

# 第 1 回看護研究会

(新任看護師・職員教育研修会)

平成30年 6月17日 (土)

岡山ロイヤルホテル 2階 光楽の間

[午前] 講演

『 ハートフルな仕事とは

ーホスピタリティ・マインドでプロフェッショナルを目指すー』

講師 株式会社 タンタビーバ

共同創業者/元気の種まき担当 板谷 和代 氏

[午後] 講演

『 個を活かす！輪を拓げる！

「いのち・暮らし・尊厳をまもり、支える看護への道」』

講師 川崎医科大学総合医療センター

看護部長付参与 山田 佐登美 氏

( 一 社 ) 岡 山 県 病 院 協 会

(注：類似した感想はまとめています。)

第1回看護研究会（新任看護師・職員教育研修会）のアンケート集計（平成30年6月8日）

（ 55病院 271名 出席 ・ 247名 回答 ）

1. 講演『ハートフルな仕事とはーホスピタリティ・マインドでプロフェッショナルを目指すー』を聞いて。

（講師：株式会社 タンタビーバ 共同創業者／元気の種まき担当 板谷 和代 氏）

A.

a. 大変勉強になった	155名	c. 勉強にならなかった	3名
b. 勉強になった	89名	d. 全く勉強にならなかった	0名

未記入0

B. 感想や、今後自分で取り組んでいこうと思ったことがあればご記入下さい。

- ・ 明るく笑顔で話される姿がとても印象的だった。自分もそんな人になりたいと憧れを持った
- ・ とても楽しいすばらしい時間をありがとうございました。前向きに生きたいと思う
- ・ たくさん心に響く言葉をいただき大変うれしい。前向きにこれから頑張ろうと思った
- ・ 考え方や大切なことをたくさん学ぶことができたので、今後に活かしていきたい
- ・ 先生のパワーに圧倒されそうになった。集大成のような内容で自らに置き換えて考えるには難しく感じた。美しい言葉をたくさん聴かせていただいたが、自分の理解とするためには先生が導かれた結論よりもプロセス（ポーランドでの苦労話）を知りたいと思った。ありがとうございました
- ・ 人間として・社会人として、マナー・態度・礼儀に気をつけたい・大切だと思った(2)
- ・ 自分の気持ちやマナーについて深く考えさせられた ・ 仕事に対する心構えをすることができた
- ・ 仕事とは・看護とは・働くこととは何なのか、改めて考えさせられた・考えていこうと思う(3)
- ・ 仕事に対する意識の持ち方・向き合い方を改めて考えさせられる講義だった(2)
- ・ 気持ちの持ち方次第で、今抱えている問題や関係がうまくいくと思った。仕事だけでなく人生においても心が充実しそうな内容だった。ありがとうございました
- ・ なぜ・何のためにこの仕事をしているのか考えながら仕事に取り組んでいきたい(2)
- ・ 自分は何のために仕事をしているのか考える機会を作ろうと思った。働いていく上でもそれは変化していくものと思うので、今後も自分を見つめ直す時間を設けようと思う。ありがとうございました
- ・ 目標を持って仕事に取り組み、楽しい人生を歩みたい
- ・ 看護師として勤務できていることにどこか達成感を感じていたが、ここがゴールではないと学んだ。目標を持ち、感謝をしながらもっと学んでいきたいと思った
- ・ 自分の人生なのだから、したいこと・目標を考えて強い意志を持ち行動していかなければいけないと考えさせられた。とても良いお話、アドバイスをいただいた。ありがとうございました
- ・ 自分にとって仕事とは何かを考え、初心を忘れず、人間として成長していけるように信念を持って、楽しんで仕事ができるように頑張ろうと改めて考え直すことができた。ありがとうございました
- ・ 「働く」ということに対して考え方が変わり、前向きに仕事と向き合えるヒントを得ることができた
- ・ お金のためではなく人のためにと感じて働くと、やりがいを持って取り組むことができると思う
- ・ 今は必死だが、仕事を続けるうちにやりがいを持って取り組めるようになればいいなと思った
- ・ お金にコントロールされず、目標を見失わない
- ・ 仕事に対してやりがいを見つけながら、今の仕事をやって良かったと思えるように仕事をしたい
- ・ “なぜ仕事をしているのか”を改めて考えてみることで、仕事が辛いけど人のために頑張りたいと思うことができた。ありがとうございました
- ・ 「なぜ仕事をするのか」忙しくて忘れていたが、初心を忘れずやりがいを持って頑張っていきたい
- ・ 就職して2か月程、自分本位に働いていたと思うので、相手のために働けるようになりたい

- ・ 今まで給料のために働いていたが、それではモチベーションが保たれない。これからは楽しく生きるために、楽しく仕事できるように頑張りたいと思った
- ・ 15年働いてきた中で、たくさん悩んだり嬉しかったり辛かったり色々あったが、続けられているのは、人の役に立つ仕事が好きだからだと改めて思った。他人との意見の違いを認め合いながら、新しいアイデアを出し活気ある職場になっていけたらと思った
- ・ 何のために働くのかを考えさせられた。生きていくためではなく、より良く楽しく仕事ができるよう笑顔で挨拶から始めていきたい
- ・ 人のために働いているという誇りを持って働くことを忘れず頑張りたい
- ・ 誰かのために仕事をしたいと思いながら今後も頑張りたいと思う。「人生は一度きり!!!」
- ・ 物事を前向きに考えられるよう努力していこうと思った ・ 考え方の視点を変えてみる
- ・ 毎日仕事を楽しく行えるように前向きな気持ちを持ちたいと思った(2)
- ・ 自分が楽しく働いていけるように、仕事に対する取り組み方を変えていこうと思った
- ・ 今の自分の自信なさ、生きがい・楽しみを失い、なぜこの職を選んでしまったのかと思っていた時期。“強みをみつけて楽しく働くこと”は自分のみらいのためと思い、前に進む勇気をいただいた。自分の力で仕事と生活、人生を楽しくしていきたいと思った。ありがとうございました
- ・ 働き始めて2か月が経ち、できることが増えてきた分プレッシャーも強くなりしんどいと思うことが増えてきたが、できることが増えたことを認めて自己肯定感を持って頑張りたい
- ・ 仕事をする中で自己肯定感を持ちながら日々を過ごしていきたい(3)
- ・ 自己肯定感を持ち、どういう自分になりたいかという意志を持ち、仕事に取り組んでいきたい
- ・ 自分を認め“I like me”できるように、やる気を持って仕事に取り組んでいこうと思った
- ・ 「I like me」+「I like you」=「I will be OK」という言葉がとても印象深かった。自分を認め、他者との違いに感謝することで自己効力感を高めていきたい
- ・ 自己肯定感がなく、時々自分を責めて辛くなることがあった。自分の良さをみつけ、たまには自分を褒めてあげることをしていきたい。仕事している自分をもう一度見つめ直してみようと思った
- ・ 特殊な部署で、余裕もなく毎日ダメだったなと思いながら働いている。やりたくて選んだ部署が大変で日々追われるだけ。でも自分を褒めることも大切だと思った。いつも笑顔で患者さんとも職場の人とも接していきたいと思う
- ・ 自分のことをまず認めてあげること。自分が「楽しい!」と思える仕事はどうしたらできるだろうと考える機会になった ・ ポジティブに、自分が直すところはないか振り返る
- ・ 自己効力感を高める ・ 自分に余裕が持てるようにしていこうと思った
- ・ 自分の良いところを伸ばせるよう、自分を好きになれるようにしていこうと思った
- ・ 自分はネガティブになりがちだと感じた。もう少しポジティブに自己肯定感を持つようにする
- ・ 自分の考え方一つで行動が変わり、モチベーションが変わるため、ポジティブに過ごしていきたい
- ・ 自分を見直すことをしたことがなかったので、強みなどないと思っていた。今日自分はどうだったかな?とか少し考えてみることで小さな一歩になると思った
- ・ 肯定的に捉えられることはまだ少ないが、少しずつ増やしていくことができればいいなと思った
- ・ 一日1つできたことを、自分で褒めてあげようと思った・自己効力感を得られるようにしたい(2)
- ・ 自分の強みを認めて、できることを少しずつ増やしていこうと思う
- ・ 自分が現在できていることを認め、強みを磨いていこうと思った
- ・ 自分の強みを活かして能力的・精神的に成長していきたいと思った
- ・ 自分の強みを生かす。他者より優れているところではなく、自分自身にとって自然に無理なく持っているもの・素質が強みということを意識する
- ・ 今後、できないことだけでなく自分のできることをしっかり見つけて伸ばしたい





2. 講演『個を活かす！輪を上げる！「いのち・暮らし・尊厳をまもり、支える看護への道」』を聞いて。

(講師：川崎医科大学総合医療センター 看護部長付参与 山田 佐登美 氏)

A.

a.大変勉強になった	147名	c. 勉強にならなかった	2名
b.勉強になった	96名	d.全く勉強にならなかった	1名

未記入1

B. 感想や、今後自分で取り組んでいこうと思ったことがあればご記入下さい。

- ・ たくさんの学びを得ることができた
- ・ 臨床現場での経験を元に話され、とても勉強になった・内容が入りやすかった(2)
- ・ 看護師であることに・自分の仕事に、誇りをもっていたいと思った(2)
- ・ 自分の仕事に対し疑問を持っていたので、胸を張って仕事をしていきたい
- ・ 仕事をしていく中で疑問に思ったことは、自然で当たり前と分かった。思ったことを誰かに伝えられるようにしていきたい
- ・ 病棟内で違和感を感じた時は発信していこうと思う
- ・ 常に自分のしている看護について振り返り、初心を忘れないようにしたい
- ・ 自分のしたい看護はどのようなものかよく考えようと思った
- ・ 気づかされることが多く、今の自分の看護のあり方を見直して行こうという気持ちを強く持った
- ・ 自分の願う看護師を目指し、これから先も看護師でありたいと思った
- ・ 看護師としてなりたい自分を目指して、努力していきたい・日々成長していきたい(2)
- ・ “あなたの願う「看護師」になれるのよ、ダメされたと思って”という言葉がとても心に響いた。新人としてただ免許を持っているだけの存在である自分に不安しかなかったが、とても励まされ、とてもやる気が出た。ありがとうございました
- ・ 今、頑張ることはみらいのための準備・・・とても印象深かった
- ・ 今の自分はまだ看護師として機能できていないと思った。新人としてできることをしっかりやっていきたい
- ・ 日々新しいことの連続で、先輩方に心配を掛けたり、時に厳しく叱られて辛い思いをすることもありますが、それが自分を成長させてくれるのだと考え直し、現在に向き合っていけるよう頑張っていきたいと思うことができた。ありがとうございました
- ・ 業務を覚えることに必死で患者さんを診るというより「業務をどうにかこなす」ということが目的になっていると思う。人と人との関わりであることを認識し、自身の目標とする看護師になりたい
- ・ 現在は覚えることも多く自信もないが、いつか専門職としてプライドをもって看護を行っていきたい
- ・ 失敗したことに落ち込むのではなく、その中で成功したこと、なぜ失敗したのか感情なしで考える
- ・ 今、看護をしていることは凄いことなのだと思ふ自己効力感が上がった。もっと自分のできていることを褒めようと思う
  - ・ レジリエンスを鍛える7つの技術
- ・ 自分の強みを見つけていこうと考えた
  - ・ 自分の「強み」を活かす看護生活を送れたらと思う
- ・ 看護の本質と、何を大切にしていけばいいかを考えることができた
- ・ 看護師が行うべき看護とは何かを学んだ。学んだことを頭に入れて仕事をしていきたい
- ・ 看護師のあり方を再認識することができた。今の場所で患者さんにできる最大限のことができるように、自分を見つめ直してまた頑張ろうと思った。看護師である限り患者さんのために家族のために何ができるのか常に考え、最良の選択ができるように支えていきたいと思う
- ・ 看護師とは何か？を改めて学び、看護師になれて良かったと分かった
- ・ 医療専門職の看護師としてあるべき姿を聞き、改めて難しい職種であると思った

- ・ 看護師とは何かと問われたら考えてしまうが、キーパーソンとしての役割など多くのことがあると改めて学ぶことができた
- ・ 働きだしたばかりなのに、看護の基本を忘れかけていた。少しずつ変われるように頑張りたい
- ・ もう一度看護師とは何か、どんな職業なのかについて考え、誇りを持ち患者のことを一番に考えて働けるようにしたいと思った
- ・ 看護師として自覚すべきこと、心、技術、看護とは何か、これから患者さん中心の看護について考え実践していきたい
- ・ 無理のない範囲で毎日目標を持って仕事をしていこうと思う
- ・ “自分是可以る” という考え方を持つようにし、今自分にできることから少しずつ始め、自信を付けるようにしていきたいと思った
- ・ 仕事を行う中で、ネガティブになることが多かったが、うまくポジティブな方向に考え、これから取り組んでいきたい
- ・ 専門職として自分ができること・することに正しい知識を持って行うことが大切だと再度感じた。まだまだこれからだと前向きになれた
- ・ 看護は人間にしかできないぬくもりのある行為だと思うので、自信を持って頑張っていきたい
- ・ ただ仕事に慣れるのではなく、自身の可能性を広げ、より良い看護を提供していきたいと思った
- ・ 自分にしかできない愛を持った看護を行いたいと思った
- ・ 患者さんの本当のアドボケートになるためには、毎日の関わりが大切だと思った
- ・ 患者の希望・気持ちを考えながら、看護をしていきたい・関わるようにしたい(3)
- ・ 患者さんの意見をしっかり聞き、何がしたいか言いたいかわかる
- ・ どんな患者さんでも、患者の意思に沿った看護が提供できるようにすることが大事
- ・ 患者さんが何を求めている、その求めるものに答えることができるよう今後も頑張りたいと思えた
- ・ 患者さんの思いをしっかりとくみ取り、誠実な気持ちで向き合っていきたいと思った
- ・ 患者さんの思いを傾聴しながら、患者に寄り添った看護をしていきたいと改めて感じた
- ・ 患者さんにとって何が大切か、考えながら仕事をしようと思った・考える必要があると感じた(3)
- ・ 患者にとって本当に必要なことは何かを考えられた。人それぞれの考えを大切にしていきたい
- ・ 患者さんに合った看護とは何か考えながら仕事をしようと思った
- ・ 抑制が本当にその方に必要なのかの見当を適切に行いたい
- ・ 今は仕事を覚えることで頭がいっぱいだが、患者さんそれぞれに合った看護が行えるよう頑張りたい
- ・ インプット中心から、患者にとっての価値中心へ、これが全てかなと思った。小さいことからでも取り組めるように関わっていきたい
- ・ 患者さんにとって最善の医療とは何か考えながら看護していくことが大切だと思った(3)
- ・ 日々患者さんのことを考え、何が最善なのかをチームで話し合い看護に生かしていきたい
- ・ 改めて「看護」について考えた。患者さんの倫理を尊重し、チームで最善を考えることが大事だと思った
- ・ 看護の基本を改めて学んだように思う。また倫理的な話を聞き、「人」と「人」であるということを忘れないようにしなければならないと思った
- ・ おむつ交換ではなく排泄ケア、患者さんにとって何が最善なのかを考える
- ・ 「おむつをしているからそのままでもいいですよ」がとても印象に残っている。先輩が言っていて、実際に違和感を覚えたことがある。患者の立場や尊厳を守ることを意識しながら看護していきたい
- ・ 看護師になりたてでまだまだ素人寄りの考えを持っている。“おしめでしていいよー”と自分の祖父も目の前で言われ「トイレに行きたいのに」と怒りを覚えたことを忘れない。今病棟でも同じ声が飛び交っている。“トイレに誘導してきます”と言えるNsになりたい。基本の看護、本当に心に刻まれた。ありがとうございました

- ・ 患者の立場に立って看護をすることをこれからも忘れずに取り組んでいこうと思う
- ・ 患者さんの立場に立ち、どんな看護を提供するのか考えて関わるのが大切だと改めて感じた
- ・ 相手の立場に立って考えることの大切さが分かった。仕事でも生かしていきたいと思う
- ・ 人として、自分だったら何が嫌で何が嬉しいのか考えることは、難しいが大切であると学んだ
- ・ 看護師として“当たり前”のことも、患者さん“個”としてみたら当たり前でないと感じた。患者さんの“個”を大切にしたい看護をしていきたい
- ・ 患者の個を生かす・尊重するとは、今後チーム医療で輪を拡げ、患者を活かすことがどれだけ大切か、またNsとしての個をいかすこともとても重要だと感じた。これからの仕事に充分生かせそうな気がする
- ・ 一人ひとりの個別的な看護をし、一番身近で寄り添える看護師になりたいと改めて思った
- ・ その患者の看護ができているかを考え続け、患者に近い目線で居続けたい
- ・ 患者の一番近くにいる立場から、患者中心に考えていけるようにしていきたいと思う
- ・ 患者さんの生活を一番に考えたNaになりたい
- ・ 患者さんの立場になって、ADLを低下させないような関わりをしていく
- ・ 何が一番大切なんだろう？と考えるきっかけをもらった。患者さんを中心として物事を考えられるようになるまで時間が掛かるかも知れないが、自分なりに探していきたい
- ・ 患者さん中心ということが、具体的にどう行動を起こせばよいか分かった。とてもいい勉強になった
- ・ 患者中心の看護を行い、尊厳を保てるよう自分にできることは何か考えて看護することが大切と感じた
- ・ 一日1回は患者さんのことを考えられているか、を見つめ直したい
- ・ 患者さんの尊厳や思いを大切にできる看護師になりたいと思った
- ・ 患者さんの尊厳を見出せるよう、日頃からのケアなど大切にしていきたい
- ・ 患者さんの尊厳を大切にすることの重要さを考えさせられた
- ・ 患者さんへ尊厳の気持ちをもって接していきたいと思った
- ・ 人間の尊厳を維持するために、何度も針を刺したり苦痛を与えない。尿意がないからといって、おむつ装着してADLを低下させない
- ・ 本来患者さん中心に医療提供しなければならないので、患者さんの尊厳が一番であることを念頭に置き、考え方を改めようと学ぶことができた
- ・ 一つひとつのケアや声掛けが患者（家族）のQOL・尊厳に繋がることについて、改めて気づいた
- ・ 患者様の尊厳を守り、患者様に「このNsに命を預けてもよい」「ここで治療したい」と思ってもらえるように日々頑張りたいと思う
- ・ 他の看護師とコミュニケーションを取りながら、患者さんを一人の生活者として捉え、その人に合った看護を提供していきたい
- ・ 手技に精一杯で患者さんのことまで常には考えられていないと感じる。患者さんの本当のニーズを把握した上で看護・医療を提供していくために、新人が最も患者に近い存在であることを理解し、今の自分にできることがいろいろあることに気づけた
- ・ 1年生だからできる患者様のアドボカシーができるよう、病棟でのコミュニケーションも大切だと改めて思った
- ・ 新人だからできること（患者さんの気持ちに近いなど）を強みとして、これから毎日頑張っていきたい
- ・ 患者さんの立場に一番近い、働き始めたばかりの自分達だからこそ感じ取れる患者さんのニーズを大切にしていきたい
- ・ 経験の浅い看護師として、患者側に立った意見も言えるような柔軟な視点がほしいと思った
- ・ 今後の社会や生活を考えて、援助・意思決定の助けをしていきたい(2)
- ・ セルフケアを引き出すことを大切にしていきたいと思った(2)

- “セルフエスティーム”という言葉は初めて聞いたが、セルフケア、セルフコントロールを支援していくことで患者の自己尊重に繋がると改めて気づかされた
- 高齢の患者さんでも、こちらが全て介助するのではなく、尊厳を尊重し、セルフケアを奪ってはならないと学んだ
- 患者さんがその人らしく過ごせるよう・生を全うできるよう援助することが大切だと思った(2)
- 意思決定支援に取り組んでいきたい
- Dr より Ns の方が患者と話す機会は多いと思うので、しっかり寄り添い患者のペースで意思決定を支えていきたいと思った
- 患者の意向を優先した意思決定支援ができるよう、患者さんをチームの一員として考えていくことが大切だと思った。医療者側として「これは必要」と考える面もあるが、それは押しつけになるので、患者さんと一緒に最善の医療を考えていきたい
- 患者の意思決定を支援するのは難しい。独り身で経済面などにも問題があるときなど Ns がその人の代弁者とならなければと思った
- 医学モデルに当てはめるのではなく、患者さんをまず第一に考え、その後どんな医療が必要なのかアセスメントしていく必要があるのだと大変勉強になった
- 患者に医学モデルを合わせた看護の大切さがよく分かった
- 何年後かに在宅看護をしていきたいと思っているので、患者さんの生活に医学モデルを合わせるような看護をしていきたいと思った
- 日々の業務が同じことの繰り返しにならないように、常に工夫を行い、患者家族の希望にできるだけ添えるようにしたい
- 臨床で行われていることについて疑問と思った点がいくつかあった。患者の生活を医療安全に合わせ過ぎてしまうため、患者の生活を考えるという視点を持ち今後考えていきたいと思った
- 現場で倫理を考える場面があったので、改めて自分が何を優先しているのかを考え直してみたい
- 倫理を忘れず、ルーチン化しないように取り組んでいきたいと思った
- 排泄ケアに関して、自分の中でもルーチン化しつつあるので気をつけ、対応を考え直したい
- 今自分がしている看護はルーチンになっていると思った。意思決定できない患者さんは家族が代わりに決めるけど、看護師として情報提供するなどできることはやっていこうと思う
- ルーチン化していることを当たり前だと思わず、一度立ち止まって考えることが大事だと思った
- 日々の業務をルーチン化させず、一つひとつのケアの意味を考えながら患者さんに提供していこうと思った(2)
  - チームでの大切さ、目的を明確に取り組むこと
- チーム医療のあり方や患者さん主体の看護を日々意識していきたいと感じた
- 患者・家族もチームの一員であるため、一緒に話し合い、多職種も含めて一緒に考えることが大切だと思った
- 患者をチームの一員として考えるのは、難しいと感じることがある。もっと意識したいと思った
- チーム医療で仕事は行われるため、組織の一員としての自覚を持つことが大切であると思った
- 地域包括ケアシステムの中での看護師の役割・求められる力が明確になった。チームのあり方、機能しているチームとはどんなものなのか分かった。一人ひとりのアイディアを大切に、お互いに育て合いやりがいとなるよう取り組みたい
- 退院がゴールではなく、退院後に患者さんがどう生活していくのかを考えることが大切だと感じた。そのために患者さんを中心に病院と地域が連携して関わっていくことが大切だと思った
- これからの時代に対応するためにチーム医療の必要性がよく分かった。今後、看護師に求められる役割も更に増える中でチームで動くことが患者のために繋がるということが分かった
- 新人だからと引かず、組織に良い影響を与えられるよう行動したい

- ・ 看護師として、チームの1人としてヘルスケアサービスを効率的に提供する必要があることを学んだ
- ・ 1年目だからチームに関わることはできないと思っていたが、1年目でも協力できることはあると思いながら働こうと思った
- ・ 患者さんの一番近くにいることができる看護師だからこそ、患者さんにしっかり関わりチームに招く（関わっていただくよう促す）ということが大切なので、自分でもしていきたいと思った
- ・ 新人はなかなかチームの一員に入りにくいですが、一番患者さんに近い感情の持ち主として少しずつ輪に入っていきたい
- ・ 新人だからといって萎縮せず、リーダーのつもりで行動することでより良い看護を患者さんに提供できることが分かった
- ・ 新人でもリーダーになることができると聞き、自分が感じたこと・考えたこと、反対に分からなかったことを先輩にしっかり発信して、新人ならではの気づきを伝えていこうと思った
- ・ 様々な職種があると、それぞれの専門性に任せようとしがちだが、Nsとして他のことも学ばないと自分の能力は伸ばせないと実感した
- ・ 様々な職種の方と関わるが、コミュニケーションを取ることを大切に、一緒に働いているということを意識したい
- ・ 他職種との協力・連携がとても大切だと思った。患者さんは病気が治ればよい、ではなくその後を支援していくことが大切。身体面だけでなく精神面など視野を広くしていかなければいけないと思った
- ・ 多職種の方々と連携がとれるようになりたいと思った。また患者さんと一番の関わりを持っている看護師さんと連携をとれるようになりたいと思った（薬剤師）
- ・ 多職種協働で、食事について分からないことがあったら、STや栄養士に聞いたりする
- ・ チームの話を今の職場や環境と照らし合わせると、大変納得のいくものとして感じることもできた
- ・ Nsとの連携の取り方と、しっかりと時間をとって話をする（OT）
- ・ 地域包括ケアシステムについて再認識することができた
- ・ よく分からなかった。介護としての価値・介護観を持って頑張る
- ・ 新任者への教育的関わりに役立てていきたい
- ・ 看護師としての仕事を大切にしていけるよう指導していく

3. 今、悩んでいることは何ですか？ また、今回の研修で何かヒントになることがありましたか。

#### 【悩んでいること】

- ・ 人間関係・上司との人間関係・先輩との関係・先輩との関わり方(12)
  - ⇒今すぐは職場環境に慣れず、ストレスも感じることもあると思うが、小さなことから自分の強みを発揮していったらよいのだと感じることができた(1)
- ・ 職場での人間関係。看護職は他職種に比べて人間関係に問題を抱えている現場が多いと思う。患者によい医療を提供するためにも、職場環境を一人ひとりが良くしていこうと考えて仕事に取り組むことはとても重要だと思う。新人にこのような研修をすることは大切だが、ベテラン（経験年数の長い）看護師ほどこういう研修を受けていただきたい。先輩看護師に理不尽に無視されたり、失礼な態度を取られたり怒られたりする環境で働いている中で、患者さんのことを十分に考えることができない
- ・ 先輩からの助言を前向きに受け入れられないことが辛い。言い方や物事の考え方のズレに対応することが難しい
  - ⇒自分の考えを伝えつつ、相手の言葉にも耳を傾けられるようになりたい。歩み寄ってみようと思う
- ・ マイペースであるため、周りに迷惑を掛けていないかと悩む

- ・ 自分に自信がなく、ネガティブになったりマイナスのイメージを持ってしまう
- ・ コミュニケーション能力のなさ。自分の不器用さ、鈍臭さ、要領の悪さを日々実感しており、看護師に向いていないのではないかと考えてしまう
- ・ 1人の看護師にすごく嫌われている
- ・ 職場に慣れること
- ・ 2か月経って、成長できているのかなと悩んだ
- ・ 仕事のやりがい
- ・ 業務に必死で患者さんの気持ちに寄り添う余裕がない
- ・ 業務を早く覚えて自分の看護がしたい
- ・ 忙しく、ケアが必要最低限のものになってしまっていること
- ・ 丁寧にしたいが、時間も限られるため時間の使い方が悩み
- ・ 仕事が覚えられない・技術や知識の不足・求められることに追いつかないこと(4)
- ・ どんどん新しいことをやらせてもらえるが覚えられず、勉強も間に合わない→焦らなくていい
- ・ クリアしなければならないことが多く、しんどくなる時がある
- ・ 独り立ちができるのか(初めはできなくて良い。一つのことしか今は見られなくても周りのことが今後見られるようになる)
- ・ 全く聞いたことのない専門用語(商品名とか)を当たり前のように使われ、知らないことを怒られる
- ・ 先輩Nsに理不尽なことを言われた時の自分の気持ちに折り合いをつけること
  - ⇒ 常に笑顔を中心掛けて同期などに相談する。冷静になり、なぜそんなことを言われたのかを考える
- ・ 今後どうなりたいという目標がない。漠然としているので具体的に考えられない
- ・ 学生時の実習ではペアナーシングシステムだが、自分の職場は違うので慣れないこと
- ・ 敬語がよく分からず、変な敬語を使ってしまっていること
- ・ タイムスケジュールの管理ができないこと
- ・ 今後自分が目標とすべきところはどこか
- ・ 失敗続きで精神的に辛い
- ・ 気持ちの切り替え。ストレス対処(引きずってしまいがち)
- ・ 仕事が終わって帰ると眠くて勉強したくてもなかなかできないことが悩み
- ・ 毎日2~3時間しか寝ていないこと
- ・ 仕事に対する意欲が湧かない
- ・ 興味が持てない
- ・ 給料が安い。サビ残が多い
- ・ 仕事には不満なくやりがいも感じているが、家族を養っていく上で安心できる程度には収入が得られないため将来の不安がある
- ・ 人に指導するということの難しさに悩んでいる
- ・ トイレに行くということについて

### 【ヒントになることがありましたか】

- ・ 自分の感情をコントロールすることが難しいが、今回たくさんさんの良い言葉をいただいたので、その言葉を日々思い出しながら前向きに頑張っていきたいと思う
- ・ いつも笑顔で過ごすことが大事だと改めて感じた
- ・ 笑顔で毎日頑張っていきたい
- ・ どんな風に先輩と接したらいいか分からないが、それぞれの考えがあるという捉え方をしていきたい
- ・ 苦手と捉えている人とも、話し合うことで和解できるかも知れないということ学んだ
- ・ 自分と相手は違う! →いつもその気持ち・考えを忘れないでいたい
- ・ できなくてもできるように挑戦することが大切だと思った
- ・ 自分に何ができるのか悩むこともあるが、看護師にしかできないことを自信を持ってしたい
- ・ できないことが多い・仕事を上手く行うことができない
  - ⇒ ・できないところばかり考えるのではなく、できたことも考える・見つけるようにしたい(2)
    - ・ まだ始めたばかりなので、少しずつできていることを自分で認めていけるといいと分かった
    - ・ 今の自分だからできることを見つけ、それを「強み」にしていけばいいのだと思うことができた
    - ・ 笑顔をつくり、自分だけではなく周りの空気も変えながら頑張っていこうと思う

- ・ 何もできない自分と、自分の価値を見出せずにいたが、今の自分にできることがあると気づいたので、明日から実践し、自分探しをし、本当にやりたい看護を見つけていきたいと思う
- ・ まだ始まったばかりなので、少しずつできることを増やして、楽しいを増やしていきたい
- ・ できないこと・分からないことだらけで仕事で力になれる気がしなかった。また、一人暮らしで家事等に追われなかなか自分の時間や勉強の時間を作れず無力感があったが、少しずつ頑張っていきたいと思った。できないなりに、一生懸命頑張っていきたい
- ・ 勉強もしたい、本やニュースも見たい、でも休日は遊びたいなど上手く両立ができていない状態だが、しっかり休息を取り気力を回復しつつ、これからも看護の仕事に向き合っていけるように頑張っていこうと考えることができた
- ・ 小さい頃からなりたくてなった看護師だが、2年目になり後輩が入ってきて、自分の無力さや今後のあり方・方向性が見えなくなり悔しい思いをしていた中で参加し、新たな気持ちで頑張ろうと思った
- ・ 病棟にまだ慣れず不安で一杯だったが、しっかり自分の看護観に合った看護ができるように頑張っていきたいと思った。ありがとうございました
- ・ 職場で肩身が狭いが、新人でも萎縮せず積極的に笑顔で挨拶しようと思った
- ・ ネガティブに捉えがちなので、思ったことをプラスに捉えて頑張っていきたい
- ・ 少しずつ自己肯定を身につけていくことが大切だと学べた(2)
- ・ 増えていく業務に追われて先輩方に迷惑を掛けているので聞くことに戸惑ってしまうが、患者さんのためになるように考えて先輩の力を借りて看護していきたい
- ・ 社会人になり自分の知識・経験不足で思うように動けず悩んでいるが、自分の考え次第で自分の言動にも影響していくことが分かった
- ・ ネガティブな感情になってしまうので“やればできる”と思ったり強みを見つけていきたい
- ・ 物は考え方・捉え方でプラスにもマイナスにもなるということが、新たなヒントになった
- ・ これから看護師を続けていく上でも社会人としても、ポジティブに笑顔で頑張っていこうと思った
- ・ ヒントをたくさんいただいた。絶対に看護師を続け、やって良かったと10年、20年後に言えるように頑張ろうと思う
- ・ 自分が想像していたよりも働くことは大変だったけれど、働く中には楽しさがあると聞き、楽しさを見つけられるまで頑張りたいと思った
- ・ 仕事に対する姿勢について、新たな気持ちで取り組もうと思った
- ・ 1年目で職場を変わり楽しくやれてはいるが、仕事は仕事でしかないという思いを抱えていた。講義を聞き、少し気持ちが軽くなった
- ・ 人生悩みながらも立派な看護師になりたいと思う。ありがとうございました
- ・ この職で働いていけるのか不安だったが、これからどう頑張っていけば良いか分かった気がするので実行していこうと思う
- ・ 入職して、本当にこのままで良いのだろうか悩んでいたときに、このようなお話を聞くことができて救われた気持ちになった
- ・ 考えて動いているつもりだが、注意されることもあるので、そういう時の心の持ちようが分かった
- ・ 先輩に“自分達の時はこうだった、今が甘い”など業務中に言われることがたくさんある。また、できないことばかり日々言われてメンタルにくるが、考え方を改めて取り組んでいこうと思った
- ・ 失敗を恐れ、先輩に怒られるのを恐れ、何のために看護師になったのか見失いかけていたが、まずは人のために働くやりがいを1つでも見つけたい
- ・ 先輩により教えてくれることが違い困惑するが、自分は正しいと思うこと、信念を持って看護していくことの大切さも学べたので頑張っていきたい
- ・ 何のために働いているのか考えるきっかけになった

- ・ 看護師としての仕事について、改めて変えていこうと思ったことや、良いところはより良くするために日々自己研鑽していこうと思った
- ・ いろいろうまくいなくて悩むことはあるが、まず自分に原因がないか考え、変わることが大切と教わったので、とても良いヒントだった
- ・ 何で仕事をしているか。モチベーションが下がっている。「ハートフルな仕事とは」の話はまさにヒントになる言葉がたくさんあった
- ・ 何で看護師になったのか、根っこの部分を大切にしていきたいと思った
- ・ 今は自分の為に働いているが、他者のことを思えるよう、学び・経験を重ねることが大切と分かった
- ・ 1年生だから気付くこともあると思うので、色々なところに意識しないといけないなと思った
- ・ 自己を高めて看護師として働いて行きたい
  - ・ 働く目標・意味を見つけること
- ・ 尊厳を大切にし、言葉遣いや態度に気をつけていこうと思う
- ・ 患者様に質の良い看護を提供する、患者様が本当に望むことを提供できるよう自分に自信とホスピタリティを持って毎日仕事に取り組みたい。今後の業務へのモチベーション、患者様の日常生活を考えるなど、良い勉強になった。参考になる
- ・ 医療従事者としての視点も大切だが、患者さんの視点ももっと大切にしていきたいと思う
- ・ 分からないことが多すぎてケアも作業としてやっていることもあったので、ケアとして行うことの重要性を考えることができた。チームの一員として専門職の意味を考えながら実践していきたい
- ・ 自分で判断する力をつけ、チームの一員として患者の力となれるよう頑張りたいと感じた
- ・ 地域包括ケア病棟で退院支援に向けての看護師の介入が難しい。自分一人ではできない。チーム医療の大切さが分かった
- ・ みんなオムツを当たり前のように装着しているので、排泄パターンを把握してコントロールしていこうと思った
- ・ 看護のルーチン化をせず、個人の尊厳を尊重する
- ・ チーム医療についての現実と理想のギャップを感じていたが、新人である自分にもできることがあることを知った
- ・ 職場の環境改善を、自分ができることから行っていきたいと思った
- ・ 多職種の方々と関わることはないなので、まず笑顔で挨拶から始めようと思った。また、専門性はまだまだ知識不足なので知識をつけていきたいと思った（薬剤師）
- ・ 病棟内での介護の役割に悩んでいるが、共同・チームの一員として役立つことを考えていきたい
- ・ 印刷が薄く文字が見えづらかった

【年 齢】

19～24歳	(194)
25～29歳	(12)
30～34歳	(14)
35～39歳	(8)
40～49歳	(11)
50歳以上	(2)
未記入	(6)

【勤務年数】

～6ヵ月未満	(211)
6ヵ月～1年未満	(4)
1年～5年未満	(18)
5年～10年未満	(2)
10年～15年未満	(3)
15年～20年未満	(3)
20年～30年未満	(1)
30年以上	(1)
未記入	(4)

【職 種】	看護師 (224)	准看護師 (1)	助産師 (5)	介護福祉士・介護 (3)
	薬剤師 (2)	作業療法士 (1)	管理栄養士 (1)	栄養士 (2)
	臨床工学技士 (1)	MSW (1)	医療事務 (1)	事務 (1) 未記入 (4)