

心のモヤモヤをスッキリ解決!

# 看護職場のストレス マネジメント相談室

## 第4回 看護以外の業務が増えて患者ケアが減ってしまったと感じたら

### 今月の相談

34歳、看護師歴12年目、外科病棟勤務です。  
 去年から主任という役職に就き、新たなステージに上がったような気がしています。その反面、主任になってからは、委員会の運営や院内研修などを任せられ、看護以外の業務が増えてしまいました。主任になったことで患者さんと直接かかわる機会が減ってしまい、「仕事がつまらない」と思うことも増えています。  
 これまでは、患者さんが喜んでくれたり元気になっていく姿を見たりして、時には元気をもらったりやりがいを感じたりしていたからこそ、もっとベッドサイドで患者さんとかかわる時間がほしいと思います。患者ケアをしている後輩たちを見ていると、生き生きとしていたりやましいとすら思ってしまう。今は純粋に看護ケアだけをしていた新人の頃に戻りたいと思い、目の前のことにも集中できていません。どうすればいいでしょうか。



患者さんとかかわりたいなあ...

### Answer

## 看護ケアの機会を増やすのは「今」ではない。 将来やりたいことをするために今は目の前のことを!

新人のころは現場にいるのが当たり前ですから、患者さんのそばでケアをしたい、人と接しながら援助したいと思って看護師になられた方にはとても楽しい時間だったことでしょう。また、プリセプターとして新人とかかわっているときなども、人に教えることで新たな発見があったり、再度専門書で改め

て勉強し直したりして、充実した生活が送れていたのかもしれない。  
 そういう方ですと、主任になってからも、研修会で管理者としての指導方法や組織づくりについて学んだり、マネジメントする側の視点に立てるようになったりと、いま置かれている現状のなかから何か

## Profile

ベスリクリニック 臨床心理士 関本文博  
 保健師・看護師・助産師 長田梨那

専門は認知行動療法など。チーム医療の中心として、医療現場での臨床心理士の働きを一新している。  
 生活習慣とメンタルヘルスの密接なつながりに着目。睡眠を中心とした指導を実践し、医療に頼らない心と身体の健康プログラムを提案。

## Consultation & Answer

楽しみを見つけようとしてきたように思われます。あなただけが管理職になることを拒むという強硬手段もなくはないのかもしれませんが、周りからの視線もありますし、組織の決定にあなただけが背くことの影響は計り知れないものにもなるでしょう。  
 一見、経験年数を重ねたからこそ出てくる悩みのようなのですが、この悩みが12年目の主任になってから出てくるということに、やや違和感を覚えます。

### 裏方に徹することで得られる 満足感・充実感

たしかに看護ケアは、ただ業務として行うのではなく、よりよい状態を目指して話し合ったり工夫したりしますので、その過程でもやりがいを感じられますよね。それが急になくなってしまうことに「つまらない」と思ってしまう気持ちもわかります。  
 ですが、中堅の管理職になっても、裏方のような業務について話し合ったり工夫したりすることでチーム全体のスキルアップにつながり、達成感や充実感を得ることはできるのではないのでしょうか。そして、最終的には患者さんの満足度を上げることもつながります。

看護ケアによる直接的なやりがいを感じられなくても、見方を変えればその先にいる患者さんのためになるような働き方が、管理職には求められているのです。

### 「看護ケアに専念する」という選択肢も 『夢』はあなたを輝かせてくれる!

一般的に、労働というものはつらく苦しいものです。だからこそ誰かが誰かにお願いし、してもらった側はしてくれた側に対価としてお金を払います。そのつらさを感じず、むしろやりがいを持って業務を行えるのは一種の幸運なのです。天から与えられた才能に他なりません。

集団が大きくなるとそのことを忘れがちですが、もしあなたが本当に看護ケアだけに専念したいと思えば、その願望に見合った一流のケアサービスを提供できるのでしたら、思い切って起業に向けて動き出してみるのもいいかもしれませんね。高品質の看護ケアサービスを安価で請け負ってくれる企業があったら、人手の足りない病院からは引く手あまたでしょうし、その技術を欲している病棟からは講演の依頼が来るかもしれません。あなたは専門的なプロ集団を率いるトップとして、またあるときは、自らも率先して現場に赴きケアを行うリーダーとして、大いに社会貢献できるでしょう。

もちろん起業というのは1つの例ですが、「何か1つのことをずっと続けていきたい」という夢は、そうやって社会の需要のなかでかなえていくものなのです。看護ケアに限らず、何か1つのことだけにずっと取り組んでいきたいという夢は、ときにあなたを引っ張り、ときにあなたの支えとなり、あなたの人生を生き生きと光り輝かせてくれます。その夢を胸に、頑張っていってください。