総　説

看護実践のリフレクションに関する国内文献の検討

上　田　修　代（千葉大学大学院看護学研究科博士後期課程）
宮　﨑　美砂子（千葉大学大学院看護学研究科）

目的は，看護職者自身による看護実践のリフレクションに関する国内文献を対象に，リフレクションの内容やリフレクションによって期待される看護実践への効果等を検討することにより，看護学領域におけるリフレクション研究に関して，今後取り組むべき課題を明らかにすることである。文献検索は，医学中央雑誌web ver. 4を使用し2010年３月６日に実施した。キーワードは，「看護」に「リフレクション」「内省」「省察」「反省」とし，期間は1983年-2010年で原著論文のみ検索した。検索結果から，看護職自身がリフレクションしている内容を取り扱った文献を選定し，最終的に17文献を分析対象とした。結果は，リフレクションを促す方法の性質として，日記等のように自身で自由な内容を記録する１人で実施するもの，他者との１対１の関わりにより実施するもの，カンファレンス等のような複数人が一堂に会して実施するものがあった。リフレクションによって生じた内面的変化は，患者や同僚への理解の深まり，看護への関心や意欲の高まり等があった。期待される看護実践への効果として，支援方法を見出す，積極的な看護実践，関係を強める・構築する，臨床能力の向上等があった。取り組むべき課題として，看護職者自身の感情や情動について詳細な語りを引き出すこと，場の醸成，看護職者の自己成長等につながった対象者への理解の深まり，援助関係を強めていく看護職者と対象者との関係等を明らかにしていく必要性が見出された。

KEY WORDS：reflection, nursing practitioner, nursing practice, literature review.

Ⅰ．はじめに

看護職者は，対象者の生活や療養の営みに関わりながら課題を捉え，対処していくという特徴がある。対象者の多様な健康に対する価値観や生活の中で起こる様々な出来事によって健康課題は変化していくため，対象者の変化を何度も捉えなおし，熟考し，看護実践を問い直し，自己と対峙していくリフレクションをおこなう必要がある。看護職者が，健康課題解決をおこなうためには，知識や技術の能力獲得だけでなく，課題探求をおこないながら発展していけるよう，思考スキル能力が必要であり，能力の基盤となるリフレクションする力を高める必要がある[1)]。バーンズらは，看護職者が専門能力を高めるためには，看護実践のリフレクションによる学びが鍵となると述べている[2)]。また，イギリスやオーストラリア等では，リフレクション能力が，看護実践の質向上と同時に実践から学びを深めるために不可欠であるとして，リフレクション能力の向上にむけた教育の必要性が主唱されている[3)]。日本においても，リフレクションが看護職者のそれまで得た知識の蓄積と融合を促し，看護の質向上をもたらすものと期待されている[4)]。

日本の看護学領域におけるリフレクション研究は，2000年頃より，リフレクションを活用した大学での教授方法の実践例などが報告されはじめ，看護教員や看護学生を対象とした研究が多くなされてきた。しかし，実践現場でのリフレクション研究の広がりは小さい[5)]。そのため，看護職者自身の看護実践のリフレクションに関する文献を整理し，実践現場の看護職者自身のリフレクションの実践及び看護学領域におけるリフレクション研究に関して，今後取り組むべき課題を明らかにしたいと考えた。

Ⅱ．研究目的

看護職者自身による看護実践のリフレクションに関する国内文献を対象に，リフレクションの内容とリフレクションによる看護職者自身の内面的変化，リフレクションによって期待される看護実践への効果を検討する。それにより，看護学領域におけるリフレクション研究に関して，今後取り組むべき課題を明らかにする。

受理：平成22年６月17日　Accepted : June. 17. 2010.

Ⅲ．用語の定義

１．リフレクション

看護実践の中で生じる，気にかかる現象をきっかけにして，自身の過去の経験や知識を振り返り，行動の行き詰まりに対応する過程，及び事後に看護実践のなかでの過程を振り返り，概念の見方の変化や具体的課題を明らかにする過程。

２．看護実践

看護職者が患者や住民を対象に，健康課題解決のためにおこなうアセスメント，計画，実施，評価。対象者の健康課題解決のためにおこなうカンファレンスや事例検討会も含む。

Ⅳ．方　法

１．文献の抽出と選定

文献検索は，看護学の文献を網羅している医学中央雑誌web ver. 4を使用し2010年３月６日に実施した。キーワードは，「看護」に「リフレクション」，また，リフレクションは日本語に訳する際，内省，省察，反省などと訳されているため「内省」「省察」「反省」それぞれをかけ，検索期間は2000年以前のリフレクション研究の動向も確実に捉えていくために1983年－2010年とし，原著論文のみ検索した。原著論文に限定した理由は，著者の意見ではなく，データに基づいて記述されたものを収集するためである。「看護」と「リフレクション」は40件，「看護」と「内省」は59件，「看護」と「省察」は10件，「看護」と「反省」は126件であった。このうち，重複文献が１件あったため，合計234文献の検索結果となった。検索結果の中から，まず，タイトルとアブストラクトを読み，タイトルとアブストラクトでは判断できないものは，本文を取り寄せて精読した。選定の過程は，本稿では看護実践現場の看護職者自身がおこなうリフレクションの現象を取り扱うため，まず，看護教員自身及び看護学生自身のリフレクションを取り扱った文献79件，患者や住民など看護実践の対象者自身のリフレクションを取り扱った文献30件，看護職以外の職種のリフレクションを取り扱った文献11件，他職種が看護職者の看護実践の振り返りや評価をおこなっている文献や病院の体制や災害訓練など看護実践以外の事象を取り扱った文献12件，実際の看護実践を文献の中で取り扱わないリフレクションの理論研究の文献３件を除外した。除外後の99文献を更に精読し，リフレクションの内容が読み取れないもの，また，本稿では研究目的や対象者，研究方法を分析対象とするため，これらが文献中に明記されていないものを除外した結果17文献となった。

２．分析方法

各文献から，タイトル，目的，調査対象，調査方法・内容，リフレクションを促す方法，リフレクションによって生じた看護職者自身の内面的変化，リフレクションによって期待される看護実践への効果を読み取り，それぞれについて端的に記述した。

Ⅴ．結　果

１．分析対象文献の概要（表１）

分析対象の17文献のタイトル，目的，調査方法・内容より文献の概要を述べる。

１）目的から見た概要

看護実践の意味づけが２文献（文献番号１，５），実践時の看護職者の感情や理解と態度の意味づけが２文献（文献番号10，17），看護職者の気持ちや認識の変化といった看護職者自身の内面的変化を明らかにすることを目的としているものが３文献（文献番号３，７，11）であった。事例検討会や研修，力量形成プログラムといった教育的機会を用いてリフレクションを促し，有用性を検討することを目的としている文献が５文献（文献番号６，７，９，12，16），リフレクションの要素と構造を明らかにすることを目的としている文献が１文献（文献番号８）であった。また，看護職者自身の成長や臨床能力の向上・促進，支援方法を見出すことを目的としているものが４文献（文献番号１，12，13，15），関わりを明らかにするが１文献（文献番号14）であった。

２）調査方法・内容からみた概要

リフレクションの調査内容は，印象に残るもしくはいつもと違う看護実践の内容や状況が４文献（文献番号５，８，10，15），その看護実践時の思いや考え・感情が10文献（文献番号２，４，５，７，８，10，11，12，15，16），学びや気づきが３文献（文献番号６，11，16）であった。

２．リフレクションを促す方法（表２）

１）リフレクションを促す方法の性質

リフレクションを促す方法は，１人で実施する方法，他者と１対１の関わりにより実施する方法，複数人が一堂に会して実施する方法の３つの性質に分けることができた。１人で実施する方法の手段としては，日記など自身で記録するものがあったが，スーパーバイザーに日記を見せ，アドバイスをもらうといった看護の事象を看護職者自身が批判的に捉えるための工夫をしていた。２つ目は，他者との１対１の関わりにより実施する方法であり，手段としては，研究者となった看護職者が他の看護職者もしくは患者と対話をする方法や看護職者と他の看

表１　分析対象文献

番号	著者 発表年	タイトル	目的	調査対象 （背景・人数）	調査方法・内容
1	中信ら 2009	災害看護の体験が看護者に及ぼす影響と体験の意味づけ	看護者の災害体験，体験が看護者に及ぼす影響と看護者の体験の意味づけを明らかにし，看護者への支援方法を見出すための示唆を得る	背景：日本赤十字社の救護班の看護師 人数：９名	①面接調査 調査項目：災害看護体験，体験が看護者に及ぼしている影響，災害看護の体験の意味づけ
2	齋藤ら 2009	転倒転落事故後の振り返りカンファレンス導入による看護師の意識の変化	カンファレンスによる看護師の転倒転落の気持ちの変化を明らかにする	背景：同病棟勤務の看護師 人数：23名	①質問紙調査 調査項目：看護師経験年数，事故遭遇経験の有無，事故発生時の行動，注意点，対応策，勤務以外での事故の情報収集方法，事故報告書記載時の有無とその時の感情，日頃から事故をどの程度気にかけているか
3	境ら 2009	療養病床における療養上の世話による看護師のエンパワメント	療養病床で働く看護職者が療養上の世話の実践により患者が改善することでどのように変化していくのか探求する	背景：療養病床勤務の看護師 人数：３名	①なんでもノートの作成 （看護職者自身が病棟の出来事，ケアの進め方，私生活を振り返り記述する） ②参加観察　③面接調査 研究全体を通して，研究者が看護職と共にケア計画を立て実践，評価をおこなうといったアクションリサーチを実施
4	木村ら 2009	ハイリスク児の母親とかかわる助産師の体験	産科病棟でハイリスク児の母親のケアを行っている助産師がどのような体験をしているかを明らかにする	背景：NICUのある産婦人科病棟に勤務する助産師 人数：10名	①面接調査 調査項目：出生直後からNICUに収容された児の母親とかかわっている時の気持ち，行動 ②内省ジャーナル（研究者が対象者の主観に近づくために，研究者自身の過去の看護実践を振りかえり記録する）
5	平賀 2008	在宅ターミナルケアに関わる訪問看護師にとっての遺族訪問の実践とその意味	在宅ターミナルケアに関わる訪問看護師にとっての遺族訪問の実践とその意味を明らかにする	背景：訪問看護ステーションで５年以上勤務 人数：８名	①面接調査 調査項目：印象に残る出来事，どのように遺族訪問を行い，その時何を感じたか
6	山本ら 2008	看護継続教育における看護理論を用いた事例検討の学習効果―院内研修後のレポートの分析―	看護理論を用いた事例検討の有用性を明らかにする	背景：大学付属病院勤務看護師，「看護理論」研修受講者 人数：13名	①学習後レポート 調査項目：実際の事例の看護診断，看護計画，実践，評価，研修から学んだこと
7	平岡ら 2007	事例のナラティブ発表会が外来看護師に与える影響	「事例のナラティブ」が外来看護師に与える影響を明らかにする	背景：外来部門の看護師 人数：９名	①面接調査 調査項目：患者に対する思いや考え，関わりの変化。他科に対する思いや考え，関わる時の思いや考え
8	池西ら 2007	臨床看護師のリフレクションの要素と構造センスメイキング理論に基づいた‘マイクロモメント・タイムライン・インタビュー法’の活用	日本における臨床看護師のリフレクションの構造を明らかにする	背景：経験５～10年の看護師 人数：10名	①自由記述式質問紙 ②面接調査（マイクロモーメント・タイムライン・インタビュー：重大な状況を説明してもらう方法。起こったことを時間的経過に沿って羅列する。）いつもと違う経験だと感じた臨床状況についての振り返り。調査項目：出来事毎に捉えた状況，ギャップ（矛盾，困難感等）の認識。ギャップに対する考え，ギャップの認識後の考え。どのように行動したか，行動の理由，行動の結果
9	小山田 2007	中堅看護師の能力開発における「ナラティブを用いた内省プログラム」の構築に関する基礎研究	中堅看護師の能力開発のための「ナラティブを用いた内省プログラム」の効果を明らかにする	背景：ナラティブを用いた内省プロセスを含むキャリア開発ラダー研修を受講した２病院の看護師 人数：14名	①面接調査 調査項目：ラダーを経験するきっかけや評価会前の不安や期待，ナラティブを記述することで経験した事柄、他者とともにそのナラティブを内省するなかで経験した事柄，内省した経験がその後の能力開発や看護実践にもたらした影響
10	小宮 2005	看護師がケア場面で体験した否定的感情の様相に関する研究	患者のケアという社会的行為の中で看護師の否定的な感情がどのように生じ，否定的感情の体験が看護師にとってどのような意味を持っているのか明らかにする	背景：病床数600～1000床の４病院に勤務する看護師 人数：12名	①面接調査 調査項目：否定的感情を最も刺激された一場面でのやりとりの詳細，その時の感情体験，その場面前後の患者との関わり，患者の診断名や症状・病歴・家族背景・職業経験などの社会背景，病棟チームにおけるサポートの状況
11	松原 2005	がんの再発・転移を告知され,永久的ストーマを造設した患者と看護師で行うナラティヴ・アプローチの効果	ストーマを増設した不安や悩みを持つ患者が自分自身のことを看護師に語るとき患者と看護師の思考の変化を明らかにする	背景：WOC認定看護師 人数：１名	①患者の不安，悩みを聴く看護実践を録音し逐語記録を作成（ナラティヴ・アプローチ：語りをとおして，患者と看護師にお互いの内面の対話が生まれ続け過去の出来事に新たな意味を見出す） ②内省ジャーナル（患者の話を聴いた後，看護職者自身の思いや新たに気づいたことを記録する）
12	森本ら 2004	中高年看護師の自己成長に教育的機会が与える影響	教育的機会が自己成長に与える影響を明らかにする	背景：40～50歳代の臨床経験15年以上の看護師 人数：８名	①面接調査 調査項目：教育的機会への対象者の取り組み，その時の感情，周りの環境
13	谷脇ら 2004	卒後２～３年目の看護師の臨床能力の発展における経験の振り返り	看護実践における自らの体験や経験とその振り返りに焦点をあて臨床能力の向上・促進について明らかにする	背景：同じ病院に勤務する卒後２～３年目の看護師 人数：28名	①面接調査 調査項目：場面への関わり方，学習の契機，振り返りの契機，学習の内容
14	鬼海ら 2003	精神科看護者の患者とのかかわりに関する研究精神科看護者の内省と属性との関連について	精神科看護師の心理的状態と患者との関わりを明らかにする	背景：関東地方の精神科病院88か所の女性看護師 人数：1431名	①質問紙調査 フェイスシート，患者との関わりに関する尺度，患者との関わりを規定すると考えられる各種の特性尺度
15	小林ら 2002	新人看護師のリフレクション体験と先輩看護師の関わり－入職８カ月目の面接調査より－	新人がどのような体験をし先輩看護師からどのような関わりを受け，リフレクションして成長しているのか明らかにする	背景：入職８カ月目新人看護師 人数：12名	①質問紙調査（半構成的質問法） 調査項目：ここ１カ月で印象に残ったこと，考えたこと，どのような先輩の関わりがあったか
16	村松 2001	健康学習支援における保健婦の力量形成過程の分析　澤本のリフレクション方法を活用して	健康学習実践の保健婦の力量形成過程を明らかにし保健婦の力量形成プログラム開発の示唆を得る	背景：村保健婦 人数：１名	①実践記述 ②面接調査 調査項目：こだわり，思い，健康講座の効果の気づき
17	釜 1997	精神分裂病患者の病識に対する看護者の理解と態度	患者の病識に対する看護者の理解と態度を調べ，その意味を探るとともに，病識に対する看護独自の解釈や対応の特殊性を明らかにする	背景：精神科急性期病棟看護師 人数：18名	①面接調査 調査項目：病識欠如患者の印象，病識欠如から起こる問題，病識欠如を判断する情報，病識ある・なし患者はどのような患者か，病識欠如に対する看護計画，病識ある・なし患者との体験談

表２　リフレクションを促す方法の概要

方法の性質	手段	内容	文献番号
1人で実施	日記記録	・看護師が患者へのケア，病棟での出来事，私生活のことなど書き綴る ・研究者が助産師として産科病棟でのハイリスク児の母親を含めた妊産褥婦へのケアの経験を日記として記入することで振り返る。その後，日記について質的研究の専門家の指導を受けることにより深く内省する ・看護師がいつもと違う経験だと感じた臨床状況を一つ選択し，状況，その経験についての振り返りの記述をする。経験内容やどの側面から論じるかは強制されない ・患者と看護師（研究者）が面接調査を実施する。看護師（研究者）は逐語録のテープ起こしをした直後，看護師（研究者）自身の内省ジャーナルの記録を作成する	3，4，8，11
他者との１対１の関わりにより実施	対話	・研究者が，看護者の災害看護体験，体験が看護者に及ぼしている影響，災害看護の体験の意味づけを聞き取る。 ・研究者が，看護師の抱いているギャップについて（矛盾，困惑感等）聞き取る。（マイクロ・モーメント・タイムライン・インタビュー：起こったことを時系列で羅列する）インタビュー内容は，その出来事毎に捉えた状況，ギャップ（矛盾，困惑感等）の認識，そのギャップに対してどのように考え，どのような行動をとったのか，ギャップ認識後の考え，行動の理由とその行動の結果。インタビュー時の留意事項は，自由に話してもらう，看護の状況に関するコメントを言わないようにするであった ・看護師の否定的感情について聞き取る。インタビューの内容は，否定的感情を最も刺激された一場面でのやりとりの詳細，その時の感情体験，その場面前後の患者との関わり，患者の診断名や症状・病歴・家族背景・職業経験などの社会背景，病棟チームにおけるサポートの状況。インタビュー時の留意事項は，非指示的態度で臨み発話を促す，また，感情の識別と言語化を助けるための道具として適宜，否定的感情のリストを示す	1，8，10
	一緒に実践する	・先輩看護師が新人看護師と一緒に看護実践をおこなう，模範となる行動を見せる，共に実践を振り返り新人看護師の体験を共感するという関わりをおこなう	15
複数人が一堂に会して実施	カンファレンス・事例検討会	・カンファレンスの中で看護師が転倒転落事故の状況や患者の行動，思いを語り，参加している看護師同士で確認し，転倒転落事故防止の具体的な対応策を自由に発言する ・看護師が自ら看護介入した外来看護に関して，どのように考え，思い，感じ，行動したかを自分の言葉で物語風に発表し，また他者の発表を聞いて共感する	2，7，9

護職者とが一緒に看護実践をおこなう方法であった。３つ目は複数人が一堂に会して実施する方法であり，手段としては事例検討会やカンファレンスがあった。

対話の内容は，看護実践の中の印象に残った困難や不確かさを感じた経験の事象の詳細，事象に伴う感情，看護職者が事象を認識する前，及び後の看護職者の考えや判断，行動の理由とその行動の結果，事象が発生した時の看護職者の状況の詳細であった。また，事象に伴う感情の中には，歓喜や驚きといった情動とも言える大きな感情の動きがあった。

また２文献（文献番号８，10）に，リフレクションを促す方法を実施するための実施者の基本的姿勢について留意事項の記述があった。内容は，非指示的態度で臨み発話を促すやどの側面から話しをするか強制しない，看護の状況に関するコメントを言わないようするがあった。

これらのことより，リフレクションを促す方法は，看護職者自身が，自発的に考えたり発言したりできる環境を整えることを方法の基本として，看護職者自身の気にかかる事象の詳細と看護実践の内容や環境の詳細，事象に伴う感情や情動，看護職者が事象を認識する前，及び後の看護職者の考えや判断，行動の詳細の内容を引き出すことであった。

３．リフレクションによって生じた看護職者自身の内面的変化とリフレクションによって期待する看護実践への効果

１）リフレクションによって生じた看護職者自身の内面的変化（表３）

文献中より，リフレクションによって生じた看護職者自身の内面的変化の記述内容を抜き出し，性質ごとに分けた（表３）。

自己成長・自己実現したが５文献（文献番号１，９，12，13，15），患者の理解や認識の深まりが２文献（文献番号２，11），看護実践への自信が３文献（文献番号３，５，７），仕事のやりがいやケアの糧となったが３文献（文献番号３，５，６），新たな気づきが１文献（文献番号11），看護への意欲・患者への関心の高まりが２文献（文献番号７，10），学ぶ楽しさ・感謝の気持ちが湧くが２文献（文献番号３，15）であった。

２）リフレクションによって期待される看護実践への効果（表４）

文献中で，リフレクションによって期待される看護実践への効果として，支援方法や解決策を見出すが４文献（文献番号１，２，11，13），積極的な看護実践につなげるが１文献（文献番号５），関係を強める・構築するが３文献（文献番号７，10，15），臨床能力の向上・自己成長が１文献（文献番号12），患者理解，看護職者同士の連帯感の高まり，事例検討会の有用性を明確にする１

表３リフレクションによって生じた看護職者自身の内面的変化

性質	リフレクションによって生じた 看護職者自身の内面的変化の記述内容	文献 番号
自己成長・自己実現	・看護者は災害看護の体験を自己の成長につながる 体験や自己の学びの体験として捉え，肯定的に意味づけていた ・災害看護活動の不全感や辛い体験などを否定的な意味づけではなく，次の災害看護活動への課題として反省的に意味づけた ・自分に自信をつけることで，自己の変化や今後の目標，課題を見出す自己成長へとつながった ・繰り返し経験することで自らの能力の向上を認知した ・思いがけない辛い体験を，大切な学びの体験として積み上げた	1 9 12 13 15
患者の理解や認識の深まり	・患者側に立った転倒転落事故の認識した ・患者にとってのストーマの持つ意味の理解の拡がり	2 11
看護実践への自信	・ケアに自信を持つ ・看護師自身が遺族をいつでも気づかい，問題があれば助けになるような心強い存在として自覚した ・自分の関わりに自信を持つ	3 5 7
仕事のやりがいやケアの糧	・仕事にやりがいを感じる ・訪問看護師の在宅ターミナルケア継続の糧の獲得 ・看護実践を看護理論に適用し省察することにより，看護理論への深い理解と看護実践への手応えを感じる	3 6 5
新たな気づき	・それぞれの患者の新たな側面の発見 ・がん体験をとおして成長・発展していく人間の可能性を感じた	11
看護への意欲・患者への関心の高まり	・看護意欲が高まった ・患者や他科への関心の高まった	7 10
楽しさ・感謝の気持ち	・スタッフに感謝の気持ちを持つ ・学ぶ楽しさの実感	3 15

表４　リフレクションによって期待される看護実践への効果

性質	リフレクションによって期待される 看護実践への効果の記述内容	文献 番号
支援方法や解決策を見出す	・看護者への支援方法を見出す ・情報を共有し，病棟での患者の転倒転落事故の再発を防止する ・がん患者への看護介入方法活用の可能性を見出す ・今後の目標や課題を見出した	1 2 11 13
積極的な看護実践	・遺族への積極的な看護実践につなげる	5
関係を強める・構築する	・「事例のナラティブ」の事例検討会の有用性を明らかにし，外来全体の連帯感を高める ・否定的感情の表出をきっかけに，素直な言葉のやりとりが出来，関係が深まる ・患者と看護師との援助関係の構築につなげる	7 10 15
能力向上	・臨床能力を向上，促進させる	12
有用性を明確にする	・看護理論を用いた事例検討会の有用性を明らかし，看護継続教育への適用の可能性を見出す	6

文献（文献番号６）があった。

上記１）２）より，看護実践を振り返り，熟考するリフレクションによって生じた看護実践の意味づけによって，看護への関心や意欲の高まり，自信が湧くなどの看護職者自身の内面的変化が生じていた。内面的変化に留まらず，更に，積極的な看護実践をおこなう等の行動の変化や支援方法を見出すといった解決策を導くものとして期待されていることが分かる。

Ⅵ．考　察

結果に基づいて，看護学領域におけるリフレクション研究に関して，今後取り組むべき課題について考察する。

１．リフレクションを促す方法から見た課題

１）リフレクションの内容

リフレクションを促すためには，看護実践や場面の状況について詳細な語りを引き出すことが重要であった。語りの内容は，看護実践の中の印象に残った困難や不確かさを感じた経験の事象の詳細，事象に伴う感情，看護職者の考えや判断，行動の理由とその行動の詳細であった。また，文献中で看護職者が看護実践に困難や不確かさを感じた時，看護職者は克服したいという思いと相反する現実の狭間に身を置き葛藤を抱いていた。葛藤によって，感情もしくは感情に留まらない急激で大きな感情の動きである情動をも引き起こしていた。葛藤状況の克服についてグレッグら[6]は，キャリアを発達させた看護職者らは，困難に直面しても「現状の肯定的な捉え方」と「チャンスを生かす思考・行動力」によって乗り越えていると述べている。つまり，看護職者は，その葛藤と葛藤が引き起こす感情や情動を自ら受け止め，自分自身を批判的かつ客観的に捉え，自らの看護実践への興味へと転換していくことが重要なのである。

今後取り組むべき課題としては，看護実践の状況や場面の中の看護職者自身の感情や情動について詳細な語り

を引き出すことと，葛藤によって引き起こされた感情や情動を看護職自身が受け止め，批判的かつ客観的に捉え，自らの看護実践への興味へと転換していくことを実証的に明らかにすることである。

2）リフレクションを促す場

リフレクションを促す場について，看護職者が自発的に考えたり発言したりできる環境を整えるといったものがあった。他者との1対1の関わりにより実施する方法や複数人が一堂に会して実施する方法は，個人のリフレクションを他者にありのまま見せることであり，リフレクションの内容を相手に伝えるためには効果の高い方法である[7]，しかし，実践の中で起こる矛盾を認識し，自分自身の内面を変化させる過程には，矛盾によって引き起こされた感情を伴うことがあり，その感情は混乱している場合もあるため個人の痛みを伴う場合もある[8]。リフレクションを促すためには，ありのままの自分を表出できるような場の醸成が重要である。

今後は，リフレクションを促す場で，看護職者が自発的に考えたり発言したりできる雰囲気や環境を作り出していく場の醸成について明らかにすることが必要である。

3）リフレクションを促す関わり

リフレクションを促す関わりの留意事項として，調査対象者が看護実践を語る時に，看護実践についてコメントをしない，非指示的態度で臨むなどがあった。

リフレクションを促す人と対象者の関係について，教育分野の永井は，教育者も社会的文脈の中に生きていることは学習者と同じ立場である，自らについて批判的・省察的に学習し続ける存在と述べている[9]。つまり，リフレクションを促す関わりは，一方的に教え導く関わりではなく，リフレクションを促す人と対象者それぞれが自身で批判的・省察的に学習し続けながら，お互いを自分自身で批判的・省察的に学習している存在であることを意識しあう相互作用の関係であると考える。またそれは，リフレクションを促す人と対象者とが共に思慮深さを培い養うということに繋がるであろうと考える。

今後は，リフレクションを促す人と対象者のそれぞれが自身で批判的・省察的に学習し続けることと，お互いを自分自身で批判的・省察的に学習している存在であることを意識しあう相互作用の関係について明らかにしていく必要がある。

2．リフレクションによって生じた看護職者自身の内面的変化から見た課題

リフレクションよって，看護実践の事象に伴う看護職者の思いや考え，感情や情動は看護職者自身の内面で意味づけされていった。

文献中で，リフレクションによって生じた看護職者自身の内面的変化は，1つの変化ではなく複数の変化が生じていた。看護職者は，リフレクションによって対象者への理解や認識が深まり，また，対象者の新たな側面を発見し，看護実践をおこなうことで，更に，新たな看護の可能性に気づき，その可能性の気づきが自己成長・自己実現，自信ややりがいへと繋がっていたと考えられる。リフレクションが自己を高める働きについて，デュークは，リフレクションには自己啓発の力や自己を高める力，思考や行動の束縛から解放する力がある[10]と述べている。

今後は，複数の内面的変化をもたらし，看護職者の自己成長・自己実現，自信ややりがいにつながった対象者への理解や認識の深まりについて明らかにしていく必要がある。

3．リフレクションの期待される看護実践への効果から見た課題

リフレクションによって期待される看護実践への効果として，支援方法や解決策を見出すや積極的な看護実践につなげる，関係を強める・構築するなどがあった。

文献中に，リフレクションによる内面的変化が起こり，対象者や看護職者同士の関係を強める・構築するといったものがあった。文献中で，看護職者が否定的感情を表出後に対象者との素直な言葉のやりとりが出来，関係の深まりが見られたとあった。看護実践には看護職者と対象者との援助関係を築き，その関係を強めていくことが重要である。

今後は，看護職者と対象者との援助関係を強めていく対象者との関係を明らかにしていく必要がある。

分析対象文献

1）中信利恵子，山田覚：災害看護の体験が看護者に及ぼす影響と体験の意味づけ，日本災害看護学会誌，11(2)，43－58，2009.

2）齋藤万寿子，木村優子，豊田茂子，岡本雪美，岩本春香，伊藤加津枝：転倒転落事故後の振り返りカンファレンス導入による看護師の意識の変化，日本看護学会論文集，看護管理，39，288－290，2009.

3）境裕子：療養病床における療養上の世話による看護師のエンパワメント，日本看護技術学会誌，(2)，2009.

4）木村晶子：ハイリスク児の母親とかかわる助産師の体験，日本助産学会誌，23(1)，72－82，2009.

5）平賀睦：在宅ターミナルに関わる訪問看護師にとっての遺族訪問の実際とその意味，日本地域看護学会誌，10(2)，26－32，2008.

6）山本容子，西田直子，滝下幸栄：看護継続教育における看

護理論を用いた事例検討の学習効果－院内研修後のレポートの分析－，京都府立医科大学看護学科紀要，17，55－63，2008.
7）平岡鳴美，井元春美：事例のナラティブ発表会が外来看護師に与える影響，日本看護学会論文集看護総合，38，66－68，2007.
8）池西悦子，田村由美，石川雄一：臨床看護師のリフレクションの要素と構造センスメイキング理論に基づいた‘マイクロモメント・タイムラインインタビュー法’の活用，神戸大学医学部保健学科要，23，105－126，2007.
9）熊地美枝，高崎邦子，佐藤るみ子：指定入院医療機関における対象行為についての話し合いの実際，臨床精神医学，36(9)，1153－1161，2007.
10）小宮敬子：看護師がケア場面で体験した否定的感情の様相に関する研究，お茶の水医学雑誌，53(4) 77－96，2005.
11）松原康美，遠藤恵美子：がんの再発・転移を告知され，永久的ストーマを増設した患者と看護師で行うナラティヴ・アプローチの効果，日本がん看護学会誌，19(1)，33－42，2005.
12）森本弥生，鈴木貴世美，凪眞貴子：中高年看護師の自己成長に教育的機会が与える影響，日本看護学会　　論文集　看護管理，34，204－206，2004.
13）谷脇文子，近藤裕子：卒後２～３年目の看護師の臨床能力の発展における経験の振り返り，日本看護学会論文集　看護管理，34，115－117，2004.
14）鬼海典子，井上清子，吉田真弓，小久保麻紀，井上果子：精神科看護者の患者との関わりに関する研究　精神科看護者の内省と属性との関連について，心の健康，18(2)，50－61，2003.
15) 小林孝代，小野ゆかり，栗山真由美：新人看護師のリフレクション体験と先輩看護師の関わり入職８ヶ月目の面接調査より，日本看護学会論文集　看護総合，33，12－14，2002.
16）村松照美：健康学習支援における保健婦の力量形成過程の分析　澤本のリフレクション方法を活用して，保健婦雑誌，57(13)，1070－1075，2001.
17）釜英介：精神分裂病患者の病識に対する看護者の理解と態度，こころの看護学，１（2)，149－155，1997.

引用文献

１）佐伯和子，和泉比佐子，宇座美代子ほか：行政機関に働く保健師の専門職務遂行能力の発達　経験年数群別の比較，日本地域看護学会誌，７（1)，16－22，2004.
２）サラ・バーンズ，クリス・バルマン編，田村由美，中田康夫，津田紀子監訳：看護における反省的実践－専門的プラクティショナーの成長－，ゆみる出版，p 10，2005.
３）Bert Teekman:EXPLORING REFLECTIVE THINKING IN NURSING PRACTICE, Journal of Advanced Nursing, 31(5), 1125－1135, 2000.
４）中田康夫，田村由美，石川雄一，津田紀子：看護におけるリフレクションとEvidence－Based　Nursing，Quality Nursing，９(1)，57－62，2003.
５）藤井さおり，田村由美：わが国におけるリフレクション研究の動向，看護研究，41(3)，183－196，2008.
６）グレッグ美鈴，池邊敏子，池西悦子，林由美子，平山朝子：臨床看護師のキャリア発達の構造，岐阜県立看護大学紀要，３（1)，1－8，2003.
７）前掲２）221.
８）前掲２）214.
９）永井健夫：認識変容としての成人の学習（Ⅱ）－学習経験の社会的広がりの可能性－，31，東京大学教育学部紀要，291－300，1991.
10）前掲２）225.

REVIEW OF LITERATURE ON REFLECTION BY NURSING PRACTITIONER

Nobuyo Ueda*, Misako Miyazaki*2
* : Doctoral course, Graduate School of nursing, Chiba University
*2 : Graduate School of nursing, Chiba University

KEY WORDS :
reflection, nursing practitioner, nursing practice, literature review.

Literature Review of Reflection and Nursing Practitioners

This study examines the effects of reflection and issues in research based on a literature review of nursing practitioners and reflection .We searched for studies published from 1983 to 2010 using Igakuchuouzasshi (Japanese medical literature database) and the following keywords: nursing, reflection, and *naisei*, *syousatu*, and *hannsei*, three Japanese words meaning reflection.Seventeen studies were analyzed and three methods of reflection were discovered. The first method is recording one's thoughts and experiences much like a diary. The second method two people talking as between a researcher and patient. The third method is a group process much like a conference.The reflection generated an increased concern and desire for deepening understanding of patients and colleagues by exploring the meaning of a nursing practice.As expectations of the impact of reflecting on nursing, the nursing method was discovered.

This method was constructed specifically for nursing practice. The result was an improvement in constructive help and clinical ability.

Issues of research, Talking about nursing person's feelings, relation of nursing practitioners and patient, nursing practitioners deeply understand the patient.The meaning of nursing practice is understood through critical reflection. After reflection, nursing practitioners understand their basic abilities. Using reflection studies is mandatory for nursing practitioners because critical reflection increases nursing skills and perceptions about nursing.After understanding nursing skills and perceptions about nursing, the next step is examining the meaning of the individual nurse's practice. This step becomes the basis of the individual's special ability..