

# 精神科看護師のレジリエンスとメンタルヘルスの関連

○高橋幸子（宮城県立精神医療センター）・山崎登志子（広島国際大学看護学部看護学科）

キーワード：精神科看護師，レジリエンス，メンタルヘルス

## 目的

看護師の労働条件の厳しさ、人手不足、交代制勤務のつらさ(武井 2001)などが指摘されている。精神科看護師はこれらに加え、患者から無理な要求をされたり、暴力を向けられても関わり続けなければならないというストレスにさらされる(武井ら 1998)。また、患者の話を書くことが患者自身への刺激になり不穏になることもあり、看護師の感情が揺さぶられることもある(柴田 2016)。このようにメンタルヘルスを悪化させる要因が多くある一方で、精神科看護を続けていくことには、メンタルヘルスの悪化を緩衝する要因があるのではないかと考える。レジリエンスは「逆境やトラブル、強いストレスに直面した時に適応する精神力と心理的プロセス」(久世 2015)と定義される。レジリエンスの高さでメンタルヘルスを良い状態にする可能性が指摘されている(小高 2015)。そこで今回、精神科看護師のレジリエンスとメンタルヘルスの関連について質問紙調査を通して明らかにすることを目的とした。

## 方法

A 精神病院の同意の得られた看護師(准看護師含む)110 名に対し、無記名自記式質問紙調査を行った。質問紙の内容は、個人属性、看護師レジリエンス尺度(5 件法)(尾形ら 2010)、日本版 GHQ12(4 件法)である。部署ごとに質問紙を配布、留置きし、回答者自身に封をしてもらった上で回収した。看護師レジリエンス尺度(表 1)の下位尺度ごとに平均点を境に高得点群と低得点群に分け、日本版 GHQ12 の平均点の差を t 検定で比較した。分析には統計ソフト(PASW statistics Version18.0)を使用した。倫理的配慮として、研究目的と方法、研究への参加は自由意志であること、個人は特定されないこと、質問紙は責任をもって処分することを明記した。宮城県立精神医療センターの倫理委員会の承認を得た。

## 結果

対象者の属性は、男性 26.4%(29 人)、女性 73.6%(81 人)。年代は 40 代 35.5%(39 人)が最も多く、次いで 50 代 27.3%(30 人)、30 代 19.1%(21 人)、20 代 15.5%(17 人)、60 代 2.7%(3 人)であった。精神科看護師経験年数の平均は 12.2±8 年であった。レジリエンスの高得点群の人は低得点群の人より日本版 GHQ12 平均点が有意に低かった(表 2)。

## 考察

精神科看護師において看護師レジリエンスの高い人は、低い人よりメンタルヘルスが良好な傾向がみられた。尾形ら(2010)の総合病院の看護師を対象としたものと同様の傾向であった。このことからレジリエンスは精神科看護師のメンタルヘルス悪化の緩衝要因になっている可能性が推測できた。

表 1 看護師レジリエンス尺度の下位尺度ごとの質問項目

肯定的な看護への取り組み
「私には看護職としての目標がある」「看護の勉強をもっとしてみたいと思う」「看護職として私の将来には希望がある」「私は看護のプロとして日々の努力をしている」「看護職のいろいろな業務に挑戦してみたい」「看護の仕事への興味や患者さんへの関心が強い方だ」「大きな責任を任されたら頑張ろうと思う」「困難なことも看護のプロとして成長に必要だと思う」
対人スキル
「さまざまなタイプの上司・同僚とそれなりに付き合える」「嫌いな上司・同僚とも「仕事」と割り切ってうまくやっていける」「職場に新しい上司・同僚が入ってきてもうまくやっていける」「気の合わない上司・同僚に合わせていくことは苦手だ」「つらいことがあってもなんとか仕事になる」
プライベートでの支持の存在
「幼い頃自分に愛情を注いでくれる人がいた」「自分が今日あるのはこの人のおかげ」と言える人がいる」「職場以外に愛情を注ぐ対象(家族・友人など)がいる」「家族以外にも悩みを話せる人がいる」「わがままを聞いてもらえる人がいない」
新奇性対応力
「新しい業務や珍しい仕事が好きだ」「臨終時や急変時にも自分を落ち着かせることができる」「慣れない仕事をするのは好きではない」「新しい仕事を覚えるのは簡単だ」

表 2 看護師レジリエンスの高得点群・低得点群の日本版 GHQ12 平均点の差

看護師レジリエンス(下位尺度)	各群(n)	日本版 GHQ12 平均点	t 値
肯定的な看護への取組	高(54)	13.75	3.13
	低(56)	16.94	
対人スキル	高(49)	13.69	3.63
	低(61)	17.35	
プライベートでの支持の存在	高(42)	13.93	3.30
	低(61)	17.57	
新奇性対応力	高(54)	13.68	3.30
	低(56)	17.02	

\*\*：p<0.01

(TAKAHASHI Sachiko, YAMAZAKI Toshiko)