

2013年11月26日

公益財団法人 笹川記念保健協力財団
理事長 喜多悦子 殿

所属機関・職名

東京都立駒込病院 看護師

研修者氏名 東 麻美



2013年度日本財団ホスピスナースネットワーク会員に対する海外研修助成
研修報告書の提出について

標記について、下記のとおり報告いたします。

記

1. 研修課題

患者の自己決定を支え、自分らしく最期まで過ごし生きることを支え、看取りを支える看護師を支援することを学ぶ

2. 研修期間 2013年9月22日～2013年9月28日(1週間)

3. 研修先

「研修名：オーストラリア モナシュ大学
～心のケア・緩和ケア教育プログラム～」

4. 研修報告書

別紙 (正1部、副3部)

(注 研修報告書はA4判横書き)

別紙

I 本研修の成果：学んだこと、今後役立つと思う点について 心のケア教育プログラムに参加して

人間の本體をつくる心のケアを学ぶには、1週間という時間では、短い研修ではあるが、振り返ると内容は充実していた。これまでのケアを振り返り、ナースとして患者からたくさんの学びを得ていたことに感謝し、自分自身の経験を今後活かせる内容であったことをここに報告する。

まず第一に、オーストラリアの文化に触れることで日本の文化を再認識することができた。日本では、自動販売機などで何でもすぐに手に入り、電車は数分おきにくる。使い捨ての商品は便利で、店は24時間営業している。24時間食材も手に入る。忙しい生活をしている私には都合の良い便利な生活だ。しかし、あっという間に次の日が訪れ、日が沈むという多忙な生活を送っていたことを再認識した。研修中は、植物や動物など自然に触れ、自然を守り自然の中で生活し、リサイクルや何でも自分達で作る生活で、時間を生活のために使う豊さを学べ、癒されることを知った。

第2に自分自身を振り返り、自分を知り受け入れることで他者も受け入れられることを学んだ。自分がなぜ今、このような考え方をしているのか、自分の歴史を振り返り意味づけを知ることで理解し受け入れることができた。ただ聴いてもらうことがこんなにも理解される感覚が持てるのだと再認識され、私の話を聴いてくださった研修参加者に感謝する。傾聴によってケアされる感覚を実感することができた。そして、他者についても人それぞれの歴史があり今に至っていること、他者を理解するには歴史や何等かの理由がそこにはあることを再認識できた。

第3にスピリチュアルケアでは、一般的な言葉で「難しい事が起きたときに支えているものは何か、どうやって乗り越えたのか、癒しや導き、権限を与えられること」でもあることを学んだ。今まで、他者に伝えることを難しく考えていたことが噛み砕かれた言葉で良いことを再認識することができた。また、経験豊かな専門家の講義は、感心をもっていたスピリチュアルケアの実際が学べ、臨終期の患者はスピリチュアルが鋭くなっていることを確認することもできた。そして、自分が今までの困難な出来事に対してどうやって乗り越えてきたかを振り返る機会になり、スピリチュアルケアをしていただいたと感ずることができた。

この研修では、これまでに会った患者や経験を振り返る機会になり、自分自身を受け入れ、他者にもそれぞれ歴史がありそれぞれを受け入れることを実感できた。経験に感謝すると共に、自分自身が苦しみの中にいる人をケアすることで自分自身も疲労しケアが必要な存在であることを認識できた。そして、この経験は、他のスタッフや仲間にも必要なケアであると思えた。

II 今後の課題等

自分も含め、苦しみをケアをする人の心のケアを実際にどう関わっていくのか、寄り添いながら、探求していきたい。

III 本研修助成についての改善点及び当財団へ対するご意見ご要望など

書類の流れについて戸惑う点もありましたが、個別的に対応してくだり感謝申し上げます。