

2019.8.6 火

模擬授業に参加を希望する方は、
予約システムにてお申し込みください。
右のQRコードにアクセスしてください。



看護
学科

自分のところを見つめてみよう

精神看護学は、精神疾患をもつ人々への援助だけではなく、広く人々のところの健康について考えていく科目です。とくに、看護師は自分の身体や感情をつかって患者のケアを行います。そのため、看護師自身の身体と心の健康にも気を配っている必要があります。看護師自身が疲弊していたり悩んでいたりとすると、それが患者さんへのケアに影響することになるからです。

今回は、みなさんのところの健康について考える機会として、思春期～青年期のメンタルヘルス上の問題、なかでも現在世界的にも大きな問題となっている“抑うつ”に焦点を当てて、それがどのような形で現れるのか、どうすれば予防したり回復したりできるのかをお話したいと思います。とくにうつ病は、精神面だけではなく、身体面にも影響を及ぼします。逆に、身体に働きかけることで精神的な安定を図ることも可能なのです。このような心と身体の関係性(心身相関)について体験を通して考えてみたいと思います。さらに、そうした心身の状態に影響を及ぼす“認知のあり方(考え方のクセ)”についても、学んでいく予定です。

- I. 気分が落ち込むのはなぜだろう？－AYA世代のメンタルヘルス [講義]
- II. 呼吸法を試してみよう[実技]
- III. 自分の考え方のクセを探してみよう [講義・演習]

時間 ①11:10～11:50 ②12:40～13:20 ③14:10～14:50

場所 校舎棟1F 183

担当教員 廣川 聖子 准教授, 川添 美花 助教, 武井 麻子 特任教授

看護学科の魅力

看護学とは、人の生命の誕生から、他者とのつながりの構築、病とのたたかい、障害を持ちつつ生きていくこと、さらにはいかにして死んでいくかといったさまざまな人間的課題に取り組んでいく学問です。その実践においては、人に対するおもいやりと関心だけではなく、自然科学や社会科学、さらには人文科学と言ったさまざまな領域の知の蓄積に基づく科学的思考も極めて重要です。そういった意味で、看護はきわめて学際的で奥深い学問と言えるでしょう。まだまだ言葉にされていない事象も数々あり、今後のさらなる探求が期待されています。

ひとこと

本看護学科は、学生定員80人と小規模であり、東京の下町、荒川沿いののどかな地域にあるせいか、学生同士はもちろん、教員と学生間においても非常にアットホームな学科です。また、大学からバスで15分ほどのところにある駒込病院を始めとしたいくつもの都立病院で実習が行えるのも魅力の一つです。