

看護のこころを育む実践

Practice to Promoting The Thought of Nursing

大西 文子 Fumiko Oonishi (日本赤十字豊田看護大学)

キーワード：看護、こころ、実践

key words：Nursing, Thought, Practice

I. はじめに

看護は、看護の医療経済性などの合理性を問うばかりでなく、「人間らしく生きる」患者を支援する人間としてのこころ、すなわち、看護師としての「看護のこころ」を育むことが大切である。まさに、この「看護のこころ」とは、ヒューマン・ケアリングを意味していると考えられる。安酸史子氏は、「看護学のケアリングの現在」(2011)において、「ケアリング・マインドをもつことは看護職の責務であり、看護職がケアリングの専門家として成長していくためには、ケアリングを学問として学ぶとともに実践を通して省察（リフレクション）と判断を繰り返していくことである。」と述べている。「看護のこころ」を看護におけるケアリングとして捉えてよいのではないかと考える。

一方、赤十字の根幹は「人道humanity」である。そこで、本学術集会は、赤十字の理念のもと、看護の理念に共通するヒューマンケアリングを基盤とし、テーマを「看護実践におけるヒューマンケアリング」とした。

については、本学術集会の導入とした会長講演「看護のこころを育む実践」の講演内容の5点について、まとめた。

II. 講演内容

A. ヒューマンケアリングと看護

ヒューマンケアリングの意味を、表1に示した。皆様もよくご存じのワトソンは、ケアリングについて、看護を構成する要素の中で、「知識、価値、行為は、ヒューマンケアのやりとり、個人の生きられる世界と

主観的に関わることに関係しているのが一般的である。」としている。プーニャヌラク (P. Boonyanurak, St. Louis College, Thai, 2002) 氏はこれらの要因10項目を解説しているが、特に次の5点について、以下のように述べている(竹尾, 2005)。①人道的・利他的価値観を形成することは、「自分に優先させて他者に愛情を注ぎ、ケアすること」であり、看護教育はこれに大きな影響力を及ぼすとしている。②自己や他者に対する感受性を開発することは、「わがことのように感じる」とあり、「事実を基盤にしながら相手の状況を理解し、このプロセスを通じて自己受容、自己成長、さらには自己実現へ至る」としている。③援助－信頼に基づくヒューマン・ケア的關係を構築することは、調和 (congruence)、共感 (Empathy)、暖かさ・思い遣り (Warmth) を掲げ、「心を開き誠実に振る舞うこと」「相手がどう思っているかを理解し、それを伝えること」「積極的に相手を受け入れること」などを具体的な行動としてあげている。④肯定的・否定的感情の表出

表1. Jean Watson (1985) のケアリング10の要因

1. 人道的・利他的価値観を形成すること
2. 信念－希望の導入
3. 自己や他者に対する感受性を開発すること
4. 援助－信頼に基づくヒューマン・ケア的關係を構築すること
5. 肯定的・否定的感情の表出を推奨・受容すること
6. 創意に富んだ問題解決手法を秩序立ててケアへ導入すること
7. 相互学習を推進すること
8. 心理的・身体的・社会的・精神的側面から、支援的・保護的・矯正的環境を提供すること
9. ニードの充足に向けて支援すること
10. 実存的・現象学的・精神的な力を容認すること

を推奨・受容することは、「他者に対する気づきを向上させ」「人が見せる行動の意味を理解し」「相手の感情に対して支援し・受容し・分かち合う」ことであるとしている。⑤創意に富んだ問題解決手法を秩序立ててケアへ導入することは、「研究を進め」、「看護の科学的基盤を構築し」、こうした活動の結果を用いることで、創意に富んだ問題解決法が見出せるとしている。因みに、ワトソンは看護過程全体を創意に富んだ問題解決の過程であるとしている。

看護の前提として、表2に示したように、「患者中心の看護や全人的看護（ケア）」、「全人的看護（ケア）」とは、がん患者のためのホスピスケアの中から生まれたことばで身体的な苦痛緩和にとどまらず精神的、社会的、霊的な側面から統合的に提供されるケア」、看護の現場において、患者の主観的な見方を大切にしながら、看護師は患者を全人的にとらえる。」、患者の権利の尊重があると考えている。

さらに、フローレンス・ナイチンゲールは、「病人の看護と健康を守る看護」の中で「人間中心の看護」を強調している。

つまり、看護は人間に向けられた行為であり、特に近代において、看護はヒューマンケアであると理解されてきた。ヒューマンケアとは、看護、介護、世話などの人間の健康および福祉の向上を支援することである。

では、日本においてヒューマンケアリングがどのように発展してきたのかについてまとめた。

1. 日本における看護と倫理

日本では、看護の実践において、ヒューマンケアリングの概念を普及してきた。日本におけるヒューマンケアリングの歴史（表3. 日本における看護と倫理を参照）をたどると、看護倫理に基づいていると考えられる。この会長講演の座長をお務めいただいた高田早

表2. 看護の前提

- 患者中心の看護や全人的看護（ケア）
- 全人的看護（ケア）とは、がん患者のためのホスピスケアの中から生まれたことばで身体的な苦痛緩和にとどまらず精神的、社会的、霊的な側面から統合的に提供されるケア。
- 看護の現場において、患者の主観的な見方を大切にしながら、看護師は患者を全人的にとらえる。
- 患者の権利の尊重

表3. 日本における看護と倫理

- 日本看護協会 1988年：看護師の倫理規定
- 看護師の倫理規定 1995年：看護業務基準の作成
 - ※看護倫理検討委員会の活動と成果
 - ※看護倫理に関する研修会
- 日本看護科学学会 1992年：看護倫理検討委員会常設
 - ※2001年第21回学術集会メインテーマ「21世紀に問う看護の倫理性」

苗氏は、平成15年度版看護白書の看護倫理をめぐる緒論において「看護実践とケアリングの倫理」として、フライによる、看護実践上の倫理的概念「①アドボカシー（患者の権利擁護・代弁）、②責務と責任（実践の基準を明確にしてそれを遵守する）、③協力（質の高いケアを提供するために協働する）、④ケアリングを挙げている。そして、ケアリングの倫理は、日常的な患者ケアそのものが倫理的な実践となるうえで不可欠であり、伝統的な倫理原則は医療チームと患者・家族間に生じる倫理的価値葛藤を含む問題の分析に役立つ。」と述べている。

すなわち、日本においては、看護と倫理の理論的基盤はヒューマンケアリングにあると考えられる。

2. 大学卒業時の到達目標にある『ヒューマンケア』

表4は、日本看護系大学協議会の「看護実践能力育成の充実に向けた大学卒業時の到達目標」1群の内容である（看護教育の在り方に関する検討会，2004）。

看護実践は、人間とその人の生活に深くかかわって行われるため、特に、健康障害を持つ時期のかかわりでは、人の尊厳と人間の擁護の視点が重要である。また、看護職者の行動は、患者等利用者の意思に基づくことが求められ、ケア実施では利用者に十分了解されている状態をつくることが原則である。

このような看護実践は、看護職者が利用者との人間関係を築きながら行われ、実践を通して援助的人間関係へと発展させていく必要があり、ヒューマンケアリングそのものであると考える。

3. 日本看護協会（2007年）における「看護ケア」における「ケア」と「ケアリング」

日本看護協会（2007年）では、表5.「看護ケア」における「ケア」と表6.「看護ケア」における「ケアリング」の用語を説明している。「看護ケア」における「ケア」は、身体的な世話により対象者との相互作用が促進されたり、対象者の心身が安楽になったりすることから、「療養上の世話」もしくは「生活の支援」という意味をもつ。しかし、「看護ケア」における「ケアリン

表4. 大学卒業時の到達目標にある『ヒューマンケア』

1群：ヒューマンケアの基本に関する実践能力

- 1) 人の尊厳の重視と人権の擁護を基本に捉えた援助行動
 - ①個別な価値観・信条や生活背景を持つ人の理解
 - ②人の尊厳及び人権の意味を理解し擁護する行動
 - ③個人情報を持つ意味の理解、情報の適切な取扱い
- 2) 利用者の意思決定を支える援助
 - ①利用者の意思決定に必要な情報の提供
 - ②利用者の思い・考え・意思決定の共有、意思表明への援助、意思決定後の支援
 - ③利用者の意思の関係者への伝達、代弁者役割の遂行
- 3) 多様な年代や立場の人との援助的人間関係の形成
 - ①利用者の思い・考え等意思の適切な把握
 - ②ケアに必要な他者との人間関係の形成

表5. 日本看護協会(2007年)「看護ケア」における「ケア」その1

- ①従来、身体的な世話を言い表す用語
- ②身体的な世話により対象者との相互作用が促進されたり、対象者の心身が安楽になったりすることから、「療養上の世話」もしくは「生活の支援」としてのケアに看護の独自性を見出そうとしてきた歴史も長い。
- ③看護職にとって重要なキーワードである。
- ④医療の中では、ケアに対して看護の特徴を際立たせるために、ケア対ケアという構図で用いられる場合もある。

「看護にかかわる主要な用語の解説」より

表6. 日本看護協会(2007年)「看護ケア」における「ケアリング」その2

- ①対象者との相互的な関係性、関わり合い
- ②対象者の尊厳を守り大切にしようとする看護職の理想、理念、倫理的態度
- ③気づかいや配慮、が看護職の援助行動に示され、対象者に伝わり、それが対象者にとって何らかの意味(安らかさ、癒し、内省の促し、成長発達、危険の回避、健康状態の改善等)をもつという意味合いを含む。
また、ケアされる人とケアする人の双方の人間の成長をもたらすことが強調されている用語である。

「看護にかかわる主要な用語の解説」より

グ」は、ケアされる人とケアする人の双方の人間の成長をもたらすことが強調されている用語である。

4. 看護ケアの現状と影響

図1に示すように、高齢少子社会および医療経済破綻による医療法の改正などの社会ニーズの変化によって、在宅医療はじめとする地域医療・看護・介護・福祉のチーム体制政策もあり、平成19年と平成24年の指定規則改正によって、看護教育はよりいっそうヒューマンケアが求められるようになった。

このように考えてくると、ヒューマンケアの基本に関する実践能力は、さまざまな生活背景からくる人々の多様な価値観・世界観を尊重し、看護の対象となる人々を擁護するヒューマンケアを実践することにかかわる能力であると言える。

B. 8年間の臨床経験から得た看護の醍醐味と看護の面白さ

1. 医療現場における看護状況

現在の医療現場では図2のような状況が予測される。35年前、筆者が働いていた臨床現場でも業務の遂

行が優先されることが多くあった。筆者が深夜勤務帯ではじめて独り立ちした時のことである。小児病棟では小児腎臓疾患患者では1回/1か月に早朝採血があり、3歳のネフローゼ症候群で個室に入院していた男児T君の採血の担当となった。患者T君と母親に自分が採血をすることを説明すると、「いつも上手に採血してくれる〇〇さんをお願いします。」と言われて戸惑ったが、筆者は言われるままに引き下がれば信用を無くしT君と母親との関係性が築けなくなると考え、「私は新米看護師ですが、採血方法を正しく守り、採血できる血管を十分吟味しますから、一回だけさせてください。」とお願いをすると許可が得られた。丁寧に血管を探しT君の血管に針を刺入すると、なんと一回目で赤い血液が流出したのである。それ以後、T君と母親からは私が名指しを受けるようになった。

このような看護実践は、看護職者が利用者との人間関係を築きながら行われ、実践を通して援助的人間関係へと発展させていく必要があり、ヒューマンケアリングと考える。

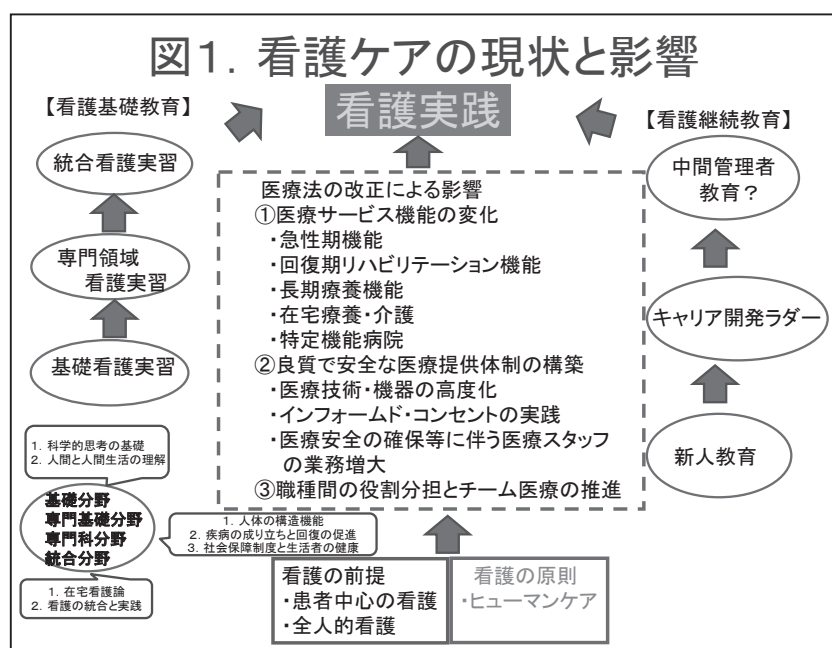


図1. 看護ケアの現状と影響

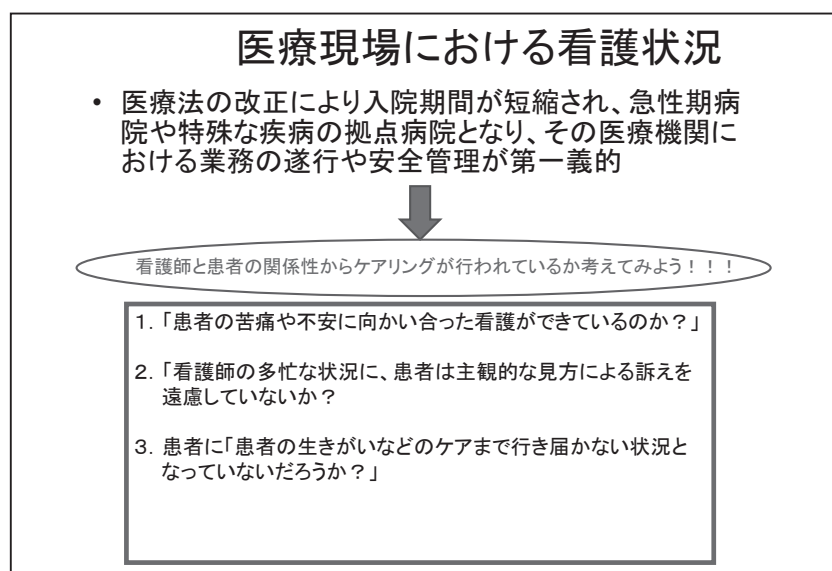


図2. 医療現場における看護状況

C. 看護教育30年からみた看護学生の動向

1. 卒業生が臨床5年続けると・・・

筆者は、今年で看護教育33年を迎えた。筆者が実習指導で病棟にいと、卒後数年経過した卒業生から、何気なく「臨床5年続けてきた今、大変な思いで働いてきたけれど、あ～疲れたという感じでこのままだと臨床で看護師として働くのが嫌になってしまう気がして怖いんです。だから、看護教員でもしようかな・・・。と思って」と相談を受けることがよくあった。

2. 「看護師として働く楽しみ」

そんな卒業生に対して筆者は、「看護学生にとって、看護教員は看護ケアを実践する鏡です。看護実習において、あなたが学生と患者との懸け橋となる看護教員が臨床を嫌になって教育に入ったことを知ったら、看護学生はどのように思うかしら・・・。」と、いつも問いかけた。すると、相談にきた卒業生は、「そのような先生には教えてもらいたくありません。もう少し私なりに看護師として働く楽しみを味わえるまで頑張ってみます。」と言い戻って行った。

D. 「看護のこころ」を育む実践は、臨地のロールモデルにある。

新人看護師や看護学生は、経験のある看護師や主任看護師および看護師長、または看護教員をロールモデルとして、看護ケア実践を学んでいく。

一方、臨地実習では、科学的根拠に基づいた看護ケアがプランニングされていないとベッドサイドの看護ケアをさせてもらえないことが往々にある。しかし、プランニングがしっかりできており、それに基づいて看護ケアをしようとしても、看護学生は緊張のあまり、手が出せない場面も多い。この場合、臨地実習指導者あるいは看護教員はどのように対応されるであろうか。筆者は、患者の前でこのような状況があったとは思え

ないように、新人看護師や看護学生の代わりにケアをしてきた。ナースステーションに戻ってから、振り返りを行えばよい学びとなりよい経験となる。

是非、ベッドサイドで光る看護ケアの実践を見せてほしいをお願いをしたい。

E. 5人の家族を看取った経験から

筆者は表7に示すように、5人の家族を看取った経験があり、「看護のこころを育む実践のあり方」について、考えてみた。

筆者の実姉は、闘病生活15年であった。表8は姉が平成24年4月29日に最後を迎える迄の1年間の入院生活の概要である。「息が苦しい！」と訴えると、飛んできてくれる看護師は「SpO2が96あるから大丈夫！安心してくださいね。」と言い、病室を出て行った。呼吸が楽になるような体位の工夫など、姉の状況を確認しながらの看護的ケアは一度も試されなかった。また、酸素マスク療法をしていたため、よく「頭が痛い！」と訴えたが、またまた飛んできてくれる看護師であるが「血圧を測定しても問題ないですね」と言いながらナースステーションへ戻っていった。筆者は、頭痛の原因は、「ずっとマスクを固定している両耳介にかけている紐のせいではないか、」と考えていたので、マスクを外し両耳介をマッサージすると、姉は「楽になった」との反応であった。さらに、両下肢腫脹と強い痛みに対し

表7. 身内5人のプロフィール

	(年齢)	(疾患名)	(闘病生活)
1. 義母：	66歳	肺がん	約1年
2. 義父	74歳	大腸がん、胃がん、胆管がん	16年
3. 実母	66歳	悪性リンパ腫	約1年
4. 叔母	63歳	胃がん	約3月
5. 実姉	60歳	卵巣がん	15年

表8. 実姉の最後を迎える迄1年間の入院生活状況

- 個室
- 化学療法のため、持続点滴中のがくつき、剥離のための大手術を受け、ICU転化した。2週間で婦人科病棟へ戻った。
- 疼痛コントロールのため、1回/1週間 パッチ交換
- 体調が良い際は、車椅子で夫等による病棟外（売店、病院外庭園）散歩
- ベッドに臥床したまま、自力による体位変換や立位は不可能
- ベッドは常にセミファウラー位保持、食事時はギャッジにて座位をとり、摂取は自立可能。
- 食事は、病院食は全粥1/2程度、副食は野菜のポタージュスープ、湯豆腐、茶わん蒸し、手作りプリン、等
- 排泄は、車椅子でトイレまで連れてもらい、自力で済ませていた。
- 全身清拭毎日、洗髪1回/1週間
- 口腔内の清潔は、朝食の配膳および夕食の下膳時氷水と歯ブラシを準備してもらい、自力で行っていた。
- 両下肢腫脹が強く痛みがあり、起きていたときはほとんどマッサージを要求し、入眠しかけ手を止めると覚醒する状態であった。

ては、筆者が面会可能な1回/週の割合で足浴を行うと、姉は「足が軽くなった感じ」と言い、その後食欲も増したようだと言理の兄は大変喜んでいて。しかし、付き添っている義理の兄、毎日数時間程足のマッサージを行っており、疲労困憊状況にあった。そこで、筆者は主治医に理学療法士によるマッサージを依頼してもらったところ、義理の兄は負担が軽くなり笑顔もみられるようになった。そして、食欲も出て元気になった実姉は、筆者の娘二人の家族とも面会することで笑顔も多くみられるようになった。

患者の訴えに対し、客観的な状況把握だけでなく、患者が置かれている状況を十分観察したうえで対処してほしいものである。

Ⅲ. 終わりに

看護のこころを育む実践は、次の3つにまとめられた。①看護は、対象の自立を妨げず、その人なりの健康を支援することである。②そのためには、患者に向かい合い、人間対人間の営みから、患者の背景・価値観等を把握しながら、本当に患者が求めているものは何かを考えながらケアをすることによって、患者自身なりに変化を起こし生きる力を持つことができることが重要である。③看護職者と患者の相互関係にあるこのプロセスが、看護のこころを育む実践であり、ヒューマンケアリングそのものではないかと考える。

看護教育の在り方に関する検討会（2004）. 看護実践能力育成の充実に向けた大学卒業時の到達目標. 看護教育の在り方に関する検討会報告書, 13-15.
日本看護協会（2007）. 看護にかかわる主要な用語の解説－概念的定義・歴史の変遷・社会的文脈－. 社団法人日本看護協会, 13-14.
高田早苗（2003）. 看護倫理. 平成15年度版看護白書－専門看護師制度・資料篇, 日本看護協会, 13-16.
竹尾恵子（2005）. ヒューマン・ケアの看護実践への具現化. 日本看護研究学会雑誌, 28（1）, 13-17.
安酸史子（2011）. 看護学のケアリングの現在－ケアリングをいかに教育するか－. 看護研究, 44（2）, 172-180.



食欲が出て、元気になった実姉の様子