

保健師学生が日常生活実践中に記述した リフレクションの概念化 ——リフレクティブスキルの質評価に向けて——

田中美帆^{1, 4)}, 岡本玲子^{2, 4)}, 小出恵子^{3, 4)}

抄 録

目的: 本研究の目的は、保健師学生が日常生活実践を通して行ったリフレクションの内容を質的記述的に分析し、概念化することであった。

方法: 分析対象としたデータは保健師学生20人が約8週間リフレクティブ・プラクティスの期間中に5回記述したリフレクティブジャーナルのうち、選定基準により内容がリッチだと判断した6人分であった。分析方法は Steps for Coding and Theorization である。

結果: 分析の結果、自分を客観的に知るための道具である【自己理解のものさし】【比較】【行動目標】【コミットメント】等のリフレクションを構成する概念が抽出された。

考察: 分析により抽出された概念は Atkins & Murphy の5つのリフレクティブスキルの枠組みで解釈することができた。これらの概念は段階をもつことから、個々のリフレクションを評価する際の指標に活用できる可能性が示唆された。

【キーワード】 リフレクション, 保健師学生, 保健師教育, リフレクティブジャーナル, SCAT

日本地域看護学会誌, 20(1): 22-30, 2017

I. 緒 言

近年、保健師がかかわる健康課題は、健康危機や児童虐待、自殺など多様で複雑化している。それらの予防や解決に向けて保健師には高度な実践能力が求められている。この現状を受けて、2009年の保健師助産師看護師法の改正において、保健師課程の教育期間が6か月以上から1年以上に延長され、全国の保健師教育機関がカリキュラムを改正して、さらなる教育の充実が図られている。

バーンズは実践能力を高めるためには自己の看護実

践をリフレクションすることが必須であると述べている¹⁾。リフレクションとは、実践者が自己の実践を振り返り、望まれるふさわしい最善の実践を見いだしていく未来志向の行為である²⁾。このため、リフレクションは、専門職教育において、実践能力を高める方法として注目されており、最近では、看護系大学では教育プログラム³⁾、病院では研修プログラム⁴⁾、地域では訪問看護の職場内訓練マニュアル⁵⁾、および自治体の研修プログラム⁶⁾で活用されている。

リフレクションに関する研究には、看護系大学における実習やシミュレーション後のリフレクションによって、看護実践能力の基礎となる学びが得られていると、その効果が報告されている^{7, 8)}。しかし、保健師を対象とした研究⁹⁾には、単発のリフレクションの内容を概念化したものはあるものの、保健師学生を対象としたものはない。さらに、実践能力向上を目指すリフレクション

受付日: 2016年2月2日 / 受理日: 2017年3月7日

1) Miho Tanaka: 堺市北保健センター

2) Reiko Okamoto: 大阪大学大学院医学系研究科

3) Keiko Koide: 四天王寺大学教育学部

4) Miho Tanaka, Reiko Okamoto, Keiko Koide: 前岡山大学大学院保健学系研究科

が、継続的なリフレクションにおいて、どのように行われているか、その質を明らかにする研究はまだ行われていない。効果的に実践能力の向上を図るためには、リフレクティブスキル向上のための基礎教育が重要であり、また、その質を評価する指標の開発も求められる。

A大学では保健師課程を履修している学部3年生の20人(以下、保健師学生)に対し、公衆衛生看護の実践能力を高める基盤となるリフレクティブスキルの向上を目指し、まず自身の日常生活実践を通して保健師としての対象理解や支援のあり方を考える約8週間のリフレクティブ・プラクティスを課している。

本研究では、保健師学生が日常生活実践を通して行ったリフレクションが、どのような内容であったのかを質的に明らかにする、すなわち概念化することを目的とした。本研究の意義は、今後、保健師学生が行うリフレクティブ・プラクティスの質評価指標を検討するための基礎資料が得られることである。

II. 研究方法

1. データ収集方法

分析対象としたデータは保健師学生がリフレクティブ・プラクティスにおいて記述したリフレクティブジャーナル(以下、RJ)であり、2次データとして用いた。20人分のRJは、より内容のリッチなものを用いるため、次の選定基準を設けたところ、6人分のRJが選定された。その選定基準は、筆者らの分析¹⁰⁾でRJの記述量(RJ上の文字数)とリフレクティブスキルとの間に正の相関がみられたことから、日常生活実践を通して行ったRJが5回すべて提出されていること、RJ1枚あたりの平均文字数が1,000字以上で記述されていることとした。

RJの様式は先行研究¹¹⁾で開発されたものであり、リフレクションの流れをたどれるよう体験の概要、確認の問い、分析・評価の問い、持論化からアクションプランへの4つの記述欄を設けた。

2. リフレクティブ・プラクティスの概要

リフレクティブ・プラクティスの大目標は「生涯を通じた継続的な専門職としての発展/能力開発(CPD; Continuing Professional Development)の土台を作る」ことであり、小目標を「自身の食事と運動に留意した日常生活実践を通してリフレクションを行い、そのスキル

を育む」こととした。

リフレクティブ・プラクティスの期間は2013年4～7月の8週間であり、RJは期間中5回記述し、提出することとした。開始日にはリフレクティブ・プラクティスの教示として、リフレクションの背景、定義、目的に関する説明とRJの記述方法に関する説明が行われた。提出されたRJには、担当教員が支持的かつ助勢的なコメントを加え保健師学生に返却した。期間中3回、日常生活実践で得た学びを学生おのおのがパワーポイントなどをを用いプレゼンテーションし保健師学生同士で共有する機会を設けた。

3. 分析方法

分析は、大谷が開発したSteps for Coding and Theorization(以下、SCAT)¹²⁾を用い、6人分、各5回に対して行った。

SCATとは、テキストを意味内容ごとに分割し、それぞれに〈1〉データのなかの着目すべき語句、〈2〉それを言いかえるためのデータ外の語句、〈3〉それを説明するための語句、〈4〉そこから浮き上がるテーマ・構成概念の順にコードを考えて付していく4ステップのコーディングと、主に〈4〉で記述した構成概念を意味のつながりを紡いでストーリーラインをつくり、そこから理論を記述、つまり概念化する手続きからなる分析手法である。この理論の記述においては、ストーリーラインの説明に適した既存の理論的枠組みを検討し使用することが推奨されている。

今回、理論的枠組みとして使用したものは、Atkins & Murphyの5つのリフレクティブスキル¹³⁾であった。以下、文中5つのリフレクティブスキルは〈 〉で示す。5つのリフレクティブスキルとは、まず〈表現・描写〉のスキル、すなわち経験した最も顕著で重要な事柄や出来事とそれにかかわるすべての状況を正確に再現し、全体像を言語化し記述する能力、次に〈批判的分析〉のスキル、すなわちある行動に対して多面的に思考し、その後の行動としてよりよい選択肢を推測し探求する能力、次に〈自己の感情への気づき〉のスキル、すなわち自分自身の性格や信念、価値観、特性、強みや弱みをありのままに意識化、ものの感じ方考え方の特徴を含め自分自身を知るための能力、さらに〈評価〉のスキル、すなわちリフレクションのプロセスのなかで明らかになった自分の行動がよかったか、悪かったか、あるいは適切であったか、より適切なあり様とは、などを判断する能力、最

後に〈総合〉のスキル，すなわちバラバラにした事柄を多面的にみて，再度集約し直す能力である。

SCATを用いた理由は，本研究が目指す概念化に適していると考えたからである。本研究でいう概念化とは，概念を抽出することに加え，各概念をストーリーラインに沿って組み立て，図式化するところまでを含める。

4. 研究の質保証

研究の信用性(credibility)を保証するために，共著者3人は2単位以上の質的研究の講座と，SCATの技術習得のための2日間のワークショップを受講した。5か月間の分析過程においては，週1回以上のメンバーチェックを行うとともに，SCAT開発者に8時間のスーパーバイズを受けた。

5. 倫理的配慮

倫理的配慮として，保健師学生には，2013年4月の課題学習開始前に，RJを含むすべての記録を2次データとして研究に用いる可能性があること，研究開始は成績評価終了後であること，記録をデータとして用いることに承諾するか否かおよび同意撤回することは成績にはいっさい関係ないこと，およびデータ使用における匿名化を記し，包括的同意を得ることについて文書を用いて説明し，同意書に署名を得た。研究計画は成績評価終了後に作成し，岡山大学大学院保健学研究科看護学分野倫理審査委員会の承認を得，その後，分析を開始した。(M14-05, 2014年10月30日)。

Ⅲ. 研究結果

図1は，分析の結果，抽出された概念をストーリーラインに沿ってまとめたものであり，表1はそれぞれの概念の定義を一覧にしたものである。図中の①～⑩の番号は本文・表1と対応を示すために記したものである。本文中抽出された概念は【 】, また，それらをまとまりとして示す際には〔 〕を用いて示す。

字数の制限によりすべては記せないが，最初に【自己理解のものさし】の抽出過程について以下に記す。文中の〈1〉～〈4〉は方法で示したSCATの段階である。

〈1〉「自分の食生活についてなにも知らない，なにも考えていない」という段階から，「自分の食生活の特徴や課題について理解している」という段階にたどりつくために，毎回の食事内容，カロリー，塩分摂取量，食事に

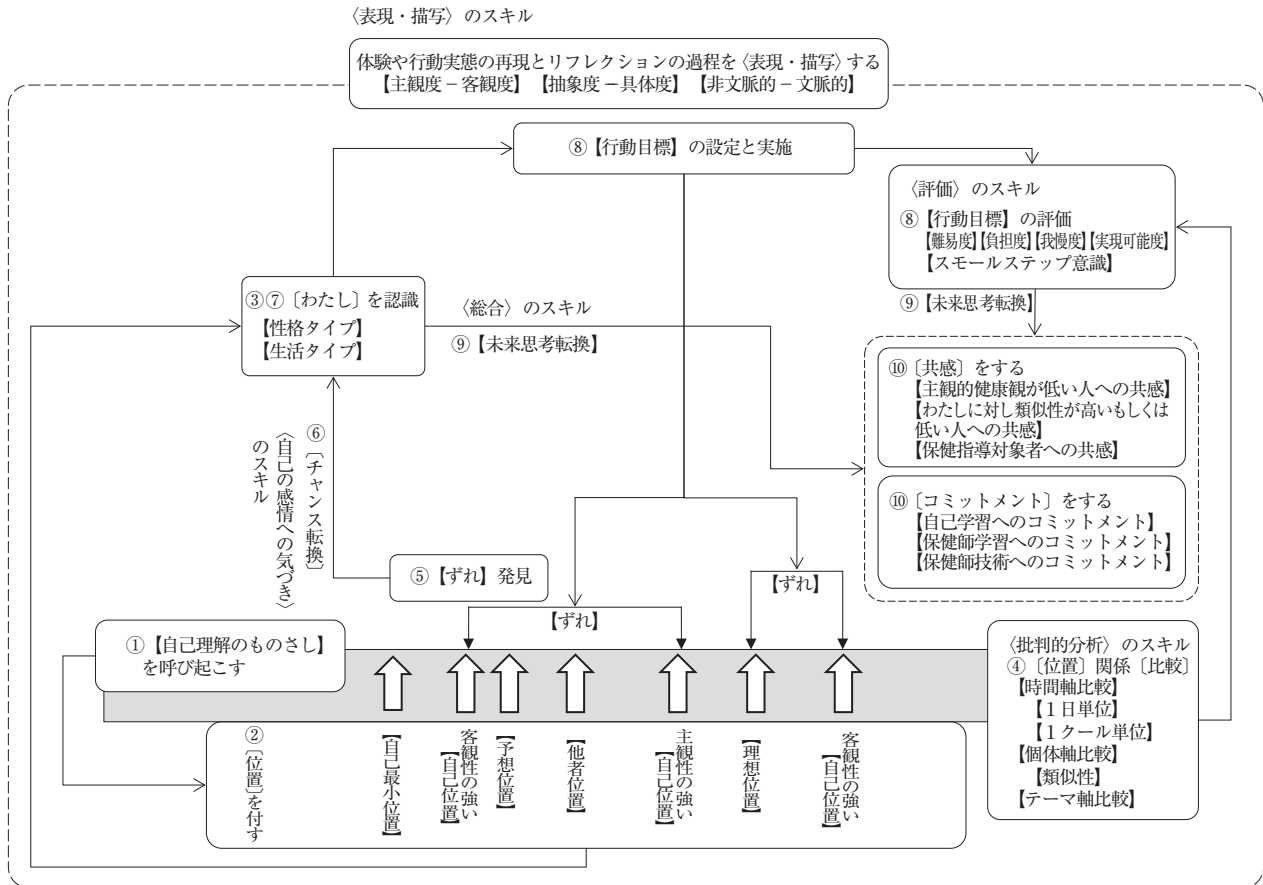
かかわる生活習慣(起床時間，就寝時間，食事の時間など)の記録と，食事バランスガイドを使ったサービング数の計算を行った」というテキストのなかで「毎回の食事内容，カロリー，塩分摂取量，食事にかかわる生活習慣(起床時間，就寝時間，食事の時間など)の記録と，食事バランスガイドを使ったサービング数の計算を行った」に注目し，〈2〉「生活習慣」や「数値」といった言いかえを挙げた。〈3〉その後，前後の文脈，もしくは既存の理論からテキストの「背景」や「目的」「原因」などを検討し挙げていった。〈4〉そして，テキストすべての意味内容を包括した概念として，保健師学生Aは自分の生活実態把握を目的として実施しており，つまり自己を理解しようとしていたことがうかがえた。そのため，【自己理解のものさし】を付した。

次に図1に示したストーリーラインについて説明する。保健師学生は【主観度－客観度】【抽象度－具体度】【非文脈的－文脈的】を用いて体験や行動実態そのものと，リフレクションの過程を再現していた。

自分を客観的に知るための道具である①【自己理解のものさし】を自分のなかに呼び起し，その【自己理解のものさし】上に，②〔位置〕を付していた。②〔位置〕には自分の能力や自分の行動実態や実践の程度を示すために付す【自己位置】や，自分が望むもしくは一般的に望まれる程度に付す【理想位置】などがあつた。保健師学生はさまざまな②〔位置〕を付しながら自分の性格や生活習慣などの③〔わたし〕を認識していた。

そしてすべての保健師学生が，【自己理解のものさし】上に付した②〔位置〕を時間経過で④〔比較〕する【時間軸比較】をしたり，数人の保健師学生は，自分と他者とを④〔比較〕する【個体軸比較】や【テーマ軸比較】をしていた。そうすることで保健師学生は〔位置〕同士の関係から「思った以上にできていない」や，逆に「思った以上にできている」といった⑤【ずれ】に気づいていた。⑤【ずれ】に気づく際【ショック】などの消極的な感情が伴う場合があつたが，⑥〔チャンス転換〕することで，さらに⑦〔わたし〕を認識していた。その後，保健師学生は⑤【ずれ】を縮小するために⑧【行動目標】を設定していた。保健師学生は【行動目標】実施後さらに〔位置〕を付したり，自分の設定した⑧【行動目標】に対し評価を行っていた。

保健師学生はリフレクションを通し明らかとなった行動実態に対し，⑨【未来思考転換】をし，体験や行動実態から感じた感情の他者との共有といった⑩【共感】や



□: リフレクションの構成概念, →: 進行方向
 SCATにより抽出された概念は【 】で示す。また、それらのまとまりを〔 〕で示す。図中の〈 〉は5つのリフレクティブスキルを示す。
 図1 保健師学生が日常生活実践中に記述したリフレクションの概念化

保健師としての実践能力向上のために自発的に起こす行動や起こしたい行動といった⑩【コミットメント】につなげていた。

IV. 考 察

1. 保健師学生が日常生活実践中に記述したリフレクションの概念の特徴

考察では、分析により抽出された概念を Atkins & Murphy の5つのリフレクティブスキルの枠組みを用いて解釈する。

1) 〈表現・描写〉のスキル

本研究で抽出された【主観度-客観度】【抽象度-具体度】【非文脈的-文脈的】は、〈表現・描写〉のスキルがもつ意味内容が含まれていると考えられた。

期間中これらの変化をみてみると、時間の経過とともに【主観度-客観度】の場合、【主観度】の強い〈表現・描写〉から【客観度】の強い〈表現・描写〉へと変化していた。また、【抽象度-具体度】の場合、【抽象度】の高い〈表現・

描写〉から【具体度】の高い〈表現・描写〉へと変化していた。保健師学生は定期的なリフレクションを繰り返すことで【客観度】と【具体度】を高めることができていたと考えられる。【非文脈的-文脈的】においては、保健師学生はそれぞれ、行動実態を、期間中箇条書きのような表現である【非文脈的】な〈表現・描写〉と物語調な表現である【文脈的】な〈表現・描写〉のどちらかでRJ上に再現していた。

これらの〈表現・描写〉の傾向が混合することはあまりみられなかったことから、【非文脈的-文脈的】な〈表現・描写〉のどちらを選択するかは、保健師学生自身の作文の傾向に依存するものと考えられる。

田村らは〈表現・描写〉のスキルに関して「自分の直接的経験を、話したり書いたりして自分自身や他者に伝えることがリフレクションの基盤となる」と述べ、文章表現の5W1Hを意識し、「自身の経験について、そのことについてまったく知らない他者が、まるでそこにいたかのように理解できるような描写であることが理想」だと述べている¹⁴⁾。さらに中田らの研究で、〈表現・描写〉のス

表1 SCATにより抽出された概念

抽出された概念	定義	テキスト(保健師学生が記述した内容原文)
①【自己理解の ものさし】	自分を客観的に知るための道具.	毎回の食事内容, カロリー, 塩分摂取量, 食事にかかわる生活習慣(起床時間, 就寝時間, 食事の時間など)の記録 ^{a)} と, 食事バランスガイドを使ったサービング数の計算を行った(A1-1 ^{b)}).
②【位置】	【自己理解のものさし】上に存在する位置のこと.	
【自己位置】	自分の能力や自分の行動実態/実践の程度を示すために付す位置のこと. 主観性と客観性の軸が存在する. 主観性の強い自己位置とは自分が自分に対して思っている程度を示すために付す位置のこと. 客観性の強い自己位置とは, 多くの人と共通理解を得られるような用語や数値を用いて程度を示すために付す位置のこと.	この体験をする前は, ひとり暮らしをしている友達と比べて, 実家で母に料理をつくってもらっているわたしは, バランスよく食事できているのではないかと考えてはいた(A1-2).
【自己最小位置】	自分の能力や自分の行動実態/実践の程度を示す程度において自分が最小だと思って付す位置のこと.	発見した課題から, 毎日確実に行う運動を決め, 最低限の運動量を確保することが必要なのではないかと考えた(A2-16).
【理想位置】	主観と客観の軸が存在する. 主観性の強い理想位置とは, 自分が自分に対し望んでいる程度に付される位置のこと. 客観性の強い理想位置とは, 一般的に望まれている程度に付される位置のこと.	歩数の記録をつけることをやってみると, 思っていたほどめんどろな作業はなかった. 糖尿病患者の危険因子を回避するために, 健康日本21で目標値挙げられているうちのひとつが, 歩数8,300歩である. 平日だけでも仕事や学校で外出することが決まっていると, そこまで大変でもないのではないかと感じた(C1-11).
【他者位置】	他者の能力や他者の行動実態/実践の程度を示すために付す位置のこと.	また, 同じ年代である友人と比べた場合, どれほど差がでているのか, あるいは差がないのかということも把握したい. まず, 自分の歩数と周囲の友人の歩数を比べると, 自分の歩数は全体的に少ないということが分かった(C1-6).
【予想位置】	自分の能力や自分の行動実態/実践の程度を予想して付す位置のこと.	しかし, 続けていくうちに, 夜その日1日の歩数をみるのが楽しみになっており, いつの間にか自分のなかで習慣化していた. また, その日の活動量からなんとなく歩数を推測したりするようになった(F1-4).
③⑦【わたし】	自分自身の性格や信念, 価値観, 特性, 強みや弱み, 自分の生活習慣に関する癖や特徴のこと.	
【性格タイプ】	自分の性格や価値観などの内面的特徴/特性のこと.	そのうえ, 自分はストレスを食べて忘れるタイプの人間だったということに気づいた(B4-45).
【生活タイプ】	自分の生活習慣にかかわる行動の癖や特徴のこと.	階段を使うことは前回の1週間で習慣づけることが出来ていて, 食事のクールのときも続けて行っていた. 1週間で習慣づけることができたのは, 私の生活で毎日階段を使うからだと思った. 毎日階段を使う生活でなければ, こんなに早く習慣づけることはできなかったと思う(E3-34).
④【比較】	自分の行動実態をより詳細に把握するために行う分析のこと.	
【時間軸比較】	時間の経過によって位置がどのように変化したか分析をすること.	また, 自分の記録を日毎に見比べると, 起床時間が遅い日には歩数が極端に減ることもわかった. そのため, 規則正しい生活の方がいいということの根拠が, 自分のなかで1つ増えた(D4-50).
【1日単位】	ある1日と, ある1日を比較すること	また, 自分の記録を日毎に見比べると, 起床時間が遅い日には歩数が極端に減ることもわかった. そのため, 規則正しい生活の方がいいということの根拠が, 自分のなかで1つ増えた(D4-50).
【1クール単位】	ある程度の幅をもった期間	野菜, 肉, 魚のバランスを1週間単位で考えてみる(E4-64).
【個体軸比較】	自分と自分以外の人との位置がどのような関係にあるか分析をすること.	また, 同じ年代である友人と比べた場合, どれほど差がでているのか, あるいは差がないのかということも把握したい. まず, 自分の歩数と周囲の友人の歩数を比べると, 自分の歩数は全体的に少ないということがわかった(C1-6).
【類似性】	自分もつ性質や傾向と似ている程度	また, 同じ年代である友人と比べた場合, どれほど差がでているのか, あるいは差がないのかということも把握したい. まず, 自分の歩数と周囲の友人の歩数を比べると, 自分の歩数は全体的に少ないということがわかった(C1-6).
【テーマ軸比較】	テーマの違いによって位置がどのような関係にあるか分析をすること.	食事のほうが行動変容することは難しいことがわかった(E5-75).
⑤【ずれ】	客観性の強い自己位置対他の位置の位置関係を比較した際に生じる目盛り間隔のことであり, 優劣が存在し, 認知を伴う.	今回運動習慣の記録をすることで, 自分の運動習慣の課題について見つけることができた. 運動量の少なさに, 確かにショックを受けたが, 自分の実態を把握できたのはよい体験だった(A2-12).

抽出された概念	定義	テキスト(保健師学生が記述した内容原文)
⑥【チャンス転換】	消極的な感情を積極的な感情へ転換させる力のこと。	塩分については、 <u>気をつけているつもりだったにもかかわらず、考えていたよりも高い値がでてショックを受けたが、自分の習慣を見直すいい機会になった</u> (C2-22)。
⑧【行動目標】	自己位置が理想位置に届くために、新しく自分に課す日常生活実践のこと。	
【難易度】	行動目標に対して自分が「難しい」と感じている、もしくは感じると考える程度。	また、ストレッチは、お風呂からでた後、朝起きたときにはほんの数分ずつ取り入れることから始めた。お風呂からでたあとのストレッチも、最初は痛いと思っていた距離がどんどん伸びて、体が柔らかくなっていることを実感した。ストレッチはきつくないし、 <u>自分で考えて体をのばすだけでもよいので、すごく実行しやすかった</u> (C3-36)。
【負担度】	行動目標に対して自分が「めんどろだ」と感じている、もしくは感じると考える程度。	一度に4つもの点について改善しようとして、さらに、毎日メニューを考えてサービング数やカロリーの計算をするという、めんどろな作業を行おうとしたのが、行動変容をするにはあまりふさわしくなかったのではないかと思う(A3-21)。
【我慢度】	行動目標に対して自分が「がまんしている」と感じている、もしくは感じると考える程度。	課題が見つかって、それを改善するための正しい目標を立てたとしても、その目標がめんどろで難しかったり、大きながまんを強いるものだったり、数が多すぎたりすると、長期間にわたって継続していくのは難しいということが理解できた(A3-23)。
【実現可能度】	行動目標が自分にとって「できる」と感じる、もしくは感じると考える程度。	いきなり間食をなくそうとするのは自分にとってあまりにも無謀だと思ったので回数を減らしたり、 <u>間食の内容をヨーグルトなどの乳製品や果物にしよう</u> と努力した。続けてみると案外こっちの方がおいしかったし、自分の設定した目標を達成できたという実感ももてた(D4-52)。
【スモールステップ意識】	自己位置が理想位置に届くまでの日盛り間隔を分割し、少しの到達を大切にしながら目標達成していくとする意識。	特に前回のワークでは、塩分の減量に取り組みやや成功した。そのため、今回はそれを強化しつつ食事のバランスを修正したいと考えた。副菜を減らし、主菜を増やすとすぐに修正できると考えていた(C5-47)。
⑨【未来思考転換】	固定観念から脱却し、未来志向な思考を生み出すこと。	今回のクールでいちばん不安であったのは打ち上げの焼肉だったが、いままで外食=がっつり食べるものという固定観念があったため外食で食生活が乱れてしまうのは仕方ないとどこか諦めてしまっていたのだと思う。 <u>自分の意識次第で外食もいい方向へ変えられると思った</u> (F5-59)。
⑩【共感】	【抽象的概念化による成長】した事柄を、そこで感じた感情とともに他者と共有すること。	
【主観的健康観が低い人への共感】	主観的健康感のない人と同じ気持ちだと、自分が行動のなかで気づいた実感を共有すること。	こういった点は、 <u>危機感のない人や、面倒くさがりの人</u> であつたら大いに考えられる問題だと思った(B3-26)。
【わたしに対し類似性が高いもしくは低い人への共感】	わたしの性格タイプや生活タイプと似ている人と同じ気持ちだと自分が行動のなかで気づいた実感を共有すること。	また、今回は部活動の大会もはさむことで飲み会が入り、塩分量、カロリー、バランスが大きく崩れる日もあった。 <u>将来的に相談者が飲み会をしょっちゅうするような方であることは大いに考えられる。そういった飲み会がある人を指導するにはどうしたらいいか</u> といったことを考える機会となった(B3-28)。
【保健指導対象者への共感】	保健指導対象者の気持ちと同じだと自分が行動のなかで気づいた実感を共有すること	それは私だけではないし、 <u>行動変容を求められている対象者のほとんど</u> が感じている悩みなんだろうなと思った(D2-21)。
⑩【コミットメント】	保健師としての実践能力向上のために自発的に起こす行動や起こしたい行動。	
【自己学習へのコミットメント】	自分の生活習慣改善のために自分のなかに取り込みたいことに対して起こす行動のこと。	塩分摂取量が理想の値より高かったけど、まず <u>食事に含まれる塩分量</u> についてまだよくわかっていないので、そこから理解しないといけないと思った(E2-28)。
【保健師学習へのコミットメント】	保健師として実践能力向上のために自分のなかに取り込みたいと思うことに対して起こす行動。	次は周囲の人々の協力が、生活習慣の改善にどのくらい影響を及ぼすのか、改善できた場合保健師の立場として、 <u>どのような目標をたてればいいのか</u> を学習する(D2-34)。
【保健師技術へのコミットメント】	保健師としての実践能力向上のために自分が外に向かって働きかけるために起こす行動。	保健指導を行うことで、知識を身に付けてもらうこともとても大事だが、 <u>「こんな風に意識をしてみてください」というように簡単なアドバイスを行うだけでも多少の効果はあるのではないかと考える</u> (C3-27)。

a) 抽出された概念の根拠に近い部分にはテキスト中に下線を引いている。

b) テキスト後ろの番号はSCATにおけるデータ番号を示している。(例：A1-1：保健師学生Aの1クール目の1番のデータ)

スキルが十分に修得されていないと〈自己の感情への気づき〉のスキル修得には至らないことが明らかとなっている¹⁵⁾。すなわち、リフレクションでは自分だけでなく他者にも伝わるような客観性と具体性の高さが〈表現・描写〉のスキルに重要であり、〈表現・描写〉のスキルはその他のリフレクティブスキルの土台となる重要なスキルだと考えられる。

したがって、箇条書きでも物語調でも自分の行動実態をより客観的かつ詳細に再現するように記述することが、RJ上のその他のリフレクティブスキルを支え、個々のリフレクションの質を検討する際の指標になり得ると考えられる。

2) 〈批判的分析〉のスキル

本研究で抽出された【時間軸比較】【個体軸比較】【テーマ軸比較】は、〈批判的分析〉のスキルの意味内容が含まれると考えられた。

【時間軸比較】はすべての保健師学生にみられたが、【個体軸比較】と【テーマ軸比較】はすべての保健師学生にはみられなかった。【時間軸比較】は【自己位置】同士、もしくは【自己位置】対【理想位置】という継続的な日常生活実践では毎日付す【位置】であったため容易に行えたのだと考える。一方【個体軸比較】は【自己位置】対【他者位置】であり、集団のなかの自分の【位置】への興味関心が必要となるため【時間軸比較】よりは少し容易ではない【比較】であったと考えられる。同じく【テーマ軸比較】も運動と食事を包括して考えることが必要となるため【時間軸比較】よりも少し容易ではない【比較】であったと考えられる。そしてこの3つの【比較】をすべて行っていた保健師学生はいなかった。

したがって、これらの【比較】を単発もしくは複合的に行うことができるかによって、個々のリフレクションの質を検討する際の指標となる可能性があると考えられる。

3) 〈自己の感情への気づき〉のスキル

Atkinsらは〈自己の感情への気づき〉のスキルはリフレクションの本質的なスキルであり、リフレクション全体を支えるスキルであると論じている¹³⁾。また南は「感情への気づき (awareness) から認知の探索へと発展し、最終的には視点の転換に至るプロセスである」¹⁶⁾と論じている。つまり〈自己の感情への気づき〉はリフレクションのきっかけになるといえる。本研究でも【自己理解のものさし】に【位置】を付して自分について知っていくことで自分に対する興味関心が生まれ多くの【わたし】に気づきながらリフレクションを行っていた。

また本研究では、〈批判的分析〉によって明らかになった【ずれ】のなかに存在する、さらなる【わたし】を認識していることがわかった。【ずれ】に存在する【わたし】へ気づく際【ショック】などの消極的な感情が伴う場合があった。しかし保健師学生は【チャンス転換】によって【ショック】を受けつつも【わたし】を受け入れていた。中田らの研究から実習中に〈自己の感情への気づき〉のスキルを学生が活用することで学生自身に前向きな行動変容が起こることがわかっている¹⁷⁾。したがって【チャンス転換】には〈自己の感情への気づき〉のスキルが含まれると考えられる。

4) 〈評価〉のスキル

本研究では【難易度】【負担度】【我慢度】【実現可能性】の4つが〈評価〉の視点として考えられた。田村は、リフレクションにおける看護実践行為や行動の〈評価〉は前もって準備していた基準や原理(教科書の知識や施設のルールなど)に反するとしても、その状況にどれだけ適合しているかで〈評価〉することが重要であり、自分の価値判断や態度、考え方についても〈評価〉する必要があると述べている¹³⁾。すなわち、自己の感情を無視しない〈評価〉がリフレクションに求められていると考えられる。

今回だされた4つの視点は自分を知ったうえで現れる視点であり、逆にいえば自分を深く理解していなければこの視点で〈評価〉することは難しいと考える。また、この4つの視点をすべて用いて、〈評価〉を行っていた保健師学生はいなかった。したがって、これらが単発もしくは複合的に根拠として提示されることによって、リフレクションの質が変化する可能性があると考えられる。

さらに保健師学生は【スモールステップ意識】を活用することで【自己位置】から【理想位置】までが遠くても、【自己位置】が【理想位置】に少しでも近づいたことに対し〈評価〉を行うことで自己効力感を感じていた。セルフガイダンス法のひとつである、スモールステップ法を用いることで自らの目標の達成度がみえ、自信が高まり行動変容の成功への鍵となるといわれており¹⁸⁾、本研究結果を支持していると考えられる。

5) 〈総合〉のスキル

本研究では【未来思考転換】が抽出され、〈総合〉のスキルの意味内容が含まれると考えられた。【未来思考転換】とは、固定観念から脱却し、未来志向な思考を生み出すことを指すのだが、本研究でも保健師学生は体験や行動実態をリフレクションすることで【共感】や【コミッ

トメント]といった学びを得ていた。

2. 質評価指標の基礎資料として活用できる可能性

本研究では、リフレクティブスキルを示すと考えられる概念が抽出された。これらの概念には変化の段階があることから、個々のリフレクションを比較する際の指標に活用できる可能性が示唆された。

本研究で抽出された〈表現・描写〉の表れ方や〔比較〕の表れ方、〔比較〕を行う際に必要な〔位置〕の種類や数の表れ方、【行動目標】の評価の視点の表れ方をみることにより、個々のリフレクションの質を比較できる可能性がある。

3. 研究の限界と今後の課題

今回、リフレクティブ・プラクティスが保健師学生に【保健師技術へのコミットメント】をもたらしたことは、リフレクションが、実践能力の基盤となることを示唆するものと考え、今回は、保健師学生に教育的介入を行った範囲におけるデータの分析であるため、今後はさらに多様な実践でのリフレクションの内容について、継続的に分析を行っていく必要があると考える。ただし、本研究では2次データを使用しておりRJのみでは解釈しきれない部分に関して解釈ができないという限界があったため、今後はメンバーチェックが可能な設定で研究を行う必要があると考える。

【謝辞】

本研究は、科学研究費助成事業挑戦的萌芽研究（課題番号：25671016）の助成を受けて実施した。

本研究にデータを快く提供して下さった保健師学生のみなさまに心から感謝申し上げます。そして、ご多忙のなか、研究方法についてご指導くださった、名古屋大学の岡谷尚先生に、心より感謝申し上げます。

【文献】

- サラ・バルマン、クリス・バルマン：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。田村由美・中田康夫・津田紀子（監訳）、ゆみる出版、東京、2005。
- ドナルド・ショーン：専門家の知恵；反省的実践家は行為しながら考える。佐藤 学・秋田喜代美（訳）、ゆみる出版、東京、2001。
- 文部科学省：大学における看護系人材養成の在り方に関する検討会最終報告。http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/koutou/40/（2015年1月27日）。
- 神戸大学医学部附属病院看護部：平成27年度看護部研修計画（10月5日版）。http://www.hosp.kobe-u.ac.jp/kahop/career/plan/（2015年1月27日）。
- 訪問看護OJTマニュアル作成部会：2 訪問看護におけるOJTについて。訪問看護OJTマニュアル、4-6、東京都福祉保健局高齢社会対策部介護保険課、東京、2013。
- 指導者育成のための体制づくり検討会：6 活動の紹介。指導者に育つためのプログラム；中堅保健師からの発信、26-30、岡山県保健福祉部保健福祉課、岡山、2010。
- 上田修代・宮崎美砂子：看護実践のリフレクションに関する国内文献の検討。千葉看護学会会誌、16（1）：61-68、2010。
- 中村美保子・東サトエ・津田紀子：新人看護師のリフレクションが専門職者としての成長に与える意味についての研究。南九州看護研究誌、12（1）：21-32、2014。
- 上田修代：地域看護実践における保健師のリフレクションを構成する概念の解明。千葉看護学会会誌、18（1）：45-52、2012。
- Miho T, Reiko O, Keiko K: The Relationships between the Quantity of Description on Reflective journal and Reflection Skills. 19th East Asian Forum Of Nursing Scholars, 2016.
- 岡本玲子：見せる公衆衛生看護技術。34-140、岡山大学出版会、岡山、2013。
- 大谷 尚：4ステップコーディングによる質的データ分析手法SCATの提案；着手しやすく小規模データにも適用可能な理論化の手続き。名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要、54（2）：27-44、2007。
- Atkins S, Murphy K: Reflection: A review of the literature. *Journal of An Advanced Nursing*, 18: 1188-1192, 1993.
- 田村由美・池西悦子：1 リフレクションに必須のスキル。第5章 リフレクションのスキルとトレーニング、看護教育・実践にいかすリフレクション；豊かな看護を拓く鍵、102-128、南江堂、東京、2014。
- 中田康夫・田村由美・澁谷 幸他：リフレクティブジャーナルの早期導入の意義；リフレクティブなスキルの活用状況の比較による検討。神戸大学医学部保健学科紀要、19：27-32、2004。
- 南 彩子：ソーシャルワークにおける省察および省察学習について。天理大学社会福祉学研究室紀要、9：3-16、2007。
- 中田康夫・田村由美・藤原由佳他：〈自己への気付き〉のスキルを活用してリフレクティブジャーナルを記述した保健師学生の変化。 *Quality Nursing*, 10（5）：61-66、2004。
- 日本保健医療行動科学会：セルフガイダンス法。小倉啓宏（編）、保健医療行動科学辞典、208、メヂカルフレンド社、東京、1999。

Conceptualization and Theorization of the Reflection of Reflective Practice for Public Health Nursing Students

Evaluation of the Quality of the Reflective Skill

Miho Tanaka^{1, 4)}, Reiko Okamoto^{2, 4)}, Keiko Koide^{3, 4)}

1) Kita Public Health Center of Sakai City

2) Osaka University Graduate School of Medicine

3) Shitennoji University Faculty of Education

4) Former Graduate School of Health Sciences, Okayama University

Purpose: The purpose of this study was to identify qualitatively the reflection on reflective practice for public health nursing students to increase the competency of public health nurses through health promotion activities.

Method: 20 public health nursing students participated in this study. The subjects of this study were reflective journals for six students submitted five times at reflective practice during about 8 weeks, and which were judged according to selection criteria to check the richness of data.

Result: As a result of SCAT, the concepts that constitute reflection such as “reflective ruler”, which is a tool to know oneself objectively, were extracted. The public health nursing students learn about “sympathy” and “commitment” which are abilities to increase the competency of public health nurses through reflection.

Conclusion: The concepts constituting the reflection of public health nursing students included the reflective skill by Atkins & Murphy, namely, self-awareness, description, critical analysis, synthesis, evaluation. These results suggest that these concepts can enable an evaluation of the reflection.

Key words : reflection, public health nursing student, public health nursing education, reflective journal, SCAT