

特集

私たちの
ストレス
ケア

学校現場は、今更ながら「ブラック職場」であるといわれ始めているように、教員はストレスが多い職業です。看護師も一時期は「3K, 4K」などといわれ、ストレスが多いことは知られています。どちらの職業も、ミッション遂行にきわめてまじめに取り組み、かついまだ滅私奉公的な考えをもつ人が少なくないことから、ストレスが原因でメンタルヘルスを害してしまうケースは珍しくありません。そんな「教員」と「看護師」双方の面をもつ「看護教員」がストレスケアが必要になる機会が多いのは、当然といえます。

ストレスの多い教員、看護師のストレスケアについての調査・研究は多く、さまざまな場で発表もされてきました。しかし、看護教員のストレスケアについては、なぜかほとんど取り上げられてきていません。つまりは、ケア自体は本人任せであったといえるでしょう。自主的な対応はもちろん大事ですが、ストレスケアには、組織的な対応が必ず求められます。今回の特集は、看護教員が抱えるストレス源をあらためて浮き彫りにし、ストレスケアの仕方を、個人にできることと組織で行うべきことの双方から提案しようというものです。

自分自身および学校や大学の仲間のメンタルを守るためにも、1人ひとりができることから始め、周りにはたらきかけてみてください。