

# モジュール5. コミュニケーション

---

**教育時期:** 1) 1年目中期  
2) 3年目前期

**教育方法:** 講義・ロールプレイ・セミナー等への参加



## 5-1) コミュニケーション

---

### ■ 目的

看護に必要なコミュニケーションについて理解する。

### ■ 大項目

- (1) コミュニケーションの定義と種類
- (2) 看護におけるコミュニケーションの目標
- (3) コミュニケーションスキル
- (4) 交流分析
- (5) コミュニケーションスキルの習得



## 5-1)-(1) コミュニケーションの定義と種類

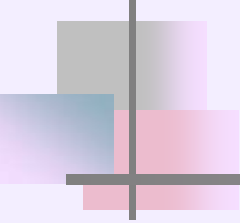
---

- 社会生活を営む人間の間に行われる知覚・感情・思考の伝達. 言語・文学その他視覚・聴覚に訴える各種のものを媒介とする(広辞苑)
- 言語的コミュニケーション  
言葉によりメッセージが伝えられる方法
- 非言語的コミュニケーション  
言葉を介さないでメッセージを伝える方法  
例: 表情、外観や身だしなみ、アイコンタクト、姿勢や動作  
手の動きやジェスチャー, 声の調子, 話す速さやリズムなど

## 5-1)-(2)看護におけるコミュニケーションの目標

- 人間対人間の関係を確立することができるようにし、そのことによって、病気や苦難の体験を防ぎ、そしてそれに立ち向かうように病人と家族を援助すること。そして必要な時はいつでも、これらの体験の中に意味を見いだすように援助することを実現させるプロセスである
- コミュニケーションはそれ自体が目的ではなく、看護目標遂行のために相互作用で達成すべき目標を達成するための手段である
- 相互作用で達成すべき目標とは(1)人を知ること(2)病人の看護上のニーズを確かめ満足させること(3)看護の目的を遂行すること

(JOYCE TRAVELBEE)



## 5-1)-(3) コミュニケーションスキル

---

1. 傾聴
2. 共感
3. 受容
4. 誠実さ
5. 尊重
6. 支持
7. ユーモア

# 5-1)-(4) 交流分析 (Transactional analysis)

## ■ 交流分析 (Transactional analysis)

エリック・バーンが提唱した臨床心理理論の体系。「人間は誰でも自分の内部に3つの人格(自我状態)を持っている」、が基礎概念であり、それを分析することにより自己の深層心理を探り、自己理解することが可能である

### 3つの人格(自我状態)

P :parent 親の自我状態

A :adult 大人の自我状態

C :child 子供の自我状態



## 5-1)-(5)コミュニケーションスキルの習得

- ロールプレイ、模擬患者によるシュミレーション、視聴覚教材を通して学習する

例：ロールプレイ/カウンセリングのポイント：傾聴～共感

1. 傾聴の姿勢、態度
2. 視線をどう合わせるか
3. 心と体の緊張は一致する
4. 傾聴を妨げるブロッキング
5. 確認してブロッキングをはずす
6. 自分は何でブロッキングが起きやすいのかを知る
7. 閉じた質問と開いた質問
8. 共感の限界
9. 共感したうえで出た感想は励ましとなる



# 評価

---

- 患者や家族の状況に応じた適切なコミュニケーションスキルを用いて、看護が実践できる。



## 5-2) アサーティブコミュニケーション

---

- 目的

効果的に話し合う方法について理解する

- 大項目

(1)アサーティブネスとは

(2)アサーションスキル



## 5-2)-(1) アサーティブネスとは

---

### ■ 定義

- ・「自分の意見、考え、欲求、気持ちなどを率直に、正直に、その場の状況に合った適切な方法で述べること」
- ・「他者の基本的人権を侵すことなく、自己の基本的人権のために立ち上がり、自己表現すること」

### ■ アサーション権

### ■ 自己信頼を高める

### ■ 考え方をアサーティブにする



## 5-2)-(2) アサーションスキル

---

- 事例を用いてアサーティブネスのDESC法について習得する

D: describe 描写する

E: express, explain, empathize

表現する、説明する、共感する

S: specify 特定の提案をする

C: choose 選択する



# 評価

---

- **アサーションスキルを用いて、自分の考えや感情を伝えることができる。**