様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

平成 ２７ 年　 ６ 月 ２９ 日現在

機関番号：３２６８０
研究種目：基盤研究(C)（一般）
研究期間：2012～2014
課題番号：２４５９３３３７

研究課題名（和文）がん患者・家族の生活習慣立て直しを支援する看護師の学習―訓練モデルの開発

研究課題名（英文）Developing a learning-training program for practicing nurses who help cancer survivors and their families to transform pattern of their life styles based on Margaret Newman's theory

研究代表者
三次　真理（Mitsugi, Mari）

武蔵野大学・看護学部・准教授

研究者番号：８０３４１５３５

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　4,000,000円

研究成果の概要（和文）：ニューマン理論に基づく「がん患者・家族の生活習慣立て直し対話の会」支援モデルを実践の場で広く活用・応用できる看護師の育成をめざして、学習－訓練モデルを開発した。要点は、１）がんは生活習慣のパターンの開示であるという見方を学ぶこと、２）看護師自身が生活習慣の立て直しを体験すること、３）患者・家族が自己の生活習慣のパターンに目をむけることを支援すること、４）これらの体験と気づきを看護師グループで対話し、内省と理論的な意味づけを繰り返すことである。

研究成果の概要（英文）：We have developed a learning-training program for nurses to enable to practice the support program to help cancer survivors and their families to transform pattern of their life styles based on Margaret Newman’s theory in a hospital. The focuses of the program are, 1) to see cancer as manifestations of patterns of one’s life style, 2) to have nurses experience transformations of patterns of their own life styles, 3) to help cancer survivors and their families reflect upon their life styles to see how the patterns are manifested, and 4) to have dialogues with a group of the nurses to exchange their feedbacks and to base their experience on Margaret Newman’s theory.

研究分野：がん看護学

キーワード：がん患者・家族　がん看護　生活習慣　ニューマン理論

1. 研究開始当初の背景

平成 19 年に施行された「がん対策基本法」では、喫煙、食生活、運動などの生活習慣に関する知識の普及とがん予防の推進を施策に含み、がんによる死亡者の 20%減少をめざしている（がん研究振興財団，2013）。しかし、がん看護領域における研究は、急性期の治療に伴うケア、緩和ケア、終末期ケアに関するものが多くを占め、生活習慣という観点からの取り組みは未だ少ない（高木、遠藤，2010）。筆者らは、約 10 年にわたって、がんは生活習慣病であるという知見を踏まえ、急性期のがん治療を終了した患者・家族のがんの再発・進行を阻止する‘予防’に焦点を当てた実践的看護研究に取り組んできた。一連の研究の全体構想は、がん患者・家族が、がんの再発や進行の予防をめざして生活習慣を見なおし、より好ましい生活習慣の立て直しに自ら取り組もうという意識と行動の転換を促進するような方略を探究し、それを医療施設内や地域社会に波及させることである。

これまでの研究を通して、筆者らは、食事、運動、保温など、がん患者・家族が生活を改善するために役立つ‘体験’に焦点を当てて「体験を組み入れた生活習慣の調整」（阿部，遠藤，寺島，邊木園，永田，高木他，2008）のモデル作成を試み実施してきた。結果として、研究に参加したがん患者・家族らが、具体的な生活調整の方法を獲得することができ、意義あることがわかったが、仲間同士の‘対話’を入れるとさらに参加者に気づきが生まれ、主体的に生活を変容する助けになるという示唆を得た。この点を踏まえて、前科研研究では、Margaret Newman の「健康の理論」に基づき、自己を語り、他者の話を聴くという‘対話’を取り入れ、自分の生活習慣に気づき、自ら立て直していくことをめざす「がん患者・家族の生活習慣立て直し対話の会」支援モデルを作成した（遠藤，大西，嶺岸，久保，高木，2011; 遠藤，高木，2012）。

3つのフィールドで実施した結果、この「対話の会」は、がん患者・家族が自分の身体の声を聴きながら生活習慣を立て直し、主体的に生きるようになる上で役立つことがわかった。

そこで、次なる研究では、がんと生活習慣に精通し、医療施設内でがん患者・家族が生活習慣の立て直しに努めることを支援できる看護師の育成を目指すことが必要であると考えた。本研究では、看護教員である研究者グループと、生活習慣の支援に関心のある 3 つのフィールドの看護師グループとでパートナーを組み、ミューチュアル・アクションリサーチの方法（遠藤，新田，2001a; 2001b）に則り、がん患者・家族の生活習慣立て直しを支援する看護師の学習－訓練モデルの開発に取り組んだ。

2. 研究の目的

がんの進行・再発の予防を目指した「がん患者・家族の生活習慣立て直し対話の会」支援モデルを、医療施設内で活用・応用するための推進力を発揮する看護師の育成に向けて、学習－訓練モデルを開発する。

3. 研究の方法

(1) 研究デザイン

研究者グループと看護師グループのパートナーシップにより、実践と研究を結ぶミューチュアル・アクションリサーチである。ミューチュアル・アクションリサーチとは、Newman の健康の理論に則り、研究者と看護師が立場の違いを生かして相互依存的関係を結び、討議を重ねながら自分たちの「願い」を明確にし、その願い向かって、実践的な計画、実行、修正のプロセスを繰り返すらせん状の進化の中で、看護実践に変革を生み出していこうという研究方法である。

(2) 研究者と研究参加者

3 つのフィールドで、研究者グループと研究参加者グループからなる研究グループを結成した。研究者は、「がん患者・家族の生活習慣立て直し対話の会」支援モデルの開発に携わってきた看護教員であった。研究参加者は、各フィールドのがん看護専門看護師を中心として、がん患

者･家族の生活習慣立て直し支援に関心のあるエキスパート看護師であった。研究グループは、各フィールド 15 名程度で構成した。

(3) データ収集方法

①各フィールドの参加代表者と研究者で毎月 1 回の学習会を開き、「がん患者･家族の生活習慣立て直し対話の会」支援モデルについて学び、対話と実践を繰り返す中で、看護師の育成に必要な学習－訓練プログラム (案) を作成した。

②各フィールドで参加者を募集し、作成した学習－訓練プログラム (案) を実践し、現実とすり合わせながら評価･修正し、内容を発展させた。

③3つのフィールドの研究参加者グループと研究者グループが、各々のフィールドで作成した学習－訓練プログラムを持ち寄り、一同に会して討議し、「生活習慣を支援する看護師の学習－訓練モデル」を作成した。

データは、研究会での対話の逐語録と、毎回の終了後に、メンバー全員がプログラム作成に関する気づきを記載したジャーナルであった。

(4) データ分析方法

①各フィールドの研究会での対話の逐語録とジャーナルを遡及的に辿り、学習－訓練プログラムに参加した看護師が、がん患者･家族の生活習慣立て直しの支援に関心を持ち、ケアに踏み出していくプロセスに影響を及ぼした学習－訓練の意味内容を抽出した。

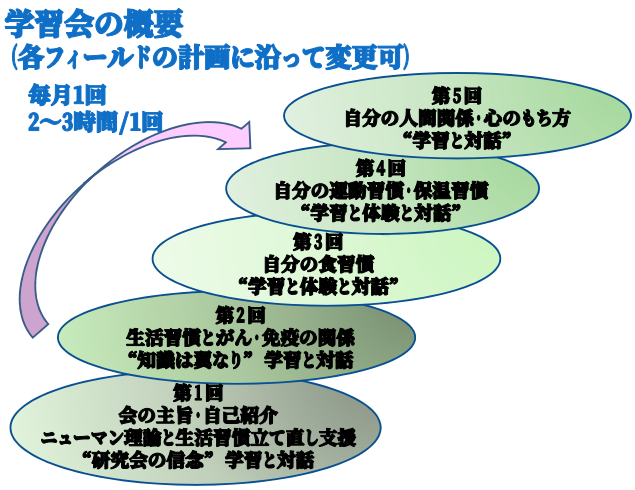
②すべてのフィールドで抽出された学習－訓練の意味内容を見渡し、内容の多様性と共通性を加味しながら、がん患者･家族の生活習慣立て直しを支援する看護師の育成において普遍的な学習－訓練のエッセンスを抽出し、学習－訓練モデルとして表現した。

(5) 倫理的配慮

参加者を募り、希望した看護師に、文書を用いて研究目的･方法･参加の利益と保護、同意および辞退に関する自由、プライバシーの保護、データ管理の徹底、ならびに研究結果の公表に際する個人情報の保護について説明し、自ら参加の意思を表明した看護師と同意書を交わした。研究会の欠席や途中辞退は随時可能であること、日常の業務に一切影響を及ぼさないことを保障し、参加者の主体性を尊重し、病院の規則を遵守して研究を進めた。なお、研究者の所属する大学と研究参加者の所属する病院の研究倫理審査委員会の承認を得た。

4. 研究成果

各フィールドの参加代表者と研究者で学習と実践と対話を通して作成した学習－訓練プログラム (案) は、以下の図のとおりであった。



内容は、ニューマン理論、ミューチュアル･アクションリサーチ、がんと生活習慣の関連に関する学習を織り込みながら、「がん患者･家族の生活習慣立て直し対話の会」のプロセスを看護師自身が体験して学べるように組み立てた。5 回の学習会は、テーマ別に分断されたものではなく、前回のテーマと学びを巻き込みながら、学習と対話と実践を繰り返し、看護師たちの認識や行動が螺旋状に拡張していくニューマン理論に導かれたプロセスとした。

3 つのフィールドで、学習－訓練プログラム (案) を実施した結果、すべてのフィールドの看護師に共通して次のような変化があらわれた。

(1) がんと生活習慣の見方の変化～看護師のケアパターンの気づき～

「がんは生活習慣病である」という考え方について、ニューマン理論の観点から捉えなおした看護師らは、‘がんは生きてきた時代や地域社

会や家族の影響を受けて培われてきたその人の長年の生活習慣のパターンの開示である'という意味を理解し、自分たちの関心が、いかに病気とその治療に集中していたかを認識した。

また、看護師らは、がんサバイバーや家族の生活習慣への関心が浅く、意識的に関わってこなかったことを認識し、がんの発症をチャンスに、患者自身が生活を見直し、心身を大切にすることへの支援も看護師として重要な役割であるという認識に至った。

(2) ナース自身が生活習慣の立て直しを体験
～生活習慣を立て直すことの意味をつかむ～

「対話の会」でがん患者･家族が辿ったように、ナースたちも生活習慣立て直しに関する知識を学び、実体験し、自宅に持ち帰って実践に移すことで気づきを得るというプロセスを辿り、看護師らは、'自分の身体の声を聴く'ことが生活習慣立て直しの柱になることに気づいた。

また、自己の生活習慣について語り、他者の語りを聴く体験を通して、対話がいかに自分を振り返る機会となるかを理解し、生活習慣の対話が、患者･家族が自分の人生や病気体験を含めて見直す機会になることに気づいた。

(3) 学びを通して、がんサバイバーと家族の生活習慣のパターンが見えてくる体験

生活習慣立て直しの実体験と、対話の中で気づき学び合う体験を繰り返すうちに、看護師らは、毎日の看護実践の中で、意識的にがん患者･家族の生活習慣に関心を寄せるようになり、患者･家族から生活習慣に関する多くの情報が発信されていることに気がつくようになった。

その情報の意味をニューマン理論の視点でみつめてみると、その人の生活習慣のパターンを知る重要な情報であることがわかり、看護師らは、'正しい知識、根拠をもとに患者を良い方向に導かなければならない'という縛りから解放されて、相手のパターンをありのままに感じ取ることにエネルギーを注ぐようになった。

(4) 生活習慣立て直しの支援に踏み出し、グループで共有することで、支援の定着に向けて活動を拡大

学習会の終盤になると、看護師らは日々の実践の中で意識的に生活習慣立て直しの支援に踏み出すようになった。生活を正すことを目指すのではなく、がんとともに主体的に生きるために、'患者の内部には変容を遂げる力が秘められている'ことを信じて支援するようになった看護師らは、自身の生活習慣立て直しの体験を患者･家族と共有し、相互作用の中で患者･家族自身が変わっていくことを支援するようになった。

また、「生活に密着する外来で支援を浸透させたい」、「患者会で支援プログラムを実施したい」、「患者が主体は自分にあることに気づき、力を得られるようにサポートしたい」など、各フィールドの願いに従って支援の輪を広げるために、周囲に積極的に体験を語り、仲間を誘い、活動を拡大していった。

各フィールドでがん患者･家族の生活習慣立て直し支援のビジョンが明確になり、それに応じた形で活用可能なプログラムが生まれた。すべてのフィールドにおいて重要であった学習－訓練の意味内容から抽出した「生活習慣を支援する看護師の学習－訓練モデル」の骨子は以下のとおりである。

①全体性のパラダイムでは、がんは、単なる部分の疾患ではない。今までの生活習慣のパターン、つまり環境との相互作用の不調和が"がん"として開示したものであり、がんの発症は生活習慣を立て直すチャンスであること、また、今までの生活習慣のパターンを認識すれば、それを改めていくことができることを理解する。そのために、学習－訓練プログラムの第 1 回目に「がんと生活習慣」に関する学習と対話を行う。対話では、看護師自身の見方の内省を進め、医学モデルと看護モデルに導かれたケアの違いを理解し、本支援は、看護モデルに導かれた意識的な実践であることを認識し合う機会をつくる。

②全体性のパラダイムに基づく支援が目指すのは、知識の提供ではない。自分を知り、身体の声を聴き、自分に適した生活を選択して変わっ

て行くことを支援する。つまり、患者･家族が自分の智慧に気づき、それを使って生活習慣を立て直していくことの支援である。患者･家族は、人と対話することで、自分の身体や心との対話を開始する。生活習慣を糸口として、その人が自分のあり様を見つめ、自分に適した生活習慣を創り、ひいては生きることそのものに意味を見出すことも本支援に包み込まれる。

③支援者である看護師も、身体の声を聴き、生活習慣のパターンに気がつき、自身と家族の生活習慣立て直しを体験する。この体験を通して「意識の変化は行動を変える」ことを実感できれば、患者･家族の生活習慣立て直し支援に自己の体験を活かすことが可能となる。

④患者･家族のパートナーになるならば、人間のもつ変容の力を信じて関わる必要がある。そのために、看護師もパートナーを得て語り、変わっていくこと体験する。そのために、生活習慣に関する知識を学び、自分の生活習慣のパターンに照らして対話することが重要である。さらに、自分の看護実践を見つめ、生活習慣に関するケアのあり様、自己のケアパターンへと洞察を進められるような対話をもつ。

⑤テーマは、初回の「全体性のパラダイムに基づくがんと生活習慣の見方」、最終回の「人間関係と心のもち方」を外さなければ、間にどのようなテーマを持ってきても良い。ただし、それらの項目はすべてつながってその人の生活習慣全体のパターンであることを意識して学習する。そのために、前回の対話の内容をフィードバッグし、毎回の学びや気づきが螺旋状に拡張していくように支援する。

⑥参加者にとって、学びや発見を得ることが楽しいと感じられるような学習の機会にすることが重要である。そのためには、対話の中で語られる看護師の実践や気づきについて、理論的な意味づけを行い、グループ全体の学びにつなげることが重要である。また、一方的に学ぶ場ではなく、ともに創り上げる場であることを意識し、‘語り合う場づくり’を大切にする。

⑦一度参加した看護師には、学びを自分の中に落とし込み、生活習慣立て直し支援の推進者として成長できるように、二度目の学習会では企画･運営者としての参画を勧める。繰り返し参加することで、理論と実践が結びつく体験ができるようになるため、コアメンバーを拡大しながら支援のリーダーを育成していく。

５．主な発表論文等

〔雑誌論文〕（計　３　件）

遠藤恵美子、高木真理、宮原知子編集、マーガレット・ニューマンの理論に基づく看護実践－看護師の見方が変わり，ケアの違いを生み出す、渡邉千春、児玉美由紀、連載第 9 回マーガレット・ニューマンによるニューマンプラクシス方法論：がん患者・家族の生活習慣立て直しを支援する看護師の学習会に参加することでの学び、看護実践の科学、査読無、38 巻、10 号、2013、44-49

遠藤恵美子、高木真理、宮原知子編集、マーガレット・ニューマンの理論に基づく看護実践　－看護師の見方が変わり，ケアの違いを生み出す、遠藤恵美子、高木真理、宮原知子、連載第 11 回がんサバイバーと家族による生活習慣立て直し対話の会:がんの再発・悪化予防をめざした活動、看護実践の科学、査読無、38 巻、2 号、2013、58-63

Emiko Endo, Mari Mitsugi, A program development toward transforming one’s own lifestyle pattern: Dialogue with cancer survivors and their families within a unitary perspective, International Journal of Nursing & Clinical Practices, **査読有**, vol2, 2015, 1-4

〔学会発表〕（計　６　件）

高木真理、今泉郷子、諸田直実、遠藤恵美子、大西潤子、小笠原利枝、児玉美由紀、がん患者・家族の生活習慣立て直し支援モデルの普

及をめざす研究者と看護師のアクション・リサーチ（第一報）、第 28 回日本がん看護学会学術集会、2014 年 2 月 8-9 日、「朱鷺メッセ（新潟県・新潟市）」

渡邉千春、児玉美由紀、高木真理、諸田直実、今泉郷子、遠藤恵美子、「がん患者・家族の生活習慣立て直しを支援する看護師の学習―訓練モデル」に参画した看護師の学び、2014 年 2 月 8-9 日、「朱鷺メッセ（新潟県・新潟市）」

三次真理、遠藤恵美子、諸田直実、今泉郷子、大西潤子、飯尾友華子、師岡陽子、小笠原利枝、中川幸枝、児玉美由紀、渡邉千春、がん患者・家族の生活習慣立て直し支援モデルの普及をめざす看護師と看護教員のアクション・リサーチ（第二報）～推進力の分析～、第 29 回日本がん看護学会学術集会、2015 年 2 月 28 日-3 月 1 日、「横浜パシフィコ（神奈川県・横浜市）」

小笠原利枝、中川幸枝、深沢輝子、水野桂子、平野志信、古田奈穂、三次真理、今泉郷子、遠藤恵美子、がん患者・家族の生活習慣立て直し支援をめざす看護師と看護教員のアクションリサーチ：Y 病院看護師のケアパターンの気づき、第 29 回日本がん看護学会学術集会、2015 年 2 月 28 日-3 月 1 日、「横浜パシフィコ（神奈川県・横浜市）」

小笠原利枝、中川幸枝、深沢輝子、水野桂子、平野志信、古田奈穂、三次真理、今泉郷子、遠藤恵美子、がん患者・家族の生活習慣立て直し支援をめざす看護師と看護教員のアクションリサーチ：Y 病院看護師の見方の変化、第 29 回日本がん看護学会学術集会、2015 年 2 月 28 日-3 月 1 日、「横浜パシフィコ（神奈川県・横浜市）」

飯尾友華子、師岡陽子、加藤麻樹子、大西潤子、三次真理、遠藤恵美子、がん患者・家族の生活習慣立て直し支援をめざす看護師と看護教員のアクションリサーチ：A 病院看護師の認識と行動の変化、第 29 回日本がん看護学会学術集会、2015 年 2 月 28 日-3 月 1 日、「横浜パシフィコ（神奈川県・横浜市）」

〔図書〕（計　1　件）

遠藤恵美子、三次真理、宮原知子、看護の科学社、マーガレット・ニューマンの理論に導かれたがん看護実践　ナースの見方が変わり、ケアが変わり、患者・家族に違いが生まれる、2014、158

６．研究組織

(1)研究代表者

三次　真理（ Mitsugi, Mari）
武蔵野大学看護学部看護学科・准教授
研究者番号：80351535

(2)連携研究者

遠藤　恵美子（Endo, Emiko）
武蔵野大学看護学部看護学科・教授
研究者番号：50185154

今泉　郷子（Imaizumi, Satoko）
武蔵野大学看護学部看護学科・准教授
研究者番号：10259161

諸田　直実（Morota, Naomi）
武蔵野大学看護学部看護学科・教授
研究者番号：20210205