HCニューズレター

No.23

Human Care News Letter

2022年4月 日本ヒューマン・ケア心理学会

ヒューマン・ケアから考えるしあわせ

日本ヒューマン・ケア心理学会第二十二回大会を開催して

日本ヒューマン・ケア心理学会第二十二回大会 大会委員長　広島国際大学看護学部看護学科　山崎登志子

日本ヒューマン・ケア心理学会学術集会第二十二回大会は、二〇二〇年に広島国際大学呉キャンパスで行われる予定でしたが、COVID-19の感染拡大の影響により一年延期となり、二〇二一年七月三日(土)～七月十七日(土)の期間、Webでの開催となりました。中国地方での初めての本学術集会開催ということで楽しみにしていた方々や二〇二〇年度に発表登録をして下さっていた方々には、ご迷惑をおかけましたこと、お詫び申し上げます。

オンラインでの学術集会開催となり、最初はどう運営していけばよいのか全く想像がつきませんでしたが、本学会理事長の遠藤先生はじめ理事の先生方にZoom等で相談にのっていただき、学術集会HPも立ち上げていただき、何とか無事に開催することができました。感謝申し上げます。

今回の学術集会のテーマは「ヒューマン・ケアから考えるしあわせ」と致しました。このテーマに基づき、基調講演者には幸福学をご専門の一つとしていらっしゃる慶応義塾大学大学院システムデザイン・マネジメント研究科の前野隆司先生から「しあわせのメカニズム」というテーマでご講演をいただきました。しあわせは気をつけることができ、気をつけるためには「やってみよう」「何とかなる」「ありのままに」「ありがとう」の四因子を理解し実践していくことが重要であるというご提言をいただきました。



大会委員長
山崎登志子先生

また、学術集会企画シンポジウムは「しあわせを生み出す力」をテーマに、大西舞先生(呉市地域支え合いセンター生活支援相談員・保健師)からは「被災者支援体験から考えるしあわせ」、玉置妙憂先生(一般社団法人大慈学苑　代表理事・看護師・僧侶)からは「セルフスピリチュアルケア」、田中秀樹先生(広島国際大学健康科学部学部長・教授)からは「睡眠から考える幸せ」についてご講演いただきました。多様な視点から話していただくことで、参加者個々人が自由にしあわせについて考えていただきたいと考えました。

学術委員企画ラウンドテーブルでは「ヒューマン・ケアとスピリチュアルケアII」として、二〇一九年に引き続き、清水裕子先生を中心に企画がなされ、中込さと子先生座長のもと、香川大学の上原星奈先生から「日本の看護学生のスピリチュアルニーズの測定」、東北大学の宇野あかり先生から「看取りの現場における死のとらえ方と時間的展望」、香川大学の野口修司先生から「東日本大震災における被災者自治体職員に対する長期的なメンタルヘルス支援」についての発表があり、指定討論者として安保英勇先生が参加され、多面的な視点からスピリチュアルケアを考える機会となりました。

今回の参加者は会員・非会員合わせて七十一人でした。課題の一つとして学術集会のPR不足が考えられます。学術集会HPを初めて開設しましたが、学会HPや研修会HPとのリンク方法を工夫することでもう少しPRが出来たように思います。オンデマンドでの学会で、討論できないという欠点はございましたが、参加者からは開催期間に何度でもじっくり視聴できる点については好評をいただきました。また、基調講演やシンポジウム等の参加者からは「前向きになれた」「元気になれた」等のご意見が聞かれ、しあわせな人生について考えるお手伝いの一助になったと考えております。

学術集会の開催期間中に、熱海での土砂災害をはじめ、多くの地域で豪雨災害が発生いたしました。この場をお借りしてお亡くなりになった方々へのお悔やみと被災された方々へのお見舞いを申し上げます。また、コロナ禍の中オリンピックも開催されています。様々な感動はいただいているものの、これ以上感染拡大が生じないことを祈っております。

●基調講演

「しあわせのメカニズム」

講師　慶応義塾大学大学院システムデザイン・マネジメント研究科・教授
前野隆司先生

前野氏は、企業などでの経験を有して現在の教育研究職を務め、幸福学研究を行っている。

幸せの英語Happinessは感情用語であり、短時間の心の状態を表しているが、しみじみと「幸せだなあ」と言うときは、Happinessより長い時間の心の状態を指す。一方、Wellbeingは国際保健機構WHOによれば、心と体の健康及び社会的な幸せを有している「よい状態」とされる。医学会ではこれを「健康」、心理学会では「幸せ」、福祉学会では「福祉」と表現している。氏は、これらに通底する「幸せ」を研究している。

かつて、アリストテレスの時代には、「幸せ」は哲学の分野で研究された。一九八〇年代から統計学を用いた心理学が盛んになり、「幸せ」研究も進展した。統計学を用いれば、利他的傾向と「幸せ」は相関することも分かった。この幸せは、「運」のような意味でもあって、「運」には悪いものもあるが、良いものだけを「幸せ」というようになった。中国では、「幸福」は運が良いことをいい、Happinessの語源であるアイスランド語のハップ(Happ)も「運」を意味する。洋の東西を問わず、運が良いことが幸せを意味している。

ところで、利他的行動が「幸せ」状態であると述べたが、他人のために金銭を使うこと、他者のためにボランティアをすることなどの利他的行動を行うと、自分も他人も幸せになることが統計学的に明らかになった。だから、『幸せに気をつけましょう』。

さらに、氏の「幸せ」研究において、図1の背景にある、「やってみよう因子」「ありがとう因子」「なんとかなる因子」「ありのままに因子」がその構成要素であったことを紹介された。日常では「理念の浸透」「権限の委譲」「視野を広く持つこと」「マニュアルにとらわれないこと」、「感謝すること」「孤独にならない」「多い友より多様な友」、「楽観的(Optimistic)であること」「失敗するかもしれないがやってみる」、「本来感(Authenticities)をもつこと」などである。この四つの因子は個別に存在するのではなく、共にあることで幸福になる。結局、「和して動ぜず」の通り、個性を保ちつつやってみる、と「澄み透っている」幸せな心の状態を得ることができる。



図1　講演中の前野氏

お話の最後にコロナ禍に奮闘する医療者の幸福を願ってと、エールを送られた。病み、傷つき、不安とため息のコロナ禍にあって、当学術集会延期のあとに訪れた「清涼の一服」であった。大会長と講師に深謝いたします。

（香川大学医学部教授・日本ヒューマン・ケア心理会
学術委員　清水　裕子）

●学会論文賞

「第四回学会論文賞を受賞して」

昭和学院短期大学
人間生活学科こども発達専攻・助手
阪無勇士先生

この度は輝かしい賞を授与して頂き、大変光栄に感じております。調査に協力して下さった皆様や、親身にご指導して下さる石村郁夫先生をはじめ、審査員の皆様に心より感謝を申し上げます。この場をお借りして、一時保護所の現状と受賞論文の概要をご紹介させていただきます。

虐待やネグレクトを受けた子どもたちの緊急保護の場所として、一時保護所があります。令和元年度では、約二万七八一四人の子どもが入所しており、そのうち、虐待を理由にした入所は約一万六八五三人です。約二人に一人以上が虐待を受けた経験があります。虐待による心の傷は深く、約三人に一人でトラウマ症状が見られ、癒されない傷つきが問題行動として現れます。

子どもたちの力になりたい、そう願う職員は多くいます。しかし、二〇一八年に提示された「一時保護ガイド

ラインでは、子どもの心のケアや健やかな成長に効果的な関わり方が何であるのか、その具体的な内容までは示されていません。調査研究を概観しても、秘匿性が強いために調査研究自体が進まない状況があります。このことは、一時保護所が設置されてから七十年以上の歴史があるにもかかわらず、虐待を受けた子どもが求める関わり方は未だ明らかにされていない状況を示唆しています。

そこで、私は一時保護所に十年着任し、組織との信頼関係を築きながら七つの研究を行いました。これらの研究により、組織の状況や職員の声を反映させた支援モデルが作成されました。本研究では、この支援モデルに基づく関わり方が、実際に子どもの安心感・安全感を高めるのかどうかを調査しています。調査の結果、職員の「子ども中心の関わり」を受けた子どもほど安心感・安全感が高く、「職員中心の関わり」を受けた子どもほど安心感・安全感が低いことが分かりました。

この研究成果を踏まえて、私はさらに一時保護所の子ども百四名を対象にした質問紙調査を行いました。その結果、「子ども中心の関わり」を体験する子どもほど、トラウマ症状と問題行動が軽減し、職員との安定した愛着関係と向社会性が高まる一方で、「職員中心の関わり」はこれらとは逆の影響を及ぼすことが分かりました。

現在、私はこれらの研究成果を踏まえて、職員の「子ども中心の関わり」を高める研修と効果検証を行っています。さらに、全国の一時保護所職員に向けたアンケート調査を行い、各職員の関わり方や背景にある心理状態を明らかにするとともに、職員の状態に応じた研修プログラムの作成に取り組んでおります。

一時保護所の現場を離れていても、保護所愛は今も変わりません。その理由は、人生を恨みたくなるような状況で、それでも前向きに努める子どもたちと出会ったからです。子どもの力になろうと、日々奮闘する職員の姿にも多くの感動を受けました。ドラマのような日々を、私は昨日のように覚えています。

今後もなお、実践と研究を繋ぐ役目を担ってまいります。今後ともご高配を賜りますよう、何卒よろしくお願い申し上げます。



阪無勇士先生

●学会論文賞

「第四回学会論文賞を審査して」

第四回日本ヒューマン・ケア心理学会論文賞
審査委員長
安保英勇

第四回の学会論文賞はヒューマン・ケア研究、第十八巻～二十巻に掲載された七編の原著論文を対象に理事等による審査が行われ、阪無勇士先生が受賞されました。

受賞論文「一時保護所の生活に児童が安心・安全を感じるプロセス―被虐待児が求める受容的な関わり方―」は、一時保護所で生活する児童が感じる職員の種々の関わりを精緻にとらえ、職員の関わりが児童の安全感・安心感に影響を与えることを示しました。研究知見は、児童対応に悩む職員の行動に研究的裏付けのある貴重で具体的な示唆を与え、保護所入所中の児童の安寧にも寄与するものと思われます。

阪無先生の今後の一層のご活躍を祈念しております。

●研修会

「対話の力：生きること、死ぬことをめぐるヒューマン・ケア」

講師　京都大学大学院医学研究科・教授
田村恵子先生

二〇二一年七月三日(土)～七月十七日(土)にかけて研修会が行われました。講師には、京都大学大学院医学研究科の教授であり、がん看護専門看護師の田村恵子先生をお招きしました。田村先生は、末期がん患者に対するホスピスケアの草分けである淀川キリスト教病院において、長年多くの患者の看取りに向き合ってこられました。現在は「ともいき京都」において、がん患者や家族が支え合う力を育む活動をされています。ゲストスピーカーには、一般社団法人大慈学苑代表理事であり、看護師・僧侶でもある玉置妙憂先生をお招きしました。玉置先生は、大慈学苑において、終末期患者や自死されたご遺族などに対するスピリチュアルケアや、対人援助職に対するスピリチュアルケアの啓発活動に尽力されておられます。今回、お二人の先生に、対話の力：生きること、死ぬことをめぐるヒューマン・ケア」というテーマで研修していただきました。

田村先生からは、がんサバイバーやがんサバイバーシップといったがんと共生している人々についての基礎的な概念と、がんサバイバーの四ステージ(急性期の生存期間、延長された生存期間、安定した変化のない生存の期間、終末期の生存の期間)を説明していただきました。そして、がんサバイバーに対して、田村先生はご自身の臨床経験を交えながら、共感や無条件の肯定的関心、自己一致が必要であることを丁寧に説明していただきました。さらに、がんサバイバー同士のケアリ

ングコミュニティの重要性をご教授くださいました。

玉置先生からは、スピリチュアルケアについてご教授いただきました。スピリチュアルケアとは、スピリチュアルペイン（人生の上で解決し難い苦悩）を抱える自分自身との折り合いをつける作業に寄り添うことであることを解説いただきました。さらに、スピリチュアルケアの必要性について説明していただきました。

今回の田村先生と玉置先生の研修は、終末期の人々に対する臨床心理学的な姿勢を伝えるものでした。終末期の人々に対して，自己一致して、無条件の肯定的関心を持って共感的に関わることは非常に困難であるかもしれません。心理臨床家である私自身も「対話の力」について、考え直す機会となりました。また、私はわずかではありますが看護師の育成に携わらせていただいております。看護師における「対話」や「ケア」について丁寧に教授していく必要があると感じました。

（甲南大学、東海学院大学非常勤講師　今井田貴裕）

●シンポジウム

「しあわせを生み出す力」

シンポジスト　大西　舞先生　呉市地域支え合いセンター　生活支援相談員・保健師

玉置妙憂先生　一般社団法人大慈学苑　代表理事・看護師・僧侶

田中秀樹先生　広島国際大学　健康科学部学部長・教授

前野隆司先生　慶応義塾大学大学院　システムデザイン・マネジメント研究科・教授

座長　山崎登志子先生　広島国際大学　看護学部学部長・教授

日本ヒューマン・ケア心理学会学術集会第二十二回大会が二〇二一年七月三日（土）～七月十七日（土）に「ヒューマン・ケアから考えるしあわせ」をテーマに新型コロナウイルス感染拡大の影響により Web で開催されました。大会企画シンポジウム「しあわせを生み出す力」では様々な視点からしあわせな生活に向けた実践力を養う方法について紹介いただきました。

はじめに、呉市地域支え合い支援センター　大西舞先生（生活支援相談員・保健師）より、「被災者支援体験から考えるしあわせ」と題して、実際に被災にあわれた方がご自身の体験をご講演いただきました。そのなかで、支援者にもとめることとして、「何もしなくていい、ただ私の思いを受け止めてくれるだけでいい」という言葉が印象的でした。孤独を感じることで、危機を乗り越えることが困難になり、急性ストレス反応、心的外傷ストレス障害へとつながる可能性のある現状を理解し、これらを悪化させないためには被災者を忘れられた存在としないよう、言葉だけの励ましなどではなく対象に関心をもち寄り添った支援が必要であることを痛感しました。また被災からの回復には「希望」をもつことが大切であり、その希望をもてるように、希望が叶うように自助できるよう支えることの重要性を再認識できました。

次に看護師でもあり、僧侶でもある玉置妙憂先生（一般社団法人大慈学苑）から「宗教から考えるしあわせ」について、ご講演いただきました。しあわせは個人的なものであり、他人と比較するものではなく、自分自身にとってのしあわせとは何かを追求することが大切と学び、私自身のしあわせとは何か、他人と比較したしあわせではないかと振り返るきっかけとなりました。また、「自利をもって利他を成せ」という、お言葉から、看護、介護、子育てなど利他業を励むためには自分自身のセルフマネジメントが重要であり、自分自身の安定が周囲の安定につながること、さらには良い支援につながると実感することができました。

最後に広島国際大学健康科学部学部長でもある田中秀樹先生より「睡眠から考えるしあわせ」と題してご講演いただきました。「しっかり眠れよ転ぶなよ」というお言葉からも、睡眠による身体への影響と夕方以降は仮眠をしないなど効果的な睡眠をとるための工夫について、研究結果を通してご紹介いただきました。健康な睡眠は健康観と幸福感につながることからも日常における睡眠の重要性を振り返ることができ、今後の教育に活かしていきたいと思いました。

本シンポジウムに参加して、心理・社会・身体のそれぞれの側面からしあわせについて考えるいい時間となりました。貴重な内容をご講演いただいた先生方に感謝申し上げます。

（九州看護福祉大学　上田智之）



玉置妙憂先生



大西舞先生



田中秀樹先生

●ラウンドテーブル

「ヒューマン・ケアとスピリチュアルケアⅡ」

座長　清水裕子、中込さと子（学術委員会）

学術委員会では、昨年に引き続き「スピリチュアルケア」のパートⅡを企画し、若手研究者から話題提供していただいた。

上原星奈氏（香川大学慢性期成人看護学）は、Büssing, A. ら（独）開発の慢性疾患患者や高齢者、健常者等のスピリチュアルニーズ測定尺度、Spiritual Needs Questionnaire（SpNQ）を日本語に翻訳し、日本語試案を用いて看護学生二六〇名に調査し、英語圏の先行研究と比較分析した結果を発表された。興味深いことに、スピリチュアルニーズは年齢や性別、文化的影響を受けている可能性が示唆された。

宇野あかり氏（東北大学大学院）は、日々死と向き合う緩和ケアの現場にいる看護師を対象に、臨床経験過程において、過去・現在・未来の時間的展望の発達の在り様と死の捉え方の変化について、TEM という難度の高い手法による分析結果を報告された。看護師は緩和ケア現場の経験を通して死に肯定的な意味を見出し、職業適応を高め、自身の人生全体の視野を広げ、豊かな時間的展望の形成に繋がっていることが示唆された。

野口修司氏（香川大学社会集団心理学）は、ご自身の東日本大震災の災害現場の自治体職員のメンタルヘルス支援業務の経験をもとに、遺族ケアを行う心理士の活動を取り上げられた。東日本大震災により家族を亡くした自治体職員に対するブリーフセラピー（短期療法）に基づくカウンセリング事例紹介を通してスピリチュアルケアという視点から発表された。

話題提供の後、東北大学心理学科の安保英勇先生に指定発言をいただき、ライブ配信で質疑応答を行った。

質疑応答では、「スピリチュアルケア」を普及するにあたって宗教的概念を日本の文化とどのように適合させていくか、「スピリチャルなセンサーの感度」の具体性について、スピリチュアルケアの短期療法の留意点について議論がなされた。



第22回大会に参加して

香川大学キャリア支援センター副センター長・特命准教授
原　瑞穂

本大会は、キャリア教育プログラムの効果検証について発表させていただきました。キャリア形成の目的が人生の最後に納得感と幸福感を得ることであるなら、キャリア教育の効果検証も大会テーマに少なからず則するものもあるのではないかと思っております。

今回の大会参加に際して二つの収穫がありました。一つは自身の IT リテラシー向上です。今回は動画作成が初めての経験でしたので大変苦労いたしましたが、ご対応いただきました先生の丁寧なご指導により何とか期限に間に合わせることができました。その時の達成感と安堵感はここ数年忘れていたものでした。高校生から大学生になり、いきなりの PC 作業やオンライン授業にあたふたしている初年次生の気持ちが理解できるような体験でした。

二つ目は振り返りの重要性の確認です。前野隆司先生の基調講演を拝聴し、大変刺激を受けました。オンデマンド型でしたので繰り返し視聴ができ、気になる箇所を何度も見返し、ついに先生の書籍を Amazon で注文していました。一度目に気になった箇所を繰り返し視聴できることで、意外な所に自分の興味関心があることに気づかされました。学生の学修後の内省促進にはオンデマンド授業の導入も良いかもしれないと、私の固い教育観が変化したように感じました。以上のように、今回は自身の成長感と新しい気づきを得ることができました。このようなオンライン学会を効果的に運営くださった皆様に心より感謝申し上げます。

日本ヒューマン・ケア心理学会学術集会
第23回大会・研修会のお知らせ
〈ヒューマン・ケアから考えるしあわせ〉

2022年度の学術集会および研修会を下記の通り、同時開催いたします。
詳細はHPをご参照ください。

開催日程：2022年7月7日(木)～15日(金)
開催方法：オンライン

学術集会テーマ：「ヒューマン・ケアな関わり」

・基調講演
「ヒューマン・ケアと体験過程」
講　師：池見　陽先生
（関西大学大学院心理学研究科・教授）
・シンポジウム
「ヒューマン・ケアな態度とその可能性　―研究と実践から―」
小山敦子先生
（近畿大学医学部心療内科・教授）他
・研修会テーマ
「フォーカシング　―こころの声に耳を傾ける―」
講　師：内田利広先生（龍谷大学文学部臨床心理学科・教授）
星加博之先生（関西大学・非常勤講師）
開催日時：2022年7月9日(土) 13:30～15:00
研修会開催方法：オンライン

第二十三回　大会準備委員会委員長
小泉隆平（近畿大学総合社会学部・教授）

編集委員会より

機関誌「ヒューマン・ケア研究」は年二回発行しております。
論文の投稿は随時受け付けておりますので、積極的な投稿を期待しています。学会ホームページからも投稿できるようになっております。ご不明な点などは下記学会誌編集事務局までお願いいたします。

Web担当からのお知らせ

学会のWebサイトは、下記の通りです。
https://www.j-hc.jp
なお、現在会員向けに限定したサービスとして「ヒューマン・ケア研究」に掲載されている原著論文(2000-2019No.1)のPDFが学会Webサイトからダウンロードできるようになっております。ご利用の際には以下のIDとパスワードを入力する必要があります。また、このパスワードは会員以外にはお知らせにならないようお願いします。
ID:HC2022　パスワード:T64M1
（Web担当　羽鳥健司）

編集後記

本学会第三期、四期の六年間にわたって会長を務められました小玉正博先生が、二〇二二年三月でご所属の埼玉学園大学を退任され、ご専門の心理学からも引退されます。小玉先生は、ヒューマン・ケアに高い関心を寄せられ、心理のみならず看護や教育の分野でも多大なる功績を残してくださいました。斯界に名を馳せる偉大な先生からの教えを胸に益々研鑽していかなければならないと決意を新たにしています。
（広報担当　羽鳥健司）

学会事務局および機関誌編集事務局の連絡先は次のとおりです。

●学会事務局
〒150-0012　東京都渋谷区広尾4-1-3
日本赤十字看護大学内　日本ヒューマン・ケア心理学会事務局
Tel & Fax: 03-5948-4478
E-mail: office@j-hc.jp

●機関誌編集事務局
〒980-8576　宮城県仙台市青葉区川内27-1
東北大学大学院教育学研究科　安保研究室気付
「ヒューマン・ケア研究」編集委員会
Tel & Fax: 022-795-6149
E-mail: jhcs@tohoku.ac.jp