

精神病院の中堅リーダー研修会に体験学習を取り入れて

増田 安代* 東 玲子** 山本 哲生**

要 旨

J病院の勤務年数10年以上の中堅リーダー40名（男性8名、女性32名）を対象とした職場研修にラボラトリー方式の体験学習を取り入れた。参加者は、トレーニングへ関心をもち自己投入しており、開放的な雰囲気の中で楽しく実施できていた。2回の研修を通して、個人の内面におこっていること、他者との間でおこっていることを通して、関係の在り方と関係の形成にむけて考える機会となっていることが伺えた。また、研修後において職場や患者との人間関係の持ち方にも活用されていた。

キーワード：中堅リーダー， 職場研修会， 体験学習，

はじめに

最近の職場における教育研修において知識偏重主義から脱した経験主義に基づくプロセスを重視した体験学習が取り入れられている。体験学習は、企業の管理職研修において多く取り組まれているが、病院の院内研修への取り組みは少ない現状にある。

体験学習とは、学習者の体験をベースにした学習であり、自己、他者、その関わり方、その場の状況への気づき等を通して学習していく方式である。学習活動において、①体験する（何かしてみる－自分で具体的に体験してみる） ②指摘する（何がおこったかプロセスをみる－体験のわかちあい） ③分析する（どのようになぜおこったのかプロセスを考える） ④仮説化する（学んだことは－体験が私に教えてくれたこと） ⑤試みる（プランをたて実行する） というステップ（循環過程）をとることが要請される。それで、ふりかえりの時間をもつことは必須であり、循環過程でいえば②③④にあたり、プロスタ

イムともいう。体験のプロセスをたどり、自己への気づきや発見を意識化していくもので、ふりかえり用紙を使用したり、ファシリテーターがグループに入ってふりかえりを進行させていく方法とがある。①から④のステップにおいて、いかに自己開示できるか、していくかが重要になってくる。そして、あるがままの自分をみつめ自分自身をどう受け入れていくか、そこで感じ・学びえたものをどのように試みるか、実践（経験）と理論（仮説）の相互作用的な過程の学習ともいえる。「今、ここで（here and now）」おこっている人間関係、つまり、その時、その場における人々との生のグループ体験を通して、自己をみつめたり、他者との関係を振り返る学習である。それで、グループとか組織、職場における集団としての人間関係の在り方を主体的に検討していく態度的学習とも言え、知的理解ではなく体験的理解を通して自己への気づきを深めることができるので、人間関係の活性化を図る上で効果的な学習活動と言える。

* 九州看護福祉大学 看護福祉学部 看護学科

** 城ヶ崎病院

J病院において勤務年数10年以上の中堅リーダー40名（男性8名、女性32名）を対象に、リーダーとしての役割認識を高め、職場の人間関係の活性化を図るための職場研修が、平成14年度より企画された。そこで、職場における人間関係（職員や患者）に関する再吟味やリーダーとしての自己の在り方について考える機会を持つことを目的に、今回体験学習を研修に取り入れた。2回のトレーニングの内容とトレーニングを通してどのような意識化がおこなわれたかについて検討したので報告する。

I. 研修に際して

筆者は、1997年9月から1998年1月まで南山短期大学人間関係研究センターで実施されたアドバンス体験学習（ラボラトリー方式）の研修を受けた。研修内容は、①お互いが知り合いねらいの共有化を図る ②体験学習の実施（アイスブレイキング、問題解決、コンセンサス、コミュニケーション、リーダーシップ、組織、価値の明確化、フィードバック、ロールプレイング、インベントリー、クロージング） ③体験学習の学習構造 ④体験学習におけるファシリテーターの役割であった。なお、体験学習は初めてであったが、アシスタントとして東と山本が協力した。

今回の研修において、まず静的なものを通して自己理解を深めることを目的に奥野茂代・池田紀子・石川みち子の「ナースのための自己啓発」より「いっしょに」を適用した。動的なものを通しての自己理解を図ることを目的に「無言の探索」（南山短期大学人間関係研究センターでの研修で担当し習熟したものを実施）を適用した。学習の構造については、最後に参加者に説明した。

なお、研修に関する評価をおこなうことを目的として、記述内容（無記名）について3名で分類・整理をおこないカテゴリー化し

た。また、質問紙調査は、エクセルで単純集計をおこない、次年度にむけての参考とした。

II. 研修内容と結果

1. 看護師中堅リーダー研修会 第1回

- 1) テーマ 「いっしょに」
- 2) ねらい メンバーとのコミュニケーションを通して、自己のものの考え方や傾向を知る。
- 3) 日時 平成14年6月28日 17時20分から18時30分まで
- 4) 参加者 32名（男性7名 女性25名）
- 5) 方法

(1) 導入

研修の説明とグループ分け、深呼吸でリラックスを図る。 15分

(2) 研修者は、目を閉じ、「いっしょに」の詩が2回朗読されるのを聴く。 5分
詩集「のはらのうた」の中にある“のぎくみちこ”作で、内容は以下の通りである。

ここで やすんでいきませんか
すこし おはなししませんか
きのうみた ゆめのはなしや
あしたの おてんきのこと
かぜの はしるすがたや
ひかりの こぼれぐあいについて
そして あなたが
どこからきて
どこへいくのか なども…
ゆっくりゆっくり うなづきあって
しばらくいっしょに すごしませんか

(3) 課題シートに沈黙で個々に記述する。

10分

①今あなたは、誰かと一緒に過ごすとしたら、誰と過ごしたいですか。（人でも、自然でも、

宇宙でも、今あなたが感じたものを)

②その過ごしたい人に、あなたの心のうちを話してみましょう。

③今度はその人が、あなたに何を語りかけているのか聴いてみましょう。味わってから、感じたままを表現してみましょう。

(4) 5～6人ずつのグループに分かれ、課題シートをもとに自由に話しあう。30分

(5) ふりかえり用紙に自分自身について感じたことを記述する。10分

(6) 研修場面の観察

研修場面では、ほぼ全員が目を閉じ、朗読される「いっしょに」の詩を聞いていた。課題シートの記述では、すぐに記述できた人となかなか記述できない人がおり、時間を7分延長した。グループワークは、課題シートをもとに笑顔もみられ熱心に話しあわれていた。

(7) 研修終了後の感想（研修終了後配布し、1週間以内に回収した）

自由記述内容について、主要な単文について3名で抽出し（合意を得なかった部分は時間をおいて実施）、類似性のあるもの毎に分類・整理した。その結果、表1のように4項目に分類できた。

2. 看護師中堅リーダー研修会 第2回

1) テーマ 「無言の探索」

2) ねらい

①配慮することされることの意味を実感してみる

②信頼することの意味を考えてみる

③普段は気づいていない感覚を味わってみる

3) 平成14年8月23日 17時20分から18時30分まで

4) 参加者 36名（男性5名 女性31名）

5) 方法

研修前に、当日は、目隠し用のタオル、腕時計、軽装でスニーカー等歩きやすい靴を履てく

るように伝達した。

(1) 導入 研修の説明とペア作り。15分
視覚障害者の体験学習ではないこと、開始からふりかえり用紙の記入まで無言で取り組み、手で文字を書いて知らせないこと、色々なものに触れるように誘導すること。

(2) 役割を分担する（1人は目隠し、1人は案内役）。

(3) 研修室の入り口から出発し、病院の周囲へ15分間「無言の探索」に出かける。

(4) 研修室へもどり役割を交代する。

(5) 研修室の入り口から出発し、病院の周囲へ15分間「無言の探索」に出かける。

(6) ふりかえり用紙を受け取り、無言のまま用紙に記入する。15分

(7) わかちあい（ふりかえり用紙をもとに話しあう）。10分

6) 研修場面の観察

開始から終了まで無言で実施され、途中で目隠しをはずす人もなかった。わかちあいの時は、一気にそれぞれが自分の思いを話していたので時間を10分延長した。

7) ふりかえり用紙の記述内容

自由記述内容を主要な単文について3名で抽出し（合意を得なかった部分は時間をおいて実施）、類似性のあるもの毎に分類・整理した。その結果、表2のように6項目、表3のように4項目に分類できた。表4は、ねらい①②③毎に整理した。

8) 研修への満足状況について

研修に非常に満足した7名、研修にまあ満足した16名、研修に満足したとも満足できなかったともいえない8名、研修にあまり満足できなかった無し、研修に全然満足できなかった1名、記述無し3名であった。

3 体験学習の職場活用について

研修会で実施した「いっしょに」「無言の

探索」の体験学習を職場でどのように生かしているか（現場での活用）について、平成14年10月15日～23日の期間に質問紙調査を実施した。40名に配布し38名回収(95%回収率)した。

1) 研修で印象に残ったことについては、次のような自由記述が得られた。

(1) いっしょに

「優しい詩が印象に残っています。また、その時感じた草原・木陰など思い出します」
「初めての経験でもあり楽しかった」「リフレッシュできたこと」

(2) 無言の探索

「暗闇の中を相手が上手にリードすることでリードされた側は安心できる為相手の気持ちも大事なことが良くわかった」「目がみえないのは、すごいストレスだったが、患者の立場にはじめてたった様に思った」「不安だけが思いだされるが、良い体験だった」「視覚の重要性と他人との信頼関係について改めて認識した」「初めての体験で見えないで歩くのに恐怖感を覚えた」「相手を信じることに つきる」「私が目隠しをしている時、相手の人が最期に水道で手を洗ってくれたことが印象に残っている。なに気ないことだが心配りの細やかさを感じた」「誰一人話すことなく一生懸命歩かされているのを見て全員真面目なんだなと関心した」「日頃感じない色々なことを感じることができ思いやりの心というものを改めて感じた」「人は誰かに寄り添われると安心感とやすらぎを感じるものだという強い思いが残っている」「無言であっても相手の気持ちになれば何か伝わるものであると強く感じた」「見えない相手を信頼して身をまかせることの不安、私はうたぐり深い人間だとはっきり自覚して考え少し落ちこんだ」「人間関係を築いていく上で大切な事は

信頼、信頼がなければ良い看護はできないという事、今までの研修は知識面が多く、今回の研修は人としての心の研修だったように思う」

2) 体験学習の職場での活用

研修会で体験学習したことをどのように生かしているかについて、3名で自由記述内容の主要な単文を抽出し分類・整理した。その結果、表5のような3項目に分類できた。

Ⅲ. 研修内容に関する考察

ラボラトリー方式による体験学習とは、参加者そのものが実験者になり、「今、ここで」生じた感情・行動・思考に関してお互いに開示し、それをもとに話しあっていくなかで体験したことを意識化し自己の気づきを深めていく学習方法である。

参加者の研修時の状況及びふりかえり用紙を整理した結果から言えることは、①トレーニングへ関心をもち自己投入していた ②開放的な雰囲気の中で楽しく行うことができていた ③お互いに援助しあうことができていた ④現在の自分の感情を素直にみつめたり、その努力がなされていた ⑤自分そのものや他者との関係の在り方への再点検の機会になっていた ⑥感覚器の鋭敏化を図る機会となっていた ⑦中堅としての肩の荷をおろし自己の感情そのものの開放を図る機会となっていたことである。

研修後のアンケートにおいて、「無言の探索」の方が多く記述されていた。10月に2つの研修の職場活用についての質問紙調査を実施したが、8月に実施した研修であり、身体活動を通しての動的な研修であったことから、印象に残り強く残っていたものと考えられる。現場活用については、なかなか2回の研修では

難しい面もあるが、職場の人間関係や患者との関係において活用されている傾向にあったことが伺えた。

なお、「無言の探索」の記述内容において、カテゴリーとその抽出された単文の相互関係の解釈をおこなった。①案内してもらった時の自分については、「信頼感においては、依存」「安心感においては、身体接触」「感覚の鋭敏化においては、新鮮な時間」「不安・恐怖感においては、閉ざされた視角」との関連、②案内した時の自分については、「相手のペースにそうにおいては、身体の活用による安心」「感覚器への働きかけにおいては、配慮」「自分のペースへの気づきにおいては、速度」「戸惑い・不安においては、未経験・不確実な関わり」との関連が示唆された。

次に、研修の企画に関する反省点として、①今回70分の設定であったが、ゆとりある十分な学習を実施するには、90分～100分の時間が必要である ②十分なウォーミングアッ

プをおこなう為には、大ホール等の広い空間を確保する必要がある ③準夜勤務で出席できない対象者がいたことから、同様の研修を2回実施し研修対象者全員が出席できるような配慮が必要である 等があげられた。

最後に、今回の研修において、個人の内面におこっていること、他者との間でおこっていることを通して、関係の在り方や関係の形成にむけて考える機会となっていた。なお、グループとしての意志決定やリーダーシップに関する体験学習はおこなっていないので、次年度に企画することができればと考えている。

参考文献

- 1) 奥野茂代, 池田紀子他: ナースのための自己啓発ゲーム. 医学書院. 1997
- 2) 津村俊充, 山口真人: 人間関係トレーニング. ナカニシヤ出版. 1997

表1 第1回研修会の感想

楽しかった	他の人の意見を聞けた事が楽しかった。楽しい研修会だった。楽しく参加できました。久しぶり楽しい時間でした。色々な人たちの思いがわかり楽しかった。
心が楽になった	何か気持ちが楽になった。楽にいきたいと考えました。肩に力が入っていてストレスがたまっていることを痛感した。 肩の力をぬいて一呼吸おいてみる時期だと思う。これからも肩に力を入れなくてすむ感覚をもちたい。気分転換ができました。肩の力がぬけてリラックスできました。心の荷物を下ろせたような気がした。とても自然になれ楽な自分を確認した。話しをして頭のなかがすっきりしました。肩の力をぬいてゆっくりとしたい。友人と旅行をしたいと考えました。他のスタッフとの交流もあり、とてもリラックスした雰囲気の中でできて良かった。
自己の振り返りができた	自分を振り返ることができた。自分自身をみるることができた。周囲の人への配慮を考える良いチャンスとなりました。 自分が思っていることを振り返ることができた。自分を見つめることができた。自己を見つめる良い機会である。 自分自身を見つめ直す良いきっかけができた。自分をゆっくり考える時間ができました。
心を開くことは難しい	自分を解放するのは難しい。自分の気持ち(心)を開くことは難しいと思った。自分の心の奥にあるものを他人に話すことはすごく抵抗があった。自分のおかれた立場で受け取り方の違いを改めて感じた。素直に心の内を表現できる人・そうでない人とそれぞれである。

表2 案内してもらった時の自分について

信頼感	相手を信頼して探索した。相手に対し頼っている自分、身をまかせ案内人を信頼している自分。相手を信頼し頼りきることが大切。相手を信頼しないとついていけない。信頼するんだと言い聞かせて時間がたつにつれ不安はなくなった。不安だったが徐々に任せられていった。恐怖感もあり相手の誘導が頼りだった。人の腕がとても頼りになり、頼りになる友人に幸せを感じた。
安心感	暗闇のなかで手に触れるものに安心感を持った。相手の誘導が上手で不安もとれた。片手は手、片手は腰にまわし寄り添いながらの誘導だったので安心感があった。徐々に相手のリードに心地よさを感じるまでにいった。不安で一杯であったが次第に慣れていった。身体が触れていると安心した。手と身がすりあう感覚で不安はなかった。両手から伝わるぬくもりが暖かくやさしさが伝わってきた。最初は不安だったが案内役の人との呼吸があってきた。
感覚の鋭敏化	物に触れたときいつも気にしていない音、植物の葉の触感を感じた。音や手に触れるものに敏感になる。時間がたつにつれ外の音や鳥の鳴き声にも耳がいくようになった。壁や空気、風の音一つ一つに集中できたがゴールまで時間が長かった。日頃触れたことのないものを思い切り触れたという感じ。いつも触れているものなのに自分の知らないものを触れたというような感覚を覚えた。
不安・恐怖感	何かあるかわからずとても怖かった。いつも使用している通路も恐怖感があった。最初みえないことへの不安感があった。車の音に恐怖感があった。最初不安が強かった。不安で足取りが重く怖かった。暗闇の中での行動は怖い。
無力感	自分ひとりでは何もできなかったと思う。誰かが自分を導いてくれなかったら何もできないことを知った。
時間の長さ	15分は長く感じた。無言は長く感じた。時間は長く感じられた。ゴールまでに時間は長かった。

表3 案内した時の自分について

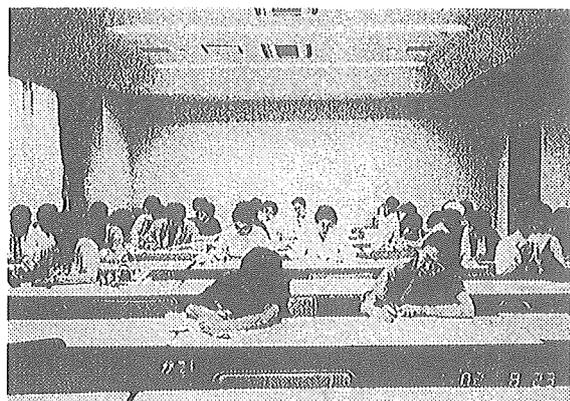
相手のペースにそう	相手の足下に気をつけて誘導した。段のある所はゆっくり歩くようにした。不安感を与えないようにゆったりしたペースで行った。段差のある所は両手を使って誘導した。相手に呼吸で知らせるようにした。安心感をあたえる為に時々立ち止まった。手を引くだけでなく身体を寄り添い誘導した。身体を密着させた方が安心だと感じた。相手を支えなくてはいけないという責任感を感じた。
感覚器への働きかけ	毎日通っている所だがあまり触れた事がないものを触れさせるようにした。木や花、物に触れてもらって形などを知ってもらった。普段触れない物に触れさせた。色々な物を感じてもらおうと配慮した。少しでもいろんな物に触れさせるように心がけた。
自分のペースへの気づき	自分のペースで案内したように思う。さっさと歩いてしまった時があった。不安感を与えないように段差をゆっくり歩いてあげればよかった。少し足取りが速かったのではと感じた。身をまかせて欲しいと思った。
戸惑い・不安	不安感を持ち続けて誘導した。自分自身も不安だった。自分より感受性の豊かな人を誘導できるか不安だった。危険を避けることばかり考えていた。危険な所の案内をどうしたら良いかわからなかった。言葉のしゃべれないもどかしさを感じた。合図をわかってくれるだろうかと思った。段差がある時動作で知らせるのが難しかった。誘導が難しく声でそうな時もあった。傷つけないように連れていくのに一生懸命だった。この位大丈夫と思っても相手はびっくりしていた。

表4 実習を通しての気づきについて

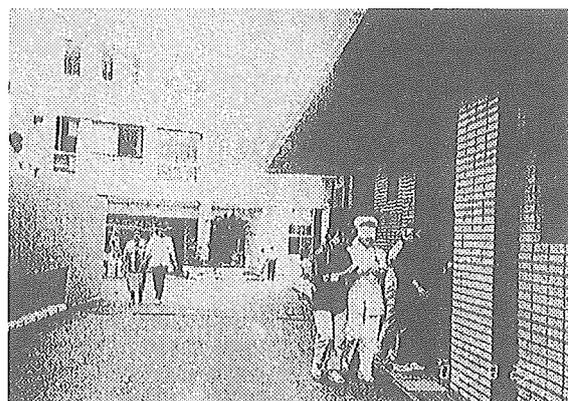
ねらい①②に関するもの	相手を信頼できることの素晴らしさと安心感。信頼すると安心できる。信頼関係の大切さ。人間同志信頼することの大切さを実感。相手の気持ちに近づける心。信じなければ行動がおこせないことと人のぬくもり。人のやさしさを感じた。人の手のあたたかさ親切さ。ちょっとした相手への気遣い。思いやりで安心感が生まれる。相手がいないと動けない相手の存在のありがたみがわかった。相手の気持ちに近づける心の大切さ。誘導する方もされる方も配慮が必要。協調性の大切さ。身体に触れていると安心する。手をそえ少しでも触れることの大切さ。相手のことを考えて案内役になる、患者さんにも同様の応対をしたい。相手を信用してまかせる事の難しさ。
ねらい③に関するもの	色々な物に触れることによって想像力が豊かになる様な気がした。触覚が敏感になった。木や葉のにおいを久しぶり嗅いだ。開放的な感じをうけた。空気・風を肌で感じることで忘れたものを思いださせる様であった。

表5 体験学習の職場での活用

<p>職場の人間関係に関するもの</p>	<p>「相手の立場に立って物事を考えるように努力している」「相手の気持ち・状態に応じて対応していくようにしている」「患者一人に対してもいろんな考えをもつスタッフの意見を聞きながら、自分の考えに固まらない様に心がけている」「ナース個々に考え方に違いがあることを感じている」「自分の考えにあまりかたくならず自由にできるように気をつけている」「相手の立場にたつて物事を考えることができるよう努力している」「信頼すること・されることの大切さを感じ看護に生かしていけたらと思っている」「周囲をよくみるようになった」「相手の気持ちになって考えることの大切さを今は思っている」「周囲をよくみるようになった」「相手の気落ちをくみ取りながら対応していく、時、場所、その時の状況等把握した上で対応するように心がけている」</p>
<p>患者との人間関係に関するもの</p>	<p>「前はすぐに患者さんに反応していたが患者さんの目を見て一息おくことができるようになった」「少しでも患者さんとゆっくり話せる時間をもてるよう気をつけている」「患者さんの行動を多方面から考えるようにし、既成観念にとらわれない様にしている」「身体的に不自由な生活を送っている患者さんに気配りするように心がけている」「なるだけ患者さんの気持ちになり対応する様に心がけているつもりである」「できることは自分でされるように言葉のうえでもほめるようにしている」「患者さんの立場になって考えることは当然のことだが本当にそこまで考えて看護しているのか疑問に思う」「当病棟に目の不自由な患者さんがおり、よく怖いと言いながら地団駄を踏んでアピールをされる事が、研修後は少しだけだが理解できる」</p>
<p>未活用</p>	<p>「生かされていない」「あまり活用していない」「まだいかされていない」「特別活用していない」「日々の仕事におわれなかなかできない」「仕事中は忘れている」「依然同様毎日業務をおこなっている」「活用する場面になかなかいかない」 記述無し3件</p>



研 修 場 面



「無言の探索」研修場面

**“Adaptation of the practical experience” in the vocational training for the
leading staff of the mental hospital**

Yasuyo Masuda Reiko Higasi Tetuo Yamamoto

Abstract

This is a study on what we found in a practical and experimental work in a training situation. We adopted a method of practical experience under the Laboratorial system in the vocational training for the leading staff (male 8 and female 32) with 10 years or more working experience in “J” Hospital.

The participants were keen to dedicate themselves in this training and there was an open and ardent atmosphere. It was observed that they had opportunities to learn that there are so many situations and how the relationships would be formed looking in what is thought in individual minds and what is happening in other peoples' minds in those two vocational training sessions. It looked that the skill they gained was applied to handle the relationships between the patients and the hospital in the actual situations after the sessions.

Key words : leading staff vocational training practical experimental study