

就職後1年以内に退職を決断した看護師の退職に至るまでの心理変化の一考察

A Consideration of mental change of the nurse  
who decided retirement within one year after employment

橋本 結花

高知医科大学医学部看護学科 〒783-8505 南国市岡豊町小蓮

Yuka Hashimoto

Kochi Medical School Faculty of Nursing  
Kohasu Oko, Nankoku City, Kochi 783-8505

Abstract

This research was carried out in order to clarify why chooses to retire after just one year on the job. This research was made on three females who consented to this research. The method of this research was done by a written questionnaire that I wrote. I analyzed the above by classifying their answers into categories. The findings of this research were conducted in four steps.

The first step measured “the difference between image and reality” . The second step measured “ The almost total effort given by nurse ” . The next step measured “Why work didn’t go as well as expected” . The final step measured “Exactly why they lost interest in work.

キーワード：新卒看護師、退職、リアリティショック

Key Words : a new graduate nurse, retirement, reality-shok

はじめに

看護職員の就業者数は年々増加し、平成11年末には1,133,857人となった。しかし、毎年看護職として就業する新卒就業者が6万人弱いるものの、一方で就業している看護職員の何割かは途中で退職していく。平成13年度版看護白書によれば、「病院に就業している看護職員の中で1年間に退職するものの割合(離職率)をみると、平成10年度は、10.8%であり、一般労働者(女性)の離職率17.1%より低いだけでなく、一般男性労働者(男性)の離職率11.2%より低い。さらに、看護職員は女性の多い職種であるが、離職率は低いと言える<sup>1)</sup>と述べられている。

離職の理由としては、「出産・育児・子供のため」(20.7%)「結婚」(17.4%)などが上位の理由となっている<sup>2)</sup>。しかし、私はこれまでに出産や結婚などの理由で退職したのではなく、「できれば仕事を続けたかったが、もう耐えられなかった」と自ら語った何人かの看護師と出会うことができた。そこで、本研究では離職率が低いと言われている看護職であるが、就職後1年という短い期間で、自ら退職を希望するまでに至った看護師の経過、「耐えられなかった」その思いを分析した。

### 研究の目的

本研究では、就職後1年以内に退職した看護師にどのような気持ちの変化があり、退職するに至ったのかを明らかにすることを目的とした。

### 研究方法

- 1)対象者：東京都内の病院に勤務していた看護師で、①平成11年度から12年度卒業②1年以内に退職した③臨床経験がそれまでなかった④病棟に配属された⑤20歳代で独身、の条件をみたし、研究の趣旨を説明して文書および口頭にて許可のとれた3人の看護師(表1)
- 2)研究期間：平成14年8月初旬から9月下旬に調査
- 3)研究方法：対象者に研究の趣旨を説明し倫理的配慮を行い、自身が作成した半構成的インタビューガイドを用い面接調査を行った。本人の承諾を得て、会話はカセットテープに録音した。
- 4)データ分析：得られたインタビュー内容を逐語文にしてKJ法B型にて分析し、3人の情報を統合しカテゴリー化を試みた。

表1 対象者の属性

	年齢 (歳)	学歴	取得した資格	勤務した病院・病棟	当時の生活状況	勤務期間
Aさん	23	私立4年生大学の看護学科卒業	看護師 保健師	国立の総合病院 脳神経外科	病院の寮に入寮 部屋は個室だが、 風呂やキッチン は共同	12ヵ月
Bさん	22	県立看護短期大学卒業	看護師	国立の総合病院 内科を中心とした 混合病棟	アパートを借りて 通勤	12ヵ月
Cさん	22	国立看護専門学校卒業	看護師	私立の総合病院 消化器外科	アパートを借りて 通勤	11ヵ月

### 結果

3人の就職後1年以内に退職した看護師から、①自分の思っていた看護と実際との違いを知る②自分で必死に努力する③すべてがうまくいかないと感じる④仕事に興味がなくなるといふおもいが抽出された。

#### ① 自分の思っていた看護と実際との違いを知る (表2)

対象者3名ともが、自ら希望した病院へ就職していた。3人ともみな希望した病棟への配属ではなかったが、配属された病棟を肯定的に受け入れていた。配属先の病棟ではそれぞれプリセプターシップが導入されており、プリセプター(指導者)に技術や看護の実際の指導を受けていた。また、プリセプターと仕事や学習したことの確認に交換日記を行っ

たり、婦長を交えた面接がときにあった。「新人の教育制度には不満はなかった」「指導をしてもらえなかったということはない」と指導体制への不満はなかった。

しかし、自分の思っていた看護と実際との違いを感じており、内容は「多忙な看護業務」「不十分な自分の看護技術」「これまでと違う生活」の3つに分類できた。

表2 自分の思っていた看護と実際との違いの具体的内容

多忙な看護業務への驚き	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ おもった以上に仕事が多くて終わらない</li> <li>・ 学校で習ってきたことがちっとも役に立たなかった</li> <li>・ 業務に追われておろおろするばかり</li> <li>・ すごく時間がかかるからプリセプターの人に迷惑をかけた</li> <li>・ 患者さんともっとゆったりできると思ったのに、時間がなくて悲しかった</li> <li>・ テレビでみていた世界とは違っていた。イメージよりも肉体労働</li> </ul>
不十分な自分の看護技術	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 自分ばかりがミスをしているような感じがした</li> <li>・ 自分の不器用さがわかった</li> </ul>
これまでと違う生活	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 夜勤があるのは知っていたが、その日働いてその夜にすぐ出てくるのは知らなかった。肉体的につらかった</li> <li>・ 休日も勉強しなくちゃいけなくて、自分の時間がなかった</li> </ul>

② 自分で必死に努力する（表3）

この段階では、自分の想像と現実との違いに戸惑いながらも、なんとか状況を改善しようとしている様子がわかった。「とにかくしんどかったけど、仕事は休まなかった」「休みの日もずっと勉強した」「少しでも技術を覚えたいと朝はみんなより早く出勤して、帰りも一人で練習した」と看護師として成長したいという思いから、本人が自己学習を深めている「ひたすら看護を勉強する」姿がわかった。また、「他の病院で働いている友人たちに毎日電話やメールをして励ましあった」「あんまりくよくよしないように、誰でも最初は上手にはできないからと自分に言い聞かせた」など、くじけないように友人などを頼って、自分でこころの安定を図り、挫折しないように努力していた。

表3 自分で必死に努力する内容

ひたすら看護の勉強をする	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ とにかくしんどかったけど、仕事は休まなかった</li> <li>・ 休みの日もずっと勉強した</li> <li>・ 少しでも技術を覚えたいと朝はみんなより早く出勤して、帰りも一人で練習した</li> <li>・ 学生のときのノートやプリントを引っ張り出した</li> </ul>
こころの安定を図る	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 他の病院で働いている友人たちに毎日電話やメールをして励ましあった</li> <li>・ あんまりくよくよしないように、誰でも最初は上手にはできないからと自分に言い聞かせた</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 大好きな歌を聴いて元気になっていた</li> <li>・ 彼氏の声聞くために何回も電話した</li> </ul>
--	---

③ すべてがうまくいかないと感じる (表4)

この段階では、ポジティブな発言は見られなかった。現実との違いに戸惑い、自分で努力したにも関わらず、結果がでなかったり、自信に繋がらず、「すべてがうまくいかない」と感じていた。内容は「煩雑な看護業務」「仕事の上達しない」「複雑な人間関係」「慣れない生活」の4つに分類することができた。就職した当初の、自分の思っていた看護と実際の違いでは、項目として「看護業務」「自分の看護技術」「生活」の3項目であったが、ここにきて「人間関係」があがってきている。インタビューでは、「人間関係」に関する発言が多く聞かれた。

表4 すべてがうまくいかないと思った内容

煩雑な看護業務	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ とにかく時間がなくて、患者さんをはかるくあしらうような毎日</li> <li>・ 自分に余裕がないから、仕事が楽しいとまで思えない</li> <li>・ 受け持たされる人数が多すぎる。10人ぐらいは当然</li> </ul>
仕事の上達しない	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 同期はもうリーダー見習になったのに、自分には声もかからない</li> <li>・ 不器用さは相変わらずで、ちっとも技術が上達しない</li> <li>・ 人工呼吸器が何回教わっても怖くて使えない</li> </ul>
複雑な人間関係	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 学生の時のような友達ができない</li> <li>・ 新人と言う立場もあり、なんだかおびえている</li> <li>・ 医師と看護師の立場が対等ではない</li> <li>・ 病棟の雰囲気が悪い</li> <li>・ 怒る人がいる。怖い人がいる</li> </ul>
慣れない生活	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 3交代勤務のせいか、疲れがとれない</li> <li>・ 連休が月に1回ぐらいで遊びにもいけない</li> <li>・ 休日にも病棟会とか勉強会があったら出席しなければいけないので、自分の時間がない。</li> </ul>

④ 仕事に興味がなくなる (表5)

表5 仕事に興味がなくなる内容

退職の決断	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ なにも楽しいことがない。学校の先生は「もうすこし続けたら楽しくなるよ」って言ったけど、無理</li> <li>・ 看護の仕事は嫌いじゃなかったけど、疲れた。病院も人間も科も違うところでもう一度働きたいと思った</li> <li>・ 未練は無かった</li> </ul>
-------	---

<p>新たな仕事・職場への希望</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ほかにもっとやりたいことがあるんじゃないかと思った</li> <li>・ まだ若いから、いろいろ試してみたい</li> <li>・ 看護師じゃなくて保健師のほうに興味があった</li> </ul>
---------------------	---

この段階では、もはや仕事への執着が薄れてきた。卒業した学校の恩師に相談したり、自分で時間をかけて悩みぬき、「退職の決断」をしていた。退職の決断と同時に「新たな仕事・職場への希望」としてポジティブな気持ちが生まれていた。退職の決断は暗いものではなく、むしろ明るい決断だった。

## V. 考察

本研究の結果、対象とした3人の看護師は、①自分の思っていた看護と実際との違いを知る②自分で必死に努力する③すべてがうまくいかないと感じる④仕事に興味がなくなるという思いを経て退職に至っていた。

まず、①自分の思っていた看護と実際との違いを知るという思いは、新卒看護師が直面したリアリティショックではないかと考えられる。壇浦ら<sup>3)</sup>が「仕事を始めて複数の患者を同時に受け持ち看護を展開するには相当のギャップがあり自己への期待と現実の差が大きくなっている」と述べている。このことから、3人の看護師は、学生のころに描いていた臨床現場の様子との違いに、精神的・肉体的にも相当のギャップを感じたものと推測される。近年、医療の高度化や専門化が進む一方、看護教育においては実習時間が短縮されてきていることから、新卒看護師のリアリティショックは大きいことが想像される。

しかし、ここでめげることなく3人の看護師からは「②自分で必死に努力する」という思いが抽出されている。堀ら<sup>4)</sup>は、「新人看護婦の職場適応の不安の第一は自分の看護技術だ」と言っている。本研究の結果からも自分の休日を返上してまで勉強するなど、専門職としての知識や技術を身につけようとしているのがわかる。自分自身を励ましなが、早く一人前の看護師になろうと、前向きに努力をしていた。

けれども、次の段階では「③すべてがうまくいかないと感じる」という思いがでてきている。これは、①自分の思っていた看護と実際との違いを知り、②自分で必死に努力をしたにもかかわらず、結果がでなかったために自信ややる気を失ってしまったからではないかと考えられる。堀川<sup>5)</sup>は、看護師のストレスとメンタルヘルスケアという視点から「看護師がのべる3大ストレス因子は、(1)仕事の負担(多忙で課題が多い、他の人と同じように仕事ができないなど)、(2)達成感がなく評価もされないこと、(3)上司、先輩、同僚に対する気遣いあるいは不満である」と述べている。また、中野らは<sup>6)</sup>「新卒者は、就職時の期待と現実のギャップからリアリティショックを感じており、やる気をなくし看護に向かう自発的な姿勢や積極的な人間関係を保てない状況にある」と言っている。本研究の結果からは、サブカテゴリーとして「煩雑な看護業務」「仕事が上達しない」「複雑な人間関係」「慣れない生活」の4つが抽出されている。努力しても、自分の置かれている厳しい状況が変化せず、こころの不均衡が生じ、「職場に適應できない」「挫折」と言った思いを感じた段階であったと考えられる。

最後の「④仕事に興味なくなる」の段階では、「職場に適應できない」「挫折」といっ

た思いを受け入れ、苦しみながらも成長に向けて動き出した段階と言えるだろう。この段階では、悲観的な発言は無く、むしろポジティブな意見が聞かれている。このことから、将来のことを考え、成長に向けて新しいイメージや価値観を築いたと考えられる。

これらのことから本研究では、新卒看護師は退職を安易に選択したのではなく、悩み、苦悩しながら退職を選択したと言えるだろう。そして周囲のスタッフなどは、これらの段階に応じた関わりが必要になってくると考えられる。すなわち、新卒看護師の努力している姿をみとめ自信をつけさせていくこと、スタッフ全員で意図的に新卒看護師とポジティブな関わりを持つことが重要と考えられる。

## VI.まとめ

本研究で、以下のことが明らかになった。

- 1、 就職後1年以内に退職した看護師3事例の退職に至るまでの心理変化には、4つの段階があった。
- 2、 4つの段階は、①自分の思っていた看護と実際との違いを知る②自分で必死に努力する③すべてがうまくいかないと感じる④仕事に興味がなくなるという思いであった。

## VI.謝辞

本研究を実施するにあたり、快く協力して下さった3人の女性の方に深く感謝致します。

## VII.引用・参考文献

- 1) 日本看護協会：平成13年度版看護白書, p 19,2001.
- 2) 日本看護協会：平成13年度版看護白書, p 20,2001.
- 3) 壇浦妙子：新卒看護婦に対する職場サポートの実態および労働意欲からみた現任教育の検討,看護展望 23 (7) , p 90,1998.
- 4) 堀百合子：新カリキュラム卒業生の職場への適応過程,第27回日本看護学会集録看護教育, p 54,1998.
- 5) 堀川直史：看護師のストレスとメンタルヘルスケア,看護管理 12 (12) ,p939,2002.
- 6) 中野智津子：新卒看護婦に対する職場サポートの実態および労働意欲からみた現任教育の検討,看護展望 23 (7) , p 90,1998.