

看護職者の「ヒューマンケア」として対象者との効果的な関わりの方のプログラム開発の予備的研究

浦山 晶美

山口県立大学看護栄養学部

要 旨

看護職者を対象に VP (Virtues Project: 美徳実践プロジェクト) のワークショップを実践し、「ヒューマンケア」としての対象者との関わり合い方の方法としての可能性について検討することを研究目的とした。対象者に実施後に体験した内容を感想文形式で記述してもらい、質的記述的に分析した。結果は、【美徳の言葉はスピリットを高める】効果があることを認識し、【言葉の力の発見】と【美徳の実践は対人関係能力を引き出す】要素があることに気づいていた。さらには、職場で応用すれば【美徳の実践は看護のスキルアップに生かせそう】、また、自己の知らない部分に気づかされ【自己の深まりと感謝の気持ちの芽生え】を体験していた。しかし、まだ【美徳の言葉の不慣れさ】から、自分を成長させるためにも機会があれば次回も参加したいという【今後への期待】があった。結果から、VP のアプローチは対象者との「対人関係能力」を引き出す可能性があることが示唆された。

キーワード

対人関係能力、美徳、ヒューマンケア

はじめに

看護師に求められる実践的研修の中にヒューマンケア能力の育成があげられる。厚生労働省は「看護教育の内容と方法に関する検討会報告書」¹⁾において、5群の看護師に求められる実践能力の内容を提示し、その1群に「ヒューマンケアの基本的能力」を掲げている。その内容は、「人間性のベースになる倫理性、人に寄り添う姿勢の教育、コミュニケーション能力、対人関係能力の育成に繋がるような教育」等を目標としている。看護におけるヒューマンケアとは、道徳的観念を基盤におき、人間的尊厳を守り、維持し、高めることが目的とされている。そして、看護教育は看護技術教育だけでなく、豊かな人間性を培い、円滑な人間関係

を形成し、患者が抱えるさまざまな苦悩に対していかに寄り添っていくかを考えるならばならない²⁾。しかしながら、ヒューマンケアの対人関係能力をめざした具体的で、かつ一般的な教育実践方法は模索段階である。

本研究はヒューマンケアの教育方法の1つとして「Virtues Project」(美徳実践プロジェクト: 以後 VP と表現する) を応用することを検討した。VP は 1991 年に Linda Kavelin-Popov, Dan Popov, John Kavelin によって、全世界のあらゆる聖典の要素をもとにして人格を培い尊厳のある人間関係を構築することを目的にプロジェクトが構成された。多くの聖典に共通する要素は人間の美徳に関するものであり、それは叡智に基づいた人格を培い、「道徳的な視点を取り戻し人間的な

資質の発達を支援し、それに基づいて人間関係を築いていく」ものであり、VPはこれらを目的に発展してきた。VPは現在90カ国に広まっている。VPは美德と道徳の二つの言葉の概念についての見解があり、道徳の概念は文化、習慣により変わることがあるが、美德は文化や価値観を超えた人格の資質を表し、スピリットであると捉えている。そして、VPはその人らしさを尊重し支え、人と人の関係を保てる環境を整えコミュニケーションを図り、人格形成を培う効果があるといわれるプロジェクトとして国際連合の国際児童年（1999年）に最優秀賞として選抜された³⁾。

以前、著者はVPの手法を取り入れて、妊娠中の母親を対象にマタニティクラスを実施し、介入研究を行った⁴⁾。その結果はVPのアプローチを投入した介入群では自尊感情と特性自己効力感の2つの尺度得点が介入後に統計学的に有意に上昇したが、対照群では変化はなかった。そこで今回は、VPの手法を看護職者対象に応用し、「ヒューマンケアの基本的能力」のコミュニケーション能力、対人関係能力の育成に効果があるか検討する目的でワークショップ参加後の感想や体験を質的に分析することにした。なお、本研究における「ヒューマンケア」としての対象との関わりとは、ワトソンのケアリングの哲学を参考にして⁵⁾『人間の尊厳を守り、人間性を保持することを目指して道徳的に係ること』とする。尚、本研究において美德と道徳の概念はほぼ同意語として扱い、厳密な定義を用いないことにする。

研究方法

1. 研究対象者

Y県の看護協会より中堅看護教育の研修目的で著者にVPの実施依頼があった。研修のねらいは、看護の実践でのコミュニケーションスキル向上であった。参加者の募集方法は、Y県内の複数の病院施設へ研修目的や参加後に調査票にて調査する旨を記載したチラシ等にて広報した。定員は15人程度としたが現役看護職者19人が参加した。

2. 調査期間及び実施場所：H26年7月にY県の看護協会の研修室で実施した。

2. VPのワークショップ概要

VPは人間関係を調整する機能や関係性を改善する可能性を含んでおり5つの方略がある⁶⁾。VPの5つの方略について、項目だけにとどめた簡単な説明をする。まず、方略の1つは、日常の会話や行動する中で意識して相手の長所をみるようにし、それを相手に美德の言葉（図1参照）を使って伝える（承認する）方法である。自分も相手から認められる体験を積み、認知の枠組みをポジティブに変えていく。これは漠然と誉めることではなく実践した行動内容のどこが「寛容」「思いやり」等であるかを具体的に美德の言葉を使って相手に伝えるものである（美德に基づいた言葉を使う）。2つ目は、試練は何かを学ぶ機会としてとらえる視点を培う（教えるのに最適な瞬間に気づく）。3つ目は、仕事や生活の中で、基本的なルールを美德の内容を使って設定する（明確な境界線を引く）。4つ目に、相手の心に深く寄り添うような在り方・聞き方をする（精神的な同伴

愛	識別	誠実	名誉	共感	親切	忠誠心	ゆるし
いたわり	自制心	辛抱強さ	優しさ	協力	信頼	慎み	喜び
思いやり	自信	整理整頓	やすらぎ	勤勉	信頼性	手伝い	理解
感謝	柔軟性	責任	目的意識	決意	正義	忍耐	理想主義
寛大	正直	節度	勇気	謙虚	清潔	奉仕	和
寛容	情熱	創造性	友好	優秀	自己主張	無執着	礼儀
気転	真摯	尊敬	コミットメント				

図 1. 52 の virtues (美德)

(注) 価値観は文化によって変わるがこれらの美德の言葉は特定の宗教やイデオロギーに偏っておらず、人間の資質の要素である (Linda Kavelin Popov が提唱した52の美德)⁷⁾

の在り方を学ぶ)。最後に人間は物質的・身体的支援も必要であるが、同時に精神的な支援も重要である。これらの5つの方略を看護職者対象に実践した。

筆者はVPが規定している所定の研修を受け、公認ファシリテーターの資格を得た。ファシリテーターの資格はVPの理念や基本的な原理を理解し実践できることを前提として認定される。ファシリテーターがWSを開催するときは、対象者に合わせて既定のマニュアルに沿って、時間的配分、方法、内容にアレンジを加えることができる。

研修は時間的制限がある中で、看護に役立つ方略として特に1つ目「美德に基づいた言葉を使う」と4つ目「精神的な同伴の仕方を学ぶ」の方略に重点をおいて実施した。以下にその内容を簡単に説明する。

まず、1つ目の方略の「美德に基づいた言葉を使う」はVPに慣れ親しむ導入部分である。これは相手の美德に気づき、認め、また自分も相手から美德の言葉を使って認めてもらう体験をし、その中で認知の概念枠組をポジティブに変えていくというワークで、VPではシェアリングサークルのスタイルで実施する。その具体的なシェアリングサークルの方法について以下に述べる。

VPでは、言葉には、人の心を動かす力があり、使い方によっては人の心を打ち砕くこともある。能力を引き出すことも出来るという考えがある。そして、それは話し相手の心の癒しにもつながる。シェアリングサークルは人間の資質といわれている美德の言葉を用いて、相手の長所を伝える、もしくは承認するというワークである。具体的方法は以下に記す。

まず、参加者にVPの概略や内容を説明した。次に4人ずつのグループになり、その中で二人ペアになってシェアリングサークルを実施した。グループの中で各自52のVirtues cards⁷⁾(美德の名前が記載されているカード)から1枚を引いて、それをじっくり読む。これは、日常生活の場面で使いやすくカード式になっており人間の資質を「52の美德の言葉」で表現している。これをVPでは、Virtues cards pickという。1枚のカー

ドには1つの美德の“定義”“実践理由”“実践方法”“実践しているしるし”“確言”が書かれている。次に参加者はカードに書かれていた内容と最近の出来事に関連づけて話す(自分の思いや出来事の感想等)。グループ内では、受容、傾聴、共感の姿勢を持ちお互いが安心して話を聴いたり、話したりすることができる「場」となるように、美德の言葉を使ってルールまたは境界線を引く。本研究で用いた境界線の美德は、尊敬、礼儀、信頼、自己主張である。これを、参加者に説明する時には、「お互い尊敬の気持ちを持って接していただき、自分がされたいように相手にも思いやりを持って接してください。そして、ここで話した内容はここだけの場に限られたことなので口外はしません。それが信頼につながります。自分が話す番では自己を主張してください」という。この境界線を設定することが心を開放し、安心して話す「場」となる。このようにして具体的にルールを設定しそれを守りながら、聴く姿勢、話す姿勢にもっていく。参加者に自分が引いた美德のカードを読んで、その意味や具体的な実践方法を理解してもらい、そしてカードの内容と最近の出来事に関連づけて自分のことを話す。話し合いの後、相手の話した内容から感じ取られる美德を発見し、それを言葉で伝え、または承認し、相手のネームプレート(参加者には筆者が作成した手作りのネームプレートを付けてもらう。そのネームプレートには話し相手が見つけた美德が書けるようなスペースがある)に承認した言葉を書く。1人が話す時間は約7～10分位とする。次にペアから全体の集まりとなり、自分がネームプレートに書かれた美德の内容を参加者全員に紹介するが、これは強制ではない。ファシリテーターは「場」が明るく思いやりのある話しやすい雰囲気になるようにし、全体を見ながらサポートの必要なグループに方向性を示す。

次に4つ目の「精神的な同伴の仕方を学ぶ」について説明する。これは人の癒しをサポートするといわれている方略で、7つのステップがある。まず、相談者の心を開くような質問の仕方から入る。例えば「何があったの?」の質問に対して、相手が沈黙していればその沈黙に寄り添うよ

うに傍についている。次に話すのに十分な時間と空間的なペースを確保し受容的な態度で相手の話を傾聴し、最後に相手の問題の核心まで辿りつくような心の中が空になるような質問をする。その時、相手の身体的言語（怒り、悲しみ等の感情）に注意しその感情について意味を考えるような質問をする。次に、この感情的な現状においてどのような美德が心のバランスを回復することができるか尋ね、思考と感情が統合できる締めくくりの質問をする。最後に、相手の話の中から感じ取った美德を見つけて、それを承認し話を終える。これらの一連のプロセスは看護の現場で新人を育てる場面の状況に関するシナリオを作成してロールプレイで練習を実施した。なお、シナリオは著者が作成した。シナリオの内容は、新人看護師とその先輩の対話であったが、参加者は適時自己の経験か

らくる内容に変化させ調整していた（シナリオの原本は資料1参照）。

3. 分析方法

体験した内容の感想文を現実のものとして感じられるまで精読し、参加後の主観的なポジティブまたはネガティブな思いや体験の記述文を分析するため質的記述的分析を採用した。データを繰り返し読みワークショップ参加後に変化する思いや気づきに関する箇所について、その意味内容を損なわないようにコード化し、類似するコードをサブカテゴリーとしてまとめた。さらに、サブカテゴリー間の類似性によって集約化しカテゴリーを生成した。分析の過程では常にデータとの比較を行い、データに忠実なカテゴリー名となるように分析をした。これらの分析過程において12年間の質的研究の経験を持つ看護研究の専門家と討議

資料1. 精神的な同伴の練習

7つのステップ	Aさん	Bさん
こころのドアをノックする	どうしたの？ 何か気になることがあったの？	… 今日も仕事で先輩に叱られた…
相手が沈黙を続けているのなら、それを受け入れ沈黙に従う、	それ、…話してみる？ そう…、なお、うまくいかないんですか。	仕事が遅いのでいつも注意を受けている、今日も…イヤミを言われた。そして睨まれているような気がして、緊張してついつい焦って、そうするとうまくいかないんです。 はい、叱られないようにと思うと余計うまくいかないんです。
カップを空にする質問をする、	うまくいかないと、どのように感じますか？ どのようにだめだなあ~と思うの？ その涙は、何を意味しているかしら？（感情を見逃さない） 何が一番つらいの？	私ってだめだなあ~とってますます自信がなくなっていくんです。 同期の人と比べてしまい、やっぱり、自分はだめだあ~っと思うんです。 （ため息がでる）又は（涙が出る） できない自分、そして人から見下されるのがつらいです。
聴覚、視覚などの感覚的なものを手がかりにして、それに焦点をあてる、	どうなりたいの？ 落ち込まない、仕事ができる、…にはどうしたらいい？	見下されても、自分は自分だし、うまくいなくても、練習すればきっと仕事ができるようになるし、こんなことで落ち込むのはイヤです。 人と比較しないこと、そして、できるようになるまで練習すること。
美德を反映する質問をする、	どんな美德を発揮したら、それをできるようになる手助けになると思う？（美德の表を見ながら）	勤勉、忍耐、目的意識をもって練習すること、かな…
話（問題点）を集約し全体をまとめる質問をする、	今まで話したなかで、何か役に立ちましたか？	先輩を怖がらないで勇気をもって話せるように努力してみることに、最初は誰でもできないけど、練習してできるようにしていくと自信もつくかな、ということに気が付きました。
相手のいいところを認めて承認する、	辛くても、自分の状況を理解し、真摯に努力して改善しようとしている姿勢に誠実さが伝わってきます。	

を繰り返し行い、信頼性の確保に努めた。

4. 倫理的配慮

Y看護協会責任者に研究目的と実施方法を口頭と書面により説明し、参加者への調査票配布の承諾を得た。参加者には、研究目的や方法等を書面ならびに口頭で説明し、プライバシーを保護遵守し、参加の自由意思と途中辞退の権利の保障と、匿名性の保証、研究で得られたデータは研究目的以外に使用しないことを説明し、調査票回収をもって同意が得られたものとした。本研究は、2013年山口県立大学生命倫理委員会の承認を得た（審査承認番号 #25-19）。

結 果

1. 参加者の概要

参加者19名の平均年齢は39.2歳±10.4歳、看護職としての平均就業年数は14.3年±9.6年、全員女性であった。

2. 分析結果

参加者の思いや体験の文章はA4サイズ of 用紙に5行から2ページに及ぶまでのものがあつた。ワークショップ参加の思いや体験は143のコードからなり、その意味内容から26のサブカテゴリー、8のカテゴリーが抽出された（表1）。以下にカテゴリーとサブカテゴリーの内容を説明する。カテゴリーは【 】,サブカテゴリーは〈 〉,コードは「 」を示す。

- 1) 【美徳の言葉はスピリットを高める】では、4つのサブカテゴリーから形成された。

WSに参加し美徳の言葉を使う練習をし「美徳の言葉は心にとどくと感じた」「心が明るくなる」等、〈美徳の言葉は心に響く〉体験をしていた。また、「とても幸せな気持ちになった」「愛にあふれる気持ち」になり「心が癒される」思いから〈美徳の言葉は心を豊かにする〉と感じていた。そして、自分が美徳の言葉を用いた承認のされ方は「心が弾み、自分を探すことができた」ことから〈美徳の言葉は自己肯定感を高める〉と感じ、美徳の言葉は「心、魂、スピリチュアルを連想させ

る」、まるで「言葉は魂を持っている」ようで〈美徳の言葉はスピリチュアルを連想する〉思いから美徳の言葉はスピリットを高める効果があることを感じていた。

- 2) 【言葉の力の発見】では、3つのサブカテゴリーから形成された。

「美徳の言葉に慣れ親しむことが大事」で、使い方によって「言葉で人を生きも殺しもできる」という実感から〈言葉に力があることの気づき〉をしていた。ワークショップの体験から「感情に流されて後輩に強い言葉を使っていた」「感情的な言葉で相手に注意をしていた」等の気づきから〈日頃の言葉使いの反省〉の機会となっていた。言葉の使い方「人の気持ち、行動、状況、印象も変わると感じた」「美徳の言葉は真摯さ、誠実な思いをおこさせてくれる」等の意味があることを感じ取り〈言葉の持つ意味の深さの実感〉し言葉の力を発見していた。

- 3) 【美徳の実践は対人関係能力を引き出す】では、3つのサブカテゴリーから形成された。

生活の中で美徳を実践することは「人間関係を楽しむ」「暖かい関係性が作れ、相手を理解しやすくなる」という思いから「お互いに良い関係が築ける」ようになり〈美徳の実践は人間関係に役立つ〉ことを体験していた。また、人間関係で「美徳の声かけは相手の存在を認めることにつながる」効果がり、「ポジティブな声かけは相手を受け入れやすくすることから「危機やトラブルの時こそ美徳を獲得する機会だ」と感じ〈美徳は危機の時に使うと役立つ〉と理解していた。そして、ワークショップで具体的に「美徳の言葉におきかえて考える思考過程を教えてもらった」等、状況に応じて「どのような言葉を使ったらいいか分かった」という〈具体的な美徳の使い方 of 学び〉から対人関係の力を引き出す可能性を見いたしていた。

表 1. ワークショップ参加後の感想と体験内容のカテゴリー・サブカテゴリー

カテゴリー	サブカテゴリー	代表的なコード
美徳の言葉はスピリットを高める	美徳の言葉は心に響く	・良い言葉は心にとどくと感じた・美徳の言葉はとても心に響いた・美徳で表現することはステキなことだ・心が明るくなる
	美徳の言葉は心を豊かにする	・心がハッピーになる・愛にあふれる気持ちになった・心を豊かにする・とても幸せな気持ちになった・自分の心を強く思う・心が癒される
	美徳の言葉はスピリチュアルを連想する	・聖書の文面のような・美徳の言葉は「目からうろこ」だった・心、魂、スピリチュアルの言葉を連想した・言葉は魂を持っている
	美徳の言葉は自己肯定感を高める	・認めてもらうと心が弾む・美徳で自分探しができる・美徳で褒められると自己肯定感が高まる
言葉の力の発見	言葉に力があることの気づき	・美徳の言葉に慣れ親しむことが大事・大切に言葉を使っていきたい・言葉の力を認識し、正しく(効果的に)使いたい・言葉で人を生きも殺しもできる
	日頃の言葉使いの反省	・普段の自分の言葉使いを反省・感情に流されて後輩に強い言葉を使っていた・感情的な言葉で相手に注意していた
	言葉が持つ意味の深さの実感	・言葉通りに状況が変わると思った・言葉ひとつで人の気持ちは変わる・言葉で人の行動も変わると感じた・美徳の言葉は真挚さ、誠実を思いおこさせてくれる・美徳の言葉は私が必要な言葉だと思った・今日出会った言葉が今の自分を成長させてくれると確信した・今の自分の背中を押してくれるような言葉に出会った・使い方によって相手に与える印象が全く違ってくる感じた
美徳の実践は対人関係能力を引き出す	美徳の実践は人間関係に役立つ	・美徳は良い人づきあいに役立つ・お互いに良い関係が築ける・職場の人間関係を良好にする・日常生活全般に活かそう・美徳を探すことによって相手を理解しやすくなる・人間関係を楽しくする・暖かい関係性が作れる
	美徳は危機の時に使うと役立つ	・ポジティブな声かけは相手を受け入れやすくする・危機やトラブルの時こそ美徳を獲得する機会だ・心の働きかけにとっても有効だと感じた・自分の感情に流されず一呼吸おいて発言していこうと思った・美徳の声かけは相手の存在を認めることにつながる
	具体的な美徳の使い方の学び	・美徳の言葉におきかえて考える思考過程を教えてもらった・どのような「言葉」を使ったらいいか分かった・美徳の言葉について理解することができた
美徳の実践は看護のスキルアップに生かせそう	興味ある内容だ	・学んでみたい看護研修だった・興味ある研修内容だった・コーチングも興味があるので是非参加したいと思った研修だった
	後輩の指導に役立つ	・臨床の場で後輩指導の仕方(言葉の使い方)に悩んでいた・プリセプターの関係で悩んでいたがヒントを得た・後輩への指導(振り返り)で声かけのヒントを得た・プリセプターの指導、関わり方をはじめとする職場で活かそうだ・後輩への指導(振り返り)に有効な働きかけだ・後輩育成に活かそうだ・美徳の実践は指導の場で活かしていけそうだ・学生指導に際して、自立を促しながら習得する力を身につけさせる方法だ
	職場での自己の成長とケアに役立たせたい	・美徳の言葉はアドバイス、声掛けに有効だ・何でこの人のどこで困るんだろうとイメージしやすくなった・対人関係で困ったときに自分の行動をふりかえる方法によい・これから生活の中、職場で活用していきたい・困っている対象のことを具体的に言葉で当てはめて考えることができた・これからマザークラスでぜひひとり入れてみたい・思いやりをもった言葉を考えていくことで患者や家族に接することができると思った・患者さんと接するとき、相談者と接するときには活かしたい・コーチング(プリセプター、育児指導)の中でとり入れていこうと思った・ケアも大切だが、それ以前の信頼などのスキルが重要だ・仕事に活かそうだ・患者さんとの関わりに活かそうだ
家庭で使う美徳の大切さ	子育て中の親への憂慮	・子育てや人間関係(ママ友)で悩んでいる親御さんは多いと思う・今、心がしんどい人が多い世の中を何とかしたい・世の中は、時間があればスマホを触っている子育て世代が多い
	子育ては家庭が基本だ	・豊かな心を親が持っていないといけないと思う・子育ては教育現場だけでなく職場など様々だが、基本は家庭だと思う
	子育てに美徳実践を提言したい	・美徳の実践は虐待子供との接し方がわからないという不安など、いろいろな面でよい方向に向かうと思う・子どもに教育する場面で美徳を使うことによって、嫌な気持ちにならない・子どもへの愛情の示し方や接し方に役立つ・子どものよいところを探して楽しい子育てができそう

カテゴリー	サブカテゴリー	代表的なコード
	美徳を子育てに役立させたい	・子育てに役立つと思う・美徳は「しからない」「怒らない」「甘やかす」ということとはちがう・子育てに役立てていきたいと思った・自分への言葉や子育てに活用していきたいと思った・自分の思いと一致して満足した・子育てにすごくいいと思った
	美徳は家族の人間関係に役立つ	・親が美徳の言葉を理解するだけで表現も変わる・自分を知って自分を愛せることで子供、夫も愛せると思う・子供のやる気を引き出す・注意やアドバイスをする為には、美徳の言葉をつかえると良いと感じた・美徳の言葉を意識して、息子と話したいと思う・時間がなくてもゆっくり向きあって話をする、聞く、聴くことが大切だと思う・プライベートでの人間関係をより円滑にすることができると思った・日常の家庭生活で活かせそうだと夫婦や親子関係を良好に保つことができそうだと大切な家族との会話で活かしたい・美徳の言葉を使うことで一歩引いて冷静に接することができるかもしれないと思う
自己の深まりと感謝の気持ちの芽生え	自己成長につながった	・自分の知らない一面も知ることができた・相手を受け入れ、認めながらも、さらに高めていける・自分の良いところに気付けた・相手の良いところに気付けた・自分の戒めもあわせて考えられそうだと自分自身を見つめ、前進していける一つの糧をいただけた・自分の良い所、改善しなければならない所を客観的にみれてよかった・相手の美徳を見つけることができるようになった
	参加して楽しかった	・とても楽しかった・楽しく参加することができた・感激した・参加できてよかった・具体的でわかりやすかった・堅苦しくなく、他施設の人とワーキングできた・楽しく、深く、感動した
	感謝の気持ち	・とても勉強になった・本当にステキな研修だった・貴重な経験をさせて頂いた・美徳とその内容を知る機会をありがとう
美徳の言葉の不慣れさ	美徳の言葉の認識不足	・初めて「美徳」の言葉があることを知った・普段使っている言葉だが、意図して相手に使うことは少なかった・美徳の言葉は知っている様で、正しく認識できていないと感じた・普段、生活の中で意識したり使うことはなかった
	美徳の言葉の難しさ	・初めての経験だった・「美徳」は普段聞き慣れない言葉だ・日本語での会話で行うと少し不自然な言い回しかなと思った・美徳の言葉は難しい・普段、あまり口にしないものだ・Virtues Projectは初めて聞いた・グループワークは大変と考えていた・午前中は何をしていけばいいかわかったつもりであったが、午後からみうしなった
今後への期待	美徳を身に付けた	・美徳の実践をしていきたい・美徳をとり入れた会話をしていけたらと思う・実践できるように少しずつがんばりたい・一つでも多くの美徳を身に付けるべく努力しようと思った・日々行動し実践していきたい・繰り返し思い出して美徳を使った会話したいと思った・自分の感情コントロールができた上で、言葉の力を発揮できたらと思った・職場、家庭で美徳の言葉を実践してみようと思った・自分にはない美徳は身に付けるようにしていきたいと感じた
	美徳のすすめ	・学校等に出向いてどんどんワークショップを行って頂きたい・もっと多くの人たちに聞いてもらいたいと思った・全ての人に参加してほしい
	次回への期待	・第2弾の研修があれば是非参加したい・来年も引き続きしてほしい・次回も楽しみにしている・自分も子育て中のため、ぜひその講座を企画していただきたい

- 4) 【美徳の実践は看護のスキルアップに生かせそう】では、3つのサブカテゴリーから形成された。

以前から「学んでみたい看護研修」で参加してみて〈興味ある内容だ〉だった。看護の臨床で「後輩指導の仕方や言葉の使い方に悩んでいた」がワークショップに参加して「後輩への指導（振り返り）で声かけのヒントを得た」「美徳の実践は指導の場で活かしていけそうだ」という学びから〈後輩の指導に役立つ〉方法を学んでいた。自己のためにも学んだことを「これから生活の中、職場で活用していきたい」「患者さんと接するとき、相談者と接するときを活かしたい」「対人関係で困ったときに自分の行動をふりかえる方法によい」等、〈職場での自己の成長とケアに役立たせたい〉と具体的に看護の実践に応用しスキルアップとして生かせそうという展望に繋がっていた。

- 5) 【家庭で使う美徳の大切さ】では、5つのサブカテゴリーから形成された。

現代の世の中は「時間があればスマホを触っている子育て世代が多い」ことから「心がしんどい人が多い世の中を何とかしたい」という思いから最近の〈子育て中の親への憂慮〉をしていた。しかし、「子育ては教育現場だけでなく職場など様々だが、基本は家庭だと思う」ことから〈子育ては家庭が基本だ〉という思いがある。そして、美徳の実践方法は「子どもへの愛情の示し方や接し方に役立つ」ことや「子どものよいところを探して楽しい子育てができそう」という思いから〈子育てに美徳実践を提言したい〉という思いになっていた。また自らの「子育てに役立てていきたいと思った」「子育てにすごくいいと思った」等の思いから自らも〈美徳を子育てに役立たせたい〉という気持ちになっていた。それが強いては「自分を知って自分を愛せることで子供、夫も愛せる」ことに繋がり「夫婦や親子関係を良好に保つことができそう

だ」という気づきから〈美徳は家族の人間関係に役立つ〉と感じ、美徳の実践は家庭でも大切なことと感じていた。

- 6) 【自己の深まりと感謝の気持ちの芽生え】では、3つのサブカテゴリーから形成された。

「自分の知らない一面も知ることができた」「自分自身を見つめ、前進していける一つの糧をいただけた」という思いからワークショップの参加は〈自己成長につながった〉と自己を深めていた。また、「参加できてよかった」「堅苦しくなく、他施設の人とワーキングできた」ので〈参加して楽しかった〉という思いをしていた。「貴重な経験をさせて頂いた」「美徳とその内容を知る機会をありがとう」という〈感謝の気持ち〉が芽生えていた。

- 7) 【美徳の言葉の不慣れさ】では、2つのサブカテゴリーから形成された。

美徳の言葉は今まで「意図して相手に使うことは少なかった」「生活の中で意識して使うことはなかった」そして「初めて“美徳”の言葉があることを知った」ことから〈美徳の言葉の認識不足〉を感じていた。そして、美徳の言葉を使うワークで「日本語での会話で行うと少し不自然な言い回しかなと思った」ことから使い慣れていないため〈美徳の言葉の難しさ〉を体験していた。

- 8) 【今後への期待】では、3つのサブカテゴリーから形成された。

ワークショップから得た体験から、今後「職場、家庭で美徳の言葉を実践してみようと思った」「実践できるように少しずつがんばりたい」という〈美徳を身に付けたい〉という思いになっていた。そして「もっと多くの人たちに聞いてもらいたい」という他者への〈美徳のすすめ〉と「来年も引き続きしてほしい」「次回も楽しみにしている」という〈次回への期待〉があった。

考 察

1. ワークショップで重点的に応用したVPの2つの方略の効果について

VPには5つの方略があるが、今回は、VPの方略の「美德に基づいた言葉を使う」はシェアリングサークルのワークを用いて実施した。また、「精神的な同伴の仕方を学ぶ」の方略では、筆者が作成したシナリオに基づいてロールプレイングのワークを実施した。本研究の結果より特にこれらの方略は、「対人関係能力」を引き出す効果があったと考えられるため、この2つの方略について考察する。

1) 「美德に基づいた言葉を使う」の効果

VPでは、言葉の使い方で人の能力を引き出すことができ、また心の癒しにもつながるが、逆効果の場合は心を打ち砕くという考えがある。WSでは人間の資質といわれている美德の言葉を用いて、相手の長所を伝える、もしくは承認するというワークを実施した。これは、Maslowの「欲求段階説」の「承認の欲求」の内容を包含している⁸⁾。参加者はシェアリングサークルのワークの参加後に相手の美德に気づき、認め、また、自分も相手から認めてもらう体験を積んでいた。それは、認知の概念枠組をポジティブに変えていく効果をもたらし、美德の言葉を意識して使い、相手を承認し、また、自分も承認されることにより、それらの言葉は心に響き、自己肯定感を高めることを感じていた。また、普段の生活では感情的になった時には無意識のうちに相手を傷つける言葉を使うことがあり、これは相手に真のメッセージを伝えることになっていないことに気づいていた。そして、参加者は美德の言葉を使う練習をし、修得することにより、自己成長や職場、特に看護に活かしたいと感じていた。また、相手の心にとどくような言葉は「魂を持っている」「心を強くする」「心が癒される」等のコードから、美德の言葉は状況をポジティブにし、また癒す効果があったと考えられる。

2) 「精神的な同伴の仕方を学ぶ」

「相手の心に深く寄り添うような在り方・聞き方をする」を実践するために事例を設定しロールプレ

イを実施した。このワークは、相手の悩み相談を受容、傾聴、共感の姿勢で応対し、その方法を練習するものである。その方法として、7つのステップがある。それらは、①「心の扉を開く」②もし、相手が沈黙するならば、その沈黙に寄り添う③相手の話を傾聴する④相手の感覚的な表現を手がかりにして、その感情の意味について質問をする⑤美德を反映する質問をする⑥話を集結し、全体をもとめる質問をする⑦相手の美德を認め承認するである。それらの一連のストーリーに「新人教育に関する場面」のシナリオを作成し、7つのステップをロールプレイングで実践した。その中で、参加者の思いや体験した内容として、暖かく楽しい雰囲気とコーチングのような要素もあるワークから「後輩の指導に役立つ」、「美德の実践は人間関係に役立つ」という効果があることがわかった。また、心に寄り添うような在り方から心が癒される体験をしていた。これらの方法は、看護の実践で患者の対応時に応用できるものと考えられる。本研究結果のコードに「美德の言葉から心、魂、スピリチュアルの言葉を連想した」があり、サブカテゴリーに〈美德の言葉はスピリチュアルを連想する〉が抽出された。スピリチュアルの理解について、比嘉は、『スピリチュアルは宗教性が包含する抽象度の高い概念とされ、スピリチュアルな面まで包含したケアにおける人間関係には心の癒しを促す力があり、患者はスピリチュアルな面についての話に耳を傾けてもらえる権利を持っている。そして、医療者がスピリチュアルケアの理解を深め、その有効な方略を模索しながら実践に取り入れていく意義がある』と述べている⁹⁾。今後、より研究を進めスピリチュアルケアについての意味、意義の理解を深め、今回の研究結果を踏まえて看護に役立たせるワークショップを模索していきたいと考える。

2. ヒューマンケアを視野に入れたVPアプローチの今後の展望

看護理論家のワトソンは、看護について以下のように述べている。「看護は人間の尊重を重視する理念に基づいていることから、看護の対象をかけたがない存在として畏敬の念をもってかかわるという信念が必要である。看護の実践には、道徳的・倫理的な責務が問われ、より深い人間同士

のかかわり合い、つながりの意味を持つ。そして、他者を気づかい、思いやり、愛を含む看護の提供は看護学を成熟した学問として発展させる」¹⁰⁾とある。

看護はさまざまな苦悩を抱える相手を尊重し配慮と知、そして思いやり等を示すことにより人は癒されることから、看護者は美徳の言葉を意識し具体的に適切な場面で使い、実践することは対象の癒しに通じると考える。また、ワトソンは、「看護師は、人間を深く理解し、医療の中心に、心・スピリット・愛を復活させ、ヒューマニングとヒーリングのアート性を表現するアーティストとして、人の命をかけたがない存在として畏敬の念をもって関わる姿勢が重要である」¹¹⁾と述べている。そして、本研究から得られた結果の中に、【美徳の言葉はスピリットを高める】【言葉の力の発見】【美徳の実践は対人関係能力を引き出す】【自己の深まりと感謝の気持ちの芽生え】等のカテゴリーが抽出された。これらは、ワトソンのケアリングの目指すところの哲学と通じるところがあると考えられる。美徳の真摯、忍耐、寛容、優しさ等の美徳は人間が本来潜在的に持って生まれてきたもの、または、人生で培うものであり人格を表す言葉でもある。人を尊重または尊敬の念をもった関係性を構築するために美徳あるいは道徳的な視点の価値を見直すことは意義があると考えられる。VPのような美徳に基づいた人間関係を構築する研修は、看護職者のヒューマンケアの対象と『人間の尊厳を守り、人間性を保持する』関わりの一つの方法として有効と考える。

研究の今後の課題

看護職者のヒューマンケアの具体的な研修方法としてVPのアプローチを用いてワークショップを実施し予備調査を行った。研究結果のカテゴリーとして【美徳の言葉の不慣れさ】が抽出されたが、今後、効果的なワークをするためには美徳の言葉に慣れ親しむための練習時間の配分を考慮する必要がある。また、「美徳の言葉」の介入効果をより客観的に示すためには数値的評価方法等を取り入れ信頼性を高めることが必要であると考える。

謝 辞

本研究にご協力いただきましたY県の看護職に従事している皆様に心より感謝申し上げます。

利益相反

本研究における利益相反はない。

引用参考文献

- 1) 厚生労働省：看護教育の内容と方法に関する検討会報告書
<http://www.mhlw.go.jp/stf/shingi/2r9852000001316y-att/2r985200000131bh.pdf> (最終アクセス 2016年10月9日)
- 2) 大下大圓：実践的スピリチュアルケア。第1版、pp12-25、日本看護協会出版会、2014。
- 3) Linda Kavelin Popov: FAMILY VIRTUES GUIDE, Penguin Books, Canada Ltd, 1997.
- 4) 浦山晶美：心理的アプローチとして『美徳・教育プログラムの方法』(Virtues Approach)を取り入れた「マタニティクラス」編成とその効果について。母性衛生 50 (4) : 620-628, 2010.
- 5) ジーン・ワトソン：ワトソン看護論・ヒューマンケアリングの科学。稲岡文昭他翻訳、pp47-53、医学書院、東京、2014。
- 6) Linda Kavelin Popov：『52の美徳』教育プログラム。大内博翻訳、pp13-30、太陽出版、東京、2005。
- 7) Linda Kavelin Popov：ヴァーチャーズ・カードー52の美徳のエッセンス。大内博翻訳、太陽出版、東京、2005。
- 8) A.H. マズロー著：人間性の心理学—モチベーションとパーソナリティ。小口忠彦翻訳、pp31-54、産業能率大学出版部、東京、2000。
- 9) 比嘉勇人：看護における Spiritual-Care Model。富山大医学会誌 21(1):16-22, 2010。
- 10) 前掲 5) pp22-46。
- 11) 前掲 5) pp47-54。

Preliminary Assessment of an Educational Course for Nursing to Improve Their Human Care Skills

Akimi Urayama

Yamaguchi Prefectural University Faculty of Nursing and Human Nutrition

Abstract

The purpose of this study was to assess the effectiveness and future value of a new method for providing improved humanistic care. The researchers conducted a workshop for nurses using the Virtues Project approach and materials. The participants wrote their impressions after attending and data from these impressions were analyzed using a qualitative and descriptive approach. The participants recognized that virtues words were like spiritual words and had power, and it motivated them for providing humanistic care. It was also good for upgrading their interpersonal interaction nursing skills with colleagues and when teaching nursing students. They became more awakened and appreciative of the value of virtues. However, they still felt the need for more practice to better understand their application and wanted to join the next workshop for improving their practice. Results have shown that the Virtues workshop could be used for nurses in enabling improved humanistic care as interpersonal interaction.

Keywords

Interpersonal interaction skills, virtues, humanistic care