



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）准教授／ 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

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、他者とつながる中で人間共通の経験であると認識し、ありのままに受け止めた上で、現実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看護実践について、インタビュー研究を行い、その結果に基づき、臨床活用のための看護実践モデル開発に取り組んでいます。

Information

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。