

2024 年度

シリーズ全 3 回

2 年目看護師育成研修



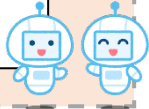
シリーズ目的: 自立した看護師として、看護実践できるための知識・技術・態度を修得する

2024 年 5 月 10 日・17 日・31 日の 3 日間開催し、85 名が参加しました

<研修目的>

「看護を深めよう」

- 自分の看護観を表現できる
- 自分の看護体験に対して、意味付けができる
- 今後実践する具体的な看護を述べる事ができる



今回の研修は看護を振り返る“リフレクション”と“セルフケアマネジメント”研修を行いました。



<研修目的>

「セルフマネジメント研修」

- 自分にあったセルフマネジメントケアの方法を考えることができる



講師：精神看護専門看護師
福田亜紀さん



研修前の参考動画



学研ナースングサポート AAA2466 「みんな一度は新人ナース～先輩のエピソードから学んで明日の看護に活かそう～」

看護を深めよう



研修前にリフレクティブサイクルを用いたワーク用紙に述したものでリフレクション※を行いました。

※リフレクション…日々の業務や現場から一旦離れて自分が経験した仕事(看護)を振り返る事

2

振り返った内容を聞いてどう感じたかを語り合いました



1 自分の看護を振り返って印象に残っている患者・家族との関わりについて話しました。

語る姿勢・聞く姿勢・語り合い姿勢を大切に



3

「同じ状況になったら…」を考え行動計画を書きました。



4

各々の経験した事例を発表して共有しました。

それぞれの看護を聞いて、経験の幅が広がり、とても有意義な研修でした～



リフレクティブサイクル…
ギブス (Gibbs.G) によって提唱された、コルプの経験学習モデルの省察部分をさらに深掘したモデル

セルフマネジメント研修



精神看護専門看護師の福田亜紀さんより 2 年目看護師に必要なセルフマネジメントの講義を受けました。

自分にあったセルフマネジメントについて考えました。
ストレスを感じると自分はどうなるのかな？
私のストレス対象は？ 職場やプライベートで支えになってくれる人は？
ストレス対処はできることから意図的に行きましょう

★★部署の皆様へ★★

自己の看護を通して、悩み、葛藤しながら得た喜びを、語ることでそれぞれの看護観が深まり、次につなげる為の自分の行動を考えています。ぜひ部署でも、看護を振り返る時間を作っていただき、部署内でも共有してください。



研修を通して、アンケートから一部抜粋

自分の看護観の振り返りになり、これからの看護に繋がると思いました。新しい発見もあって良かったです
悩んだ看護等について同期と話が出来て、みんな同じことで悩んでいることや自分とはちがう関わり方を知ることができました。
仕事中にできるセルフケアを実践していきたいと思った。

