

# 看護職の 初期キャリア支援

## SPECIAL FEATURE

デジタルネイティブであり、Z世代と呼ばれる今どきの若者たちは、「ありのままに自分らしく生きること」を重視していると言われています。しかし、専門職である看護職は、自分自身の生き方を貫くことだけでなく、社会から求められる役割を果たすことも重要であり、現場ではそれらを融合させる支援が必要になります。そのために大切なのは、初期キャリア(1～3年目)の若い看護職と同じ目線で、自分らしさや自己実現につながる看護実践を問いかけ、自分自身のやりがいや生きがいに気づくプロセスを体験させることです。その積み重ねが看護職として生きてきてよかったと振り返ることのできるキャリアにつながっていきます。

1章では、初期キャリアの看護職に必要な学びや支援のあり方を示した後、Z世代の特徴と効果的なかわりについて解説。さらに、教育現場では学生をどのように育て送り出し臨床現場にどのような支援を期待しているかを述べます。

2章では、座談会で6人の3年目看護師が病院に入職してからの2年半を振り返り、つらかったこと、うれしかったことなどを語り合った内容を収載しています。

3章では、病院看護部の教育理念や教育システム、1～3年目看護職への支援の実際について報告します。

4章では、1～3年目看護職の悩み10ケースについて想定カウンセリングを展開。支援のポイントをわかりやすく伝えます。

## 1-1

# 初期キャリアをどう支えるか



濱田 安岐子

NPO 法人看護職キャリアサポート 代表  
株式会社はたらく幸せ研究所 代表取締役

キャリアコンサルタントである筆者が、初期キャリア(1~3年目看護職)への支援の重要性を伝えた上で、3年目までの看護職や先輩看護職に行っている具体的なアドバイスとコロナ禍で看護職のキャリアについて考えたことを紹介します。

### さまざまな立場でのキャリア支援

看護職は、さまざまな立場で看護職のキャリアを支援します。先輩看護職は後輩の悩みを聞いてアドバイスし、管理職はスタッフを、看護教員は学生や卒業生を支援し、さらに、学会やさまざまなコミュニティで出会う看護職は看護職だからこそわかり合える悩みを共有し、励まし合い、そして、そのときどきで自分にとって最善だと思えるキャリアを選択していきます。

筆者は利害関係のない第三者として看護職のキャリア支援を生業とする立場で、10年以上にわたって多くの看護職の経験を聴き続けました。看護職としての10年の臨床経験と看護部の教育体制を整備・運営した経験、そして、看護教員としての経験を経て、看護職のキャリア支援を中心

的仕事として歩んできました。

そのような経験を持つ筆者は、2019年から始まったコロナ禍で必死に社会のニーズに応えている看護職の姿を見て、看護職のキャリアについての考えが深まっていきました。本稿では、特にコロナ禍の影響を受けやすい初期キャリアの看護職の支援をどのように考えていくのかについて述べたいと思います。

### 初期キャリアの捉え方

#### 1. キャリアという言葉の捉え方

皆さんは、初期キャリアというとどの程度の期間を考えるでしょうか。本特集では1~3年目と位置づけられていますが、組織によっては3年目の看護職はチームを支える中心的存在になっている場合もあるかもしれません。

各病院での位置づけとしてのキャリアの捉え方はさまざまです。看護職は養成課程を修了し国家資格を取得しても、臨床現場のスタートでは少し知識を持っている「まだ何もできない人」といったイメージが大きいように思います。看護の専門分

1-2

# 今どきの若手看護職の気持ちを知ろう



平賀 充記

株式会社ツナググループ・ホールディングス  
ツナグ働き方研究所  
所長

1~3年目の看護職にあたる、若手社会人世代「Z世代」について、その時代背景・特徴を概観し、職場に求められている支援のあり方、職場における世代間ギャップを乗り越えるためのコミュニケーションのヒントなどについて紹介します。

## Z世代の生まれた背景

超合理主義、本音が見えない、突然辞めてしまう……。取り扱いが難しい職場の若者、特にZ世代といわれる世代のマネジメントに苦心する管理職は少なくありません。しかし、そもそも「今どきの若いやつは……」といった悩みは、なんと約5000年前の古代エジプト時代にもあったといわれます。少し大袈裟かもしれませんが、“世代間ギャップ”は人類史上に横たわる構造的な問題なのです。そしてその解決策は、基本的にはオトナ側からの歩み寄りしかありません。

本稿では、Z世代の生態をつぶさにお伝えしながら、職場において世代間ギャップを乗り越えるコミュニケーションのヒントについて解説していきます。

## 1. 若手社会人世代「Z世代」

Z世代とは、日本では1990年中盤以降に生まれた世代を指します。厳密な定義があるわけではありませんが、アメリカ心理学会<sup>1)</sup>では1997年生まれ以降とされ、これに則ると今24歳以下の世代となります。つまり、日本においてはつい最近社会人デビューした若手社会人世代です。

当然のことながら、生まれた時代によって人が成長する環境は大きく異なり、それぞれの人格形成や趣味趣向、考え方に影響を及ぼします。日本においては、元号が平成に変わったあたりから経済状況に暗雲が漂い始めました。1990年代初頭にバブル経済が崩壊、1995年には阪神・淡路大震災、オウム真理教事件、1997年の金融危機、2000年には大卒求人倍率が1倍を切る就職超氷河期となります。こうした沈滞ムードの中で生まれ育ってきたのがZ世代です。物心ついたあたりの2008年にはリーマンショックが、2011年には東日本大震災が起きました。こうして列挙すると、あらためて平成という時代の閉塞感を感じます。

ケース 1

職場の人との関係性をうまく築けない

1年目

## 医師とうまくコミュニケーションがとれない

看護師1年目といえば、とにかく緊張の連続です。毎日、新しいことばかりで覚えることに必死な日々を過ごしています。それでも最近の看護師の先輩たちはずいぶん優しくなっているのだからなかななっていますが、他職種とのコミュニケーションは課題です。特に医師とのコミュニケーションは苦手な新人も多く、悩みの種になっていることもあるようです。

### 想定カウンセリング

#### 医師の前でおどおどしてしまう

A 看護師 ▶ 私は看護師1年目で毎日覚えることがたくさんあるし、自分のことで精一杯です。でも、病棟にいじわるな先輩はいません。先輩たちは何度同じことを聞いても嫌な顔をせずに教えてくれるし、本当に優しい先輩ばかりなんです。だから、なんとか頑張れています。ただ、医師とのコミュニケーションが本当に苦手なんです。

カウンセラー ▶ 1年目なのですね。毎日勉強ばかりで大変ですね。看護師の先輩たちは優しい。でも、医師とのコミュニケーションは苦手なのですね。どんなふうに苦手なのですか。

A 看護師 ▶ はい。受け持っている患者さんの状態

を聞かれたりすると、本当に困るんです。この前なんて、おどおどしすぎてしどろもどろになっちゃって、そしたら目の前ですごく大きなため息をつかれて。本当に嫌だった。

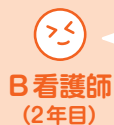
カウンセラー ▶ そうですか。受け持ちの患者さんのこと、直接、聞かれますよね。おどおどしちゃって、ため息をつかれたのですね。

A 看護師 ▶ そうなんです。緊張だけじゃなくて、怖いっていうか……どうしたら医師と上手に話ができるようになるのでしょうか。

カウンセラー ▶ 医師が怖いのですね。

A 看護師 ▶ 怖いです。何か間違ったことを言ったりしたら、私には直接怒らなくても、たぶん、私の知らないところで先輩や師長さんが何か言

## \\ 想定カウンセリングへのオーディエンス (1~3年目看護職) からのコメント //



こういうパターン、なんとなくわかります。とにかく、気を遣う相手は直接指導してくれる先輩だから、そこに意識がいくんですよね。このように自分で気づけるといいのかもしれませんが。でも、ちょっと私だったら気づけないかも。難しいな。

医師とのコミュニケーションに対する苦手意識って、なんか、正体不明です。私は今でも苦手です。このように話をすることができたらわかるものなののでしょうか。私も話をしてみたいと思いました。



### プラス + アドバイス

B 看護師にも C 看護師にも、自分自身の感情の探索をすることが苦手な感覚と、誰かと話をして自分の感情を探索してみたいという自分に興味を持つ感覚があるようです。初期キャリアの看護職の医師とのコミュニケーションに対する苦手意識は、リーダー役割をとる時期にさらに強まっていくように思います。リーダーをしたくないという理由の多くは、医師とのコミュニケーションがうまくはかれないためだと聞きます。

医師とのやり取りは、看護職にとって多職種連携を学ぶ第一歩になることが多いようです。医師は、初期キャリアの時期の看護職に対してサポート的な場合もあります。丁寧に患者の病態や治療方針などを教え、さりげないアドバイスをくれる医師もいるのです。リーダー役割で苦手に思うのは、看護職として患者の代弁者となり、交渉を

試みるような場面かもしれません。自信のない状況で患者のニーズに応えるために代弁して、伝えたことに対して医師から何か質問されたときに自分のアセスメント不足でうまく答えられず、患者のニーズに応えられない可能性があるかもしれないというプレッシャーに耐えるのは厳しいものです。

看護職自身が、医師とコミュニケーションをとる目的と目的を達成するためにはどうすればよいかを理解していることが重要です。それはわかっているのに苦手に思う意識があるときは、それがどこから来るのか自分自身の感情を見つめる必要があります。目的を達成しようとする気持ちと苦手な気持ちが混在したまま、苦しくなる場合があります。気持ちを整理していくためには、ちょっとした支援が必要なのかもしれません。