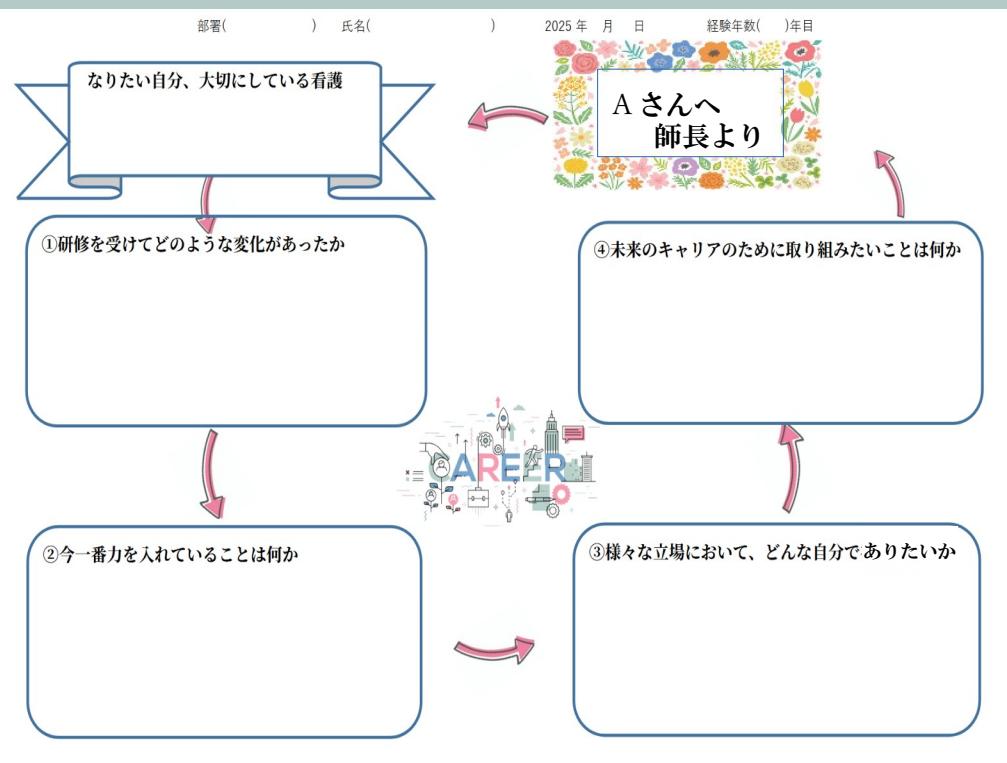


## 主任研修～キャリアデザイン～事後研修

R6年度、初冬の清里での「自分を見つめる」研修からおよそ1年。（トピックスVol.117に掲載）

R7年9月24日・25日および10月6日の3日間にわたり、174名の主任看護師が参加しての事後研修が行われました（3施設合同）。研修では、看護部長による「キャリアとは」の講義を受け、ワークシートを活用し具体的に自己を振り返り、少人数のグループでリフレクションすることで「なりたい自分、大切にしている看護」を言語化していました。サプライズとして、この1年を見守っていた師長からのメッセージを受け、個々の考えが1枚のシートに現われてきました。



## 部長講義で印象に残ったこと

## ブーカ

- ・VUCAの時代
- ・計画的偶発性理論
- ・キャリアアンカー
- ・キャリアは継承される
- ・【想像力→対話→創造力】
- ・思いやり=想像力

## 師長からのメッセージに

- ・自分が大切にしている看護を見ていてくれる人がいる
- ・とても嬉しい
- ・泣かずには読めない
- ・暖かい言葉で包んでもらえた
- ・活力になる
- ・最近、認められる場面が殆どないのでありがたいと思った

## グループワークを通して

はじめましての人・同世代・違う世代での語り

- ・素直な考えを聞けた
- ・自分を語ることで、明確になる部分があった
- ・自分自身が気づかなかつた看護観を発見
- ・自分がやってきたことを認めてもらえた
- ・相手を知ることができ新しい発見
- ・とても新鮮だし、いい刺激を受けた
- ・自分だけかと思っていたが、みんなそれぞれキャリアの悩みがあるんだと焦りがなくなった
- ・ワークライフバランスを考えながらも看護を探求する姿が印象的だった
- ・「ありたい自分」を語り合えた
- ・自分の主軸（核）と方向性が明確になった
- ・患者さんと一緒に辛いことも嬉しいことも分かち合いたいとグループで話した



## 研修を通しての感想

- ・出会いが自分のキャリア形成に影響していると感じた
- ・なりたい自分とありたい自分を考えてみたら、何をしたらよいか少し見えてきた気がしました
- ・自分自身を知ることが大切である
- ・記載したことで目標が具体化した
- ・今の自分も無意識に自分の興味あることや得意なことを通して尊かれているんだなと思い、出会いや気づきを大切にしていくたい
- ・ささいな気づきや思い、考えに立ち止まることで自分の本当の気持ちがわかる
- ・自分自身にも、自分なりの考えがあったこと
- ・この病院には、素晴らしい看護師がたくさんいることを実感した
- ・後輩に患者さんと関わる自分の姿を見せていくことがいかに大切なことを話せてとてもよい機会となつた

- ・自分と向き合えた
- ・いろいろ考えさせられて終始とても楽しかった
- ・順序立てて考えられたのがよかったです
- ・参加できてよかったです
- ・素敵な研修を構成していただき、ありがとうございました