

新人レベル看護師の臨床におけるリフレクションの様相 — 卒後3年目看護師へのインタビューから —

¹⁾ 鳥取大学医学部保健学科看護学専攻

²⁾ 鳥取大学医学部保健学科 基礎看護学講座（主任教授：深田美香）

新田桃子¹⁾，景山雪姫¹⁾，奥田玲子²⁾

Aspects of advanced beginner's reflection on their experience in clinical practice: Analysis of interviews with post-graduate nurses in third years

Momoko NITTA¹⁾, Yuki KAGEYAMA²⁾, Reiko OKUDA²⁾

¹⁾ *Major in Nursing, School of Health Science, Faculty of Medicine, Tottori University, Yonago 683-8503, Japan*

²⁾ *Department of Fundamental Nursing, School of Health Science, Faculty of Medicine, Tottori University, Yonago 683-8503, Japan*

ABSTRACT

This study investigated the aspects of reflection on clinical practice of advanced beginners and examined factors that facilitate reflection. We conducted semi-structured individual interviews with selected post-graduate third year nurses who took a reflection training course at Tottori University Hospital. The data were analyzed using a qualitative synthesis method. Advanced beginners made use of their learning experience in reflection, kept in mind “independent learning”, and deepened their own reflection with the support of senior nurses in “a safe place to talk”. Reflection provided “deeper self-understanding” and “giving new meaning through others’ involvement” and advanced beginners gained “a sense of growth” by applying what they learned to “returning to practice”. In addition, through the role of preceptor, advanced beginners were able to experience “going back to basics” and remember the learning from past experiences, which led to “return to practice”. Also, advanced beginners tried to provide “a safe place to talk” for beginners. In order to promote reflection among advanced beginners, it was suggested that it is necessary to create an image of a target nurse, the presence of others who support reflection, the workplace culture in providing a safe place to talk, and learning reflection from basic nursing education. (Accepted on March 17, 2022)

Key words : advanced beginner, reflection, interview, qualitative synthesis method

はじめに

看護におけるリフレクションは、看護師が自らの看護実践を意図的に振り返ることで行為を意味づけ、実践知を生み出すための思考プロセスである。リフレクションは、さまざまな状況に対応できる能力を備え、自分を成長させることや、物事の見方に変化を与えるなどの効果¹⁾があり、質の高い看護実践を導くための実践的思考として、その重要性がますます高まっている。

看護学教育モデル・コア・カリキュラム（文部科学省、平成29年）²⁾において、看護学士課程を修了する学生が習得すべき必要不可欠な5つの能力が提示された。その一つに「専門職として研鑽し続ける基本能力」がある。看護職は生涯にわたり継続して専門的能力を向上させる能力が求められており、看護基礎教育では、日々の自己の看護を振り返り（リフレクション）、自己の課題に取り組むことで学び続ける基盤を身につけるための教育が行われている。リフレクションは、学生の実践力を高める学習ツールとして臨地実習で活用することが推奨されており³⁾、学生の自己理解の深まり⁴⁾や自己課題の発見⁵⁾、自己肯定感の向上⁶⁾、看護の意味づけ⁷⁾など、その効果が報告されている。

看護学生は実習記録やカンファレンスなどをおして、日常的に自分の看護実践について振り返ることを行っている。一方、看護師として臨床で働くようになると日々の業務に追われ、自身の看護実践について振り返るための心の余裕や時間がないのが現状⁸⁾である。看護師の職業的アイデンティティの形成において、特に卒後1年目もしくは2年目の看護師は、患者や家族と関わった看護実践について振り返り、意味づけすることが重要である⁹⁾とされている。また、2～3年目の看護師は、専門職として自律した看護を行えるように成長していく時期でもあるが、自己の方向性を見失いやすい¹⁰⁾ことが指摘されている。

キャリア初期看護師は、経験年数が経つにつれて、業務としてできることは増えていくが、自ら看護実践を振り返る習慣が少ないだけでなく、看護実践の経験を意味づけすることが難しい¹¹⁾。リフレクションは経験を学びへとつなげる思考のプロセスであり、専門職として成長し続けるための効果的な学習方法として、集合研修や職場でリフレクション学習を取り入れている施設が増えてい

る。キャリア初期の新人レベル看護師を対象としたリフレクションに関する研究では、自己理解や実践につながる思考の促進¹²⁾、自己との対峙による専門職者としての成長¹³⁾など、継続教育におけるリフレクションの有用性が報告されている。しかしながら、継続教育の一環として複数回のリフレクションに取り組み、その効果を報告したものはあるものの、看護実践の現場でどのようにリフレクションを活用しているか、その様相を捉えた研究は見当たらない。また、看護基礎教育でのリフレクションの学習経験が、卒業後の看護実践にどう役立っているか、リフレクションに対する認識に焦点をあてた報告はない。リフレクションは経験を学びへとつなげる思考のプロセスであり、実践の中で活用されてこそ意味がある。日常的に行われているリフレクションの様相を捉えることは、看護専門職として成長していくための実践現場での学び方について示唆を得ることができると考える。

そこで、本研究では、新人レベル看護師の臨床におけるリフレクションの様相を明らかにし、実践現場でリフレクションを促進する要因について検討することを目的とする。

用語の定義

リフレクション：看護職者が看護の対象者とのかかわりの中で得た固有の経験を振り返り、自らの思考や行動を意味づけ、経験から学びを得るための意図的な思考プロセスとする。

新人レベル看護師：ベナー¹⁴⁾は、看護師が技能を獲得していく過程を初心者、新人、一人前、中堅、達人の5段階のレベルで示している。新人レベル看護師は、ベナーの習熟度レベルにおける新人レベルに相当し、本研究では卒後3年以内の看護師とする。

方 法

1. 対象

令和2年度鳥取大学医学部附属病院2年目リフレクション研修を受講した者のうち、看護基礎教育機関でリフレクションを用いた学習経験があった者とした。

2. 調査方法

対象者は看護部の承諾を得たうえで選定し、研究の協力依頼をした。データ収集は、新型コロナ

ウイルス感染症防止対策のため、遠隔会議ツール（Google Meet）を用いて、半構造化個別インタビューにより行った。インタビュー用のURLを発行後、事前にインターネットの接続状況とマイク・スピーカー・カメラの作動を確認した。また、オンラインインタビューでは、顔がカメラに映るようにしてもらい、表情やしぐさなど非言語的メッセージを汲み取りながら会話を進めていくようにした。インタビュー内容は、対象者の許可を得て画面を録画し、逐語録を作成してテキストデータ化した。研究対象者の個人情報には匿名化し、個人が識別できないようにして、研究対象者識別コードのみで行った。インタビューは勤務時間外で、対象者の都合のつく日に実施し、所要時間は30～45分とした。調査は2021年7月に実施した。

3. 調査内容

インタビューはインタビューガイドを用いて実施した。具体的な質問内容として、「学生時代はリフレクションをどのように捉え、現在ではどのように捉えていますか」「実際に働いている中で、リフレクションをどのように行っていますか、看護実践に影響していることはありますか」「リフレクションを促進するためには、何が必要だと思いますか」について尋ねた。

4. 分析方法

インタビューで得たテキストデータは、質的統合法¹⁵⁾を用いて分析した。質的統合法は看護実践の現象にある多くの変数を捨象することなく、その全体像を構造的に表すことが可能である¹⁶⁾。本研究は、新人レベル看護師が実践現場でどのようにリフレクションを行っているか、具体的な状況の意味を解釈し、全体構造を把握するため、質的統合法を用いた。なお、分析は以下の手順で行った。

事例ごとに逐語録を精読し、実践現場でのリフレクションの活用とその後の看護実践への影響等の語りに注目し、注目部分の文脈を読み取り、意味内容（志）が一つになるように単位化した。各事例から得られた単位化した語りは意味を損なわないよう一文とし、元ラベルを作成した。全事例の元ラベルは意味内容の類似性によりグループ編成を繰り返し、6個を目安にグループ編成を終了した。次いで、最終ラベルの関係性に着目し、最終ラベル間の論理的関係を発見するための作業（空間配置）を行った。最後に、見取り図のシンボル

マークを【事柄】：[エッセンス]の二重構造で表記し、全体構造を叙述化した。

なお、分析の過程においては信頼性と妥当性を確保するため、質的研究の経験がある教員の指導のもと研究者間で意見が一致するまで議論した。また、研究対象者にもラベルの内容および全体構造を確認した。

5. 倫理的配慮

研究協力の依頼は、インタビュー調査への参加は自由意思で、業務上の評価には一切関係しないこと、参加後に協力を撤回することも自由であり、その際、不利益を被ることはないことを保証し、強制力が働かないよう十分配慮した。また、調査内容や調査目的、個人情報とプライバシーの保護について文書と口頭で説明し、同意書の提出をもって同意を得たものとした。本研究は、鳥取大学医学部倫理審査委員会の承認を得て実施した（承認番号 20A162）。

結 果

1. 対象者の概要

研究参加への同意・承諾が得られた看護師は5名で、所属部署は内科系病棟1人、外科系病棟2人、急性期病棟2人であった。

2. 新人レベル看護師の臨床におけるリフレクションの様相

個別インタビューの平均時間は約40分であった。5事例から合計137の元ラベルが得られ、4段階のグループ編成を経て7つの最終ラベルに統合された。最終ラベルは、内容の論理的関係性を探求し、全体構造を把握するための見取り図を作成した（図1）。

以下、新人レベル看護師の臨床におけるリフレクションの様相を説明する。なお、シンボルマークは【事柄】と[Eッセンス]で示す。事柄とは“全体像におけるラベルの位置づけ”で、エッセンスとは“固有性の姿を示す表現”のことをいう¹⁷⁾。

新人レベル看護師はリフレクションの学習経験を活かし、[独り立ちしていくなかで目標の看護師像に近づくため、気がかりなことを大切に振り返る]という【主体的な学習】を心がけていた。そして、[自分のことを否定されずに一緒に考えてくれる職場だと、素直な気持ちを言いたい]という【安心して語れる場】で、先輩看護師の支援のもとリフレクションを進展させていた。

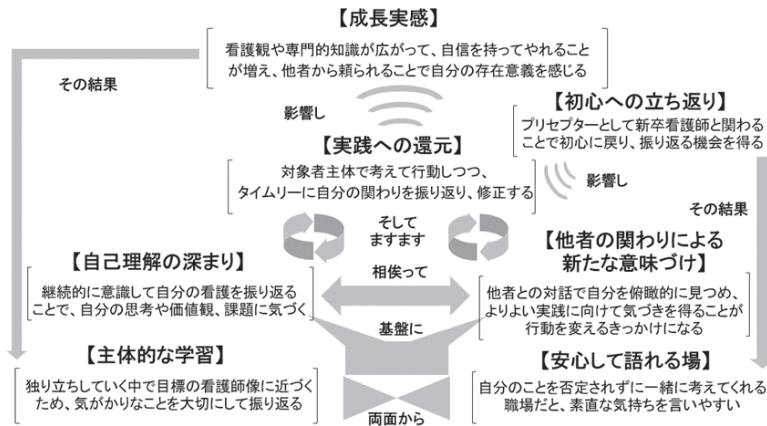


図1 新人レベル看護師の臨床におけるリフレクションの様相 見取り図

5事例から合計137の元ラベルが得られ、4段階のグループ編成を経て統合された最終ラベルの論理的関係性に着目して空間配置を行った。見取り図のシンボルマークは、【事柄】と【エッセンス】の二重構造で示した。【事柄】とは“全体像におけるラベルの位置づけ”で、【エッセンス】とは“固有性の姿を示す表現”をいう。

【主体的な学習】と【安心して語れる場】は学びを促進する基盤となり、[継続的に意識して自分の看護を振り返ることで、自分の思考や価値観、課題に気づく]という【自己理解の深まり】や[他者との対話で自分を俯瞰的に見つけ、よりよい実践に向けて気づきを得ることが行動を変えるきっかけになる]という【他者の関わりによる新たな意味づけ】をもたらしていた。また、対話による看護実践の振り返りは、【他者の関わりによる新たな意味づけ】と同時に【自己理解の深まり】に影響を与え、双方は相俟って、よりよい実践のための気づきをもたらし、[対象者主体で考えて行動しつつ、タイムリーに自分の関わりを振り返り、修正する]という【実践への還元】に活かされていた。また、リフレクションで得た学びを【実践への還元】に活かし、意図的に自分の行為を振り返ることを繰り返し、[看護観や専門的知識が広がって、自信を持ってやれることが増え、他者から頼られることで自分の存在意義を感じる]という【成長実感】を得ていた。また、【成長実感】することによって、さらに【主体的な学習】を心がけていた。加えて、[プリセプターとして新卒看護師と関わることで初心に戻り、振り返る機会を得る]という、新しい役割をとおした【初心への立ち返り】は、過去の経験から得た教訓を思い出させ、【実践への還元】につながっていた。それだけ

でなく、新人看護師の立場になって考え、学びやすい環境として【安心して語れる場】の提供を心がけていた。

以下、シンボルマークごとに結果を述べる。シンボルマークは【事柄】：[エッセンス]の二重構造で表記する。文中の〈 〉は最終ラベルを、「」は各事例から得られた語りの内容、“ ”は語りの中の会話、()は語りの補足説明、下付きアルファベットは事例名、数字は元ラベルの番号を表す。

1) 【主体的な学習】：[独り立ちしていくなかで目標の看護師像に近づくため、気がかりなことを大切に振り返る]

最終ラベルは〈2・3年目になると独り立ちしていくが、業務をこなすだけにならないよう、自分の目標とする看護師像に近づくため、気がかりなことを大切に振り返るようにしている〉で、11枚の元ラベルが含まれた。

「患者さんにもスタッフにも安心してもらえる看護師になるのが目標なので、自分のミスや足りなかった点を隠したり、他人のせいにならないように心がけているE11」,「誠意をもって寄り添うことは大切なことだと思うので、若い時の気持ちを忘れずに働いていきたいE5」等、自分がどのような看護師になりたいかが語られた。よく振り返る場面は、「業務に追われて、なあなあにしちゃって

(自分がしたことは)大丈夫だったかな、みたいなことがある^{A-19}」,「先輩に“やっぱり〇〇さんに頼むからいいわ”と言われてたり、関係性がうまく作れていたら、もっとスムーズにできたらうなという場面でモヤッとする^{C-15}」等、上手くできなかったときのことが挙げられた。また、「1日に3つモヤッとすることがあると、“1つめのモヤッとは何だっけ”みたいに忘れてしまうけど、モヤッと(感じていること)を全部解決したいので、メモすることを大切にしている^{A-16}」等、気がかりなことをそのままにしたいくないという思いがあった。さらに、卒後3年目看護師の現状として、「1年目は上の人が指導して、仕事の後に振り返る時間を設けてくれるけど、2・3年目になってくると、手が離れて立ち立っていくので、他人から言われてやるんじゃないかと、自分の頭の中で振り返らないと、(業務を)こなすだけになると今になって感じている^{E-2}」という思いが語られた。

2)【安心して語れる場】: [自分のことを否定されずに一緒に考えてくれる職場だと、素直な気持ちを言いやすい]

最終ラベルは〈同期や先輩と看護のことを話したり、振り返りをする時、自分のことを否定されずに一緒に考えてくれる職場だと、声をかけやすく素直な気持ちを言うことができ、落ち込んでいても次は頑張ろうと思える〉で、23枚の元ラベルが含まれた。

「業務は忙しいけど、話しかけたら聴いてくださる先輩がいっぱいいるし、同期も1年目の時から仲が良くして気軽にいろんなことを話している^{C-6}」,「集団で話す時よりも、1回解散してから年の近い先輩と一緒に話す時の方が共感してくれるので、自分の素直な気持ちを言うことができるし、気さくに話せて振り返りやすい^{E-27}」等が語られた。また、「チームが違くと受け持つ患者さんが違うけど、病棟でどんな疾患でも対応できるようになるという取り組みがされているので、患者さんの状況を同期と話している^{C-7}」,「元々話しやすい先輩が職場に多いと感じて、特に振り返りについて積極的に時間を設けてくれる先輩もいたり、勤務終わりのデブリーフィングで毎勤務、分からなかったことや気になったことを振り返る時間があるので、割と聞きやすい環境だと思う^{D-8}」等、日頃から、看護について話し合いの場が設けられていることが語られた。さらに、リフレクションを

するときの他者の対応について、「相談した時に“まあいいじゃん、そんなこと”みたいな感じではなく、“いいよ、一緒に考えるよ”って言ってくれる、(自分のことを)否定されないと思える環境がリフレクションをするうえでいいと思う^{A-29}」,「話をしている時に、相槌を打ってくれたりとか“そうだよな”という言葉一つでも、失敗した自分には嬉しくて響いたりする^{E-16}」,「私は落ち込みやすいので、(気持ちの)切り替えが課題だったんですけど、モヤモヤしたことがあったら早めに先輩に相談して、“次はこうの方がいいね”とか一緒に振り返って解決できるようにし、次は次という感じで長引かせないようにしている^{C-21}」等、相談したときに否定されずに一緒に考えてくれる他者の存在が必要だという意見が聞かれた。

3)【自己理解の深まり】: [継続的に意識して自分の看護を振り返ることで、自分の思考や価値観、課題に気づく]

最終ラベルは〈研修をとおして卒後もリフレクションに継続的に取り組むことで、思考の流れに沿って意識して自分の看護を振り返るようになり、その時の自分や患者の思い、自分の傾向に気づけるようになった〉で、28枚の元ラベルが含まれた。

「学生の時は授業で習ったことを淡々とやっていく感じで、ちゃんとイメージができないまま取り組んでいた^{C-1}」,「働き始めて、2年目のリフレクション研修後は自分のことを振り返るようになって、自分の強みや弱み、得意なところや苦手なところが分かり、振り返ることが大切だと思うようになった^{B-2}」等、学生時代と現在とのリフレクションに対する認識の違いが語られた。また、「学生の時にリフレクションの学習をしていたため、研修でやったときに抵抗なくツールを使うことができた^{A-26}」,「リフレクションの学習をしていたから、自分の頭の中でも患者さんの発言の意図とかを考えて発言したりするのに活かしていると思う^{D-2}」と、学生時代にリフレクションの学習経験があったことで、入職後もスムーズにリフレクションに取り組んでいることが語られた。加えて、「研修の時のツールを使うことで、リフレクションの思考の流れを自分の中でもちながら先輩と話せるので、行きつ戻りつするけど、順を追って考えていくことで、考えがまとまりやすいと感じる^{A-9}」,「リフレクション研修で教えてもらったことが毎

日はできなくても、意識して時間のある時に自分の看護を振り返っているE-3]等、研修で学習したことが、その後の看護実践の振り返りに活用されていた。さらに、「自分が客観的に自分を振り返るようにするためには、私だったら静かな場所がいみみに自分が冷静になれる場所を知ることが必要だと思うB-23]、「リアルタイムで話している時も、患者さんの表情や間(ま)から直感で思いを感じることはあるけど、落ち着いてから振り返ると自分の考えになかった患者さんの思いとかに気づくこともあるD-21]」等、冷静にその時の思考を見つめ直すことで、新たな気づきを得ているという意見が聞かれた。

4)【他者の関わりによる新たな意味づけ】:[他者との対話で自分を俯瞰的に見つめ、よりよい実践に向けて気づきを得ることが行動を変えるきっかけになる]

最終ラベルは〈気がかりなことを自分一人で考えても堂々巡りになるが、他者とリフレクションすると、看護観に基づいた意見や看護実践に対するアドバイスがもらえるだけでなく、その時の感情や考えを思い出して自分を俯瞰的に見ることで、よりよい看護実践に向けて思考が深まり、行動を変えるきっかけになる〉で、49枚の元ラベルが含まれた。

実際のリフレクションでは、「私の性格なのかもしれないですけど、一人で考えると悶々として堂々巡りになってしまうって言うか、さっきも同じこと考えていたというか、なかなか前に話が進まないのでも人の意見は絶対欲しいなって思うA-5]、「他のスタッフが困っていたら皆で話を聞いて、一番は患者さんが危険な目にあわないことなので、“患者さんに何もなくて良かったね”って言うところから、皆でモヤモヤしたことについて原因や改善点を振り返っているE-12]」等、自分だけでなく、他者と一緒にリフレクションを行っていた。特に研修会について、「2年目のリフレクション研修を通して、自分の中でその時の自分の気持ちなどを具体的に振り返ることができたのと、他の病棟や自分の先輩の事例とかも聞いたりして、今後、働く上でも役に立つし、自分の考え方を成長させる手助けになると思うようになったC-2]」等が語られた。さらに、先輩看護師とリフレクションすることについて、「案外、その時の感情って自分の中では思い出さなくて、先輩から“その時どう

いう気持ちになった?”とか、自分の考えを深めていける言葉かけがもらえると、そこを突き詰めて考えられるから次に活かせると感じるA-6]、「先輩からの問いかけがあると、もう一回その場面を思い出して俯瞰的に自分を見ることが出来て、“確かにそうだったのかな”とか映像として思い出すA-25]」等、他者との対話が自分を客観的に見つめ直す機会となり、新たな気づきをもたらしていた。

5)【実践への還元】:[対象者主体で考えて行動しつつ、タイムリーに自分の関わりを振り返り、修正する]

最終ラベルは〈リフレクションを通して、うまくいかなかった原因や自分の課題に気づけたことで対象者を主体に考えるようになり、その後の看護実践で自分の関わりをタイムリーに振り返って、勤務中にできるだけ修正するよう努力している〉で、17枚の元ラベルが含まれた。

先輩看護師と話す中で心を揺さぶられ、自分の行動が変わった経験として、「相手の立場になって考えるようになり、患者さんは(意識がなくて)分からなくても髭を剃ったり、テーブルを綺麗に拭いたり、環境整備をしたりするようになったB-21]、「患者さんへの指導にあたって、その人の今の気持ちや理解の状況を聞くようにしているD-13]」ということが語られた。また、「勤務の中で時間を見つけて関わりを振り返ることで、次のケアの時に声をかけたり、より良い関わりができるように努力しているC-19]、「その日の勤務内で修正できない時は、次にそういう場面に出くわした時に活かすようにしているE-21]」と、自分の関わりをタイムリーに振り返り、勤務の中でできるだけ反省点を修正するよう努力していた。

6)【成長実感】:[看護観や専門的知識が広がって、自信を持ってやれることが増え、他者から頼られることで自分の存在意義を感じる]

最終ラベルは〈現在は経験を積んで余裕ができて、患者さんとの関わりを振り返るようになり、看護観の広がりや幅広い知識を持った状態で患者さんと関わっていると感じ、自信をもってやれることが増え、他者から頼ってもらえて励みになっている〉で、6枚の元ラベルが含まれた。

「1年目の時は経験も浅くて病棟や業務のこと、基本的看護技術を覚えることに頭がいっていたけど、現在は苦手なことはまだあるけど経験が多くなって、その分、余裕が持てて他の事を考えら

れるようになった^{C24}」等、経験を積んだことで、少しずつ余裕が持てるようになったことが語られた。また、「1年目の時は自分の看護観っていうほどのものはなかったけど、3年目になって余裕が出てきて看護観が広がってきている感じがあるので、幅広い知識を持った状態で患者と関わっていると感じる^{A-28}」と、看護観の広がりや知識の定着を実感していた。それに伴い、「去年は何をするにも慣れないことをしてごちなかつたけど、今は自信をもってやれることが増えて、“Cさんなら安心して任せられる”と言ってもらえるようになった^{C-12}」等、他者から頼られることが励みとなり、モチベーションにつながっていた。

7) 【初心への立ち返り】：[プリセプターとして新卒看護師と関わることで初心に戻り、振り返る機会を得る]

最終ラベルは〈プリセプターとして新人看護師と関わることで、自分が1年目の時のことを振り返り、後輩の指導をしている〉で、3枚の元ラベルが含まれた。

「プリセプターという仕事もするようになって、新人看護師との関わりで自分が1年目の時はどうだったか考える時間も多くて、初心に戻れる感じがあるので、振り返る機会ができたのはよかったと思う^{C-25}」、「後輩の指導をしながら、自分の技術はどうだったか確認もできるので、一緒に確認しながら気づかされる場面もある^{C-28}」と、プリセプターの役割を担う中で新たに自己を振り返る機会を得ていた。また、「1年目の時に、自分ができていなかったことや苦手だったことをしっかり指導しようとか、先輩に聞きづらいことがあったら不安だったので、忙しいけど(新人看護師のことを)気にかけてもらうようになった^{C-27}」と、新卒看護師への気遣いがみられた。

考 察

1. 新人レベル看護師の臨床におけるリフレクションの様相

新人レベル看護師は、独り立ちしていく中で【主体的な学習】を心がけ、自分の目指す看護師像に近づくため、実践で感じた気がかりを大切に、先輩看護師からの支援を受けながらリフレクションに取り組んでいた。田村ら¹⁸⁾は、「リフレクションをするのは、未来のよりよい看護師像を目指すためであり、日々の看護実践の中で行って

いる自分の行為に対して『疑問を持つ』あるいは『自分で考える』ことがリフレクションの始まりである」と述べている。本研究では、いずれの看護師もリフレクションのきっかけとして実践の中で生じた気がかりや疑問を感じていたことから、自分の目指す看護師像に近づくため、よりよい看護を提供できる看護師になりたいという想いがリフレクションを促したと考えられた。しかし、自分だけでは疑問を解決できないことが多く、積極的に先輩看護師に支援を求めている。個人が自分自身や周囲の環境に影響を与える先見的な行動のことをプロアクティブ行動といい¹⁹⁾、この行動に含まれるフィードバック探索行動はリフレクションを促進し、職場における能力向上に影響することが報告されている²⁰⁾。研究対象者は、先輩看護師からフィードバックを受けようと能動的に行動しており、他者からの客観的な指摘が自身の看護実践への思考を深め、よりよい実践にむけた気づきをもたらしていることが推察された。

対象者の一部は、卒後3年目になってプリセプターを担当するようになり、新卒看護師との関わりをとおした【初心への立ち返り】によって、看護技術の基本を再確認したり、過去の経験から得た学びを思い出し、【実践への還元】を行っていた。また、自分が1年目の時に苦手だったことや不安だったことを思い出し、新人看護師が声をかけやすいよう【安心して語れる場】の提供を心がけていた。プリセプターの経験は、新卒看護師への指導を通じた学習機会の増加や、自身の看護を振り返ることによる成長実感をもたらすことが報告されている²¹⁾。また、杉田ら²²⁾は、3年目看護師は自らが指導的な立場を経験することで原点回帰ができて思慮深さと責任感を抱き、より自分らしさを模索して、理想とする目標に近づく努力をしていると述べている。プリセプターとして【安心して語れる場】をつくり出し、新卒看護師と対話をすることは、自らの看護に対する考え方を見つめ直す機会となり、看護師としてのアイデンティティの形成を促すと考えられる。

2. リフレクションを促進する要因

新人レベル看護師は、先輩看護師とのリフレクションについて、その時の感情や考えを思い出して自分を俯瞰的に見ることができると、よりよい看護実践に向けて思考が深まると感じていた。先輩看護師の看護観に基づいた意見や実践に対す

るアドバイスによって心が揺さぶられ、行動変容につながった人もいた。谷脇²³⁾は、卒後2～3年目看護師の臨床能力の向上には、先輩看護師の意図的、ないし無意図的なかかわりが影響していると述べている。また、中原²⁴⁾は、仕事における経験学習において『成長の幅』を引き伸ばしていくためには、他者からの援助が必要であると指摘している。本研究でも、先輩看護師との対話による看護実践の振り返りは、多様な看護観に触れたり、自分を俯瞰的に見ることで【他者の関わりによる新たな意味づけ】と同時に【自己理解の深まり】に影響を与え、【実践への還元】に活かされていた。他者と一緒に振り返ることは、1人で考えるよりも多くの気づきを得て、自己の課題への気づきや看護に対する考えを深化させ、よりよい実践のための気づきをもたらしていると推察される。

リフレクションを促進する他者について、対象者は相談したときに自分のことを否定されず、一緒に考えてくれる職場環境によって自分の素直な気持ちを言うことができていた。さらに、リフレクションをする中で落ち込む気持ちが生まれた時に、他者が相槌を打って話を聴いてくれたり、励ましてくれたり、頑張っていたことや良かったことを言ってもらえると、落ち込む気持ちを長引かせず、次は頑張ろうと前を向けると感じていた。田村ら²⁵⁾は、ファシリテーターは『丁寧に聴く』ことや『否定しない』ことが大切であり、『あいづち』や『アイコンタクト』で話がわかっていると伝えたいと、『うながし』をすると相手は話しやすくなると述べている。このことから、相談した時に否定されずに一緒に考えてくれたり、励ましてくれる他者の存在や安心して話せる職場の環境がリフレクションを促進することが示唆された。

さらに、新人レベル看護師は【安心して語れる場】に関して、周りの人が積極的に振り返る時間を設けてくれたり、気にかけてくれることで自分からも声をかけやすくと感じていた。対象者が所属する病棟では、病棟一丸となってよりよい看護を目指す取り組みがなされ、同期や先輩看護師と看護について話し合う場や看護実践を振り返る機会が設けられていた。新垣ら²⁶⁾は、複数人で対話することは、実践からの学びを看護師間で共有できることから、一人の学びから全体の学びとなり、組織としての看護実践の質の向上につながることを期待できると述べている。本研究においても、

【安心して語れる場】は個人レベルの気がかりをチームで考えることにつながり、チームで【他者の関わりによる新たな意味づけ】を共有することで、病棟全体の看護の質を高めていると推察される。自由に意見が言える職場環境や日頃から看護について語り合うことができる心理的に安全な職場風土は、リフレクションを促進することが示唆された。

本研究は、看護基礎教育機関でリフレクションの学習経験がある人を対象としていたため、研修でリフレクションに対する理解をさらに深め、実践の場で活用していることが推察された。しかし、インタビューでは、学生時代はリフレクションについて十分に理解できていなかったと語っており、入職後の研修でリフレクションを活用して自身の看護を振り返り、自分の強みや弱み、傾向がわかるようになったことで、リフレクションの重要性を再認識していた。東²⁷⁾は、入職後から継続した看護リフレクションを用いた研修を毎年受けられる仕組みを組織で作ることの大切さと共に、看護師が自己の看護実践を静かな環境で振り返ることの必要性について言及している。院内での研修などをおしてリフレクションの学習を積み重ね、リフレクションスキルを磨いていくことは、よりよい看護実践を探索するための【自己理解の深まり】に影響を与え、看護実践の質の向上につながることを期待される。

3. 本研究の限界と課題

本研究は、卒後2年目にリフレクション研修を取り入れている1医療施設の看護師5名のみを対象とした結果である。研究の限界として、対象者数が少なく、参加施設に限られるため、新人レベル看護師のリフレクションの様相を捉えきれていない。オンラインインタビューは対面でのインタビューと比べ、表情やしぐさから会話の間合いを計りながら話を進めにくく、インタビュー内容に影響した可能性がある。また、対象者の語りからは積極的なリフレクションの取り組みが窺え、一定の共通性が見出せたが、参加者が附属病院の看護師であり、インタビュアーと既知の関係であったことから語りの内容に影響した可能性がある。リフレクションの深まりは、自己との向き合い方や物事の受け止め方によって異なるため、継続的なリフレクションの学習効果による専門職としての成長プロセスを捉えていく必要がある。

結 語

1. 卒後3年目の新人レベル看護師は、【主体的な学習】を心がけ、【安心して語れる場】でリフレクションを進展させ、【自己理解の深まり】や【他者の関わりによる新たな意味づけ】を【実践への還元】につなげ【成長実感】を得ていた。また、プリセプターの経験は【初心への立ち返り】による新たな振り返りの機会となっていた。
2. 新人レベル看護師のリフレクションを促進するためには、目標とする看護師像、リフレクションをサポートする他者の存在、安心して話せる職場風土、看護基礎教育から継続的にリフレクション学習を積み重ねていく必要性が示唆された。

謝 辞

研究に参加いただきました鳥取大学医学部附属病院の卒後3年目看護師の皆様にご心より感謝申し上げます。

本研究は、令和3年度鳥取大学医学部保健学科看護学専攻課題研究論文の一部を加筆・修正したものである。なお、本研究は日本看護研究学会中国四国地方会第35回学術集會にて発表した。

文 献

- 1) 田村由美, 池西悦子. 看護の教育・実践にかすりフレクション. 東京, 南江堂, 2014, p. 13-36.
- 2) 大学における看護系人材養成の在り方に関する検討会. 学士課程においてコアとなる看護実践能力と卒業時到達目標.
https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/koutou/078/gaiyou/_icsFiles/afldfile/2017/10/31/1397885_1.pdf. (最終アクセス2021.11.30)
- 3) 田村由美. 看護基礎教育におけるリフレクションの実践. 看護研究. 2008; 41 (3): 197-208.
- 4) 松永麻起子, 前田ひとみ. 臨地実習のリフレクションから導かれた看護学生の気づきと批判的思考態度に関する研究. 日本看護学教育学会誌. 2013; 23 (1): 43-52.
- 5) 谷口清弥. 看護学生の早期体験実習後の構成

- 的エンカウンターグループを用いたリフレクション. 看護教育研究学会誌. 2010; 2 (2): 43-50.
- 6) 山縣由子. 成人看護学臨地実習における学生の学びの認識過程 — ナラティブ・アプローチを用いて —. インターナショナルnursing care research. 2009; 8 (1): 19-29.
 - 7) 野口佳美, 森本美智子, 谷口千華, 大庭桂子. 看護学実習におけるリフレクション導入の効果 — 学生の関心事象の変化による検討 —. 日本看護学教育学会誌. 2012; 22 (1): 13-24.
 - 8) 中納美智保. キャリア初期看護師の職業アイデンティティの形成プロセス — 看護実践の経験の意味づけから —. 東京, 風間書房. 2018. p. 29.
 - 9) 前掲書8). p. 149.
 - 10) 水谷典子, 林智子, 清水房枝. 一人前の段階にある看護師の情緒的組織コミットメントの変化に影響する要因. 三重看護学誌. 2015; 17 (1): 53-64.
 - 11) 前掲書8). p. 28.
 - 12) 武藤雅子, 前田ひとみ. 新人看護職に対する複数回の臨床体験のリフレクション支援の効果. 日本看護科学会誌. 2016; 36: 85-92.
 - 13) 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. 南九州看護研究誌. 2017; 15 (1): 11-20.
 - 14) Benner P 著, 井部俊子 訳. ベナー看護論新訳版. 東京, 医学書院. 2005. p. 10-25.
 - 15) 山浦晴男. 科学的な質的研究のための質的統合法(KJ法)と考察法の理論と技術. 看護研究. 2008; 41 (1): 11-32.
 - 16) 正木治恵. 看護学研究における質的統合法(KJ法)の位置づけと学問的価値. 看護研究. 2008; 41 (1): 3-10.
 - 17) 山浦晴男. 質的統合法入門 考え方と手順. 東京, 医学書院. 2012. p. 66.
 - 18) 前掲書1). p. 34-35.
 - 19) Grant AM, Ashford SJ. The dynamics of proactivity at work. Research in organizational behavior. 2008; 28: 3-34.
 - 20) 田中聡, 池田めぐみ, 池尻良平, 鈴木智之, 城戸楓, 土屋裕介, 今井良, 山内祐平. プロアクティブ行動がリフレクションを媒介して

- 職場における能力向上に及ぼす影響 — 20代の若年労働者に着目して —. 日本教育工学会論文誌. 2021; **45** (2): 147-157.
- 21) 粕谷恵美子. 3年目看護師のプリセプター経験の構造 — 焦点を絞ったエスノグラフィー研究 —. 2013年度聖隷クリストファー大学大学院保健科学研究科博士論文. 2013; 1-159.
- 22) 杉田久子, 福井純子, 西村歌織, 唐津ふさ. 臨床看護実践における看護師の知の様相 — 3年目看護師の臨床実践における知の語り —. 北海道医療大学看護福祉学部学会誌. 2018; **14** (1): 37-42.
- 23) 谷脇文字. 卒後2~3年目看護師の臨床能力の発展に関する研究 — 卒後2年目と3年目の看護師の臨床能力の向上・促進と経験の特質 —. 高知女子大学紀要看護学部編. 2006; **55**: 39-50.
- 24) 中原淳. 働く大人のための「学び」の教科書. 東京, かんき出版. 2018. p. 77.
- 25) 前掲書1). p. 138-145.
- 26) 新垣洋美, 岩脇陽子, 柴田朋美. 看護実践におけるリフレクションによる効果に関する文献検討. 京都府立医科大学看護学科紀要. 2015; **25**: 9-18.
- 27) 東めぐみ. 経験から学ぶ看護師を育てる看護リフレクション. 東京, 医学書院. 2021. p. 110.