

看護学生のアロマハンドマッサージを用いたボランティア活動の学び(第2報) ー看護学生の臨地実習の経験に着目してー

笠井 由美子¹⁾ 小濱 優子¹⁾ 中村 滋子²⁾

要 旨

本研究の目的は、看護学生の臨地実習の経験に着目し、アロマハンドマッサージのボランティア活動を通して得た学びを明らかにすること、および臨地実習中の学生への教育支援の示唆を得ることである。方法は、アロマハンドマッサージのボランティア活動に参加した看護学生7名を対象とし、質的記述的に分析を行った。

その結果、学びは、【患者との関係作りへの気づき】、【患者が置かれている環境を認識した上での快の技の提供意義】、【アロマハンドマッサージのボランティア経験を今後活かす】の3つのカテゴリに分類された。臨地実習を経験した看護学生は、ボランティア体験を通して、実習中とは違う気持ちで患者と関わる自分の姿勢の気づきや、患者と関わることや喜んでもらえることは嬉しいことだと改めて感じる機会となっていた。また、実習では十分に気づけなかった、患者が病室以外の環境で過ごす時間の大切さや快を提供する意味に気づいていた。教育支援への示唆としては、緊張している学生が患者の反応が読み取れるように、教員はサポートする必要性があり、また、患者と直接触れるアロマハンドマッサージは、コミュニケーションを養う手段として、有用であると考えられた。

キーワード：看護学生 アロマハンドマッサージ ボランティア活動 学び

I はじめに

A看護短期大学におけるアロマボランティアサークルは、平成25年度から地域貢献活動の一環として、B病院内の交流サロンにおいてアロマハンドマッサージのボランティア活動をスタートした。平成28年度の活動に参加した看護学生は、アロマハンドマッサージを用いたボランティアを通して、〈コミュニケーションの学び〉〈相手の反応を観て対象を理解すること〉〈相手の反応を観て対象を理解すること〉〈相手に合わせた環境への気づき〉〈自己の看護への動機づけ〉に関して学んでいた。また、“触れる”体験を通して、対象とのコミュニケーションが豊かになり、対象と相互の関係を築くことができ、“触れる”という体験から重要な学びを得ていたことが明らかになった¹⁾。

看護学生が臨地実習において触れるケアを実践した先行研究では、看護学生が患者へ、ケアリング²⁾、ソフトマッサージ³⁾、背部マッサージ⁴⁾などを実施し、その触れるケアの効果が報告されている。大須賀⁵⁾は、学生が高齢者にケアリングすることは、高齢者一学生間に相互作用としてケアリングが行われており、学生の行動は「会話」「傾聴」「手足のマッサージ」「手を拭く」「手をつなぐ」「足をさする」「足浴」その他小さな心のこもったふれあいをするすることで、徐々に高齢者とのコミュニケーションの成立に成功していったと報告している。

タッチに関する報告⁶⁾では、患者とのコミュニケーションの手段として意図的タッチを活用していない学生の理由が、「触っていいのかという気持ち」や「手を出すことに自信がなかった」等であり、看護学生に“触れる”ことへの躊躇いがあると報告している。

前回のアロマハンドマッサージを用いたボランテ

1) 川崎市立看護短期大学

2) 日本赤十字看護大学大学院博士後期課程

ィア活動に参加した看護学生は、躊躇いは見られず、むしろ“触れる”体験によって、初対面の緊張がほぐれ、対象と良い関係が築かれていた⁷⁾。このような経験は、アロマハンドマッサージ独自の関わりによって経験できるものであり、学生に与える影響は大きいと推察する。

これまでの先行研究では、実習中に実施した触れるケアの報告にとどまっており、前回我々が報告したアロマハンドマッサージのボランティア活動に関する報告例以外は見当たらない。今回の研究では、看護学生が臨地実習を通して、患者の置かれてる状況や環境を学んだという臨地実習の経験に着目し、実習とは違う立場でリラクゼーションを目的としたアロマハンドマッサージのボランティア活動を通して患者と関わることで、どのようなことを学んでいるのかを明らかにしていきたい。実習という環境とは違う立場の心境やリラクゼーション目的の関わりを通して、実習とは違う学びを得ていると推察されるため、それがどのような要因なのかを明らかにすることは、臨地実習中の学生への教育支援の一助となると考える。

I 研究目的

看護学生の臨地実習の経験に着目し、アロマハンドマッサージのボランティア活動を通して得た学びを明らかにすること、および臨地実習中の学生への教育支援の示唆を導き出すことを目的とする。

II 用語の定義

1. ボランティア活動の原則と本研究におけるボランティアの定義

日本におけるボランティア活動とは、「自発的な意思に基づき、他人や社会に貢献する行為」⁸⁾を指す。主な原則は、一般的には、自主性（主体性）、社会性（連帯性）、無償性（無給性）、創造性（先駆性）の4つの原則⁹⁾にまとめられている。創造性（先駆性）という概念は、ボランティアが既存の社会システム、行政システムに存在しない機能を創造的な発想で補完するという役割を担うことから発生した。

本研究におけるボランティア活動を、「看護学生の自発的な意思に基づき患者と家族に貢献する行為」と定義した。その行為は、看護学生の自主性、社会性、無償性を有し、対象病院の医療行為には存

在しないアロマセラピーを用いた先駆性も含む、ボランティア4原則を満たす活動である。

2. アロマセラピーのボランティア活動の『学び』

『学び』は学習と等しい意味で用いられる。一方で『学び』は学習よりも主体的かつ人間的な営みを含む意味合いで用いられることも多い¹⁰⁾。

本研究では、看護学生が自主的に参加したボランティア活動によって得た「気づき」、「関心」、「思い」、「身体感覚」を『学び』として抽出した。

III 研究方法

1. 研究対象者

A看護短期大学3年課程の臨地実習を経験した1・2年生のうち、アロマセラピーのボランティア活動に参加した看護学生12名。

2. 研究期間

平成29年3月～5月

3. データ収集

研究デザインは質的記述的研究である。ボランティア活動に関するアンケート調査（無記名自由記述方式）を行い、学内に回収用のBOXを設置しアンケートを回収した。アンケート内容は、①今回の活動の感想や前回参加との違い、②これまでのボランティア活動により、日常生活や実習に与えた影響、③臨地実習を何度か経験した後の今回の活動において、感じたことや考えたこと、である。

4. データ分析方法

アンケートの内容のデータ化と分析は、次の手順で行った、①意味ある文章を一つのまとまりとする、②臨地実習を経験した学生が、アロマハンドマッサージのボランティア活動を通して得た変化や学びに関連する内容部分について抽出してコード化する、③類似点と相違点を検討し、抽象度をあげてカテゴリ化した。データの分析結果の信頼性を確保するため、質的研究の経験を有する2名の教育研究者が検討を十分重ね、データを分析した。

5. 倫理的配慮

研究協力者12名に対して研究の趣旨および個人情報保護を保護すること、研究協力は任意であること、成

なお、本研究は川崎市立看護短期大学研究倫理委員会の承認（第R-78-1号）を受けて実施した。

平成29年3月某日、A看護短期大学のアロマボランティアサークルの学生が、B病院の要請を受け、病院内のサロンにおいてアロマハンドマッサージによるボランティアを実施した。B病院の外来患者と入院患者、およびその家族を対象として1人約15～20分のアロマハンドマッサージを実施した。B病院のボランティア担当者が、実施日から数週間前から、病院内の掲示板にボランティアの案内ポスターを掲示した。学生は、事前にアロマセラピスト（日本アロマセラピー学会認定資格有）からアロマハンドマッサージの方法・注意点などを学び、安全に実施するため練習を行ってからボランティア活動に参加した。

V 研究結果

1. 【患者との関係づくりへの気づき】

習とは違う自分の姿勢に対する気づき>という2つのサブカテゴリから構成された。

学生は、患者にマッサージを実施した結果、患者が「良かったよ」言われ、笑顔になる姿や「穏やかな表情になる患者」の変化を感じ、「人に喜んでもらうことって嬉しいんだなあという当たり前のことを身をもって実感」し、患者のケアを実施したことと、そのケアに伴い患者が喜ぶ姿をみて喜びを感じていた。

学生は、「実習の時の緊張とか異なる感じ」、「実習の時より優しい気分」、「気持ちにゆとり」など、実習とは違った気持ちを抱いていた。

2. 【患者が置かれている環境を認識した上での快 の技の提供意義】

このカテゴリは、＜患者の変化＞、＜実習中の患者とは違う姿＞、＜患者にとって良い時間＞という3つのサブカテゴリから構成された。

マッサージを受けている患者が「穏やかな表情になる」「患者が笑顔になった」「緊張された面持ちだった患者さんが、マッサージを受け、学生と話しをしているうちに穏やかな表情になっていく様子が多かった」といった、アロマハンドマッサージを受けたことで、患者が変化したことに関する学生の気づきである。

ホットサロンに参加している患者が、「病棟にいる時より、患者さんが気分転換されているなど思った」、「～ベットにいる時とは、また別の顔をされているのではないかなと感じた」といった、参加した患者が、学生が実習中に目にする患者とは違う表情をしているという学生の気づきである。

患者にとって、「～ベットやりハビリ以外の場所、空間、時間の中で過ごす時間は大切なのだと思った」、「治療ばかりで安らげる時間が少ない患者さ

表 1 臨地実習経験後、ボランティア活動に参加して感じたこと・考えたこと

カテゴリー	サブカテゴリー	対象者	コード
患者との関係作りへの気づき	学生自身の快の体験	A	穏やかな表情になる患者を見て、今年もボランティア活動をして良かったなと思った。
		C	患者さんに喜んでもらえると「人に喜んでもらうことって嬉しいんだなあ」という、当たり前のことを身をもって実感できた。
		C	学びの場とは別に、看護学生として、できる範囲で誰かに喜んでもらう体験ができるにはいいことだと思った。
		D	「良かったよ」と笑顔になってくれた。
		D	患者さんが笑顔になって、私も心の底から「やって良かった」と思え、とても良い経験になった。
		E	緊張したが、マッサージの間は楽しくお話をすることができた。
	実習とは違う自分の姿勢に対する気づき	B	実習とは違った気持ちで患者さんと接することができたと思う。
		B	実習の時の緊張とは異なる感じがした。
		B	緊張したが、実習のときより優しい気分で接することができた。
		C	実習中は自分の課題に取り組むことがメインになるので、「これができる、喜んでもらえた」という実感がわからない。
		C	実習中は患者さんに「快」を提供できているか、余裕をもって考えることが難しい。
		F	実習とは違い、気持ちにゆとりを持って病院に行くことができた。
患者が置かれている環境を認識した上での快の技の提供意義	患者の変化	A	緊張された面持ちであった患者さんが、マッサージを受け、学生と話をしているうちに穏やかな表情になっていく様子が多かった。
		C	患者さんが穏やかな表情になる。
		D	初対面の患者さんと、何を話したら良いか緊張が強く不安だったが、マッサージをしてみると患者さんの方から、いろいろな話をしてくれた。
		D	患者が笑顔になった。
	実習中の患者とは違う姿	A	病棟にいる時より、患者さんが気分転換されているなと思った。
		C	ホットサロンでくつろいでいる時の患者さんの表情は、ベットにいる時とは違う別の顔をされているのではないかなと感じた。
		E	マッサージの間、患者さんは楽しそうにお話をしていた。
	患者にとって良い時間であるという気づき	C	患者さんにとって、病院スタッフにとっても患者さんが入院生活の中で、ベットやリハビリ以外の場所、空間、時間の中で過ごす時間は大切なのだと思った。
		D	治療ばかりで安らげる時間が少ない患者さんにとって、このようなリラックスした時間を提供することは、本当に意味があるものと思った。
		F	マッサージの技術よりも、コミュニケーションをとることで、患者さんにとって良い時間になると思った。
アロマハンドマッサージのボランティア経験を今後活かす	自己の看護への動機づけ	A	今後、実習中で手浴の時にマッサージを行って、リラックスしていただけるかなと思うようになった。
		A	匂いもリラックス効果になると実感したので活用したい。
		D	全力で患者さんの話を聴こうとする姿勢の大切さ。
		E	援助などで、患者さんの身体や手に触れることがあるが、「触れる」ということを通して、コミュニケーションがより親密なものになると実感した。
		E	触れることでコミュニケーションが親密になると実感したので、これからの実習にも生かしたいと思う。
		F	マッサージは、コミュニケーションのきっかけ作りになると思った。
	自己の生活に生かす	B	家族にマッサージをする機会が増えた。
		B	友人にアロマを薦める機会が増えた。
		D	緊張などはあっても、案外一度やってみると考え方は変わるのだと実感することができた。
		D	日常生活で不安なことがあっても「もしかしたら楽しいかもしれない」と考えられるようになった。

んにとって、このようなリラックスした時間を提供することは、本当に意味があるものだった」などのように患者にとって、ボランティア活動がどのような意味があるかを感じていた。

3. 【アロマハンドマッサージのボランティア経験を今後に活かす】

このカテゴリは、＜自己の看護の動機づけ＞、＜自己の生活に生かす＞という2つのサブカテゴリから構成された。

＜自己の看護への動機づけ＞

学生は、「今後、実習中で手浴の時にマッサージを行って、リラックスしていただけるかなと思うようになった」、「匂いもリラックス効果になると実感したので活用したい」といったマッサージや匂いの効果を今後の実習に取り入れたいと感じていた。

また、「～触れるということを通してコミュニケーションがより親密なものになると実感した」、「マッサージは、コミュニケーションのきっかけ作りになると思った」といったマッサージを介してコミュニケーションが図れると感じ、今後の実習に活用したいと感じていた。

＜自己の生活に活かす＞

学生は、「家族にマッサージをする機会が増えた」、「友人にアロマを薦める機会が増えた」といった、マッサージやアロマを自分や周囲の人に活用したいと感じていた。

また、「緊張があっても、案外一度やってみると考えかたは変わるのだと感じることができた」、「日常生活で不安なことがあってももしかしたら楽しいかもしれない考えるようになった」といったボランティア活動を通して自己の考え方の変化を感じていた。

VI 考察

1. 臨地実習を経験した学生が、アロマハンドマッサージのボランティア活動を通して得た学び

第1報の学生のボランティア活動を通しての学びは、アロマハンドマッサージを用いて対象に手で触れることで、患者は安心感をもち、学生自身の緊張もほぐれ双方向的な良いコミュニケーションが図れると学んでおり¹¹⁾、今回も同様の学びを得ていた。

第2報では、看護学生の臨地実習の経験に着目したところ、学生はボランティア活動を通して、実習

中の自分を客観視し、実習中の緊張が強い自分や実習中は気持ちにゆとりがないと感じていたことが明らかとなった。しかし、ボランティア活動を通して、患者と関わることは本来楽しいことだと気づく機会ともなっていた。このような学生自身の快の体験となった理由は、実習中のように緊張しないこと・課題を取り組まなくてよい心の余裕や、自分がマッサージを実施して、患者が穏やかな表情になったなど、実習中に受け持った患者では見られなかった患者の表情を実感できたことだと考える。加えて、アロマを使用したハンドマッサージの効果により、両者がリラックスした中で関わったことも要因の一つであると推察される。また、ボランティア参加が2回目の学生は、実習とは違う自分の気持ちの余裕を表現している回答が多く、また「今年もボランティアに参加してよかった」といった表現からも、実習とは違う達成感を得ているという特徴がみられた。

ナイチンゲールは、『看護覚え書』¹²⁾の中で、「病人をただじっと重苦しい壁面を見つめさせておくのではなく、病人の想いに変化をもたせるように援助する」ことの重要性を述べており、学生も患者の気分転換の必要性は座学で学び実習に臨んでいる。看護学生は、臨地実習での経験を踏まえて、ボランティアの立場で患者と触れ合い、心地よさを提供することで患者の変化を知り、実習では気づかなかった、病室以外の環境で過ごす時間の大切さや快を提供することの意味や入院中の患者が何を求めているのか、患者のニーズを知る機会となった。特に、ボランティア参加が2回目の学生は、患者の言葉からではなく、「患者が穏やかな表情になっていく」「ベットという時とは違う別の顔」といった患者の表情から患者のニーズを捉えている特徴があり、ボランティアに参加する回数を重ねることで、患者にとってどのような影響を与えているかを表情から敏感に感じとっていた。

2. 看護基礎教育における支援への示唆

今回のボランティア活動では、看護学生は実習中と違って、「優しい気持ち」「気持ちにゆとり」といったリラックスして患者と関わっていた。反面、実習中の自分については、「実習中は患者さんに快を提供できているか余裕を持って考えることが難しい」「これで喜んでもらえたという実感がわかな

い」といった思いを抱いていた。実習中の学生は、早く看護を体験したいという期待を抱く一方、専門知識や技術が未熟で思い通りに実施できず、自信のない自分を自覚し不安になる¹³⁾ため、実習中は、清拭や洗髪など爽快感が得られるような技術を提供しても、患者の反応に気づけない場合があると推察する。実習では緊張し、気持ちにゆとりがないストレスフルな中で、安全が重視され、快いケアへの配慮が不足しがちになる。水戸¹⁴⁾は、「安全は安楽の必要条件であるが、安楽は安全の十分条件ではないので、多忙な医療現場では安全な技術ばかりが求められてしまう現状にある」と述べているように、看護基礎教育においても安全が重視されている傾向にあると考える。そのため、学生は安楽とは何かについて体験が浅くなるため、今回の体験のように、患者の反応を捉えることができるということは、安楽なケアの提供に繋がり、快い技＝安楽について学べる貴重な機会となったと考える。加えて、快い技を提供することで、穏やかな表情になっていく患者や喜んでもらえる患者の姿を見て喜びを感じることは、看護を学ぶモチベーションを高め、やりがいにつながると考えられるため、このような体験ができるように、基礎教育の段階から意図的に関わっていく必要性が示唆された。

さらに、今回の結果で著者らは、学生が自分の気持ちを実習中と対比しながら表現しており、実習中は想像以上に緊張していることに、改めて気づかされた。患者の変化を読み取れた理由の一つに学生自身の心の余裕もあったのではないかと推察でき、教員は学生が不安や緊張を抱え、精神的に不安定な状態で実習を行っていることを充分意識して関わる必要があること、そして学生が患者の反応が読み取れるようにサポートする必要性が示唆された。

コミュニケーションは、看護実践の基盤となる相互関係を成立、発展させるために必要な技術であり、看護実践においてコミュニケーション能力は欠かせない。厚生労働省「看護教育の内容と方法に関する検討会報告書」¹⁵⁾においても、今後強化すべき教育内容として、コミュニケーション能力、対人関係能力を育成する教育を挙げており、対人関係能力の育成につながる教育の在り方が問われている。今回のアロマハンドマッサージのボランティア活動を通して学生は、「触れる」ということを介して、コミュニケーションがより親密になると実感してい

た。ソフトマッサージを実習で行った学生^{16) 17)}や、前回アロマハンドマッサージのボランティア活動をした学生¹⁸⁾も普段よりコミュニケーションが図れたと思ったと報告されているように、本研究でもアロマハンドマッサージを介してコミュニケーションが図られていたことが分かった。パトリシア・ベナー¹⁹⁾は、「血の通ったあたたかい接触は、しばしば安楽とコミュニケーションを可能にする唯一の方法である」と述べている。同じく接触について川島²⁰⁾が、「心を込めて、ただ手で触れるだけで、患者は共感されていると感じ、支えられているとか励まされているというメッセージを受け取る」と述べているように、マッサージ等を介して、患者の内面に変化が現れることと、実施した学生の安楽を提供したい気持ちだけでなく、アロマハンドマッサージをすることで学生自身の緊張がほぐれ、コミュニケーションが図られたと推察する。

以上のことから、このような患者と直接触れるマッサージを意図的に取り入れる経験を繰り返し、コミュニケーションを養うことは、基礎教育において有用であることが示唆された。

VII 結論

看護学生の臨地実習の経験に着目し、アロマハンドマッサージのボランティア活動を通して得た学びを明らかにすること、および臨地実習中の学生への教育支援の示唆を得ることを目的に、無記名自由記述方式のアンケート調査を行った。結果、以下のような結論を得た。

1. 臨地実習経験後、アロマハンドマッサージのボランティア活動に参加した学生の学びは、【患者との関係作りへの気づき】、【患者が置かれている環境を認識した上での快の技の提供意義】、【アロマハンドマッサージのボランティア経験を今後に活かす】の3つのカテゴリに分類された。
2. 看護学生はアロマハンドマッサージのボランティア体験を通して、実習中とは違う気持ちで患者と関わる自分の姿勢の気づきや、患者と関わることや喜んでもらえることは嬉しいことだと改めて感じる機会となっていた。
3. 臨地実習を経験した看護学生は、ボランティアの立場でアロマハンドマッサージを介して患者と触れ合い、患者の変化を知ること、実習では十分に気づけなかった、病室以外の環境で過ごす時

間の大切さや快を提供する意味に気づいていた。

4. 教員は学生が不安や緊張を抱え、実習を行っていることを充分意識して関わり、患者の反応が読み取れるようにサポートする必要性が示唆された。患者と直接触れるアロマハンドマッサージは、コミュニケーションを養う手段として、有用であることが示唆された。

VIII 研究の限界と今後の課題

本研究は分析対象が7名であり、限られた範囲でのデータ収集であるため、一般化には限界がある。今回のボランティアを通して、安楽を提供できた・コミュニケーションが図れたという経験は、今後の実習でもうまくできるだろうという自己効力感を高

める機会となったのではないかと推察する。今後、ボランティア活動が実習において、どのような影響を与えるかや、参加した患者や家族に与える影響も明らかにしていきたいと考える。

謝辞

本研究にご協力いただいたA看護短期大学の学生の皆様に深く感謝いたします。

利益相反：本研究における利益相反は存在しない。
著者資格：Y.Kは研究の着想およびデザイン、原稿作成のプロセス全体に貢献した。Y.K、S.Nは研究の着想からデザイン、分析、解釈、原稿への示唆、研究プロセス全体への示唆に貢献した。

引用文献

- 1) 小濱優子, 中村滋子. 看護学生のアロマセラピーを用いたボランティア活動の学び ―病院での患者と家族への関わりを通して―. 川崎市立看護短期大学紀要. 第21巻, 第1号, 2016, p. 39-47.
- 2) 大須賀恵子, 濱畑章子他. 看護実習において学生が高齢者とケアリングするとき. 愛知学院大学心身科学部紀要. 第8号, 2012, p. 7-17.
- 3) 緒方昭子, 奥祥子他. ソフトマッサージの講義・演習の効果: 看護学実習の活用状況から. 南九州看護研究誌. Vol. 10, no. 1, 2014, p. 33-40.
- 4) 渋谷えり子. 臨地実習における意図的タッチの活用状況と教育の課題. 埼玉県立大学紀要. Vol. 13, 2011, p. 67-72.
- 5) 同掲書 2) p. 10.
- 6) 同掲書 4) p. 71.
- 7) 同掲書 1) p. 45.
- 8) 厚生労働省. ボランティア活動について. <http://www.mhlw.go.jp/shingi/2007/12/d1/s1203-5e_0001.pdf>, (2017年10月27日現在)
- 9) 藤田久美. 大学生のためのボランティア活動ハンドブック. ふくろう出版, 2008, p. 3-5.
- 10) Wikipedia フリー百科事典. <<https://ja.wikipedia.org/wiki/学び>>, (参照2017-10-27)
- 11) 同掲書 1) p. 45.
- 12) フローレンス・ナイチンゲール, 湯楨ます他訳. 看護覚え書―看護であること・看護でないこと、第7版, 現代社, 2011, p. 108.
- 13) 山口智子, 上野範子他. 初回基礎看護学実習のレポートの分析 (その1) ―早期体験学習の学習効果に焦点をあてて―. 藍野学院紀要. 第21巻, 2007, p. 83-92.
- 14) 水戸優子, 山口みのり. 看護基礎教育における技術の習得過程と安楽の意識化. 看護教育. Vol. 57, no. 1, 2016, p. 21-27.
- 15) 厚生労働省ホームページ (<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r9852000001310q.html>) 「看護教育の内容と方法に関する検討会報告書」について ―看護教育の内容と方法に関する検討会報告書概要―. (参照2017-10-27)
- 16) 同掲書 3) p. 38-39.
- 17) 同掲書 4) p. 71.
- 18) 同掲書 1) p. 45.
- 19) パトリシア・ベナー著, 井部俊子監訳. ベナー看護論, 新訳版, 初心者から達人へ. 医学書院, 2005, p. 54.
- 20) 川島みどり編. 触れる・癒す・あいだをつなぐ手―TE-ARTE学入門―. 看護の科学社, 2011, p. 12.