



一般社団法人

日本精神保健看護学会

Japan Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing

2026年度オンラインセミナー  
生きづらさにどう対応するか  
チーム活動の困難からこころを守るコツ

講師

小川 基 さん

(臨床心理士・公認心理士)

2026年6月18日(木)19:00~20:15

皆様から頂いたご質問と講師からの回答



## 質問

看護学校で学生と関わる中で、グループワークが苦手という学生が多く、中にはその場にいることもつらいと授業に出席できない学生もいます。看護(医療)ではグループワークやメンバー間で話し合いながらの授業スタイルが多く、実習においてはメンバー間、指導者、教員等関わる人も増え、チーム連携、話し合い場面が増えます。つらくなってしまう学生にどう関わればいいのか悩みます。

## 回答



近年は、集団活動やグループワークにおいて「安全感」が重視されるようになっていきます。運営側、教員側ができる配慮として、開始と終了時間を明確にすること、話題を可能な範囲で限定すること（フリーディスカッションは不安が高まりやすい）、その場で話した情報の扱いを明示することなど、「安心して話せる場」を作る工夫が必要です。そのほか、二人ペアや少人数グループから始めたり、ロールプレイを取り入れるなど、学生さんが段階的に集団活動に慣れていけるよう、工夫の程度を調整できると良いと思います。



## 質問

看護大学で教員をしていますが、学部レベルで集団についての基礎的な知識としてどのような内容を学習しておく为宜か、先生のお考えを教えてください。

## 回答



看護に限らず、対人援助職全般において、チームのもつ「集団心性」に関して学ぶ機会が不足していると感じています。今回の講義を行ったのもそうした問題意識からです。現場に出て行った際の支援者としてのメンタルヘルスを守るためにも、チーム活動の理念や必要性のみならず、困難な側面もオープンに伝える心がけが大切だと思います。伝え方については、今回のような理論的な話にこだわらず、現場の実践家のリアルな臨床経験を聞く機会を多く設けるのも良いかもしれません。