

コーチング・コミュニケーション研修 に参加して

宇都宮病院 篠原 桃子

私は2022年10月1日より宇都宮病院へ主任薬剤師として着任しました。前施設である高崎総合医療センターでは、主に病棟業務を行って来ました。初めての異動に加え主任の立場に変わったことで、部下や上司とのコミュニケーションを円滑にすることができるのか等の不安がありました。また、前施設に比べてスタッフの人数が半減し、一人当たりの接触時間が長くなることから、コミュニケーションスキルの必要性を感じました。今回、コーチング・コミュニケーション研修を受講することで、より良いコミュニケーションスキルを身に着けたいと思い参加しました。

研修は株式会社インソースの小嶋ゆみ先生より講義していただき、初めに部下や後輩を育成する上での自身の役割を考えました。日頃から部下への指導の仕方には悩むことが多く、さらに主任となったことで後輩から部下へ変わり指導については模索中です。そんな中、グループワークで他のメンバーと、部下とのコミュニケーションで同じように悩んでいることや声掛けで工夫していることなどを共有できたことはとても有意義でした。講義の中で、コーチングとティーチングの違いや、コーチングスキルとしての傾聴や質問のスキル、教えるプロセスについて学び、「患者対応で悩む後輩と後輩の抱えている問題を訊きだす先輩」の設定でグループワークを行いました。グループワークで自分と他のメンバーの考えや経験を共有することで、自分にはなかった考え方を知ることができ、大変充実した時間となりました。今まであまり意識せずにしていた傾聴や質問の仕

方は、過去を振り返るともったいなかったら良かったと改善点も多く見つかりました。当然の事ながら、自分にとってはこうしてもらった事が良かったと感じたことが、相手にとっても良いとは限らないため、後輩一人ひとりの性格や反応に合わせた対応ができるよう日頃から意識してコミュニケーションを図っていきたいと思いました。褒め方・叱り方についても講義を受けました。それぞれポイントがあり、場合によっては関係悪化につながることも学び、意図が適切に伝わっているか確認しながら相手の反応を大切にプラスの言葉を選びながら、後輩の成長につながるような接し方ができるよう工夫していきたいと思います。ストレスマネジメントについても学びました。仕事でのストレス、仕事外の個人的なストレスなど多くの要因があります。自分自身、ストレスへの対処は苦手意識がありますが、スタッフの些細な変化に気づいてフォローできるように気を配っていきたいと思いました。

今回学んだことをすべてをすぐに実践するのはなかなか難しいですが、部下や上司とコミュニケーションを図っていく中で、信頼関係を築きながら、今回の研修で学んだことを少しずつでも活かしていきたいと思いました。

最後になりますが、このような研修会を開催いただきました国立病院機構関東信越グループ並びに関信地区国立病院薬剤師会と、忙しい業務の中研修への参加にご協力いただいた宇都宮病院薬剤部の皆様に心より御礼申し上げます。