

学会に行ってきました

精神科認定看護師

忠鉢 将明

6/2・3日に札幌で行われた、第48回日本精神科看護学術集会に参加してきました。

現地まで行っての学会参加は3~4年ぶりだったので新鮮な感覚になりました。学会のテーマが「これからの精神科看護を考える。」というもので、今までの精神科看護を振り返りつつ、これから先の精神科看護について考える場となりました。

今回の学会参加で興味深かった、「昔は当たり前に行われていた事」「ストレングス」の2点についてお話ししたいと思います。

精神科看護に限らず10年、20年前は当たり前に行われてきたことが現在では行われていないということは、良くある事かと思えます。例えば、学校の運動会の徒競走ですが、自分が子供だった頃は順位が付くのが当たり前でした。それが、いつのまにか順位は付けないようにしましょうという流れに変わり、更にはLGBTQの関連で男女を分けずに一緒に走るという学校までであるとテレビで観ました。昔では考えられないことだと思えます。



このように、昔はこうだったけど今は違うという事が社会生活の中でも多く見られるので、皆さんも今当たり前に行われていることが当たり前ではなくなるという事を少しだけ考えながら、今の自分について振り返ってみてはどうでしょうか？

また、「ストレングス」ということについての研究発表も印象に残りました。看護師はどうしても患者さんの出来ていない部分や、悪い所に視点を置いてしまうのですが、「ストレングス」の視点に立つと、患者さんが出来ている部分や強みと言える部分に焦点を当てることが出来ます。患者さんが地域で生活する中で、出来ない部分は誰かに支えてもらえば良いので、出来ている部分を大事にしていこうというものです。自分もそうなんですが、人は他人の悪い部分には気がつきやすいのに、良い部分にはなかなか気がつかない傾向があると思います。人付き合いの中でも、相手の悪い部分を見つけて嫌いになるよりも、良い部分を探すことで相手に対して興味を持ったり、交流の幅が広がったりといった効果がみられるのではないのでしょうか。

今回は、「昔は当たり前に行われていた事」「ストレングス」の2点についてお話しさせていただきました。「そういえば昔はこんなことしてたな。でも今は違うかも。」と感じる出来事をたまに考えてみる、「あの人の〇〇なところが苦手だな。」と思った時に、「でも〇〇なところはすごいな。」と捉えるようにしてみる、ということで、世界が少し違った見え方になるかもしれませんね。