R5.３号

シン・研修報告書
富山県医療ソーシャルワーカー協会

令和5年度石川県・富山県ソーシャルワーカー協会合同研修会

[医療ソーシャルワーカーのメンタルヘルスと自己覚知」

令和5年11月3日(金)

講師：吉川　眞　氏
広島国際大学　名誉教授
（研究支援・社会連携センター客員教授）

研修会の感想

金沢大学附属病院　大森　晶子さん

メンタル・ヘルスは、自身のこと・部署全体のことの両側面から大変関心あるテーマでした。研修冒頭で吉川先生が「メンタルヘルス不調は誰にでもなりうるもの、仕事の量と質が62%ストレス要因」とお話しされ、それが身近な問題であると感じ、講義に一気に引き込まれました。講義の中では、メンタル・ヘルスを保つ主体は自分、不調の原因と結果への対処は具体的に考える、自己強化するための思考など、メンタルを強くするための具体策が次々と紹介され、一つからでもトライしてみようという気持ちが生まれました。

また、自己覚知についての講義では、それは援助関係を建設的な方向に向けるために行うものであり、自分の持ち味を援助関係の中に活かすためのものであるとされました。メンタル・ヘルスを自分事として向き合い対処するからこそ、クライエントとの関係に目をむけられる心の余裕が生まれるのだと感じ、自身が強いメンタルをもつことがクライエントの最善の利益を考えた援助関係につながるのだと感じました。

後半には、仕事上の困りごとについて、吉川先生から指導を受ける機会に恵まれました。困っている事象やそれをとりまく環境について具体的な質問が続き、現状に目を向けるきっかけになりました。先生からは、ＭＳＷの役割を発揮できた事例を集め、存在価値を示していくことをご示唆いただきました。これらに普段から意識的に取り組み、ソーシャルワーク業務に活かしていきたいと思います。

広報事業部の一言つぶやき

私たちもMSW自らのメンタルヘルスを整えることで、クライエントの最善の利益につながることを再度深く考えさせられました。また、大森さんの仰る通り、今後我々がどうMSWの存在価値を示していくかがで私たちの職場内での立ち位置等も変わっていくのだと思いました。本当に素敵な感想をありがとうございます。そして、これからも皆で一緒に頑張っていきましょうね！！