

原著論文

精神疾患をもつ当事者が看護学生に語ることの意味づけ ーフォーカス・グループインタビューからー

大西 昭子^{1*}, 坂本 結², 和泉 明子¹, 野村 美紀², 山崎 晶子¹

要約：本研究は、精神疾患をもつ当事者が、保健師養成課程の学生（以下、看護学生とする）に自身の思いや今までの経過を語ることに對して、どのような意味づけをしているのかを明らかにすることを目的とした。対象者はA短期大学の講義において、看護学生に語る経験をした当事者で、本研究への同意が得られた5名とし、フォーカス・グループインタビューを用いてデータを収集した。その結果、【自分自身を再構築する経験】、【自分とつながる人との出会い】、【社会の役に立てる機会】の3つのコアカテゴリーと7つのカテゴリー、25のサブカテゴリーが抽出された。語ることは、当事者のリカバリーの促進につながるとともに、看護学生との相互作用によって、当事者のエンパワメントや看護学生のメンタルヘルスの向上につながると考えた。そして、当事者が安心して語れ、その効果や意義がフィードバックされることにより、語る事が継続され、誰もが生きやすい社会の構築の一助になる可能性が示唆された。

キーワード：精神疾患，語り，意味づけ，看護学生，教育

はじめに

公衆衛生看護学は、対象となる住民の生活を捉え、地域に住むすべての人々の生活の質（QOL）の向上を目指すことを目的としており、保健師は全世代にわたるメンタルヘルス上の問題に関わる。A短期大学の専攻科では、3年間の看護師養成課程で習得した看護の知識体系を基盤にして、さらに専攻科に進学して1年課程で公衆衛生看護学を専門的に学んでいる。メンタルヘルスについて学生は、看護学科の3年間の課程において精神看護学を学び、病棟等での実習を終えて進学をし、専攻科では公衆衛生保健指導論・精神保健の講義の中で、地域で生活する精神疾患をもつ当事者への保健師の支援について学びを深めている。看護

師養成課程では、精神看護学における講義や実習等で、主に入院や通院をしている患者に関わり、精神疾患の理解や精神障害者の特性を学び、対象理解を深めて看護ケアを実践している。その上で、専攻科においては医療の視点だけではなく生活者としての視点をもちながら、地域で生活している精神疾患をもつ当事者への支援を考えていくことが求められる。

看護や医療、福祉系の大学等では、当事者と触れ合う機会として、母性や身体および知的障害、精神障害等の当事者参加型の授業が行われている。いずれも、当事者参加型の授業によって対象者の理解が深まり、その中で医療福祉専門職者としての自分の役割を考えるきっかけとなっている

¹高知学園短期大学 看護学科 *Email: aonishi@kochi-gu.ac.jp

²高知学園短期大学 専攻科地域看護学専攻

ことが明らかにされている¹⁾²⁾³⁾⁴⁾⁵⁾。特に当事者の直接的な語りを聴く体験は、学生にとって精神疾患や精神障害者が決して特別なものではなく、身近な存在として捉える機会につながっているのではないかと考える。木浪ら⁶⁾の研究では、精神保健福祉士の養成課程での参加型学習により、大学生の精神障害者に対する心理的・社会的距離感が肯定的になることや、共に暮らす人物としての認識ができるようになることが明らかとなっている。また、荒木⁷⁾は、参加型の授業によって、精神障害者に対する特別視が弱まったことから、援助者として関わる前に対等な立場での出会いが経験できる機会の必要性を示唆している。さらに、山中ら⁸⁾は、精神障害者は「普通である」という認知が社会的距離を縮めることにつながり、偏見低減に重要な役割を果たすと述べている。これらのことから、保健師教育課程で精神疾患をもつ当事者の語りを直接聴く機会をもつことが必要ではないかと考えた。

そこで、A短期大学専攻科において、アメリカで当事者が始めたWRAP（Wellness Recovery Action Plan：元気回復行動プラン）の考え方を導入し、啓発や自身のリカバリー（回復）に取り組んでいる一般社団法人のグループと連携し、精神疾患をもつ当事者の語りを聴き、意見交換する機会を公衆衛生保健指導論・精神保健の授業の一環として設けた。その結果、精神疾患に対する理解が深まると共に偏見について深く考え、人と人としての関係性を築くことの大切さを学ぶ機会となり、さらには看護学生自身のメンタルヘルスにも寄与することが分かった⁹⁾。このように、生活のしづらさを抱えながらも地域で自分らしくあろうとする精神疾患をもつ当事者の語りを聴くことは、看護学生にとって貴重な学びの機会となることが明らかである。

一方、リカバリーについて宮本は、「症状や障害があったとしても自身の送りたい暮らしを送り、ありたい姿へ近づいていくことを指す¹⁰⁾」と述べており、WRAPや当事者活動はリカバリーを促進することを示している。また、栄¹¹⁾¹²⁾は面接での語りや、自助グループによる語り合いと比較して、

公共の場での語りは社会からの承認を経て当事者に組織的次元におけるエンパワメントをもたらす可能性をもつと述べている。さらには、当事者が次世代を担う中高生に病の経験知を伝え継ぐ役割を得る活動によって、病を患うことで失われた「生きる力」を取り戻すことになっていたこと¹³⁾や、「聞き手からの感謝の言葉や謝金という語りの承認を得ることで、メンバーに自己効力感や障害に対する肯定感、社会変革に向けた意識の醸成がみられた¹⁴⁾」ことも明らかにしている。このことから、将来、看護専門職者として活動する看護学生に自身の体験を語ることは何らかの意味をもつのではないかと考えた。

そこで、今回は、当事者活動を行いながら、地域で生活をしている精神疾患をもつ当事者が、看護師免許をもつ保健師養成課程の学生（以下、看護学生とする）に対して自身の体験を語ることにどのような意味があると感じているのかを明らかにしたいと考えた。

厚生労働省は精神障害にも対応した地域ケアシステムの構築を目指しており、住み慣れた地域で障害をもちながらも地域の一員として安心して自分らしく暮らすことができる社会の実現が急がれている。また、障害者施策の中でもインクルージョンの考え方が浸透してきており、地域で自分らしさを生かしながら、ともに生きる社会の実現が求められている。本研究によって、当事者自身が語ることの意味づけを明らかにすることで、今後の保健師教育の質の向上と当事者のリカバリーの一助になるのではないかと考える。さらに、地域における精神疾患に対する偏見を軽減し、人々が自身のメンタルヘルスを保ちながら生き生きと自分らしさを発揮して共生できる社会の実現に寄与できるのではないかと考える。

研究目的

本研究は、精神疾患をもつ当事者が、看護学生に自身の思いや今までの経過を語ることに對して、どのような意味づけをしているのかを明らかにすることを目的とした。

研究方法

1. 研究デザイン

本研究は質的記述的研究デザインを用いた。

2. 用語の定義

「語る」とは、自身が生きてきた過程や抱えてきた思い、現状、自分や周囲に向けての希望などの自身のストーリーを自分の言葉で他者に向けて伝えることとした。

「意味づけ」とは、他者に語ることに對する当事者の考え方のことであり、語ることの意味や効果、価値、影響を見出すこととした。また、語るための場のもつ意味を含むものとした。

3. 対象者

令和4年度にA短期大学専攻科の看護学生に對して、自身の思いを語った精神疾患をもつセルフヘルプグループのメンバーのうち、研究への参加に同意が得られた5名とした。

4. データ収集方法

本研究は、対象者と対象者が所属する団体の代表者に文書で同意を得てから実施した。方法は、フォーカス・グループインタビューとし、インタビューガイドを用いて半構造化面接にてデータを収集した。インタビューは対象者の同意を得た上でICレコーダーとメモにて記録をした。インタビューでは、語った時の状況を振り返りながら、看護学生に語ることに對する思い、語った後に生じた感情や思い、看護学生への思い、語ることの意味や自身へのメリット・デメリット等について聞き取りを行った。インタビュー時間は約80分間であった。インタビュー中は、他者の話を聴いて思い浮かんだこと、感じたこと等、他者の意見から発展させた意見も聴取した。インタビューの日程は対象者の希望する日時とし、感染予防対策を徹底した上で、対面によるインタビューを、個室で外に声が漏れない場所で行った。

5. データ分析方法

インタビュー終了後に逐語録を作成し、精神疾患をもつ当事者にとっての語りの意味づけとなる部分を抽出し、コード化した。そして、類似したコードをまとめカテゴリー化を行い、データを質的帰納的に分析した。分析にあたっては研究者全員で内容を検討することにより、妥当性の確保に努めた。

6. 個人情報の保護

個人情報の取り扱いには十分配慮し、外部に漏れないように厳重に管理をした。個人情報を保護するため、データは匿名化し、書類等は研究者が鍵のかかる棚で保管し、研究室で分析をすすめた。さらに個人情報保護の観点から、本研究に對するデータは、研究成果の公表後5年を経過した後に適切に破棄する。

倫理的配慮

本研究は、令和4年度高知学園短期大学研究倫理審査委員会の承認を得た上で実施した（承認番号：第30号、承認日：令和4年7月29日）。対象者および所属団体の代表者に対して、研究の目的及び方法、研究の参加に伴う負担や時間的制約の有無、研究参加への任意性、プライバシーの保護と匿名性の保証、データの管理方法、途中辞退の権利の保証、研究に参加しないことによる不利益は生じないこと、回答拒否の権利の保証、研究目的以外にデータは用いないこと、研究成果の公表方法、個人情報の保護等について、口頭及び書面上で説明した。そして、対象者から文書にて同意を得た上で研究を進めた。

研究結果

1. 対象者の概要

対象者の概要を表1に示す。対象者はA短期大学専攻科の授業の一環で看護学生に對して語った経験のある精神疾患をもつ当事者5名であった。看護学生に對して思いを語ったことがある経験では、今回が初めての経験の方が2名であり、3名

は2回以上の経験があった。主要な精神疾患名は表1の通りであった。

表1. 対象者の概要

対象者	語りの経験	精神疾患名等
A	4回目	統合失調症
B	1回目	高次脳機能障害
C	2回目	発達障害・強迫性障害
D	複数回	気分障害
E	1回目	発達障害

2. 分析結果

分析の結果、精神疾患をもつ当事者が看護学生に語ることの意味づけとして、【自分自身を再構築する経験】、【自分とつながる人との出会い】、【社会の役に立てる機会】の3つのコアカテゴリーと7つのカテゴリー、25のサブカテゴリーが抽出された。その結果を表2に示す。以降、本文ではコアカテゴリーを【 】, カテゴリーを《 》, サブカテゴリーを〈 〉, 対象者の語りを「斜体」, 研究者による補足を（ ）で示す。

以下、コアカテゴリーごとの結果について説明する。

1) 自分自身を再構築する経験

これは、当事者が準備段階を経て、自身のストーリーを看護学生に語ることにより、自分自身に癒しをもたらしていく過程であると意味づけていることである。

精神疾患をもつ当事者は、看護学生に《語る過程を通して精神的な負担や不安が生じる体験》をしながらも、そこを乗り越えて「語る」という行動を起こすことによって《準備からのプロセスを経て自身の成長を支えてくれる体験》として実感でき、この一連の過程を《過去を再構築して自分の生きる力を取り戻す作業》と意味づけしていたことが分かった。以下に、このコアカテゴリーに含まれるカテゴリーについて述べる。

(1) 準備からのプロセスを経て自身の成長を支えてくれる体験

当事者は、看護学生に語るにあたって、授業の目的や看護学生が求めている内容などによって、〈テーマや求めに応じた準備が必要〉であると捉えていた。また、語る内容を整理するには、事前に安心できる仲間こそ語れる混沌とした過去やクライシス状況にあった自分の話の段階を経るといった〈ピアへの語りの過程が基盤にあるからできる〉ことだと感じていた。さらに、語ることの準備として手元に残る原稿等の存在によって、語ることで変化していく自分を認識できるようになり、〈形として残るものができて次につながる〉と意味づけをしていた。

「自分の気持ちを紙にまとめてつづりながら、それをまたさらに言葉に、声に出して人に話すことが、すごく自分の治療というかそういったものにもすごく効果的に表れているっていうのをすごく自分で感じています。(ケースA)」

「割と同じ話を毎回したりすることもあるんですけど、やっぱり話すごとに意味合いがすごい変わってくるっていうのはあって。事実は事実として過去は変わらないんですけど、自分の捉え方が変わってきたりとか、それに対してどういうふうに受け止めてくれるかっていうことがあったりするんで、そういうことは大事にしながら話しています。(ケースC)」

「大体いつも過去の(原稿)を見ながら(原稿を)構成するんですけど、今回また、白紙の状態から打ったので、それはもう良かったなと思ったりして。また新たなものができたので、またこれをアップデートの材料にしながら、できるのかなみたいな。(ケースA)」

(2) 語る過程を通して精神的な負担や不安が生じる体験

当事者は、看護学生に自身のストーリーを語るまでの準備の段階、語りの最中、そして語った後といった一連のプロセスの中で、自身の生き方が

＜聴く人に心理的な影響を与えてしまう可能性がある＞ことを予測して不安を感じたり、＜限られた時間では伝えきれないもどかしさがある＞ことで語った後に後悔の気持ちが生じたりしていた。また、今までの過去を振り返り、過去のつらかった体験等に対して捉え直しをしながら語ることは当事者にとって＜精神的な疲労や負担感も伴う作業＞であると意味づけをしていた。

「結構、学生さんのパンドラの箱が開いちゃうことがあるんです。たぶん苦しくなったりした人も何人かいると思うので、負担にならない範囲で、どんなことを話そうかなとか（考えている）。（ケースD）」

「頭がちょっと、脳を使いすぎてちょっと重たくなることもあります。（ケースA）」

「相手の反応によって傷つけられたりとか、あとは逆に自分が傷つけるとかっていうようなリスクとかもあったりする。（ケースD）」

「終わった後もやっぱりもうちょっと、もっと話したらよかったなっていうのばかりです。（ケースC）」

「社会に一回も出ずに学生さんやっている方って、本当にもういろいろいて。取りあえず来まして、それが悪いとかじゃなくて、いるし、何か本当に自分の人生を見つめた上でこうやって目指している人もいたりして。何か嫌な思いすることもあるけど、やっぱりその見つめている人にこの瞬間を届けたいっていうか、届けばいいなっていうのがあって、話はしています。（ケースC）」

「話していくうちに割と、結局自分の人生だよなっていうか、苦しさとか悲しさとかもっていうところに戻ってくるし、それでいて、でも楽しかったなとか、でも苦しかったしっていうのを一つ一つ自分で味わう。（ケースC）」

「障害であるとか病気であるとかの経験って、あんまりいい経験ではないですよ。自分の中でもあんまり本当はいい経験とは捉えてはないです。けど、やっぱりそういう経験も人に話すことによって何らかの形で生きてくる。（ケースC）」

（3）過去を再構築して自分の生きる力を取り戻す作業

当事者にとって看護学生に語るための内容を準備する段階は、＜過去の自分と対話しながら振り返る機会＞であり、＜過去のつらい体験の捉え直しをしながら再構築する＞ことをしながら、＜自分の人生として過去を取り戻していく作業＞として他者に語ることを行っていた。また、看護学生に対して自分が語ることは＜自己表現をして存在意義を感じる場＞としての意味を持ち、＜生きていることを実感し、肯定することができる＞ようになることと捉えていた。そして、それらを＜繰り返す中で更新されて自身に変化をもたらす＞ことにより、ありのままの自分で未来を生きる力となっていくといった＜自身のリカバリーの過程のひとつ＞として意味づけをしていた。

「語っている時ってすごく自分が生きているなっていう感じはして、自分が見たくない否定したいことについても正直に明け渡して語ることで、すごく自分が生きているっていうことを本当に肯定できる。（ケースD）」

「何か当時の自分にずっと語りかけている気はします。癒やしたい、救いたいかわからないけど、その感覚は毎回違いますけど、ずっと語る時に当時の自分にどうにか語りかけていて、それで励まされることもあるし、傷つくものもあるけど、何かそれは毎回やっているような気はしました。（ケースE）」

「自分が語ることで自己確認をしていく中で、この生まれ育ってきた自分の構成してきたものを変えたい方向に変えていく、再構築していくっていう作業をしている気はします。（ケースA）」

「自分が不幸だと感じたりとか傷ついてきた過去であったりとか、自分の弱さであったりとか、そういったものを語ることによって、一回壊されてしまったり崩れたものを組み立て直すっていうか、元通りにはならないけど、違う形となってまた組み上がっていく。（ケースA）」

「過去につらい思いをしたとか、そういったもので自分が構成されてきたこのネガティブなも

のっていうのを吐き出すじゃないですか。話して吐き出して。そのことによって、自分はこう感じてきたけど、こうだったんじゃないかみたいなところも生まれてくる、話していく中で。そうすると違うものに組み上がっていくので、その延長線にやっぱり生きやすい自分の未来が見えてくる。(ケースA)」

「過去は変えられないっていうけど、過去の捉え方は変えられるし、その捉え方を変えることによって、過去から得られるものも変わってくるので。それによって、今見えるものも違ってくるし、未来につながるものも違ってくる。(ケースA)」

「自分の人生を取り戻そうとしているのかなっていうのは結構思ってる。過去のっていう、何かされたとかっていうことは実際にあって、事実として。でも、それを自分が今、意味づけとか何かいろいろ再構築することで自分の人生が変わっていくのかなって。(ケースE)」

2) 自分とつながる人との出会い

これは、当事者が語ることによって相互の対話を促し、精神疾患というフィルターを通しての自分ではなく、疾患の側面をもつ一人の人として、ありのままの自分と看護学生とのつながりを築きながら理解の輪を広げていく機会になると意味づけているということである。

精神疾患は目に見えないため、理解が得られにくいことや、それによる生きづらさについて語ることは、《仲間や理解者が増えるように社会へ発信する機会》や、《新たな出会いの中で人と人としてつながれる機会》になると捉えていたことが分かった。

(1) 仲間や理解者が増えるように社会へ発信する機会

看護学生に対して、見ただけでは分かりにくい精神疾患の症状や、それによる生きづらさ等を語ることで、＜病気のことを知っている人を増やす＞とともに、語りを聴いてくれた看護学生が家族や周囲、地域、社会にむけて得た知識や情報を発信するなどの波及効果を期待して＜語りから学び

を得て広めてくれる人材を増やす＞ことであると意味づけをしていた。また、語ることは自分自身のことを知り、理解してくれる存在と出会うことができる接点であり、その輪が広がっていくことで疾患のことを話さなくても、理解してもらえ、ありのままの自分であることができるようなく当たり前にお互い様で生きていける未来につながる一歩＞であると意味づけしていた。

「100人に1人がなるかならないかっていう病気の中で、自分がこうなった時に本当に孤独で誰に言ったらいいのかすら分からないし、みたいなところで。もう知ってもらうことから始めない。で、知ってもらったら今度関心を持ってもらわないと。やっぱ無関心は結構つらいですね。知っていても関心を示されずにいるっていうのは、つらいですね。(ケースA)」

「ここでストップするんじゃなくて、家庭で話したり、今日こんな話を聞いたよ、みたいなのもいいし、何かそんなのがあればいいと思う。(ケースB)」

「ちょっと関心を寄せてくれて、知っている人が枝葉に増えていけば、自分たちが生きやすくなるんじゃないかなというのは思います。(ケースB)」

「何かしら持って帰って、持って帰るだけじゃなくて、そうやって実際に行動してくれたらもっとうれしい。そういうのはあって語っている、話をしていくのかなって、自分の場合は思います。(ケースC)」

(2) 新たな出会いの中で人と人としてつながれる機会

当事者にとって看護学生に語ることは、精神疾患をもつ自分としてではなく、＜人と人としてつながることができる＞場所であり、自身の語りにより、人との接点や理解者が増えるなど、将来的に＜居場所となる人との新たな出会いが生まれる＞場所でもあると捉えていた。また、当事者と看護学生の双方のやり取りによって交流する体験や、自分一人ではなく、数名の当事者が同じ場所で語ることで他者の語りを聴く体験にもなり、

＜語りの相互作用によって世界が広がる＞と意味づけしていた。

「何か話す中で、この人が何か受け止めてくれるなっていう人がやっぱり出てくるんです。で、その人が居場所になっていくっていうか、世の中に居場所がいっぱいできていく。自分にとって、生きていていいんだとか、生きていてよかったなっていう瞬間が増えていく。(ケースE)」

「今日ここでこのいろんなお話も何かこのストーリーラインで話せるようになるまでには、いろんな人との間で混沌としたものをいっぱい出して、返ってきたものを受け取って、だんだんこの絡まった糸みたいなのをほどいて、ちゃんとこの全貌が見えるようになっていうこと、作業をしているんだと思う。(ケースD)」

「たぶん経験は違うし、分かるかって言ったら分からないのもたくさんあるけど、でも何かつながれていける。それでしんどくなる、傷つくこともあるんだけど、癒やされることもあるし、何か自分が語ることで後々返ってくることもあるし。その人のタイミングで“自分はこうだったんです”って言うってくれるから、何かその時に自分がすごいうれしくなったりとか、やっぱり人とつながっていけるというか、関わりが途切れない感じというか、そういうのがあります。(ケースE)」

3) 社会の役に立てる機会

これは、当事者が未来の医療職者に語ることで、これから先を歩んでいく人、同じように苦しんでいる存在、社会などに対して何らかの手助けになることを願う場であるという意味づけしているということである。

当事者は、他者からの求めに応じて語る事ができる自分が、自身のストーリーを周囲に向けて発信していくという機会は、《自分が誰かの助けになれたらいいという思いを込める場》であり、未来を担っていく看護学生に向けて言葉を紡ぎ、語りかけていくことで《看護学生としての成長に寄与できる場》であるという意味づけしていた。

(1) 自分が誰かの助けになれたらいいという思いを込める場

対面での語りは相手の表情や雰囲気、態度などの反応が直接的に感じられる場であるため当事者は、＜反応は相手に任せて自分の務めを果たす＞ことによって、＜自分にしか語れない自分の話を求めてくれている人に応える＞ことをしていた。そして、自身が語るという行動は、他者の代弁や自分のためだけではなく、＜どこかにいる声を発せられない誰かのための行動＞であり、自分の語りが誰かの役に立てたらいいという願いをもって、周囲に声を届けていく機会であるという意味づけしていた。

「自分的には不完全燃焼なんですけど、周りの人、今回は学生さんがどう受け取ってくれるかはまた別のことだと思うんで、こういう材料を出してみましたけど、どうでしょうかという。あとは学生さんの受け取りにお任せする感じです。(ケースC)」

「やっぱり自分が整理されたいというか、楽になっていく過程を踏んでいるってところ。あと、それを求めてくれている人たちがいるってところ。(ケースA)」

「出した時にしんどくなる人もいたりとか、全然響かない人もいるんだけど、たまに何か本当に響いてくれる人がいて、そういう人と出会えると、僕の人生も本当に何かがあったなっていう。意味があるかっていうとまたちょっと違うんですけど、今ここに繋がったっていう感覚があって、ちゃんと延長線上で苦しいことも楽しいものも全部つながっているんだなっていう感覚があります。(ケースE)」

(2) 看護学生としての成長に寄与できる場

当事者は、自身の生きてきた過程や生きづらさ、伝えたいメッセージを自分の言葉で直接、看護学生に語ることにより、＜近い将来医療に携わる看護学生に身近なものとして関心を持ってもらう＞機会になることを望んでいた。さらに、当事者は看護学生に＜看護専門職者としての今後に生かせ

る学びを提供する>ことで、将来、医療の現場で看護に携わる看護学生に思いを託していたことがわかった。つまり、看護学生が将来、精神疾患や当事者の背景を理解して、より良い看護ができるよう看護学生の力になることができる機会であると当事者は捉えていた。また、専門職者としてだけでなく、看護学生自身の心の健康を保つことや、自分自身を大事にしてほしいといったメッセージを伝え、<メンタルヘルスは看護学生にとって身近で大切であることを伝える機会>として意味づけていた。

「生きづらくとも何とか生きようとしている人たちがいるし、それを自分たちがなかなか感じられない

い人もいるだろうけど、延長線上にいる人なんだってことを感じてほしいなと思った。(ケースC)」

「実際に働き始めて当事者の人とかと接することもあると思うんですけど、その時に少しでも自分の話したことが頭の片隅にあって、実際に接する時に何かしら役に立っていたらいいなと思って。(ケースC)」

「自分のこの生きた話を役立ててくれたらいいなっていう、その期待があります。(ケースD)」

「回復した人とか回復途上の人とか、頑張っている、生きづらいけど、もがいている人がいるっていうのを、もっと医療の場で関心を持ってもらったらしいなって。臨床にいるからこそ、

表2 精神疾患をもつ当事者が看護学生に語ることの意味づけ

コアカテゴリー	カテゴリー	サブカテゴリー
【自分自身を再構築する経験】	準備からのプロセスを経て自身の成長を支えてくれる体験	テーマや求めに応じた準備が必要
		ピアへの語りの過程が基盤にあるからできる
		形として残るのができて次につながる
	語る過程を通して精神的な負担や不安が生じる体験	聴く人に心理的な影響を与えてしまう可能性がある
		限られた時間では伝えきれないもどかしさがある
		精神的な疲労や負担感も伴う作業
	過去を再構築して自分の生きる力を取り戻す作業	過去の自分と対話しながら振り返る機会
		過去のつらい体験の捉え直しをしながら再構築する
		自分の人生として過去を取り戻していく作業
		自己表現をして存在意義を感じる場
		生きていることを実感し、肯定することができる
		繰り返す中で更新されて自身に変化をもたらす
【自分とつながる人との出会い】	仲間や理解者が増えるように社会へ発信する機会	自身のリカバリーの過程のひとつ
		病気のことを知っている人を増やす
	新たな出会いの中で人と人としてつながれる機会	語りから学びを得て広めてくれる人材を増やす
		当たり前にお互い様で生きていける未来につながる一歩
【社会の役に立てる機会】	自分が誰かの助けになれたらいいという思いを込める場	人と人としてつながることができる
		居場所となる人との新たな出会いが生まれる
	看護学生としての成長に寄与できる場	語りの相互作用によって世界が広がる
		反応は相手に任せて自分の務めを果たす
		自分にしか語れない自分の話を求めてくれている人に応える
メンタルヘルスは看護学生にとって身近で大切であることを伝える機会	どこかにいる声を発せられない誰かのための行動	
	近い将来医療に携わる看護学生に身近なものとして関心を持ってもらう	
	看護専門職者としての今後に生かせる学びを提供する	

全然違う次元でされていることじゃないんだよっ
ていうことを思っしてほしい。(ケースD)」

「自分を守れてこそ人を守れると思うんです。
自分を守れないと、やっぱりそこまで回らないの
で、自分をやっぱり大切にしていっしてほしい。
(ケースA)」

考 察

1. リカバリーの過程を支える語りの場

本研究の結果から、看護学生に語ることは当事者にとって【自分自身を再構築する経験】であることがわかった。つまり、《過去を再構築して自分の生きる力を取り戻す作業》にあるように、語ることは、自身が辿ってきた過去の出来事を振り返り、ネガティブな体験を捉え直していく過程であった。栄¹⁵⁾は、自己の語りの作成作業は自分を客観的に捉えて言語化する必要があるため、当事者は語る前に自己理解を深めていたと述べている。この過程を経ることが、この先の未来を自分として生きていくために必要な作業となっていたと考える。そして、看護学生に語る前にピア活動の場で安心して思いを表出できる体験が、当事者の語ることを支えていた。濱田¹⁶⁾はピアサポートとして同じ経験をした当事者として互いにつながることで社会にメッセージを発信する力を得ていることを明らかにしている。また、金原¹⁷⁾はリカバリー体験の構成要素に「つながり」や「生活・人生における意味」を挙げ、ピアの支えや態度が促進要因の一つであることを示している。このことから、＜ピアへの語りの過程が基盤にあるからできる＞にあるように、ピアからの支えを得て、語ることにより自身のリカバリーにつながる経験となる実感が、当事者の語るという行動を引き起こすのではないかと考えた。

本研究において対象者は、語ることで自身が生きていることを実感し、過去の捉え直しができることで自分を肯定することができるようになることを語っていた。また、自分にしか語れない自分の人生のストーリーを求めてくれる存在が目の前や社会のどこかにあり、それに応えることだと意

味づけていた。このことによって、自身の語りが誰かに必要とされている実感と、自分のためだけでなく他者の役に立てるかもしれないという思いが、自身の存在意義を見いだすことに繋がり、生きづらさを抱えながらもこれから生きていく糧になっていくのではないかと考える。丸山¹⁸⁾は、自己の病気体験や思いを語ることで自己を客観視して元気づけられたり、病気をしたからこそ役立つことがあると自己効力感の会得につながったりしていたことを明らかにしている。

このように、語ることは当事者のリカバリーに寄与するとともに、その人にしか語れないその人の物語を求めてくれる存在がいることで、よりリカバリーが促進される可能性が示唆された。

さらに、特に看護学生に語ることは、《看護学生としての成長に寄与できる場》としての意味があり、近い将来、看護専門職者としてケアを提供する立場となった時に、今回の学びを生かしてほしいという願いが込められていた。当事者にとって看護師や保健師といった看護専門職者は医療の現場や生活の場で関わるが多くなる職種である。今後、看護学生が社会に出て関わるであろう当事者を思い描き、今、目の前にいる看護学生に対象を理解し、より良いケアが提供できるように思いを託しているとも言える。このように看護学生に語ることは、看護学生の成長とともに、看護学生を通して社会や未来に働きかけ、より生きやすい社会へつながる過程であると考えた。

一方で、《語る過程を通して精神的な負担や不安が生じる体験》にあるように、語ることは当事者にとって、避けてきた過去に向き合うといった心理的な負担が伴うとともに、自身の語りが誰かに影響を与えてしまう可能性があることへの不安も生じるものであった。同時に《語る過程を通して精神的な負担や不安が生じる体験》において当事者が語っているように、当事者の辛く苦しい体験の語りが、看護学生にとっても自身の過去や現在の体験と重ね合わされて、こころがゆらぎ、精神的な混乱をもたらすかもしれないという不安があると意味づけている。牧野ら¹⁹⁾は精神看護実

習において看護学生が体験したゆらぎについて、レベルⅢのゆらぎでは、感情を表出することにより自らの思考を整理することで「ゆらぎ」の状況を客観視することができるようになる」と述べている。このことから、語りを聴いた後のフォローアップとして、精神的に揺れ動いた看護学生に対してはその思いや体験に耳を傾けたり、自身の感情を言葉にして表出することを支えたりするなどの精神的なサポート体制を整えておくことが必要である。また、その他の看護学生についても、自身の学びや感情をレポートに書いて言語化し、振り返りながら整理ができる形を一つのプログラムとして、継続して実施していく必要があると考えた。

そのため、当事者が看護学生等に語ることの準備段階として、混沌とした思いを出せるピア活動の場を支えることや語りの場、その後のフォローアップの環境整備などを行うことで安全を保障し、安心して語ること、聴くことができる場を確保することが求められる。

2. パートナーシップの基盤をつくる場

当事者にとって、看護学生に語ることは、【自分とつながる人との出会い】の機会であると意味づけていたことが分かった。看護学生にとって、精神疾患をもつ当事者との出会いは病棟実習であることが多く、実習では精神疾患患者を看護ケアの対象として捉える。その中で、看護学生は、患者と直接かかわることで、精神疾患患者に対するイメージが変化し、患者を一人の人間であり、自己決定できる存在として認知することが出来るようになる。このように、看護学生にとって当事者と直接かかわる体験が、精神疾患のイメージの変化に影響を与えている²⁰⁾。一方で、公衆衛生看護の現場は地域であり、人々の生活の場所である。生きづらさを抱えながらも地域で暮らす身近な存在である人々の体験を聴くことは、患者というケアされる側としてではなく、同じ生活者としての視点から対等な立場で場を共有することができるのではないかと考える。筆者らの先行研究においても、当事者の話を直接聴くことで看護学生は自身

の中の偏見の存在に気づいたり、当事者の力強さに触れ尊敬の念を抱いたりすることにもつながっていた²¹⁾。このように、看護学生にとっての実習体験と同様に、直接、当事者とかかわる体験を通して、当事者をより多面的に捉えることができるようになる。このケアされる側とする側の立ち位置ではない関係性が、当事者が看護学生に語るにより構築され、相互のパートナーシップや社会の中での理解者の増加につながっていくと言える。この関係性の構築が当事者にとっても語ることの意味づけになっており、社会に出る前の看護学生が語りを聴くことのできる場と機会を継続的に作っていくことが必要であると考えた。

これらのことから地域や教育といった生活や学びの場で当事者とつながり、直接的に声を聴くことができる機会を広げていくことが必要である。現在、通信技術の進歩により、離れた場所同士でもオンラインでつながることが可能である。しかし、当事者は語ることを、双方でのやりとりによって交流をすることによる居場所となる人との出会いやつながりの場と意味づけており、これらは対面で語ることによってより効果的に得られるのではないかと考えた。当事者が直接、語ることで得られる看護学生の表情や反応、その場の空気感や温度感、様々な情報を五感で感じられる体験が大事であり、言葉だけでない相手からのレスポンスをその場で実感できる臨場感が大切であると考えた。

栄²²⁾は、語ることは、聞き手との対話によって語り手が自身のおかれている状況を客観視できるようになり、語り手のエンパワメントに寄与することを述べている。そして、語りは、聞き手と語り手の相互作用によって構築されるものであり、聞き手の反応が語り手のエンパワメントに影響を与えられている。また、看護学生にとっても前向きになれたり、専門職者として何ができるのか自分を見つめ直す機会となったりしている。

このことから、当事者の語りや、それを受けて行う意見交換は、相互の対話を引き出すことにつながる。そして、やり取りの中で、相手の反応を肌で感じることができ、承認を受けることで当事

者のエンパワメントにつながり、語ることの意味と効果を認識し、語ることをさらに後押しすると考えた。さらにそれは、当事者だけでなく看護学生のエンパワメントにも寄与すると考える。

そのため、可能な限り対面で語ることでその場でレスポンスが得られること、また語ることによる看護学生の学びや体験を当事者にフィードバックすることが求められる。これらの取り組みによって、パートナーシップの基盤づくりや誰もが生きやすい共生社会の実現にむけての一助になると考えた。

3. メンタルヘルスを高め合うことのできる場

当事者は語ることを《看護学生としての成長に寄与できる場》として、自身の体験をふまえ、メンタルヘルスは特別なものではなく自分たちの生活の延長線上にあり、自分自身を大切にすることの大切さを伝える等、〈メンタルヘルスは看護学生にとって身近で大切であることを伝える機会〉と意味づけていたことがわかった。今回、本研究の対象者の語りを聴いた看護学生の年齢は20歳前後であり、発達段階としては青年期にあたる。この年代は、発達課題からみてもメンタルヘルスの不調を招きやすく、精神疾患の好発時期でもある。この時期に当事者から自分自身を大切に生きることというメッセージを直接的に受け取ることは看護学生のメンタルヘルスに寄与する。筆者ら²³⁾の先行研究により、看護学生は当事者の語りを聴くことで、自分自身が癒される体験となっていたことが明らかとなっている。このことから、看護学生のメンタルヘルスにとって、当事者の語りを聴くことが効果的であり、当事者が看護学生に語ることは双方のメンタルヘルスに影響を与えると考えた。このような語ることによって得られた効果を当事者にフィードバックしていくことによって、さらに人の役に立つ体験であることを実感することにつながる。そのため、語りの場での直接的なフィードバックとともに、講義後のレポート等からも、語りの与える効果を伝え、誰かの役に立っている感覚を感じてもらえるようにしていくことが大切であると考えた。

4. 共生社会の実現に向けて歩む場

ここでは、本研究の結果から3つのコアカテゴリーの関連について考察する。

3つのコアカテゴリーの基盤として、【自分自身を再構築する経験】になるという当事者の語ることへの意味づけによって、語るという行動が引き起こされ、その行動の結果、語りの場で【自分とつながる人との出会い】が生まれ、当事者と看護学生の相互の理解が深まる。そして、他者に向けて発信することによって看護学生の成長や社会の中での生きやすさにつながっていくなど【社会の役に立てる機会】となる。このことが、さらに語るという行動を強化していくと考えた。そして、この循環を繰り返す毎に、当事者や看護学生の学びや変化と成長をもたらし、当事者のリカバリーが促進されるとともに、地域社会に理解の輪が広がっていくのではないかと考えられた。森川ら²⁴⁾は、「当事者参加授業」が繰り返されることで、その教育効果が増幅・循環し、誰もが「その人らしく生きる」ことの実現が期待できることを述べている。そのため、様々な体験をしてきた当事者が、自分の言葉で語ることを支え、自分のストーリーを発信していけるようにすることが必要であると考えた。

また、当事者が継続して語ることを支え、リカバリーを促進していくためには、自身のストーリーを語るだけで終わらず、その語ることが自分にとってどうだったのか、どのような意味があったのかを振り返って言語化する過程が必要であると考えた。この振り返りをピア同士で行うことによって、当事者は負担がありながらも自身のストーリーを語ることで課題を乗り越えられた感覚、または語ることの繰り返しの中での自身の変化や成長などを実感することにつながる。そこで、やってできた自信や誰かの役に立てたという実感が生まれるとともに、少しずつ変わっていく自身の語りを自覚することになる。萱間²⁵⁾は、自分は回復力を持っていると思えることによって、自分は無力ではなく、状況をコントロールしていけると感じ、自分自身を信じられるようになり、

リカバリーを進める原動力になることを述べている。このことから、ピア同士で語ることを意味を話し合う作業や語ることの振り返りは、当事者が語ることを支えるものであると共に、自身が語ることの効果や意義、そして自身の変化や成長を実感できる。このことが、自分の回復する力を信じることになり、リカバリーの原動力となるといえる。ピア活動は当事者が語るために必要な場所であり、そして、語ることの継続を支え、リカバリーの原動力を生み出す場所でもあることが示唆された。

これらのことから、当事者が看護学生に語ることやそれが継続してできるように支えることは、誰もが地域で共に当たり前に生きることができる社会の実現にむけて不可欠なものであるとの知見が得られた。

5. 研究の限界と今後の課題

本研究により、精神疾患をもつ当事者が看護学生に語ることに對して、どのように意味づけているのかを明らかにすることができた。しかし、対象者が少なく、また研究者のインタビューや分析能力の未熟さから十分な結果が得られているとは言い難い。今後は、対象者数を増やししながら、意味づけについて研究を深めていくことが課題である。また、語ることを繰り返していくことで意味づけに変化があるのか等、語った経験によっての意味づけの違いや変化の過程を明らかにする等、本研究を発展させていくことが課題である。

結 論

本研究の結果、精神疾患をもつ当事者が看護学生に語ることを意味づけとして、以下の結論が得られた。

1. 当事者にとって語ることは、過去の体験を捉え直すことや社会の役に立てる可能性が実感できる機会という意味づけがあり、そのことが当事者のリカバリーを促進すると考えた。
2. 看護学生に対して直接的に語るができる場を設定することで、対面でのレスポンスや看護学生の学びなどの語ることの効果の

フィードバックによって、当事者のエンパワメントにつながる可能性が示唆された。

3. 当事者が語るができる場合は、看護学生と当事者の出会いが生まれ、人としてのつながりができることで、パートナーシップの構築が可能になると考えた。
4. 語ることを意味を実感し、その場のもつ効果が感じられることで、当事者の語るという行動が促進され、語りが継続されるという循環が生まれる。そして、誰もが生きやすい社会の実現の一助となると考えた。

謝 辞

本研究にあたり、快くインタビューに応じてくださった当事者の皆様方、そして多大なるご協力をいただきました一般社団法人の皆様へ深く感謝申し上げます。

利益相反

本研究に関して、開示すべき利益相反はありません。

引用文献 (References)

- 1) 山下貴美子, 伏見正江, 森越美香他. 当事者参加授業を発展させるための取り組み - 母性看護学における当事者参加授業の学習効果 -. *山梨県立看護大学短期大学部紀要*. 2005, 10, 1, p.31-43.
- 2) 石田京子. 形態別介護技術演習 (内部障害) における当事者参加型フィールド授業の教育効果について. *創発*. 2006, (4), 21-29.
- 3) 橋本美香. 当事者参加型授業における教育効果 - 中途視覚障害者の語りと介護学生のレポートの関連性から -. *介護福祉教育*. 2020, 24, 1・2, p.95-104.
- 4) 森越美香, 伏見正江, 山下貴美子. 母性看護学における当事者参加授業学習効果 - 双胎児を持つ夫婦の体験から学ぶハイリスク妊娠の理解 -. *山梨県立看護大学短期大学部紀要*. 2006, 11, 1, p.25-34.

- 5) 本渡葵, 河口麻希, 若松昭彦他. 知的障害者の家族の語りが大学生の意識変容にもたらしたもの - 教育学部生を対象とした授業のアンケート分析から -. *広島大学大学院教育学研究科附属特別支援教育実践センター研究紀要*. **2017**, 15, p.63-69.
- 6) 木浪富美子, 小川徳子. 大学生における精神障害のとらえ方Ⅱ - 参加型学習実践による変化 -. *関西福祉大学社会福祉学部研究紀要*. **2009**, 12, p.81-89.
- 7) 荒木郁緒. 精神障害者に対して支援者側が抱く新たなイメージの形成にむけて. *京都大学大学院教育学研究科紀要*. **2015**, 61, p.53-64.
- 8) 山中まりあ, 森永康子, 古川善也. 精神障害者に対する偏見の研究 - 認知・感情・社会的距離に着目して -. *広島大学心理学研究*. **2018**, 17, p.25-34.
- 9) 大西昭子, 高藤裕子, 野村美紀他. 精神疾患をもつ当事者の語りから得られた学生の学び. *高知学園大学・高知学園短期大学紀要*. **2022**, 第52号, p.79-93.
- 10) 宮本有紀. 当事者主体の実践：WRAPと当事者研究（特集 国際動向をふまえた日本の強みと展望：精神障害リハビリテーションの変遷と現状）. *精神障害とリハビリテーション*. **2017**, 21, 2, p.143-146.
- 11) 栄セツコ. 精神障害当事者にエンパワメントをもたらす公共の語りの場の設計 - 語り部グループ「ぴあの」の実践事例をもとに -. *コア・エシックス*. **2015**, 11巻, p.83-94.
- 12) 栄セツコ. 精神障害当事者の語りがもたらす社会変革の可能性. *コア・エシックス*. **2016**, 12巻, p.89-101.
- 13) 栄セツコ. 早期支援における精神障害当事者の語りの意義 - 当事者の経験に基づく「語り」が地域の生きる力を育む -. *精神障害とリハビリテーション*. **2012**, 16巻, 1号, p.38-42.
- 14) 栄セツコ. 病いの語りによる「つながり」再考：自己とつながり, 仲間とつながり, そして未来とつながる語りの活動. *日本精神保健福祉士協会誌*. **2018**, 49巻, 2号, p.167-170.
- 15) 栄セツコ. 公共の場の語りによる精神障害当事者のエンパワメントの獲得過程とその特徴. - 語り部グループ「ぴあの」の語りの実践から -. *Core ethics*. **2017**, 13, p.73-85.
- 16) 濱田由紀. 精神障害をもつ人のリカバリーにおけるピアサポートの意味. *日本看護科学会誌*. **2015**, 35, p.215-224.
- 17) 金原明子. 精神疾患をもつ人のリカバリー体験の構成要素とその促進因子の検討. **2020**. <https://repository.dl.itc.u-tokyo.ac.jp/record/2005000/files/A37114.pdf> (閲覧日：令和5年9月15日)
- 18) 丸山純子, 栗本一美. 地域で生活している精神疾患在宅療養者がスピーカーズ・ビューローの語り部として語る内容の構造. *新見公立大学紀要*. **2019**, 40, p.159-163.
- 19) 牧野耕次, 比嘉勇人, 甘佐京子他. 精神看護学実習において看護学生が体験したゆらぎのレベルとその判定基準. *人間看護学研究*. **2008**, 6, p.27-37.
- 20) 齋二美子, 石田真知子. 精神看護実習における看護学生の精神障害者及び精神科看護に対する意識の変化と学びの関連. *東北大医保健学科紀要*. **2006**, 15, 1, p.43-56.
- 21) 前掲9)
- 22) 前掲11)
- 23) 前掲9)
- 24) 森川三郎, 中谷千尋, 伏見正江他. 「当事者参加型授業」の教育成果と概念モデルの検討 - 看護基礎教育における新しい教育方法の開発 -. *山梨県立看護大学短期大学部紀要*. **2004**, 10, 1, p.17-30.
- 25) 萱間真美. リカバリー・退院支援・地域連携のためのストレングスモデル実践活用術. 第1版. *医学書院*. **2016**. 東京都.

受付日：令和5年10月17日

受理日：令和6年1月29日

Original Paper

Effects of Lectures given by Patients with Psychiatric Disorder to Nursing Students: A Focus Group Interview of the Patients.

Akiko OONISHI^{1*}, Yui SAKAMOTO², Akiko IZUMI¹, Miki NOMURA²
and Akiko YAMASAKI¹

Abstract: The study was performed to examine the effects of lectures given by patients with psychiatric disorder to students in a training program for health nurses. The thoughts of the patients on the development of their disorder were examined. The subjects were five patients with psychiatric disorder who talked about themselves at a lecture at Junior College A and agreed to participate in the study. A focus group interview of the patients was used to collect data. Three core categories emerged: “experience in redevelopment of oneself,” “encounter with people who are linked to oneself,” and “opportunities to contribute to society,” in addition to seven categories and 25 sub-categories. When patients talked about themselves to students, recovery of the patients was promoted, and empowerment of the patients and mental health of the nursing students were improved through the mutual interactions. Thus, allowing patients with psychiatric disorder to talk about themselves in a secure environment and understanding of the effects and importance of their words are likely to promote a society in which everyone can live more comfortably.

Key Words: psychiatric disorder, narrative, effect, nursing students, education

¹ Kochi Gakuen College, Department of Nursing, *Email: aoonishi@kochi-gu.ac.jp

² Kochi Gakuen College, Advanced Course in Community Health Nursing