

平成 30 年 6 月 19 日現在

機関番号：20105

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2015～2017

課題番号：15K03661

研究課題名(和文) 看護職者の職務遂行困難状況に対するレジリエンス向上支援の研究

研究課題名(英文) A study on support measures to improve nurse resilience in performing duties

研究代表者

田中 広美 (TANAKA, Hiromi)

札幌市立大学・看護学部・講師

研究者番号：50404819

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 1,000,000円

研究成果の概要(和文)：病院に就職して1・3・5年目の看護職者を対象に、職務遂行を困難にする要因を明らかにし、支援について検討することを目的に研究しました。看護師にインタビュー調査を行った結果、身体的側面と精神的側面における困難が導き出され、年数や役割により異なることがわかりました。現在、多くの病院では職員のキャリアアップに向けた院内研修が体系的に実施されていますが、これに加えよりよい労働環境に向けた取り組みを体系的に組み入れていくことが支援として必要と考えます。看護職者が抱えている困難を踏まえ、困難に直面した時の回復や対処にかかわるレジリエンス力を向上させるためのセルフマネジメント研修が有効と考えます。

研究成果の概要(英文)：This study aimed to identify factors making it difficult to perform duties among nurses in their 1st, 3rd, and 5th year of employment at hospitals, and to explore possible support measures. Results of interviews with the nurses showed that there are physical and psychological difficulties related to the duties and that the difficulties vary depending on the number of years employed and the roles they are assigned to. Currently, many hospitals offer in-service training for regularized career improvement of staff. However, in addition to this, it is also necessary to provide more systematic support by incorporating efforts to improve the working environment. We believe it is effective to provide self-management training to improve resilience to enable recovery from and coping with difficulties based on the difficulties perceived and vocalized by the nurses.

研究分野：基礎看護学

キーワード：看護師 レジリエンス 職務遂行

1. 研究開始当初の背景

看護職者は、医療の高度化・専門分化により常に知識・技術を自己研鑽しながら、職場に適応して職務遂行することが求められる。また、臨床現場において精神的な緊張や困難さを抱えながら適応する努力を積み重ねている。このような継続したストレスフルな状態で、一時的な気分の落ち込みやモチベーション低下から日々刻々と変化する職務遂行によるストレス状態から離脱できず、精神的ダメージから最終的に離職に至るケースもある。その一方で精神的ダメージがあってもそこからしなやかにモチベーションを復活させ、就業を継続するケースもある。いずれも職場に適応するため努力しているにもかかわらず、結果として職務の継続が離職する場合がある。本研究では、看護職者の職務の継続困難状態からの回復という視点からレジリエンスという概念に注目した。レジリエンスは、Rutter (1985) によって「深刻な危険性にもかかわらず、適応しようとする現象」と定義されている。1990年代から心理学領域で研究が進み、米国心理学会 (APA) (2008) は、レジリエンスを「トラウマ、悲劇的な脅威、ストレスの重大な原因などの逆境 家族や重要他者との関係性の問題、深刻な健康問題、職場や経済的なストレスなどに直面した時、それとうまく適応するプロセスである」としている。近年では、災害や虐待、貧困などの深刻な状態に対する適用だけでなく、ライフイベントや疾患、慢性的ストレスへの適応といった日常生活での活用としてレジリエンスの注目が集まっており、小児期～大学生を対象にしたレジリエンスの研究や疾患を持った患者や家族のレジリエンスの研究もおこなわれている。

困難な事象と対峙しながらも回復していく力に気づくことは、さまざまな対象や医療行為、看護ケアに関わる職場で働く看護職者にとって有用であり、ストレスの軽減やキャリア

形成の継続につながる。

本研究では、職場適応の変化が見えやすい新人から中堅になる時期を視野に入れ、就職1年目、3年目、5年目の看護師を対象として行う。ストレスフルで困難な状況下でも適応できる、あるいは失敗や落ち込みを経験しながらも乗り越えるレジリエンス (回復力) を向上させる支援の有効性を見出し、看護職者の職務継続・キャリア形成支援の一助として活用する。

2. 研究の目的

本研究では、日々変化する医療現場において、迅速な判断力と実践力が求められるストレスフルな状況下にある看護師を対象とし、職務遂行を困難にする要因を導き出し、困難な状況をしなやかに乗り越える (レジリエンス) 支援を検討する。

3. 研究の方法

(1) 職場遂行を困難にする要因と対処行動・回復過程の実態調査

困難な状況と対処行動・回復過程についてインタビュー

1) 対象：卒後1,3,5年目の看護師

(各経験年数5名ずつ)

2) 半構成面接によるインタビュー

3) 困難な状況の類型化および対処行動・回復過程のパターンの抽出

困難と回復の関係の分析

(2) 可視化が可能なレジリエンス自己評価指標の検討

(3) 看護職者を対象としたレジリエンス向上プログラムの実施

対象：病院に就職している1,3,5年目の看護師

自己評価指標を活用前後の意識調査

4. 研究成果

初めにこれまで報告されている看護師が

直面している困難な状況や離職に関する文献を収集した。その結果、2015年度の看護職員の離職率は常勤10.9%（前年比0.1ポイント増）新卒7.8%（同0.3ポイント増）であることが報告されていた（2016年病院看護実態調査 結果速報 協会協会ニュース Vol.595 2017.3.15 日本看護協会）。

新卒看護師の勤務を継続するうえでの困難は、力量不足、多忙さ、夜勤への適応、責任の重さ、人間関係、教育・指導に対するギャップを感じていることが明らかにされていた（赤塚,2012）。また、専門看護師の職務上の困難について、業務量の多さや活動時間、組織内での位置づけ、周囲の理解不足、支援の不足、専門看護師としての能力不足、活動評価が明らかにされている（馬場,齋藤,2013）。さらに、老人保健施設に勤務する看護師のストレスとして、組織の体制、自己の判断力への不安、人間関係が明らかになった。この他にも看護師の職務上経験した困難に関する研究は多岐に渡り、新人看護師（唐澤,中村,原田,太田,大脇,千葉,2008）、精神科（林,2009;川内,天谷,2013）、がん看護（大久保,山田,2014）、認知症高齢者看護（谷口,2006）などがある。これらの研究から、職務遂行において、自己を取り巻く職場環境や人間関係、実践能力が大きく影響していることが示唆された。

看護師は経験年数を積み重ねる中で困難に遭遇し、困難から成功体験、失敗体験を通じて経験知にしている。これらの困難な事象と対峙しながらも回復し、職務を継続する力に転換している可能性もある。

これまで看護師が抱える困難を単発の経験年数において研究されているが、経験年数別に職場における困難を明らかにした研究はなかった。

したがって、早期離職につながりやすい病院に就職して1,3,5年目の看護師が感じている困難な状況を認識し、困難からの回復力（レジリエンス）を向上させる支援を見出し、

看護師の職務継続・キャリア形成支援の一助になると考え、その基礎資料とする。看護師が、身体的・心理的にどのような困難に直面し、困難な事象と対峙しているかを明らかにすることは、医療関係者の理解を促進させるうえで有用であり、ストレスの軽減やキャリア形成の継続につながると考える。

次に、就職後1,3,5年目の看護職者の職務遂行を困難にする要因を明らかにし、困難に対処するための有効な支援を検討することを目的に、インタビュー調査を実施し、データ分析を行った。その結果、職務遂行における身体的側面と精神的側面の2側面の困難の性質を明らかにすることができた。

経験年数1年目は、職場環境に適応することに困難を抱いていた。不慣れな勤務や業務の煩雑さによるタイムスケジュールへの影響、残務による勤務時間超過、業務のやりくりとしての休憩・休息時間の短縮、準備のための早めの出勤、腰痛などの身体症状を自覚していた。また、自身の考えを整理して伝える能力不足の自覚、経験不足による自分の判断の未熟さに対する落ち込み、業務遂行に対する自己完遂へのプレッシャーがあり、ケアに対する状況判断の不十分さの自覚や職場環境や自己成長に関する心的葛藤を抱いていた。

経験年数3年目になると、職場や業務全般に慣れ経験知が増える一方で、業務の高度化や重症患者の受け持ちの増加と常態化による負担を感じていた。多忙な業務や業務に関連した勤務時間の超過、委員会業務遂行による時間超過をしていた。また、医師との意思の疎通に対する心理的負担感や同僚との関係において自身の考えを抑え他者の意見を受け入れる、円滑なコミュニケーション不足、患者ケアに対する状況判断の不十分さの自覚があった。身体面では睡眠不足や変則勤務などによるリズム変調が起きていた。

経験年数5年目の看護師は、看護度の高い患者の受け持ちやリーダー業務を担当する機会

が増え、後輩の指導および多職種との調整をする役割があり、身体的疲労感や負担感を抱いていた。連続する日勤業務や変則勤務、多忙なリーダー業務を担い、疲労感が蓄積していた。また、後輩のフォローや自己の役割に伴う負担感も感じていた。さらに、患者自身と看護師間で優先順位が異なることへの葛藤や後輩へのかかわりから生じる疲労感を自覚し、患者ケアの時間が作れないことへの申し訳なさを感じていた。また、他者との意見の対立がもたらす葛藤を抱いていた。

これらのことから、臨床経験を積み役割が変化していく中で身体的・心理的な困難の性質も変わっていた。各々の経験年数によって達成すべき課題をもち、その課題に応じた役割や負担が増え、身体面の困難とともに心理面の負荷がかかっていた。

身体的困難は、1・3・5年目に共通して休息や休憩時間が確保できず身体的疲労感や身体症状、リズム変調をきたしていた。

1年目はタイムマネジメントがうまくいかず時間超過することが多い。3年目は後輩と先輩の中間の立場で即戦力としての役割が期待されるなか、身体的負担を感じていた。5年目は調整やリーダーシップが求められ、委員会業務などの役割が拡大し負担感を感じていた。

心理的困難は、1年目においては経験の浅さからくる自己の力量不足に関する心理的葛藤があり、3年目は周囲との関係性がもたらす心理的葛藤であった、5年目はチームメンバーや他者との調整役としての立場に心理的葛藤を抱いていた。心理的困難の性質は、経験年数を重ねることで求められる役割は複雑化し、それを遂行することが期待されるが自身の力量との間に整合性を見出せず葛藤していた。

この研究成果を還元するため、病院の看護部を通じて研修会での報告を提案した。しかし、研究会は年間計画で設定されており、臨時での実施が困難な状況であった。

今回、特別枠でスタッフをマネジメントす

る立場にある主任を対象に研修を行う機会を得て実施した。内容としては、職務遂行上の困難な状況（心理的・身体的）および、対処として、しなやかに乗り越えるレジリエンスの考えかたについて学習する機会を提供した。主任の立場からスタッフが直面している困難が経験年数別に、役割によって生じている現状を知る機会となった。これにより対応の仕方や、レジリエンスという考えかたを知る機会となり、どのように乗り越えるかヒントが得られたとのコメントがあり、当事者だけでなく、マネジメントする立場にも有効であることがわかった。残念ながら、客観的な数値で研修内容のフィードバックが得られず、プログラムの有効性など検証が十分にできていない。今回のように、病院の看護部主催の研修にメンタル面のサポート事業も組み入れていくことで新たな視点の支援が強化され、離職率の上昇を停滞させる一助になると考える。今後の課題として、すでに年間計画で構成されている研修に組み入れるタイミングが難しいことである。看護部と年単位での調整が必要であることがわかった。

赤塚あさ子(2012).急性期病院における新卒看護師の勤務継続上の困難要因と望む支援 - 卒後 2 年目看護師のインタビュー調査から - .第 42 回(平成 23 年度)日本看護学会論文集,看護管理,14-17.

馬場薫,齋藤深雪(2013).病院に勤務する専門看護師の職務上の困難と将来展望.北日本看護学会誌,15(2),21-28.

唐澤由美子,中村恵,原田慶子,太田規子,大脇百合子,千葉真弓(2008).就職後 1 ヶ月と 3 ヶ月に新人看護師が感じる職務上の困難と欲しい支援.長野県看護大学紀要,10,79-87.

川内健三,天谷真奈美(2013).精神科訪問看護において病棟看護師が感じる困難.日本看護研究学会雑誌,36(2),1-11.

林裕栄(2009).精神障害者を援助する訪問看護師の抱える困難.日本看護研究学会雑誌,32(2),23-34.

谷口好美(2006).医療施設で認知症高齢者に看護を行ううえで生じる看護師の困難の構造.老年看護学,11(1),12-20.

日本看護協会(2017). 2016 年病院看護実態調査結果速報.看護協会ニュース,Vol.595.

5 . 主な発表論文等 (研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

[学会発表](計1件)

田中広美：看護師が実感する職務遂行上の困難の様相、第37回日本看護科学学会学術集会(東京都)、2017.12

6 . 研究組織

(1)研究代表者

田中 広美 (TANAKA,Hiromi)

札幌市立大学・看護学部・講師

研究者番号：50404819