

楽しく
読んじゃう

小社発行の「看護学事典」の執筆者の皆様に、
事典で解説していただいた用語にまつわるエッセイをご執筆いただきます。

新看護学事典

Vol. 10

共感疲労

トラウマ（心的外傷）を負った人々をケアすることで、ケア提供者が二次的にトラウマを負うこと。人を援助する仕事の最前線にいる人々が体験する心的過程を示す用語。

Takei Asako

日本赤十字看護大学教授

武井 麻子

ケア提供者の心理的疲弊

しばらく前からFacebookを利用していますが、最近、職場を辞めたという若い看護師の投稿が載っていました。どうやら勤務中に急変した患者を救えなかったことが、きっかけのようです。申し訳ないという気持ちか綿々と綴られていました。

こうした現象は、よく「バーンアウト」という言葉で語られますが、彼女はまだ卒業して3年です。燃え尽きたというにはあまりに早すぎる気がします。むしろ、「共感疲労」として捉えるべきなのでしょう。

共感疲労とは、「二次的外傷性ストレス障害」ともいい、外傷的な体験をした人を見たりその話を聞いたりした人が、当人と同じような心理的疲

弊状態に陥ることをいいます。傷つき苦しんでいる人を前にして、「何とかしてあげたい」と思うのは人として自然なことですが、これを「共感ストレス」と呼びます。一方で、恐怖のあまり、「逃げ出したい」「見たくない」「聞きたくない」と思うのも自然なことなのです。共感ストレスには、前に引っ張られる力と後ろに引き止める力の葛藤もありそうです。

ですが、事態が圧倒的で「何もしてあげられない」という思いに駆られる時、無力感や罪悪感、無意味感に襲われます。そうした状態に陥る心理的疲弊状態が共感疲労です。フィグリー (Figley CR, 1999/2003) は、「他者をケアすることから生じる魂の疲

弊」「恐怖がつくり出したものを対象とする仕事を日々続けるうちに生じる魂の疲弊」と言っています¹⁾。

東日本大震災以後、言われるようになった「惨事ストレス」もこれに近いでしょう。原語は“critical incident stress” (緊急事態ストレス) です。急性期化し、重症患者を次々と受け入れる病院では、医療者は日常的に惨事ストレスに見舞われていると言えます。傷つき追い詰められているスタッフのためにも共感疲労対策が不可欠なのです。

引用文献

- 1) Figley CR : Compassion Fatigue (Stamm BH ed., Secondary Traumatic Stress : Self-Care Issues for Clinicians, Researchers, and Educators), Sidran Press, 1999.

日本で唯一、看護職だけの執筆による事典。
待望の第2版ができました。

[総編集] 見藤隆子・小玉香津子・菱沼典子

看護学事典 第2版 | 定価 (本体6,600円+税)

A5判/横組1200頁/2色刷 ISBN 978-4-8180-1601-9

本書は単なる辞典(ことばの解説)ではなく、
看護学領域における事典(ことがらの解説)として編集しました。



項目語

約4500語
約500語追加

索引語

約1万4000語
約2000語追加

お問い合わせ・販売はコールセンターまで
Tel.0436-23-3271/Fax.0436-23-3272
<http://www.jnapc.co.jp/> 日本看護協会出版会