



日本看護学教育学会第26回学術集会

シンポジウムⅡ

「社会情勢もなんのその、しなやかに、
したたかに生きる看護職」

看護学研究を生かして、
タフに臨床を生き抜こう

東京女子医科大学大学院非常勤講師、精神科訪問看護師

宮子 あずさ



一般社団法人日本看護学教育学会第26回学術集会
COI開示

筆頭演者名：宮子 あずさ



今回の演題に関して開示すべきCOIはありません





自己紹介

- 1987年から約30年看護師として働いています
 - ~2009年 東京厚生年金病院（現・JCHO東京新宿MC）…22年
 - 内科病棟9年 精神科病棟13年（緩和ケア病棟兼務約5年）
 - 2009年～ 精神科病院訪問看護室…8年

- 看護師として働きつつ著述、研究も行う
 - 大学中退後看護専門学校卒業。勤務しつつ大学通信教育で学ぶ東京女子医科大学博士後期課程修了。博士（看護学）取得
学ぶ看護師への研究支援を行う
 - 母が著述業（吉武輝子）。10歳頃から著述の機会に恵まれた親とは違う職業、人生を求めたが、結局著述も仕事になった
 - （ストレスフルな仕事である）看護師として生き抜くには、豊富な語彙と解釈の力がものを言うと感じている



研究の専門領域は看護職生涯発達学分野

- 2009/4～2013/3 : 東京女子医科大学大学院看護学研究科 博士後期課程看護職生涯発達学分野で学びました
- 2004年開設。師匠は佐藤紀子教授
- 「看護基礎教育・看護継続教育・看護管理などの枠組みを越えて、看護職者としての発達、また看護職者集団としての発達に焦点を当てた創造的な研究を通し、看護職者の可能性や課題について探求し、生涯発達する存在としての看護職に貢献する」…看護師そのものが研究対象
- 私自身の研究テーマは、看護師の人生と看護の関連
博士論文「看護師の実存から探る、臨床看護の本質と、それを職業として生きる意味」

看護師が疲弊する理由①：労働環境

	1990年頃	2010年頃
ある内科系病棟の比較(例)	57床の一般内科 寝たきり患者が常時20～30名 看護師20名前後+補助者2～3名 3人夜勤 平日日勤4～6名(+補2～3名) 業務終了は19時前後	40床の消化器内科 急変・重症者が多い 看護師20数名+補助者2名 3人夜勤 平日日勤7～8名+補2名 業務終了は20時以降が恒常化
在院日数	3ヶ月超で「そろそろ転院を」	院内全体の平均在院日数は10～14日程度
ケアの濃さ	時期・対象により濃淡がある	常に濃い
記録類	少ない	多い
患者の態度	感謝と遠慮	苦情と要求、時に暴力

- 人員が増えても、仕事がそれ以上に増え、常に忙しい
- 「患者に優しい病院」は看護師に過酷な職場



看護師が疲弊する理由②：看護特有の困難

1. 価値観の異なる他職種と連携しなければならない
 - 専門職は、その職業の力が最大限発揮されるように、信念を形成する（例：医師は治療優先、看護は生活優先）。世界の見え方も違う
2. 感情に焦点を当てなければならない仕事である
 - 「生きる権利があるのに死なねばならない」矛盾に直面し、不安と恐怖が日常的に存在する場
 - ストレスが高く、感情を制御させるため、組織が管理的になりやすい
3. 個人のが及ばないことが多く徒労を感じやすい
 - 診療報酬、経営方針などに縛られ、個の判断がなかなか生かせない
 - 満足は患者・利用者の中にある。努力次第とは限らない
 - 経済原理が働かないので、優先度が決められない



臨床を生き抜く力：私の場合

1. 肯定的な評価をくれる上司・先輩との出会い
 - 褒められなくともねぎらわれることで、乗り越えられた
 - 役職を離れ、再度ねぎらわれる立場に。ありがたさを再確認
2. 部下のために働く体験
 - 人のために働き、結果として自分探しが一段落
 - 自己との対話より、他者を通して自分を知るのだと理解
3. 思索と著述、そして研究
 - 複雑な状況を理解すると、そうそう人をうらまなくなる
 - 「できる」より「わかる」が上位の尺度
 - 自分の人間観、看護を通して何を探求したいのかがわかり、看護という仕事がますます味わい深いものになった
 - 看護学研究の学術論文に親しみ、臨床に生かせるとわかった

研究指導では、先行研究にあたるよう勧める

現在、臨床で働きながら大学通信教育で学ぶ看護師への卒業研究指導と、病院の臨床看護研究指導も仕事

- 多くの学術論文を読むことが論文執筆の近道とも考え、論文を紹介しているが、敷居が高い印象

➡ 「看研（＝半強制的輪番制看護研究）」は臨床独自の文化

- 主な目的は継続教育、業務改善
 - 兵庫県内の病院を対象とした調査では、看護研究を行う目的は、1位が継続教育（82.3%）、2位が業務改善（75.8%）、3位が看護師の知識・技術の向上（69.7%）。新知見の探求は13.1%と少数¹⁾
- 先行文献を活用せず、独自のデータを収集する
 - 全国規模の調査がすでに行われていても、部署内数人の意識調査を行い、両者も比較しない

1) 坂下 玲子, 西平 倫子, 西谷 美保(2012):臨床看護師が取り組む看護研究の実態(特集 臨床看護師が取り組む研究モデルの探究), 看護研究, 45(7), 638-642.



悩み相談は「論文お勧め活動」の絶好の機会

- 「主任の役割がさっぱりわからない」と言う人には
 - 寺岡三左子（2011）：主任看護師が捉えた主任としての役割，日看護学誌，15（2），158-165
 - ・ 主任の役割をわかりやすくまとめた図が秀逸

- 「主任がつらくてたまらない」と言う人には
 - 本間千代子，真部昌子，八島妙子（2003）：看護職の職場における主任の役割葛藤，日本赤十字武蔵野短期大学紀要，16，25-35
 - ・ 少し古いが多く主任に共通の声多数

- 「療養病棟に左遷された」と嘆く人には
 - 原口道子，川村佐和子（2006）：患者の病態の違いによる看護判断の特徴：慢性モデルと急性モデルの比較，日本保健科学学会誌，9（2），120-128
 - ・ 療養病棟には急性期病棟とは違う魅力があると納得できる内容

知は寛容を育て、思索は看護を深める

- 看護師は他者との関係の中で思索する。思索は看護そのもの。
- 学ぶことで、世の中の複雑さを理解し、誰が悪くなくても悲しいことが起こると知り、他者に対して寛容になる
- 研究を通して、自己の問いを洗練する。さまざまな文献を読む中で、「これだ！」と思う言葉と出会う
 - くだいて言えば、私はだれも恨むことはない、ということだ。私の身に起こることはすべて私によって私の身に起こるのであり、それがどんなに厭わしいものであってもすべて私のものなのである。むろん私がこの家庭、この社会、この世界にこのような者として生まれてきたこと、これは私の責任ではない。しかし生きて以上、私がこのような者として生まれてきたことをどう考えるか、これは私の責任である。 矢内原伊作「サルトル—実存主義の根本思想」
- 「ああこれだったのか」と腑に落ちる体験が大事



研究（または知）に救われる体験

- 研究を通して、自己の問いを洗練する。さまざまな文献を読む中で、「これだ！」と思う言葉と出会う
 - 論文から最新の知見を知り、看護に活かす
 - 世の中の複雑さを理解し、誰が悪くなくても悲しいことが起こると知り、他者に対して寛容になる
- ➡ 臨床と研究の距離を近くする、こうした体験をする機会を提供したい
- それが私の研究への恩返しだと思っています



ご静聴ありがとうございました

ご質問・ご感想は……
mi yako@peace. zaq. jpまで！

「ほんわか博士生活」更新中

