

# 11.12月 かんごだより



## 初めての学会に行ってきました!!

11月31日～12月1日に金沢市で開催された、『第39回日本看護科学学会学術集会』に、昨年度リフレクション研修を受講した3名で参加しました。参加の最大の目的は、講師として指導いただいた聖マリア学院大学看護学部教授 鶴田明美先生が、私たち研修生の変化を研究発表されると聞き聴講することでした。「自己イメージに焦点を当てた支援プログラムが中堅看護師の看護実践に及ぼす影響」との演題で、とても興味深く、日常の看護実践をリフレクションすることの重要性をあらためて実感しました。地域医療センター看護部が目指す“あなたでよかった”とっていただけるような看護師になれるように、更に頑張ろうと意欲が湧きました。学会に参加させていただきありがとうございました。



いつも笑顔の  
鶴田先生と記念撮影!  
(\*鶴田看護学部教授：左上段)

## 学会に参加して感じたこと!!

日々の実践の中で、研修会でディスカッションした内容と重なる場面があった時、他者の意見を思い出し実践してみたり、今までと方法を変え上手くいった経験もありました。先生が発表された研究でも、仲間と看護実践の見つめ直しを行うプログラムは、中堅看護師の看護実践を向上させる効果が期待できるとの結果が述べられました。これからも自分の看護実践を日々振り返ることを大切にして、看護師として学び、スタッフ教育の場などで「スキルを学び・使い・伝える」を意識して活かしていきたいと思います。

研修で取り組んだことがいかに実践に影響しているのか、見つめ直す機会となりました。日々患者さんと関わる中で、出来る事は何か、何を求められているか、小さなことをキャッチし、疑問を持ち考え深める事を大切にし、受け持った患者さんに傾聴、共感、提案を行いながら看護展開をする事ができるようになってきました。看護実践を繰り返し内省することで、患者さんにとって、一方的ではない「目くばり、気くばり、心くばり」の行き届いた看護が提供できるのだと改めて気づかされ、この気持ちを忘れずに日々働きたいと思っています。

研修の中で中堅看護師であるが故の苦悩を同僚と共有する中で、「一人じゃない。助け合い、支え合うことが大切だ」ということを学びました。その気持ちの変化が先生の研究で明文化され、研修の集大成をみせていただき、とても貴重な体験でした。現在、看護管理研修生として、ひとつ屋根の下戦略やカーテンオープンの重要性や必要性を広げる立場ですが、他者へ興味や関心をもってもらうための伝え方の大切さを感じたと共に、どんな思いを込めてアクションを起こすのか、そのプロセスにも目を向け、理解することで、主軸を押さえ自信をもって伝えることができると感じました。