

平成 30 年 6 月 22 日現在

機関番号：33804

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2014～2017

課題番号：26870675

研究課題名(和文)モチベーションを高める承認(ほめる)保健指導技術教育モデルの開発

研究課題名(英文)Development of a model to educate health guidance technology to increase motivation

研究代表者

伊藤 純子(JUNKO, ITO)

聖隷クリストファー大学・看護学部・助教

研究者番号：10436959

交付決定額(研究期間全体):(直接経費) 1,200,000円

研究成果の概要(和文):本研究の目的は、看護職を対象とした承認(ほめる)力量の形成を促進する教育モデルの開発である。健康課題を持つ対象者の支援において、承認や賞賛のコミュニケーションを適切に用いることは、療養意欲を高め行動変容への動機付けを支援する上で必要とされる力量である。自己効力感(Bandura,A)の情報源のひとつである「言語的説得」や変化のステージモデル(Prochaska)における強化マネジメントの実践に必要なスキルである。本研究ではこのスキル向上に焦点を当て看護職向けの教育(研修)モデルを作成した。プログラムテキストと3種類の教材を作成した。

研究成果の概要(英文):The purpose of this study is to develop an educational model to promote the formation of approval (praise) competence for nurses. Appropriate use of communication of approval and praise in support of subjects with health problems is a competence required to support motivation to improve medical care and motivation for behavior change. It is a necessary skill for practicing strengthening management in "linguistic persuasion" which is one of information sources of self-efficacy (Bandura, A) and stage model of change (Prochaska). In this research, we focused on improving this skill and developed an educational (training) model for nurse. We created program text and three kinds of teaching materials.

研究分野：公衆衛生看護学

キーワード：保健指導技術 動機付け モチベーション 承認 ほめる 保健師 看護職

1. 研究開始当初の背景

(1) 保健師が「自己肯定感」を高める支援のための知識と技術を持つ必要性

地域住民を対象とした幅広い健康づくり活動を行う保健師は、その時代の健康問題に対応した活動を行っている。感染症から生活習慣病対策を経て、現在は母子保健分野における「子ども虐待予防・育児支援」の重要性が高まっている。実際に要保護事例にまで至る事例でなくとも、不適切な養育に繋がる可能性のある事例は増加しており、子育てに対して強い不安や戸惑いを感じている母子への支援は喫緊の課題である。

この背景として、少子化や核家族化の進行、地域社会のつながりの希薄化などによる養育者の心理的孤立や、育児技術が伝承されにくい、物理的・心理的なソーシャルサポートを得られにくいことが挙げられる。保健師はこの問題への対策として、育児技術を指導し育児力を高める個別アプローチと、同じ立場の母親を集めピアサポートを機能させるコミュニティの構築などの集団的アプローチを組み合わせた支援を行っている。

しかし、養育者が抱える問題の構造は複雑であり、具体的な支援策は試行錯誤しながら検討がなされている状況である。

(2) 若い保護者の低い自己肯定感への介入

若い保護者、特に母親は「自己肯定感が低くコミュニケーション力が低い(小林、2012他)」という背景を持っている。日本の学校教育は、戦後の高度経済成長以降、知識偏重の教育により学力の高さばかりが注目され、学力以外分野における能力は重視されてこなかった(弓野、2007)。自己表現を苦手とし自分に自信をもてない、つまり自尊心や自己肯定感の低い子どもに育つという結果をもたらした(古荘、2009)。

また、近年注目されている家族機能不全の問題も看過できない。機能不全家族と呼ばれる歪んだ家族システムを持つ家族は6割を超えという指摘もある(松下、2011)。幼少期の重要な人格形成時期において愛情を得る機会が乏しい場合には、自己愛・自尊心、他者への共感性や理解力に欠けたまま婚姻・養育時期を迎え、養育者となった際に虐待や不適切な養育の連鎖を繰り返すことが懸念されている(小林、2011)。

保健師はこのような養育者を健診等の機会で「気になる母親」としてスクリーニングし、児の成長に合わせた継続した支援を行っている。

(3) 支援に必要な力量を形成する必要性

保健師養成課程では「母親の考え方や努力を肯定し、自信を持って子育てに臨めるよう、信頼関係を構築し、自己肯定感や自尊心を高め、セルフケア力を獲得するための支援が重要(松くら、2008)である」という視点からの教育がなされている。

しかし、どのような技術・方法を用いて対象の自信を高めるのか、という具体的な技術については教授されていない。

保健師は活動の現場で積極的に対象者をほめて信頼関係を築き、自尊感情を高める技術を効果的に活用している。同時に、ほめることは日常における一般的なコミュニケーションのひとつでもあり、保健師の経験知、専門的な技術が主観的・客観的にも認知されづらい状況があると考えられる。本研究によりこの技術の可視化を図ることは、保健師の養成並びに現任教育、保健師技術の継承において有意義であると考えた。

一方、支援者である保健師ら自身、特に新任期や経験年数の少ない保健師も、自尊感情が低く、コミュニケーションに苦手意識を持っている側面を持っている。ほめる、認め合うコミュニケーションスキルを高めることは、保健師の職業的自尊感情を高め、モチベーションの向上や組織風土の改善にも貢献できる可能性がある。

2. 研究の目的

本研究では、保健師活動を行う上で必要となる、支援対象者の自己肯定感の向上を促す技術の育成を目的とした教育プログラムの開発を課題とした。保健師活動が取り扱う課題の解決のために、支援対象者の自己肯定感を高めてセルフケア力の向上に繋げる技術の確立が有効であると考えた。

その具体的方法については現場で獲得する経験知に委ねられている状況であり、保健師養成課程の基礎教育の場において、その必要性が教育されているにも関わらず「支援対象者の自己肯定感を育むための具体的な支援方法」が明確に示されない。

対象者のモチベーションを高めるため承認、賞賛スキルを向上させるための教育支援プログラムを開発し、保健師養成課程から新任期までの基礎教育に資したいと考えた。

3. 研究の方法

本研究では次の2点の調査結果に基づきプログラム構築を計画した。

(1) 熟練保健師が、実際の活動の中で用いているほめ言葉の量と質の分析。

(2) 承認、賞賛のための力量(ほめ言葉の語彙量が豊かであること、場に合ったほめ方を臨機応変に創出できること)を向上させることを目的とした教育方法の開発。

平成26(2014)年度は、学際的な文献検討、特に心理学・教育学的分野を含めた概念の整理と仮説構築。熟練保健師の保健師が予め持っているほめ言葉の語彙量を横断的に評価した。さらに、活動の中における言葉の用い方の分析。

平成27(2015)年度は、新任期保健師及び保健師養成課程の看護学生が予め持っているほめ言葉の量・質の横断的評価。前年度の調査結果をもとに、熟練保健師が用いるほめ

言葉、ほめ方を示したレクチャー及び創造性開発技法を用いたグループワークの実施と前後比較。

平成 28 (2016) 年度は、研究の総括、プログラムの修正、プログラムの手引き、テキスト作成。専門家による助言を受け改良を行う。

4. 研究成果

本研究の目的は、看護職を対象とした承認(ほめる)力量の形成を促進する教育モデルの開発である。健康課題を持つ対象者の支援において、承認や賞賛のコミュニケーションを適切に用いることは、療養意欲を高め行動変容への動機付けを支援する上で必要とされる力量である。自己効力感(Bandura, A)の情報源のひとつである「言語的説得」や、変化のステージモデル(Prochaska)における強化マネジメントの実践に必要なスキルである。

本研究ではこのスキル向上に焦点を当て看護職向けの教育(研修)モデルを作成した。最終年度には研究期間に作成したプログラムの成果を広く公表することを目的とした、頒布用テキストの印刷製本を行った。

(1) 平成 26 年度

支援対象を承認する技術を高めるための方法論のひとつとして「ほめるための語彙」を増すことに焦点を当てた教育方法を検討した。看護職者(保健師・助産師・看護師)、看護教員、看護学生らを対象としてカードを用いた教材を開発し、ワークショップ形式の調査を行なった。参加観察と発言の質的機能的分析による質的な評価、言葉の創出数の前後比較による定量的な評価を行なった結果、参加者が用いる、ほめるための語彙が増し、さらに「表現や内容がより対象に即して具体的となる」、「承認や肯定による心理的効果を実感できる」等のポジティブな効果を認めた。

また、専門職市内小中学校の学校保健委員会においてもカードを用いたワークショップを行い、教育専門職らよりフィードバックを得た。

また、台湾(台北市 TED Office)にてテストプレイを行い、海外で使用する場合の文化的背景やメンタリティの差異に必要な配慮についての示唆を得た。この結果、カード本体のデザイン・文言、ゲーミフィケーションを考慮したプログラム設定などにおいて改良点を明らかにした。

(2) 平成 27 年度

2014 年度の成果を踏まえ、教材のプロトタイプ作成と評価及びプログラムの試行を行った。行政・産業分野で活動する保健師によるテストプレイを実施し、フィードバックを得て改良を行なった。また、保健師だけでなく看護職・一般、学童期の子どもにもプログラムを実施し、本プログラムの汎用性について検討を行った。また、プログラムをより

効果的に媒介し、プログラムを組織等に定着させるツールの開発に取り組んだ。当該年度は付箋(ほめふせん)を開発した。本教材は書籍やテキストの出版を業務とする企業の社員 50 名を対象として、使用テストを依頼し、仕様・装丁など専門的な視点からの助言を得て完成版を製作した。

(3) 平成 28 年度

先行研究より、看護職が現場で用いる「ほめる」スキルは画一的、非効果的である傾向が指摘されている。これを踏まえ、1) 場と対象に適った効果的な褒め言葉を創造できる、2) 非言語的な表現力を高める、以上 2 点のスキル向上を目的とした看護職向けの教育(研修)モデルを作成した。開発にあたっては創造工学の専門家、フィンランド認定ソーシャルワーカーから指導助言を受け、プログラムテキストと教材 3 セットを作成した。検証のために、研究者らによる支援対象者への健康教育実践、支援者である看護職(行政保健師)への研修会を実施しフィードバックを得た。

なお、平成 29 (2017) 年度は、テキストおよび教材の印刷、製本を行なった。また成果を活用した研修会を受託並びに主催し、保健師を中心とした保健医療専門職、教職員等を対象とした研修へ出講した。

(4) 今後の方向性

今後はこのテキストと副教材を元に、プログラムを活用した研修を主催・受託しフィードバックを得る計画である。現職保健師を対象とした研修会を実施する他、保健師養成課程の授業演習において積極的に活用する。また、看護専門職以外の小中学校教員や企業からの出講依頼もあり本研究によって得られた知見・成果物を活用して応じる予定である。

モチベーションを引き出すためのスキル向上は、看護分野のみならず、教育、企業においてニーズが高い。また近年は組織におけるメンタルヘルス対策の一環としてワークエンゲイジメントの実現が求められている。仕事へのやりがい(モチベーション)を高めるという視点からも、本研究により得られた知見を有効に活用するための継続的な取り組みを継続する。

学会発表・論文による知見の公表を今後も継続し議論を深めると同時に、隣接する領域の研究者らと連携し、幅広い対象への活用可能性を多角的に検討しながらプログラムの発展をめざしたいと考える。

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)

〔雑誌論文〕(計 2 件)

伊藤純子、高橋佐和子、佐藤道子、看護職者が用いる承認(ほめる)技術向上を目的と

したワークショップの検討、日本創造学会第
36 回研究大会論文集、査読無、p15-18、2014

〔学会発表〕(計 8 件)

伊藤純子、高橋佐和子、ヘルスコミュニケーションを活用した保健指導の提案 児童生徒をやる気にさせる 5 つの理論、第 53 回岩手県学校健康教育大会(岩手県盛岡市)(招待講演)、2017

伊藤純子、鈴木知代、仲村秀子、若杉早苗、地域特性に合わせた健康づくり活動方法創出ワークショップの試行、第 6 回日本公衆衛生看護学会学術集会、2017

高橋佐和子、伊藤純子、組織風土の改善により教員のメンタルヘルス向上をめざす研修プログラムの効果、第 76 回日本公衆衛生学会総会、2017

伊藤純子、高橋佐和子、人と人を「つなぐ」支援技術を考える 地域づくりを支えるコミュニケーションツールの活用、第 5 回日本公衆衛生看護学会学術集会、2017

伊藤純子、小学生の保護者を対象とした承認・称賛のスキルアップ研修 内的動機づけからの検討、第 4 回日本公衆衛生看護学会学術集会、2016

伊藤純子、高橋佐和子、ネット世代の心を掴む新しいアプローチ - おもしろ健康教育研究所の実践とその効果、第 22 回日本家族看護学会、2015

伊藤純子、高橋佐和子、佐藤道子、看護職者が用いる承認(ほめる)技術向上を目的としたワークショップの検討、日本創造学会第 36 回研究大会、2014

〔図書〕(計 1 件)

伊藤純子、高橋佐和子、おもしろ健康教育大作戦! 理論・モデルを活用してワンランク上の健康教育をめざそう(研修用テキスト) 総ページ数 32、2017

〔産業財産権〕

出願状況(計 0 件)

取得状況(計 0 件)

〔その他〕

伊藤純子、高橋佐和子「ほめ付箋」、2016

伊藤純子、高橋佐和子「ほめ言葉アイティカード」、2016

伊藤純子、高橋佐和子「ほめカード」、2016

6. 研究組織

(1) 研究代表者

伊藤 純子 (ITO, Junko)

聖隷クリストファー大学・看護学部・助教

研究者番号: 10436959