

## 精神看護で起こる「怒り」の理解と付き合い方を学ぶ

○小泉 祐貴、篁 宗一、佐藤 浩一、濱口 惣則

静岡県立大学 看護学部

精神医療の現場では、患者の情緒不安定さや衝動性、暴言・暴力への対応、さらに信頼関係を築きながら適切な距離感を保つことが求められるなど、常に高度な対人能力が必要とされます。また看護師は患者に対し共感的態度を示しながら、安全配慮や治療的関わりのために冷静な判断が求められます。この「二重性」は大きな心理的負担となります。さらに、言語的暴力や理不尽な言動を日常的に受けやすい環境は、看護師自身の怒りや葛藤を喚起しやすいといっただいでしょう。しかし、怒りの感情を抱くことは専門職として望ましくないと捉えられやすく、感情が十分に言語化や共有されないまま抑圧されることも少なくありません。このような状況において、怒りの感情が適切に扱われない場合、治療関係の悪化、バーンアウト、医療安全への影響、ひいてはハラスメントや虐待のリスクにつながる可能性があります。怒りは、生体の適応的機能をもつ自然な感情であり、その特性を理解し調整することが重要です。本ワークショップの目的は、精神看護で起こる「怒り」のメカニズムと感情労働の特性を理解し、活用可能な怒りとの付き合い方を考えることです。内容は、1.怒りの基礎理解、2.医療・精神科領域で怒りが喚起されやすい背景、3.怒りの制御方略、4.アンガーマネジメントの活用を柱とします。講義に加え体験型ワークを取り入れ、価値観の違いの体感、怒りの数値化や感情の言語化、小グループディスカッションを通じ、参加者自身の臨床経験を振り返りながら学びを深める場としたいと思います。本ワークショップを通して、怒りの健全な側面を理解するとともに、適切な付き合い方や看護師自身の心身を良好な状態に整えることの重要性を一緒に考えましょう。倫理的配慮：本ワークショップ内で話し合われる内容は守秘義務を伴うものとし、お互いの発言を尊重し、安心して話せる場づくりにご協力ください。また企画者らは、ワー

クショップ自体が安全な場として機能するように配慮して進行させていただきます。利益相反：本ワークショップに関し、企画者らに開示すべき利益相反はない。