

# 援助職のリカバリー

## 《4》

～ダメダメ援助職のはじまり～

袴田 洋子

半年以上前になりますが、「その後の不自由  
「嵐」のあとを生きる人たち」(上岡陽江・大嶋  
栄子著 医学書院)という本を読みました。リ  
ストカットや薬物依存の「当事者」が回復を続  
ける中でも抱え続ける「課題」について、わか  
りやすく書かれていました。想像はしてしまし  
たが、読みながらひどく共感する自分がいて、  
やはり自分は依存症という病を抱えている、と  
いうよりもそう思った方が、自分を理解しやす  
く、かつ自身をコントロールしやすい、という  
ことも再認識しました。

この本の帯には“ちょっと寂しい”が、ちょ  
うどいい」と書かれていて、自分の状態を測る  
のに、なるほどと思いました。人との関係性や  
距離感をうまく持てず、境界侵入しやすい自分  
は「ちょっと寂しい」くらいが実際にちょうど  
よく、ようやく最近、物理的に誰かと一緒にい  
なくても、寂しさに囚われないようになりました。  
心のバケツの穴が、今は小さくなってきて  
いるのかもしれません。そしてそれは、人を信  
じる事が出来るようになってきた、という事

なのかもしれません。そしてさらには、人から  
拒否されたとしても、「そんなこともあるかもし  
れないな」と思う事が出来るようになってき  
た、という事なのかもしれません。

**【実は、不採用寸前だった!】**

“看護”に真摯な思いも抱かず、参加するこ  
とに意義がある、かのごとくに病棟実習を終え、  
大学4年の看護研究をどうにかやりすごし、ガ  
ソリンスタンドでのバイトを11月くらいまで  
やって、ようやく国家試験の勉強に手をつけた  
のが、受験3ヶ月前。一夜漬けのような勉強の  
仕方で、何とか試験を終えて、4月。付属の大  
学病院に就職しました。

ほとんどの看護学部生は、この付属の大学病  
院に採用されるのですが、私は実は、不採用寸  
前だったようでした。大学4年時に行われる看  
護学部生対象の一斉に行う就職面接で、私はな  
んと遅刻をしたのです。しかも服装はGパン。  
実際の面接ではだらしない笑顔を振りまき、真  
剣さが1ミリも感じられない話し方をし、今、

思い返しても信じ難いありさまでした。

「就職面接に遅刻してくるなんて全く自覚が足りない。態度もヘラヘラしていて、袴田は採用しない方がいいのではないかという話が出たのよ」と、学部の先生か事務か、病棟の上司か先輩か、誰かまったく覚えていないのですが、ある時そう聞かされ、自分はそんなに認められない存在なのか、とショックを受けたことを覚えています（自分のした事を反省もせずに）。

### 【大人の人が好き 甘えられる？】

学部生は必ず採用されるという甘い考えのもとでの面接態度であることに間違いはないのですが、後に、自分史を振り返っている時に、この不採用寸前だった情けない面接場面を思い出し、あの時、自分はどんな感情で面接に臨んでいたのか、アセスメントしました。そうしてわかったことは次のようなことでした。

「面接の場面で、あんなに複数の人（面接官）に自分について質問されるのが嬉しい。自分に興味を持ってくれるのが嬉しい。自分が話すことを真剣に聴いてくれるのが嬉しい。大人の人達が私の話を丁寧に真剣に聴いてくれるのが嬉しい。そんな感覚でした。ゆえに、あまりにも嬉しくて、しまりのない笑顔になってしまっていたのではないかと思いました。そしてまた、それはまるで、大人からかまってもらっている幼児が、ちょっとはにかみながら、でも嬉しそうに自分のことを話している姿そのもの、そんな場面とよく似ているように思いました。

ガソリンスタンドでバイトしている時、夕方は学生のバイトだけになって年代ばかりになるのですが、昼間、17時までのスタンドは経理や社員の「大人」の人たちがいました。出勤簿の印鑑押し忘れなどで、たまに日中にスタンド

に顔を出した時に「袴田さんは看護婦さんになる勉強をしているんですってね。偉いわねえ。勉強は大変なの？」などの会話をすることがあったのですが、ひどく嬉しく感じ、「私、年上の人が好きなのかも」と、はっきり思ったのを覚えています。

### 【認める前に、認められたいナース】

そんな自己理解を通して自分の承認欲求の強さ、愛着を強く求める自分を改めて思い、ため息をつくしかありませんでしたが、それだけで済むわけはありません。

そんなにも承認欲求が強すぎる援助職は、言うまでもなく、援助実践の場において、よい支援を行うのは難しいように思います。なぜなら、「こんなにも自分は一生懸命やっているのに、なぜ認めてくれないの？なぜわかってくれないの？もっと認めてちょうだいよ」という感覚が「患者を援助・支援する」というミッションよりも強く出てしまうからです。

患者のケアよりも、自分がケアされることを望んでいる状態と言えるかもしれません。それに気付いていれば、対処の方法はあるかもしれませんが、まだまだこの時点では、自分の不健全さには気付いていないので、周囲を困らせる、というよりは不愉快にさせる人生を歩むこととなります。

### 【サイアク新人ナース誕生】

希望どおりに配置された病棟（救命救急センター）で、案の定、私は上司や先輩、同期ナースを困らせる素行不良な新人看護師になりました。就職したての5月、再び妊娠、中絶をした私は、ただでさえ持っていない自己肯定感をさらに失くしていったようでした。

患者には優しくできない、先輩にはああ言えばこう言う、反抗する、上司からの注意にはむくれる、仕事はめんどくさがる、だらだら歩く、始業ぎりぎりに来る、不満が多い、愚痴も多い、陰口をたたき、嫌みをいう、準夜勤なのに気持ちが沈んで出勤出来ずにいるところに、同期の同僚ナースがアパートまで迎えに来る、など、過去を消しゴムで消せるならごっそり消したい、と本気で思います。(この状態、やはり「新型うつ」によく似ているように思うのですが、どうでしょう?)

### 【先輩ナースたちを手こずらせる】

当時、その病院では、新人ナースを教育するために「おねえさんナース」がマンツーマンで組まれ、私にも先輩ナースのAさんが指導してくれることになりました。そしてその病棟には、大学時代の友人Bもいました(私は留年したのでBより1年遅れて就職、Bの仕事ぶりを大学4年の時に見たり聞いたりしながら、救急の仕事はカッコいいなあ、私も救急で働きたいなあと思い、救急病棟を希望したのでした)。

すなわち、私の指導ナースAさんと私の友人Bは同期の関係であり、友人Bは、私の指導ナースAさんから、私を指導するにあたっての苦労話をずいぶん聞かされていたであろうことが想像できました。というのは、ある時、Bから「Aさん、袴田のこと『私には教えられない、もう私にはどうしたらいいのかわからない』って言っていたよ」と聞いたからでした。

友人のBからそんな事を言われて、あんなに優しいAさんがそんなふうになっていたのかと、突き放されたようなショックを受け、とても情けなく恥ずかしい思いをしましたが、負けず嫌いの性分が作用し、その場は軽くやり過ごした

ように記憶しています。

そうしてまた別の時には、Bから「主任が『どうでもいいけど、袴田、もう少し働いてくれないかしらね!』って言っていたよ」と聞きました。この時も深く追求せずにやり過ごしたように思います。今、思えば、これ以上自分を傷つかせないために、防衛的であったということでしょう。

### 【必要だよ、と言ってほしかった】

数年前、自己嫌悪のままに生き続けることの限界を感じたことをきっかけに、なぜ、こんなどうしようもない自分が出来上がってきたのか、自分を客観的にみて理解したいと考え、自分史を振り返っている時に、新人ナースの頃を思い返しました。

あの頃は気付いてはいなかったけれど、今、当時の感情を正直に言語化すれば、「認めてもらいたい、褒めてもらいたい、私は必要な存在だと言ってもらいたい、でも、そんなことはあるわけない、なぜなら私はどうしようもない出来損ないのダメなナースで、要らない人材なのだから」です。

でも、当時の私を認めてほめることができる人がいるとすれば、それはもしかしたら、少年院で診察する児童精神科医くらいかもしれせん。私は本当に扱いにくい人間でした。だから当時、私の周囲にいた人たちに、お詫びしたい気持ちでいっぱいになります。

そして、今でも援助職を続けている理由は、贖罪の思いが強くなるように思います。まったく良いナースではなかった為に、患者さんや職場の人たちに不利益を生じさせてしまった、その償いをしなければならぬ、という思いがあります。そして同時に、私のように不器用に、

他者評価にすぎた生き方をしている人がいたならば、もう少し楽に生きられる方法があるかもしれないよ、とおこがましく感じながらも、声をかけたい気持ちになります。

### 【常に鎧をまとして、完全防衛】

他者評価に依存するということは、常に自分が正しく、常に自分が勝って、「周囲から認められる」状態でいなければならない生き方ですから、何より自分を疲弊させます。また、批判や注意を受けたときには、自分が負けてはいけなないので、過剰に防衛的になり、議論の主旨を巧みにすり替えて、結果として相手をねじ伏せていきます。

重たい分厚い鎧を身にまといながら、これ以上自分を傷つける相手は、絶対に許さない。そんな新人ナースから始まった援助職の私は、不器用な生き方をこの後も続けていってしまいます。

### 【ダメナースが不要なのは、当然】

救急病棟で2年が過ぎようとしている時、婦長との面談で、「他の病棟に異動してほしい、あなたは他のスタッフとうまくやれてないようだから」みたいなことを言われました。しかし、病棟が変わるのは病院が変わるくらいの違いがある＝大変だ、と聞いていたので、何とかもう1年はこのまま救急病棟に居させてほしいと伝え、ぎりぎりそのまま残ることを許されました。が、その翌年、「はい、1年経ちました。約束したとおり、異動してくれるわね」とわずか1分ほどで婦長との面談は終わり、希望した循環器内科・腎臓内科の混合病棟へ異動になりました。私のコミュニケーションパターンに変化がないので、組織運営に支障があるスタッフは排除し

たいという組織の意向は当然です。うすうす分かってはいたながらも、やはり情けなさともじめな気持ちに沈んでいきました。

大学病院4年目、重たい気持ちのまま、私は不要な人材なんだという思いを抱きながら、循環器・腎臓内科病棟に異動した私は、救急病棟よりもはるかに過酷な業務状況の中で、ますますストレスを募らせていき、その2年後には退職をすることになります。