

# 第105回 看護師国家試験 平成28.2.14実施

58 地域精神保健活動における二次予防はどれか。

1. 精神科病院で統合失調症患者に作業療法を行う。
2. 精神疾患患者に再燃を予防するための教育を行う。
3. 地域の住民を対象にストレスマネジメントの講演会を行う。

**4** 会社の健康診断でうつ傾向があると判定された人に面接を行う。

# 国家試験過去問の類似性

## 第105回より前の過去問

Q：精神保健活動における二次予防はどれか。

- ① 精神科デイケアで生活技能訓練〈SST〉を行う。
- ② 精神疾患をもつ人々に、再燃を予防するための教育を行う。
- ③ 地域の住民を対象に、ストレスマネジメントの講演会を行う。
- ④ 会社の健康診断でうつ傾向があると判定された人に面接を行う。



## 第105回

地域精神保健活動における二次予防はどれか。

1. 精神科病院で統合失調症患者に作業療法を行う。
2. 精神科疾患患者に再燃を予防するための教育を行う。
3. 地域の住民を対象にストレスマネジメントの講演会を行う。
4. 会社の健康診断でうつ傾向があると判定された人に面接を行う。

# リカバリーとは？

単なる病気からの回復や症状の消失や生活機能の向上をいった**医学モデル的な回復**ではなく

「自分との和解、家族との和解、尊厳の回復、壊れたつながりの回復や新しいつながりの構築、抑圧的な社会構造や社会過程への抵抗と人権の回復、コミュニティとのつながりの回復」といった、**極めて幅の広い全人的な回復**

リカバリーとは「精神病の破滅的な影響を乗り越えて成長すること」であり、

「病気による制限にもかかわらず、満足でき、希望に満ち、社会に貢献する生き方」

ウィリアム・アンソニー

<104回 午前90>

精神障害者のリハビリ<回復>の考え方で正しいのはどれか。  
2つ選べ。

1. 患者に役割をもたせない。
2. 薬物療法を主体に展開する。
- ③. 患者の主体的な選択を支援する。
- ④. 患者のストレングス<強み・力>に着目する。
5. リハビリ<回復>とは病気が治癒したことである。

# タイダルモデル

## リカバリーを基盤とした看護モデル

「タイダル」は「潮の満ち引き」という意味を持つ。我々人間は皆、調子の良いときと悪いときがある。このタイダルモデルは、患者の調子が良いとき悪いとき、特に精神看護の臨床場面で**患者が常に様子を変化させてゆく**状況（潮の満ち引き）に対応するためのモデルなのである。

フィル・バーカー、ポピー・ブキャナン・バーカー夫妻が開発（スコットランド）

# タイダルモデル<sub>10</sub>のかかわり法（10のコミットメント）

- 1：「声を尊重する」当事者の精神障害やそれに関する生活上の苦勞の経験の物語は、援助という出会いの出発点であり到達点である。当事者の物語には苦痛の話だけでなく、その解決への希望も含まれている。
- 2：「言葉を尊重する」当事者が人生の物語を語る際には、一人一人違う表現方法を生みだし、本人のみが知りうることを表明する。
- 3：「当事者から学ぶ」当事者は自分の人生の物語のエキスパートである。実践家は「何かなされるべきか」や「何が役立つか」を当事者本人から学ぶ。
- 4：「使える道具を使う」当事者の物語は、「今まで何が役立ってきたか」や「これから何が役立つか」などの実例が詰まっている。これらは、回復の物語の鍵を開けたり構築したりするための主な道具である。
- 5：「一歩先を創造する」援助者と当事者とが、「いま」何かなされるべきかの正しい認識を協働して作り上げる。その第一歩は、変化する力があることを明らかにし最終目標を指し示すことである。

# タイダルモデル<sub>10</sub>のかかわり法（コミットメント）

6：「**時間のおくりものを贈る**」 専門家と当事者が**一緒にすごす時間**は変化の過程の礎石である。

7：「**真の好奇心をもてるようになる**」 当事者は、人生の物語を書いているが、それは他者に読まれない。実践家は、そのような物語の語り手をより良く理解するために、**物語に心からの関心を表明する**方法を開発する必要がある。

8：「**いつも変化していることを知る**」 タイダルモデルの基本原則は、**変化はいつでも必ず起こっている**ということである。専門的援助者は、**変化はどのように起こっているのか**ということと、**変化の恒常性の知識**を当事者を危険や苦しみから救い出すためにどう使うかの意識を育てる課題がある。

9：「**個人的な知恵を引き出す**」 当事者は自分の人生の物語を書く上で、**個人的な知恵を蓄えていく**。援助者の重要な課題は、**内に秘められた知恵を当事者が表に出せる**よう支援することである。

10：「**透明になる**」 実践者と当事者との関係は、**相互の信頼**に基づいている。

# 日本精神科看護協会の「精神科看護」の定義

精神的健康について援助を必要としている人々に対し、個人の尊厳と権利擁護を基本理念として、専門的知識と技術を用い、**自律性の回復**を通して、その人らしい生活ができるよう支援すること

※ **自律性の回復とは「対象となる人自らが、思考・判断・行動することを通して、自身のより良い生き方を見出すこと」**

# 精神科看護の目的

対象者自ら精神的健康について考え、  
より良い生き方を見出せるように支  
えること

おわり

ご清聴  
ありがとうございました

