士の交流によっ

て自分やわが子の数年後がイメージできる機会でもあった。「子育てを孤立化させない」役割までもが、このキャンプに包含されている。自らの年齢や立場の変化に応じて参加動機が変化しながらも、その時々で「聖路加キャンプ」に求めるものや「聖路加キャンプに」貢献できる役割が必ずあることは、「聖路加キャンプ」に集う、すべての人びとが大切に想われ、認められる雰囲気づくりによるものだと思う。

#### Ⅳ. 看護学生の自己肯定感を高めるキャンプ スタッフ体験とは

こころやからだの健康問題を抱えて、健康管理室にやってくる看護学生たちが共通して持つ「自己肯定感に乏しい」という感覚を変えていくために、「聖路加キャンプ」の体験記録から、学生の自己肯定感向上に寄与していると思われる体験要素の抽出を試みた。その結果、前述のキャンプで伝えたい5つの大切なこと、すなわち、①参加者全員が大切な存在である、②さまざまな価値観が存在している、③見まもりあうことによってお互いの自主性を尊重できる、④体験したことは必ず何らかの意味があり、価値がある、⑤感動を共有することで他者の出来事ではなく、自分の出来事としてもとらえられる、これらがまさに自己肯定感を高める要素と考えられた。これらの要素をキャンプスタッフとして参加する学生自身が、先輩や後輩、あるいは教員、または参加者との関わりの中で、他者から承認されるという体験を通して実感し、これらの体験を仲間と共有し、どのような意味があったのかを語り感じあう中で、これらを価値あるものとしてとらえ直しているのではないかと考えられる。キャンプの体験の中で主役になる瞬間、リーダーになる瞬間を経て、ポジティブなフィードバックを受けたときや、失敗したと感じたり、自分としては納得できるような実践が

できなかったとしても、それを仲間とともに価値あることと認めるときに自信を取り戻すこと、自己肯定感を高めることが可能になるのではないかと考えられる。また、「聖路加キャンプ」に集う、すべての人びとが大切に想われ、認められていることをお互いが実感できるからこそ、キャンプに参加した人、それぞれが「自分は大切な存在である」こと、「自分は価値ある人間である」ことを実感し、その結果として学生の自己肯定感が高められるのではないかと考える。

#### Ⅴ. 健康管理の立場から

学生生活の中で、学生は様々な体験をしながら、相手を認め、自己を肯定することを学んでいく。それは、社会人として、看護専門職業人として、また人生においても貴重な体験となりうるだろう。今回は、「聖路加キャンプ」というひとつの試みを、健康管理の視点から、「自己肯定感」に寄与できる体験として紹介した。このような体験を、学生生活の様々な機会に提供できる環境が整えられると、学生たちは伸びやかに、また相手とのかかわりの中で成長する看護学生としての資質を育てていくことができるのではないかと考える。

看護学生の健康管理を担う著者（中山）としては、日常的に学生同士、先輩が後輩の相談を受ける場、さらには本学卒業生による学生生活相談の場を設けて、先輩は後輩の頼れる存在となり、また後輩はモデルとなる先輩に憧れ、その先輩から大切な存在として認められる関係の構築を目指すことが、学生自身の自己肯定感の向上に不可欠であると考えられる。

本稿の作成にあたっては、本学の健康管理室開設の労をとられた聖隷クリストファー大学飯田澄美子教授のご指導をいただきました。厚く御礼申し上げます。