

卒後2年目看護師の継続教育方法の検討 —リフレクションを取り入れて—

岩本 実里 木村佳奈美 伊東 成美 柚原 直美¹⁾
齋藤奈緒子

静岡赤十字病院 2-7病棟

1) 静岡赤十字病院 透析室

要旨： A病棟では、2年目看護師に対する継続した教育プログラムの一貫として、リフレクションを実施した。今回、その効果を明らかにし、継続教育方法を検討することを目的としてアンケート調査を行った。結果、リフレクションの実施は、2年目看護師と先輩看護師の両者にとって、【振り返りができる方法と機会】の提供となっていた。2年目看護師は、成長を感じた先輩から【発表し褒められることをついた自信】を糧に、【意見を聞く大切さ】を認識し、先輩から直接受けた助言以外である【他者の発表から学ぶ】こともしていた。これらは、【次につながる振り返り】となり、看護実践へと活かされていた。先輩看護師は、2年目看護師のリフレクションにより「振り返ることで知った2年目看護師の気持ち」をもとに、「見えてきた指導」を実践していた。同時に、2年目看護師の考えを知ることで先輩看護師は「成長を感じ変化した関係」を築いていた。リフレクションの実施により、2年目看護師の気づきや思いを引き出す振り返りを行うことができた。

Key words： 卒後2年目看護師、リフレクション

I. はじめに

新人看護師は、院内の新人看護師教育プログラムに沿って1年間指導を受ける。しかし、卒後2年目になるとキャリア開発ラダーによる指標はあるが、具体的な教育プログラムはなくなり、自主性や病棟での教育に任されている現状がある。そのため、A病棟でも、卒後2年目看護師（以下2年目看護師とする）に対する継続した教育方法を検討することになった。

病棟内で2年目看護師教育に対する実態調査を行ったところ、2年目看護師と先輩看護師は共に、患者家族のニーズに気づくことを到達目標としていることがわかった。しかし、2年目看護師は気づくこと自体に困難を感じていることに対し、先輩看護師は気づいて欲しいという思いを持っており、目標到達に向けて両者の思いにズレが生じていることが示唆された。塚本は、先輩看護師は2

年目看護師との語りの場が少ないと感じている¹⁾と報告しており、到達目標の設定は共通していても日常の関わりの中で目標達成への課題を詳細に把握することは難しく、実際の指導では先輩看護師と2年目看護師との間に目標達成への課題にズレが生じていた可能性があった。このような現状から、両者は、互いに到達目標達成に向け、思いを聞き課題を共有していく必要があると考えた。

リフレクションとは、看護実践の中で感じた不快な感情や違和感をきっかけに始まる経験の振り返りによって、看護実践能力を高めていく思考様式である²⁾。児玉らは、2年目看護師にリフレクションを行った結果、自己理解と自己をエンパワメントする力の高まりを中核に、リフレクションを行うための能力が看護実践に必要な能力を螺旋状に取り巻き、思考過程を発展させる³⁾と述べており、リフレクションは2年目看護師の継続教育

方法として有効であると考えた。そこで、2年目看護師に対する継続した教育支援の一貫として、A病棟で2年目看護師に対するリフレクションを実施した。リフレクションの実施においては、日々の看護を振り返る場となること、次の看護実践につなげること、病棟で継続できる教育方法であることを目指し、田村ら²⁾のリフレクションをもとに行った。

今回、実施したリフレクションの評価を行うため、A病棟の2年目看護師に実施したリフレクションの効果を明らかにし、実施したリフレクションが2年目看護師の教育方法として適切であるかどうかを検討した。

II. 目的

1. A病棟の2年目看護師に実施したリフレクシ

ョンの効果を明らかにする。

2. 実施したリフレクションが2年目看護師の教育方法として適切であるかどうかを検討する。

III. 方法

1. 研究対象者

内科系1病棟に所属する看護師29名（2年目看護師8名、先輩看護師11名）。ただし、令和元年度新人看護師は除いた。

2. 研究期間

令和元年5月～令和元年12月

3. データ収集の方法・手順

平成30年度と令和元年度にA病棟で2年目看護師リフレクションを経験した看護師と、リフレクションに参加した先輩看護師とで、それぞれアンケートを作成した（図1-①②）。研究対

教育係アンケート

教育係では病棟卒後2年目看護師教育の一環でリフレクションを実施しました。今年度は、実施したリフレクションの評価を行い、今後の継続について検討したいと思っております。そこで、スタッフの皆さんのご意見・ご感想を伺いたいと思ひ、アンケート調査をさせていただきます。

アンケートへの参加は自由意志です。アンケート結果を病棟や病院内外に公表する可能性があります。回答者が特定されることがないように匿名性を守ります。アンケート集計後はシュレッダーで裁断し、破棄します。また、アンケートの回答を持って、上記内容に同意したものとします。

ご協力お願いいたします。

昨年度から、合計4回(8人)の、卒後2年目看護師リフレクションを行いました。

1. リフレクションを行ったことで、日々の看護を振り返ることはできましたか？

2. リフレクションを行ったことで、日々の看護に活かせることはありましたか？また、リフレクションで得たことを日々の看護に活かしていますか？

3. 今回行ったリフレクションの実施方法について、感想を聞かせてください。

ご協力ありがとうございました。

/ までに休憩室の回収BOXに入れてください。

図1-① 卒後2年目看護師アンケート用紙

象者に主旨及び参加は自由意志であることを明記したアンケートを配布した。アンケートは院内メールを使用し研究対象者全員に配信した。アンケートの記入は、ワープロで入力とし、印刷して所定の回収箱に提出とした。回収箱は外から記載内容が見えないものとし、鍵のかかる場所で保管した。アンケート用紙は無記名記載とし、その提出をもって調査協力を同意を得たとした。また、アンケート配布前にA病棟看護師全員に対し、「研究協力の依頼」を用いて、研究の目的と方法、倫理的配慮について説明を行った。

4. データ分析の方法

- 1) アンケート用紙の回収後、平成30年度と令和元年度にA病棟で2年目看護師リフレクションを経験した看護師と先輩看護師に分け

て、記述内容を一文ひとまとまりとして書き出した。

- 2) 書き出した一文の意味を損なわないようにコード化した。
- 3) 意味内容が類似したものを集め、サブカテゴリーとした。
- 4) 更に近似するサブカテゴリーを集め、カテゴリーとした。

IV. 実施したリフレクションの概要

2年目看護師に対して、下記の方法を用いてリフレクションを実施した。本企画では、田村ら²⁾の方法を参考にした。

1. 目的

- ・リフレクションを行い、日々の看護場面を振り返ることができる。

教育係アンケート

教育係では病棟卒後2年目看護師教育の一環でリフレクションを実施しました。今年度は、実施したリフレクションの評価を行い、効果と今後の継続について検討したいと思います。そこで、スタッフの皆さんのご意見・ご感想を伺いたいと思い、アンケート調査をさせていただきます。

アンケートへの参加は自由意志です。アンケート結果を病棟や病院内外に公表する可能性があります。回答者が特定されないよう匿名性を守ります。アンケート集計後はシュレッダーで裁断し、破壊します。また、アンケートの回答を持って、上記内容に同意したこととします。

ご協力お願いいたします。

昨年度から、合計4回(8人)の、卒後2年目看護師リフレクションを行いました。

1. 卒後2年目看護師のリフレクションを行ったことで、日々の看護を振り返ることができましたか？
2. リフレクションを行ったことで、その後の指導に変化はありましたか？
また、リフレクションで感じたことを、その後の指導に活かしていますか？
3. 今回行ったリフレクションの実施方法について、感想を聞かせてください。

ご協力ありがとうございました。

..... /までに休憩室の回収BOXに入れてください。

図1-② 先輩看護師用アンケート用紙

- ・振り返りを文章にまとめることができる。
- ・病棟内で発表することができる。
- ・リフレクションを得た学びを今後の実践に活かすことができる。

2. 方法

- 1) リフレクション企画書を用いて2年目看護師に説明をし、リフレクション記入用紙に各自で事例を選び事前に記入してもらった。
- 2) 発表当日は、10人程度の2グループに分かれ、グループ毎に発表をした。発表後、グループ毎に意見交換を行った。その際、書記を決めフィードバック用紙に記入した。最後に、発表者は全体に向けて抱負を発表した。

V. 倫理的配慮

A病棟看護師全員に、研究の目的・意義、研究方法、研究期間、アンケートへの参加協力は自由意思であることを「研究協力の依頼」を用いて口頭で説明をした。その後、研究対象者にアンケートを配布した。アンケートには、研究の目的、方法、研究参加協力への自由意志、プライバシーの保護、個人情報の保護について記載し、アンケート提出をもって調査協力に同意を得たとすることを明記した。尚、本研究は、静岡赤十字病院看護部倫理委員会にて承認を得た。

VI. 結果

アンケートの回収率は、2年目看護師は7人、87.5%、先輩看護師は16人、76.2%であった。

1. 2年目看護師のアンケート結果

2年目看護師のアンケートから、2年目看護師に実施したリフレクションの効果については、45コードからなり、15サブカテゴリー、5カテゴリーが抽出された(表1)。以下コードを『』、サブカテゴリーを《》，カテゴリーを【】で示し、5つのカテゴリーについてその内容を示す。

1) 【発表し褒められることでついた自信】

2年目看護師はリフレクションについて、『大勢のスタッフの前での発表は緊張や不安もあったが、自己の成長に繋がった』と感じ

ていた。また、『文章にするだけでなく、発表することで新たな考えが生まれたため人の前で発表することは大事だと感じた』とも振り返っており、『発表が自己の成長につながった』と感じていた。さらに、『プライマリーとして患者に丁寧に関わる姿を褒めてもらい、そこは続けている』、『自信につながった』と患者への関りについて『褒めてもらい自信につながった』と認識していた。

2) 【意見を聞く大切さ】

2年目看護師は、リフレクションによって、自分の考えを肯定してもらうことだけでなく、『自分には考えつかない意見を聞き、自分の中で様々な考え方を持つことが出来た』と新しい意見を聞く機会を得たと認識しており、『自分の中で様々な考えを持つことができた』と振り返っていた。そして、『アドバイスを受けて振り返ったりする重要性を実感したことで、『他者の意見を聞く大切さを知り相談しやすくなった』と感じていた。

3) 【次につながる振り返り】

2年目看護師は、『同じ失敗や後悔を繰り返さないよう、似た場面に遭遇した際は意識するようになった』というように、リフレクションで『学んだことを意識している』姿がみられた。また、『今後の対応について振り返れて良かった』と感じ、リフレクションを『次につなげることを考えた』機会としていた。そして、リフレクションで貰った助言を活かし、『次に同じような場面に当たったときに自信を持って対応する事ができた』と『助言を思い出し活かすことができた』姿がみられた。

4) 【振り返りできる方法と機会】

2年目看護師は、『自分が行った看護とそれが患者にとって最善であったのかを振り返ることができた』というように、自分の思いと共に患者の心境や行動を考え、『自分の実践や思いを振り返った』と振り返っていた。『普段は、目一杯で振り返ることはない』との2

表1 2年目看護師アンケート結果

カテゴリ	サブカテゴリ	コード
発表し褒められることのできた自信	発表が自己の成長につながった	文章にするだけでなく、発表することで新たな考えが生まれたため人の前で発表することは大事だと感じた 大勢のスタッフの前での発表は緊張や不安もあったが、自己の成長に繋がった
	ほめてもらい自信につながった	助言を聞き、悪かったことより、前向きに考えることができた 先輩方の言葉からお褒めの言葉もいただけてうれしかった 自信につながった プライマリーとして患者に丁寧に関わる姿を褒めてもらい、そこは続けている 先輩方からアドバイスや評価をいただくことで自信に繋がった
意見を聞く大切さ	自分の中で様々な考えを持つことができた	家族とも連携をとっていくことが大切だとわかった 自分には考えつかない意見を聞き、自分の中で様々な考え方を持つことが出来た 自分の考えを肯定してもらうことが出来たり新しい意見を聞く機会を得ることが出来て良かった 自分の対応の良し悪しや改善点はなにか、客観的な意見もきくことができた
	他者の意見を聞く大切さを知り相談しやすくなった	他人からアドバイスを受けることの大切さも実感でき相談しやすくなった 他者の意見を聞き振り返ることの大切さを知ることが出来た
次につながる振り返り	学んだことを意識している	不足しているところは自分から直そうと日々努力している 病態だけでなく、退院先のことまで考えて看護を行ってほしいと思え、気をつけるようになった 同じ失敗や後悔を繰り返さないよう、似た場面に遭遇した際は意識するようになった
	次につなげることを考えた	今後の対応について振り返れて良かった 改めて考えることで、次につなげるためにどうすれば良いか考えることができた
	助言を思い出し活かすことができた	良い部分・改善すべき点を先輩や同期から意見を貰い自身の看護へ反映することができた 先輩看護師から助言を貰ったことを実現しようと行動的に動くことができていますと感じる 自分の看護の癖や、よかった点をもっと引き出そうと考えて動いていると思う 似た出来事が起きたときリフレクションを通して学んだことを思い出し活かすことができた 次に同じような場面に当たったときに自信を持って対応する事ができた
振り返りできる方法と機会	自分の実践や思いを振り返った	自分が行った看護とそれが患者にとって最善であったのかを振り返ることができた 自分が思ったこと、どうしたら良かったのか、振り返ることができた 患者がそのときどう思ったかを考えることで患者の心境や行動の理由も振り返ることができた なんとなく気にかかっていたことなどについて振り返ることが出来た プリセプターの先輩や、患者さんに対応した当日のペアさんなどから、自分の看護はどうだったのか、振り返ることができた
	普段は、目一杯で振り返ることはない	実際に看護を行っているときは、目の前のことでいっぱい振り返ることはなかった 普段は時間がなく、振り返ることができないことが出来ない
	振り返る機会となった	振り返る機会を設けてもらうことで客観的に振り返ることができた 振り返ることができた 良い振り返りの機会を与えてくださった
	振り返りやすい項目だった	振り返りやすい項目となっている とてもわかりやすかった
	記入の目安が欲しい	どの程度記入し発表時に説明を加えていけば良いのかわかりにくかった 患者さんの基本情報はどの程度記載すれば良いのかの目安がほしかった
	かしこまらない、ちょうどいい人数だった	ディスカッション方式で行うことで発表者も意見者もあまりかしこまらずに話し合うことのできよかった 2人ずつ行ったことはとても良かった 話を聞く側もちょうど良い人数だと思う
他者の発表からの学び	他者の発表を聞き勉強になった	同僚の発表もきいて考えていることが同僚私も勉強になりました 負けてはいられないといった気持ちになった 同僚の発表を聞き、改めて自分の取り組みや看護について振り返ることが出来た 他者の経験を聞くことで共感し、自分の苦手とすることや不足している部分を明らかにすることが出来た
	他者の発表も知りたい	別のグループの発表の用紙がもらえたら良かった

年目看護師の現状があり、リフレクションの実施は、2年目看護師にとって実践した看護を《振り返る機会となった》。また、リフレクションを実施するにあたって様式を用いたところ、《振り返りやすい項目だった》との意見があった。一方では、『患者さんの基本情報はどの程度記載すれば良いのかの目安がほしかった』との《記入の目安が欲しい》といった意見がみられた。そして、リフレクションの方法については『ディスカッション方式で行うことで発表者も意見者もあまりかしこまらずに話し合うことができよかった』や『話を聞く側もちょうど良い人数だと思う』と、『かしこまらない、ちょうどいい人数だった』との意見があった。

5) 【他者の発表からの学びは】

『他者の経験を聞くことで共感し、自分の苦手とすることや不足している部分を明らかにすることが出来た』と、発表するだけでなく、『他者の発表を聞き勉強になった』と学ぶことができていた。また、2グループに分けてリフレクションを行ったことで、『他者の発表も知りたい』との意見が見られた。

2. 先輩看護師のアンケート結果

先輩看護師のアンケートから2年目看護師に実施したリフレクションの効果については、91コードからなり、25サブカテゴリー、7カテゴリーが抽出された(表2)。以下コードを「」, サブカテゴリーを〈〉, カテゴリーを[]で示す。

1) [振り返ることで知った2年目看護師の気持ち]

リフレクション実施前は「日々の業務に追われなかなか自分の看護を振り返る機会がない」というように〈日々の業務では振り返りができていない〉現状があり、「リフレクション前は、2年目看護師が何を考えて患者と向き合い、何に困っていたのか見えてこなかった」というように〈リフレクション前は2年目看護師の考えが把握できていなかった〉。卒後2年目看護師のリフレクションを通して、

「日々考えながら患者と向き合っていることがわかった」と感じたことで〈2年目看護師は考えを持って患者と関わっていることが分かった〉や「2年目の看護師の日々の看護について知り、振り返ることができた」と〈2年目看護師の気持ちを知る機会となった〉。先輩看護師は〈2年目看護師は振り返ることができていた〉と感じていた。

2) [その場限りになる可能性]

リフレクションを通じて〈事例の振り返りはできた〉が、「個々の課題の全てを把握できていないため、明確に指導の変化はない」「細かい内容は覚えていないため、その後の指導に変化はない」との意見があり〈直接的な指導に変化はない〉といった状況がある。また、「リフレクション後の自分の課題が、その場限りでなく継続して意識できるような何かがあると思う」といったリフレクションの実施のみでは〈その場限りになる可能性がある〉との課題が明らかになった。

3) [先輩看護師にとっても学びの機会]

「後輩の看護の振り返りとともに自分の振り返りをするよい機会となった」というように〈自分自身も振り返る機会となった〉との意見や、「自分では思いつかなかった考えを聞いて勉強になった」といった〈自分自身も勉強になった(先輩自身にとっても有意義な時間であった)〉と、2年目看護師だけではなく、先輩看護師も学ぶことができていた。

4) [成長を感じ変化した関係性]

「成長した姿を感じることができし、それを2年目看護師に言葉で伝える事で、2年目看護師が自己の成長を実感できる機会にもなる」と、リフレクションを通じて2年目看護師の〈成長を感じた〉先輩看護師の姿がみられた。〈成長を感じた〉ことで、先輩看護師は2年目看護師を「一人の対等なスタッフとして一緒に看護をするようになった」と〈対等なスタッフとして見る目が変わった〉。そして、「何でも話せる関係ができています」と

表2 先輩看護師アンケート結果

カテゴリ	サブカテゴリ	コード
振り返ることのできた 2年目看護師の 気持ち	2年目看護師の気持ちを 知る機会となった	2年目の看護師との関わりを振り返ることができた 2年目の看護師の日々の看護について知り、振り返ることができた スタッフが一緒に2年目のスタッフの看護を知ることができ、アドバイスできることがとても良い 若い子がどのような気持ちで働いているのか見えないことが多いが、気持ちや姿勢を知る良い機会となった
	2年目看護師は考えを持って 患者と関わっていることが分かった	日々考えながら患者と向き合っていることがわかった 患者に対して考えを持って接していることがわかった 2年目看護師の患者への関わり・振り返りが良くわかり良く分かった 2年目看護師は、自分の傾向を意識し弱みや強みは考えるきっかけになっていた
	2年目看護師は振り返ることが できていた	文章に起してみること日々の看護を振り返ることができた できたこと、できなかったことが振り返ることができている 発表をしてもらうことで2年目看護師の考えを聞くことができ、話し合うことで2年目看護師も更に考えを深めることができたと思う
	リフレクション前は2年目看護師の 考えが把握できていなかった	リフレクション前は、2年目看護師が何を考えて患者と向き合い、何に困っていたのか見えてこなかった 2年目のアセスメント能力や看護感を日々の勤務では把握できていなかった
	日々の業務では振り返りができていない	日々の業務では振り返りができないため、リフレクションは大切と感じる 勤務終了時、パートナー間でよかった事や反省点を振り返りできるといいと思う 日々の業務に追われなかなか自分の看護を振り返る機会がない 日々の業務が忙しく、日々の振り返りは不十分に感じる
その場限りになる 可能性	事例の振り返りはできた	事例について振り返りができた 2年目看護師は、日々の看護の振り返りまでではできなかった疑問である 事例の患者や家族との関わりがどうだったかを振り返ることができた
	直接的な指導に変化はない	個々の課題を全てを把握できていないため、明確に指導の変化はない 直接的な指導に変化はない 2年目看護師とあまりペアで組むことがなく、指導する機会がほとんどなかった まだ活かせていない 細かい内容は覚えていないため、その後の指導に変化はない
	その場限りになる可能性がある	リフレクション後の自分の課題が、その場限りでなく継続して意識できるよう何かがあるかと思う その場限りになる可能性があり、今後実地指導を行う3年目や4年目も行うのいいかと思う
先輩看護師に とって学びの機会	自分自身も振り返る機会となった	自分自身の関わりも振り返られた 自分も参加者もリフレクションできた 振り返りできた 後輩の看護の振り返りとともに自分の振り返りをするよい機会となった 自分に置き換えて考えることができた 振り返りできた
	自分自身も勉強になった	初心を思い出し、人の意見も聞くことができ、有意義な時間となった 自分の看護にも活かしていきたい 自分では思いつかなかった考えを聞いて勉強になった 患者や家族と誠実に向き合うことの大切さを改めて感じる良い機会となった 先輩方のアドバイスもあり、有効な時間になった 自分自身も看護を振り返る機会にもなり、先輩看護師からのアドバイスで学ぶことも多かった 2年目から3年目への成長ができていてと思う
成長を感じ変化した 関係性	成長を感じた	成長した姿を感じるができるし、それを2年目看護師に言葉で伝える事で、2年目看護師が自己の成長を実感できる機会にもなる
	対等なスタッフとして見る目が変わった	一人の対等なスタッフとして一緒に看護をするようになった 看護観がわかり、2年目を看護師を見る目が変わった 2年目看護師の頑張りや考えが分かり、信頼して相談したり行ってもらえることが増えた 何でも話せる関係性ができている
見えてきた指導	信頼して相談できる関係性に近づいた	病棟内の関係性が向上つなげられていると思う
	2年目看護師の課題がわかり、指導のイ メージができた	2年目看護師が何を考えているかがわかり、声かけの仕方が考えやすくなった 個々が何を大切に看護しているかがわかり、そこを伸ばしたい 課題をどうクリアできるかを考えながら指導する様になった 指導はこうしていきたいというイメージを持つことができた 今後どのような看護をしていきたいかを聞くことができ、どのように指導すればよいか考えることができた 今後関わる際に意識しようと思う
	2年目看護師の考えや気持ちを聞くよう になった	2年目看護師の思いを知り、大切にしている事、困った事、今後の課題などが見えてきた 2年目看護師が大切にしている事は伸ばし、課題は積極的に指導をしたいと指導する時の気持ちが変わった リフレクション後は、どのようなことに迷っているか予測が付き指導しやすくなった 今年度のパートナーはその子が大切にしている事、今後の課題を意識しながら、指導する事ができるのでは カンファレンスなどで、計画の意図を聞くように心がけている 日々の業務でも考えを聞くようにしている
	声掛けの仕方が変わった	受け持ち患者についての考えを聞くようになった 相手の気持ちを聞き、その意見を否定しないようにしている 指導するときは2年目看護師の考えや気持ちを聞くことが大切だと思った 考えを押し付けるのではなく、2年目看護師の考えを大切に、待つ事も必要であると考えようになった 一人一人の看護観をスタッフ全員で共有し、発表者の看護を尊重していくことも日々の看護実践においては大切なことではないかと考える
	まとめた内容がわかりやすかった	2年目看護師への関わり方や声掛けが以前と変わった リフレクションの時にこう言ったらね、とあえて声をかけるようにしている
簡潔でよい雰囲気 のリフレクション	無駄や負担の少ない方法だった	内容もわかりやすく、2年目看護師がきちんと自分の看護を振り返るきっかけになったと思う リフレクションを行う当人の事前にまとめる内容は良いと思った 同じ方法、同じ時期におこなったことがよかった 簡潔にリフレクションを行えるため、以前より当人達や指導者の負担も少なく良いと思う 時間も方法も無駄がなく、有効だったと思う
	少人数がよかった	以前のリフレクション方法ではなかなか他看護師からの意見を聞くことができにくかったと思うので、今回の実施方法はよかったと思う 2グループに分けて行ったのは良かったと思う スタッフ全員の前だと緊張を高めてしまうため
	よい雰囲気話し合えた	よい雰囲気話し合うことができていた 発表する側の気持ちはわからないが、発表者を攻撃することもなく、できたことは認め、雰囲気良いため意見を言いやすかった 看護を振り返る場としてリフレクションは効果的であると感じる
	この方法で継続できるとよい	良い方法だったと思う 今後も継続して行えるといい とてもよかったと思う
	隣のグループの声で集中にかけた	グループが近いと、声が気になって集中できないことがあった 1回目は一方のチームの声が大きく自分のチームのリフレクションの集中にかけてしまったが、以降はしっかり集中して参加できた リフレクションに参加できていない2年目看護師の目標は印象に残っておらず今後活かそうにない 同時におこなう別のスタッフのリフレクションに参加したい場合もあるので1例ずつの開催を希望する 一人ずつみんなでおこなっても良かったのかもしれない
リフレクション充実 への意見	全員の発表が聞きたかった	2年目看護師全員の振り返りを聞きたかった 全員のリフレクションが聞きたかった
	個々のテーマが違うとよい	グループ分けの際、前年度の年間パートナーや今年度の年間パートナーは必ずグループに入れるなどの工夫があってもいいか テーマは自分で決めたのでしようか 個々のテーマが違うと面白いと思った
	ポイントを絞って発表してほしい	発表原稿をすべて読んでいるため、早口になってしまう印象を受ける 伝えたいポイントを絞って発表した方が良く感じた

感じているように、先輩看護師にとって2年目看護師は〈信頼して相談できる関係性に近づいた〉。

5) [見えてきた指導]

「2年目看護師の思いを知り、大切にしている事、困った事、今後の課題などが見えてきた」、[リフレクション後は、どのようなことに迷っているか予測が付き指導しやすくなった]というように、〈2年目看護師の課題がわかり、指導のイメージができた〉ことが明らかになった。先輩看護師は2年目看護師と関わる際には「相手の気持ちを聞き、その意見を否定しないようにしている」と〈2年目看護師の考えや気持ちを聞くようになった〉と変化がみられ、〈声掛けの仕方が変わった〉姿がみられた。

6) [簡潔でよい雰囲気のリフレクション]

リフレクションについて、「内容もわかりやすく、2年目看護師がきちんと自分の看護を振り返るきっかけになったと思う」と〈まとめた内容がわかりやすかった〉との意見があった。また、実施方法については「簡潔にリフレクションを行えるため、以前より当人達や指導者の負担も少なく良いと思う」「時間も方法も無駄がなく、有効だったと思う」

と〈無駄や負担の少ない方法だった〉との意見があった。また、「スタッフ全員の前だと緊張を高めてしまうため」と、〈少人数がよかった〉との意見もあった。〈良い雰囲気でお話し合えた〉と感じることができており、〈この方法で継続できるとよい〉と充実したリフレクションが行えた様子がみられた。

7) [リフレクション充実への意見]

リフレクションを2グループに分けて同室内で行ったことで〈隣のグループの声で集中にかけた〉との意見があった。また、「リフレクションに参加できていない2年目看護師の目標は印象に残っておらず今後活かそうにない」「同時におこなう別のスタッフのリフレクションに参加したい場合もあるので1例ずつの開催を希望する」といった〈全員の発表が聞きたかった〉との希望が聞かれた。リフレクション内容は2年目看護師が自己で振り返りたい事例としたことで、テーマが類似したため「個々のテーマが違うと面白いと思った」と〈個々のテーマが違うとよい〉との意見がみられた。発表の仕方について「伝えたいポイントを絞って発表した方が良いと感じた」と、〈ポイントを絞って発表してほしい〉との要望がみられた。

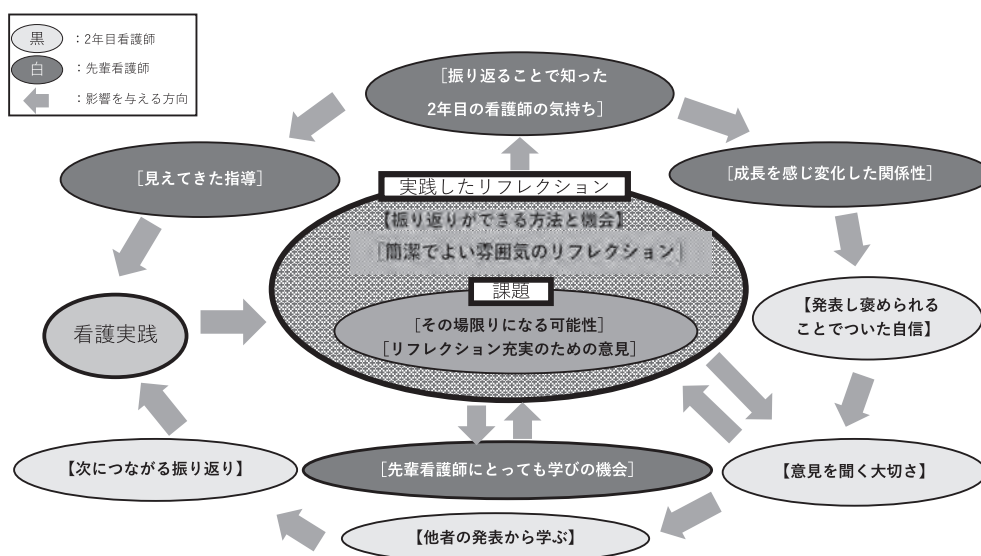


図2 リフレクションにおける2年目看護師と先輩看護師の関係性

3. リフレクションにおける2年目看護師と先輩看護師の関係性 (図2)

先輩看護師は、2年目看護師のリフレクションにより「振り返ることで知った2年目看護師の気持ち」をもとに、「見えてきた指導」を実践していた。同時に、2年目看護師の考えを知ることで先輩看護師は「成長を感じ変化した関係」を築いていた。2年目看護師は、成長を感じた先輩から【発表し褒められることでついた自信】を糧に、【意見を聞く大切さ】を受け入れ、先輩から直接受けた助言以外である【他者の発表から学ぶ】こともしていた。これらは、【次につながる振り返り】となり、看護実践へと活かされていた。また、リフレクションの実施は、2年目看護師にとって【振り返りができる方法と機会】であり、【簡潔でよい雰囲気のリフレクション】は【先輩看護師にとっても学びの機会】となっていた。先輩看護師の学びの姿勢とよい雰囲気は、2年目看護師が【意見を聞く大切さ】を認識することに影響していた。そして、リフレクションでの学びを実践につなげるための要素となっていた。一方、【リフレクション充実のための意見】やリフレクションでの振り返りが【その場限りになる可能性】の指摘がされており、今後の課題となった。

VI. 考 察

1. 2年目看護師への効果

2年目看護師にとって、「普段は目一杯で振り返ることはない」のが現状であり、日々の勤務時間内で看護の振り返りをすることは困難な状況であった。そのため、意図的にリフレクションを行うことは振り返りの機会を提供することになったと言える。先輩看護師からは『勤務終了時、よかったことや振り返りができるといいと思う』と業務時間内で日々振り返りができることを理想とする意見もあったが、同時に「日々の業務では振り返りができていない」と感じている先輩看護師も多く、2年目看護師の現状として振り返りの機会を設けることは必要である

と考える。

2年目看護師は、先輩看護師から褒められることで自信を持ち、【意見を聞く大切さ】や【他者の発表から学ぶ】ことなど、自分自身の看護を振り返るだけでなく、他者からの意見を柔軟に取り入れ、実践に繋げられていた。これは、リフレクションの効果である自分の能力に対する自信や柔軟性²⁾であるといえ、とりわけリフレクションの発表を通して先輩から褒められ自信をつけたことが、影響していると考えられる。さらに、先輩看護師は、「2年目看護師の気持ちを知る機会になった」としており、先輩の視点からみても2年目看護師は気づきや思いに焦点を当てた振り返りができていたと言える。また、見玉らは2年目看護師に行ったりリフレクションの効果として一人で思いつくことは小さいことでアドバイスで広がる自己の能力の限界への気づきと、自分の判断が良かったと思えることで自己自信の生成があった³⁾と述べており、本研究でも同様の効果が得られていることから2年目看護師へのリフレクションとして適切に実施できていたと考える。

2. 先輩看護師への効果

先輩看護師は、2年目看護師のリフレクションにより「振り返ることで知った2年目看護師の気持ち」をもとに、指導のイメージができるようになり、「見えてきた指導」を実践していた。また、2年目看護師が日々の業務内で振り返りをすることは難しいとしていたのと同様に先輩看護師も「日々の業務では振り返りができていない」と感じていた。そのため、振り返りの機会を設けることは、先輩看護師にとっても、2年目看護師の状況を知り、指導を検討するために効果的であると考えられる。

また、今回は、2年目看護師指導を目的として行ったりリフレクションであるが、先輩看護師にとっても学びの機会となったことがわかった。2年目看護師のリフレクションを通して、共に事例を振り返ることで、一緒に患者家族と関わった先輩看護師自身も看護の振り返りがで

きたといえる。

3. 2年目看護師と先輩看護師の関係性の変化

2年目看護師のリフレクションは、2年目看護師にとっても先輩看護師にとっても有意義な時間となったことがわかった。そして、リフレクションを通して、病棟内の関係性の変化を感じることができた。

まず、2年目看護師の考えを知ることで先輩看護師は「成長を感じ変化した関係性」を築いていた。これは、2年目看護師が新人看護師のときの先輩看護師との関係性から〈対等なスタッフとして見る目が変わった〉関係性に变化したといえる。2年目看護師は、新人看護師の指導体制がうらやましいと感じ、2年目になって感じる不安を抱えながら、4月から後輩となる新人看護師を迎え入れている。それから一年をかけ看護の体験を通して専門職者としての自覚と行動が芽生え始めるといわれている⁴⁾。そのため、先輩看護師から成長を感じたと思われるような関係性に变化していくことは、病棟で2年目看護師としての自覚を持って働く環境に移行していくことにつながり、2年目看護師の成長を促すことになる⁵⁾と考える。

今回のリフレクション企画にあたっては日々の看護を振り返り、まとめ発表することを目的とし、多忙な業務の中で流れていってしまう気づきや思いを深めることで、今後の看護実践につながっていくことを目指した。田村ら²⁾は、リフレクションによる成長には、学習者の心理的かつ情緒的状态が影響し、また学習者を取り巻く環境に影響され、教育者はリフレクションを促進するための学習環境を整える必要があると述べている。このことは、リフレクションの方法や環境が、学びに影響することを意味している。そのため、リフレクションのフォーマットを作ることで2年目看護師にはできるだけ絞って事例をまとめ、修正作業が少なくなるようにした。そして発表時には、ひとグループの人数を少なくすることで発言しやすい環境とすること、予め話し合いのテーマを用意して

おき話し合いの流れを作ることをした。その結果、「時間も方法も無駄がなく有効だったと思う』『あまりかしこまらずに話し合うことができてよかった』『よい雰囲気です話し合うことができていた』などの意見が聞かれた。簡潔さと負担軽減、雰囲気作りが、スタッフの緊張を解き、お互いを受け入れ理解しようとする良い雰囲気を引き出すことに繋がったのではないかと考える。リフレクションを通して感じた良い雰囲気と関係性が日々の看護実践に活かされ病棟内の良い循環に影響することが期待される。

4. 今後の病棟でのリフレクションの継続と課題

上記考察より、実施したリフレクションにより、2年目看護師の気づきや思いを引き出す振り返りを行うことができたため、2年目看護師の継続教育方法として妥当であることが示唆された。

一方で、リフレクション実施方法に関する課題が明らかとなった。特に、2年目看護師全員のリフレクションに参加できないこと、そのため、その場で発表を聞くことができなかった2年目看護師に対しては、状況や課題を把握することができずにいることが挙げられた。先輩看護師の多くは、〈全員の発表が聞きたかった〉としていた。同時に、2年目看護師からは、《かしこまらないちょうど良い人数だった》、先輩看護師からも〈少人数がよかった〉と発表の際、ひとグループの人数を少なくしたことが、話し易くなり内容の充実に繋がったという意見もあった。当病棟では過去に、病棟スタッフ全員に対して発表するという方法でリフレクションを実施したことがあるが、発表後は指名された数名が感想を述べるにとどまっていた。リフレクションの促進においては学習環境を整えることが重要とされており²⁾、少人数での実施はそのままに、発表時のフィードバック用紙の活用などを検討し、発表を聞くことができなかった2年目看護師のリフレクションの内容を共有できる方法を検討していきたい。また、リフレクションによって事例の振り返りはできたものの

[その場限りになる可能性]も指摘された。本企画ではリフレクション実施後、自己の課題や学びに対して振り返ることは行っていない。内野らは、2年目看護師は支援を必要としたときにすぐに対応してもらえる教育システムや体制面でのサポートを求めている一方で、あえて今病棟の教育支援はなくていいと感じ、見守り体制ができていく職場風土の中で3年目に向けての経験を積み重ねていた⁴⁾と報告しており、2年目看護師は直接的な関わりと見守りの両方を受けながら、その1年を通して成長していくといえる。そのため、2年目看護師教育においては、リフレクションの機会を提供するような直接的な支援と、日々見守り必要時に指導する関わりの両方が必要であると考え。当病棟では、2年目看護師は、リフレクション終了後、自己の振り返りを元に院内実践者ラダーIの取得に向けて行動していくことになる。リフレクションでの学びは個々の課題に関係しており、ラダー取得の際の評価で振り返ることになると予測される。

Ⅶ. 結 論

- ・リフレクションの実施は、2年目看護師と先輩看護師の両者にとって、【振り返りができる方法と機会】の提供となっていた。
- ・2年目看護師は、成長を感じた先輩から【発表し褒められることでついた自信】を糧に、【意見を聞く大切さ】を認識し、先輩から直接受けた助言以外である【他者の発表から学ぶ】こともしていた。これらは、【次につながる振り返り】となり、看護実践へと活かされていた。
- ・先輩看護師は、2年目看護師のリフレクションにより【振り返ることで知った2年目看護師の気持ち】をもとに、【見えてきた指導】を実践

していた。同時に、2年目看護師の考えを知ることによって先輩看護師は【成長を感じ変化した関係】を築いていた。

- ・看護実践につながるリフレクションを行うためには、簡潔な方法と機会とよい雰囲気が必要であり、【簡潔でよい雰囲気のリフレクション】は2年目看護師と先輩看護師の関係性に変化をもたらし、学びの姿勢に影響していた。
- ・リフレクションの実施により、2年目看護師の気づきや思いを引き出す振り返りを行うことができ、継続教育方法として妥当であることが示唆された。一方で、2年目看護師全員のリフレクションに参加できないことや、リフレクションでの振り返りが【その場限りになる可能性】の指摘がされており、今後の課題となった。

引用文献

- 1) 塚本景子. 卒後2年目看護師に関わる先輩看護師の教育に対する思い. 神奈川保健福大看護研録 2015; 40: 121-8.
- 2) 田村由美, 池西悦子. 看護の教育・実践にいかすりフレクション. 東京: 南江堂; 2017. P. 24-27.
- 3) 児玉みゆき, 東サトエ. 卒後2年目看護師の行うリフレクションがキャリア開発に与える意味と継続教育方法の検討. 南九州看護誌 2017; 15 (1): 11-20.
- 4) 内野恵子, 石塚淳子, 酒井太一. 2年目看護師の体験から考える成長発達過程. 順天堂保健看護 2017; 5: 59-66.

参考文献

- 1) 田村由美, 池西悦子. 看護のためのリフレクションスキルトレーニング. 東京: 看護の科学社; 2017.

連絡先: 岩本実里; 静岡赤十字病院 2-7病棟

〒420-0853 静岡市葵区追手町8-2 TEL(054)254-4311 (内線3701)