

リカバリーの視点で考える看護学生を育成するには？演習・実習での Wellness Recovery Action Plan(WRAP)の活用事例について

○矢山 壮、的場 圭、手寫 大喜、吉田 麻美、三木 明子

関西医科大学 看護学部

本ワークショップは、精神保健看護教育におけるリカバリーの視点で考える看護学生を育成するためにどのように教授していくか、参加者とともに考えるワークショップである。近年の精神科医療では、その人らしく生活すること、人生に新たな意味を見出すことを重視する視点としてリカバリーを捉える考え方が広がってきており、諸外国ではすでに精神医療政策の中に取り入れられている。日本でもリカバリー概念に基づく支援は徐々に広がってきているが、看護学生への精神看護学の教育では問題解決型モデルである看護過程の展開が多いのが現状である。本学の精神看護学の実習では、精神科病棟で2週間実習をおこない、学生は看護問題を立案し、看護計画を立て、実践し評価している。しかし、このような問題解決思考型の看護計画のみでは、長期入院で慢性経過をしている患者には計画通りに実施できず、患者とのかかわり方に悩む学生もいる。実習期間中に実習指導者や教員がリカバリー概念に基づく支援について指導しても、短い実習期間の中では受け持ち患者へ実践することが難しい場合もある。本学の演習ではリカバリーのためのセルフケアツールであるWellness Recovery Action Plan（以下、WRAP）をリカバリー概念に基づく支援の参考として取り入れている。WRAPとは「元気に役立つ道具箱」というその人なりの工夫や物などをリストとして挙げておき、「調子が悪くなっているとき」「クライシス」などの人生の様々な状況が起きた時に、セルフケアができるように事前に準備しておくためのツールである。先行研究では精神障害者がWRAPを作成するWRAPクラスに参加することで、リカ

バリーが促進し、抑うつ症状と不安が改善したと報告されている。本学の講義科目ではリカバリー概念の紹介をし、演習科目でWRAP体験クラスとして学生が140分間でWRAPのプラン作成体験をおこなっている。WRAPのプランの作成体験をおこなったことで、実習で患者とのかかわり方に悩んでいた学生が患者へWRAPを通した看護実践をおこない、病棟看護師もこれまで気づけなかった患者へのアプローチを見出すことができたケースもあった。しかし、短い演習時間の中ではWRAPの概要しか伝えられず、ただ学生がWRAPを作るだけで終わってしまい、リカバリーに結び付けられない学生もいる。また、WRAPクラスを運営するにはWRAPファシリテーター養成研修を修了する必要があるなど課題もある。本ワークショップでは最初に本学の講義や演習でおこなっているリカバリーの教育について体験していただき、学生の反応を交えつつ紹介したい。そして、5-6名の参加者で1つのグループを編成し、演習でおこなっているWRAPのプランの作成体験をしていただく。まずは、元気に役立つ道具箱をシートに書き出していただき、それを参加者同士で共有する。そして、各自WRAPの6つのプランに振り分けるWRAPのプランの作成体験をする。その後、本学の学生がWRAPを活用した実習での事例を紹介する。そして、グループでリカバリーの視点で考える看護学生を育成するために、学内の講義や演習での場面や臨地実習での場面での教育方法や伝え方について情報共有し、学生が効果的にリカバリーの視点での援助を考えられるための支援方法を考えていく。