

精神障害者のセルフコンパッションを高める 看護実践に関する研究

【キーワード：精神障害者、セルフコンパッション、
看護実践】

領域・氏名

看護（精神看護学） 講師／ 葛島慎吾

概要

近年、精神障害者の地域移行が推進されていますが、精神障害者の地域移行は、当事者の精神症状や社会性の低下に加えて、スティグマやセルフスティグマによる自己批判的な思考が影響して難しいといわれています。このような、自己批判的な思考に対して、優しさを持って向き合い、自分自身をありのままに認めることにつながる概念としてセルフコンパッションがあり、精神障害者のセルフコンパッションを高める看護実践について探求しています。

具体的な内容

セルフコンパッション概念に関する文献検討を通して、精神障害者のセルフコンパッションを「精神障害を持っていても、困難な状況により生じた苦しみを他者とのつながりの中でありのままに受け止め、現実への適応につなげていく力」と定義した上で、精神障害者のセルフコンパッションを高めるために看護師がどのような看護実践を行なっているかを明らかにすることを目的に、インタビュー研究を行っています。

Information（情報）

セルフコンパッションはバーンアウト予防など看護師の精神的健康にも有用な概念ですので、看護実践だけでなく、メンタルヘルスに関連した研修実施が可能です。精神看護専門看護師としても活動していますので、お問い合わせください。