

第 55 回 心身健康科学サイエンスカフェ コロナ禍生活者の陰性感情の コントロールについて

國井 享奈 先生

博士 (看護学)

人間総合科学大学 保健医療学部 看護学科・講師

令和 3 年 10 月 20 日 (水)

12:30 - 12:50

ショートトーク!

らてとく お昼の時間帯に開催!

Zoom開催 (オンラインのテレビ会議システム)

参加費: 無料

演者から

緊急事態宣言がなされて以降、外出自粛が求められる状況が長期戦となっている。特に、オリンピック開催後、日本中の感染状況は一気に変化し、かつてないほどの速度で感染拡大が進み、新規陽性者数が急増し、制御不能な状況となった。重症患者が急激に増加し、救急医療や予定手術等の通常医療も含めて医療提供体制が深刻な機能不全に陥った。

これらより家に籠ってばかりいることで「不安」「恐怖」「悲しみ」「落ち込む」「パニック」などの陰性感情が出現しやすくなることが懸念されている。更に、そうした心理的状态の持続は、朝の光と共に起床するなどの規則正しい生活リズムの維持を難しくし、体調不良につながりやすくなることなどが懸念されている。心身相関の視点をふまえ、陰性感情をコントロールできる生活が重要である。

研究・調査報告によると、身近な人が新型コロナウイルス感染症と判明した際、地域・病院スタッフ、家族に不安と混乱がおき、風評被害に合う場合もある。今後も、普段から自ら感染予防策を徹底し、感染症の公表、個人情報、正確な情報を把握することが不安と混乱を最小限にすると考える。ここではコロナ禍における生活者の陰性感情コントロールについて考えたい。

web (日本心身健康科学会HP) もしくは
E-mail (jshas@human.ac.jp) からお申し込みください。



QRコード



Webからのお申込: QRコード、もしくは日本心身健康科学会 ホームページの
トップ画面に掲載されている「心身健康科学サイエンスカフェ開催のお知らせ」
参加フォームにてお申込み下さい。

心身健康アドバイザーの方は参加により、
1ポイントの更新ポイントが付加されます

主催: 人間総合科学 心身健康科学研究所
共催: 人間総合科学大学・日本心身健康科学会