

## 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・時間数	講義 12 時間
期 間	前期		
単 位 数	1 単位		

・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求することで、具体的な対処方法を身につけることができる。

また、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】

ディプロマ・ポリシー：1, 2, 3, 4, 5, 7

・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、関係性について理解し、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. メンタルヘルス上の問題について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を身につけることができる。
4. 感情活用や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方法や制度についての活用方法を説明することができる。

5. 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。
6. 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

(矢) トクタヴェール講義室 2

【講義】

月日 (曜) 時限	講座(学科) 担当教員	授業内容/到達目標
6/5 (月) 4 限	地域包括ケア講座 遠藤 太 教授	<p>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"> <li>・看護師の不安と防御について説明できる</li> <li>・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ことができる</li> </ul> <p>事前学修： [30 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、事前課題シートにまとめる 事後学修： [30 分] グループ体験の振り返りワークシート、学修要点シートを記入する</p>
6/9 (金) 2 限	地域包括ケア講座 熊地 美枝 准教授	<p>看護職のメンタルヘルスとケア 2 対話① (講義・学生同士ペアワーク)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・グループ体験についてプレゼンテーションを行う</li> <li>・対話とは何か説明することができる</li> <li>・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ことができる</li> </ul> <p>事後学修： [60 分] リスニングワーク「pair work」の振り返りワークシート、学修要点シートを記入する</p>
6/14 (水) 3 限	地域包括ケア講座 熊地 美枝 准教授	<p>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"> <li>・「Reflecting」及び「内的対話」について説明することができる</li> <li>・ケアとしての対話について説明することができる</li> <li>・「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ことができる</li> </ul> <p>事後学修： [60 分] リスニングワーク「Reflecting process」の振り返りワークシート、学修要点シートを記入する</p>

<p>6/19 (月) 4限</p>	<p>地域包括ケア講座 熊地 美枝 准教授</p>	<p>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"> <li>・看護における感情労働の側面について説明できる</li> <li>・看護師の表層演技と深層演技について説明できる</li> </ul> <p>事前学修：[30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、事前課題ワークシートを記入する 事後学修：[30分] 学修要点シートを記入する</p>
<p>6/23 (金) 1限</p>	<p>地域包括ケア講座 高崎 邦子 講師</p>	<p>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・学生同士ペアワーク）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・感情労働の代償、対処方法について説明できる</li> <li>・個人ワーク、ペアワークを通して、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</li> </ul> <p>事前学修：[30分] 感情労働に関する自己の体験を振り返り、事前課題ワークシートに記入する。 事後学修：[30分] 学修要点シートに記入する</p>
<p>6/27 (火) 3限</p>	<p>地域包括ケア講座 熊地 美枝 准教授</p>	<p>感情活用と感情リテラシー（講義・学生同士ペアワーク）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・感情の特性と活用方法について説明できる</li> <li>・アサーティブな自己表現を身につけることができる</li> </ul> <p>事前学修：[30分] 事前課題ワークシート「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：[30分] 学修要点シートに記入する</p>
<p>7/4 (火) 3限</p>	<p>地域包括ケア講座 遠藤 太 教授 熊地 美枝 准教授</p>	<p>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"> <li>・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</li> <li>・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</li> </ul> <p>事前学修：[30分] 教科書「精神看護学[2]第14章リエゾン精神看護」を読み、事前課題ワークシートに疑問点を挙げておく 事後学修：[30分] 学修要点シートに記入する</p>
<p>7/11 (火) 3限</p>	<p>地域包括ケア講座 熊地 美枝 准教授</p>	<p>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） スマートフォン等からカスタムフォームを利用し、個人ワークの結果を講義中に共有する</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・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 ことができる</li> <li>・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</li> </ul> <p>事後学修：[30分] 学修要点シートに記入する</p>

・教科書・参考書等

教：教科書 参：参考書 推：推薦図書

	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、他著	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、他著	医学書院	2021
参	「感情と看護」第1版	武井麻子著	医学書院	2001

・成績評価方法

定期試験（多肢選択と記述式）70%とPortfolio 評価 30%の合計 100%にて評価をする。  
Portfolio は、ルーブリック評価とし、初回授業で提示する。

・特記事項・その他

**【事前事後学修の具体的内容及び時間】**

事前、事後学修は、各回のワークシート、学修要点シート等に記載し、Portfolio ファイルにまとめる。各回最低 30 分以上を要する。

Portfolio ファイルは、授業の中で適宜活用するので、授業の際は必ず持参すること。なお、Portfolio は成績評価対象（30%）とし、指定された期日までに提出された場合は、定期試験での持ち込みを認めることとする。

また、授業中に映写するパワーポイント資料は WebClass に掲載するので必ず確認し、理解不足だと思う点を教員に質問し、その都度放置せずに事後学修し、教員に確認すること。

**【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】**

事前・事後学修のワークシート等は、授業内で取り扱い、適宜学生にフィードバックする。  
リアクションペーパーはコメントを記載し、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

**【その他】**

ディスカッションやグループワークなど学生同士ともに学び合うことができる機会をもつ  
適宜、講義中にスマートフォン等から ICT の利用によるアンケートフォーム（Customform®）を通して、学生の意見の共有や理解度の確認を行う。

・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