

第1回看護研究会 (新任看護師教育研修会)

●日 時 令和6年6月12日(水) 10:00~16:05
●開催方法 ハイブリッド開催(会場:岡山県医師会館)

●出席者 37病院223名(うち会場15病院54名)、委員12名

新任看護師を対象に、午前中は働く姿勢、社会人としての心構えや基本的な接遇マナーについての講演、午後からは、ピンチの時や失敗した時の乗り越え方、明日からまた元気に笑顔になれるポイントについての講演があった。

講演 ホスピタリティ・マインドでハートフルな仕事を! ~感謝の気持ちを込めて~

講師 株式会社タンタビーバ 板谷 和代 取締役



講演は「働くこと」「ハートフルな仕事」「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」の3部構成であった。

私たちはなぜ働くことを選択したのか。働くために生まれてきたわけではないが、幸せな人生を生きるために生まれてきた。だとしたら成長の糧として「仕事がある」ということはとても嬉しいことである。自分らしさを発揮してのびのびと仕事に取り組む、そんな「一流の人」であるために。過去と他人は変えられないが、自分が変われば未来を変えることができる。自分のスイッチは自分で押ししかない。

ハートフルな仕事について欠かせない3つのポイント。①マナーの基本原則として、どのような場合でも、相手の立場を思いやりその気持ちを率直に伝えることを心がけて、正しい言葉遣いを身につける ②社会生活の基本ルール、複

数の人がいるところには、必ず守るべきルールが存在し、病院外でのふるまいにも細心の注意を払う必要がある ③時間管理と健康管理、心身の健康維持はより良く働くための最低条件である。

「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」では、強みを磨いて活躍して毎日笑顔【I like me! 自己肯定感】。私と違うあなたに「ありがとう」【I like you! 仲間への感謝】。「笑顔」×「感謝」は人生の大切な栄養剤。磨き続けて、自信をもって発揮・発信することで【I will be OK! 自己効力感】見える景色が違ってくる。昨日とは違う今日、今日とは違う明日。明るい未来を信じて、一人ひとりのあたたかい笑顔と感謝が、チームに勢いをもたらす。ハートフルな気持ちの先に成果がある。(看護研究委員 井上マサヨ)

講演 看護の大海原を航海する -へこたれずに仕事をこなす13の方法-

講師 愛媛大学医学部附属病院 総合臨床研修センター 内藤 知佐子 助教



新人看護師が看護の大海原に出航して2か月。すでにへこたれそうになっている新人もいるかもしれない。さらに、ほとんどの新人看護師は学生時代のコロナ禍での行動制限により他者とのコミュニケーションが圧倒的に減ったことが影響し、対人関係への不安も抱えている。これから先、へこたれずに仕事をこなしていくためには、「人間の悩みはすべて対人関係である」ことを理解しなければならない。対人関係には〈自分との関係〉〈他者との関係〉があり、まず自分の思考のクセや、ものごとの捉え方を知ることから始まる。ある枠組みで否定的に捉えている事象について、別の枠組みで捉え直して肯定的にみるように変換していくことも必要である。

人を育てる支援のひとつに内省支援がある。自分の行動を振り返り内省を行うことにより次の課題が明確となり、この繰り返しで人は必ず伸びる。新人が陥りやすいパターンとして、リアリティショックがある。不安なことを発信して、一

人で抱え込まないことが大事である。へこたれそうになった時、自分が抱えているマイナス感情も優しく受け止めて、できない自分を許す。自分との対話を大事にし、こういう時こそ目の前のことを丁寧にこなす。起きてしまった過去は変えられないけれど、未来は変えられる。

自分との関係、他者との関係を理解した上で、〈ストレス発生の仕組みを理解し対処法をもつ〉〈翌日に向けた準備をする〉〈朝の挨拶に心を添える〉〈仕事の優先順位、リスクのコツ〉〈コミュニケーションのコツ〉〈礼節を重んじる〉の具体的な方法を実行できれば、へこたれずに仕事をこなすことができ、自信を育てることができる。

受講者が全員スマホを持ち、チャット機能を使って受講者参加型で進められた。リアルタイムに受講者の意見や感想がスクリーンに映し出され、会場が一体化した。

(看護研究委員 崎谷由美子)