

報告・資料

経験5年以上の外科系看護師におけるポジティブ感情の変化の構造

新 裕紀子*・中尾久子**

The structure of change with respect to positive emotions among surgical nurses with more than five years of experience

Yukiko Arata, Hisako Nakao

Abstract

The purpose of this study was to clarify the structure of change with respect to positive emotions among nurses with more than 5 years of experience. Six nurses who worked in a surgical ward were interviewed using a semi-structured interview method and the responses categorized using a qualitative descriptive study. We structured the categories from the perspective of changes on positive emotions through experiences. These experiences were classified into five categories, specifically: "Joy gained from nursing practice and involvement", "Increased motivation for nursing", "Confidence that efforts have accumulated", "Pursuit of fulfilling nursing practices", and "Maturation as a human being". These experiences exhibited a structure that changed with a connection from joy to a better life. It was suggested that for nurses, experiencing positive emotions at work will affect not only the work situation, but also their quality of life as human beings.

Keywords: positive emotions, nurses, qualitative research, change, structure

I. はじめに

臨床看護師は病気や障害を持つ患者に日夜を問わず看護ケアを行っている。看護師の精神的健康の先行研究では、臨床看護師は直接生命に関わる仕事を行っているが、慣れない仕事や過剰な課題に対して、どのように責任を果たしていけばよいのかという難しい判断を行うことの多い状況や、シフト勤務などの勤務条件、患者の死と直面するなどのストレスによって精神的不調度が高く（影山・森, 1991; 森・影山, 1995）、バーンアウトや医療事故を起こしやすい（久保・田尾, 1994; 増田・森岡・松岡, 2002）特徴が報告されている。また、心身への負担軽減のためのストレスマネジメントや看護師の負の感情をコントロールする感情

労働などの研究も多数報告されてきているが（川又・渡辺, 2010; 柴・吉川, 2011; 武井, 2001）、精神的健康を改善・維持するための決定的な対策は未だ打ち出されていないという現状がある（野原・畠中, 2009）。しかし、多くの臨床看護師は、日々看護の実践者として心身の苦痛を持つ患者に向き合い仕事を継続している。

近年、メンタルヘルス対策は組織や労働者の精神疾患や職場不適応などの予防・回復のみならず、より労働者個人や組織の活性化を目指したものに移行しつつある（大塚, 2012）。そのような中で、精神的健康（well-being）をより増進させていくために、ポジティブ感情に着目した研究が心理学を中心に広がりつつある。

* 九州看護福祉大学 (Kyushu University of Nursing and Social Welfare)

** 九州大学大学院医学研究院 (Graduate School of Medical Sciences, Kyushu University)
受領2017.6.29 受理2018.4.25

山崎 (2006) は、ポジティブ感情には、対人関係への良好な側面や健康との正の相関など、多様な恩恵をもたらすことを指摘している。しかし、歴史的にポジティブ感情よりもネガティブ感情に関する研究の方に圧倒的に関心が寄せられていた経緯もあり (Fredrickson&Levenson, 1998), その機能は未だ明らかとなっていない点も多い。

これまでのポジティブ感情の研究において、臨床看護師を対象とした研究では、看護師のポジティブな感情とその出現要因を探索し、【ゆとり・穏やかさ】、【スタッフとの良好な対人関係】、【スタッフの適切な支援】などの7つの要因が見出されたという報告 (齋藤・加世・富田, 2007) がある。また Fredrickson (2001) は、ポジティブ感情を経験することによって思考と行動のレパトリーが広がり、個人の資源が獲得されていく螺旋的な成長のサイクルを呈する理論 (The broaden and build theory) を提唱している。

しかし、日本の看護師におけるポジティブ感情が看護師としての経験を通してどのように変化するか、その過程を構造化した研究はない。臨床看護師のポジティブ感情に着目して看護師への影響を考えることによって、職業人としての発達をポジティブな側面から捉えることができると考えられ、看護師が意欲的に患者の看護に取り組み、専門性を持って質の高い医療に向き合うという職業人としての発達を支援するための貴重な資料となりうる。

従って今回は、看護場面でポジティブな経験をすることによって、その後の看護師のポジティブ感情がどのように変化していくのか、この過程を構造化していくことで看護師にとっての臨床場面でポジティブな経験をする意義を見出す基礎的研究を実施することとした。

Ⅱ. 方法

1. 用語の定義

「ポジティブ感情」についてはこれまでのところ

定義や分類について一貫した知見が得られておらず、明らかとされていない部分が多い (大竹, 2010)。従って、本研究においては、感情心理学の著書 (大竹, 2010; 島井, 2006; Seligman, 2002 小林訳, 2004) を参考に、「看護師自らが日常の看護場面の経験の中で感じた幸福感や充足感などをもつ肯定的・発展的感情」と操作的に定義する。

2. 対象と方法

1) 調査対象 一般病棟にスタッフとして勤務する看護師で臨床経験が5年以上あり、インタビューを行う時点でその施設で辞職の意思のない者を条件として満たすこととした。インタビューの内容では、ある程度の臨床経験が必要と判断される内容を含んでいるため、「臨床経験5年以上」が中堅看護師の定義で最も多く用いられている (小山田, 2009) ことから、臨床経験5年以上の看護師を条件とした。辞職の意思がある者には、それを決断した看護師個々の背景が多様に存在することが推測されることから、ポジティブ感情を質問することでの精神的負担等を考慮し、対象者の条件から外した。

2) 方法 データ収集は半構成的面接法を用いて2012年7月に行い、対象者の許可を得てテープに録音した。面接場所は、プライバシーを保てる静かな個室を用意した。

3. 質問項目

研究目的に沿ってインタビューガイドを作成した。具体的内容として、1) 看護師として働いている場面でのポジティブな気持ちを感じたエピソードとその経験がポジティブと思った理由、2) そのポジティブな経験を通じた自己の感情、3) ポジティブな経験が積み重なることでの自己の変化、4) 看護師としてポジティブな経験をするこの意味についての4項目をベースとし、対象者にはそれぞれの思いや感じたことを自由に語ってもらった。

4. データ分析方法

インタビューで得られたデータの分析は、グレッグ美鈴(2007)の質的記述的研究デザインの分析方法に沿って行った。インタビュー内容を逐語録に起こし、記述内容を意味内容を変えないように要約してコード化した後、対象コードの意味内容の類似性に基づき、小カテゴリー、サブカテゴリーと抽象度を進めた。さらに類似と差異の視点で比較検討を行い、カテゴリーを抽出した。カテゴリー間の関連に関しては、原因、文脈、関連条件などを検討して構造モデルを作成した。

分析結果の厳密性の検討に関しては、分析をしていく過程を通して逐語録を熟読し、意味内容に沿って分析できているかを常に確認しながらカテゴリー化を進めた。また各分析段階で研究者間でディスカッションを交えて合意が得られるまで検討を行い、真実性と妥当性の確保に努めた。その後、調査対象者に対しても全員にメンバーチェックを行い、分析結果は支持された。研究対象者の勤務する病棟の看護管理者へはメンバーチェックが終了した後、個人が特定されない形で分析結果を報告し、分析結果は支持された。

5. 倫理的配慮

研究対象者が所属する病院の看護部に研究計画書を提出して研究実施の許可申請を行い、了承を得た。その後、外科系の一般病棟の看護管理者に相談し、了承のもとで研究者が対象者の条件に該当する経験5年以上の対象者へ依頼を行った。今回調査対象とした成人・老年患者の多い外科系病棟を選定した理由は、研究者が外科看護の知識があることで、面接時に対象者が語る体験や用語が理解しやすく、信頼関係や共通認識が築きやすいと判断したからである。研究者が外科系看護師への理解を示すことで、対象者の心理的負担を軽減できるように努めた。研究対象者には研究の主旨と方法、利益と不利益、研究への参加は自由意思であること、インタビューの途中で中断や辞退

が可能であること、個人情報の保護及び、得られたデータは対象者が特定できない方法を用いて分析し、研究以外の目的で使用しないこと、研究成果の公表等を口頭及び説明書で説明し、文書で同意を得た。

Ⅲ. 結果

1. 対象者の概要

A 総合病院の外科系病棟にスタッフとして勤務する看護師6名から研究協力を得られ、全員を分析対象とした。性別は全員女性で臨床経験は6年から37年であった。年代の内訳は20代1名、30代3名、40代1名、50代1名であった。面接時間は1人1回、平均約42分間であった。

2. ポジティブ感情の経験的变化に関するカテゴリー

データを分析した結果、44の小カテゴリー、15のサブカテゴリー、さらに5つのカテゴリーが抽出された(表1)。以下、【 】内にはカテゴリーを、《 》内はサブカテゴリーを、「 」内にはカテゴリーの真実性を検証するために具体的に語られた内容(コード)を記した。

1) カテゴリー1【看護実践や関わりから得た喜び】

3つのサブカテゴリーから構成されていた。

《行ったことが成功体験に結びつく喜び》「ポジティブな気持ちは(自分が)頑張ってよかったという思いから来る」など、自分が行うことで良い結果に結びついたときに喜びが生まれていた。また、「苦手なことが上手くできたときに良かったと思う」などの自分にとって困難で苦手であると感じることにも取り組む中で成功体験を経験することで喜びに繋がっていた。

《患者やスタッフから認められる嬉しさ》「患者さんに、ありがとうと言われたとき頑張って良かったとか、満足感を感じる」や、「悩んでいたところに(患者から)あなたで良いんだと言われて

たことが嬉しかった」など、他者から感謝されたり受け入れられたりした言葉から、自らの存在を含めて認められたような嬉しさを感じていた。

《患者の病状が改善していく喜び》「自分が携わった患者が元気になって帰っていくときに看護師として嬉しいし、良かったと思う」や「患者さんが良くなっていくのが見えていくと、良かったという満足感を得られる」など、患者の改善が目に見える形で評価できたときに、喜びを感じていた。

2) カテゴリー 2【看護に対する意欲の高まり】

2つのサブカテゴリーから構成されていた。

《喜びはその後の努力に繋がる》「自分の中のポジティブは嬉しさから頑張ろうと思うところである」、「満足感が芽生えとまた頑張ろうと思う」、「(患者さんから)喜んでもらったことをやる気に変えてきた」などが述べられた。

カテゴリー 1では、看護実践や患者やスタッフ等との関わりを通して、認められる嬉しさや頑張りが良い結果につながった満足感といった喜びの感情が芽生えていたが、それらはその後の看護に対する個々のやる気や努力といった意欲的に取り組む姿勢へ向かっていた。

《患者に対する喜びは看護のやりがいを生む》

「自分の関わったことで患者さんが改善されていることが分かったと面白いと思うし、やりがいがあるので頑張れる」、「人が改善されたり変化が見れて良かったと思えるから看護を続けられる」といった、患者の病状が改善するような喜びから看護に対するやりがいや看護の継続性に繋がっていた。

3) カテゴリー 3【努力した経験が積み重なった自信】

2つのサブカテゴリーから構成されていた。

《勉強して知識を得るための努力の過程が自信に繋がる》「勉強したことが患者さんの役に立ったりすることがあると、自分自身の自信にも繋がっていく」など、勉強して知識を得たことを患

者に還元していくなかで自信が芽生えていた。また「勉強をしている時はネガティブさはあまり感じない」、「ポジティブな感情とするためには努力が必要」など、自らに頑張りを負荷していく姿勢をポジティブと感じていた。

《努力してきた結果の積み重ねが自信を強める》

「怒られても頑張ってきたという自信はある」、「怒られたりしながらも頑張って働いてきたことで、これからも働いていける自信につながる」、「怒られた経験はめげない、へこたれないエピソード」など、他者から怒られるなどのストレスを加えられた中でも、次こそはその時々でへこたれずに努力していく中で、次第に「やっていて良かったということが積み重なると自分がすることに対して自信になる」など努力してきたことが良い結果とも結ばれ、これらの経験の積み重ねが自信を強めていた。

4) カテゴリー 4【充実した看護実践の追求】

5つのサブカテゴリーから構成されていた。

《自信がさらなる意欲の深化に繋がる》「自信はその後の勉強意欲を深める」など、自信はその後の勉強への意欲を強めていく要因となっていた。

《対処方法が見えてくる》「患者さんへの道筋が見えてスムーズに介入できるようになる」、「壁を作って(患者を)見るといけなく強く思った」など、患者と関わる経験が自己の対処方法や認識に変化を及ぼしていった。「良かった体験でよい改善方法が分かる」、「悩みの解決方法が自分なりに分かる」では、良い体験は元より、悩みなどの問題に対しても、自ら克服して解決手段を見いだしていくことができるようになっていくこと自体を、ポジティブな変化と見なしていた。また、「上司や同僚に聞いてもらうことで、気持ちが落ち着く」など、自分の悩みをそのままにせず、信頼する上司等に相談するという手段を用いて速やかに解消していくことで、精神的な安定を維持できるよ

うになっていた。

《看護師としての判断や思考の変化を感じる》

「技術が当たり前にできれば、そこまで落ち込まない」、「看護師としての働きかけはどこに行っても一緒」など、技術を獲得していくことによって、どのような場や状況でも同じように看護を提供していくことができるという思考が芽生えていた。また、何かを選択をするような場面でも、「積極的になったことで、やってみようというやり方を選ぶようになった」など、楽をせずより自ら挑戦する方を選ぶというような選択の変化が見られていた。さらに、「人と人との繋がりを大事にしようと思うようになる」など、人との繋がりの大切さを意識していくようになるといった、自らの判断や思考にも変化を及ぼしていた。

《看護師という仕事に生きがいを見出す》「人の人生にずっと関わっていくところがあるのが楽しい」、「他の仕事よりも看護師をしたい」、「仕事だけが看護を続けていく意味ではないと思う」などの看護師の楽しさや看護師としての魅力を感じていたり、看護に仕事以外の意義を見出していた。

《自分や患者・スタッフのためにより良い看護を追い求める》「看護師は患者さんに満足してもらえるようにする仕事だと思う」、「自分の納得できるものを取り入れ、知識を深めていきたいと感じている」、「スタッフからの相談に対応するために（自分が勉強して）適切に伝えていきたいというも変わらずに思う」など、患者に満足してもらいたいといった看護師としての思いや自分の知識を深めていきたいという意欲、他のスタッフのために専門的な看護の知識を得ていく姿勢などがうかがえた。

5) カテゴリー 5【人間としての成熟】

3つのサブカテゴリーから構成されていた。

《看護師の経験によって優しくなれる》「昔の自分より優しくなれる」など、看護師としてだけでなく、自分という人間に対しても他者への寛

容さといった変化を感じられるようになっていた。

《看護の経験が人生に活かされる》「経験が今後何をしたとしても活かされる気がする」「コミュニケーションの取り方が上手になるとプライベートにも影響する」など、看護師としてのさまざまな経験から獲得されてきたものは人生の過ごし方にも影響を与えていた。

《ありのままの自分を認める》「自然体のままでいいという気持ちが高まった」、「(ポジティブな感情を経験することで自分の)人格的・性格的なものを変えなくても、今のままで家庭でも受け入れてもらえて、看護師としても受け入れてもらえているんだという気持ちが強くなった」といった自身の生き方や性格を肯定的に認めることができるようになっていた。

2. ポジティブ感情の変化の構造モデル

インタビューから抽出された結果から、看護師のポジティブ感情の経験が看護師自身にどのような影響を及ぼしていくのかその変化の構造モデルを検討してみたところ、5つのカテゴリーが繋がりながら常に成長している構造を有していた(図1)。

カテゴリー 1【看護実践や関わりから得た喜び】では、看護実践を通した中で、または看護師としての関わりの中で、自分が行ってきた結果が成功体験として実ったときや患者やスタッフから認められたとき、患者の病状が改善した時などの願いや思いが満たされた時などにその都度喜びの反応を示していた。

このような看護師にとって臨床場面で喜びの感情を引き起こさせる良い経験は、単にその場で完結するに留まるだけではなく、さらにその後の看護への努力や看護に対するやりがいを持つといったカテゴリー 2【看護に対する意欲の高まり】で見られる前向きな動機づけへと繋がっていた。そして看護に対するやりがい感といった個々の意欲が

表1 ポジティブ感情の変化に関するカテゴリー分類

カテゴリー	サブカテゴリー	小カテゴリー
看護実践や関わりから得た喜び	行ったことが成功体験に結びつく喜び	苦手なことがうまくできた時に嬉しさや満足感が得られる
		自分のしたことが良い状態に繋がるとよかったと思う
	患者やスタッフから認められる嬉しさ	患者から有難うと言われることが嬉しい
		患者や家族から受け入れられることが嬉しい
		患者やスタッフから頼られることが嬉しい
看護に対する意欲の高まり	患者の病状が改善していく喜び	携わった患者が改善していく姿を見て喜びを覚える
	喜びはその後の努力に繋がる	嬉しさや満足感でさらに頑張ろうと思う
	患者に対する喜びは看護のやりがいを生む	患者の病状が改善する喜びから看護を続けようと思う
		患者の病状が改善していく経過にやりがいを感じる
努力した経験が積み重なった自信	勉強して知識を得るための努力の過程が自信に繋がる	勉強を続けていかないとポジティブになっていけない
		勉強した知識を活用できることが自信に繋がる
		ポジティブになるためには努力が必要である
		結果よりも努力していることが自信に繋がる
	努力してきた結果の積み重ねが自信を強める	良い結果に繋がった経験の積み重ねが自信になる
		技術は経験を積み重ねることで向上する
		怒られながらも頑張った経験が自信になる
充実した看護実践の追求	自信がさらなる意欲の深化に繋がる	自信はその後の勉強意欲を深める
	対処方法が見えてくる	経験によって患者との接し方がうまくなる
		患者の性格の傾向がつかめるようになる
		患者に壁を作った態度はいけない
		自分で良い改善方法が分かるようになった
		次に活かすために辛い経験も振り返る
		現実の問題に逃げずに向き合う
		悩みや自信のない所は上司や同僚に相談して整理する
	看護師としての判断や思考の変化を感じる	より積極的に挑戦する方を選ぶ
		経験を積むことによって心が安定した気持ちになる
		人との繋がり大切さを意識するようになる
		技術が伴った看護師としての働きかけはどこでも通用すると思う
		問題に遭遇してもめげる必要はなく、頑張れば良いと思う
		問題を抱えたままにせず、リセットしようとする気持ちを持つ
		ネガティブなことも経験を積むことで成長に変わっていくと思う
	看護師という仕事に生きがいを見出す	患者との関わりから楽しさを感じる
		他の仕事より看護師がしたい
		仕事だけが看護を続けていく意味ではないと感じる
	自分や患者・スタッフのためにより良い看護を追い求める	患者の思いを大切にしたい看護をしたい
		看護師として患者に満足してもらえる仕事をしたい
		患者に寄り添える看護をしていきたい
		患者の回復に繋がる看護を心がけていきたい
		自分のために専門性を持ちたいと思う
		スタッフのために専門性を深める使命感がある
人間としての成熟	看護師の経験によって優しくなれる	看護師の経験によって昔の自分より優しくなれる
	看護師の経験が人生に活かされる	看護の経験がこれからのどんな人生にも活かされると思う
	ありのままの自分を認める	今の自分自身を人格的・性格的にも受け入れる

高まったことにより、さらに看護師として努力を積み重ねていくことになる。

カテゴリー3【努力した経験が積み重なった自信】では、自ら行動を伴って努力し、その努力を経験として積み重ねていくことで、自信を獲得していた。

カテゴリー4【充実した看護実践の追求】では、カテゴリー3で述べたような様々な良い経験や努力を積み重ねた結果による自信の芽生えから、さらなる積極性に繋がっていた。また、看護師としての経験は多様な対処方法を選択することを可能にし、さらなる看護師としての生きがいや充実感を見出すことに向かっていた。

カテゴリー1～4のような看護師のポジティブな経験の積み重ねは、看護師としての成長のみならず、カテゴリー5の個々の人としてのものの見方、心情にも肯定的な変化を生じさせ、【人間として(の)成熟】していく変化の構造をとっていた。そしてこの一連の過程においては様々な看護場面で【看護実践や関わりから得た喜び】というポジティブな感情は増えていく。それに従い、さらに上位の【看護に対する意欲の高まり】などのカテゴリーも強化され、【人間として(の)成熟】へと螺旋の中で常に広がり、高まっていく方向性を

を呈していた。

IV. 考察

人間の成熟過程には様々な環境・社会文化的背景だけでなく、個々における認知や感情の経験も複雑に絡み合いながら影響を与えている。今回は看護師個々の臨床現場での感情、特にポジティブな感情に点をあてて研究を行った。その結果、今回作成した構造モデルでは、看護師のポジティブ感情は看護を通じて得た喜びが起源となって次第に人間として成熟していく過程を示していると考えられる。The Broaden and Build Theory(Fredrickson, 1998, 2001)は、「ポジティブ感情の経験」「思考－行動レパートリーの一時的拡張」「個人資源の継続的形成」「人間の螺旋的变化と成長」(大竹, 2006)からなるプロセスであるが、本対象者の分析から得られた図1のモデルは喜びというポジティブな感情が発生することで、前向きで拡張的な反応を認め、さらにそれが積み重なって継続することで個人としての判断や価値観などにも変化を及ぼしており、その傾向において類似性を認める。以下にさらに各カテゴリーについての具体的な考察を加え、全体像を明らかにしていく。

今回の看護師の変化において、ポジティブ感情の始まりは、【看護実践や関わりから得た喜び】であった。そして、そのサブカテゴリーは齋藤他(2007)の研究結果における「病状の安定・回復・改善」、「他者からの感謝・賞賛」、「信頼関係を基盤とした患者・家族との関わり」と一致する内容を含んでいると考えられた。Fredrickson(2009

高橋訳2010)は、ポジティブ感情の代表となりうる10の感情を挙げているが、その1つに喜び(joy)がある。喜びは、期待以上に上手くいっているときや予期せぬ状況で訪れた幸運の際に喜びを抱くとされている。外科看護では特に、患者の術後の観察力、判断力、そして高い医療処置の技術力が求められる。今回の看護実践や関わりから

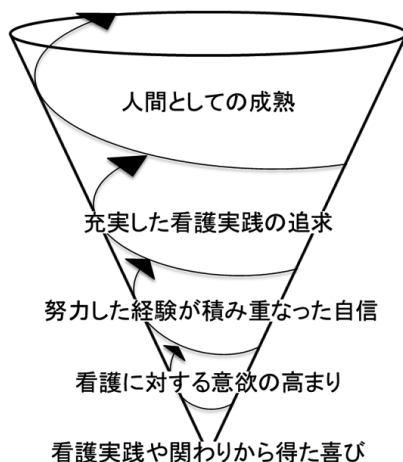


図1 経験5年以上の外科系看護師におけるポジティブ感情の変化の構造モデル

得た喜びは、予期せぬ患者やスタッフからの感謝や承認の言葉、関わりの中で見えた患者の回復の兆候、自分の期待以上に苦手なことがうまくできた時などに表現されており、これらが思わぬ幸運として喜びの感情につながったと考える。仕事における一つ一つの喜びは小さくとも、その感情を抱く回数が多くなれば、それは仕事に対する楽しさや新しいことへの挑戦、自信等、次へのステップとなるポジティブな感情を引き寄せていく可能性がある。そして喜びの感情を抱く回数を多くするためには、外科系看護師が看護技術の上達や患者とよい関係を築きあげていく努力を行うだけでなく、その行いを他者が感謝や承認の言葉がけ等を行いながら評価していくことが重要であると推測された。

次に喜びがその後の【看護に対する意欲の高まり】に繋がる結果は、治療や自身の介入によって患者の病状が良くなり、そこから信頼関係が芽生え、患者や家族からの感謝やそれに伴って認められたという気持ちを味わうことで、さらに奮起する感情が湧いてくる理由からではないかと考えられる。船越・河野(2006)は急性期病院の看護師の働きがい構成する心理的実感として「患者・家族の感謝の表明」、「患者の退院」、「患者の笑顔」、「患者の病状の回復」、「患者・家族とのコミュニケーション」を挙げており、業務上の経験を通して働きがいを実感するものと考えている。今回の結果においてはやりがい感とともに、さらに努力をしていく姿勢が示された。この自らの努力が自律的で積極的な行動や自信を獲得していくために必要な投資であるとともに、努力はやりがい感を常に感じながら行うことで、それが励みとなり継続的に取り組むことができるのではないかと考えられた。

次に、意欲をもって努力して取り組んできた結果が積み重なると、そのことが自信(【努力した経験が積み重なった自信】)となって表れていた。自

信とは、“自分の能力や価値を確信すること”(新村, 2008)であり、看護師にとっての自信は患者や周りのスタッフなどから得られた喜びを励みとしながら努力を継続していく中で自己を見出していく、対人関係の中から獲得していくものであると考えられる。つまり、より良い対人関係を構築させることが自信を強くしていくことに繋がっていくと言える。

さらに自信はその後の積極性を支え、また看護への生きがいやさらなる看護独自の専門性の追求を目指すなどの【充実した看護実践の追求】を促していた。これは、職業人としての充実した生活とともに看護師が社会的なスキルを円滑に成長させ、さらなる人との繋がりを求めることでより積極的で専門的な働きかけを強くしていく傾向を示していると考えられた。

また、この経験は看護師としての成長のみならず、人間的な心の広さなどの【人間としての成熟】として変化していた。人間として成熟していくことは、個人のみならず、周囲の人間に対しても優しく接していくなどの良い影響を及ぼしており、道徳的でより善い人生を歩んでいくことに繋がる。善い人生は、人々の well-being に直結すると考えられる。well-being とは、日本語訳では「健康・幸福感」などとされているが、本来は良好な状態のことを指す。人々の健康や幸福を如何に良好な状態に維持・高めていくことができるかについて考えていくことは、組織にとって継続的で意欲的な人材育成を支援していくためにも重要な視点である。今回このような喜びというポジティブ感情が人間として成熟し、well-being な状態に結びつく可能性を看護師の仕事を通した視点から見出すことができたことは意義深いと考えられる。

Ryff (1989a, 1989b) は、心理的 well-being の構造に関する研究の中で、6つの中核となる次元を分類している。西田(2000)は、Ryff の6つの次元を「人格的成長」「人生における目的」「自律性」「環

境制御力」「自己受容」「積極的な他者関係」と訳しているが、これらの次元は【充実した看護実践の追求】【人間としての成熟】とのサブカテゴリーとも関連したものとなっていた。例えば【充実した看護実践の追求】のサブカテゴリーである《対処方法が見えてくる》は「環境制御力」と深くかかわるカテゴリーであると考えられ、また【人間としての成熟】の《ありのままの自分を認める》というサブカテゴリーは、「自己受容」と関連を持つものである。つまり、well-beingの観点から見ても、看護師としての仕事は単に仕事という領域を充実させるだけにとどまらず、個々の人生の質全般にも大きく影響を及ぼしていくことが推察される。

以上のことから、臨床看護師のポジティブ感情の経験を通した変化の過程は、Fredrickson (1998, 2001) の The broaden and build theory にも繋がっていたが、より看護師の仕事に適合したポジティブな変化の構造が見出された。患者やスタッフとの関わりや成功体験から喜びを感じ、その小さな経験の積み重ねが意欲やその先の自信、ゆるぎない判断や柔軟な思考を獲得していく。その中で看護師としての充実感を感じるとともに、さらなる看護の追究を通して成長していく、この一連の過程の中で人間的な優しさやゆとりといった個人の成熟度も上がっていくことが示唆された。

また、今後の看護師個人のキャリア形成のための支援を提供する際の示唆としては、看護師としての経験の中でポジティブな感情を感じ、成長していくことができるように、看護師の喜びに着目したフィードバックを組織的支援の一環としていく事の重要性が見出された。

V. 研究の限界

本研究の研究対象者は、総合病院1施設の外科系病棟の看護師のみであり、研究協力者が少人数であることから、新たなカテゴリーが出現する可

能性がある。また、臨床経験年数にも差があることから、データの偏りがある可能性がある。今後、さらに臨床経験年数や勤務部署、病院の相違等を考慮して、研究を継続し検討を行っていく必要がある。

VI. 結 果

臨床経験5年以上の看護師におけるポジティブ感情が看護師としての経験を通してどのように変化するかについて外科系病棟に勤務する看護師へのインタビューから質的記述的分析を行い、15のサブカテゴリーと5つのカテゴリーを抽出し、カテゴリーを構造化した。

看護師のポジティブ感情の始まりは【看護実践や関わりから得た喜び】であった。さらに看護者の喜びは【看護に対する意欲の高まり】を引き起こしていった。その後、喜びや努力は経験として形作られ、それを重ねることで【努力した経験が積み重なった自信】を生んでいく。自信はその後の積極性を支え、また看護師に対する生きがいやさらなる看護師としての成長を追い求めるなどの【充実した看護実践の追求】に繋がっていた。この経験は看護師としての変化のみならず、人間的な優しさなどの【人間としての成熟】として個々の人生の質にまで影響を及ぼしていく構造をとっていた。

引 用 文 献

- Fredrickson, B.L. (1998). What good are positive emotions? *Review of General Psychology*, 2, 300-319.
- Fredrickson, B.L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology-The broaden and build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56, 218-226.
- Fredrickson, B.L. (2009). *POSITIVITY*. Crown

- Publishers.
- (バーバラ・フレドリクソン, 高橋由紀子 (訳) 植木理恵 (監修) (2010) ポジティブな人だけがうまくいく3:1の法則 日本実業出版社)
- Fredrickson, B.L., & Levenson, R.W. (1998). Positive emotions speed recovery from the cardiovascular sequelae of negative emotions. *Cognition and Emotion*, 12, 191-220.
- グレッグ美鈴 (2007). 質的記述の研究 グレッグ美鈴・前原きよみ・横山美江 (編著) よくわかる質的研究の進め方・まとめ方 - 看護研究のエキスパートをめざして - 医歯薬出版 pp.54-72.
- 船越明子・河野由理 (2006). 看護師の働きがいの構成要素と影響要因に関する研究 - 急性期病院に勤務する看護師を対象とした分析から - こころの健康, 21, 35-43.
- 影山隆之・森俊夫 (1991). 病院勤務看護者の精神衛生 産業医学, 33, 31-44.
- 川又郁子・渡辺岸子 (2010) 日本の看護師を対象とした感情労働の研究の動向と課題 新潟大学医学部保健学科紀要, 9, 91-100.
- 久保真人・田尾雅夫 (1994) 看護婦におけるバーンアウト - ストレスとバーンアウトとの関係 - 実験心理学研究, 34, 33-43.
- 森俊夫・影山隆之 (1995) 看護者の精神衛生と職場環境要因に関する横断的調査 産業衛生雑誌, 37, 135-142.
- 増田安代・森岡郁春・松岡緑 (2002) 病院勤務看護師の精神的健康に影響を及ぼす要因 - 女性事務職員との比較 - 日本保健福祉学会誌, 9, 15-24.
- 新村出 (編) (2008). 広辞苑 第六版 岩波書店.
- 西田裕紀子 (2000) 成人女性の多様なライフスタイルと心理的 well-being に関する研究 教育心理学研究, 48, 45-55.
- 野原留美・畠中宗一 (2009) 対人援助職 (看護職) のメンタルヘルスと関係性の中で自立と関係性に関する研究 メンタルヘルスの社会学, 日本精神保健社会学年報, 15, 28-39.
- 大竹恵子 (2006). ポジティブ感情の機能と社会的行動 島井哲志 (編) ポジティブ心理学 - 21世紀の心理学の可能性 - ナカニシヤ出版 pp.83-94.
- 大竹恵子 (2010). 感情と健康 大平英樹 (編) 感情心理学・入門 有斐閣 pp.200 - 223.
- 小山田恭子 (2009). 我が国の中堅看護師の特性と能力開発手法に関する文献検討 日本看護管理学会誌, 13, 73-80.
- 齋藤恵・加世亜矢子・富田真佐子 (2007) 臨床現場における看護師のポジティブ感情とその出現要因の構造化 看護学雑誌, 71, 912-917.
- 実藤基子: 熟練看護師における就業継続の内的要因についての質的研究, 看護・保健科学研究誌, Vol.11 (1), 2011.
- Seligman, M.E.P. (2002). Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment. New York: Free Press.
- (セリグマン, M.E.P. 小林裕子 (訳) (2004). 世界でひとつだけの幸せ アスペクト)
- 柴麻由子・吉川洋子 (2011) 看護師のストレスマネジメントに関する文献検討 島根県立大学短期大学部出雲キャンパス研究紀要, 5, 259-273.
- 島井哲志 (2009). ポジティブ心理学入門 - 幸せを呼ぶ生き方 - 星和書店.
- Ryff, C.D. (1989a). Beyond Ponce de Leon and life satisfaction, New directions in quest of aging. *International Journal of Behavioral Development*, 12, 35-55.
- Ryff, C.D. (1989b) Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.

- 武井麻子(2001)感情と看護 人とのかかわりを
職業とすることの意味 医学書院.
- 山崎勝之(2006)ポジティブ感情の役割ーその現
象と機序 パーソナリティ研究, 14, 305-321.