

# シャドウ + 逆シャドウ研修

## 夜の看護を支えます

新人看護職員は入職後モチベーションの谷が2回やってきます。1回目は夜勤に入る頃、2回目は夜勤に慣れた頃です。(当院えんぴつスケールによるデータ)



シャドウ研修

自信を持って夜勤に入れるように私たちが精一杯サポートします!

新人看護職員は6月より夜勤のシャドウ研修を行い、その後プラス1で夜勤に入ります。夜勤のひとり立ちには個々の能力により異なるので、各部署に一任しています。おおむね9月までには一人前に夜勤に入る事が出来ます。

逆シャドウ研修

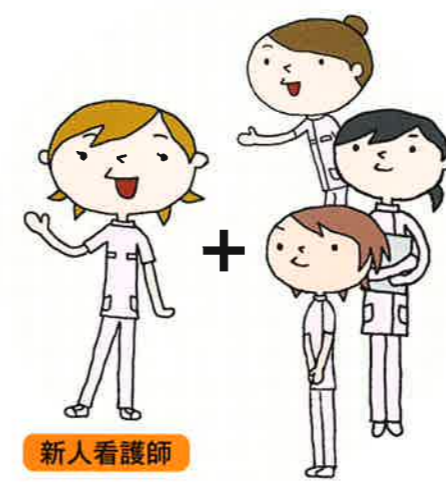
《逆シャドウ研修》とは、夜勤で1回、先輩看護師によるシャドウイングで看護内容を見てもらいます。先輩看護師は原則プリセプターを選定し、シャドウとなる看護師は、基本は全て見学のみです。しかし患者に影響があるような場合は手伝っても良いこととしています。新人看護職員は事前に夜勤での不安なことや見てほしいところなどをまとめておき、研修前後で語り合い、フィードバックしてもらいます。

## 新人看護職員 夜勤看護に慣れるまでの支援体制



- プリセプター
- 日々の振り返りノート
  - リフレクションノート
  - えんぴつスケール

●新人看護職員の成長具合によりプラス1名を外す



リフレクションによる日常の出来事の省察や心に残った出来事の省察と支援



一部始終見る事ができるから仕事のこなしかたがわかる! 夜勤も、ちょっと安心!

開始当初は、両者の人間関係によっては、シャドウ側がチェックマンになってしまうのではないかななどの懸念もありましたが、新人看護師からは「優先順位がわからなかったことが、先輩に見てもらってアドバイスを受け解決できた。」「アセスメントが難しいときなど指導を受けることが出来た。」等の意見がありました。先輩看護師からは「看護観を深め合う機会であった」新人看護師時期は夜勤看護の悩みが明確になりつつある時期であり、不安が実践的に解決されています。

シャドウ・逆シャドウ研修をやってみてどうですか?

シャドウ研修は、日頃の自分を見られるので、とても緊張しましたが、いろいろ説明しながら動きかけたのですが、我慢し終わってから振り返りをしました。逆シャドウ研修は、手伝いたいけど手が出せず我慢しました。細かいことも出来ていた優先順位を考えて動かれていて成長が分かって嬉しかったです。

南2病棟 稲垣文子



プリセプター

突然夜勤メンバーとして働くのはとても不安だったので、シャドウ研修をして夜勤の流れや、雰囲気をつかむことが出来たり、先輩のすごさも感じました。逆シャドウ研修では、日が経ち、分からないことをなかなか聞けないことがありますが、出来ていないことが明確になり、アドバイスをもらえ、とても勉強になりました!

南4病棟 保田淳江



新人看護師