

〔第25回 学術集会教育講演〕

現場を変える家族看護実践のちから

日本赤十字広尾訪問看護ステーション家族支援専門看護師

関根 光枝

家族看護を実践していくことにより、現場にどのような変化がもたらされるのか、「家族看護実践がもたらすちから」について、改めて家族看護の必要性について振り返ると共に、これまでの家族支援専門看護師としての活動を通して感じていることを紹介する。

1. 家族看護の必要性

私たち看護師は、患者中心の看護を大切に、患者にとって最善の看護（医療）を提供していくことを目指している。そして、患者の家族に対しては、患者の治療や療養計画をしっかりと理解してもらい、それに伴う患者の生活を支援してもらうことを期待している。つまり、“患者のセルフケア不足を家族が代償するのは当たり前”という家族観のもとに、家族を患者の背景や資源として捉えている部分が今なお大きい。このように捉える背景には、一般的に考えられている家族の機能や役割に由来していると思われる。

家族は、社会の中の一つの集団として、家族内外の様々なニーズに応じるはたらき、家族機能を有している。看護において考慮すべき家族機能として、フリードマンは「情緒機能」「社会化と社会布置機能」「生殖機能」「経済機能」「ヘルスケア機能」の5つを挙げている。家族は、このような機能を、家族成員に対して、また社会に対して様々な役割を担いながら果たしていくことが期待されている。そして、家族に期待される機能は、国や地域社会、時代によって変化し、私たちのもつ家族観もそれによって影響されてくる。

“患者のセルフケア不足を家族が代償するのは当たり前”とする家族観は、わが国で定められている民法730条（直系血族及び同居の親族は、互いに扶け合わなければならない）や民法877条第一項（直径血族及び兄弟姉妹は、互いに扶養をする義務がある）等の影響も受けているといえるだろう。しかしながら、看護師のみならず、わが国の多くの人々が共通してもっているであろうこの家族観をもとに患者家族に働きかけても、期待する役割を担うことが困難な家族がいる。また、「子どもたちに頼るつもりはない」「頼れる家族はいない」などと話す患者家族もおり、年々そのような家族が増えてきていると感じる。

その背景には、戦後「家制度」が廃止され、個人の意思を大切にす文化へと移行してきたことが挙げられる。また、女性の社会進出や男女平等思考の高まりから、誰もが結婚し、子どもを産み育てていくことが当たり前という時代ではなくなり、多様な「家族」の在り方を選択できるようになってきたこともあるだろう。そして、家族関係も複雑化しており、誰を「家族」として看護の対象としたらよいかということ自体に悩むことも増えている。さらに、家族関係が希薄な家族がいる反面、家族関係が濃密で強固な境界が形成され、なかなか介入できない家族もおり、現場では一層家族に関わることへの困難感を高めている。それから、わが国の大きな課題である少子高齢化は、家族内の資源が減少していることであり、さらに地域社会との交流も希薄になっていることで、家族が有する家族外資源も少なくなっている。よって、家族機能が脆弱になってきたと指摘されて久しいが、期待される機能、役割を

果たしていくことが困難になっている家族が増えている現状がある。

また、医療現場でも多くの悩みを抱えている。患者家族の権利意識や医療安全に対する意識の高まりは、患者家族がおまかせ医療ではなく、共に医療に参画していくことにつながり、安全な医療を提供するためにも重要なことである。しかし一方では、患者家族と医療者との関係の揺らぎをもたらししている側面があることも否めず、患者家族との信頼関係を形成していくことに困難を感じることもある。また、高度化、複雑化する医療に対応していく中では、じっくりと患者家族に関わる時間がとれないという悩みもある。そして、医療のIT化は、迅速に情報共有ができ、業務の効率化にもつながっている反面、医療者間の対人コミュニケーションが不足してきたと感じることも多い。

以上のような悩みを抱え、患者家族への対応に困難感を高めている状況でも、現場では患者と同様にまたはそれ以上に心身の不調を招いている家族成員や、困りごとを抱えている家族の存在に気づき、患者の家族（成員）もケアの対象としてケアを提供していく必要性を感じている。しかし、頑張っただけで家族（成員）に関わる時間を捻出し、ケアを提供しようと思っただけでも、家族関係や経済的な問題など次々と家族内の問題が浮上してくると、どこまで看護として介入したらよいかかわからないという新たな悩みを生じさせる。そして、どのように関わったらよいかかわからず、一向に事態が進展しないことによって看護師は疲弊し、「家族看護は難しい」「そもそも家族看護をしていくことなんて無理なのではないか」と、家族看護に対する否定的な感情が湧いてきてしまう。このような現状を変えていくこと、つまり家族看護実践が現場を変えるちからとなっていくためにも、本来の家族看護を浸透させていくことが必要だと感じている。

II. 臨床における家族看護教育の工夫

現場では、家族成員個々へのケアに留まっていることが多く、事態がなかなか進展しない要因の1つとも考えられる。よって、本来の家族看護、つまり家族をシステムとして捉えていくこと、その上で家族の一員が健康課題を抱えることによって、家族全体がどのような影響を受けるのか、家族のおかれている全体状況を把握して看護につなげていけるように、研修会などの教育活動を行ってきた。

研修会などでは、家族看護の基盤となる理論（システム理論や発達理論、ストレス対処理論、セルフケア理論）と家族を理解する上で必要な知識（家族の役割関係や資源・対処、コミュニケーション）について、家族の特性、特徴としてまとめて説明している。そして、説明を始める前には、自分が家族だと思っている家族成員を思い浮かべてもらい、説明内容を自分の家族と照らし合わせて聞いてもらうようにしている。そして、「思い浮かべた家族の中の一人が重大な病気や介護が必要になったときに、あなたにはどのような影響が及ぼされると思いますか」と問いかけ、家族全体に起こってくることを、自分のことに置き換えて考えてもらうようにしている。なぜなら、以下に示す家族看護を実践する上で重要な“対象となる家族の視点、立場で考える”という姿勢を身につけていくことにつながると考えているからである。

それから、家族看護を実践する上での看護の姿勢として、以下の4点を伝えている。

- 1) 対象となる家族の視点、立場で状況を理解するように努める
- 2) 事象の背景を丁寧に探る
- 3) 肯定的な視点で捉え、強みを見出す
- 4) 中立を維持する

この4つの看護の姿勢で実践していくことが、現場を変えていくちからとなるのではないかと考えている。

III. 家族看護実践がもたらすちから

前述した4つの看護の姿勢を大切にして、実践やコンサルテーション等を展開していくことによって、少しずつ現場が変化してくることを感じている。

1) 対象となる家族の視点、立場で状況を理解するように努めること

現場の看護師たちに、家族の視点、立場で考えることを投げかけていくことによって、これまでの家族に対する捉えが、医療者の視点や立場、自身の家族観などで捉えていたことに気づいてくる。すると、家族に抱いていた負の感情が緩和され、家族が困っていることは何かを考えるようになり、家族の思いに沿った関わり方を模索するようになる。さらに、患者へのケアを見直すきっかけにもなり、よりよい患者ケアへと発展していく。つまり、家族看護を実践していくことによって、私たち看護師が目指していた「患者にとって最善の看護（医療）を提供すること」につながっていくと感じている。

2) 事象の背景を丁寧に探ること

目の前の事象のみに囚われず、「なぜこのような状況が生じているのか」とその背景を丁寧に探っていく過程では、個人から二者関係、家族全体、そして地域社会へと視野を広げたり、また行き来したりしながら考えていくことによって、現場が沢山もっている断片的な情報を繋げていくことができ、情報を織りなす力が育まれてくる。そして、「なぜ、なぜ」と考えていくことによって想像力も育まれてくる。さらに、家族に向ける関心がより一層高まってくると共に、家族を多角的に捉えることができるようになり、表面的な問題ではなく、真の問題を見出していくことにつながってくる。それまでどのように家族に関わってよいかかわらないと悩んでいた状況から、関わるきっかけを掴み、家族と話し合うなどの行動を起こそうとする勇気も出てくる。家族とのコミュニケーションが深まり、家族に対する理解も深まっていくため、看護師と家族との関係構築が促進されるといった変化をもたらすと感じている。

3) 肯定的な視点で捉え、強みを見出すこと

私たち看護師は問題解決思考を訓練されてきたこともあり、家族の不足しているところに目がいきがちで、できているところにはなかなか気づけないことが多い。そこで、否定的な見方を肯定的な見方に変えてみることを意識している。例えば、「面会に来ては短時間で帰ってしまう」という表現を、「短時間でも面会に来ている」というように、現場の看護師たちが捉えた家族に対する否定的な表現を、家族ができている面や肯定的な表現に置き変えて返していくことで、視点の転換を促していく。そして「この家族はどのような力をもっているのか?」「この家族の強みは何か?」などと投げかけていくことで、さらに家族の肯定的な側面を探そうと家族に向ける関心が高まっていく。また、「短時間でも面会に来ている」ということは、「患者に関心があり、状況の変化に対応する力がある」「仕事や生活を調整する力がある」というように、肯定的な視点で捉えた現象を家族のもつ力や強みに読み替えていくようにしている。これにより、家族のもつ力や強みを生かしたケアの方向性を検討していけるようになり、家族看護実践の一步を踏み出すちからとなっているのではないかと感じている。

4) 中立を維持すること

これは、非常に重要であるが、難しい点でもある。家族に一生懸命関われば関わるほど、中立が保てているかどうかを意識していかなければならないが、自分一人でコントロールしていくことは難しい。よって、自分が中立な立場で事象を俯瞰的に捉えられているのか、医療チームのメンバーや上司など周囲の者の協力を得、相談しながら家族と関わっていく必要がある。そのため、必然的に周囲の者たちとのコミュニケーションが活性化されてくる。また、自分が本当に中立であるかどうかと、常に内省を促すことにもなる。これは、自己理解を深めることにもなるため、自己と対象となる家族を区別し、客観的にありのままの家族を捉える力を育むことにもつながってくると感じている。

このように4つの姿勢をもつことで、現場の看護師たちが様々な力を身につけ、変化してくることによって、家族看護実践が充実したものとなっていき、膠着していた事態が少しずつ動き出してくる。言い換えれば、現場が困っていたこと、医療者の困りごとが解決に向かっていくことになる。同時に、家族のセルフケア力も向上してくるため、私たちが期待している役割を、家族が遂行できるようになることにもつながっていく。家族看護実践は、家族と医療者をつなぐ重要な架け橋となっているのではないかと感じている。

家族看護は、家族が本来もっている力を引き出し、家族が主体的に健康的な家族生活を維持・促進できるように、家族のセルフケア機能を高めていくことを目指している。そもそも“看護”とは、その

人の周りにいる近しい人々、いわば家族の中で営まれてきた行為であり、家族のセルフケア機能を高めていくことは、看護の原点に立ち返ることになると考える。また、家族看護を実践する上で必要な看護の姿勢を身につけていくことは、私たち看護師が大切にしてきた“患者中心の看護”に通じる、対象の立場に立って考え、対象のニーズに沿って看護を提供するという看護の本質に立ち返ることにもなる。現場では、患者のためにと考え実践していることが、振り返ってみると医療者の価値観で考え、医療者のペースで物事を進めているということもある。より多くの現場で家族看護が実践されていくことは、看護全体の質を高めていくための重要なちからになるのではないかと信じている。