

■ 特集「エンパワメント」

## 看護職者の“看護力”の養成

文 珠 紀久野  
(山梨県立看護大学)

### 1、はじめに

“看護”は今ここで生きた人間関係を通して関わり、看護師の有している知識、技能を患者に提供することによって、患者が健康を回復させていく過程に関わり、患者が自分の状態に向き合い受け入れていけるように援助する行為である。

そのために、看護師は疾病に関すること、人の身体のしくみなどの知識を学ぶだけでなく、知識を活用して実践していくための技能—看護技術—を身につけていく。しかし、それだけでは患者を“病む対象”としてとらえているにすぎなくなる。患者は“病気”であっても“人”としてそこにいることが尊重されることにより、患者は“自分”に向けられる看護を有効に自分のものにしていくことができると考えられる。

看護師は患者を“人”として尊び、“人と人”との関わりを通して患者の看護をする人であるといえる。そのためには、自分が相手をどのように捉え、関わっているかに普段からより注意を払い、点検することが必要となってくる。

そこで、看護師には自分自身のあり方、対人関係、コミュニケーション、リーダーシップ等に関してより広く、かつ深い学修が求められる。そういった要請に応えるように、種々の学習機会が用意されている。

病院内には、「教育委員会」が組織され、新卒者、3～5年目の看護師、10年目などと節目に沿った研修、リーダーシップをはじめとする“対人関係”に関する研修、看護倫理や看護理論の学習会などの研修がある。また、受け持ち患者の事例研究を中心とする“看護研究”を通して、“看護力”を伸ばそうと日々学修が続けられている。

さらに、各県の看護協会が開催する研修、医療・看護系出版社の研修、看護系大学の公開講座など、学習意欲と機会に応じて自分を育てる場は広く存在している。

筆者は、約18年前に“看護”の世界に関わり始めた。現在看護大学で心理学、人間関係論を教授していることから、看護師を対象とした“人間関係”や“グループやリーダーシップ”に関する内容の研修を要請されることが多い。また、継続学習を求める看護の教員や看護師の要望に応え、9年前から本学において“カウンセリング研修会”を主宰し、実施してきた。

そこで、病院内で実施された“リーダーシップ研修”と“カウンセリング研修会”に参加してきた2人の学修を取り上げ、看護師の“看護力”養成の1方法を紹介し、看護力を伸ばすための条件を明らかにするための一助となることを願って報告したい。

## II、院内研修からみた看護師の養成

A県内にあるB病院の研修の一つである「リーダーシップ研修」を取り上げ、看護師の看護力養成の状況を紹介する。B病院では、勤務年数が5年から7年目にあたる看護師は病棟において“リーダー”としての役割を付与され、日勤における看護全体を把握すると共に他のスタッフの看護活動を調整するなどの役割を果たしている。リーダーとして、全体を見る力が求められるだけでなく、他のスタッフの状況を把握しながら働きかけることが必要となるため、毎年1回“リーダーシップ研修”が課されている。

筆者が“リーダーシップ研修”に関わるようになって9年になるが、病院からはいわゆる「講義」では十分なリーダーシップを発揮する力につかないため、“エクササイズ”を用いた“体験学習”での研修を要望されてきた。そこでの研修が看護師にどのような影響を与えているかを検討することを目的として報告する。

### 1) 研修目的

- ・自分の行動やコミュニケーションの特徴に気づく
- ・自分の他者との関わりに気づく
  - 他者に与える影響
  - 他者から与えられる影響
- ・グループで協働することを楽しむ

### 2) 対象

A県にあるB病院に新卒で採用され5～7年目になる看護師36名（全員女性）

### 3) 研修内容

- 2003年12月X日 17時15分～19時45分（2時間30分）
- 実施したエクササイズ：「ブロック・モデル」
  - ①導入（ねらいの提示） 15分
  - ②エクササイズ「ブロック・モデル」課題と手順の説明 5分
  - ③実施 40分
  - ④審査とコメント 15分
  - ⑤ふりかえり 15分
  - ⑥分かち合い 30分
  - ⑦小講義「協働するとは」 25分
  - ⑧アンケート記入 5分

### 4) 看護師の反応

研修実施後に行ったアンケート項目は、①グループ討議に対する思い、②グループでの話し合いに対する思い、③研修のねらいの達成度、④満足度、⑤参加度、⑥看護との関連、⑦自分への気づき、⑧研修に対して感じた気持ち、⑨看護力を伸ばすために必要なことの8項目である。②～⑦は7段階で評定し、その評定に対する思いを自由に記述するように構成されている。

#### (1) 研修の影響

結果を表1に示す。

表1. 研修実施後のアンケート結果（いずれも7段階評定の平均値）

	人数	グループでの話し合い				ねらいの達成度	満足度	参加度	看護との関連		自分への気づき	
		好き嫌い	面白さ	能率性	役立つ				役立ち度	関係度		
全体	36	3.86	4.08	4.47	5.28	5.39	5.72	5.83	5.56	5.64	5.25	
グループ討議への好感度	低	13	2.46	2.92	3.92	4.77	5.23	5.62	5.77	5.46	5.62	5.08
	高	11	5.36	5.36	5.27	5.91	5.55	5.64	5.64	5.73	5.73	5.36

全体を見ると、研修のねらいの達成度、満足度、参加度とも高いことが伺われる。また、研修内容は直接看護に関わるエクササイズではないが、エクササイズを体験することから導き出される「コミュニケーションのありかた」「グループ・メンバーとの協働」「自分がグループやメンバーに与える影響」といったことが、日々の看護実践に影響を及ぼすと見ていることが示唆されている。

また、グループ討議に対する好悪感の度合いでみると、好感度が高い看護師ほど研修から得ることが多いと思われる。

## (2) 研修内容と看護との関連

自由記述された内容を整理検討すると、研修によって気づいた事柄としての「自分」に関わるものとして、「自分に気づく力」「自分のリーダーとしての役割に気づく力」「自分の影響に気づく力」があがっている。また、「チームで協働する力」「グループ・プロセスに気づく力」「グループに働きかける力」「コミュニケーション能力」があげられている。

看護するということは、「自分」がどういった傾向を持っているかを知り、「自分の影響力」に気づくことで患者やスタッフとよりよい関係が築けるかどうかに関連している。相手とどういった関係を築くことができるかによって、提供する看護が有効に働くかどうかに関連しているために、看護師にとって「自分」と向き合うことはさけられないと考えられ、自己理解や自己認知に焦点が当てられた本研修が、自分の看護に影響していると捉えられていると思われる。

また、看護師はチームで病棟の患者を看護していることから、チームの状況を把握し、チームにどのように働きかけるかによって、忙しく複雑な看護業務の遂行に影響が生じる。そのために、グループの様子を把握し、自分がグループやメンバーにどういった影響を及ぼしているか、自分は相手の言うことを十分聴いているか、表現は明確かといった内容を含む本研修が意味あるものとして捉えられたと思われる。

## (3) 看護師として必要と考えられている能力

看護師として必要であると考えられている能力は、大きく分けて、「対人関係に関するもの」「自分に関するもの」「他者理解に関するもの」「コミュニケーションに関するもの」「看護や医療の具体的な知識や看護技術に関するもの」があげられている。

①対人関係に関するものとしては、人間関係を形成する力、対人関係における自分の態度や価値観に気づく力、状況を把握する力、自分を表出する力、対人関係を観察し判断して関わる力、ストレスへの対処能力といったものがあげられている。

②自分に関するものとしては、自分をふり返り、知る力、自分の影響に気づく力、自分の果たしている役割を把握する力、プラス志向でとりくめる能力があがっている。

③他者理解に関するものとしては、相手の気持ちを知る力や理解する力、相手の行動の意味を把握する力といったように、相手を受け入れ相手を理解する力が強く求められている。

④コミュニケーションに関しては、自分の思いを表現する力、相手の思いを聴く力、コミュニケーション技術が必要とされている。

また、看護を実践する上で、種々の知識と理論に裏付けられた看護技術の

向上は必須であると考えられ、より最新の知識を得ることと技術を身につけることを望んでいる。

### III、2 事例から

前述したように筆者は9年前から山梨県内の看護職者のための“カウンセリング研修会”を主宰している。初年度から継続して参加しているAさんと3年前から参加しているBさんへのインタビューから研修を通し何を学び、成長してきたかに関し、検討を行う。

看護職者のカウンセリング学習への意欲は高い。その背景には、従来医師の補助業務として扱われがちであった看護が、より患者の立場に立って看護を実践しようとする方向に変化してきたことと関係していると思われる。また、入院してくる患者の背景は複雑であり、患者自身の人権意識の高まりとともに、患者一人一人にあった看護を展開することが必要となってきた。そのためには、患者と十分関わり、患者の思いを聴き、患者と十分なコミュニケーションをはかりながら実践することが重要となってきたことも1つの要因と思われる。

患者の立場に立ち、患者とコミュニケーションを図りながら看護するためには、カウンセリングを学修することによって、患者の多様で複雑な思いへの適切な対応が可能になるとの期待から、看護師からカウンセリングの学修が強く希望されるようになってきた。

しかしながら、3交替、あるいは2交替の勤務の間を縫って研修会に通い続けるのは困難である。その中で、9年間ほぼ皆勤であったAさんと3年前から参加のBさんにとってこの研修がどういった影響を及ぼしたかを検討し、看護力を高めるための方策を探索したい。

#### 1) カウンセリング研修会の概要

1995年6月から本学の看護教員のために始めた本研修会であるが、次第に県内の看護職者の参加が増え、現在は対人援助職に関わる臨床心理士、教員、保育士、児童民生員等の参加もみられるようになった。

1999年までは隔週木曜日18時30分から21時で実施してきた。学修を継続している参加者と初めて参加する人との間に学習内容を変える必要性がみられ、継続者は「カウンセリング・アドバンス研修会」として第4木曜日、初心者は第4金曜日と分けて実施するようになった。

研修会のねらいは、“自分に気づく”ことを中心におき、患者と関わる“自分”を点検し、“自分”の特徴に気づき、“自分”のコミュニケーションや対人関係を識ることである。学習方法は“体験学習”を用い、エクササ

イズを活用しながら「ふりかえり」と「分かち合い」を重視する方法で行っている。

Aさん、Bさんには

- (1) 自分に影響を及ぼしたあるいは意味があった研修内容
- (2) 研修と看護との関連
- (3) 研修が与えた自分への影響
- (4) 継続できた要因

の4点を中心にインタビューを行った。

## 2) インタビューの内容

- (1) Aさん：一般病院勤務の30代女性看護師・「カウンセリング、アドバンス研修会」メンバー

### ① 自分に影響を及ぼした、あるいは、意味があった研修内容

交流分析の学習により、自分の自我状態を点検する中で、「他者にも自分にも厳しい私」が自分を苦しめていることに気づいたこと、他者からのポジティブなフィードバックをディスカウントする自分に気づいたことにより、“厳しく怖い看護師”から“他者の思いを聴ける看護師”へと変化した。また、自分の価値観を見直すことにより、他者との間で生じるトラブルやストレスを適切に対応して対処できるようになった

### ② 研修と看護との関連

スタッフに対して自分から声をかけることが多くなったことや、カンファレンスで患者や家族の思いを考えるようなやりとりが多くなった。また、患者の思いを聴けるようになり、特に末期やガンの告知を受けた患者、家族の思いを自分の価値観を意識しながら聞けるようになった。

### ③ 自分自身への研修の影響

自分に厳しい面がゆるめられ、自分自身を大切にできるようになった。また、自分と他者の価値観の違いを意識しながら行動できるようになった。発見した自分は、“気持ち”を大切にしようとしている自分、知らない場だと自由に振る舞える自分であり、人と関わりたい欲求が強いことを再確認した。しかし、頑固で相手と距離を置きたがる自分、相手の期待に応えなくなる自分は変化していない。

### ④ 継続できた要因

自分を知ることが面白いし楽しいこと、自分に対して抱いている様々な疑問を解消したいという欲求があったこと、他者からのフィードバックが得られることや自分の行動に対して周囲が反応を返してくれること—特にポジティブな反応を多くもらったこと—である。また、人間関係トレーニング（Tグループ）に参加したあと、「変わったね」と言われ、何が自分を変化させたかを知りたいという思いが継続させた要因と思う。仕事で疲

れていても研修会に参加すると疲れが飛んでしまうような満足感が得られるからである。

(2) Bさん：重症・心身障害児対象の病院勤務の30代男性・「カウンセリング、入門研修」メンバー

①自分に影響を及ぼした、あるいは、意味があった研修内容

毎回のようにあるグループでの演習。初めのうちはゲーム感覚で熱中してしまい、状況を見ることができなかった。次第に全く意見を言わない人にも目が向くようになり、意見を求めたり、参加を促すなどができるようになった。

自分を見つめる演習。大きなトラブルに巻き込まれた時はふりかえる余裕がないが、職場でスタッフと意見が合わないときなど、時々自分をふり返り、自分に気づくことができるようになった。

②研修と看護との関連

これまでは人に仕事を任せることができず、自分自身でがんばってしまうことが多かった。現在もその傾向はあるが、自分がこの場でできることは何か、何をしたら喜ばれるか考えるようになった。がむしゃらに前に進まなくなった。

③自分自身への研修の影響

変化した自分は、会議をしているとき会議の進行状況や参加者の様子を考えるようになった。会議全体の流れ、誰の発言が影響したか、自分はその中でどのように動いたかなどを考えるようになった。自分が思っていたよりも大胆だったことを発見したし、気が短くせっかちである自分を再確認もできた。反面、何とかして相手を変えようとしてしまう強引さやどうしても相手と関われないと感じると自分の殻に閉じこもってしまう自分は変わらないと思う。

④継続できた要因

看護師という人間相手の仕事であり、相手のことを深く考えなければならぬということがあるので、必要だと思っているから。無料であり、宿題が無い（他の研修だとレポートが課される）ので、仕事に負担がかからないことも大きい。月1回という回数や研修会の雰囲気が心地よいから継続できていると思う。

3) 研修の意味

(1) 学習意欲

Aさん、Bさんに共通することは、看護において相手を知ること、相手の立場に立つことが重要であると考えており、そのために“カウンセリング”を学ぶ必要があると認識していることがあげられる。また、自分の

あり方、自分の行動や反応によって、トラブルが生じたり、自分自身にも相手にもストレスを与えてしまっていることから、そうになってしまう自分を知りたい欲求が高いといえる。学習意欲の高さが研修を継続させる大きな要因になっていると思われる。

#### (2) 自分の変化

研修を通して、自分に気づくことにより、自分を大切に扱えるようになったこと、他者からのフィードバックによって自分の変化に気づかされるだけでなく、その変化をポジティブに受けとめられる体験ができたことが、研修の効果として考えられる。

変わる自分、発見する自分、確認した自分、変わらない自分のどれもが“自分”であることを受け入れ、そういった自分と向き合っていく過程を通して、自己変革を促したのではないかと思われる。

### IV、看護力養成に影響を与える研修

人間を全体として捉え、看護の知識と技術を活用しながら患者を看護している看護師にとって、自分を高めるための努力が欠かせない。特に、対人関係を通じた援助であるため、対人関係、コミュニケーション、カウンセリング的関わりといった「人間関係」に関する研修が重要となっている。

一般的に看護師は相手の要求や期待に応え、自分が対処することを良しとする価値観を強く持っている。それだけに、忙しさのために十分患者の期待に応えられない事態が生じたり、満足できる対処ができないと、自分を責め、「できないと評価する自分」を強化してしまうことが多いといわれる。

体験学習を用いた研修を通して、自分の思いを伝えることができたり、その思いを他のメンバーが受けとめてくれるという体験や、他のメンバーからのフィードバックによって自分の影響に気づくことができたということから、自分に深く気づくことができるようになる。

自分自身を解放し、自己肯定感を得ることができるようになるにしたがって、他者を理解し、受け容れ、他者の立場に立って考えることもできるようになってくる。

Bさんが述べるように楽しく自由な雰囲気の中での学習が、自己解放に良い影響を与えている。

研修を通して、状況を観察、把握する力がつくこと、自分がグループや他者に与える影響をフィードバックされることによって、自分から働きかける力が養成されることが、看護師としてスタッフと協働するための力が伸展していくようである。



<謝辞>

カウンセリング研修会にたゆまなく参加していただき、また、快くインタビューに応じてくださったAさん、Bさんに感謝します。また、B病院の院内研修を使用することを了承してくださったA病院と36名の参加者の皆様方に深く感謝の意を表します。