

教えて！！大学院での生活



病院で働きながら横浜市立大学大学院に通う、相馬卓弥さん（精神看護学：博士前期課程 1 年）に、大学院生活のあれこれ、気になるところを、学部生 2 名がインタビューしました。

精神看護の道に進んだ経緯

もともと劇団に所属していて、看護師になってからもお芝居を継続したかったんです。お芝居の本番が近くなるとものすごい稽古の時間が必要になるので、できるかぎり残業が少ないという面で…、最初のきっかけは、そこが 1 番でした。就職して最初はお芝居を続けていましたが、精神看護をやっているうちに興味が違って、お芝居は 1、2 年でやめてしまい、どっぷり精神看護にはまっていきました。

どういったところにはまったのですか？

看護師と患者さんという関係性ではなくて、個人的な自分自身と患者 A さんのような人間対人間の関わりにすごく興味をもちました。そこに精神看護の魅力を感じてずっと続けています。

大切にしていることはありますか？

その人の人生、その先の人生に責任をもって関わることを大切にしています。だからといって全て背負うと大変ですし、退院したら、そこでの関係を続けていくことはできないので…。患者さんが自分自身で決定して、自分自身の人生を過ごしていくことができるように、自己決定や患者さんのとった選択を支持することを大切にしています。

専門看護師の取得を目指した経緯

非常勤講師で精神看護学の授業や、院内教育の担当になったことがあって、今まで自己学習したことや経験したことを人前で話していたのが、ふと怖くなったんです。きちんと根拠立てて説明したい、自分の中で根拠をもった授業

をしたいと、もう一度精神看護を専門的に勉強したいと思い大学院に進学しました。継続的な院内での教育や病院内の看護の質の向上を考えて CNS コースを選びました。

実習はどのようなことをするのですか？

専門実習 I、II があって、専門実習 I は、2 週間で、CNS のシャドーイングをします。CNS の役割を理解し、その役割をどのように病院内で開発していくかについて、参加観察で学習します。専門実習 II は、4 週間で、実際に患者さんを受け持ったり、病棟内や病院内での教育をさせてもらったり、より具体的な CNS の活動を実際に行う実習になります。

教育の対象は看護師ですか？

看護師だけではなく、病院全体のスタッフのこともあります。病棟単位で行うとか、4 週間の実習の間に A 病棟に行くとしたら、A 病棟の組織を分析して、課題点を明らかにして、そこにアプローチするような感じです。



実習の記録物は多いですか？

大学院の学習スタイルが「自主性」なので、日々の記録がどうやってるのかまでは求められないです。最終的なレポートとして、日々どういうことをやっていたのかを載っけていかないといけないので、自分自身ではやっぱり記録します。やってもやらなくても怒られはしないですけど、自分自身が困るっていう。怒られたほうが楽です。



大学院での学習と生活

午前中だけ仕事をして夕方から大学院の授業とかがあってなると、なかなか仕事がうまく回らなかつたりするので、一日仕事をしているときに少し集中してやるとか、それと残業をしたりします。私は管理職なので、病院からの理解も得られていてスムーズに行けてますけど、知っている人の中には、病院からの理解が得られなくて、結局やめてしまう方もいましたね。



思うのですが、知識は働いてからでも付くので、学生に関しては看護を楽しいと思ってもらって、卒業した後も看護師として働いていきたいって思っています。

あと、病院だと医療系のつながりしかないの、全く別の分野の仕事してる人とのつながりが持つのはすごく息抜きになるので、違う業種の人とのつながりを持ったりするのはいいことかなと思います。なんか悩みとかあった時に、違う業種の人って、全く違う部分から声かけてくれたりすることもあるので、そういう考え方もあるんだと気づかされます。看護とか医療の外の世界に足を踏み入れてもいいんじゃないかなと思います。



ありがとうございました♪



どわからない中で、共通科目とかで、小児だったり、地域とか、母性など色々な他の分野の人がいる中で、同じことに対しても分野が違うと考え方とかアプローチの仕方が異なるので、それを知れることがすごく面白いですね。

今後のキャリア

院内教育とか、基礎教育に対して、精神看護学をより理解しやすいような授業の仕方とか教育方法について考えたいと思っています。キャリアとなると、自分は管理職として働いて、管理の部分にも興味があるので、精神看護学と、看護管理をうまくミックスしていけたらなと思っています。



看護学生へのアドバイス

看護を楽しいと思えるように、実習とかも本当に楽しんで、いろいろチャレンジして欲しいと思います。僕は授業で、精神看護を楽しいと思ってもらえるようにやっています。知識をつけてもらうとか、国家試験の対策も大事だとは

スケジュールはどのような感じですか？

今は、月と金の17時50分から21時まで共通科目の授業があります。1日勤務だと間に合わないの、午前勤務にして、午後は大学に来て21時まで授業という感じです。

あとは、精神看護学のゼミが昼間に一日入るので、そこは休みで来て、自分の研究とか興味がある部分についての論文を読んだり、自己学習しながら、ゼミに参加しています。あとの二日は、仕事って感じですね。

大学院生は皆さん働いているんですか？

そういうわけじゃないです。やっぱりやめて、大学院に集中している人もいますし、週末だけバイトしている人とかもいますね。2年生の後半の修士論文は、常勤で働きながらできる気はしませんね…。

授業は大学と比べて違う点がありますか？

座学もありますが、ディスカッションなどの時間がすごく多いです。自分の考えをまとめて発言するっていうことと、人の発言を聞いて自分の中に落とし込む、インプットした上で、どうアウトプットしていくか、という部分が多いかな。



どういうところが面白いのですか？

なんか全然知らなかったこととか、新しいことを知れるっていうのも大きいです。あと、ずっと精神にいたので、違う分野のことがほとん