

氏名	葛島 慎吾		
学位の種類	博士(看護学)		
報告番号	甲第 110 号		
学位記番号	看博第 46 号		
学位授与年月日	令和 5 年 9 月 25 日		
学位授与の要件	学位規則第 4 条第 1 項該当		
論文題目	精神障害者のセルフコンパッションを高める看護実践 Nursing practices to enhance self-compassion in people with mental disorders		
論文審査委員	主査 教授	田井 雅子	(高知県立大学)
	副査 特任教授	野嶋 佐由美	(高知県立大学)
	教授	池添 志乃	(高知県立大学)
	教授	瓜生 浩子	(高知県立大学)

論文内容の要旨

本研究は、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明らかにすることを目的とし、精神障害者への看護実践の経験が 5 年以上ある看護師に対してインタビューを実施し、修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ (M-GTA) を参考に分析した。

研究参加者は 12 名で、男性 4 名、女性 8 名であり、看護経験年数は平均 20.7 年、精神科看護経験年数は平均 13.6 年であった。研究参加者によって語られたケースは 21 事例で、男性 2 名、女性 19 名であり、疾患は、統合失調症 10 名、うつ病 4 名、アルコール依存症 2 名、パーソナリティ障害 2 名、強迫性障害 1 名、適応障害 1 名、発達障害 1 名であった。

分析の結果、精神障害者のセルフコンパッションを高める看護実践は、精神障害者の自我の脆弱さに寄り添う中で孤立を避け、他者とは違う自己が在ることを確認させる【脆さへの寄り添いを通して自己を確認させる】、精神障害者が良い自己も悪い自己も含めた全体的な自己と向き合えるようにそれとなく働きかけていく【自己と向き合えるように仕向ける】、苦しい状況に囚われ自己批判等が発展しないようにする【苦しさに囚われない視点を育てる】、ありたい姿に近づくように、精神障害者がありたい姿とはずれがある現状を捉えて行動していくことにつなげる【ありたい姿に近づく行動へと動機づける】、ありたい姿に近づくとともに、社会とつながった行動を精神障害者自ら起こせるように後押しする【その人らしく社会とつながる行動を後押しする】が明らかになった。これらの看護実践は、【脆さへの寄り添いを通して自己を確認させる】を基盤として、精神障害者のセルフコンパッションの状態に応じて、【自己と向き合えるように仕向ける】【苦しさに囚われない視点を育てる】【ありたい姿に近づく行動へと動機づける】【その人らしく社会とつながる行動を後押しする】が選択され、相互に作用しながら繰り返されていた。

以上の結果から、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、精神障害者の複雑化した苦しみは容易に人間共通の経験とは捉え難いことを踏まえて実践に向かうこと、精神障害者の身体と自我の結びつきの不安定さに対して身体を介して働きかけていくこと、精神障害者の自我の状態や置かれている状況に応じて現実・非現実に関わらず他者や社会とのつながりをつくっていくこと等の示唆が得られた。

審査結果の要旨

精神医療において、入院医療中心から地域医療中心への理念のもと、精神障害者の地域移行・地域定着の推進、地域包括ケアシステムの構築への取り組みがされている。しかしながら、精神障害者を取り巻く環境はいまだ厳しい側面があり、周囲からの無理解や偏見、障害者自身もつセルフスティグマなどによって、自尊感情や自己肯定感が低下したり、生きづらさを抱えたりするなど、心理・社会的な治療や支援の必要性は高い。本研究では、生きづらさを抱える精神障害者が、その人らしく生活することを支援する看護への示唆を得るために、近年注目されているセルフコンパッションの概念に着目し、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る。

本研究では、セルフコンパッションの概念について、その語源に始まり、仏教思想との関連、現代社会で着目されている背景、セルフコンパッションに関する研究の動向を概観している。さらに、セルフコンパッションは自己概念の一つであるとし、精神分析学や精神病理学における自我や自己、精神障害者の自我・自己への看護実践、ポジティブ心理学の概念に着目した看護実践を概観し、精神障害者がセルフコンパッションを発揮する難しさを踏まえた上で、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」と定義している。12名の看護師が語った21事例の看護実践を修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチにより分析し、セルフコンパッションを高める看護実践として5コアカテゴリー【脆さへの寄り添いを通して自己を確認させる】【自己と向き合えるように仕向ける】【苦しさに囚われない視点を育てる】【ありたい姿に近づく行動へと動機づける】【その人らしく社会とつながる行動を後押しする】を導き出し、その構造を表している。

精神障害者のセルフコンパッションの看護実践において、脆弱な自我に寄り添う看護実践を基盤として自我を育てながらセルフコンパッションを高める必要性、精神障害者が自己を捉え自己に向き合うためには身体を介した働きかけを行うことの重要性について言及している。さらに社会とのつながりの中で低下したセルフコンパッションは、社会とのつながりの中で高められていくものであり、現実適応を強調しすぎることなく、その人なりの社会とのつながり方でうまく生きることを支援する重要性を考察している。これらのセルフコンパッションを高める看護実践について、精神障害者のもつ脆さに対する保護的な看護実践から、苦悩を抱える自己に向き合いつつ自ら行動する強さを引き出し後押しする看護

実践まで、多様で巧みな看護実践が抽出されたことは、非常に意義がある。

本研究の参加者は精神看護専門看護師を含め卓越した看護実践を行う方々であった。そのような参加者であってもセルフコンパッションを高める看護実践を振り返り言語化することは必ずしも容易ではなかったことから、本研究でセルフコンパッションを高める看護実践を可視化できたことは精神看護の実践の可能性を拓き、学術的発展に貢献すると評価した。今後は本研究の成果を看護教育で活用することや、臨床での普及に向けて看護実践モデルを開発する研究へと発展させていくことが期待される。

以上より、本学位申請論文は、学位授与に値する研究成果であることを認め、学位審査委員会は学位申請者 葛島慎吾氏が博士(看護学)の学位を授与される資格があるものと認めた。