

# はじめに

## ～本書のゴールとゴールを達成するために

「できる」看護師とは何ができる看護師なのでしょうか？またどのような看護ができれば周りから「できる」看護師と認知されるのでしょうか？本書を手にとり、この「はじめに」に目を通している方たちにとっての「できる」看護師は、以下のことをごく普通に、あまり考えることもなく、さまざまな患者対応もあらゆる状況もサクサクとこなし、公私ともに充実した生活を送っている看護師のことではないでしょうか。

- 朝起きたら「今日も仕事だ、頑張ろう」と思える
- 元気に周囲に声をかけながら職場・部署にあらわれる
- 患者のことを素早く理解し何を聞かれてもサッと答えられる
- 患者に届く言葉の選び方と伝え方が上手で看護のふるまいに無駄がない
- 患者に何があってもあわてず、まるで予期していたかのように対応する
- 「あの人がいると急変がない」と部署や多職種チーム内でささやかれる
- 患者だけでなく同僚の看護師からも信頼が厚く一緒にいると安心できる
- 受け持ち患者に何が起きてもどんなに忙しくても時間内に仕事を終える
- 帰宅しながら「今日も楽しかった」「やっぱり看護はいいな」と思える
- 仕事の影響をプライベートに持ち込まず充実した個人生活を送っている

このようなことがごく普通に、直観的に、自然体で実行できる「できる」看護師の頭の中はどうなっているのでしょうか？「できる」看護師はどのようにしてその頭をつくり、またその頭をどのように使って日々の看護を実践しているのでしょうか？これらの疑問に対して科学的な説明や解釈ができるれば、その理解に基づいて「できる」看護師の頭をつくる学び方を導くことができそうです。

これらの疑問への答えを見出し、それを基盤に「できる」看護師の頭をつくる学び方をまとめたのが本書になります。本書は「できる」看護師の頭の構造、その頭が心<sup>※1</sup>とスキル（看護の技）を生み出すしくみの科学<sup>※2</sup>を基盤に、「できる」看護師の看護実践を教材化<sup>※3</sup>し、学習者が教材を使って「できる」看護師になりきって看護実践を経

※1 心：何かを感じ、知り、考え、学び、記憶し、言葉を使うこと、身体とともにすること、感情や意思を生み出し、人と語り合い、絆を築き、暮らしのしくみや文化をつくり出していくこと。心は脳の活動により生まれる〔「心と脳 認知科学入門」（安西祐一郎/著）、岩波新書、2011〕。

※2 科学：心理学、認知脳科学、人工知能の研究者であるマーヴィン・ミン斯基の業績など。

※3 「できる」看護師の看護実践とその能力を教材化する方法：GOLD（Goal-Oriented Learning Design、ゴール達成型学習デザイン）メソッド1を用いた（特典PDF参照）。

験することで、「できる」看護師の頭をつくる方法<sup>\*4</sup>を紹介しています。

これまでの学び方・教え方、すなわち3～4年の看護基礎教育と卒後数年間の辛くて心が折れそうになる現場経験では、新人看護師が「できる」看護師に育つことは相当困難でした。途中で挫折したり転職したり離職したりすることも少なくはありませんでした。「できる」看護師になろう！という素晴らしい動機を持って入学した看護学生1年生が、基礎看護教育を終えて数年頑張っても「できる」看護師に育たない現状には改善すべき課題があります。このような現場をパッと変えるのは難しいことですが、本書の読者は個人レベルでこのような課題を簡単に乗り越え、効果的・効率的・魅力的<sup>\*5</sup>な方法で「できる」看護師に成長する一歩を踏み出すことができます。それをお手伝いするのが本書の役割になります。

本書を使った学びはすでに成果を上げつつありますが、成果を上げている理由は次の通りです。①看護学生、新人看護師、看護師は生まれつき「できる」看護師に育つ頭を持っている、②その頭の使い方に気づけば自分の中に「できる」看護師がいることがわかる、③あとは「できる」看護師になりきって看護実践を経験しながら自分の中の「できる」看護師の心を育てるだけ。「できる」看護師に育つことは本来は楽しくワクワクする経験です。それは読者が小さかった頃、毎日が楽しく冒険に満ちた時間を過ごしているうちに、あっという間に小さな大人に育っていたことと同じです。本書は読者個人を対象にしていますが、学びの原動力<sup>\*6</sup>を利用し看護学生学年単位、あるいは部署・組織単位で本書を共有し利用することで、従来のカリキュラムや研修計画の効果・効率・魅力を向上することができます<sup>\*7</sup>。

2025年4月

日本医療教授システム学会 代表理事  
池上敬一

---

**\*4 「できる」看護師の頭をつくる方法** : GOLD (Goal-Oriented Learner Development、ゴール達成型学習者発達) メソッド2を用いた（特典 PDF 参照）。

**\*5 効果的・効率的・魅力的** : 効果的とは確実に成果が上がる、効率的とはより短い時間でかつより少ない労力で、魅力的とは楽しく集中しての意で、教授システム学（インストラクショナル・デザイン）の考え方。

**\*6 学びの原動力** : 目標をみつけ他者とお互いの目標を共有する統合的な心のはたらき（安西祐一郎）。「できる」看護師に育つツールとスキルを本書で獲得し、さらに同僚やチームで目標を共有し、それらの目標の達成を部署における自分にも他者にも活かしていく。

**\*7 本書を利用し従来のカリキュラムや研修計画の効果・効率・魅力を向上する** : 特典 PDF も参照。