

メンタルヘルスケア論

責任者・コーディネーター	地域包括ケア講座 熊地 美枝 准教授		
担当講座・学科(分野)	地域包括ケア講座		
対象学年	4	区分/単位数	講義/1単位
期間	前期		

・学修方針(講義概要等)

精神の健康を保つために、地域生活や学校、企業などにおいてどのような関係性のあり方が望ましいのかをメンタルヘルスケアの視点から理解する。特に発達と病理、精神と身体および集団と社会のダイナミクス等精神の健康を脅かす事象に対して対処できる方法について学ぶ。対人援助職の適切な感情の創出と、不適切な感情について学ぶ。特に「感情規則」や「感情管理」のあり方と問題点を明らかにし、対人援助職としての基本的な能力を身に付ける。

・教育成果(アウトカム)

医療活動のなかでは医師などの多職種や、患者、家族とのかかわりのなかでさまざまな人間関係が生じ、これらは看護職としての自らを苦しめ悩ませることがある。この体験は看護に必ずともなうもので避けられない。しかしこの体験は看護職としての成長に必要な関係性であり、看護職は互いの体験を重ね合わせ、折り合わせながら検討し、よりよいケアにつなげていくためのセルフケア力を身につける必要がある。そのため、グループ体験、ペアワークやグループワークなどを通じて、看護職に特有なメンタルヘルスの問題や自己の感情を探索することで、具体的な対処方法を身につけることができる。また、多職種チームの中で看護職の役割を発揮するために、看護場面を振り返り、対人関係能力を養うことができる。さらに、Reflectingの概念を学び、Reflecting processの体験を通して、対話による看護の実践に向けた態度を身につけることができる。

【学位授与方針と当該授業科目との関連】

本科目は、本学部の以下のディプロマ・ポリシーに関連する。

1	医療人としての全人的人間性をもち、豊かな教養を身につけ、常に自分を振り返る、謙虚な態度を持つ。
2	生命の尊厳と人間としての基本的権利を擁護し、人々の苦痛や苦悩を共感的に理解できる。
3	看護の専門職性及び看護の発展に貢献できる基礎的能力を持つ。
4	看護職者として、さまざまな健康上の課題に気づき、課題に応じて、創造的に看護を実践できる基本的な知識と技術を身につける。
5	患者との関係性のアセスメントを行い、看護を受ける人が自ら持つ力を高められるような援助理論と方法を身につける。
7	保健医療福祉システムの中で、多職種連携を図り、看護の機能と看護職者の役割を理解し、調整機能を果たすための基礎的能力を身につける。

・到達目標(SBO)

1. 看護職のメンタルヘルスに影響を及ぼす社会的な状況、関係性について説明できる。
2. 感情労働やうつ、バーンアウトなど、メンタルヘルス上の具体的課題を列挙することができる。
3. 他者を観察する能力と自己を理解する能力、関係性のアセスメント力、アサーション力など対人関係能力を身につけることができる。
4. 感情活用や呼吸法などメンタルヘルス上の問題に対処するための方法を身につけることができる。
5. 精神看護専門看護師の役割などメンタルヘルス上の問題に対処するための制度やその活用方法を説明することができる。
6. Reflectingの概念を学び、対話を通じた看護について説明することができる。
7. メンタルヘルスについてグループワークを通して学生同士で共に学びあい、成長し合う姿勢を身につけることができる。

・授業日程

【講義】

会場：トクタヴェール講義室2

月日 曜日 時限	授業内容/到達目標	担当教員
6/3 月 2限	<p>【授業内容】看護職のメンタルヘルスとケア1:グループのダイナミクス(講義・「体験グループ」)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・看護師の不安と防御について説明できる ・自身の体験を振り返り、集団の中の自己についての考察を述べる事ができる <p>【関連するSBO】1、3、7</p> <p>【事前学修:120分】これまでの実習で精神的に疲れた体験について振り返り、ワークシートにまとめる</p> <p>【事後学修:60分】グループ体験を振り返り、ワークシートに記入し、学修要点をまとめ</p>	地域包括ケア講座 遠藤 太 教授

6/7 金 2限	<p>【授業内容】看護職のメンタルヘルスとケア2:対話①(講義・ペアワーク)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・対話とは何か説明することができる ・リスニングワーク「pair work」を体験し、自己の感情や自己についての気づきを述べるができる <p>【関連するSBO】3、7 【事前学修:60分】対話とは何か調べる 【事後学修:120分】リスニングワーク「pair work」を振り返り、ワークシートに記入し、学修要点をまとめる</p>	地域包括ケア講座 熊地 美枝 准教授
6/12 水 3限	<p>【授業内容】看護職のメンタルヘルスとケア3:対話②(講義・グループワーク)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「Reflecting」及び「内的対話」について説明することができる ・ケアとしての対話について説明することができる ・「Reflecting process」を体験し、自己の感情や自己についての気づきを述べるができる <p>【関連するSBO】3、6、7 【事前学修:60分】「Reflecting」について調べる 【事後学修:120分】リスニングワーク「Reflecting process」を振り返り、ワークシートに記入し、学修要点をまとめる</p>	地域包括ケア講座 熊地 美枝 准教授
6/17 月 3限	<p>【授業内容】感情労働としての看護1:感情と看護(講義・ディスカッション)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・看護における感情労働の側面について説明できる ・看護師の表層演技と深層演技について説明できる <p>【関連するSBO】1、2 【事前学修:120分】指定文献(武井麻子「感情労働者のセルフケアとサポート」)を読み、ワークシートの課題を記入する 【事後学修:60分】看護における感情労働についてまとめる</p>	地域包括ケア講座 熊地 美枝 准教授
6/21 金 1限	<p>【授業内容】感情労働としての看護2:感情労働の代償と対処方法(講義・ペアワーク)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・感情労働の代償、対処方法について説明できる ・個人ワーク、ペアワークを通し、異和感の対自化の活用方法について説明することができる <p>【関連するSBO】3、4、7 【事前学修:120分】感情労働に関する自己の体験を振り返り、ワークシートの課題を記入する 【事後学修:60分】感情労働の代償と対処方法について学修要点をまとめる</p>	地域包括ケア講座 高崎 邦子 講師
6/25 火 3限	<p>【授業内容】感情活用と感情リテラシー(講義・ペアワーク)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・感情の特性と活用方法について説明できる ・アサーティブな自己表現を身につけることができる <p>【関連するSBO】3、4、7 【事前学修:60分】ワークシートの課題「苦手な先輩看護師Aさんへの自己表現を考えよう」を記入する 【事後学修:180分】レポート課題「これまでの授業を通して考察した自己の気づきと課題」</p>	地域包括ケア講座 熊地 美枝 准教授
7/2 火 3限	<p>【授業内容】精神看護専門看護師の役割と活用(講義・ディスカッション)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・精神看護専門看護師(狭義・リエゾン)の役割について説明できる ・看護師のメンタルヘルスのためのリソースナースの活用方法を説明することができる <p>【関連するSBO】1、2、5 【事前学修:120分】教科書「精神看護学[2]第14章リエゾン精神看護」を読み、ワークシートに疑問点を挙げる 【事後学修:60分】精神看護専門看護師(狭義・リエゾン)の役割や活用方法をまとめる</p>	地域包括ケア講座 遠藤 太 教授 熊地 美枝 准教授
7/5 金 2限	<p>【授業内容】看護師のメンタルヘルスにおけるセルフケア(講義・個人ワーク)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スマートフォンからCustomform®を利用し、個人ワークの結果を講義中に共有する ・看護師のメンタルヘルスのためのセルフケアの必要性について述べるができる ・自己のメンタルヘルスの状態に気づく方法や自己をケアする方法を身につけることができる <p>【関連するSBO】3、4 【事前学修:120分】これまでに有効な自己をケアする方法についてワークシートにあげる 【事後学修:300分】メンタルヘルスにおけるセルフケアについてまとめる、試験に向けてこれまでの授業を振り返り学修する</p>	地域包括ケア講座 熊地 美枝 准教授

・教科書・参考書等

	書籍名	著者名	発行所	発行年
教	系統看護学講座 専門分野Ⅱ精神看護学[1]精神看護の基礎 第6版	武井麻子	医学書院	2021
教	系統看護学講座 専門分野Ⅱ精神看護学[2]精神看護の展開 第6版	武井麻子	医学書院	2021
参	「感情と看護」第1版	武井麻子	医学書院	2001

教:教科書

参:参考書

推:推薦図書

・成績評価方法

【総括的評価】定期試験(多肢選択と記述式)70%とレポート評価30%の合計100%にて評価をする。
定期試験には期日までに提出されたワークシートの持ち込みを認める。レポート評価はルーブリック評価とし、初回授業で提示する。
【形成的評価】授業終了時に「振り返りシート」の提出を求め、学修の成果を確認する。

・特記事項・その他

【授業における試験やレポート等の課題に対するフィードバック】
ワークシートの課題等については、必要時授業内で共有する。
提出されたレポートは個別に返却する。
「振り返りシート」は、次の授業等で適宜コメントを伝えるなど、学生にフィードバックする。

【保健師助産師看護師学校養成所指定規則教育内容】
看護師(別表3):統合分野 看護の統合と実践

・授業に使用する機器・器具と使用目的

使用区分	機器・器具の名称	台数	使用目的
講義	プロジェクター(EPSON EB-L610WVPL-FWZ60)	1	講義用スライド投影
講義	書画カメラ(ELMO PX-10)	1	講義用資料投影