

看護学生のコミュニケーションスキル育成のためのレジリエンスプログラム
— COVID-19禍の人間関係論 —

高橋和子¹⁾・吉田美和子²⁾・藤田美智子³⁾・伊藤麻希⁴⁾・近藤奈緒子⁵⁾

Resilience program for developing communication skills of nursing students : The theory of human relations in COVID-19 pandemics

TAKAHASHI Kazuko YOSHIDA Minako FUJITA Michiko
ITO Maki KONDO Naoko

Abstract

The purpose of this research is to develop a resilience program for nursing students, which emphasizes on relationships with others. In order to examine the effectiveness of the program, three instructors practiced face-to-face lessons and distance lessons on human relations theory aimed at developing communication skills. It was conducted for 102 nursing students during the COVID-19 pandemic in 2021. The five teaching materials for distance learning are; (a) My silhouette: Draw a contour of the body and express oneself with colors; (b) "Does the egg stand?": Stand raw eggs independently by hands; (c) Nature exploration: Be alone for an hour and spend time in nature without using words; (d) Read the text "Charm of glowing mud dumplings"; (e) Describe the relationship between the experience of the program of human relations theory and nursing. The descriptive data of these students was quantitatively text-analyzed. As a result; (1) The effectiveness of the program was demonstrated by the fact that the instructor's aim for each teaching material and the student's perception showed similar tendency, regardless of the distance assignment class and the difference in the instructors; (2) The influence of the instructor's bodywork was reflected in the student's description, even with the same teaching materials; (3) The elements of the theory of human relationships were "expression, involvement, feeling, movement, speaking, listening, experience, and communication." These elements show similar tendency in "mind-body awareness" work and "awareness" is a base for both works; (4) The words related to "others" in nursing were frequently appeared as a characteristic of nursing students; (5) This program can be a communication skill development program for nursing students and it has possibility to apply for general college students.

Keywords : nursing education, mind-body awareness, relationship theory, distance learning, face-to-face lessons, communication skills, COVID-19 pandemic, text analysis

1) 静岡産業大学スポーツ科学部
〒438-0043 静岡県磐田市大原1572-1

2) 上智大学文学部保健体育研究室
〒102-8554 千代田区紀尾井町7-1

3) 神奈川県立保健福祉大学実践教育センター
〒241-0815 横浜市旭区中尾1-5-1

4) 日本赤十字看護大学
〒150-0012 東京都渋谷区広尾4-1-3

5) 神奈川県立よこはま看護専門学校
〒241-0815 横浜市旭区中尾1-5-1

1) *Faculty of Sport Science, Shizuoka Sangyo University*
1572-1 Owara, Iwata, Shizuoka, 438-0043, Japan.

2) *Faculty of Humanities, Jouchi University*
7-1 Kioi-cho, Chiyoda-ku, Tokyo, 102-8554

3) *Center for Professional Education, Kanagawa University of*
Human Services 1-5-1 Nakao, Asahi-ku, Yokohama, 241-0815

4) *Japanese Red Cross College of Nursing*
4-1-3 Hiroo, Shibuya-ku, Tokyo, 150-0012

5) *Kanagawa Prefectural Yokohama School of Nursing*
1-5-1 Nakao, Asahi-ku, Yokohama, 241-0815

I. 背景

1. 看護学生のコミュニケーションスキル

新型コロナウイルス感染症（以下、COVID-19）の影響により、三密（密閉・密集・密接）を防ぐ措置が取られてきた。生身のからだでの対面が制限されたことや、マスクを通した会話では表情が読み取りにくいこともあり、コミュニケーションスキルをはじめ、心身の健康に影響を及ぼしている。

このコミュニケーションスキルは、「看護師が患者の情報を的確に得て、不安や異常をいち早く察知するために必要であり」（上野 2005）¹⁾、「患者の自己表現を促進し、信頼関係を築いていくうえで、更に患者のニーズに即したケアを実施する上でも重要である」（野末 2001）²⁾。患者と看護師間のみならず、チーム医療が一般化した現代の医療において、多職種間の連携を円滑に行うためにもコミュニケーションが担う役割は大きく、円滑に関係を調整するためには、自分の意見を躊躇することなく相手に伝える能力とともに、相手の立場や考えを配慮する能力が必要である（藤本 2007）³⁾。看護学生のコミュニケーションスキルには、基本的コミュニケーションスキル（他人と良好な関係構築に必要）と専門的コミュニケーションスキル（看護実践を行う上で必要）があり（島村 2019）⁴⁾、特に専門的コミュニケーションスキルの低下が指摘されている（石光, 2012）⁵⁾。このように看護学生のコミュニケーションスキルは注目されており、関連する研究論文を CiNii で「看護学生」「コミュニケーションスキル」を検索すると 515 件（2000～2021 年）抽出された⁶⁾。また、高橋 (2021)⁷⁾ は看護学生のコミュニケーションスキルの特徴について、医学中央雑誌で検索した結果（2016～2020 年）、45 件が抽出され更に 9 件に絞り検討している。その結果【非言語的メッセージを受け取ることに対する自己評価の低さ】【自己主張の乏しさ】【表現力の乏しさ】【指導者・教員・看護師とのコミュニケーションに対する困難さ】【高い他者受容スキル】【経年的変化の存在】の特徴を明らかにしており、基本的コミュニケーションスキル育成に重点を置いた教育支

援の必要性を述べている。

以上のことより、看護学生には基本的コミュニケーションスキル、専門的コミュニケーションスキルの育成が必要であると言える。

2. 心身にアプローチした人間関係論

本研究者らは約 40 年にわたり、看護教職員（学生含む）の「人間関係論」や「ヒューマンサービス論」を担当してきた。前述した先行研究にみられたように、特に近年の看護学生は自己表現力が低く、コミュニケーションに苦手意識をもっていると実感していた。そのため、他者とのかかわりを大事にした「自他のからだへの気づき」をもとにした「コミュニケーションスキル」の育成に視点を当て、体験学習を行ってきた。患者への共感や交流や理解を図るには、心身（特に五感）を通じた把握が重要であると考えたからである。そのため、臨床心理学やボディワークに依拠した人間関係論を創出してきた。

しかし、COVID-19 の影響により 2020 年から 2021 年において、大学や専門学校の授業は、対面と遠隔のハイブリッド型が多く実施されている。文部科学省の「新型コロナウイルス感染症対策の基本的対処方針の変更等について」の事務連絡では、「時間割の変更や補講授業、インターネット等を活用した学習レポート課題の実施などによる特段の配慮」により単位認定方法が示唆されている⁸⁾。対面授業の減少による学生の体調不良や運動不足、特に新入生の対人関係への対応が重要課題と言え、今後の大学教育での対面授業においても、人間関係の構築や、身体運動による楽しさの享受やストレスの軽減が期待される。

そのような状況下において、看護基礎教育では十分な感染対策を行いながら対面授業を重視してきた。COVID-19 の緊急事態宣言下では最小限の対面授業を行いつつ、教材を自宅での自習形式で行わざるを得ない状況もあった。アフターコロナにおいてもパンデミックが起こる可能性もあると捉えれば、ハイブリッド型での教材の有効性を検証する必要がある。

3. 目的

本研究は、他者とのかかわりを大事にし、生涯にわたり健康的で活動的な生活を持続的に実現するためのレジリエンス（生きる力）プログラム開発を目的としている。今回はその研究の一環として、看護学生のコミュニケーションスキルの育成をめざし、COVID-19 禍で実施した人間関係論を対象にする。教材自体がどのように学生に受け止められたのか、指導者による差異はあったのかも含め、プログラムの有効性を明らかにする。ここで明確になったことは、今後、看護学生におけるコミュニケーションスキル育成の一つの指針になると共に、アフターコロナやデジタル社会を生き抜くレジリエンスプログラムとしても、活用できると考えている。

II 研究方法

1. 研究方法の概要

2021 年度「人間関係論I」を受講した看護学生 102 名に、3密（密閉・密集・密接）を防ぐため3名の指導者①②③が同一教材を対面授業と遠隔課題授業（以下、課題と略す）で実施し、提出された5課題の記述データについて定量テキスト分析した^{9,10)}。

2. 対象

2-1 対象者の特徴

対象者の2年生は入学直後から COVID-19 の影響を受けている。入学早々、2か月間の臨時休業や自宅での遠隔授業、看護技術演習での対人接触制限や全臨地実習の学内実習への置換がなされた。これらのことにより、それ以前の学生と比較して学生間のコミュニケーションや実際の患者と接する機会の減少を余儀なくされた学年である。

2-2 指導者

3名の指導者はソマティクス領域のボディワークの熟練者であり、看護教育に20～40年近く関わっている。依拠するワークは「気づき」を促すことを最優先するが、「気づけ」ないことも受容する立場を取る。

指導者①はボディワークの技法の一つ、フェルデンクライスメソッド^{註1)}（以下、FMと略す）プラクティショナーの有資格者である。FMは体の

繋がりに意識を向けながら、ゆっくり心地よく体を動かし、その動きの感覚・呼吸などを観察し、感覚能力を高めることによって、より無理のない動き方を学んでいくもので、自らの身心について、体の動きを通した学びの方法と言える。

指導者②はボディワークの技法の一つ、ボディマインド・センタリング^{註2)}（Body-Mind Centering®:以下、BMCと略す）プラクティショナーの有資格者である。BMCは体験的解剖学とも称され、身体を物質としてのBodyだけでなく、心やスピリチュアリティを含む総体として「からだ（soma）」を捉える実践技法である。

指導者③は伊東博（1919-2000）が創始したニュー・カウンセリングやダンスの即興表現に依拠した「からだ気づき」^{註3)}を、看護教育の人間関係論等に導入して40年になる。心身両面からアプローチする教材を提供し、看護師自身が心身のケアに配慮して臨床場面に応用することを企図している。

2-3 対象とした授業

人間関係論I（1単位15時間）を対象とした。実施日は緊急事態宣言下であり感染拡大防止のため、2日間15時間の対面授業を実施するところを両日とも午前を対面授業（8時間）、午後を自宅での遠隔課題授業（7時間）として実施した。指導者は事前打ち合わせをし、テキスト『からだ：気づき学びの人間学』¹¹⁾に掲載した教材を中心に設定した。ただし、目の前の学生の状況に応じ、「いま・ここ」での指導者の判断や専門性を活かし、教材（実施順序・追加教材）を展開することを申し合わせた。課題には自宅で自習できる教材⑦⑧⑭⑮⑯を設定し、「行ってみて考えたことや感想」（400字か1,000字）を記述させ、教材⑦⑧⑭は写真添付も課した。指導者は休憩時間や授業後に振り返りを数時間行い、情報共有に努めた。

2-4 教材選択

教材は下記の①～⑯であり括弧内はねらいを示しており、学生の状況により追加・削除する教材もあることを事前に伝えている。本稿ではこの教材番号を使用する。

-
- ① 予習『からだ』『はじめに』『あとがき』読む
 - ② 自我介绍 (名前の由来: 話を聴く・伝える)
 - ③ 幸せ体操 (手と脚の協応動作)
 - ④ 呼吸法 (胸式呼吸・腹式呼吸)
 - ⑤ 幼児期の36の動き (即興表現・協働・発想)
 - ⑥ 健康調査 (生活習慣調査・貧血度測定)
 - ⑦ マイシルエット (自己表現) 写真+400字
 - ⑧ 卵は立つ? (できること) 写真+400字
 - ⑨ 与える受取る (センサリー・アウェアネス)
 - ⑩ 筍ニヨキキ (からだの勢いを読む)
 - ⑪ 変形椅子取りゲーム (協働・自他を知る)
 - ⑫ 金魚鉢 (他者観察)
 - ⑬ 課題レポート⑥⑦⑧の振り返り
 - ⑭ 自然探索 (無為・感覚の覚醒) 写真+400字
 - ⑮ 『からだ』25章「光る泥団子の魅力」400字 (創造性の教育) (以下、泥団子と略す)
 - ⑯ 本授業の体験と看護の関係について千字 (以下、看護の関係と略す)
-

2-5 指導者①②の追加教材

- ① 全身写真撮影 (前後左右), 目隠し歩き^{註4}
フェルデンクライスメソッド (動いて感じる: 立つ・寝る・歩く・椅子に座る・からだの地図作成)
- ② パーソナルスペース, 目隠し歩き, ヨガ

2-6 課題の詳細

自習課題の教材⑦⑧⑭⑮⑯の詳細を下記に示す。学生には教材の注意点とテキストを読むことを伝えている。課題の全文 (写真含む) を各1名ずつ掲載する^{註5}。

⑦マイシルエット: 模造紙の上に好きなポーズで横たわり体のラインをなぞってもらう。そのシルエットをもとに約1時間かけて描く、塗る、貼る、切る等して「今の自分」を表現し、2日目には作品に題名を付け制作の思いを発表する。

⑧卵は立つ?: 生卵を何の細工もなしに立ててみる。立った卵の姿や影をよく観察し写メを授業以外の人に送信し (家族の場合は一緒に体験してよい)、教材を説明してやってもらう。そのことで教材の意図を考える機会になる。「卵は立つ?」に「?」を付けたのは、卵は立つかなという意味を内包している。立てることが到達目標ではなく、立てる一連の

プロセスの中で、心身に起こることに気づきを促す意味がある。卵が立たない場合は立たない卵の写メを提出してもよい。

⑭自然探索: 1時間1人で言葉や携帯を使わずゆっくりと自然豊かな所で過ごす。気に入った風景等の写真も提出する。座禅が座つての瞑想であるなら「自然探索」は「歩く禅」とも言え、雑念から解放され無になると、感覚が鋭敏になり、自然の生き物や事柄や自身を改めて見直すことができる。

⑮泥団子: テキスト「光る泥団子の魅力」を読み、考えたことや感想を記述する。この教材は山口県の看護専門学校の入試問題に採択されたことがある。

⑯看護の関係: 主として対面授業で体験した教材について、具体的な看護の場面に関連付けて記述する。いわば学生が「人間関係論」で学んだ総まとめである。

3. データ分析方法

課題の記述を分析データとし、KH Coder Ver.3 を用い計量テキスト分析を行った。分析の手順は前処理、抽出語、多次元尺度法、対応分析 (指導者) について特徴的な語の抽出 (Jaccard 係数上位 60 語)、共起ネットワーク分析を用いた関連語 (Jaccard 係数上位 60 語) の描画^{註6}、並びに自己組織化マップ (一辺の円の nodo を 20 に設定) を作成する。

なお分析で導き出される頻出語がどのような文脈で使用されたかの詳細の分析は行わない。体験したプログラム (内容・方法) を学生が否定的に捉えても、記述することで意識化され、気づきが促されたと考えるからである。

4. 倫理的配慮

データ収集に際し学生に研究計画書を送付し、個人情報保護の立場から研究のみに使用することを説明し同意を得た上で、協力できる対象者に限り実施した。本研究は「静岡産業大学倫理委員会」(承認番号 S21003) を通っている。

Ⅲ. 結果と考察

1. 抽出語数の傾向

1-1 教材 (課題) の総抽出語数 (表 1)

自習5教材の総抽出語数と異なり語数 (同じ単語が何度現れても一語とする: 括弧内の

数値)を表1と次に示す。「⑧卵は立つ?」は総抽出語数が一番多いのに対し異なり語数は一番少なく、限定された語の頻度が高い。総抽出語数が少なかった「⑮泥団子」は、他教材が実際に体験したのに比べ、テキストを読み記述したためと考えられる。「⑯看護の関係」は千字の記述数だったが、総抽出語数も異なり語数も多く、対面授業での様々な体験も含め、多くの学びがあったと考えられる。

⑦マイシルエット	32,046語 (2,434語)
⑧卵は立つ?	33,285語 (2,096語)
⑭自然探索	32,515語 (2,430語)
⑮泥団子	32,027語 (2,286語)
⑯看護の関係	71,673語 (3,239語)

1-2 教材の類似語の傾向 (表2)

総抽出語数の比較だけでなく、抽出語の中には類似する語(以下、類似語と略し[]で表記)が多く見られたため、抽出語150位からベスト7位までの類似語を表2と下記に示す。ベスト1位を中心にみていく。

「⑦マイシルエット」では1位が[自分]で3位が[シルエット]であり、[マイシルエット]を意味する語の合計は1,137語であった。他3教材でも教材名がそのまま1位になって

いた。多くの学生は教材名から文章を書き出し、文章中にも何回も教材名を使用したことから、この結果になったと考えられる。更に、自習の4教材に共通で多く出現した類似語は、[自分][考える][感じる]であった。[自分]を振り返ると共に、様々なことを[考える][感じる]機会になったと推察できる。

「⑯看護の関係」の多い順では、[取り組む2,463語][相手2,067語][看護1,417語][コミュニケーション1,138語][自分1,130語][考える788語][できる742語]であった。この結果と一般学生の類似授業(COVID-19禍の120名の対面)¹²⁾と比較してみる。一般学生の類似語は[相手1,428語][動き1,183語][今回1,018語][学ぶ973語][自分938語][感じる908語][体900語]であった。一般学生と比較し看護学生では、[取り組む][看護][できる]が特徴的であり、授業での体験(主体的に取り組む)を通して色々なことができるようになり、看護を考える機会になったと考えられる。

⑦マイシルエット	[自分708語][シルエット429語]
⑧卵は立つ?	[卵は立つ1,654語]
⑭自然探索	[自然探索 684語]
⑮泥団子	[泥団子 954語]

表1 教材別の総抽出語数

データ/課題	⑯看護の関係	⑦マイシルエット	⑧卵は立つ?	⑭自然探索	⑮泥団子
総抽出語数(使用)	71,673 (27,996)	32,046 (12,336)	33,285 (12,233)	32,515 (12,654)	32,027 (12,339)
異なり語数(使用)	3,239 (2,776)	2,434 (2,077)	2,096 (1,716)	2,430 (2,035)	2,286 (1,907)
文書の単純集計	2,135	610	682	706	633

表2 教材別の抽出語150位の類似語(表中数値は頻出語数)

位	⑯看護の関係	⑦マイシルエット	⑧卵は立つ?	⑭自然探索	⑮泥団子
1	取り組む2463	自分708	卵は立つ1654	自然探索684	泥団子954
2	相手2067	コミュニケーション641	考える332	歩く395	考える498
3	看護1417	シルエット429	できる320	感じる368	子ども344
4	コミュニケーション1138	考える333	挑戦303	五感339	自分306
5	自分1130	感じる211	自分187	考える158	作る299
6	考える788	相手210	感じる168	自分137	看護137
7	できる742	作品195	取り組む162	携帯109	感じる136

2. 「⑩看護の関係」の多次元尺度構成法

更に「⑩看護の関係」の抽出語の関係性を見るために、多次元尺度構成法(同じ段落に一緒に出現する語の組み合わせを探る)を行った。その結果、8クラスターが出現した(図1)。クラスターを構成する抽出語を概観し教材の内容も考察し、次のように命名した。

- | | |
|--------------|-----------|
| 1【人間関係論の特徴】 | 5【目隠し歩き】 |
| 2【信頼】 | 6【表現力】 |
| 3【コミュニケーション】 | 7【気づき】 |
| 4【感情に向き合う】 | 8【ペアとの構築】 |

クラスター1は、[人][人間][相手][患者][看護][自分][自己]との[関係]を[大切][重要]に[行う][感じる][考える][知る][学ぶ][思う][理解][体験]する語が中核に位置づいたことから、【人間関係論の特徴】と命名した。

クラスター2は、[他者][関わる][良い][信頼]が[様々]になされたことから、【信頼】と命名した。

クラスター3は、授業時の[自己紹介]や[体][動き]を[使い][コミュニケーション]が積極的に行われたため、これらの語が出現し、【コミュニケーション】と命名した。

クラスター4は、[今][気持ち][生活][感情]に[向き合う][時間]の語が出現し、【感情に向き合う】と命名した。

クラスター5は、指導者①②が行った教材「目隠し歩き」に関連している。[手][身体]で[情報]を[目]を瞑った人に伝え[分かる]と[不安]から[安心][歩く]ことができ、隣接するクラスター8も、[ペア]との関係が[構築]されると[恐怖]から解放され[出来る]に繋がり、これらの語が出現したと考え

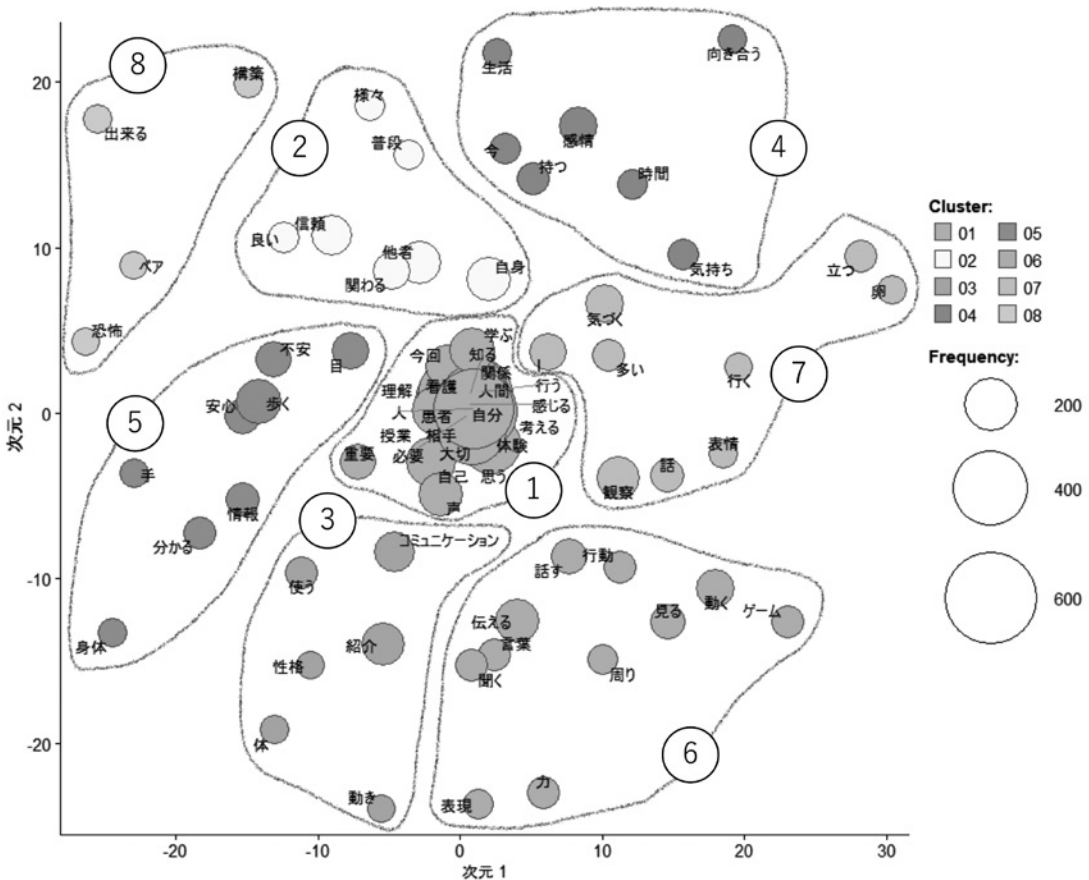


図1 「⑩人間関係論と看護の関係」(多次元尺度構成法)

られる。そこでクラスター5は【目隠し歩き】、クラスター8は【ペアとの構築】と命名した。

クラスター6は、【言葉】【話す】【聞く】【行動】や【周り】【見る】【動く】【ゲーム】を通し、【伝える】【表現】【力】の語が出現したことから、【表現力】と命名した。

クラスター7は、教材の【卵】【立つ】や「金魚鉢」で相手の【表情】【話】を【観察】し、「自然探索」で外に【行く】【気づく】【多く】が出現したことから、【気づき】と命名した。

一般学生との類似実践と比較すると¹²⁾、一般学生では【授業成立の要件】【動きが分かる楽しさ】【模擬授業】【遊びを通したコミュニケーション】【自然・呼吸への気づき】【ダンス】【ラジオ体操】【骨密度を高める運動】であった。一般学生と比較し看護学生では、他者（看護・患者）との信頼関係や表現力が特徴的であったとまとめることができる。

3. 対応分析による指導者の特徴

次に、依拠するボディワークが異なる3名の指導者が実践した人間関係論の5教材が、看護学生にどのように受け止められたのかを、KH Coderの対応分析を用いて探る。この分析ではデータ全体を分割して、どの部分に特徴的な語が使用されているかを図示できる特徴がある。図の見方は成分1と成分2が交わる0付近が3人に共通する語（以下、共通語と略す）であり、図中の指導者①②③から離れた語が各指導者に特徴的な語（以下、特徴語と略す）である。

3-1 ⑬「看護の関係」(図2)

指導者の共通語は【看護】【患者】【自己】【関係】【感じる】【コミュニケーション】【表現】【体験】等、前述した【人間関係論の特徴】と類似した結果であった。特徴語については、指導者①はフェルデンクライスメソッド (FM) を

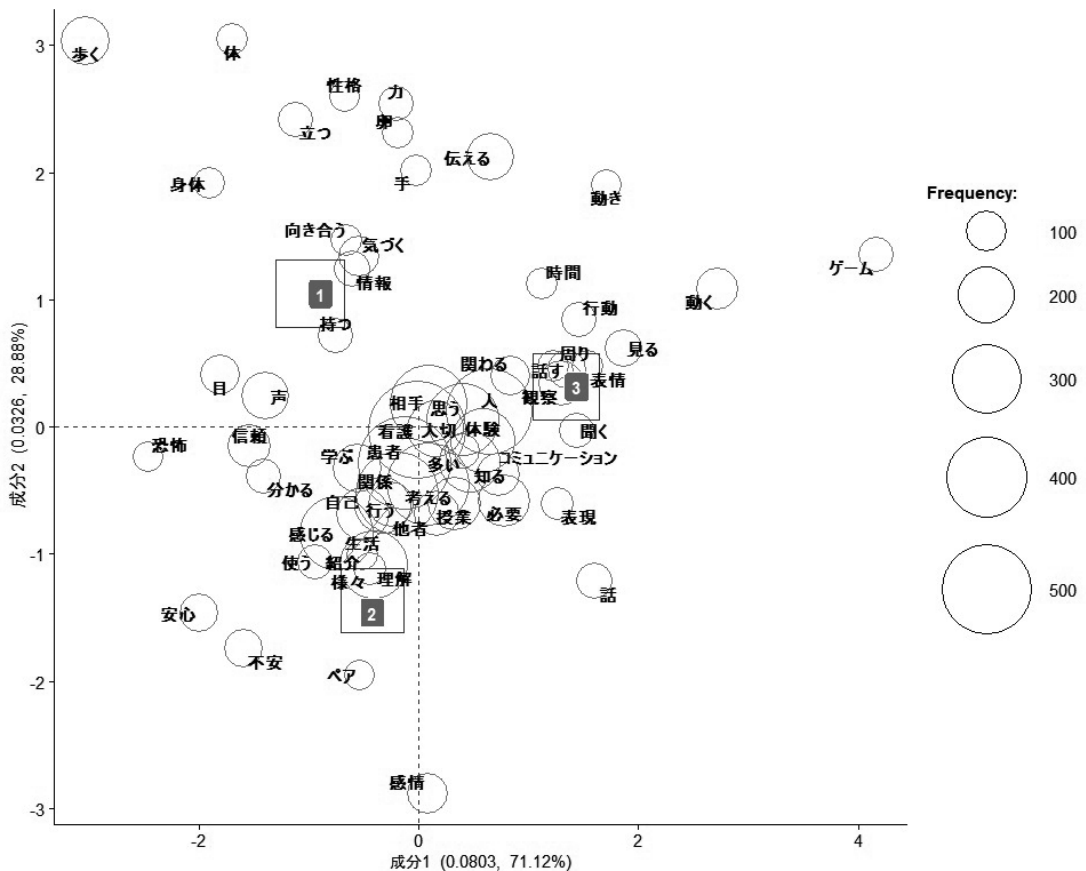


図2 「⑬人間関係論と看護の関係」の指導者に特徴的な抽出語（対応分析）

追加教材で行ったこともあり、学生は[立つ][歩く][身体][性格]という体の動きを通した「自分についての学び」に繋がっていた。指導者②は教材「目隠し歩き」の影響もあり心の[不安][安心]などの感情面が特徴語であった。指導者③は看護教育における健康持続のためのレジリエンスプログラム開発や教員養成での体育科教育学や即興表現を専門にして、仲間との遊びを通した教材の影響もあり、学生には[動く][ゲーム][行動][見る]が特徴語であった。

このことから「人間関係論」は[関わる][感じる][表現][体験]が共通語として捉えられると共に、各指導者の専門領域と関連しながら教材が展開されたことも、学生は指導者の独自性として受け止めていたと言える。

3-2 指導者の特徴が現れた4教材(表3)

さらに、4教材についても対応分析による図を作成し(図は紙面の関係から省略する)、それを元に3人の指導者の共通語と特徴語を分析した。共通語に関しては表2に示したベスト7に現れなかった頻出語を提示すると共に、特徴語は3語に絞り表3に示した。なお、表の上段には、指導者側が企図した「教材のねらい」を掲載した。

3-2-1 ⑦マイシルエット

一日目の昼に互いのシルエットを取りあい、その後の作業は自宅での自習とした。指導者の共通語は[表現]である。特徴語については、指導者①は[姿勢][意識][性格]であった。学生はFMを体験したことにより、姿勢や自身の性格に意識が向いたと考えられる。指導者②ではシルエットに[頭]を描き[見つめる][イメージ]が挙げられた。指導者③

では[感情][相手][友達]が挙げられた。一日目の午前中に、協力を必要とする変形椅子取りゲームや即興表現の班ごとの発表を行ったこともあり、仲間がどのようなシルエットを取るかに興味を持つ記述も多くあり、[相手][友達]の語の出現の要因と考えられる。以上のようにマイシルエットでは、指導者の対面授業での影響が多くあったと考えられる。

3-2-2 ⑧卵は立つ?

指導者の共通語は[達成][取り組む:試す・実施]であり、学生たちは卵を立てようと試行錯誤を繰り返して取り組んだと言える。特徴語は、指導者①は[向き合う]、指導者②は[イライラ]、指導者③は[教材]であり、前述したマイシルエットでの各指導者の特徴が同様にみられたことにより、卵は立つにおいても、一日目の影響があったと考えられる。

3-2-3 ⑭自然探索

指導者の共通語は[見る]である。特徴語は、指導者①では[声][変化][好き]、指導者②では[スマホ][暑い]等、自身の変化を捉えていた。一方の指導者③では[夜][花咲く][沢山]のように外部に目が向いていた。[スマホ]に注目すると、「スマホ依存」と自らを称した学生(註5に掲載)は2グループ所属であり、このグループは特にスマホの記述が多く、指導者の「スマホは見ない!」の言葉かけが印象に残ったと推察される。

3-2-4 ⑮光る泥団子

指導者の共通語は[創造]である。特徴語は、指導者①では[得る][創る][時間]、指導者②では[多い][成長][自由]であった。指導者③では[失敗][作業][友達]であり、3グループでは幼児時代に泥団子を友達と作った

表 3 対応分析による指導者別の特徴語

指導者(専門領域)	⑬看護の関係	⑦マイシルエット	⑧卵は立つ?	⑭自然探索	⑮泥団子
教材のねらい	自他とかかわる	自己表現	出来るへの挑戦	感覚の覚醒	創造性の教育
共通	感じる	表現	達成	見る	創造
1FM	立つ・歩く・身体	姿勢・意識・性格	向き合う・試す・方法	声・変化・好き	得る・創る・時間
2BMC	不安・安心・ペア	頭・見つめる・イメージ	イライラ・取り組む・成功	スマホ・暑い	多い・成長・自由
3からだ気づき	ゲーム・動く・見る	感情・相手・友達	教材・黄身・実施	夜・花咲く・沢山	失敗・作業・友達

ことを記述する学生が多く、「⑦マイシルエット」での特徴語の[友達]と同様の傾向がみられた。

3-3 人間関係論でのプログラムの有効性

以上のことから、学生が捉えた指導者の共通語と指導者側の「教材のねらい」は類似傾向にあり、指導者の違いや対面や自習の違いを越えて、教材が受け止められたと考えられる。つまり、プログラム教材の有効性が実証されたと言える。また、同じ教材であっても、指導者の依拠するボディワークや対面で行った教材の影響が、学生の記述に反映され、差異が生まれたと考えられる。これこそが授業という生身のからだでの交流が生み出す醍醐味である。

その一方で、学生の性格や価値観や文章力の違いが、記述にどう反映されたかの検証はできず、今回の研究の限界と言える。

4. 共起ネットワーク分析

多次元尺度構成法や対応分析結果も踏まえ、更に共起ネットワーク分析も行い、指導者と学生の教材の捉え方が一致しているかの検証を行う。

4-1 ⑦マイシルエット (図3)

4 カテゴリーに分けられた。1番大きなカテゴリーは[マイ・シルエット][見る][思う][感じる][作成]と[手][使う]が関連し、それらが2番目のカテゴリーの[表現][人][色][塗る]、3番目のカテゴリーの[考える][自身][描く]、4番目のカテゴリーの[自分][好き][形]と、全て繋がっていた。特に[自分][表現]が大きなバブル(円)を形成しており、指導者側の教材のねらいの「自己表現」に直結したと考えられる。

4-2 ⑧卵は立つ? (図4)

シンプルな3カテゴリーに分けられた。1番目のカテゴリーの[卵][思う][最初]、2番目のカテゴリーの[立つ][挑戦][大切]、3番目のカテゴリーの[自分][感情]と全て繋がっていた。特に[卵][立つ]が大きなバブルを形成し、[挑戦][大切]と強く関連しており、指導者側の教材のねらいの「出来るへの挑戦」に関連したと考えられる。先行研究¹³⁾の看護

学生113名と一般学生92名(COVID-19禍の対面・遠隔)に「卵が立つ?」教材の意図をグループで考えさせた実践では、看護関係[看護][患者][信頼]と教育関係[教師][生徒][教材][大切]の語が出現した。今回は教材の意図をグループで考える方法は取れなかったためか、看護関係の語は見られず自分の感情が多く出現したと考えられる。つまり、同じ教材でも、何を学んでほしいのか、それを保証する方法をどう設定するかが、学生の受け止めに影響を与えると考えられる。

4-3 ⑭自然探索 (図5)

9カテゴリーに分けられた。1番大きなカテゴリーの[自然][思う][時間][考える][自分]が4カテゴリー([探索][行う][感じる][公園]、[歩く][散歩]、[音][少し])と全て繋がっていた。これらを[子供][遊ぶ]、[道][通る]、[外][出る]、[花][咲く]が囲むように位置取りされていた。特に[自然][探索][感じる][思う]が重なり合い、[時間][歩く]共に大きなバブルを形成していた。指導者側の教材のねらいの「感覚の覚醒」にも直結したと考えられる。

4-4 ⑮泥団子 (図6)

3カテゴリーは独立していた。大きなカテゴリーは[光る][泥][団子][魅力][読む][作る][考える][感じる]が相互に関連していた。2番目のカテゴリーは[試行錯誤][観察][集中][体験][知識]が繋がっていた。3番目のカテゴリーは[看護][患者]であり子供が泥団子作りに集中する様子に教員はどう関わるかを、看護や患者の関わりに置き換え考えていた。特に[泥団子][作る(創る)][感じる][考える]が大きなバブルを形成していた。指導者側の教材のねらいの「創造性の教育」に直結はしないものの、「創造性を考える機会」にはなったと考えられる。

4-5 ⑯「看護の関係」(図7)

シンプルな3カテゴリーに分けられた。一番大きなカテゴリーは[人間][関係]で[患者]を[思う][知る]が強く関連し、2番目のカテゴリーの[看護][人][大切]も、3番目のカテゴリーの[自分][必要]、そしてカテゴリーには出現しなかった[感じる][行う][考える]

[相手]とも、全て繋がっていた。特に[自分][人間・関係]を[考える]こと、[看護][患者][人][大切][思う][必要]であること、その基盤には[感じる][行う]ことがあったと解釈できる。

4-6 強い共起関係と教材のねらい

以上の分析を踏まえ、大きなバブルと強い共起関係に着目すると、⑦マイシルエットでは[自分][表現]、⑧卵は立つ?では[挑戦][大切]、⑭自然探索では[自然][感じる]、⑮泥団子は[作る(創る)][感じる][考える]、⑯「看護の関係」は[自分][人間・関係][看護][患者][大切][感じる][考える][行う]と強く関連していた。このように、自習教材であっても各教材のねらいに直結し、指導者と学生の捉え方の一致をみた結論づけることができる。

5. 自己組織化マップ (図8)

最後に、⑯「看護の関係」の自己組織化マップ(一辺のノード node を 20 に設定)を作成し、頻出語の関連語を 2次元のマップから探索した。その結果、8つのクラスターに分類できた。度数が極めて高いノードは四隅に在り、[人間(関係論)I][自分][時間]、[患者][信頼][関係][構築]、[目(隠し)歩き][恐怖]、[動く・動き][ゲーム][周り][見る]であったため、それらが属するクラスターからみていく。

5-1 『表現』

[人間(関係論)I][時間][自分・自身][感情][表現][看護]のノードから構成されるクラスターは、人間関係論の授業において、自分自身の感情表現を通して看護を考えた時間であったことから、『表現』と命名した。

5-2 『関わる』

[患者][信頼][関係][構築]様々[生活][関わる][向き合う][重要]のノードから構成されるクラスターは、患者との信頼関係の構築には、様々な生活に向き合い関わるのが重要であるため、『関わる』と命名した。

5-3 『感じる』

[目][歩き][恐怖][不安][安心][声][分かる][ペア][出来る][力][卵][立つ][身体][手][使う][持つ][紹介][情報][行う][良い][感

じる]のノードから構成されるクラスターは、授業での教材「目隠し歩き」「自己紹介」「卵は立つ?」に関連し、教材の基盤には「感じる」があるため、『感じる』と命名した。

5-4 『動く』

[周り][相手][見る][動く・動き][行く][ゲーム][言葉][気持ち][伝える][大切]のノードから構成されるクラスターは、周りや相手を見ること、言葉や気持ちを伝えること、自然探索で外に行くこと等のように、積極的に「動く」が大切であるため、『動く』と命名した。

5-5 『話す・聞く』

[今][人][表情][話(す)][聞く][多い]ノードから構成されるクラスターは、授業ではよく人と話したり聞いたりしたが多かったことから、『話す・聞く』と命名した。

5-6 『体験』

[性格][行動][観察][思う][必要][体験]のノードから構成されるクラスターは、授業では実際に行動して観察するなど、主体的に体験する必要があったことから、『体験』と命名した。

5-7 『コミュニケーション』

[自己][他者][理解][コミュニケーション][今回][知る]のノードから構成されるクラスターは、自他を理解する上でのコミュニケーションについて、今回の授業で知ったことから、『コミュニケーション』と命名した。

5-8 『気づく』

[普段][考える][学ぶ][気づく]のノードから構成されるクラスターは、6クラスターと隣接し全体を中心に位置しており、授業で学び考える基盤に「気づく」が重要と考えるため、『気づく』と命名した。

5-9 人間関係論の構成要素

以上のように人間関係論を構成する要素は、「表現・関わる・感じる・動く・話す聞く・体験・コミュニケーション・気づき」と言える。また、8つのクラスターのうち5つに[看護][人間][人][患者][相手][ペア][他者]等のノードがあることも、看護学生の特徴と言えよう。

本研究者の依拠する「からだ気づき」では、人間はもともと「感じる・動く・ひらく・表す・かかわる」働きを持っており、それらの基盤

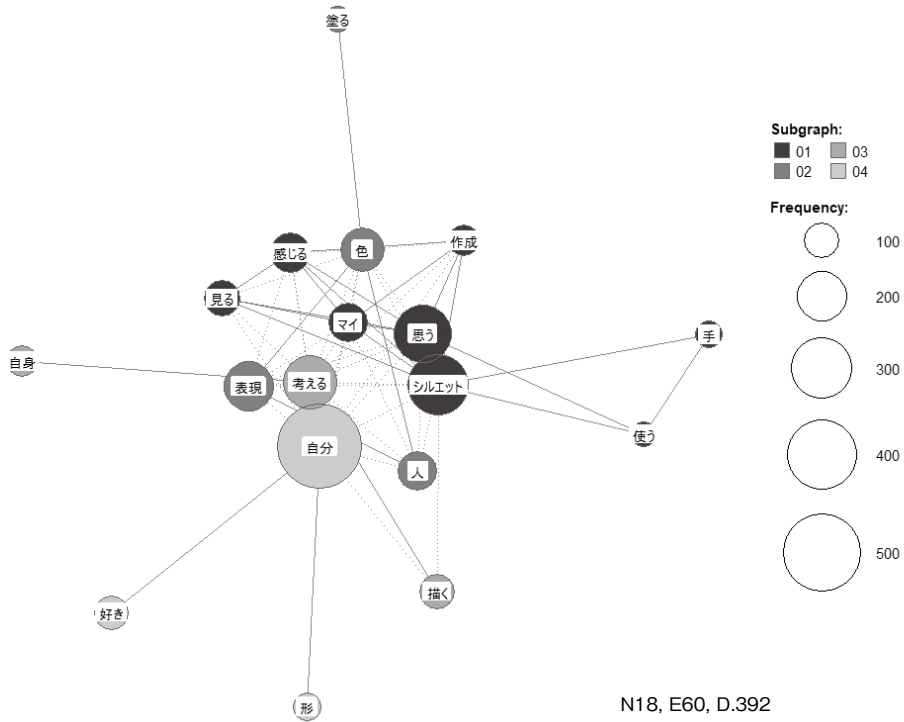


図3 ⑦マイシルエットの共起ネットワーク

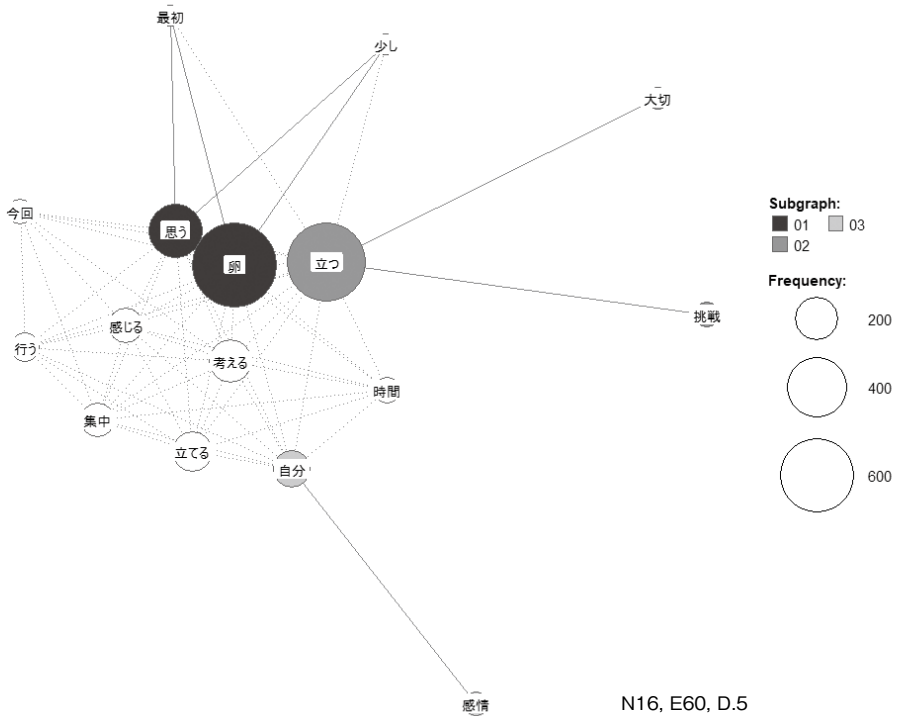


図4 ⑧卵は立つ?の共起ネットワーク

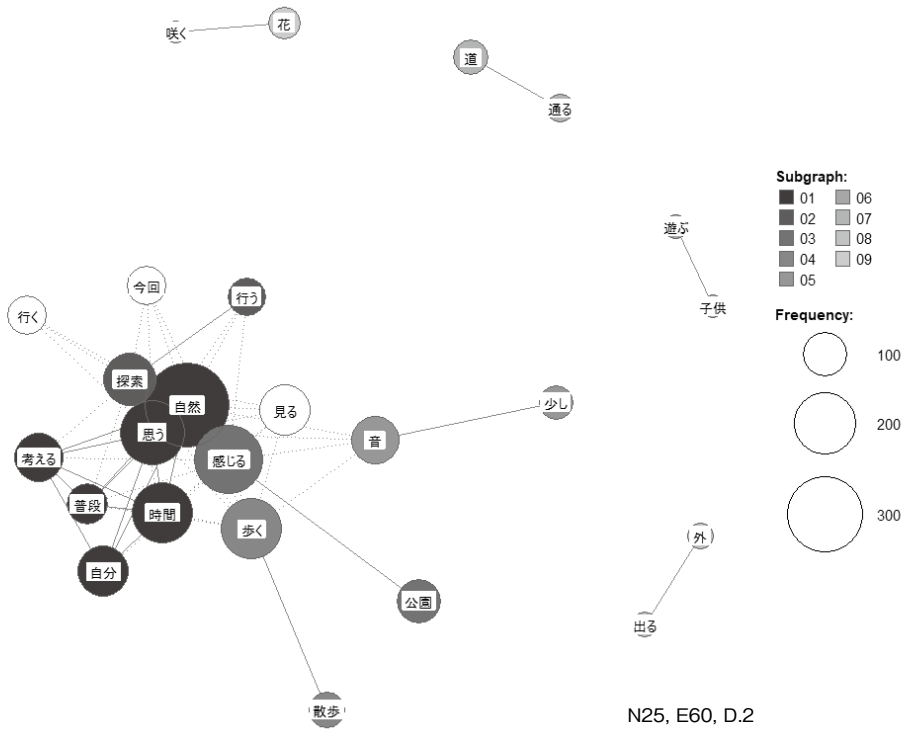


図5 ⑭自然探索の共起ネットワーク

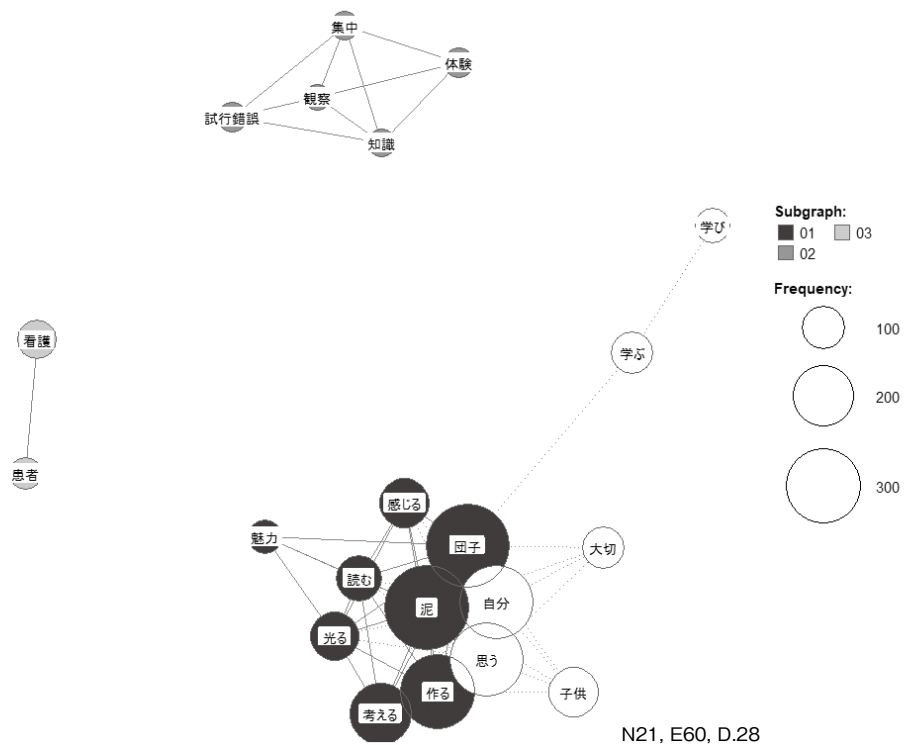


図6 ⑮泥団子の共起ネットワーク

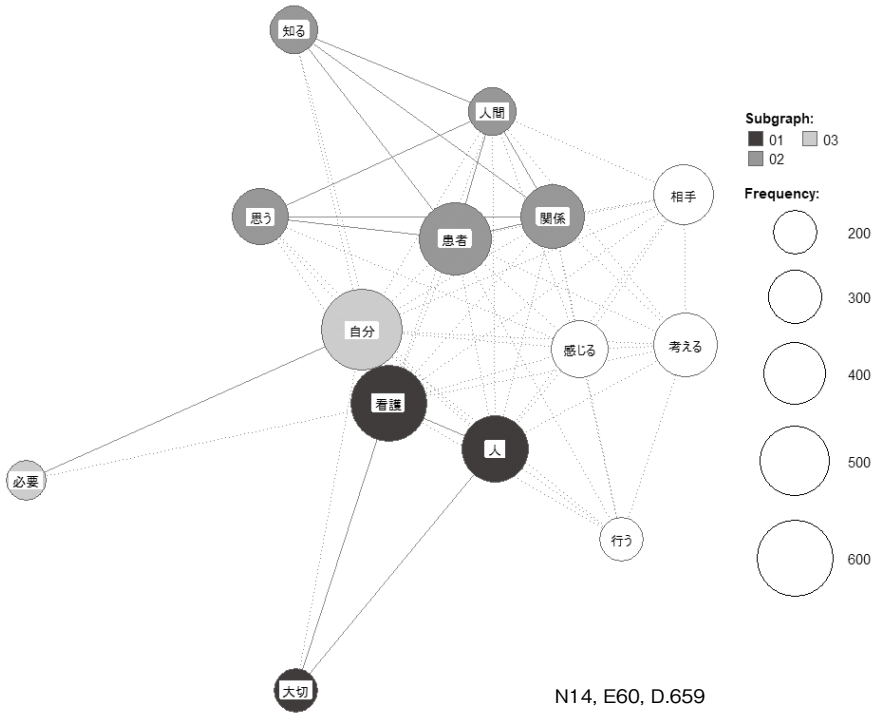


図7 「⑩人間関係論と看護の関係」の共起ネットワーク

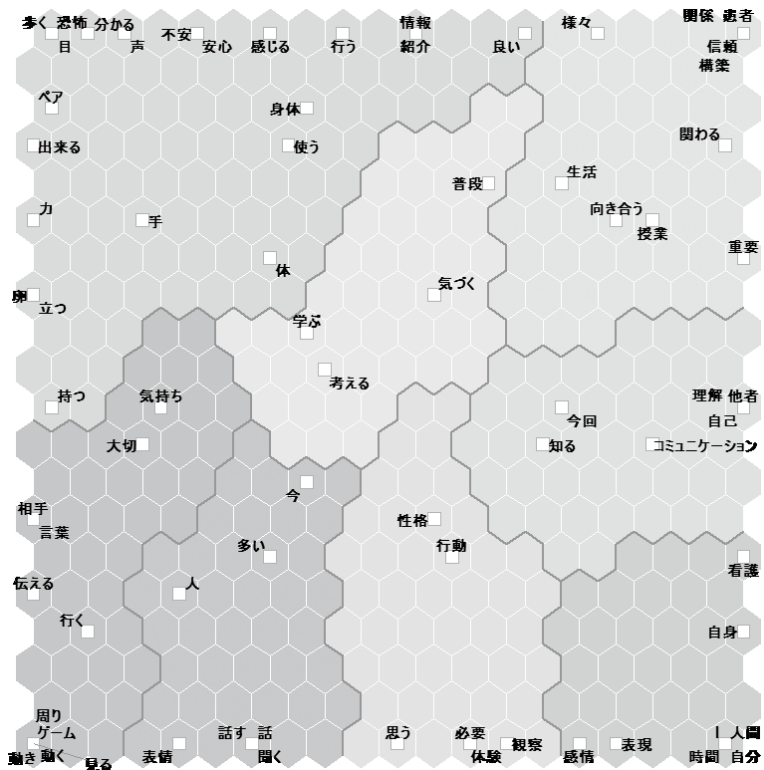


図8 「⑩人間関係論と看護の関係」の自己組織化マップ

には「気づき」があると捉えていることから、今回の人間関係論の実践にも、類似した傾向が見られたと言える。

更に、これらを先行研究⁷⁾のコミュニケーションスキルの6つの特徴と比較すると【非言語的メッセージ】【自己主張】【表現力】【他者とのコミュニケーション】【他者受容】と類似しており、看護学生の基本的コミュニケーションスキルの育成に寄与したと考えられる。一方で564大学の学長が大学卒業者に求める能力として挙げた中には、「情報活用能力」「コミュニケーション能力」「他者」「多様性」等があることから¹⁶⁾、今回の看護学生へのコミュニケーションスキルの育成プログラムは、一般学生にも応用できると考える。

IV 結論

他者とのかかわりを大事にし、生涯にわたり健康的で活動的な生活を持続的に実現するためのレジリエンスプログラム開発を目的とした本研究では、今回、コミュニケーションスキルの育成を目指した人間関係論を、3名の指導者により、看護学生に対面・遠隔授業を実践した。遠隔授業で自習した5教材の学生の記述データを定量テキスト分析した結果、次のことが明らかになった。

1. 遠隔課題授業や指導者の違いに関わらず、各教材への指導者側のねらいと学生の受け止め方は類似傾向にあったことから、プログラムの有効性が実証されたと言える。
2. 同じ教材であっても、指導者の依拠するボディワークや対面で行った教材の影響が、学生の記述に反映され、差異が生まれたと考えられる。
3. 人間関係論を構成する要素は、「表現・関わる・感じる・動く・話す聞く・体験・コミュニケーション」であり、これらの要素は「からだ気づき」の働きとしての「感じる・動く・ひらく・表す・かかわる」とも、類似傾向にある。それらの基盤には「気づき」がある。
4. 看護学生の特徴として、看護に関係する「他者」の語が頻繁に出ている。
5. 本プログラムは、看護学生の基本的コミュニ

ケーションスキルの育成プログラムと言える。更にこれらの基本的コミュニケーションスキルは、他人と良好な関係構築に必要なため、一般学生にも応用できると考える。

今回は、定量分析で導き出された頻出語の傾向や、それらの関係性を見てきたが、それらの語がどのような文脈で使用されたかの分析については、今後の課題である。

【註】

1 FMはイスラエルの物理学者モーシェ・フェルデンクライス博士が「心地よい体の動きが脳を活性化させること」を発見し体系化した方法。スポーツ選手・音楽家・リハビリ専門家等に活用されている。

2 BMCはアメリカのBonnie Bainbridge Cohenによって始められたボディワークで、健康や動きへの革新的なアプローチであり、内側から身体や組織、器官を経験することを基本とする。ダンスやヨガ、体育だけでなく、作業療法、理学療法、心理療法、セラピー等、様々な分野で取り入れられている。

3 「からだ気づき」は高橋和子らによって体系化した方法。健康維持・改善を目指し心と体を一体として捉える身体観に立脚しており、からだは「感じる・動く・ひらく・表す・かかわる」働きを持っていると捉えている。

4 目隠し歩き：2人組で行う。コロナ禍での実施となるため、じかに手を繋いだり肩を組んだりせず、割箸(割らずに使用)の両端を目を閉じる人と案内する人が各々持つこととした。最初の5分は案内する人は言葉を使って案内、後半5分は言葉なしに案内した。途中に心の写真を撮る、目を閉じた人に色々な物に触れる体験をしてもらう。10分後に役割を交代する。

5 学生の課題全文(1名のみ)

⑦マイシルエット

私は創作活動は得意である。絵を描いたり物を作ったりすることでとてもリラックスできる。今回の課題のマイシルエットは自分のシルエットを模造紙に書き写すのだが、書き

写す時の姿勢でまず個性が表れる。周囲の様子を見ると、上半身のみ、半身のみと言ったように、紙に入りきらないため、どちらかのみという選択をする者。お尻だけのとても個性的な考えをする者もいた。そんな中、私は上半身と下半身をともに上下逆にして紙の中に納めた。すると普段見ている自分とは全く異なる姿を描くことができた。そこでシルエットを奇抜に描いたのだから、シルエットの中も奇抜にしてみようと考えた。

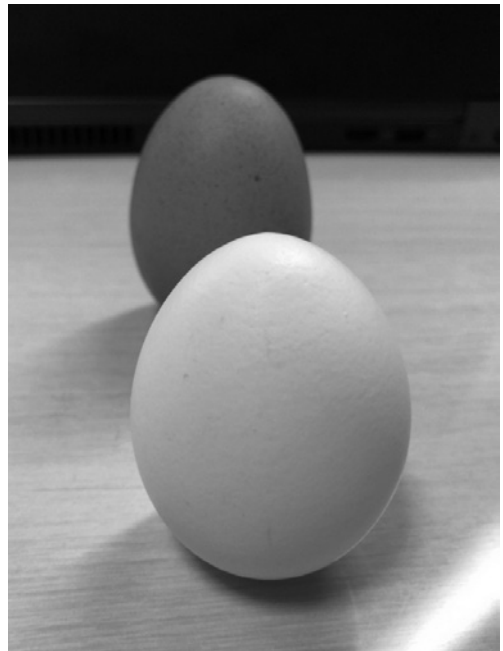
私は何より考えている瞬間が好きだ。「自分が人間ではなかったら。もっと自由であつたら」等。常に発想も日常生活も自由でありたいと考えている。しかし人はそう簡単に自由な生活を送れる訳ではない。そのため作品テーマ「私が自由だったら」をシルエットの中身に描くことにした。昔から動物が好きで動物に囲まれた生活を送りたい、むしろ動物になりたいと考えていた。他にも海外への憧れもあり海外で暮らしたいと考える様々な思いも表現してみた。

⑧卵は立つ？

私は生卵を立てるのに15分かかった。初めはやっていれば立つだろうと思い重心をまっすぐにすることを意識して行っていた。し

かし10分間、卵の立つ様子はまったくなく、段々と焦ってきた。卵を回してみたら黄身が真ん中にくるのではないかと、表面が濡れているから滑って立たないのではないかと等。色々理由を考えて、例えば転がりを繰り返していた。片手で卵を押さえ、卵の頭が真ん中にくるように行ってみた。両手で卵を抑えているうちに、何となく立ちそうだと思い両手でやることに集中した。少しずつ少しずつ動かしているうちに「あ、今右に傾いたから重心はまだ右にある」次は左に傾いたから少し行き過ぎだな、じゃあ、さっきの所の間にしたら重心がまっすぐになるのでは？」等、意識が卵と指先に集中していた。その瞬間、卵はスッと立ち上がった。立ち上がった瞬間は驚きと喜びと安心の感情が溢れ出たが、写真を撮るまで何も声を出せなかった。

私がやっているのを横で興味津々に見ていた小学2年の妹が、卵が立った瞬間に私の顔をバットと見て、同じく声は出さずに目をキラキラとさせ顔一杯に訴えてきた。その時の感情はきっと私と同じものであつたと思う。その後、妹と父と一緒にやり始めた。「こっちの卵の方が立ちやすい」「両手でやるんだよ」と皆で真剣になって卵を立て始めた。妹



は難しいのか割れそうで怖いと言って途中でやめそうになったが、一人で卵を立てられた時はとても嬉しそうに喜んでいて。たった何分間か、自分の全神経を卵に注いだけだけれど、こんなに息が詰まるのかと驚いた。写真を撮り終えたら、3人とも同時に息を吐いて笑っていた。今回の取り組みから考えたことは、卵を立てることが目的なのではなく、どれだけ相手に向き合って自分の神経を注げるかを知ることが大切だということである。たった何分間か卵と指先に意識を集中させただけで、とても体が緊張状態にあったように、私は常に何かをする時、集中状態にいることは少ないと感じた。集中できたとしても、集中するまでに時間がかかることは今までの生活や今回の実験からも、自分の傾向であることがよく分かった。しかし立てたい、どうやったら立つだろうかと強く思うようになるほど、集中力が増し、目標を達成できたことから、相手と何かをしたい、自分は相手とどうなりたいのか、相手にどうなってほしいのか、と思うことから始め、どんな状態にあるのかを感じる事が大切なのだと思った。

⑭自然探索

私は1日に7時間ほどスマートフォンを使用しており家の中でも大抵自分のそばに置いている。外出した際にスマホがないと考えるととても不安に思うほどスマホ依存の状態である。一人で外を歩く時はスマホで曲を流し歩くことが常で、触っていないとしても意識は曲にある。そんな私が今回1時間スマホなしで散歩した。初めは曲もない状態に何をしたいのかわからずソワソワしていた。家にスマホを置いてきたから、今地震でも起きたら連絡が取れないなど不安な気持ちが多く、頭の中はスマホがないことで一杯だった。しかし近所の人や犬の散歩をしている人に挨拶をしたりしながら、川沿いに向かって10分ほど歩いた。段々と天気や秋の虫の音が聞こえてきた。少し雲が暗くなっており雨が降りそうだと思いながら辿り着いた先にベンチがあった。そこに座って休んでいると段々と頭の中が空っぽになる感じがしてきた。

川の流れを見ながら風や湿気を感じ、前を



走り去るランニングをしている人や散歩中の人をただただ眺めていた。頭の中がぼんやりとした状態で、今日学んだ呼吸法を意識してみると手先・足先まで酸素が巡るイメージが浮かび少しずつ頭がすっきりとしてきた。心が落ち着いて体の力が程よく抜けた感じがして、とても穏やかな気持ちになった。日常生活では常に何かしらを考え、頭をずっと使い視野を狭くして文字や音をクリアに見ている。その状態がずっと続いているのは体にとっては心地よいものではないと思った。

最初は1時間の散歩なんて時間をもったいない。やらなきゃいけないことが多くあるのにと思っていた。自分のために1時間も時間を使えないと思うほど、思考が凝り固まっていた。心に余裕が持てていないのだと気づかされた。1日に数10分、数分でもいいから自分の心身に寄り添える、感じ取れる時間を作れるように生活していきたいと思った。

⑮泥団子

創造性は抑圧されたままでは引き出すことができない。直感のまま個人の創意工夫を施した一期一会の発想は、発問のタイミングに委ねられる。

この本を読み、私は昔、母から絵を習って

いたことを思い出した。小学生の頃に毎年夏休みになると読書感想画コンクールに出展した。本を読んだ後に、心に残った場面や内容を表すシーンを画用紙に下書きする。構図を考えるまでは悩み、時間がかかっていた。しかし母親はそこで手助けせず考えさせる時間を設けていた。その後、構図が決まると、図鑑を開いて動物や植物の形や色を学び、絵に取り入れる方法やクレヨンや絵の具の発色のアドバイスをしてくれていた。

私の場合、絵の構図を作成するまでに創造力を働かせることができていたが、その後の過程はすべて母親のスタイルに合わせた絵となった。子供ながら絵に正解や不正解をつけていた。年々絵画コンクールの出展が憂鬱になっていた記憶がある。振り返ると、母親が私の創造性を信頼している部分と、そうでない部分に明確な線を引いており、無意識的に絵は親子共同作品となっていた。

本には「学びが創意を引き出し、創意が学びを引き出すのである」という文がある。この1文を読んで指導者の立場は難しいと感じた。教えられる側に立つ人間は、一人で問題に向き合う時間が必ず必要であり、その上で指導者からの創造性を引き出す問いを得ると、このプロセスは成立する。しかし、少しでもタイミングを見失い、問いが強制的に答えを導き出すような意味合いであれば、創造性を伸ばすことは困難となる。私の体験もほんの少しのタイミングの差で起こったものだと考えた。

このように光る泥団子を試行錯誤しながら創る園児と同様に、個人の持つ特性を摘み取ることもないような開発の場や指導者のあり方を学んだ。自己や他者理解をしていくことで、個人の創造性を高めることができると、より良い未来が切り開かれると考える。

⑩「看護の関係性」

2日間の「体験と看護の関係性」は「全身の動き・感覚を用いて、相手を理解しようと関わり合う」ところにあると考える。例えば、幸せ体操・めちやくちゃダンスでは、音楽に合わせて身体を大きく動かし、他者と手を合わせ、リズムによって前後にスキップす

る動きをした。初めはどのような振りだったかを思い出すことで頭が一杯になり、自分の身体の動かし方に意識が集中した。次第にリズムに合わせて自然と動けるようになってきた。一緒に体操するペアは1フレーズ毎に異なる人と行ったが、その人達の動きも見えるようになってきた。ある人は笑顔で活発に動き楽しんでいると感じた。ある人は手を小さく動かし表情が強ばっていて、恥ずかしがっていると感じた。このように相手と動きを合わせて共に体操することで、初めて話す人の気持ちを理解しようとしながら関わった。言葉だけのやりとりではなく、全身の感覚を使って互いに動くことで、自分がどのように感じているのかを知る。また、他者の気持ちを感じとりながら他者を理解しようと関わっていく。この体操とダンスでは全身を使ったコミュニケーションをしたのだと考える。

それは、看護にも共通していると言える。看護では相手の目線に立ち、優しく患者に言葉をかけそれに患者さんが応えるように、言葉と表情を使ったコミュニケーションを取るイメージが先行する。しかし、呼吸状態が悪く人工呼吸器を付けている患者や、認知症となり寝たきりの生活を送る患者からは、言葉や表情からのコミュニケーションだけでは伝わりにくい。また、言葉が使えない患者であっても、胸の内を簡単に打ち明けることのできない者もいる。そのような時に看護で大切にするのは、全身の動きや感覚を駆使して、患者の気持ちを感じ取り、その状態に合わせて関わっていくことである。例えば、寝たきりの患者の手の動きが普段よりも鈍くなっていたとする。それを視覚で捉え「今日はあまり調子が良くないんですか」と聞きながら、手を握ってみると、手が冷たくなっていた。そのような状況から、寒さによって手が強ばり辛いかもしれないから、おしぼりで手の清拭をしようかと考える。患者はそれによって、すっきりとした表情になり手が温まり、徐々にいつものような動きができるようになる。全身の動きと感覚を使って相互のコミュニケーションがなされ、相手を理解しようと関わり合うことが看護においてもなされている

のである。

今回の授業で体験してきたことと看護は、表面的にみれば行う内容は全く異なる。しかし、身体・感覚すべてを使って表現し、理解し合おうと関わり合うところに関係があると私は考える。

6 共起ネットワーク分析 では、一部の強い共起関係だけを線 (edge) として描画し、濃い線はより強い共起関係を示すと共に、共起パターンの変化 (相関) を採った。例えば図7「人間関係論と看護の関係」右下の数値「N14,E60,D.659」は、各々描画されている語 (node) の数が14、線 (edge) として描画されている共起関係の数が60、密度 (density) が0.659であることを示す。

【引用参考文献】

- 1) 上野栄一, 看護師における患者とのコミュニケーションスキル測定尺度の開発, 日本看護学会誌, No25-2,47-55,2005
- 2) 野末武義・野末聖香, ナースのアサーションに関する研究 (1): ナースのアサーションの特徴と関連要因, 日本精神保健看護学会誌, No10-1,86-94,2001
- 3) 藤本学・大坊郁夫, コミュニケーション・スキルに関する諸因子の階層構造への統合の試み, パーソナリティ研究, No15-3,347-361,2007
- 4) 島村美香・藤本学他, 統合学習が看護学生の基本的コミュニケーション・スキルに及ぼす影響: ENDOCOREsを用いたスキル・タイプの検討, 九州看護福祉大学紀要, No20-1,53-63,2019
- 5) 石光美美子他, 看護大学生の半年間にわたる隣地実習前後の社会的スキルの変化, 目白大学健康科学研究, No5,61-66,2012
- 6) https://scholar.google.co.jp/scholar?q=CiNii+%E7%9C%8B%E8%AD%B7%E5%AD%A6%E7%94%9F%E3%80%80%E3%82%B3%E3%83%9F%E3%83%A5%E3%83%8B%E3%82%B1%E3%83%BC%E3%82%B7%E3%83%A7%E3%83%B3&hl=ja&as_sdt=0%2C5&as_vis=1&as_ylo=2000&as_yhi=2021

(2021年7月1日取得)

- 7) 高橋梓, 過去5年間の看護学の学習における看護学生のコミュニケーションスキルの特徴に関する文献検討, 武蔵野大学看護学研究所紀要, No15,11-18,2021
- 8) 文部科学省総合教育政策局生涯学習推進課, 新型コロナウイルス感染症対策の基本的対処方針の変更等について, 2021, https://www.mext.go.jp/content/20210517-mxt_kouhou01-000004520_5.pdf (2021年7月1日取得)
- 9) 樋口耕一, 社会調査のための計算テキスト分析, ナカニシヤ出版, 2015
- 10) 樋口耕一, KH Coder3. リファレンス・マニュアル (2020年5月20日取得)
- 11) 高橋和子, からだ: 気づき学びの人間学, 晃洋書房, 初版第6刷発行, 2020
- 12) 高橋和子・笠井義明・伊藤麻希, 大学教育における健康維持のためのレジリエンスプログラム開発: 「からだ気づき」 「体づくり運動」 実践事例, スポーツと人間, 静岡産業大学論集, No6-1,23-40,2021
- 13) 高橋和子, かかわりを重視したプログラム開発: 教材「卵は立つ?」の有効性, スポーツと人間, 静岡産業大学論集, No5-1,47-62,2021
- 14) 高橋和子, 健康維持の「からだ気づき」の有効性に関する研究: いのち育ての健康ワーク, スポーツと人間, 静岡産業大学論集, No4-1,107-118,2020
- 15) 高橋和子公式サイト, <http://kazuko-ynu.jp>
- 16) ひらく日本の大学, 朝日新聞, 2021年11月8日付朝刊, 31頁

* 本研究は、JSPS 科研費 18K10957 の助成を受けた研究成果の一部である。

** 共同研究者の吉田美和子と藤田美智子は実践の立場から、伊藤麻希と近藤菜緒子は看護基礎教育の立場から言及した。