

## 報告

### 精神疾患をもつ当事者の語りから得られた学生の学び

大西 昭子<sup>1\*</sup>, 高藤 裕子<sup>1</sup>, 野村 美紀<sup>1</sup>, 坂本 結<sup>2</sup>

**要約**：本研究の目的は、精神疾患をもつ当事者の支援者や病気に対する思い、日常生活等についての語りから得られたX短期大学の看護学生の学びを明らかにすることである。研究方法は、講義終了後に学生が学びを記載して提出したレポートの内容を質的帰納的に分析した。その結果、当事者の語りを通して学生は【地域で暮らす当事者の姿や思い】、【人と人として支え合うパートナーシップの構築の必要性】、【全ての人が共生できる地域づくりの必要性の現実的な理解】、【癒しの時間から得た自身のメンタルヘルスを保つコツ】等の学びを得ることができていた。このことから保健師教育において、精神疾患をもつ当事者の語りを聞く機会を設けることで、日常では出会いにくい対象への理解が深まるとともに、パートナーシップや共生社会を構築するための基盤形成、そして学生自身のメンタルヘルスへの助けになり、専門職者を育成するための貴重な学習機会となると考えられた。

**キーワード**：精神疾患、当事者の語り、学生、学び

#### 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、地域に住む全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。X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、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、看護学科において精神看護学を学び、病棟等での実習を終えている。そして、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。

大学生を対象とした平成17年の調査において、

精神障害者を知るきっかけ<sup>1)</sup>は、メディアが83.6%、次いで学校が58.1%であり、接触体験は19.4%であった。現代の学生は、少子高齢化や地域の関係性の希薄化が進行する社会の中で生活体験が乏しいうえ、根強く残る精神疾患や障害に対する自身または周囲の偏見から、日常生活の中で当事者と出会い、関わる機会が少ない可能性がある。そのような学生は、マスメディアから精神障害に対する知識を得る機会が多くなるが、ニュースとして取り上げられる内容は事件や事故等のネガティブな内容がクローズアップされやすい傾向にある。先行研究では、精神障害者のイメージについて大学生や看護学生を対象とした調査が行われており、マスメディアの影響により、負のイメージが形成されている可能性があることを指摘して

<sup>1</sup> 高知学園短期大学 専攻科地域看護学専攻 \*Email: aonishi@kochi-gu.ac.jp

<sup>2</sup> 高知学園短期大学 看護学科

いる<sup>2)</sup>。一方で、看護学生は講義や実習を通して精神障害者に対する負のイメージが肯定的に変化し、その人個人を捉えることができるようになることが示されている。特に精神障害者とケアを通して直接ふれ合うことができる精神看護実習の効果として、多くの場合は、良いイメージの形成に寄与することが明らかとなっている<sup>3) 4) 5) 6)</sup>。また、実習により精神障害者に対する否定的イメージは軽減されたものの、接触体験により生活上の困難が鮮明になることで自分と身近な内容に関しては否定的なイメージをもつことや<sup>7) 8) 9)</sup>、実習で患者から拒否されたり、無反応であったりすることで援助の方法が分からず、イメージの低下につながった学生もいる<sup>10)</sup>。高須ら<sup>11)</sup>の文献検討においても、否定的なイメージはマスコミの影響が考えられ、実習等により障害ではなくその人そのものに視点が置かれ肯定的に変化するが、距離が近い事柄には否定的態度が変化しないことが挙げられている。さらに、精神障害者に対する偏見においては、偏見が弱い人の属性として精神障害者との接触歴と知識があることが挙げられている<sup>12)</sup>。これらのことから、精神障害者への負のイメージは、疾患や障害に対する正しい知識の獲得と、当事者とふれ合う体験の中で肯定的に変化することが分かった。それと同時に、実習で精神障害者の障害特性や生活の困難さを目の当たりにして、日常生活上では距離を置く傾向があることがうかがえた。

学校現場においては、当事者とふれ合う機会として、看護や医療、福祉系の大学等で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。どれも、当事者参加型の授業によって対象の理解が深まり、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ことが明らかにされている<sup>13) 14) 15) 16) 17)</sup>。特に当事者の直接的な語りや聞き体験は、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。精神保健福祉士の養成課程における木浪ら<sup>18)</sup>の研究では、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、とも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<sup>19)</sup>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<sup>20)</sup>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。看護師養成課程では、精神看護学を学ぶ中で、精神障害者として入院治療等の医療を必要とする人々との関わりが中心になることから、学生が出会う精神疾患をもつ当事者は、支援を必要とする特別な存在として受け止めていることがある。そのため、どのように関わっていいのかが分からずに関わりを躊躇してしまう学生もいることから、保健師養成課程においてはメンタルヘルスの視点で精神疾患患者や精神障害者支援だけでなく、広く人々の心の健康を支える専門職者として視野を広げていく必要があると考えた。

そこで、X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聞き、意見交換する機会を精神保健の授業の一環として設けた。WRAPの考え方を活用してリカバリーに取り組んでいる当事者の語りを聞くことによって、精神疾患や精神障害者が特別な存在ではなく、身近な誰もがなる可能性のある疾患であるとともに、地域で支援する保健師として援助する側される側といった関係性ではなく、パートナーシップの重要性を学ぶ機会となるのではないかと考えた。さらに、このような当事者との交流の体験が学生自身のメンタルヘルスや当事者のリカバリーに寄与できる可能性がある。しかし、当事者活動を行いながら地域でリカバリーに向けて活動している精神疾患をもつ当事者の語りによって、看護師免許を

もち保健師活動を学習している学生が、どのような学びを得たのかについて明らかにした研究は多くない。そこで今回は、地域で当事者活動を行いながら、ありのままの姿で生活をしている精神疾患をもつ当事者の語りから、学生がどのようなことを学び取ることができたのかを明らかにしたいと考えた。本研究では講義終了後に提出されたレポートを用い、X短期大学専攻科において実施した精神疾患をもつ当事者の語りやディスカッションを通して得られた学生の学びについて明らかにすることを目的とする。

本研究によって、当事者の語りを聞く意義が明らかになることで、今後の保健師教育の質の向上の一助になる。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、X短期大学専攻科において、精神疾患をもつ当事者の支援者や病気に対する思い、日常生活の様子についての語りを聞き、意見交換を行った講義において、そこから得られた学生の学びの内容を明らかにすることを目的とする。このことによって、公衆衛生看護学を教授するにあたっての教育上の成果についての示唆が得られ、精神疾患をもつ当事者の対象理解や看護専門職者としての役割意識が深まることによって、今後の共生社会の実現に向けて寄与できるものと考えられる。

## 研究方法

1. **研究デザイン**：質的記述的研究
2. **対象者**：X短期大学専攻科において公衆衛生看護学を学んだ令和3年度の学生22名のうち、研究への参加に同意が得られた者とした。
3. **用語の定義**：本研究における「学び」とは、当事者の語りを聞くことによって、学生が受け取った内容と、その聞いた内容から感じたり、

考えたりしたこととする。

4. **データ収集方法**：講義に参加することで得られた学びを記述したレポートより内容を抽出した。
5. **データ分析方法**：学生から提出されたレポートの内容を質的帰納的に分析し、学びの内容を抽出した。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、研究室で分析を進めた。
7. **利益相反**：研究者と研究対象者は教員と学生の関係であるが、この研究において開示すべき利益相反はない。
8. **研究経費**：本研究に係る経費は研究者の研究費で賄う。
9. **倫理的配慮**

本研究は、令和3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うえで実施した（承認日：令和3年8月25日、承認番号第35号）。対象者に対して、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、研究への参加の有無が成績には全く関係しないこと、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うえで研究を進めた。なお、本研究による研究対象者の心理的負担を防ぐために、研究参加への依頼とデータ分析は、分析対象となるレポートの提出後に行った。さらに個人情報保護の観点から、本研究に関するデータは、研究成果の公表後5年を経過した後に適切に破棄する。

## 結果

### 1. 対象者の概要

本研究への参加に了承が得られた学生22名のうち、地域で生活をしている精神疾患患者に関わったことがある学生は3名(13.6%)で、関わったことがない学生が19名(86.4%)であった。

また、精神疾患患者との関わりで印象的だったことでは、精神看護学実習において精神症状の悪化を目の当たりにして驚きと戸惑いが生じた場面や、対応がうまくいかなかったことから学びを得た場面、自身の関わりによって患者に変化が見られた場面や、迷いながらも関わる中で徐々に患者と関係が築けた場面、自分の知らない患者の背景や姿を知った場面等が挙げられた。

そして、講義前の精神疾患患者に対するイメージでは、〈見た目では分かりにくいいため、周囲も理解しづらく、本人も苦しんでいる〉、〈症状と生活が結びついており、波があるため医療が必要である〉〈関わり方が難しい〉、〈他の人と変わらず、誰でもがなる可能性がある〉、〈人との関係や生活上に困難を感じて苦しんでいる〉、〈障害や生きづらさを抱えながら前向きに地域で暮らしている〉、〈日常や社会生活の中で何らかの支援を必要としている〉、〈偏見によって苦しんでいる〉等、医療や福祉サービスを必要とし、生きづらさを抱えているという支援すべき対象として捉えている一方で、前向きに自分らしく生きているといったイメージをもっていることが分かった。

### 2. 分析結果

分析の結果、精神疾患をもつ当事者の語りから得られた学生の学びとして249のコードを抽出し、30のサブカテゴリー、10のカテゴリーが生成された。

以下、カテゴリーは【】、サブカテゴリーは〈〉で記述する。また、カテゴリーの内容を象徴する代表的なコードは「」で示す。

カテゴリーは、表1に示す【地域で暮らす当事者の姿や思い】、【障害を特別視せずに誰もが同じという実感】、【当事者のもつ力にふれて生まれる

尊敬の念】、【安心して思いを語れる仲間や支援者の存在の必要性】、【個々の症状や特性を医療的側面から理解する重要性】、【その人の可能性を信じ、力を引き出す支援の重要性】、【人と人として支え合うパートナーシップの構築の必要性】、【偏見から生じる当事者の生きづらさへの気づき】、【全ての人が共生できる地域づくりの必要性の現実的な理解】、【癒しの時間から得た自身のメンタルヘルスを保つコツ】であった。

#### 1) 地域で暮らす当事者の姿や思い

地域で暮らす精神疾患をもつ当事者との関わりがほとんどない中で、学生は当事者から直接、現在の生活や今までの生きてきた過程の語りを聞くことで、知識としての学習だけでは得られない〈制度からは見えてこない当事者の地域での姿を知(る)〉ったり、〈今までの認識とは異なる当事者の姿を知る〉ことができていた。そして、今までの講義や実習の中で学んできたことが全てではないと知ることを通して、〈直接会って当事者の思いに耳を傾けることの重要性がわかる〉機会となっていた。

「当事者が利用できる制度は増えてきているが、一方で分断されている感じがあるという話は本人にしか聞けないことなので聞いて良かった」

「障害を受け入れることは難しいと思っていたが、自分の特性を受け入れて、生きていきやすいようにスキルをつけるよう工夫していると聞いて驚いた」

「当事者は、経験したことを具体的に語ってくれ、自分の想像をはるかに超えた内容もあり、講義や実習では分からない現実があるのだと学んだ」

「自分の考えだけでは当事者の気持ちは分からないことに気づき、当事者と会話をして本人の思いや考えを傾聴することが大切であることを学んだ」

#### 2) 障害を特別視せずに誰もが同じという実感

学生は、地域で暮らす当事者を目の前にして話

表1 精神疾患をもつ当事者の語りから得た学生の学び

カテゴリー	サブカテゴリー
地域で暮らす当事者の姿や思い	制度からは見えてこない当事者の地域での姿を知る
	今までの認識とは異なる当事者の姿を知る
	直接会って当事者の思いに耳を傾けることの重要性がわかる
障害を特別視せずに誰もが同じという実感	精神疾患は誰にでも起こり得る身近な疾患であることを理解する
	精神疾患があるだけで特別なことではなく、根本は同じであると理解する
当事者のもつ力にふれて生まれる尊敬の念	当事者の辛さを乗り越えてきた経験の語りから努力を感じとる
	当事者のもつ力を実感する
	前向きに自分らしく生きることを語る当事者の姿に対してリスペクトする
安心して思いを語れる仲間や支援者の存在の必要性	精神疾患を体験したからこそ語り合える仲間の存在が支えになることを知る
	専門職として同じ経験をした当事者同士をつなぐ役割があると考え
	声をかけて支えてくれる存在が身近に必要だと実感する
	安心して相談できる身近な場所と人が不可欠であることを実感する
個々の症状や特性を医療的側面から理解する重要性	症状や障害特性を理解し、悪化を想定しながら関わる必要性を感じる
	人として向き合いながら医療職としての役割を果たす決意をもつ
その人の可能性を信じ、力を引き出す支援の重要性	障害者という枠組みを外し、その人を見て知る必要性を実感する
	精神疾患に関わらず、対象者の可能性を信じる
	当事者のもつ回復の力を信じ、もてる力を引き出す関わりの必要性を感じる
人と人として支え合うパートナーシップの構築の必要性	当事者とともに考え自己決定を尊重して”私の人生”を支える支援が大切であると感じる
	精神疾患があっても一人の人として関係を築きともに歩む姿勢をもちたいと思える
	専門職としての自分を思い描き、当事者への関わりに前向きな姿勢をもつ
	障害の有無に関わらず相互に助け合う関係であることに気づく
偏見から生じる当事者の生きづらさへの気づき	地域や自分の中に存在している偏見と生きづらさに気づく
	看護学を学んでいるが故の先入観に気づく
全ての人共生できる地域づくりの必要性の現実的な理解	障害という垣根を超え、誰もが交流できる場の必要性を実感する
	精神疾患について知り、相互に支え合って障害の壁を取り払う必要性を感じる
	誰もが暮らしやすい地域を作り上げていく必要性を実感する
	共生社会という言葉がもつ意味を理解する
癒しの時間から得た自身のメンタルヘルスを保つコツ	自身のメンタルヘルスについて振り返る機会となる
	当事者の言葉に自分自身が癒され、勇気をもって前向きになれた
	ありのままの自分や弱さを認め、メンタルヘルスをコントロールするための助けを得る

を聞くことで、より身近な存在として実感し、  
《精神疾患は誰にでも起こり得る身近な疾患であることを理解する》ことができていた。そして、当事者の支えとなるものや対処方法を聞き、《精神疾患があるだけで特別なことではなく、根本は同じであると理解（する）》でき、当事者と自分を切り離すことなく、自分事として捉えることができていた。

「精神障害を持っているからと言って何も特別なことはなく、自分たちと同じように暮らしており、同じように関わって良いことを感じた」

「当事者の話から、支えになるものや、してほしい関わり等自分たちが思っていることと同じであり、特別ではないことが印象に残った」

### 3) 当事者のもつ力にふれて生まれる尊敬の念

学生は、当事者が精神疾患に罹患しながらも、自身の障害特性を認め、受け入れ、前向きに当事者活動に取り組んでいることを聞き、《当事者の辛さを乗り越えてきた経験の語りから努力を感じとる》とともに、《当事者のもつ力を実感（する）》していた。そして、自分自身に置き換えて誰にでもできることではないと思えることを実践しようとして《前向きに自分らしく生きることを語る当事者の姿に対してリスペクトする》感情が芽生えていた。

「一人ひとりが精神疾患を抱えながらも社会復帰し、自分らしい生き方を送れるよう努力しているのだと感じた」

「当事者は、自分の特性を理解し、その特性を受け入れて自分に合った生き方で地域と共存していると感じた」

「実際に会って話を聞いたからこそ、学びをくれる人生の先輩だと感じる事ができた」

「周囲との考え方の違いがあっても自分の感覚や自分らしさを大切にすることは誰にでもできる事ではないと考えた」

### 4) 安心して思いを語れる仲間や支援者の存在の必要性

学生は、当事者が同じ疾患をもつ仲間同士でピ

ア活動をしている話を聞き、意見の相違やそれぞれの特性、症状の違いを感じながらも、思いを共有できる《精神疾患を体験したからこそ語り合える仲間の存在が支えになることを知（る）》り、《専門職として同じ経験をした当事者同士をつなぐ役割があると考える》ことができていた。さらに、医療につながるまでの期間、誰にも相談できずに過ごした当事者や、当事者体験をしたからこそ、同じような経験をしている人々の力になりたいという当事者の語りを聞き、《声をかけて支えてくれる存在が身近に必要なだと実感する》ことや、《安心して相談できる身近な場所と人が不可欠であることを実感する》ことができ、保健師として気軽に相談できる存在になるとともに、仲間同士をつないでいく必要性を感じていた。

「当事者は周りに自分のことを理解してくれる人や話を聞いてくれる仲間がいたことで自分の過去を振り返り、これからも目標をもつことができていると感じた」

「当事者がお互いに共感できるような人たちと出会うきっかけを作ることも、重要な支援だと学んだ」

「周りに支えてくれる存在がいることで、自分の悩みや課題を解決でき、安心につながるのではないかと考えた」

「自分のことを話せる仲間を作るのはとても大切なことだと気づくことができた」

### 5) 個々の症状や特性を医療的側面から理解する重要性

学生は、当事者が精神疾患をもっているだけで何も自分たちと変わらないと感じる一方で、今まで学んできた精神看護の知識と合わせながら、看護職者として当事者の一部分である疾患や障害を的確に捉え、《症状や障害特性を理解し、悪化を想定しながら関わる必要性を感じ（る）》ており、《人として向き合いながら医療職としての役割を果たす決意をもつ》ことにつながっていた。

「先入観にとらわれてはいけないが、障害をもっていること、症状によって気分の変動が大きくな

る状況に陥ることがあるかもしれないということは忘れてはいけない」

「当事者と関わる際には人として向き合い、当事者同士の場の提供や薬が合っているかなどの情報を得ながら関わりたい」

「生きづらさは誰もが感じるが、その度合いが当事者にとっては大きなものになり、心身の健康が保てなくなっている状態だと感じた」

「一般的に当たり前だと考えていることも当事者にとっては当たり前でないと感じていることを知った」

#### 6) その人の可能性を信じ、力を引き出す支援の重要性

学生は、「障害ではなく、その人自身を見る」ことや「当事者のもつ可能性を信じる」ことを望む当事者からの専門職者に向けたメッセージを受け取り、「〈障害者という枠組みを外し、その人を見て知る必要性を実感（する）〉」していた。そして、「〈精神疾患に関わらず、対象者の可能性を信じ（る）〉」て関わっていくことで、当事者の将来に向けて多様な道を開いていく必要性や、「〈当事者のもつ回復の力を信じ、もてる力を引き出す関わり必要性を感じる〉」ことができていた。

「障害者という括りを作って分けるのではなく、障害者も一人の人間として捉え、その人自身を見ていくことが大切であると学んだ」

「できていないことだけに焦点をあてて対処法ばかり考えるのではなく、その人のできることに焦点を当てて、もてる力を引き出す関わりが必要だと考えた」

「決めつけることは対象者の可能性を狭めることもあると思うため、一つのことだけ見るのではなく、たくさんの方向から対象者を見るのが重要だと考える」

「身近な存在である専門職者が当事者の可能性を信じることで、心強く、前向きな気持ちになることができるのではないかと感じた」

「保健師は地域の中の専門職の一番身近な存在として、信頼されるよう関係を築き、当事者のも

てる力を信じ、ともに生活を考えていくことが大切だと考えた」

#### 7) 人と人として支え合うパートナーシップの構築の必要性

学生は、当事者の「自分の人生を自分の選択で生きていく」という語りや、「普通に接してほしい」という願いを聞き、「〈当事者とともに考え自己決定を尊重して“私の人生”を支える支援が大切であると感じ（る）〉」ていた。また、「〈精神疾患があっても一人の人として関係を築きともに歩む姿勢をもちたいと思える〉」ようになり、当事者の生の語りから受け取ることができた本当の思いに応えるために、「〈専門職としての自分を思い描き、当事者への関わりに前向きな姿勢をもつ〉」ことにつながっていた。そして、当事者からの肯定的な言葉に励まされる体験の中で、一方的な関係ではなく、自分は支えるだけでなく支えられていることを実感して、「〈障害の有無に関わらず相互に助け合う関係であることに気づく〉」ことができていた。

「保健師は地域の中の専門職の一番身近な存在として、信頼されるよう関係を築き、当事者のもてる力を信じ共に生活を考えていくことが大切だと考えた」

「障害はその人の特性であり、その特性をもちながらもその人なりの生活ができるように、ともに考えていくのが保健師の役割だと考えた」

「支援する側と支援される側というような関係を作るのではなく、人と人の関係を構築し、ともに歩み成長していく仲間のような存在であることが大事である」

「当事者の言葉を聞き、自分は支援者側であると考えていたが、自分自身も誰かに支えられて生活をしていることを改めて理解した」

#### 8) 偏見から生じる当事者の生きづらさへの気づき

学生は、看護学を学び、看護専門職者として正しい知識を得ることで、精神疾患や障害者に対する差別や偏見を実感することなく過ごしている。

また、地域においても当事者と出会うことは少なく、偏見の存在に気づきにくい状況がある。今回、当事者の語りを聞くことにより、根強く残る地域での偏見を目の当たりにし、《地域や自分の中に存在している偏見と生きづらさに気づく》ことができていた。そして、“偏見”や“先入観”について深く考え、自身を振り返ることで、《看護学を学んでいるが故の先入観に気づく》ことができていた。

「地域の中には精神障害についてよくわかっていない人もたくさんいるため、『普通とは違う』という目で見られることが多いのだと知った」

「周囲の人からの偏見や目が当事者にとっての生きづらさや精神的苦痛につながっている」

「障害者としてではなく、普通の地域住民として関わってほしいという当事者の言葉を聞いて、どこか偏見をもって接していた自分がいたと反省した」

「障害者というどどのように接したらいいのか分からなくなり、一歩引いてしまうことがある」

## 9) 全ての人共生できる地域づくりの必要性の現実的理解

学生は、当事者の語りを通して、疾患の有無や障害の有無という枠にとらわれずに、《障害という垣根を超え、誰もが交流できる場の必要性を実感する》ことができていた。そして、その交流できる場で人々が同じ地域住民としてふれ合うことで、《精神疾患について知り、相互に支え合っって障害の壁を取り払う必要性を感じ(る)》、《誰もが暮らしやすい地域を作り上げていく必要性を実感する》等、保健師としてどのような地域を目指していくのかを考えることに至っていた。この過程の中で、《共生社会という言葉がもつ意味を理解する》ことにつながっており、学生は今までの講義等において学んできた“共生社会の実現”を、言葉や知識としての理解だけでなく、自身の現実社会の中で必要であることが実感できていた。

「共生社会を実現するためには、いろんな人と

垣根を越えて関わることができる場が必要である」

「地域の全員が垣根を越えて交流する場を作り、普通の人として接してもらえるような地域づくりを行っていきたいと考えた」

「改めて障害がある人も障害がない人もみんな地域住民であることに変わりはなく、平等でないといけなと感じた」

「当事者と関わったことがないため、よくわからない不安や恐怖から差別や特別な人という目があるのではないかと考える」

「周りの認識を変えていく活動をすることで、みんなが暮らしやすい地域にしていくことが役割として求められる」

## 10) 癒しの時間から得た自身のメンタルヘルスを保つコツ

学生は、当事者のつらく苦しい経験を乗り越えてきた過程や、自分自身の気持ちのもち方、対処方法の話聞くことで、《自身のメンタルヘルスについて振り返る機会とな(る)》っていた。さらに当事者からの学生自身に向けた肯定的なメッセージを聞き、《当事者の言葉に自分自身が癒され、勇気ももらって前向きになれた》り、《ありのままの自分や弱さを認め、メンタルヘルスをコントロールするための助けを得る》ことができていた。

「当事者の話を聞いて、自分がしんどい時にどのような対処をとっているのか振り返ってみた」

「患者さんが良くならなくても自分を責めないでほしいと聞いて、自分のことも大事にしたいと思えた」

「生きづらいつと感じた時には、自分のことを肯定したり、そのままの自分を受け入れたりするようにして、乗り越えて行けたらと思うきっかけになった」

「上手くいかない時には自分も相手も責めずに受け入れ、『今はそういう時期なんだ』と考えるといふ当事者の話を聞いて、また頑張ろうと気持ちが少し前向きになった」



「人に話すことで自分の状況や環境が変わるわけではないが、理解されたと感じることでこんな自分でも良いのだと自分を許すことができると思う」

これらのことから、精神疾患をもつ当事者の語りを通して学生は、【地域で暮らす当事者の姿や思い】を理解することで、精神疾患のあるなしで区別するのではなく、【障害を特別視せずに誰もが同じという実感】を得ていた。それとともに、【当事者のもつ力にふれて生まれる尊敬の念】を抱くことにつながっており、障害という枠組みを外し、地域で暮らす精神疾患をもつ当事者の全人的な理解が深まっていた。また、当事者に対する日常的な支えとして、【安心して思いを語れる仲間や支援者の存在の必要性】や、【個々の症状や特性を医療的側面から理解する重要性】を学んでいた。その上で【その人の可能性を信じ、力を引き出す支援の重要性】を実感したり、【人と人として支え合うパートナーシップの構築の必要性】に気づいたりする等、支援者に求められることや支援に際しての姿勢、立ち位置について学び、そこからさらに看護専門職者として今後の支援を考えることができていた。さらに、看護を学んだ立場としては偏見をもたないという認識が当然であり、現実社会の中で直接目の当たりにすることがなかったが、語りを聞くことで、まだまだ地域に根強く残る【偏見から生じる当事者の生きづらさへの気づき】が生まれ、【全ての人共生できる地域づくりの必要性の現実的な理解】が深まることにつながり、共生社会の実現に向けて寄与できるための素地となる学びを得ていたことが分かった。そして、当事者の前向きな姿をみたり、肯定的な言葉を受け取ったりすることを通して学生は【癒しの時間から得た自身のメンタルヘルスを保つコツ】を学ぶことができていた。このように、当事者による語りは、地域で暮らす当事者の理解だけでなく、当事者から支えられる体験を通して、今後、専門職者として当事者と相互に支え合うパートナーシップを構築するための学びとともに、学

生自身のメンタルヘルスを保つための学びを得ることができていた。

## 考察

### 1. 当事者の力にふれ、深まる対象への理解

本研究の結果、学生は当事者から直接話を聞くことで「今までの認識とは異なる当事者の姿を知る」ことができていた。看護師養成課程の精神看護学実習において、学生は入院している患者のケアを行った経験はある。病棟実習では、症状アセスメントやセルフケアを活かした看護を実施することはできる。しかし、生活体験の少ない学生には患者が退院後にどのような生活を送っているのかをイメージしづらいのではないかと考える。患者が実際に地域でどのような生活を送り、その中でどのようなことを考えながら日々を過ごしているのかは、今回、当事者から直接話を聞くことで初めて知ることが多かったのではないだろうか。船越らは、精神看護学実習前の学生を対象に、当事者参加型授業を含む複数の教材を用いたプログラムを実施した結果、「精神障がい者に対する対象理解を深めるためには、包括的教育プログラムの実施に加えて、実際に精神障がい者と触れ合う経験をもつことが有用であることが示唆された<sup>21)</sup>」と述べている。本研究の対象者である学生は、精神看護学実習を終えているため、主に入院中の精神疾患をもつ患者の理解は、ある程度できていたと思われる。しかし、精神疾患をもつ人が実際に地域でどのような生活をしているのかを当事者から直接聞くことができた今回の経験は、講義や実習からは想像できないものだったと考えられる。このことから、【地域で暮らす当事者の姿や思い】を直接感じとることができ、学生にとって「直接会って当事者の思いに耳を傾けることの重要性がわかる」ことにつながったと推測される。

さらに学生は、当事者の話を聞くことで、【当事者のもつ力にふれて生まれる尊敬の念】を抱いていた。これには、講義を通して、看護ケアを提供する対象としてではなく、自分たちに学びを与え

てくれる存在として、当事者を受け止められたことも影響しているのではないだろうか。葛谷らは、精神障害をもちながらピアサポート活動を行う当事者の授業から、学生が学んだ内容を明らかにした研究で「〔当事者は目標や将来に向けて努力している〕ことや〔当事者は自身の障害を理解し向き合っている〕ことを知り、〈ストレス〉をもつ人として捉えることもできていた<sup>22)</sup>」ことを明らかにしている。本研究の対象者である学生も〈当事者の辛さを乗り越えてきた経験の語りから努力を感じと（る）〉り、〈当事者のもつ力を実感（する）〉していた。精神疾患をもつ人が生きづらさや困難を抱えながらも、前向きに将来に向かって生きる姿を目の当たりにして、学生はその人のもつ力強さを感じ、人生の先輩として尊敬する気持ちが生まれたものと考ええる。

これらのことから、地域で暮らす当事者の生き様にふれる機会は、新たな対象理解の場となり、より一層、専門職者としての能力を培うことにつながっていくと考える。

## 2. 当事者とともに築くパートナーシップ

本研究において、対象者である学生は、精神看護学領域の講義と実習を経験していたが、8割以上の学生が地域で生活する精神疾患患者に関わったことがない現状にあった。また、講義前の学生は精神障害者に対して、医療や福祉サービスを必要とし、生きづらさを抱えている支援すべき対象というイメージをもっていた。

講義後、学生は、自分の人生を自分の選択のもとに生きている当事者の言葉から、当事者は支援を提供する対象ではなく、お互いが成長し合う関係として、【人と人として支え合うパートナーシップの構築の必要性】について学ぶことができていた。つまり、学生は当事者の語りから、対象理解が深まるとともに、「精神障害」という枠組みを取り払い、同じ人として、互いに対等な立場であることを実感することができていた。このような学びには、学生の心を揺さぶる当事者の直接的な訴えが関係していると考ええる。森川らは、当事者が

語る生の体験は、「学生自身の『価値観』を揺り動かし『人間』としての課題を認識させた<sup>23)</sup>」ことを明らかにしている。本研究においても、学生は“普通に接してほしい”という当事者の切実な思いにふれることで、価値観を揺り動かされる体験となり、当事者と支援者が対等な立場にあることの実感を得ることができたと考える。

さらに、対等な立場であることを理解していく中で学生は、当事者との関係性には「支える」だけでなく「支え・支えられる」関係性があり、一方的な支援の提供だけではない相互の関わりが不可欠であることを実感していた。そして、そこでの保健師の役割として、当事者が【安心して思いを語れる仲間や支援者の存在の必要性】に気づき、【その人の可能性を信じ、力を引き出す支援の重要性】について学ぶことができていた。森川ら<sup>24)</sup>は、当事者参加授業の学習成果として、「当事者を包括的に理解し、一方的な援助ではなく当事者の持つ能力を信じて、共に考えていく姿勢」を挙げている。このことから、本研究においても学生は、当事者が思いを語れ、もつ力を発揮して可能性を広げていけるように支え合う関係を築くこと、そして対等な立場で、ともに考えるというパートナーシップのあり方について理解が深まったのではないかと考える。

学生が当事者の生の声から得たこれらの学びは、今後の保健師として支援する際の考え方の土台になるものであると考ええる。そして、支援者としてではなく、お互いに支え合う存在であるという理解が得られたことは、学生一人ひとりの意識の変革へとつながったのではないかと考える。

## 3. 当事者とともに歩む共生社会への第一歩

わが国では、平成28年4月から障害を理由とする差別の解消の推進に関する法律が施行された。この法律では、全ての国民が障害の有無によって分け隔てられることなく、相互に人格と個性を尊重し合いながら共生する社会の実現を目指し、不当な差別的取扱いの禁止や合理的配慮の提供等について、規定されている。板山ら<sup>25)</sup>は、精神障害

者及び精神保健福祉に対する地域住民の思いを調査した結果、地域住民は、精神障害者に対して、障害者を分け隔てず関わり合うことの重要性を述べると同時に、一般論と本音の間には違いがあったことを示している。また、佐藤<sup>26)</sup>による障害者差別解消法施行後の調査では、障害当事者が差別や偏見を感じる場面として、近所づきあいや地域行事等の日頃の生活場面が挙げられていた。これらは障害をもつ人への差別解消についての取り組みがなされていても、依然として日常生活の中で解消できない差別が残っていることを示している。

本研究においても、学生は当事者の話を聞くことで、【偏見から生じる当事者の生きづらさへの気づき】と、地域に根強く残る精神疾患や障害者に対する差別や偏見の存在に気づくことができていた。そして、【全ての人が共生できる地域づくりの必要性の現実的な理解】について、理念上の理想ではなく、共生社会の実現の必要性を実感することができていた。嶋澤<sup>27)</sup>は、精神障害者に対する保健師の支援について、その人らしく自立して生きていくことができるために、地域の中にふと立ち寄ることができる居場所を創る等の支援を挙げている。つまり、生活の場である地域において、障害の有無の区別なく、一人ひとりの住民にとってその人らしくいられる場所があり、そこで支え合うことができることが必要であると言える。本研究においても、地域で生活する当事者の前向きで力強いメッセージを受け、地域における支援を考えるとともに、その人を一人の人（生活者）として、ともに同じ時間を過ごし、ともに歩む共生社会の実現に向けた支援の重要性に気づくことができていた。このように、生活者として誰もが分け隔てなく、地域でともに過ごす時間を共有することにより、お互いを知ることにつながり、地域の中にある偏見が薄れていくのではないかと考える。つまり、疾患や障害の有無に関わらず、当事者も一人の生活者として支援していくことが必要であるという学生の学びが、偏見の是正につながっていくのではないだろうか。

このように学生が、理想と現実のギャップに気づき、そこに蓋をせずに表現できたことは、障害の有無に関わらず誰もが生き生きと生活できる共生社会の実現に向けた率直な議論の出発点となる。そして、根強く残る差別を解消していくための解決策を専門職者として考えていく第一歩になると考える。

#### 4. 学生のメンタルヘルスへの寄与

本研究の結果、学生は当事者の語りから、自分自身のメンタルヘルスに対する学びを得ることができていたことが分かった。学生は語りを聞き、そして当事者と意見交換をしていく中で、当事者のメンタルヘルスの保ち方にふれ、自分と何ら変わらないことを感じるとともに、《自身のメンタルヘルスについて振り返る機会とな（る）》っていた。そのうえで、《当事者の言葉に自分自身が癒され、勇気をもって前向きになれた》り、《ありのままの自分や弱さを認め、メンタルヘルスをコントロールするための助けを得る》ことができていた。精神疾患をもつ当事者の生の声であるからこそ、自身の体験から語られる言葉には重みがあり、学生の心に響いたのではないかと考える。

特に、精神疾患を経験しながらも、困難を乗り越えてリカバリーし、躓きながらも自分なりの人生を歩んでいる当事者の語りから、どんな状況にあっても前向きになれることができるのだという気づきにつながり、学生に勇気を与えていた。同時に、学生自身を認める肯定的な投げかけや、学生が話を聞くことが自分たちの支えになっているという話から、自分でも役に立つことができるという学生の自尊感情を高め、癒される体験になっていたのだと考える。中山ら<sup>28)</sup>は、親子キャンプにスタッフとして参加した看護学生の自己肯定感を高める体験として、「すべての人びとが大切に想われ、認められていることをお互いが実感できるからこそ、キャンプに参加した人、それぞれが『自分は大切な存在である』こと、『自分は価値ある人間である』ことを実感し、その結果として学

生の自己肯定感が高められるのではないかと考える」と述べている。そのため、体験学習ではないが、当事者の語りを聞く講義においても、当事者から認められ、誰もが大切な存在であるというメッセージを受け取ることによって、学生の自己肯定感が高まる可能性が考えられた。

浅野ら<sup>29)</sup>の研究では、アジア4か国の看護学生の自尊感情を比較した結果、日本の学生の平均点が最も低かったことを明らかにしている。このことから、わが国の看護学生は、自己を肯定し、大事に思いにくい傾向がうかがえる。看護専門職者は対人援助職として、自身のメンタルヘルスを整えながら、対象者への支援に携わることが求められる。そのため、精神的な疾患をもつ当事者の声に耳を傾け、自身のメンタルヘルスを整える時間をもつことが、短時間であっても学生のメンタルヘルスに寄与する可能性があることから、看護学生時代の学びとして、必要な時間であったと考える。

このように、当事者による語りは、学生自身のメンタルヘルスを整え、自分を大事に思えることで他者に対しても肯定的に向き合うことができ、支援に前向きになれる効果が期待できることが示唆された。

## 結論

本研究の結果、精神疾患をもつ当事者の語りから得られた学生の学びとして、以下の結論が導かれた。

1. 学生は、地域で暮らす精神疾患をもつ当事者の姿や思いを知り、当事者に対する理解が深まったことが分かった。
2. 学生は、支援者の姿勢として、医療的な側面から疾患を捉えるとともに、当事者の可能性を信じ、その人の強みを支える重要性を学んでいたことが明らかとなった。
3. 学生は、当事者を精神疾患のあるなしや支援する側される側等で区別することなく、対等な立場でお互いが支え合うパートナーシップに対する理解が深まっていたことが分かった。

4. 学生は、地域に根強く残る偏見の存在に気づかされ、本当の意味での共生社会の実現について考えることができおり、差別解消に向けて歩む第一歩としての学びが得られたと考える。
5. 当事者の生きてきた過程を当事者の言葉で知る体験と、当事者からの前向きなメッセージが、学生自身のメンタルヘルスに寄与できることが明らかとなった。

## 研究の限界と今後の課題

本研究は、当事者の語りを聞く講義から得られた学生の学びを明らかにすることができた。しかし、分析能力の未熟さや、その時々で当事者が語る内容によって、学びの内容が異なる可能性があり、十分な結果が得られているとは言い難い。そのため、今後は本取り組みの数年間をまとめて分析していきたい。さらに、今回は学生にとっての学びを明らかにしたが、語る当事者側にはどのような効果があったのかを明らかにする等、本研究をさらに発展させていくことが今後の課題である。

## 謝辞

本研究に関しまして、快くご協力くださいました学生の皆様方、並びに学生の学びのために講義をお引き受けくださいました当事者の皆様方に心より感謝申し上げます。

## 引用文献

- 1) 木子莉瑛, 旭紗世, 西真季江他. 大学生の精神障害者に対するイメージおよび認知度の実態 - 学校教育と接触体験別による検討 -. 熊本大学教育実践研究. 2007, 24, p.83-90.
- 2) 蕪原孝枝. 精神看護学学習前の看護学生が精神障害者像を抱くきっかけ(原因)となった事象 - 社会的事件を報じるマスメディアの分析をとおして -. 看護学研究紀要. 2014, 2, 1, p.21-31.
- 3) 小山内隆生, 山崎仁史, 加藤拓彦他. 精神障害に関する知識が精神障害者のイメージに与える影響 - 医療職を目指す学生調査より -. 作業療法.

- 2009, 28, 4, p.376-384.
- 4) 斎藤秀光, 光永憲香, 齋二美子. 看護学生における精神障害者のイメージの変化について, *東北大学医学部保健学科紀要*. **2007**, 16, 2, p.105-113.
  - 5) 安藤満代, 川野雅資, 谷多江子. 精神看護学実習を通じた精神障害者に対する対人違和感とイメージの肯定的変化. *国際ナショナル nursing care research*. **2013**, 12, 2, p.115-124.
  - 6) 伊礼優, 鈴木啓子, 平上久美子. 精神看護実習における精神障害者に対する学生の認識の変化：精神障害に関する情報源・精神病イメージ調査・社会的距離尺度を用いて. *名桜大学紀要*. **2013**, 18, p.125-140.
  - 7) 高橋ゆかり, 桐山勝枝, 高山千波他. 精神看護学実習における患者への関わりが精神障害者に対するイメージ変化に与える影響. *日本看護学会論文集 精神看護*. **2008**, 39, p.194-196.
  - 8) 伊礼優, 鈴木啓子, 平上久美子. 実習における学生の精神障害者の捉え方の変化 - 精神病イメージ調査と社会的距離尺度を用いて -. *日本看護研究学会雑誌*. **2012**, 35, 3, p.342.
  - 9) 藪田歩, 山下真裕子, 伊関敏男. 精神看護学実習前の看護学生の精神障がい者に対するイメージ. *神奈川県立保健福祉大学誌*. **2016**, 13, 1, p.61-70.
  - 10) 田島瑛子, 下里誠二. 看護学生の精神障害者に対するイメージに影響を及ぼす実習体験. *日本看護研究学会雑誌*. **2007**, 30, 3, p.169.
  - 11) 高須円香, 近藤浩子. 看護学生の精神障害者に対するイメージの形成とその変化に関する文献研究. *日本看護研究学会雑誌*. **2017**, 40, 3, p.397.
  - 12) 櫻井友実, 橋本健志, 四本かやの. 日本における精神障害者に対する偏見の文献検討. *作業療法*. **2020**, 39, 3, p.273-281.
  - 13) 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.
  - 14) 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, p.21-29.
  - 15) 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.
  - 16) 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.
  - 17) 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.
  - 18) 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.
  - 19) 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.
  - 20) 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*. **2017**, 17, p.25-34.
  - 21) 船越明子, 田中敦子, 服部希恵他. 当事者参加型授業を含む複数の教材を用いた教育的介入が看護学生の精神障がい者への対象理解に与える影響. *三重県立看護大学紀要*. **2009**, 13, p.29-35.
  - 22) 葛谷玲子, 石川かおり, 高橋未来. 精神障害をもちながらピアサポート活動を行う当事者による授業の学習上の意義. *岐阜県立看護大学紀要*. **2019**, 19, 1, p.131-138.
  - 23) 森川三郎, 中谷千尋, 伏見正江他. 「当事者参加授業」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.
- 24) 23) 再掲
- 25) 板山稔, 高田絵理子, 田中留伊. 精神障害者および精神保健福祉に対する住民の思いに関する記述的研究. 弘前医療福祉大学紀要. 2013, 4, 1, p. 25-32.
- 26) 佐藤博幸. 障害者差別と合理的配慮の提供の実態からみた障害者福祉の課題 - 「障害者差別解消法」施行下における市民意識調査をとおして -. 新潟医療福祉会誌. 2019, 18, 2, p.23-35.
- 27) 嶋澤順子. 市町村に所属する保健師による精神障害者地域生活支援の内容. 日本公衆衛生看護学会誌. 2016, 5, 3, p. 250-258.
- 28) 中山久子, 菊田文夫, 吉越聖子. キャンパススタッフ体験で高められる看護学生の自己肯定感 - 健康管理の視点から, その要因を探る -. 聖路加看護大学紀要. 2011, 37, p.42-46.
- 29) 浅野均, 小山智史, Puangrat Boonyanurak他. アジア4か国の看護学生の抑うつ, ストレス, 自尊感情, ソーシャル・サポートに関する比較. 佐久大学看護研究雑誌. 2016, 8, 1, p.21-30.

受付日：令和3年10月6日

受理日：令和4年1月26日

---

**Report**

---

**Knowledge Obtained by Students from Talks Given by Patients  
with Mental Disorder**

Akiko OONISHI<sup>1\*</sup>, Yuko TAKATO<sup>1</sup>, Miki NOMURA<sup>1</sup> and Yui SAKAMOTO<sup>2</sup>

**Abstract:** The aim of this study was to examine learning of nursing students at X Junior College from talks given by patients with mental disorder about their daily life and their thoughts on caregivers and mental disorder. A qualitative and posteriori analysis was performed using reports prepared by the students on knowledge obtained from the lectures. This showed that the students learned about “positions and thoughts of the patients as local residents,” “the need to establish partnership for mutual support as a person,” “understanding of the need for development of a harmonious community for all residents,” and “tips on how to maintain their own mental health by taking time for rest and relaxation.” These findings suggest that listening to talks given by patients with mental disorder as part of the education of nurses can deepen understanding of patients who students rarely meet in their daily life, help students develop the basis of partnership and an inclusive society, and maintain their own mental health. This approach may also be an important learning opportunity for development of specialists.

**Key Words:** mental disorder, narrative, nursing student, learning

---

<sup>1</sup> Kochi Gakuen College, Advanced Course in Community Health Nursing, \*Email: aonishi@kochi-gu.ac.jp

<sup>2</sup> Kochi Gakuen College, Department of Nursing

