

## 原 著

順天堂大学保健看護学部 順天堂保健看護研究 9  
P.14-22 (2021)初年次教育プログラム「仁（JIN）への道」の構成の違いが  
新入生のコミュニケーション・スキルおよび精神健康度に及ぼす影響Effects of Differences in the Structure of “The Way to JIN (Humanity)” as First-year  
Experience Program on the Communication Skills and Mental Health of Fresh Students.

辻川比呂斗<sup>1)</sup> 林 亮<sup>1)</sup> 榎本佳子<sup>1)</sup> 山本哲子<sup>1)</sup>  
 TSUJIKAWA Hiroto HAYASHI Ryo ENOMOTO Yoshiko YAMAMOTO Tetsuko  
 金井健史<sup>2)</sup> 中村 剛<sup>3)</sup> 江川 潤<sup>4)</sup>  
 KANAI Takefumi NAKAMURA Tsuyoshi EGAWA Jun

## 要 旨

**背景：**順天堂大学保健看護学部（以下、本学部とする）では、2017年度からチームビルディング体験を基盤にした初年度教育プログラムを取り入れた本学部独自のプログラム、新入生スタートアップセミナー「仁（JIN）への道」（以下、SUSとする）を実施している。毎年、修正を重ね、2018年度では学内演習だけでなくチームとしての協力を体験する三島市ピクチャーラリーを取り入れた。本学他学部で実施されているフレッシュパーソンズキャンプと異なる点は、1日目はチームで実施することについて、多くのディスカッションを重ね、「自己理解、他者理解を深める」といったプログラムを体験する。その中で学生達は、チームの仲間と主体的に課題解決するために試行錯誤を行なうプロセスを経る過程にある。

**目的：**本報告では、2017年度および2019年度に実施したプログラムの違いについて、コミュニケーション・スキルおよび精神的健康度にどのような影響があったのか分析を行った。

**結果：**2017年度と2019年度の対象が異なるため直接比較は出来ないものの、コミュニケーション・スキルおよびGHQは共に有意に改善を示した。

**結論：**2019年度プログラムは、主催者間で検討を重ね、構成をよりシンプルにし、ピクチャーラリーといった仲間と協力せざるを得ない体験型プログラムを導入した。その結果、コミュニケーション・スキルにおける【関係調節】や精神的健康度における【不安と不眠・うつ傾向】の改善に繋がったことが示唆された。

**索引用語：**初年次教育、体験学習、コミュニケーション・スキル、精神健康度

**Key words：**First-Year education program, Experience program, Communication skills, Mental health

1) 順天堂大学保健看護学部

2) アクセプト

3) 武蔵野大学

4) 神田外語大学

1) *Juntendo University Faculty of Health Science and Nursing*2) *Accept*3) *Musashino University Faculty of Education*4) *Kanda University of International Studies*

(Nov. 6, 2020 原稿受付) (Jan. 15, 2021 原稿受領)

## 1. はじめに

一般的に企業やスポーツチームが売上UPや勝利というビジョンを掲げ、その目標達成を果たすための手段として「チームビルディング（組織開発）」という手法により、企業内やチーム内における意思の疎

通を図り、組織の活性化を期待し、実施されている<sup>1)</sup>。目標達成のためのチームビルディングではなく、学びを深める手段としてチームビルディングに着目することで、大学の初年次教育にも取り入れて成果を挙げている報告もある<sup>2, 3)</sup>。初年次教育については、看護系大学においても重要視され、大学進学率が高まっている現在、「専門職としての学習する力」を獲得する機会として、多くの大学にも取り入れられてきている<sup>4)</sup>。また、日本学術会議健康・生活科学委員会、看護学分科会の報告書では、大学教育の分野別質保証のための教育課程編成上の参照基準を定め、その中の一つとして「生涯専門職として研鑽を継続していく基本能力」を挙げている<sup>5)</sup>。このような主体的に学習していくための能力は、大学生活のみならず、自身のキャリアを見通し、学びを蓄積して成長する能力といえるが、現在のカリキュラムには科目として設定されていないため、大学独自のアプローチが必要と考える。

本学部では2010年の開学以来、初年次教育の一つとして新入生が入学した4月中旬の早期に研修会を開催している。まず、開学時から7年間は、1泊2日の新入生キャンプを実施していた<sup>6)</sup>。当初プログラムは、「学生間、教職員間の親睦を深め、大学生活のスタートダッシュを図る事を目的とする」ための内容であった。しかしながら、学生の主体性を育むといったニーズに対応すべく、2017年度よりSUSとしてチームビルディング体験を核に据えた独自のプログラムを構成して実施している。このプログラムは、これからまさに始まろうとする大学生活において、新入生が主体性や協調性を育み、大学生としての心構えを身につけていられるように検討し作成されたものである<sup>7)</sup>。本プログラムでは学内での演習的な内容は、設計された場、ラボラトリーであり、そこに日常生活からエントリーして、その体験をまた日常に活かそうとする(リエントリーする)ことによる行動変容プログラムといえる<sup>8)</sup>。

2017年度プログラムでは2日間のラボラトリー内での体験といえ、その体験・経験を新たに始まる日常(大学)生活に結びつくようなプログラム構成をしていた<sup>7)</sup>。2017年度SUS実施前後の調査では、学生の【他者受容】や【前向き思考】、【リーダーシップ】の有意な向上がみられた<sup>7)</sup>。

2018度は、プログラムに関するアンケートや学生部委員会での話し合いにより、身体活動を伴い、チームビルディング体験をより深く学ぶことのできる「ピクチャーラリー」を企画・導入することとなった<sup>9)</sup>。この構成の変更によって、エントリーとリエントリーを繰り返す流れを2日間の中で実施できるようになった。2018年度SUS当日は、悪天候により開始時間が大幅に遅れるなど、様々な要因が重なったため、ピクチャーラリーを導入した効果の検証を行うことができなかった。そこで、2019年度において、ピクチャーラリーを含めたSUSを実施できたため、本研究では2017年度と2019年度の入学生に対するSUSプログラムの構成の違いが、日常生活スキルおよび精神的健康度にどのような影響があったかについて分析を行い、検討することを目的とした。

## II. 調査方法

### 1. プログラム構成

図1に両年度のプログラムをチーム形成の過程モデルであるTuckmanモデル<sup>10)</sup>に対応させて配置させたところ、2017年度プログラムでは、混乱期から統一期への流れが縦方向に進んでから移行しているような配置であった。2日目は徐々に機能期に移行して散会期を迎えるという流れである。一方、2019年度プログラムでは、1日目に時間経過とともに個人的にも集団としても程よい関係性に向かっていく配置となっており、2日目の「ピクチャーラリー」では、日常生活の延長である街中散策の体験の中、人間関係が深まっていく、もしくはぶつかり合いながらも、大学に戻っ

### Tuckmanモデル：チームがチームとして機能するまでのプロセス

1. 形成期（forming）：メンバーが集められ関係性を築いていく時期
2. 混乱期（storming）：メンバーの考え方の枠組みや感情がぶつかり合う時期
3. 統一期（norming）：共通の規範や役割分担ができあがっていく時期
4. 機能期（performing）：チームとして機能し、成果を出していく時期
5. 散会期（adjourning）：目的の達成もしくはプロジェクトの終了によりチームは解散する。次のミッションに向けて動き出す時期

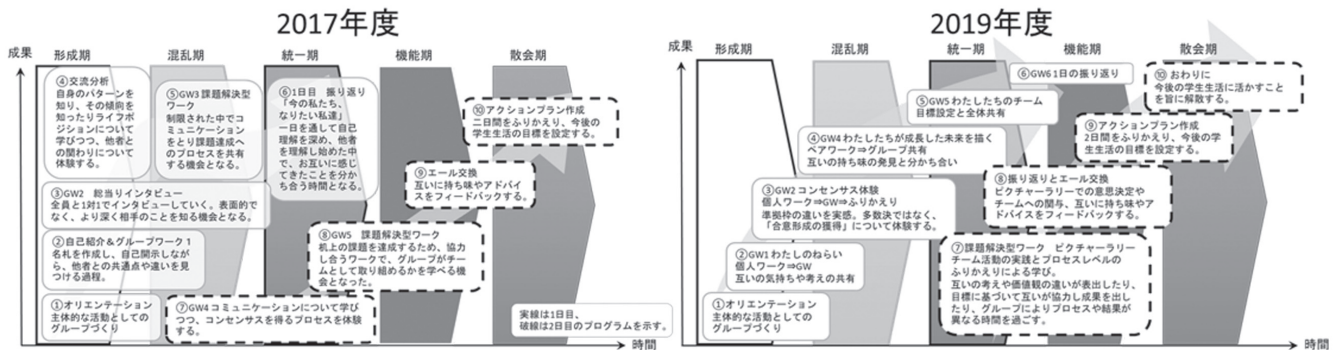


図1 Tuckmanモデルに対応するSUS2017(左) および2019(右)における各セッションの位置づけ

てから（エントリー）互いの思いを共有する事のできる内容となっている。

2017年度プログラムの特徴は、自己開示から徐々に他者へのインタビューや交流分析、コミュニケーションについて学ぶ時間を十分に設けたプログラム構成で、2日目に合意形成（コンセンサス）体験を経て、屋内での課題解決ワークを実施したところである<sup>7)</sup>。対して、2019年度プログラムでは、各グループワークで振り返りもしくは分かち合いといったプロセスを取り入れ、また1日目の段階でコンセンサス体験を経た上で、チームとしての目標設定や翌日の行動計画を立てた。そして、特徴である「ピクチャーラリー」を2日目午前中に行い、その振り返り・分かち合いに十分な時間をかけることを行った。「ピクチャーラリー」とは、大学キャンパス周辺3地域を2時間以内に課題をルールの範囲内で、各チームが協力しあい指定された写真の被写体を探し当てながら、最終的に大学に戻ってくるといふプログラム<sup>9)</sup>で、おおよそ10km近い距離を新入生たちは歩き回る運動量となっている。

## 2. データ収集方法

2017年度、2019年度共に以下の手続きをとった。学生部委員からのSUS事前オリエンテーション時に、研究の趣旨、質問紙の構成、倫理的配慮について説明文書を用いて口頭で説明し、同意の得られた学生のみ回答を依頼した。質問紙調査は、①SUS事前オリエンテーション時、②SUS終了後に行った。回収ボックスを設置して、アンケートの提出を以て同意した事とした。

## 3. 調査項目

本研究では以下の信頼性および妥当性が確認された尺度を用いた。

### 1) ENDCORES<sup>11)</sup>

コミュニケーション・スキルの諸因子を階層構造に統合したENDCOREモデルに基づき作成された尺度である。多面的なコミュニケーション・スキルを体系的に把握できる。各尺度は①【自己統制】、②【表現力】、③【解説力】、④【自己主張】、⑤【他者受容】、⑥【関係調整】の6因子の下位尺度からなる。各下位尺度

につき4項目、計24項目で構成される。7件法で回答を求めた。得点が高いほどスキルが高いことを意味する。

## 2) 日常生活スキル尺度(大学生版)<sup>12)</sup>

効果的に日常生活を過ごすために必要なライフスキルを測定する尺度である。主に対人場面で展開されるスキルを示す対人スキルとして、①【親和性】、②【リーダーシップ】、③【計画性】、④【感受性】と、主に個人場面で展開されるスキルを示す⑤【情報要約力】、⑥【自尊心】、⑦【前向き思考】、⑧【対人マナー】の合計8因子の下位尺度からなる。各下位尺度につき3項目、計24項目で構成される。4件法で回答を求めた。得点が高いほどスキルが高いことを意味する。

## 3) GHQ 精神健康調査票 28 項目版(以下、GHQ)<sup>13)</sup>

神経症者の症状把握、評価および発見に有効な尺度である。①【身体症状】、②【不安と不眠】、③【社会的活動障害】、④【うつ傾向】の4下位尺度からなる。各下位尺度につき7項目、計28項目で構成される。4件法で回答を求めた。各質問項目において1、2点を0点、3、4点を1点として換算し、各下位尺度の合計得点が低得点である程健康度が高い。カットオフ値は5/6点とされ、5点以下が健常者、6点以上が神経症群とされている。

## 4. 分析方法

統計ソフトは、SPSS statistics25を用いた。2017年度と2019年度における学生の特性の比較では、各年度のSUS実施前に対してMann-WhitneyのU検定を用い、各年度におけるSUS実施前後での各尺度における差の検定ではWilcoxonの符号付順位検定を用いた。有意水準は5%とした。

## 5. 倫理的配慮

アンケート回答にあたり、事前ガイダンスの際に、学生部委員担当講師より書面および口頭にて説明した。匿名性保持のため、各調査は無記名とし、通し番号を付け、ランダムで配布した。強制力排除のため、回答は自由意思であること、協力しない場合でも不利益は生じないことを説明した。本研究は順天堂大学保健看護学部研究倫理委員会の承認を得て実施した(承認番号:順保倫29-15号)。

## III. 結果

質問紙の回収率は以下である。なお、有効回答は事前・事後の回答が対応しているもの、欠損値がないものとした。表中では事前質問紙をpre、事後質問紙をpostとし、有意差を認めた項目を色づけして示した。回収率が質問紙ごとや年度ごとに異なるが、2017年度と2019年度の許容誤差は、それぞれ10%および5%程度であるため、共に母集団を反映した結果とみなして検討した。

### 1. 2017年度結果(表1)

各尺度の有効回答率は、① ENDCORE s : 77件(有効回答率62%)、②日常生活スキル尺度 : 78件(有効回答率63%)、③ GHQ : 66件(有効回答率53%)であった。ENDCOREsでは、【自己統制(p=.00)】、【表現力(p=.00)】、【自己主張(p=.00)】、【他者受容(p=.00)】および【関係調整(p=.00)】において有意な上昇を認めたが、【解読力】においては有意差を認められなかった。日常生活スキルでは、【前向き思考(p=.00)】、【自尊心(p=.00)】、【感受性(p=.00)】、【リーダーシップ(p=.01)】および【親和性(p=.00)】において有意な上昇を認めたが、【計画性】、【情報要約力】および【対人マナー】において有意差はなかった。GHQでは、【身体症状(p=.00)】、【不安と不眠(p=.00)】、【社会的活動障害(p=.00)】および【うつ傾向(p=.02)】のすべての項目において有意な改善を認めた。



表 1 2017年度 SUS前後の各尺度の変化

上位尺度	下位尺度	pre		post		pre vs. post	
		中央値	四分位範囲	中央値	四分位範囲	P値	
ENDCOREs(n=58)	自己統制	18.5	16-21	21.0	18-23.2	.00	
	表現力	16.0	14-18	19.0	16-23	.00	
	解読力	20.0	18-22	21.0	18-24	.10	
	自己主張	15.0	13-18	17.0	14-23	.00	
	他者受容	21.0	19-23.2	23.0	20-24	.00	
	関係調整	20.0	18-22.2	22.0	20-24	.00	
日常生活 スキル (n=72)	個人スキル	前向き思考	9.0	8-11	9.0	9-12	.00
		自尊心	7.0	6-9	8.0	6-9	.00
		計画性	9.0	7-10	9.0	7-10	.55
		情報要約力	10.0	9-11	10.0	9-12	.37
	対人スキル	感受性	7.0	6-8.7	9.0	7-9	.00
		リーダーシップ	8.0	7-9	8.0	7-10	.01
		親和性	8.0	6-9	9.0	7-9	.00
		対人マナー	10.0	9-12	10.0	9-12	.75
GHQ (n=68)	身体症状	2.0	1-4	1.0	0-2	.00	
	不安と不眠	3.0	1-4	1.0	0-2	.00	
	社会的活動障害	1.0	1-2	0.0	0-1	.00	
	うつ傾向	0.0	0-1	0.0	0-0	.02	

\* wilcoxonの符号付き順位検定

有意水準 .05

表 2 2019 年度 SUS前後の各尺度の変化

上位尺度	下位尺度	pre		post		pre vs post	
		中央値	四分位範囲	中央値	四分位範囲	p値	
ENDCOREs (n=77)	自己統制	19.0	16-21	20.0	18-24	.00	
	表現力	18.0	15-19.5	20.0	16-23	.00	
	解読力	19.0	17-22	21.0	19-24	.00	
	自己主張	16.0	14-20	18.0	16-22	.00	
	他者受容	21.0	20-24	23.0	20-25	.01	
	関係調整	20.0	18-22	22.0	19-24	.00	
日常生活 スキル (n=78)	個人スキル	前向き思考	9.0	9-11.25	10.0	9-12	.26
		自尊心	8.0	6-9	9.0	7-10	.01
		計画性	8.0	6-9	9.0	7-10	.00
		情報要約力	9.5	9-11	10.0	9-11	.03
	対人スキル	感受性	8.0	7-9	9.0	7-9.25	.00
		リーダーシップ	7.5	6-9	8.5	7-10	.00
		親和性	8.0	7-9	8.0	7-9	.01
		対人マナー	9.0	9-12	10.0	9-12	.05
GHQ (n=69)	身体症状	2.0	1-4	1.0	0-2	.00	
	不安と不眠	1.0	0-2	0.0	0-1	.00	
	社会的活動障害	2.0	0-3.5	0.0	0-2	.00	
	うつ傾向	1.0	0-1	0.0	0-1	.00	

\* wilcoxonの符号付き順位検定

有意水準 .05

2. 2019年度結果(表2)

各尺度の有効回答率は、① ENDCOREs : 58 件 (有効回答率 47%)、② 日常生活スキル尺度 : 72 件 (有効回答率 58%)、③ GHQ : 69 件 (有効回答率 55%) であった。ENDCOREs では、【自己統制 (p=.00)】、【表現力 (p=.00)】、【読解力 (p=.00)】、【自己主張 (p=.00)】、【他者受容 (p=.01)】 および【関係調整 (p=.00)】 の全ての下位尺度において有意に上昇していた。日常生活スキル尺度では、【自尊心 (p=.01)】、【計画性 (p=.00)】、【情報要約力 (p=.03)】、【感受性 (p=.00)】、【リーダーシップ (p=.00)】、【親和性 (p=.01)】 および【対人マナー (p=.05)】 において有意に上昇していたが、【前向き思考】は有意差を認めなかった。GHQは【身体症状 (p=.00)】、【不安と不眠 (p=.00)】、【社会的活動障害 (p=.00)】 および【うつ傾向 (p=.00)】 の全ての下位項目で有意な改善を認めた。

3. 変化量の比較(表3)

プログラムが各下位尺度に与えた影響を検討するため、両年度において有意差を認めた項目について Pre から Post への変化量を比較した。ENDCOREs で

は、【関係調整 (p=.00)】 において 2017 年度と比較して、2019 年度において有意に大きな変化量を認めたが、【自己統制】、【表現力】、【自己主張】 および【他者受容】 には有意な差は示されなかった。日常生活スキル尺度では【自尊心】、【感受性】、【リーダーシップ】 および【親和性】 の全ての対象項目で有意差を認めなかった。2019年度におけるGHQの下位項目である【不安と不眠 (p=.01)】 および【うつ傾向 (p=.03)】 において有意な改善が認められた。

IV. 考察

一般大学におけるチームビルディングの考え方を取り入れた初年次教育プログラムによって、「社会人基礎力」、「ジェネリック・スキル」などが有意に増加したことが報告されている<sup>2) 3)</sup>。しかしながら、医療現場においてもチームビルディングの必要性は求められつつも、現場での取り組みが難しい事も懸念されている<sup>14)</sup>。我々は医療現場で活躍すべき看護学生達の初年次教育プログラムにチームビルディングを体験することで、大学生活そのものが変化する事を期待し、プログラム開発を行った。2017年度と2019年度のプ

表3 2017年度および2019年度のSUS後の各因子における変化量の比較

上位尺度	下位尺度	2017 (n=53)		2019 (n=94)		2017 vs. 2019 P値
		中央値	四分位範囲	中央値	四分位範囲	
ENDCOREs	自己統制	2.0	0.2 - 4	2.0	0 - 3.5	.71
	表現力	3.0	0 - 6	2.0	0 - 4	.13
	自己主張	2.0	0 - 5	4.0	0 - 6	.12
	他者受容	1.0	0 - 3	3.0	0 - 4	.09
	関係調整	0.5	-1 - 4	4.0	2 - 6	.00
日常生活 スキル	個人スキル 自尊心	1.0	0 - 2	1.0	0 - 2	.38
	感受性	1.0	0 - 2	1.0	0 - 2	.29
	対人スキル リーダーシップ	1.0	-1 - 2	0.0	-0.25 - 2	.36
	親和性	0.5	0 - 2	1.0	0 - 2	.67
GHQ	身体症状	-1.0	-2 - 0	-1.0	-2 - 0	.75
	不安と不眠	-1.0	-3 - 0	0.0	-1 - 0	.01
	社会的活動障害	-1.0	-1 - 0	-1.0	-2 - 0	.93
	うつ傾向	0.0	-0.7 - 0	0.0	-1 - 0	.03

\* Mann-WhitneyのU検定

有意水準 .05

プログラムともに ENDCORES、日常生活スキルおよび GHQ28 の各項目において、SUS の前後で有意に改善していた。【自己主張】や【他者受容】などの項目も有意に増加して、初年次教育プログラムとしての目的と合う内容と言えるだろう。また、GHQ28 のスコアはカットオフ値を下回っており、精神的な健康度は良好な集団といえ、他の医療系大学生や看護学生の平均値と比較しても低い傾向であった<sup>15) 16)</sup>。

これらの結果は、学習者のニーズを尊重しながらラボラトリー、すなわち実験すること、グループ体験の中で実験的な学習を行い、集団や個人の行動変容を目指す「ラボラトリー方式の体験学習」の効果<sup>8)</sup>によって得られたと考察できる。また体験学習の循環過程においては、体験、内省・観察、分析、仮説化を踏むことが重要<sup>17)</sup>で、両年度踏まえて本プログラムで重要視しているのは必ず実施した活動毎にその都度振り返りの時間を設けているところにある。

2019 年度プログラムにおいて改善を示していた下位項目の中でも、【計画性】、【情報要約力】および【対人マナー】については、「ピクチャーラリー」の実施が影響していると考えられる。1 日目のプログラム構成は大学内でのラボラトリーにおける気付きや分かち合いなど自分たち自身で構築した「安心できる風土（場）作り」<sup>8)</sup>となり、その中で得た経験を活かす場が「ピクチャーラリー」であったためである。2017 年度プログラムには翌日の計画や目標設定などは存在しない過程である。そして、実際にグループ・チームとして活動し、その振り返りを通してプロセス中に感じたことなどを分かちあう機会を経て、【関係調整】や【不安や不眠】および【うつ傾向】の変化量が 2017 年と比較して有意に改善したと示唆される。「ピクチャーラリー」自体の結果の良し悪しに限らず、学内に戻ってからの振り返りなどの時間は、ラボラトリーへの再エントリーと考えられる。2017 年度プログラムのようなラボラトリーのための研修ではなく、

2019 年度プログラムではエントリーとリエントリーを繰り返すことで、学生達は“学んだことを日常に活かす事”を学び得た結果と示唆された。

## V. 研究の限界

本研究は、チームビルディング理論を元に構築された 2017 年度と 2019 年度プログラムを比較し、「ピクチャーラリー」を取り入れた結果、ラボラトリー方式の体験学習が深まり、結果として学生達のコミュニケーション・スキルや精神的健康度の改善を促す事が確認された。しかしながら、アンケートの回答は学生の任意であったため、統計上、母集団を許容できる集団と言えるが協力的でない参加者に対する介入の影響を除いた結果であることが研究の限界といえる。また、2019 年度プログラムにおいてファシリテーターとして上級生が介入するなど、2017 年度とは違うアクションが含まれていた<sup>18)</sup>ことが、これら結果への何らかの作用があることも否定できない。2019 年度のようなフルスペックの SUS プログラムの効果について、個人内のレジリエンスなど今回調査した以外の因子や集団として相互作用をうける因子にも影響することも予想されるため、更なる検討を重ねていきたい。

## VI. 謝 辞

本研究を実施するに当たり尽力された順天堂大学保健看護学部 2016 年新入生キャンプ検討 WG および 2017 年以降の学生部委員および SUS 実行委員、参加者の皆様に感謝の意を表します。

## 利益相反

本研究において開示すべき利益相反はない。

## 参考文献

- 1) 北森義明：組織が生きるチームビルディング。東

- 洋経済新報社, 2008.
- 2) 中村剛, 熊谷太郎: 武蔵野大学における初年次教育「武蔵野 BASIS」の効果—自己の探求プログラムの効果検証—. 武蔵野大学教養教育リサーチセンター紀要 The Basis. 5: 89-100, 2015.
  - 3) 中込啓一, 中村剛: 「自己の探求」プログラムの効果検証: 「ジェネリック・スキル」の評価ツールを用いて. 武蔵野大学教養教育リサーチセンター紀要 The Basis. 6: 77-92, 2016.
  - 4) 豊嶋三枝子, 小口多美子: 看護系大学における初年次教育の実態—教員への質問紙 調査から—. 看護教. 40:140-142, 2009.
  - 5) 日本学術会議健康・生活科学委員会看護学分科会: 大学教育の分野別質保証のための教育課程編成上の参照基準 看護学分野. 平成29年9月29日, 2017.
  - 6) 辻川比呂斗, 江川潤, 林亮他: 看護系大学新入生キャンプにおけるセラピューティックレクリエーションプログラムの試み. 順天堂保健看護研究 4, 42-48, 2016.
  - 7) 辻川比呂斗, 中村剛, 江川潤他: 新入生スタートアップセミナー「仁 (JIN) への道」の作成プロセスとその効果. 順天堂保健看護研究 6, 45-52, 2018.
  - 8) 津村俊充: プロセスから学びを支援するファシリテーション-ラボラトリー方式の体験学習を原点として- 人間関係研究(南山大学人間関係研究センター紀要), 8, 30-68, 2009.
  - 9) 鈴木江利子, 林 亮, 辻川比呂斗他: 新入生スタートアップセミナー2018「仁 (JIN) への道」の取り組み. 順天堂保健看護研究 7, 87-93, 2019.
  - 10) Tuckman, Bruce W. and Jensen, Mary Ann C. 'Stages of Small-Group Development Revisited', Group & Organization Studies, 2(4),419-427, 1977.
  - 11) 藤本学, 大坊郁夫: コミュニケーション・スキルに関する諸因子の階層構造への統合の試み. パーソナリティ心理学研究 15, 347-361, 2007.
  - 12) 島本好平, 石井源信: 大学生における日常生活スキル尺度の開発. 教育心理学研究 54, 211-221, 2006.
  - 13) 中川泰彬, 大坊郁夫: GHQ 精神健康調査票 手引. 日本科学文化社, 57-66, 1985.
  - 14) 草野千秋: 医療における自律的なチーム・ビルディングに関する事例研究. 人間環境研究 5(2)19-26, 2007.
  - 15) 菅谷洋子, 小林 智, 西本 典良: 女子医療福祉系学生の喫煙と精神健康状態・ストレスコーピング・自己効力感の関連. 保健福祉学研究 16,9-16, 2018.
  - 16) 片山友子: 大学生の健康度・生活習慣のパターンによる分類と精神的健康度の関連性. 滋賀短期大学研究紀要 4, 53-62, 2015.
  - 17) 津村俊充: プロセス・エデュケーション, 金子書房, 2012.
  - 18) 榎本佳子, 辻川比呂斗, 山本哲子他: 本学部の初年次教育にサポート役として関わった上級生の学びと学生間の縦のつながりにおける課題. 順天堂保健看護研究 8, 18-26, 2020.



---

*Original Article*

---

## Effects of Differences in the Structure of “The Way to JIN (Humanity)” as First-year Experience Program on the Communication Skills and Mental Health of Fresh Students.

TSUJIKAWA Hiroto <sup>1)</sup> HAYASHI Ryo <sup>1)</sup> ENOMOTO Yoshiko <sup>1)</sup> YAMAMOTO Tetsuko <sup>1)</sup>  
KANAI Takafumi <sup>2)</sup> NAKAMURA Tsuyoshi <sup>3)</sup> EGAWA Jun <sup>4)</sup>

1) Juntendo University Faculty of Health Science and Nursing

2) Accept

3) Musashino University Faculty of Education

4) Kanda University of International Studies

### Summary

**BACKGROUND:** The Juntendo University School of Health and Nursing (hereinafter referred to as the School) has been conducting a program unique to the Faculty, the Fresh Student Start-up Seminar "The way to Jin" (hereinafter referred to as SUS), which incorporates a first-year education program based on team-building experiences, since FY2017. Each year, the program has been modified. In FY2018, it incorporated the Mishima City Picture Rally, which allows students to experience cooperation as a team and on-campus exercises. What is different from the Fresh Person's Camp held by other faculties of the university is that on the first day, the students have many discussions about conducting the camp as a team, and experience a program such as "deepening self-understanding and understanding of others." In the process, students go through trial and error to solve problems independently with their teammates.

**PURPOSE:** This report analyzed the differences between the programs implemented in FY2017 and FY2019 and how they affected communication skills and mental health.

**RESULTS:** Both communication skills and GHQ showed significant improvements in communication skills and GHQ, although direct comparisons cannot be made between FY 2017 and FY 2019 due to the different targets.

**CONCLUSION:** For the FY2019 program, the organizers discussed and simplified the structure and introduced an experiential program, such as a picture rally, that forced participants to work with their peers. The results suggested that the program led to improvements in [relationship regulation] in communication skills and [anxiety and insomnia/depression tendencies] in mental health.

Key words : First-Year education program, Experience program, Communication skills, Mental health