

## 当院ベテラン看護師のストレス対処行動に関する研究

### 1階東病棟

○ 山口 奈美 矢野 裕美 梶田 賢 杉村 利恵  
南場 玲子 小松 佳子

健康障害を来たしている人の看護をする看護者が、自分自身の健康レベルを高めることは、役割を遂行するうえで重要なことである。影山<sup>1)</sup>らの研究では、卒後10年以上経験を有する看護者は精神的不調が低いと言われている。そこで、当院に勤務するベテラン看護師のストレス対処行動を明らかにすることで、よりよい対処行動を行うための示唆が得られるのではないかと考えた。

対象者は女性看護師9名、平均年齢は37歳で、看護師経験年数は平均16年であった。ストレスサーには「超過勤務」「医療事故に対する不安」など10のカテゴリーがあった。ストレス過程に影響する要因としては『ソーシャルサポート』『目標』『価値観』の3つのカテゴリーがあり、これを尾関のストレスコーピング尺度に分類すると『問題焦点型』では7つ、『情動焦点型』は5つ、『回避・逃避型』は4つのカテゴリーがあった。

当院ベテラン看護師のストレス対処行動と、それに影響を及ぼしている要因には『ソーシャルサポート』では「相談できる人がいる」など4つのカテゴリーがあった。『目標』の中には「仕事を続けていきたい」など6つのカテゴリーがあり、『価値観』では「仕事が好き」「やりがいがある仕事だから」など4つのカテゴリーがあった。

尾関のコーピング尺度はストレス自己評価尺度の一部であり、対処行動を問題、情動、消極的に分類しており、特に「積極的なコーピングはソーシャルサポートにより促進される」と述べている。本研究でもストレス対処行動には16のカテゴリーがあり、「親しい人に話を聞いてもらう」など問題解決につながる『問題焦点型』対処行動を取っていた。また「仕事と自分の時間の気持ちの切り替え」など『情動焦点型』対処行動を取っていた。

ベテラン看護師には多くのストレスがあり、その程度は強いと捉えているにも関わらず、対処行動では積極的な対処行動が多く抽出された。これらのことから、ベテラン看護師は積極的な対処行動を多くとりながら、自分をサポートしてくれる人間関係を含めた環境を調べたり、キャリアを積むなど対処行動を促進させる行動も取っていることが明らかになった。

〔平成17年3月11日 第8回高知県精神科総合研究会にて発表〕