Title	レジリエンスと思いやりを構築する医療従事者へのマインドフルネス : Mindfulness for Health professionals building Resilience and Compassion : MHALOプログラムに関する研究
Sub Title	A feasibility study of Mindfulness for Health professionals building Resilience and Compassion program (MHALO program)
Author	朴, 順禮(Park, Sunre)
Publisher	慶應義塾大学
Publication year	2018
Jtitle	学事振興資金研究成果実績報告書 (2017.)
JaLC DOI	
Abstract	<ul> <li>【目的】医療従事者のレジリエンスと思いやりを高めることによって、医療従事者のストレスと/ ーンアウトを改善することを目的とした支援プログラム(レジリエンスと思いやりを構築する医病 従事者へのマインドフルネス・プログラムが開始し、その実施可能性を検討した。</li> <li>【方法】本プログラムは、マインドフルネス・スキルをペースに、医療に不可欠なcompassion(思 やり)とポジティブ心理学の知見を盛り込んだプログラムである。多忙な医療従事者が参加しやす いよう、2日間のワークショップと、その後自宅での8週間の自己実践(ホームワーク)、 フォローアップ・セッションにより構成した。</li> <li>緩和ケアに携わる医療従事者28名を対象にプログラムを提供し、バーンアウト、レジリエンス、 セルフ・コンパッション、マインドフルネス傾向、ストレス状況、感情状態、well- beingについて介入前と8週間後で評価した。合わせてプログラムで見ずる評価を行った。</li> <li>【結果】26名がプログラムを完遂した。完遂者において、バーンアウト、レジリエンス、 セルフ・コンパッション、マインドフルネス傾向、ストレス状況、感情状態、well- beingについて介入前と8週間後で評価した。合わせてプログラムで関する評価を行った。</li> <li>【結果】26名がプログラムを完遂した。完遂者において、バーンアウトの有意な改善, レジリエンス、セルフ・コンパッション、マインドフルネス傾向、well-beingの有意な増加、 ストレスおよび感情状態の有意な改善が確認された。92%がプログラムへの参加に満足し、 96%が仕事や日常に役立つと回答した。</li> <li>【考察】MHALOプログラムは実施可能性が高く、 緩和ケアに係わる医療従事者にとって有効なプログラムである可能性が示唆された。</li> <li>*第23回日本緩和医療学会優秀演題</li> <li>Objective</li> <li>The objectives of this study was to develop the "Mindfulness for health professionals building resilience and compassion (MHALO program)", which aimed to relieve psychological distress and burnout of medical professionals by enhancing resilience and compassion (MHALO program)", which aimed to relieve psychological distress and burnout of medical professionals by enhancing resilience and compassion and positive psychology. In order to make the program more accessible for busy medical professionals we developed the program in the following format : a two-day workshop and two follow-up session after four and eight weeks. Twenty eight health professionals who engaged in palliative care participated in the study. Main outcomes were the participants' psychological distress (the Perceived Stress Scale), burnout, resilience, self-compassion, mindfulness, mood status, wellbeir and QOL, which were measured at baseline and eight weeks later. In addition, the participants took part in qualitative interview at the study exit. Results</li> <li>Twenty-six participants completed the program. The completers demonstrated improvement in</li></ul>
Notes	
Genre	Research Paper
URL	https://koara.lib.keio.ac.jp/xoonips/modules/xoonips/detail.php?koara_id=2017000002-20170318

慶應義塾大学学術情報リポジトリ(KOARA)に掲載されているコンテンツの著作権は、それぞれの著作者、学会または出版社/発行者に帰属し、その権利は著作権法によって 保護されています。引用にあたっては、著作権法を遵守してご利用ください。

The copyrights of content available on the KeiO Associated Repository of Academic resources (KOARA) belong to the respective authors, academic societies, or publishers/issuers, and these rights are protected by the Japanese Copyright Act. When quoting the content, please follow the Japanese copyright act.

## 2017 年度 学事振興資金(共同研究)研究成果実績報告書

研究代表者-	所属	看護医療学部	職名	専任講師	── 補助額	700	Ŧ
	氏名	朴 順禮	氏名(英語)	Park Sunre		700 Ŧ	+
·		研9	?課題(日本語	吾)	·	·	
ノジリエンスと思	思いやりを構築	する医療従事者へのマインドフ	ルネス				
Mindfulness for	Health profess	sionals building Resilience and (	Compassion: M	HALO プログラムに関する研	究		
		研	究課題(英訳	)			
A Feasibility St	udy of Mindfulr	ness for Health Professionals B	uilding Resilier	nce and Compassion Program	(MHALO progra	am)	
			研究組織				
氏	名 Name		所属・学科・	職名 Affiliation, department, a	nd position		
朴 順禮( Sunre Park)		看護医療学部·専任講					
藤澤 大介(Daisuke Fujisawa)							
竹内 麻理(Ma		緩和ケアセンター・助教	教				
龍田 結香 (Yu	ika Tkita)	看護医療学部·助教		1			
	<b></b>		F究成果実績の		· - · - · - ·		
		ンスと思いやりを高めることによ					
		思いやりを構築する医療従事 sion:MHALO プログラム)を開			liness for health	n protessi	ona
		ドフルネス・スキルをベースに、			ポジティブ心理学	学の知見を	盛
込んだプログラ	ムである。多忙	な医療従事者が参加しやすい					
		ソションにより構成した。	·/#+ . ~ > -		<b></b>		
		f 28 名を対象にプログラムを提					
へ岐回、ヘドレノ	ヽ1へル、窓目1へ		レの週間浴で	評価した 今わせてプログラノ	いい思せる評価ス	も行った	<i>n</i> -
【結果】26 名が				評価した。合わせてプログラム 意な改善、レジリエンス、セルフ			
	プログラムを完	態、well-being について介入則 遂した。完遂者において、バー な増加、ストレスおよび感情状態	ンアウトの有意	意な改善、レジリエンス、セルフ	フ・コンパッション	ィ、マインド	シノ
ネス傾向、well- が仕事や日常(	プログラムを完 -being の有意な こ役立つと回答	遂した。完遂者において、バー な増加、ストレスおよび感情状態 した。	ンアウトの有意 態の有意な改著	気な改善、レジリエンス、セルフ 善が確認された。92%がプログ	フ・コンパッション 「ラムへの参加」	ィ、マインド こ満足し、	、フノ 969
ネス傾向、well- が仕事や日常( 【考察】MHALO	プログラムを完 -being の有意か こ役立つと回答 プログラムは写	遂した。完遂者において、バー な増加、ストレスおよび感情状態 した。 尾施可能性が高く、緩和ケアに6	ンアウトの有意 態の有意な改著	気な改善、レジリエンス、セルフ 善が確認された。92%がプログ	フ・コンパッション 「ラムへの参加」	ィ、マインド こ満足し、	、フノ 969
ネス傾向、well- が仕事や日常( 【考察】MHALO	プログラムを完 -being の有意か こ役立つと回答 プログラムは写	遂した。完遂者において、バー な増加、ストレスおよび感情状態 した。 ミ施可能性が高く、緩和ケアに 優秀演題	ンアウトの有意 態の有意な改善 系わる医療従輩	な改善、レジリエンス、セルフ 善が確認された。92%がプログ 事者にとって有効なプログラム	フ・コンパッション 「ラムへの参加」	ィ、マインド こ満足し、	、フノ 969
ネス傾向、well- が仕事や日常  【考察】MHALO * 第 23 回日本	プログラムを完 -being の有意か こ役立つと回答 プログラムは写	遂した。完遂者において、バー な増加、ストレスおよび感情状態 した。 ミ施可能性が高く、緩和ケアに 優秀演題	ンアウトの有意 態の有意な改著	な改善、レジリエンス、セルフ 善が確認された。92%がプログ 事者にとって有効なプログラム	フ・コンパッション 「ラムへの参加」	ィ、マインド こ満足し、	マノ 969
ネス傾向、well- が仕事や日常( 【考察】MHALO * 第 23 回日本 Objective	プログラムを完 -being の有意な こ役立つと回答 プログラムは写 緩和医療学会	遂した。完遂者において、バー な増加、ストレスおよび感情状態 した。 ミ施可能性が高く、緩和ケアに 優秀演題 2.研究風	ンアウトの有意 態の有意な改善 系わる医療従 系わる医療従 、 成果実績の概要	な改善、レジリエンス、セルフ 善が確認された。92%がプログ 事者にとって有効なプログラム 要(英訳)	フ・コンパッション 『ラムへの参加! 』である可能性た	ッ、マインド こ満足し、 バ示唆され	ジフノ 969 た。
ネス傾向、well- が仕事や日常( (考察】MHALO *第23回日本 Dbjective The objectives	プログラムを完 -being の有意か こ役立つと回答 プログラムは写 緩和医療学会 of this study	遂した。完遂者において、バー な増加、ストレスおよび感情状態 した。 ミ施可能性が高く、緩和ケアに 優秀演題	ンアウトの有意 態の有意な改善 系わる医療従 系わる医療従	な改善、レジリエンス、セルフ 善が確認された。92%がプログ 事者にとって有効なプログラム 要(英訳) professionals building resilie	フ・コンパッション 『ラムへの参加』 へである可能性た nce and compa	v、マインド こ満足し、 「示唆され ssion (MF	シリ 969 た。
ネス傾向、well- が仕事や日常( 【考察】MHALO *第23回日本 Dbjective The objectives program)", wh compassion, an	プログラムを完 -being の有意か こ役立つと回答 プログラムは写 緩和医療学会 of this study ich aimed to	送した。完遂者において、バー な増加、ストレスおよび感情状態 した。 実施可能性が高く、緩和ケアに住 優秀演題 2.研究所 was to develop the "Mindfulne relieve psychological distress	ンアウトの有意 態の有意な改善 系わる医療従 系わる医療従	な改善、レジリエンス、セルフ 善が確認された。92%がプログ 事者にとって有効なプログラム 要(英訳) professionals building resilie	フ・コンパッション 『ラムへの参加』 へである可能性た nce and compa	v、マインド こ満足し、 「示唆され ssion (MF	シノ 969 た。
ネス傾向、well- が仕事や日常I 【考察】MHALO *第23回日本 Objective The objectives program)", wh compassion, an Methods	プログラムを完 -being の有意れ こ役立つと回答 プログラムは 緩和医療学会 of this study ich aimed to d to examine it	送した。完遂者において、バー は増加、ストレスおよび感情状態 した。 実施可能性が高く、緩和ケアに低 優秀演題 2.研究の was to develop the "Mindfulno relieve psychological distress s feasibility.	ンアウトの有意 態の有意な改善 系わる医療従	なな善、レジリエンス、セルフ 善が確認された。92%がプログ 事者にとって有効なプログラム 要(英訳) professionals building resilie t of medical professionals	フ・コンパッション 「ラムへの参加」 へである可能性な nce and compa by enhancing	v、マインド こ満足し、 が示唆され ssion (MH resilience	フノ 969 た。  ALu an
ネス傾向、well- が仕事や日常I 【考察】MHALO *第23回日本 Objective The objectives program)", wh compassion, an Methods The program w	プログラムを完 -being の有意れ こ役立つと回答 プログラムは写 緩和医療学会 of this study ich aimed to d to examine it as developed b	送した。完遂者において、バー な増加、ストレスおよび感情状態 した。 実施可能性が高く、緩和ケアに住 優秀演題 2.研究所 was to develop the "Mindfulne relieve psychological distress s feasibility. based on mindfulness skills, wit	ンアウトの有意 態の有意な改善 系わる医療従 <mark> 支果実績の概</mark> ess for health s and burnou ch components	なな善、レジリエンス、セルフ 善が確認された。92%がプログ 事者にとって有効なプログラム 要(英訳) professionals building resilie t of medical professionals s of compassion and positive	フ・コンパッション 「ラムへの参加」 へである可能性な nce and compa by enhancing psychology. In	v、マインド こ満足し、 が示唆され ssion (MH resilience order to	アノ 969 た。 IALu an
ネス傾向、well- が仕事や日常I 【考察】MHALO *第23回日本 Objective The objectives orogram)", wh compassion, an Methods The program we che program mo and two follow-	プログラムを完 being の有意れ こ役立つと回答 プログラムは 緩和医療学会 of this study ich aimed to d to examine it as developed h pre accessible up sessions at	送した。完遂者において、バー な増加、ストレスおよび感情状態 した。 実施可能性が高く、緩和ケアに低 優秀演題 2.研究の was to develop the "Mindfulne relieve psychological distress s feasibility. based on mindfulness skills, wit for busy medical professionals fter four and eight weeks. Twe	ンアウトの有意 態の有意な改善 系わる医療従 <b>支果実績の概</b>	なな善、レジリエンス、セルフ 善が確認された。92%がプログ 事者にとって有効なプログラム 要(英訳) professionals building resilie t of medical professionals s of compassion and positive d the program in the following th professionals who engaged	フ・コンパッション 「ラムへの参加」 へである可能性な nce and compa by enhancing psychology. In g format: a two i in palliative ca	v、マインド こ満足し、 が示唆され ssion (MF resilience order to r -day work re particip	フノ 969 た。 IAL( an mak shoo
ネス傾向、well- が仕事や日常I 【考察】MHALO *第23回日本 Objective The objectives orogram)", wh compassion, an Methods The program we the program me and two follow- n the study. M	プログラムを完 being の有意れ こ役立つと回答 プログラムは算 緩和医療学会 of this study ich aimed to d to examine it as developed b ore accessible up sessions at lain outcomes	送した。完遂者において、バー な増加、ストレスおよび感情状態 した。 実施可能性が高く、緩和ケアに保 優秀演題 2.研究の was to develop the "Mindfulne relieve psychological distress s feasibility. pased on mindfulness skills, wit for busy medical professionals fter four and eight weeks. Twe were the participants' psych	ンアウトの有意 態の有意な改善 系わる医療従 <b>成果実績の概</b> ess for health s and burnou ch components , we developed nty eight healt ological distre	なな善、レジリエンス、セル 善が確認された。92%がプログ 事者にとって有効なプログラム 要(英訳) professionals building resilie t of medical professionals s of compassion and positive d the program in the following th professionals who engaged ss (the Perceived Stress Sc	フ・コンパッション 「ラムへの参加」 へである可能性な nce and compa by enhancing psychology. In g format: a two d in palliative ca sale), burnout, r	v、マインド こ満足し、 が示唆され ssion (MF resilience order to -day work re particip esilience,	フノ 969 た。 IALu an mak sho pate
ネス傾向、well- が仕事や日常I 【考察】MHALO *第23回日本 Objective The objectives program)", wh compassion, an Methods The program we che program we che program mo and two follow- n the study. M compassion, mi	プログラムを完 being の有意れ こ役立つと回答 プログラムは算 緩和医療学会 of this study ich aimed to d to examine it as developed b pre accessible rup sessions at lain outcomes ndfulness, moo	送した。完遂者において、バー な増加、ストレスおよび感情状態 した。 そ施可能性が高く、緩和ケアに保 優秀演題 2.研究の was to develop the "Mindfulne relieve psychological distress s feasibility. pased on mindfulness skills, wit for busy medical professionals fter four and eight weeks. Twe were the participants' psych od status, wellbeing and QOL,	ンアウトの有意 態の有意な改善 態の有意な改善 素わる医療従 <b>成果実績の概</b> ess for health s and burnou ch components , we developed nty eight health ological distress which were m	なな善、レジリエンス、セル 善が確認された。92%がプログ 事者にとって有効なプログラム 要(英訳) professionals building resilie t of medical professionals s of compassion and positive d the program in the following th professionals who engaged ss (the Perceived Stress Sc	フ・コンパッション 「ラムへの参加」 へである可能性な nce and compa by enhancing psychology. In g format: a two d in palliative ca sale), burnout, r	v、マインド こ満足し、 が示唆され ssion (MF resilience order to -day work re particip esilience,	フノ 969 た。 IALu an mak sho pate
ネス傾向、well- が仕事や日常I 【考察】MHALO *第23回日本 Objective The objectives orogram)", wh compassion, an Methods The program we che program we che program we che program mo and two follow- n the study. M compassion, mi participants too	プログラムを完 being の有意れ こ役立つと回答 プログラムは算 緩和医療学会 of this study ich aimed to d to examine it as developed b pre accessible rup sessions at lain outcomes ndfulness, moo	送した。完遂者において、バー な増加、ストレスおよび感情状態 した。 実施可能性が高く、緩和ケアに保 優秀演題 2.研究の was to develop the "Mindfulne relieve psychological distress s feasibility. pased on mindfulness skills, wit for busy medical professionals fter four and eight weeks. Twe were the participants' psych	ンアウトの有意 態の有意な改善 態の有意な改善 素わる医療従 <b>成果実績の概</b> ess for health s and burnou ch components , we developed nty eight health ological distress which were m	なな善、レジリエンス、セル 善が確認された。92%がプログ 事者にとって有効なプログラム 要(英訳) professionals building resilie t of medical professionals s of compassion and positive d the program in the following th professionals who engaged ss (the Perceived Stress Sc	フ・コンパッション 「ラムへの参加」 へである可能性な nce and compa by enhancing psychology. In g format: a two d in palliative ca sale), burnout, r	v、マインド こ満足し、 が示唆され ssion (MF resilience order to -day work re particip esilience,	フノ 969 た。 IALu an mak sho pate
ネス傾向、well- が仕事や日常I 【考察】MHALO *第23回日本 Objective The objectives Drogram)", wh compassion, an Methods The program we che program we che program mo and two follow- n the study. M compassion, mi participants too Results	プログラムを完 being の有意れ こ役立つと回答 プログラムは写 緩和医療学会 of this study ich aimed to d to examine it as developed b ore accessible up sessions at lain outcomes ndfulness, moo k part in qualit	送した。完遂者において、バー な増加、ストレスおよび感情状態 した。 そ施可能性が高く、緩和ケアに保 優秀演題 2.研究の was to develop the "Mindfulne relieve psychological distress s feasibility. pased on mindfulness skills, wit for busy medical professionals fter four and eight weeks. Twe were the participants' psych od status, wellbeing and QOL,	ンアウトの有意 態の有意な改善 態の有意な改善 素わる医療従 <b>支果実績の概</b> ess for health s and burnou ch components , we developed nty eight health ological distre- which were m it.	なな善、レジリエンス、セル 善が確認された。92%がプログ 事者にとって有効なプログラム 要(英訳) professionals building resilie t of medical professionals of compassion and positive d the program in the following th professionals who engaged ss (the Perceived Stress Sc easured at baseline and eigh	フ・コンパッション デラムへの参加I なである可能性だ nce and compa by enhancing psychology. In g format: a two d in palliative ca sale), burnout, r it weeks later. I	v、マイント こ満足し、 「示唆され ssion (MH resilience order to -day work re particip esilience, n addition	フノ 969 た。 IALu an mak shoo pate self , th
ネス傾向、well- が仕事や日常I 【考察】MHALO *第23回日本 Objective The objectives orogram)", wh compassion, an Methods The program we che program we che program we che program we che program we che program we che program statu and two follow- n the study. Me compassion, mi oparticipants too Results Twenty-six par percent of the p	プログラムを完 being の有意れ こ役立つと回答 プログラムは写 緩和医療学会 of this study ich aimed to d to examine it as developed b ore accessible up sessions at lain outcomes ndfulness, mod k part in qualit ticipants comp	送した。完遂者において、バー な増加、ストレスおよび感情状態 した。 実施可能性が高く、緩和ケアに低 優秀演題 2.研究所 was to develop the "Mindfulne relieve psychological distress s feasibility. based on mindfulness skills, with for busy medical professionals fter four and eight weeks. Twe were the participants' psych- od status, wellbeing and QOL, ative interview at the study exit	ンアウトの有意 態の有意な改善 態の有意な改善 意わる医療従 <b>文果実績の概</b> ess for health s and burnou ch components , we developed nty eight healt ological distre which were m it.	なな善、レジリエンス、セル 善が確認された。92%がプログ 事者にとって有効なプログラム 要(英訳) professionals building resilie t of medical professionals of compassion and positive d the program in the following th professionals who engaged ss (the Perceived Stress Sc easured at baseline and eight ated improvement in all the o	フ・コンパッション デラムへの参加I である可能性だ nce and compa by enhancing psychology. In g format: a two d in palliative ca cale), burnout, r it weeks later. I	v、マイント こ満足し、 「示唆され 「示唆され ssion (MH resilience order to -day work re particip esilience, n addition es. Ninety	フノ 969 た。 IALu an mak shoo pate self , th
ネス傾向、well- が仕事や日常I 【考察】MHALO *第23回日本 Objective The objectives orogram)", wh compassion, an Methods The program we che program stati two follow- n the study. M compassion, mi oarticipants too Results Twenty-six par percent of the Conclusion	プログラムを完 being の有意な こ役立つと回答 プログラムは写 緩和医療学会 of this study ich aimed to d to examine it as developed b ore accessible rup sessions at lain outcomes ndfulness, moo k part in qualit ticipants comp participants we	送した。完遂者において、バー な増加、ストレスおよび感情状態 した。 実施可能性が高く、緩和ケアに任 優秀演題 2.研究所 was to develop the "Mindfulne relieve psychological distress s feasibility. based on mindfulness skills, with for busy medical professionals fter four and eight weeks. Twe were the participants' psych od status, wellbeing and QOL, ative interview at the study exi- leted the program. The complet- re satisfied with this program, a	ンアウトの有意 態の有意な改善 派わる医療従 <b>支果実績の概</b> <b>支果実績の概</b> <b>支果実績の概</b> <b>大果実績の概</b> <b>大果実績の概</b>	なな善、レジリエンス、セルフ 善が確認された。92%がプログ 事者にとって有効なプログラム 要(英訳) professionals building resilie t of medical professionals c of compassion and positive d the program in the following th professionals who engaged ss (the Perceived Stress Sc easured at baseline and eight ated improvement in all the o the program helpful for their	フ・コンパッション ア・コンパッション アラムへの参加 なである可能性な nce and compa by enhancing psychology. In g format: a two d in palliative ca sale), burnout, r it weeks later. I putcome measur work and their	v、マインド こ満足し、 が示唆され ssion (MH resilience order to -day work re particip esilience, n addition es. Ninety daily life.	ンフリ 969 た。 IALC an makko self , th -tw
ネス傾向、well- が仕事や日常I (考察]MHALO *第23回日本 Dbjective The objectives program)", wh compassion, an Methods The program we he program w	プログラムを完 being の有意が こ役立つと回答 プログラムは算 緩和医療学会 of this study ich aimed to d to examine it as developed b ore accessible rup sessions at lain outcomes ndfulness, mod k part in qualit ticipants comp participants we ogram is feasib	送した。完遂者において、バー な増加、ストレスおよび感情状態 した。 実施可能性が高く、緩和ケアに低 優秀演題 2.研究所 was to develop the "Mindfulne relieve psychological distress s feasibility. based on mindfulness skills, wit for busy medical professionals fter four and eight weeks. Twe were the participants' psych- od status, wellbeing and QOL, ative interview at the study exi- leted the program. The completion	ンアウトの有意 態の有意な改善 派わる医療従 <b>支果実績の概</b> <b>支果実績の概</b> <b>支果実績の概</b> <b>大果実績の概</b> <b>大果実績の概</b>	なな善、レジリエンス、セルフ 善が確認された。92%がプログ 事者にとって有効なプログラム 要(英訳) professionals building resilie t of medical professionals c of compassion and positive d the program in the following th professionals who engaged ss (the Perceived Stress Sc easured at baseline and eight ated improvement in all the o the program helpful for their	フ・コンパッション ア・コンパッション アラムへの参加 なである可能性な nce and compa by enhancing psychology. In g format: a two d in palliative ca sale), burnout, r it weeks later. I putcome measur work and their	v、マインド こ満足し、 が示唆され ssion (MH resilience order to -day work re particip esilience, n addition es. Ninety daily life.	ンフリ 969 <i>f</i> =。 IAL an mak sho oate self , th
ネス傾向、well- が仕事や日常I 【考察】MHALO *第23回日本 Objective The objectives orogram)", wh compassion, an Methods The program we che program we compassion, mi conclusion The MHALO pro	プログラムを完 being の有意が こ役立つと回答 プログラムは算 緩和医療学会 of this study ich aimed to d to examine it as developed b ore accessible rup sessions at lain outcomes ndfulness, mod k part in qualit ticipants comp participants we ogram is feasib	送した。完遂者において、バー な増加、ストレスおよび感情状態 した。 実施可能性が高く、緩和ケアに任 優秀演題 2.研究所 was to develop the "Mindfulne relieve psychological distress s feasibility. pased on mindfulness skills, with for busy medical professionals fter four and eight weeks. Twe were the participants' psych od status, wellbeing and QOL, ative interview at the study exi- leted the program. The complet- ire satisfied with this program, in- ple, and may be effective for he	ンアウトの有意 態の有意な改善 態の有意な改善 素わる医療従 支果実績の概要 ess for health s and burnou th components , we developed nty eight health ological distres which were m it. ters demonstra and 96% found ealth profession	なな善、レジリエンス、セル きが確認された。92%がプログ 事者にとって有効なプログラム 要(英訳) professionals building resilie t of medical professionals s of compassion and positive d the program in the following th professionals who engaged ss (the Perceived Stress Sc easured at baseline and eight ated improvement in all the o the program helpful for their hals who are engaged in pallia	フ・コンパッション ア・コンパッション アラムへの参加 なである可能性な nce and compa by enhancing psychology. In g format: a two d in palliative ca sale), burnout, r it weeks later. I putcome measur work and their	v、マインド こ満足し、 が示唆され ssion (MH resilience order to -day work re particip esilience, n addition es. Ninety daily life.	ンフリ 969 たこ。 IALu an mak sho eate self , th
ネス傾向、well- が仕事や日常I (考察]MHALO *第23回日本 Objective The objectives orogram)", wh compassion, an Methods The program we he program we ho follow- ne the study. No compassion, mi porticipants to compassion, mi porticipants to compas	プログラムを完 being の有意れ こ役立つと回答 プログラムは算 緩和医療学会 of this study ich aimed to d to examine it as developed b ore accessible up sessions at lain outcomes ndfulness, moo k part in qualit ticipants comp participants we ogram is feasite warranted.	送した。完遂者において、バー な増加、ストレスおよび感情状態 した。 実施可能性が高く、緩和ケアに低 優秀演題 2.研究所 was to develop the "Mindfulner relieve psychological distress s feasibility. based on mindfulness skills, with for busy medical professionals fter four and eight weeks. Twe were the participants' psych- bid status, wellbeing and QOL, ative interview at the study exi- leted the program. The comple- bre satisfied with this program, a ble, and may be effective for her 3.本研	ンアウトの有意 態の有意な改善 派わる医療従 <b>支果実績の概</b> <b>支果実績の概</b> <b>支果実績の概</b> <b>大果実績の概</b> <b>大果実績の概</b>	な改善、レジリエンス、セル きが確認された。92%がプログ 事者にとって有効なプログラム 要(英訳) professionals building resilie t of medical professionals c of compassion and positive d the program in the following th professionals who engaged ss (the Perceived Stress Sc easured at baseline and eight ated improvement in all the o the program helpful for their hals who are engaged in pallia -る発表	フ・コンパッション デラムへの参加I なである可能性が nce and compa by enhancing psychology. In g format: a two d in palliative ca ale), burnout, r it weeks later. I nutcome measur work and their ative care. Furth	v、マイント ニ満足し、 「示唆され ssion (MH resilience order to -day work re particip esilience, n addition es. Ninety daily life. her randor	ンフリ 969 <i>f</i> =。 IAL an mak sho oate self , th
ネス傾向、well- が仕事や日常I 【考察】MHALO *第23回日本 Objective The objectives orogram)", wh compassion, an Methods The program we che program we compassion, mi conticipants too Results Twenty-six par percent of the Conclusion The MHALO pr	プログラムを完 being の有意が こ役立つと回答 プログラムは算 緩和医療学会 of this study ich aimed to d to examine it as developed b ore accessible up sessions at lain outcomes ndfulness, moo k part in qualit ticipants comp participants we ogram is feasib warranted.	送した。完遂者において、バー な増加、ストレスおよび感情状態 した。 実施可能性が高く、緩和ケアに任 優秀演題 2.研究所 was to develop the "Mindfulne relieve psychological distress s feasibility. pased on mindfulness skills, with for busy medical professionals fter four and eight weeks. Twe were the participants' psych od status, wellbeing and QOL, ative interview at the study exi- leted the program. The complet- ire satisfied with this program, in- ple, and may be effective for he	ンアウトの有意 態の有意な改善 態の有意な改善 素わる医療従 素わる医療従 成果実績の概要 ess for health s and burnou th components , we developed nty eight health ological distres which were m it. ters demonstra and 96% found ealth profession f究課題に関す	なな善、レジリエンス、セル きが確認された。92%がプログ 事者にとって有効なプログラム 要(英訳) professionals building resilie t of medical professionals s of compassion and positive d the program in the following th professionals who engaged ss (the Perceived Stress Sc easured at baseline and eight ated improvement in all the o the program helpful for their hals who are engaged in pallia	フ・コンパッション デラムへの参加I なである可能性が nce and compa by enhancing psychology. In g format: a two d in palliative ca ale), burnout, r it weeks later. I nutcome measur work and their ative care. Furth	v、マインド ニ満足し、 「示唆され ssion (MH resilience order to r -day work re particip esilience, n addition es. Ninety daily life. her randor	アノ 969 <i>f</i> こ。 IAL an mak sho bate f, th nize
ネス傾向、well- が仕事や日常I (考察]MHALO *第23回日本 Objective The objectives orogram)", wh compassion, an Methods The program we che program we compassion, mi carticipants too Results Twenty-six par conclusion The MHALO pr control study is 発表者 計順禮、藤澤:	プログラムを完 being の有意が こ役立つと回答 プログラムは写 緩和医療学会 of this study ich aimed to d to examine it as developed h ore accessible up sessions at lain outcomes ndfulness, mod k part in qualit ticipants comp participants we ogram is feasik warranted. 氏名 満演者) 大介、佐藤寧	送した。完遂者において、バー な増加、ストレスおよび感情状態 した。 実施可能性が高く、緩和ケアに任 優秀演題 2.研究所 was to develop the "Mindfulne relieve psychological distress s feasibility. based on mindfulness skills, wit for busy medical professionals fter four and eight weeks. Twe were the participants' psych- bd status, wellbeing and QOL, ative interview at the study exi- leted the program. The complet- ire satisfied with this program, in- ble, and may be effective for her 3.本研 発表課題名 (著書名・演題) レジリエンスと思いやりを構築	ンアウトの有意 態の有意な改善 態の有意な改善 素わる医療従 支果実績の概要 ess for health s and burnou ch components , we developed nty eight health ological distre which were m it. ters demonstra and 96% found ealth profession f究課題に関す (言 をする 第 23 [	な改善、レジリエンス、セル きが確認された。92%がプログ 事者にとって有効なプログラム 要(英訳) professionals building resilie t of medical professionals s of compassion and positive d the program in the following the professionals who engaged ss (the Perceived Stress Sc easured at baseline and eight ated improvement in all the o the program helpful for their hals who are engaged in pallia -る発表 発表学術誌名	フ・コンパッション デラムへの参加 がラムへの参加 かである可能性が nce and compa by enhancing psychology. In g format: a two d in palliative ca sale), burnout, r it weeks later. I nutcome measur work and their ative care. Furth 学術誌	v、マイント ニ満足し、 が示唆され ssion (MH resilience order to -day work re particip esilience, in addition es. Ninety daily life. her randor 路行年月 年	アノ 969 <i>f</i> こ。 IAL an mak sho bate f, th nize
ネス傾向、well- が仕事や日常I (考察]MHALO *第23回日本 Objective The objectives orogram)", wh compassion, an Methods The program we che program we compassion, mi carticipants too Results Twenty-six par conclusion The MHALO pr control study is 発表者 計順禮、藤澤:	プログラムを完 being の有意な こ役立つと回答 プログラムは写 緩和医療学会 of this study ich aimed to d to examine it as developed b ore accessible up sessions at lain outcomes ndfulness, mod k part in qualit ticipants comp participants we ogram is feasik warranted. 氏名 満演者) 大介、佐藤寧	送した。完遂者において、バー な増加、ストレスおよび感情状態 した。 実施可能性が高く、緩和ケアに任 優秀演題 2.研究所 was to develop the "Mindfulne relieve psychological distress s feasibility. based on mindfulness skills, with for busy medical professionals fter four and eight weeks. Twe were the participants' psych- od status, wellbeing and QOL, ative interview at the study exi- leted the program. The complet- re satisfied with this program, in- ble, and may be effective for her 3.本研 発表課題名 (著書名・演題) レジリエンスと思いやりを構築 医療従事者へのマインドフル	ンアウトの有意 態の有意な改善 態の有意な改善 意わる医療従 支果実績の概要 ess for health s and burnou ch components , we developed nty eight health ological distre which were m it. ters demonstra and 96% found ealth profession F究課題に関す に たって、第 23 回 ネス・会	なな善、レジリエンス、セルフ きが確認された。92%がプログ 事者にとって有効なプログラム 要(英訳) professionals building resilie t of medical professionals c of compassion and positive d the program in the following th professionals who engaged ss (the Perceived Stress Sc easured at baseline and eight ated improvement in all the o the program helpful for their hals who are engaged in pallia -る発表 発表学術誌名 著書発行所・講演学会)	フ・コンパッション デラムへの参加 なである可能性な nce and compa by enhancing psychology. In g format: a two d in palliative ca cale), burnout, r it weeks later. I nutcome measur work and their ative care. Furth 学術誌 (著書発行年)	v、マイント ニ満足し、 が示唆され ssion (MH resilience order to -day work re particip esilience, in addition es. Ninety daily life. her randor 路行年月 年	inize
ネス傾向、well- が仕事や日常I (考察]MHALO *第23回日本 Objective The objectives orogram)", wh compassion, an Methods The program we che program we compassion, mi carticipants too Results Twenty-six par conclusion The MHALO pr control study is 発表者 計順禮、藤澤:	プログラムを完 being の有意な こ役立つと回答 プログラムは写 緩和医療学会 of this study ich aimed to d to examine it as developed b ore accessible up sessions at lain outcomes ndfulness, mod k part in qualit ticipants comp participants we ogram is feasik warranted. 氏名 満演者) 大介、佐藤寧	送した。完遂者において、バー な増加、ストレスおよび感情状態 した。 実施可能性が高く、緩和ケアに低 優秀演題 2.研究所 was to develop the "Mindfulne relieve psychological distress s feasibility. based on mindfulness skills, with for busy medical professionals fter four and eight weeks. Twe were the participants' psych od status, wellbeing and QOL, ative interview at the study exi- leted the program. The completive re satisfied with this program. ble, and may be effective for he 3.本研 発表課題名 (著書名・演題) レジリエンスと思いやりを構築 医療従事者へのマインドフル プログラム (Mindfulness for her	ンアウトの有意 態の有意な改善 態の有意な改善 意わる医療従 支果実績の概要 ess for health s and burnou ch components , we developed nty eight health ological distres which were m it. ters demonstra and 96% found ealth profession f究課題に関す ( まする 第 23 匝 ネス・ ealth	なな善、レジリエンス、セルフ きが確認された。92%がプログ 事者にとって有効なプログラム 要(英訳) professionals building resilie t of medical professionals c of compassion and positive d the program in the following th professionals who engaged ss (the Perceived Stress Sc easured at baseline and eight ated improvement in all the o the program helpful for their hals who are engaged in pallia -る発表 発表学術誌名 著書発行所・講演学会)	フ・コンパッション デラムへの参加 なである可能性な nce and compa by enhancing psychology. In g format: a two d in palliative ca cale), burnout, r it weeks later. I nutcome measur work and their ative care. Furth 学術誌 (著書発行年)	v、マイント ニ満足し、 が示唆され ssion (MH resilience order to -day work re particip esilience, in addition es. Ninety daily life. her randor 路行年月 年	inize
ネス傾向、well- が仕事や日常I 【考察】MHALO *第23回日本 Objective The objectives Dogram)", wh compassion, an Methods The program we che program	プログラムを完 being の有意な こ役立つと回答 プログラムは写 緩和医療学会 of this study ich aimed to d to examine it as developed b ore accessible up sessions at lain outcomes ndfulness, mod k part in qualit ticipants comp participants we ogram is feasik warranted. 氏名 満演者) 大介、佐藤寧	送した。完遂者において、バー な増加、ストレスおよび感情状態 した。 実施可能性が高く、緩和ケアに任 優秀演題 2.研究所 was to develop the "Mindfulne relieve psychological distress s feasibility. based on mindfulness skills, with for busy medical professionals fter four and eight weeks. Twe were the participants' psych- od status, wellbeing and QOL, ative interview at the study exi- leted the program. The complet- re satisfied with this program, in- ble, and may be effective for her 3.本研 発表課題名 (著書名・演題) レジリエンスと思いやりを構築 医療従事者へのマインドフル	ンアウトの有意 態の有意な改善 態の有意な改善 意わる医療従事 <b>支果実績の概</b> ess for health s and burnou ch components , we developed nty eight health ological distres which were m it. ters demonstra and 96% found ealth profession f究課題に関す ( まする 第 23 匝 ネス・ health lience	なな善、レジリエンス、セルフ きが確認された。92%がプログ 事者にとって有効なプログラム 要(英訳) professionals building resilie t of medical professionals c of compassion and positive d the program in the following th professionals who engaged ss (the Perceived Stress Sc easured at baseline and eight ated improvement in all the o the program helpful for their hals who are engaged in pallia -る発表 発表学術誌名 著書発行所・講演学会)	フ・コンパッション デラムへの参加 なである可能性な nce and compa by enhancing psychology. In g format: a two d in palliative ca cale), burnout, r it weeks later. I nutcome measur work and their ative care. Furth 学術誌 (著書発行年)	v、マイント ニ満足し、 が示唆され ssion (MH resilience order to -day work re particip esilience, in addition es. Ninety daily life. her randor 路行年月 年	inize