

News letter

Japanese Nursing Society of PAS Based Self-Care



PAS-SCT 看護学会第 6 回大会 大会長挨拶

セルフケア看護アプローチについて考える

—PAS セルフケアセラピー看護学会第 6 回大会の開催にむけて—

第 6 回大会 大会長 山岡 由実
(大阪医科薬科大学看護学部 教授)

「患者さんは毎日歯磨きをしていません。個人衛生の維持ができていないというセルフケア上の問題があると思います。歯磨きを毎日しないと歯周病の悪化や認知症にも影響すると思うので、ケアの目標にしたいと思います」

これは長期入院の慢性期にある患者様のケアを担当した学生によくみる精神看護実習での一コマです。

学生は、患者様が歯磨きをしてくれることに一生懸命で、歯磨きの必要性について説明をし、一緒に歯磨きをしようと誘うなど、様々な工夫をします。しかしセルフケア上の目標を共有することは困難で、学生は半ば説得するような形でケアを開始する。患者様は、実習中は付き合ってくれるけれど、患者様が実習後も歯磨きをするようになるかという点、そこは続かない。このような実習展開について、以前、上司であった故安藤幸子先生と話をしたことがあります。その時安藤先生は、D.オレムは、いつ、どんなときに看護が必要かについてセルフケア不足理論で説明しているのだから、そもそもセルフケア看護アプローチは問題解決的思考なのだ、だから、患者様と目標を共有する、という思考そのものが学生には難しいのではないかとおっしゃっていました。なるほど、と思ったものです。

セルフケア看護介入の難しさには、セルフケア不足がなぜ起きているのかというアセスメントや介入技法自体の難しさもあると思います。兵庫県立看護大学（現兵庫県立大学看護学部）で教えを乞うた P. アンダーウッド先生は、オレムのセルフケア理論に操作化、修正し、精神看護に適用させた人です。自我の能力や機能がセルフケアの低下や困難性に影響を及ぼしていることを示し、患者理解のために精神力動理論を取り入れました。セルフケアを意図的な行動とし、看護の目標については、患者の自己決定能力及びセルフケア行動に働きかけることとしました。つまり、患者の行動の理解に無意識を用いつつ、意図的行動に働きかけるということになります。それ自体、非常に高度な看護実践を必要とするのではないのでしょうか。

私が実際に関わった慢性疾患のある患者様への看護介入においても、セルフケアを促進するとことの難しさを実感する事例は少なくありません。今改めて、セルフケア看護アプローチの理解を深め、介入技術の発展を目指し、学術的にも検討する必要性があると感じています。

さて、この度 9 月 3 日（日）に PAS セルフケアセラピー看護学会第 6 回大会をオンラインにて開催します。大会テーマは「自律的自我を促進するセルフケア看護介入の現在と未来」といたしました。セルフケア看護アプローチについて、振り返り、その未来を皆さんと検討する機会にしたいと考えています。有意義な大会とすべく準備を進めております。大会関係者一同、多くの皆様のご参加を心よりお待ちしております。

第 6 回大会ホームページ▶▶<https://www.pas-sctnursingconference.com/>





PAS-SCT 看護学会 トレーニング検討委員会よりお知らせ

トレーニング検討委員会

委員長 宇佐美 しおり

拝啓 暑くて過ごしにくい日々が続きますが、皆様におかれましてはご活躍の日々と思います。

本学会では来る9月3日に山岡由実大会長のもと、「自律的自我を促進するセルフケア看護介入の現在と将来」というテーマで大会を開催します。単に自分のことを自分で実施するセルフケアということではなく自分の欲求をもとに自分の調整活動を行うセルフケアを推進していく自律性・自立性をテーマに大会を開催します。そして前日9月2日に、トレーニング検討委員会では、プレングレスとして精神力動理論のPAS理論を展開されている小谷英文理事長(PAS心理教育研究所)をお招きし「PASセルフケアセラピィ(PAS-SCT)の介入基礎技術」のトレーニングを行います。慢性疾患患者への最新セルフケアプログラム、対応困難となった患者へのPAS-SCT介入の基礎技術を学び、トレーニングし、いつでもどこでも自分の実践能力を使えるようにしていく予定です。

トレーニングは毎日が訓練で、厳しく苦しいという印象もありますが、日々対応困難な患者さんに出会う看護師にとっては苦しくもありわからないことが身体でわかるようになる、という楽しみもあります。トレーニング検討委員会では慢性疾患患者への最新セルフケアプログラム、対応困難な患者へのPAS-SCT介入理論と技術を連動し、臨床がわかり介入できる楽しみを実感しながら訓練できることを目的としています。

看護にトレーニングは必要なのでしょうか。私たちはcaseカンファレンスや事例検討などをこれまでも続けてきましたがある技法を修得するための「トレーニング」「訓練する」という発想は弱かったと思っています。理論を学べば実施できると思いきや思っていたのではないかと思っています。だからこそ日々練習しながらある技法を理論のもとに修得できるよう本学会ではトレーニング検討委員会を設けました。過去5年間は小谷英文先生をまじえてのトレーニングを開催していましたが今年から自分たちでトレーニングを運営できるよう工夫しています。

今年からトレーニング検討委員会では、セルフケアcaseカンファレンスを開催し、病棟や訪問の日々の現場で検討するケースカンファレンスを取り入れ、グループ間のダイナミックな相互作用をまじえながらカンファレンスを展開してcase理解を深め最新セルフケアプログラムおよびPAS-SCTが介入できるよう工夫しています。今回は、11月29日に対応困難な悪性腫瘍患者へのセルフケアcaseカンファレンスを開催しますので、ぜひご参加いただければと思います。

日々の現場はダイナミックで繊細でミクロな臨床能力が必要になります。在院日数が短くなり患者さんのことがわからないまま退院されることも増えてきていますが、患者の個別性と出会い、患者のセルフケアを高めたい、患者のQOLを高める看護介入をしたい、効率的効果的な看護介入をしたい、と考えていらっしゃる方はぜひご参加いただければと思います。





PAS-SCT 看護学会 広報委員会 活動紹介

広報委員会

委員長 松枝 美智子

2022 年度の後半より、相澤和美前広報委員長の後を引き継ぎ広報委員長に就任した松枝美智子（星槎大学教育学研究科修士課程 教授）です。どうぞ宜しくお願いします。委員は相澤和美先生（訪問看護ステーション Reaf 理事長）、樋口有紀先生（熊本大学大学院生命科学研究部 助教）、森本早弥果様（ハントン訪問看護ステーション 看護師）です。

私たちは PAS セルフケアセラピー、PAS セルフケアプログラムの一層の普及と発展を目指して、学会事務局や大会事務局と連携し広報活動を展開しています。具体的な業務は、学会のホームページの運営、毎年度開催される年次大会に対する広報の面からの支援、年間を通して行われる系統的なセルフケア・ケースカンファレンスについての情報発信、ニュースレター（年 4 回）の発行などです。

ニュースレターは学会としての情報発信だけでなく、研修やセルフケア・ケースカンファレンスにご参加いただいた方々の声をできるだけ反映させたいと考えています。PAS セルフケアセラピーや PAS セルフケアプログラムに興味を持ち、看護の対象となる人々に質の高い看護を提供できるように介入技術を修得したい方、看護の臨床で活用したい方、活用してみて効果を実感している方などの積極的な情報発信の場としてご活用いただければ幸いです。

広報委員会では現在、山岡由実大会長（大阪医科薬科大学 教授）のリーダーシップの下に完全リアルタイムオンラインで開催される、第 6 回大会「自律的自我を促進するセルフケア看護介入の現在と将来」の広報に力を注いでいます。第 6 回大会は、山岡大会長の講演はもとより、アリゾナ大学から Dr. Judith A. Berg（RN, WHNP, DNP, Women's Health Nurse Practitioner）を招聘し、” Symptom management and self-care enforcement among high risk women through DNP practice and research” というテーマで基調講演を行っていただきます。その他、PAS セルフケアセラピーの研究法に関する教育講演や、PAS セルフケアセラピーを用いた慢性疾患を持つ人の重症化予防についての教育講演など魅力的なプログラムが満載です。また本学会の大きな特徴の一つである、明日からの臨床実践にすぐに役立つケースカンファレンス（6 題）や大会企画では、参加者の皆様方と積極的なディスカッションができることをプログラム担当者一同、楽しみにしています。

更に、今年度から年次大会に先立ち、プレコンgres「PAS-SCT 介入の基礎技術」を開催することになりました。介入技術を基礎から学びたい方、基本に立ち返り地固めをして更に臨床家として飛躍したい方など多くの皆様のご参加を宜しくお願いします。

最後に、今後とも広報委員会の活動にご理解とご協力を賜りますよう、宜しくお願いします。





【第1回セルフケアケースカンファレンス】

第1回セルフケア・ケースカンファレンスに参加して学んだことと感じたこと

森本 早弥果

(ハントン訪問看護ステーション)

私がPASセルフケアセラピーに出会ったのは約2年前、目に見えない人の心を看護することと、対象に大きく影響を与える看護師としての自身の在り方に難しさや迷いを抱えている時でした。私は対象者中心の看護がうまくできていないと無力感を抱いて変わりたいと考えていたので、対象者と協働して道筋をたて実践を繰り返して変化を促すPASセルフケアセラピーに非常に魅力を感じ、実践と学習を続けています。その結果、少しずつですが、対象者の自己理解を支え、思いに沿った生活の組み立てを一緒に行えるようになってきたように思います。同時に、私自身の自己理解も進み、対処方法が増え、以前より生きやすさが増しました。

第1回セルフケア・ケースカンファレンスでは、事例を皆で分析し、セルフケアへの介入方法を具体的に検討しました。事例が提示されているのでイメージしやすく、また自身が看護を行っている対象者にも該当することが多々あり、私が今ここから使うことができる技法を学ぶことができました。また、セルフケア・ケースカンファレンスは、スーパーバイザーの先生方によって、皆が発言しやすく検討しやすい雰囲気の中進められ、臨床現場と同じく、今ここで自分がどう判断しどう動くかの訓練を重ねることができました。臨床現場では、チームナーシングが基本ですが、対象者と向き合う時は一人で臨むことが多く、セルフケア・ケースカンファレンスに参加することは、自身の臨床能力の研鑽に直結すると感じました。

私はこれからも共に生きる看護を大切に思う同志、看護の対象となる人々、そして私が敬い大切に思う人々と、各々が自分の価値観を大切に強く生きていくことができるように、PASセルフケアセラピーへの理解を深め実践していきます。これからも個性豊かな同志の方々と一緒に研鑽できることを、心より楽しみにしています。

【第2回セルフケア・ケースカンファレンス】

第2回セルフケア・ケースカンファレンスに参加してPAS-SCTに参加し続けることの意義

江頭 薫

(Human Loop 訪問看護ステーション TOMO 西)

私は精神科病院勤務の中で、薬の副作用によるセルフケアの低下を改善したい、人と人との関係で精神症状を軽減したいと考えていました。もっと学べば改善策が見つかるのではないかと思い、精神看護CNSコースへ進学しました。そこで、PASセルフケア理論に出会い、これまでとは違う視点でのアプローチに惹かれ、学会に入会し学びを深めることにしました。

はじめは理論に囚われ、頭が混乱状態に陥りましたが、何度かトレーニングを受講することで、まず人の心を理解するという、自分の心のありようが重要であると気づいてきました。トレーニングの中で、小谷先生から頂いたご助言から、人間の抱えている負の感情を良し悪しではなくそのまま受け止め認め

ることが大切であると気づかせていただきました。そして、自分自身を振り返った際、これまで、いかに患者さんを理解できていなかったかに気づかされました。

最近のセルフケア・ケースカンファレンスで気づいたことを例に挙げれば、「何度言っても理解してくれない。」と患者さんに対して思っている自分が、PAS - SCT に幾度となく受け続けながらもその意味を理解できていなかった自分と重なり、これまでの自分の心のありようを振り返る良い機会となりました。

私は、PAS - SCT で技術を獲得できれば看護師による支援がもっと広がると同時に看護師自身も幸せになると考えています。現在は訪問看護で癌やパーキンソン病の患者さんと関わらせていただいておりますが、PAS - SCT で得た技術を意識して支援させていただくことで患者さんの心の動きを捉えた介入ができるようになってきたと思います。

まだまだ発展途中であり、ケースフォーミレーションにおいては、自分流に考えた技術で支援してしまうため、今後もカンファレンスを通じて仲間と共に切磋琢磨していきたいと思っています。

「地域で患者を支え続けるためのセルフケアへの介入」に参加して

保坂香保里

(東邦大学医療センター佐倉病院 心不全看護認定看護師)

私は循環器領域で 10 数年働いており、現在は心不全看護認定看護師として活動を開始しました。心不全は増悪因子や症状が多彩で増悪と寛解を繰り返す進行性かつ予後不良の疾患のため、日常に様々な制限や苦痛を認めます。急性期・安定期・人生の最終段階と最期まで続く心不全とつきあっていく人生を、入院・自宅と療養場所が移行しても「その人らしく」過ごしていただけるよう療養生活を整えることを主に看護実践をしています。心不全診療は多職種で支えていく必要があります、当院の心臓リハビリテーションチームは、疾患管理や、再入院・重症化回避のための早期受診・対応方法など個人に合った方法を検討しています。しかし、セルフケア支援や抑うつに介入するのは看護師が主体であり、患者さんに長年の生活を変化していただくことへの困難感や抑うつに対する介入に困難感を抱くことがほとんどでした。

PAS セルフケアセラピー看護学会を知ったきっかけは、認定看護師教育課程に在学していた頃に、心不全患者の身体的・精神的・社会的側面の評価に関する講義をして下さった講師の紹介でした。まさに私が望んでいた学習する機会を与えてくださる学会だと思いました。正直なところ、先生方が話される言葉の意味を理解することが精一杯であり、トレーニングに追いついていけないのが実情です。今回初めて参加させていただきましたが、「誰にどんなことで怒っているのですか？」というように、“対象と内容を区別する”ということが印象に残っています。トレーニングでの学びを生かし、今では患者さんとの会話の中でもこのスキルを使用し、看護実践を行えるようになりました。今後も、その場でできる最善を行動に移せるよう、アセスメント力を強化し会話のスキルを身につけるべく、トレーニングに参加していきたいと思っています。PAS-SCT 看護理論をどのように活用していくのか、効果的な看護実践ができるよう学ばせていただきたいと思っています。

2023 年度のトレーニングは、残り 2 回開催予定です。

患者・家族への看護の重要な役割・機能であるセルフケア支援に関心のある方、実践能力を高めたいと考えていらっしゃる方、一緒に学んでみませんか。初めての方の参加をお待ちしております。また、トレーニングは繰り返し参加することで実践能力がさらに高まりますので、一度参加された方もぜひご参加ください。



学会からのご案内（学会事務局）

◆PAS - SCT 看護学会 第6回大会

大会長：山岡由実（大阪医科薬科大学看護学部 教授）

大会テーマ：自律的自我を促進するセルフケア看護介入の現在と将来

日時：2022年9月3日（日） 10:00～17:00

開催方法：Web開催（リアルタイムオンライン）

当日参加費：会員 7,000 円、非会員 8,000 円

当日参加登録期間：2023年8月27日（月）～9月2日（土）18:00

*8月27日（月）以降の登録は、当日参加登録として承ります。

*参加登録は、大会ホームページよりお申し込みください。

お問い合わせ：第6回大会事務局

〒562-8580 大阪府羽箕面市新稲 2-1-11-1 大阪青山大学健康科学部内

E-mail：passt6@gmail.com

大会ホームページ <https://www.pas-sctnursingconference.com/>

Japanese Nursing Society of PAS Based Self-Care Therapy

**PASセルフケアセラピー看護学会
第6回大会**

**自律的自我を促進する
セルフケア看護介入の現在と将来**

会期 2023年9月3日(日)10:00～17:00

大会長 山岡由実 大阪医科薬科大学 教授

会場 リアルタイムオンライン開催

参加登録 2023年3月10日(金)～2023年8月27日(日) 正午

参加費	事前参加	当日参加
会員	6,000円	7,000円
非会員	7,000円	8,000円

PASセルフケアセラピー看護学会
第6回大会 企画委員長 菅生美しおり
大会事務局 佐藤健司
問い合わせ先 第6回大会事務局
〒562-8580 大阪府箕面市新稲 2-1-11 大阪青山大学健康科学部内
passt6@gmail.com



◆2023年PAS - SCT 看護学会主催セルフケア・ケースカンファレンス

【第3回】第6回大会プレコンgres

第6回大会前日に開催します。今回は特に、ケア困難患者へのPASセルフケアセラピー看護介入理論と技法を学びます。

テーマ：PAS—SCT 介入の基礎技術

日時：2023年9月2日（土）13:00～18:00

会場：リアルタイムオンライン開催

参加費：会員 6,000 円、非会員 7,000 円

申し込み：学会ホームページ内参加申込フォームまたは右記 QR コード▶▶



【第4回】

第4回のセルフケア・ケースカンファレンスは、「対応困難な悪性腫瘍患者へのセルフケアプログラム」というテーマで、11月19日（日）に開催予定です。間もなく、学会のメール、HP 等でご案内をいたしますので、ぜひご参加ください。

◆お問い合わせ：PAS-SCT 看護学会事務局

E-mail：passt-office@umin.ac.jp

事務局長 石飛マリコ(日本赤十字九州国際大学)

事務局 樋口有紀(熊本大学大学院)，松橋美奈(四天王寺大学)

安永薫梨(福岡県立大学)，森本早弥果(ハントン訪問看護ステーション)

◆発行：PAS-SCT看護学会広報委員会

委員長 松枝美智子(星槎大学大学院)

委員 相澤和美(一般社団法人 Root)，森本早弥果(ハントン訪問看護ステーション)，

樋口有紀(熊本大学大学院)