

見つめる目

しなやかな心

医療を支える 看護の手

看護部だより

2016 年
07 月号
第 303 号

特定医療法人衆済会
増子記念病院
看護部
部長 上村 志磨子
(認定看護管理者)

「私にできることは何？」と問題を立てること

参与 佐藤 久光

参議院選挙が 7 月 10 日にあります。今回から 18 歳以上が有権者となり、若い彼らがどう行動するかが注目されています。「誰を選ぶのか」「どの政党を選ぶのか」。それは、人それぞれでしょう。せめて、私たち医療関係者としては、「命と健康」を大切にしてくれる人を選びたいものです。上っ面の「言葉」ではなく、誠心誠意、そのために「身を粉にして働いてくれる人は誰なのか」を見極めたいものです。政策の中身と候補者の人柄を可能な限り知り、自らの眼で判断して、民主主義の権利である自分の 1 票を投じたいと思います。

1 レッテル貼り

「勝ち組」「負け組」などという言葉があります。「やめてくれ！」と私は言いたいです。人生に勝ちも負けもあるはずがないでしょう。社会的地位が高く、金持ちになれば「勝ち組」で、貧困生活を送っている人々は「負け組」なのでしょう。

2 「勝ち組」を目指す人々

人々は何か「勝ち組」に入ろうとして必死で努力しているように見えます。「いい大学に入らなければ、お父さんにみたいになっちゃうよ」と母親は子どもに「勉強なさい」と尻を叩きます。出世するためには、「正義を捨て、おべっかを使え」と諭されます。

「格差社会」の是正のために知恵を絞るのではなく、その社会を受け入れ、自分だけは「負け組」になるまいと努力します。そんな人々の思いは私にも理解できます。

3 東日本大震災

2011 年に東日本大震災が起きました。私は、大津波が町を飲み込む光景をテレビなどの画像で何度も目にしました。おそらく、世界中の多くの人々がその光景を目の当たりにしたでしょう。

「大変なことが起きた」「何とかしなくては」と多くの人々が感じました。そして、その後、日本国内だけでなく、世界中の人々から支援の手が差し伸べられました。

私は、そのときの人々が発したある言葉を忘れることができません。それは「私にできることは何か」という言葉です。

4 私にできることは何か

私たちは、これまで、「自分は何がしたいのか」「私の夢は何なのか」というように問題を立ててきました。そして、その夢や「自分の幸福」「自己実現」に向かって努力することが当たり前と考えてきました。

しかし、今回の大震災を目の当たりにした多くの人は、「自分が何をしたいか」などとは口にせず、「自分にできることは何か」と問題を立てて、支援に乗り出したのです。

「金持ち」はお金を、芸のある人は芸を、丈夫な体を持った人はボランティア活動を、という具合に、人々は「自分にできることは何か」「どうすれば役立つのか」と考えて、行動を開始したのです。

5 「比較する」ことは無用

「自分の夢は何か」という問題の立て方をすれば、どうしても他人との比較が生じてしまいます。「勝ち組」「負け組」というような「レッテル貼り」となり、夢が実現できなければ、「自分の努力が足りなかった」「私の能力が備わっていなかった」などと自己否定に向かうのです。

一方、「自分にできることは何か」という問題の立て方をすると、必然的に、自分に今備わっている能力のうち、「活躍できることは何か」という方向に意識が向きます。そこにあるのは他人との「比較」ではなく、「自分らしさ」への方向転換です。そうすると、どの人にもその個性や立場や状況に応じた「役の立ち方」を見いだせていけるのです。

6 多様性の価値

私は、人間とは、1人ひとりが全く異なった存在価値を持っており、その多様性の中から「自分らしさ」を発見し、それを開花させることを目的として生活している生き物だと考えています。したがって、人々に「レッテル貼り」をする必要性はなく、高慢になったり自分を卑下したりすることもなく、全ての人々が「今のまま」でも十分に価値ある存在なのだと思います。

以上

学生コーナー

実習で学んだこと

外来学生

私がこの増子記念病院に入社して、早いもので4年目となりました。名古屋へ出てきたときは4年後のことなど全然想像もできていませんでしたが、周囲の方々の支えもあり、4年生となった現在は実習や国家試験にむけて休職させていただいており学業に専念させていただいています。前回の学生コーナーでは、コミュニケーションの難しさについて書き、実習では患者さんの心にまで寄り添えず悔しい思いをしたということなどを書きました。あれから本格的に実習が始まり、最近では精神科への実習へいきましたが、精神科の看護では身体面はもちろんですが心理面もとても重要でありコミュニケーションに対して苦手意識のあった私にとっては怖いという思いで実習を始めることとなりました。受け持ちが決まって患者さんと関わらせていただくなかでやはり最初にとまどったのはコミュニケーションの部分であり、どのように声掛けをすることで患者さんとの距離を縮めることができるのか、悲観的訴えや死生観などの訴えがあったときはどのような対応をすればよいのかなどとても悩み、改めてコミュニケーションの難しさについて考えさせられました。そんななかで考えていくにつれ、何か言葉を返さなければならぬという考えばかりにとらわれていましたが、患者さんの思いを傾聴すること共感することもコミュニケーションにおいてとても大切なことだと気づきました。そのなかで被害妄想などがあれば、「そのように思われるんですね、でも私はこう思いますよ」

と共感と自分の思いを伝えることでお互い素直に話すことができ、実習最終日には患者さんから、出会えてよかった素直に話を聞いてくれるから素直に話すことができたといってもらうことができ、少しでも心まで寄り添うということができたのではないかと思います。今回の精神科の実習を通して学んだことを今後の実習でも活かし、患者さんに寄り添えるような看護師となれるよう頑張っていきたいと思えます。

信頼関係から援助に繋げることの大切さ

4 階病棟学生

今年 4 月から休職に入らせて頂き、二か月が経ちました。当院で働いた 3 年間で、未熟ながらも学んだ技術、知識、そして看護させていただくという責任感が、実習においても活かされていると実感しています。6 月の今回の実習では難病を患いステロイド治療を受けている患者さんを受け持たせていただいていた。その 3 週間の中で受け持ち患者さんの夫に病状の悪化があり、入院・手術が必要になったためそれに対しての不安が強く、また、夫の病状の悪化がありながらも常に寄り添うことのできないもどかしさや不安を抱く患者さんへの看護の難しさを感じました。受け持ち患者さんは ADL 自立しており理解力もしっかりある方でした。そのため、不安の軽減を中心に、ステロイドの作用・副作用・日常生活での注意についての指導をし理解を深めることを目的としました。副作用ともうまく付き合っていくことが必要なステロイド薬には、退院後のことも考え患者の理解や知識が特に必要だということが指導を通して学ぶことができました。

また、この 3 週間を通して受け持ち患者さんとコミュニケーションをとらせていただく中で、受け持ち当初のまだ関係性も何も築けてない頃は質問攻めにならないように気を付けているうちに自分が患者さんの何を知りたくて話しているのかわからなくなってしまいうこともありました。しかし毎日関わらせていただく中でご家族のこと、退院後にしたいこと、好きなことについて患者さんから話してくださるようになると、会話の幅が広がり、最後の週ではステロイドの指導の内容にも反映できました。患者さんと信頼関係を築いていく過程の中で、信頼関係から援助に繋げることがいかに大事かを実際に学ぶことができた 3 週間になりました。すべての実習が終わるまで、まだ半分程の期間がありますが、一つ一つの、その実習でしか学べないようなことがたくさんあります。病院で勤務した時に活かせるよう、国家試験勉強についても精進して行きたいと思えます。

