

---

領域名：基礎看護

報告者：栗原 幸子・宮里 智子

---

教育及び実践の課題

---

本学の学生は、3年生前期に、採血や注射などの侵襲性の高い看護技術を学んでいる。採血や注射は、体内に刺入した針を目視で確認できないことから、2年生までに学習した看護技術とは異なり、強い緊張感を抱くことが予測され、実際、注射器を持つ手が震える学生もいる。過度の不安や緊張は学生の技術修得に影響を及ぼす可能性があるため、採血や注射の技術修得において、学生の不安や緊張を緩和させる工夫が必要である。

---

活用した論文の概要

---

Serpil らは、採血技術の実践前に音楽を聞くことが、看護学生の不安および技術レベルに及ぼす影響を明らかにすることを目的に、看護大学生 73 名を対象に研究を行った。研究対象となる学生を実験群 34 名、対象群 39 名に分け、実験群の学生は、採血技術の練習中、輪になって座り、CD プレーヤーから流れるクラシック音楽を聴いた。学生の採血技術レベルは、技術管理リストで評価し、不安レベルは、採血実施前後で測定した状況不安尺度、脈拍、血圧値をデータとして収集した。各群の実施前後の不安尺度等の平均値の比較は、対応のある t 検定で分析した。その結果、各群の採血前後の不安尺度得点の平均に、統計的な有意差があった(p<0.05)。採血技術レベルの評価では、「未実施」の割合は実験群よりも対照群のほうが高く、「正確」の割合は対照群よりも実験群のほうが高かった。実験群の不安尺度得点は、音楽を聴く前後で有意な差が見られた。技術のステップの成功について 2 群で比較した時、不安尺度得点の平均が低かった実験群の学生は、より正確にステップを成し遂げることに成功し、対象群の多数の学生が、ステップを忘れたか誤ったことを示した。以上から、音楽は、演習室での技術訓練において、看護学生の不安の減少に効果的な介入として使用可能と報告していた。

---

教育及び実践への活用

---

論文に音楽を聴くことが技術修得における学生の不安や緊張を緩和できるとあったことから、3年生の採血・注射技術の授業において実践した。針を扱った技術演習をはじめ前、学生達に着席してもらったまま、2分程度のピアノ曲を流した。演習終了後の学生達の感想からは、「リラックスできた」「気持ちが落ち着いた」と良い反応が多くあった一方で、「眠くなった」「逆に緊張した」といった反応もあった。音楽療法の前提は、対象者の好みの音楽を選択することである。また、音量やリズム、時間、照度など部屋の環境も影響すると言われており、今後はそれらも検討しながら、取り入れていきたい。

---

参考文献

---

Serpil Ince , Kıvanç Çevik. (2017) . The effect of music listening on the anxiety of nursing students during their first blood draw experience, Nurse Education Today , 52, 10-14.

---