

ターミナル期にある患者のその人らしさを支える 看護を実践するための教育的試み

—第2報 リフレクションシートの導入—

池口 佳子¹⁾ 高田 幸江¹⁾ 高橋奈津子¹⁾ 小田嶋文香²⁾
 峯岸智恵子²⁾ 伊藤 祐子²⁾ 高野真優子²⁾ 柳橋 礼子²⁾

The Educational Endeavor to Implement Nursing Care That Supports the Individuality of Terminally Ill Patients Part II Introduction of Reflection Sheets

Yoshiko IKEGUCHI, MA, RN¹⁾ Yukie TAKADA, PhD, RN¹⁾ Natsuko TAKAHASHI, MSN, RN¹⁾
 Ayaka ODAJIMA, RN²⁾ Chieko MINEGISHI, RN²⁾ Yuko ITO, RN²⁾
 Mayuko TAKANO, RN²⁾ Reiko YANAGIBASHI, MN, RN²⁾

[Abstract]

This is a summary of the report on “Introduction of Reflection Sheets” for terminal care practice in the fourth year at our institute. Based on issues raised by last year's feedback on use of the reflection sheets, we :

- 1) changed the storage location of documents used for advanced notification and reporting to the leader, and
- 2) improved the way of introducing and explaining the reflection sheets to the learners.

Since the leaders could also read the feedback in the reflection sheets, it helped them understand the anxiety and uncertainty that the learners experienced when directly facing the patient and the patient's family, and made it possible for them to provide more effective support.

Use of the Reflection sheet from the basic nursing course does not only provide an effective method of supporting learners' insecurities, but also helps the learners themselves realize their own feelings and reflect on their actions. It is also expected to improve their attitude towards lifetime learning.

[Key words] reflection, terminal care practice, feedback

[要旨]

聖路加国際大学の4年次総合実習ターミナルケアにおけるリフレクションを用いた教育的取り組みについて報告する。リフレクションシートを導入した2015年度の課題から、①指導者への事前の周知や記録の保管場所の変更、②学習者への導入・説明方法の工夫を行った。その結果、リフレクションシートに書かれた内容を指導者が読むことで、学習者がターミナル患者や家族と向き合う場面で感じた戸惑いや気持ちの揺れから支援すべき内容が明確となり、効果的な支援に繋げることができた。

リフレクションを看護基礎教育に用いることは、学習者の視点に立った揺れ動く感情をも含んだ経験を

1) 聖路加国際大学看護学部看護学研究科成人看護学・St. Luke's International University, Graduate School of Nursing Science, Adult Nursing
 2) 聖路加国際病院看護部・St. Luke's International Hospital, Department of Nursing

支援する効果的な方法であると同時に、学生が自分自身の感情を認識し、自分の行動を振り返り、生涯学習者の姿勢を育むことにつながることを期待できる。

【キーワード】 リフレクション, ターミナルケア実習, フィードバック

I. はじめに

2015年度の紀要¹⁾で、聖路加国際大学（以下、本学）の4年次総合実習ターミナルケアにおいて、リフレクションシートを用いた『患者を全人的に捉える取り組み』について報告をした。2016年度は、昨年度の振り返りから、リフレクションシート導入方法・患者の全体像を捉えるための指導方法の改善を行い、臨床指導者と協働で検討を行った。その成果を報告する。

田村らは、看護実践能力を高めるためにリフレクション学習は有用であり、リフレクションの学習を通じて質の高い看護実践家へと成長すると述べている²⁾。Gibbsのリフレクティブサイクルには、『人々は経験からどのように学ぶのか』というKolbの研究が活用されている。Gibbsは、出来事に対する説明と感情の両方を取り上げることが必要だと強調している³⁾。この取り組みは、リフレクティブサイクルを用いることで、ターミナルケアの場において、学生が患者を全人的に捉え、どのように死に逝く患者と向き合い、自らの感情とも向き合いながらそこから看護者としてどのような学びを得ることができるのかを支援することを目的とした教育的取り組みである。

II. 昨年度の取り組みからの課題と今年度の実習に向けた準備

昨年度の実習において、リフレクションシートの導入を行い、①リフレクティブサイクルを用い、学生が自己の行為を振り返り、意味づけをしていくことで看護者としての生涯学習姿勢が育つ、②学生が患者を全人的に捉えることに繋がること、を指導者間で共有した。しかし、実習病棟のスタッフから看護問題を取り上げて看護過程を展開する従来の記録用紙と異なるため、書き方がわかりづらく、どのように指導してよいかわからなかったという意見があった。また、学生からもリフレクションシートは、初めての記録様式であったため書き方がわからずに戸惑ったという声が聞かれた。

一方、ターミナル期にある患者の病態生理も含めた複雑な全体像を理解するために、人体図入りのSOE (sequence of events) を描くことを課題としたが、学生の病態生理の理解がやや乏しくなってしまった。そのため、今年度は更なる工夫と検討を行った。

1. 学生の準備：実習前のターミナルケア論演習におけるリフレクションシートの導入

今年度は総合実習前の4年次必修科目ターミナルケア論の事例演習においても、リフレクションシートを導入した。ターミナル患者や家族との対話の場面におけるロールプレイング演習の際に、状況と自己の言動や感情の振り返りを行い、看護者として次回同ような状況に遭遇した場合に、どのように行動につなげていきたいかを考え、記述する目的でリフレクションシートを用いた。リフレクションシートの活用方法については、演習要項に記載し、演習前に生涯学習者としての内省を促すリフレクティブサイクルの目的を明確に伝えるとともに、書き方の例を提示しながら説明を行った。

2. 実習に向けた準備

事前に実習病棟の実習担当者と教員間で、実習の打ち合わせを行った。その際に、昨年度の振り返りをもとに、具体的な改善（実習体制・記録方法など）に向けた検討を行った。その結果、次の3点について意識的に取り組むこととなった。1つめは、患者の全体像把握：1週目に患者の全体像を把握できるようにSOEの指導を丁寧に行う。2つめは、臨床指導者への周知：実習担当者から、実習記録や方法について病棟スタッフへの周知を図った。教員側の教育的な意図を伝える目的で昨年度の紀要¹⁾を用い、実習担当者を中心に病棟内に周知を図った。3つめに、実習記録の置き場所の工夫：実習期間中は、学生の実習記録を病棟スタッフが勤務後にも読めるようにナースステーションの所定の場所に置くこととし、実習指導に関わったスタッフがメッセージを書きやすいように工夫した。

III. リフレクションシートの活用の実際

今年度は、ターミナルケア実習を履修した学生は4名であった。学生には、教育的取り組みとしての紀要報告について事前に説明し、許可を得ている。

1. 実習記録

1) SOE

患者の全体像の把握と病態生理、緩和ケアの理解については、昨年度と同様SOEを用いた。1週目に病態理解を深める指導を重点的に行い、2週目には全体像を捉え

【日々の計画】	様式 1	
月 日 曜日	患者記号	学生名
1 本日の看護目標	3 リフレクション	
2 看護計画	患者や家族との関わりや実習で体験したこと学びや感じたことを他者に状況が伝わるように書く。自分の行動や気持ちを振り返り、最後に目標達成できたかを書く。	

図1 リフレクションシート

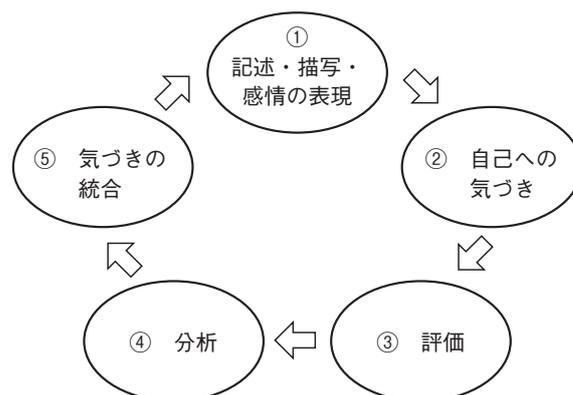


図2 リフレクションガイド

ながら全人的なケアを意識して、看護実践できるように指導を行った。

2) 日々の記録：リフレクションシート (図1)

リフレクションの書き方は、実習要綱に記載し、下記のように説明を行った。

『看護専門職として生涯にわたり成長していくためには、自己の行動を振り返り、リフレクション(内省)し、経験から学ぶ力を養う必要がある。そのためにも、実習場面を通じた看護者としての行動や発言、相手の反応を含めたリフレクションを行い、今後どう行動していきたいのかを意識してみよう。』

また、リフレクションのガイド①～⑤(図2)は、Gibbsのリフレクションのフレームワークをもとに田村らが作成したリフレクションシート⁴⁾を参考に作成した。

①記述・描写・感情の表現：状況・事実を記述し、自分の感情も振り返り記載する

例)沈黙が続き、気まぎくなくなった。

②自己への気づき：自分自身の価値観・信念・考え方や傾向を振り返る

例)相手が黙っていると不安になり、多弁となる。

③評価：自分の行動が相手にとってどうだったのか

例)一方的な話になってしまったのではないか。

④分析：状況を批判的に探究する

①をよく読んで、自分の行為にどのような看護の知が存在していたのかを明確にする。また、生じた感情がどのように行動に影響を与えていたのか、自己の成長や他者の行動がどう影響し、寄与しているのかを探究する。探究を通じて、自分自身に何ができたのかを問いかける。

例)傾聴をしていたが、自分が不安になり、相手が話し始めるまで待てなかった。

⑤気づきの統合：経験からの学びは何か、今後どのような学習をするか。次に同じような状況になったらどうするのか。

例)自分自身の感情で行動するのではなく、相手が今どうしようとしているのかを待つように～

2. リフレクションシートを通じた教育的支援と効果

1) 教育的支援の実際

実習担当者や病棟スタッフ、教員がリフレクションシートを読むことで、学生が何に迷い、どんな気づきを得ているのかを把握できた。

今までの看護過程の記録ではわからなかった、病室での患者や家族との会話やそのときの学生の感情や戸惑いを指導者が知ることで、患者の看護問題解決に向けた支援だけではなく、学生の看護者としての態度形成につながる教育的関わりにつながった。具体的には、その記録を読むことで、当日の指導者やラウンドしながら学生の学習を支援する教員にも、学生の戸惑いや学習プロセスが伝わったことで、肯定すべき部分や支援すべき部分が明確となった。そのことから、意図的に指導者が学生とともに訪室し関わり方を見せたり、学生からは見えていなかった患者や家族の側面(前回の入院までの患者や家族の様子など)を情報提供することにつながっていった。

2) リフレクションシートを用いた学生の感想

- 『今までの実習記録では、自分の思いや感情・考え方について書くことに慣れていなかったのも、とてもエネルギーが必要でした。アセスメントだけでは学ぶことができない看護の側面と向き合うことができ、とてもよいと思う。3年生の臨地実習でもリフレクションする機会があればいいと思う。』
- 『リフレクションの記載例が批判的だったので、よかったことを書くのに苦労した。』
- 『リフレクションの一つの記録が重く感じた。しかし、自分の中で整理でき、新たな一面に気づけたり、自分を見直すきっかけとなった。』
- 『ターミナルケアでは、患者の気持ちと一緒に自分の気持ちも変化するので、リフレクションを通して自分の気持ちを整理してまた患者の前に立てたと思う。自分の気持ちをスタッフに知ってもらったツールになった。』
- 『初めは感想と混同していたが、自分が行った行動と

それに伴いどのような思考をたどったのか言葉で再現する作業であることが理解できてからはスムーズに取り組めた。同時に、SOAP を用いて書かないことに違和感があったが、リフレクションを行うことで補えることもあり、自由にリフレクションの続きに評価を記載することで対応できるようになった。』

学生は、リフレクションシートを書くことを通して、患者とともに揺れ動く自分の気持ちに気づいたり、気持ちの整理につながったことがわかった。そのことを通して、看護者としての行動や思考を意識する機会となっていた。

3) リフレクションシートを用いた臨床指導者の感想

- 『リフレクションは学生たちの気持ちの揺れや思いが良く表現されていて良かった。』
- 『患者との関わりを改めてじっくり考えられている様子が伝わってきた。』
- 『学生の思考の内容が見られておもしろかったですし、指導しやすかったです。』
- 『リフレクションを読むことで今何に悩んでいるか・どんなことを学びができたのかが良くわかり、とても良かった。』

以上、臨床指導者からは肯定的な意見が聞かれた。

4) リフレクションシートを用いた教員の感想

教員はラウンドしながら記録を読み、学生と関わっていたが、記録に学生の戸惑いなどの感情が書かれ、看護者としての方向性を学生なりに模索しているプロセスが伝わってきた。そのため、学習の素材として、どの看護場面を教材化して学生個人や学生グループの学習を支援すべきかを把握しやすかった。通常の記録では、看護場面の状況を詳細に学生の行動や感情を交えて記載することはないので、状況を十分把握することは困難である。しかし、リフレクションシートを用いることで、学生が患者や家族と生き生きと会話し行動している様子を知ることができた。そして、またそのことを教材化し、学習を支援したことで、その後の学生の変化を知ることができた。

具体的には、学生の患者との関わりの様子や感情の変化を知り、学生がどんな看護をしていきたいのかを考えていくプロセスを知ることができた。リフレクションシートは、学習を支援する教員にとっても、学習を支援しながら、そのことを学生がどう捉えて、次に活かしているのかを知ることができる教育効果を確認できるツールであった。

5) ターミナルケア実習におけるリフレクションシートを用いた教育取り組みの評価

総合実習ターミナルケアにおいて、2年間にわたりリフレクションシートを用いた教育的試みを行った。昨年度に比較し、導入方法を工夫したことで、実際に使用し

た学生からの『書き方がわからない』という課題は解消できたと判断した。また、実習担当者による事前の説明・紹介などにより指導する側のスタッフへの周知が進んだ。このことにより学生の学習を支援する体制が整えられた。

リフレクションシートを用いたことで学生の学習プロセスが見えやすくなり、患者の看護問題に焦点を当てた看護過程では見えにくかった『実習という経験学習』における学習者の学習プロセスに焦点を当てた教育支援につながったと考える。

IV. 今後への課題と期待

2年間にわたる取り組みから、実習にリフレクションを活用することへの課題と期待が明確となった。

1. リフレクションシートを用いることへの課題

1) プライバシーの保護

学生は指導者が記録を読むということを前提にリフレクションシートを書いているため、看護者としての視点で振り返っていくが、内省する内容によっては学生のプライバシーが守られるような工夫が求められる。例えば、死と向き合う恐怖感など、学生は過去の体験をもとに内省をする可能性もある。実習病棟内において指導者間で共有する場合の記録の保管場所の問題や内容が守られるような配慮の徹底など、引き続き検討していく必要がある。

2) 肯定的側面にも着目させる工夫

今回の学生の感想からも、リフレクションという、できなかったことや改善したいことを中心に振り返ろうとする傾向があることがわかった。ここに焦点を当ててしまうと、実習体験における自己肯定感や自己効力感が得られにくくなってしまふ恐れがある。そのため、事前に十分できたことや、良かった点も振り返れるように、説明をしていく必要がある。

また、実践経験や成果を表現し、リフレクションスキルの活用について検討する行為は、学習者にとっても、アセスメントを行うものにとっても、時間的な負担と、経験を直視することによる精神的負担が生じる可能性がある⁵⁾という。そのためには、指導をする側がリフレクションを支援するためには、個人的な見解に基づいた指導ではなく、看護者としての視点を明確に、かつ複雑な看護の状況における学生の感情の揺れを十分に配慮した誠実な対応が求められる。そのためには、指導に関わる指導者全員への周知や学習の機会の提供などが求められる。

3) 継続した実習担当者との協働体制

今回の教育取り組みは、導入前の準備期間（1年間）を含めた3年間にわたる教員と実習担当者との協働の成

果でもある。実習に関わる指導者が交代しても、前年度までの協働内容が継続され積み上げていける実習体制が大学・病院ともに引き継がれていけることが望ましい。

2. リフレクションシートを用いることへの期待

看護学生が自分の感情の揺れと向き合いつつ、ターミナルステージにある患者や家族と関係を構築していくことは、初めての体験であることが多い。初めて感じる複雑な感情を自覚しながら、看護者としていかに関わっていかうとするのかを、教育する側は支援をしていきたい。それは学生にとって、経験の積み重ねであり、人と向き合う看護ならではの課題でもある。ベナーらは、看護教育において長い間、他者とともにいることについて感情的な関わりの重要性をほとんど無視してきたと述べ⁶⁾、臨床実習において学生の患者と向き合う経験を支援する必要性について主張している。

今回の取り組みを振り返ってみても、リフレクションシートは、学習者の視点に立った、看護学生の揺れ動く感情をも含んだ経験を支援する効果的なツールであると考える。また、学習者である学生が、自分自身の感情を認識し、自分の行動を振り返ることは、生涯学習者の姿勢を育むことにつながることを期待できる。

V. おわりに

ターミナル期の患者や家族を問題解決思考ではなく、全人的に捉えて看護を実践してほしいと導入したリフレクションシートであったが、2年目となり新たな気づきや方向性が見えてきた。

プロフェッショナルの実践者は、一定のタイプの状況

に何度も何度も出会うスペシャリストである⁷⁾。リフレクションを行い、実践 (practice) を振り返ることで、自分の中での状況やケースを積み重ねつつ、個々には異なるケースの類型化を図っていく。初学者である学生は、実習での場面を実践後に振り返りをする (リフレクション・オン・アクション) で、ケースに潜んでいる看護の意味を認識し、類型化を行う。この経験の蓄積が、次に同じような場面に遭遇したときに、その経験を思い出し、看護としての意味を意識しながら実践することで、実践の中の省察 (リフレクション・イン・アクション) ができるようになっていくのではないかと期待する。

今後も、看護者の生涯学習姿勢を育む取り組みとして、看護基礎教育にリフレクションを取り入れていきたい。

引用文献

- 1) 池口佳子, 高田幸江. ターミナル期にある患者のその人らしさを支える看護を実践するための教育的試み. 聖路加国際大学紀要. 2016; 2: 37-41.
- 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; 2014. p.38-9.
- 3) クリス・バルマン, スー・シュッツ (田村由美, 池西悦子, 津田紀子監訳). 看護における反省的实践原著 第5版. 東京: 看護の科学社; 2014. p.308-9.
- 4) 2) p.124.
- 5) 2) p.153.
- 6) パトリシア・ベナー, クリスティン・タナー, キャサリン・チェスラ (早野 ZITO 真佐子). 看護実践における専門性. 東京: 医学書院; 2015. p.527.
- 7) ドナルド・A・ショーン (柳沢昌一, 三輪健二監訳). 省察的实践とは何か. 東京: 鳳書房; 2007. p.62.