

2022年度（令和4年度） リフレクション研修事前課題（レポート）

【日時】2022年11月24日（木）9：30～16：30

【ねらい】看護リフレクションの体験を通し、日々の看護経験における看護の価値や意味を実感し看護観を育むための取り組みとする

【参加者】ラダーレベルⅢ・Ⅳの看護師 35名程度

【課題図書】

- 1) 『看護リフレクション入門』（東めぐみ：ライフサポート社）：
- 2) 『ファシリテータのための看護リフレクション』（東めぐみ：医学書院）

【参考図書】

自宅にある看護理論に関する書籍（いずれでもよいです）。

例：『中範囲理論』（野川道子監修・メジカルフレンド社）などが読みやすいと思います。

【事前準備と事例の活用】

- 1) このたびの研修では演習を取り入れます。
- 2) その準備として、これまで皆さんが看護を実践していたうえで印象に残っている患者さんとのかかわりを具体的に記述してください。
- 3) 具体的とは、皆さんの印象に残っている場面を、他の参加者が読んでも場面を想起できるように具体的に記述することが大切です。以下を参考にしてください。
- 4) 皆さんがお書きになった事例は演習で活用します。また、演習を行うための説明に活用させていただくことがあります。ご理解ご了承をお願いいたします。

【事例の分量】

A4一枚程度（1000字～1600字程度）

### 【事例の書き方】

『看護リフレクション入門』（ライフサポート社）をお持ちの方は、11 事例を参考に「自分の核となる事例」を書いてみましょう。簡単にその手順を書きに記します。

1. まず、これまでの看護実践で印象に残った患者さんとの場面を思い浮かべましょう。
2. 特別なことではなく、ちょっとしたこと（例えば洗髪の場面など）で大丈夫です。
3. その場面をナラティブ（日記風に話し言葉で）に思いつくままに記載しましょう。
4. 思いつくままに記載したら以下の点に気をつけて付け加えましょう。
  - 1) まず、「患者の状態(症状/データなどを必要な内容を示してください)・精神・社会的側面から)」が書かれていますか？
  - 2) 患者とあなたの具体的な会話ややり取りが書かれていますか？
  - 3) 患者の表情など書いてありますか？
  - 4) 患者の状況が目浮かぶように書かれていますか？思いだしましょう。
  - 5) それについてあなたはどうか感じたり思ったり考えたりしたのか書いてありますか？
  - 6) つぎにあなたはどのような看護行為を行ったか書いてありますか？
  - 7) その看護行為を行った後の患者の反応が書かれていますか？
  - 8) 1)～4)を繰り返してストーリーを作りましょう。
5. 一通り書き終えたら読み返して、主語述語が抜けていないか、誤字脱字がないか、意味が通るか読み返してみましょう。
6. 最後に事例を表すテーマをつけてください。
7. 事例を書き終えたら自己の実践を説明できそうな看護理論を探してみましょう。
8. 個人が特定されないように記号化をお願いします。

ここまで書けばあなたの大切な看護が表現されています。

LET' TRY REFLECTION!!