

Book Review

評者：荒木 学 三重県立看護大学精神看護学助教／精神看護専門看護師

マンガ 精神疾患をもつ人への 関わり方に迷ったら開く本 教えて看護理論家の先輩たち！ 私の役割って何？

原作：中村 創、漫画：水谷 緑／発行：医学書院、2022年12月
定価：1980円（本体1800円＋税10%）



「精神科をイメージする」のを助けてくれる圧倒的なリアリティ

看護大学で教鞭をとっていると、精神看護学を教える難しさについてはつねづね思うところがあります。その理由の1つは、「イメージのしにくさ」にあります。看護の影響、効果や精神疾患はこころの動きであり、目に見えないからです。

学生は臨床体験がないために、まだ体験と知識とを結びつけることができません。だから重要な用語であってただ文字として記憶せざるを得ず、「なるほど」と腑に落とすことが難しい。そうすると脳への刺激が少なくなり、授業でも集中力を欠いてしまい、眠たくなる気持ちもわかります。

「もっとイメージしやすい授業にするにはどうしたらいいか」を私はいつも考えているのですが、このたび本書に出会い、「これは探していた本だ！」と思いました。本書はタイトルにあるように、マンガであることが大きな特徴です。本稿では私の教育経験を振り返りながら、本書をどう活用できるかについて考えていきたいと思います。

▶ 学生のイメージを助ける授業の工夫

イメージは概念の原型であり、人はイメージを用いることで、自分が直接経験したことでなくても、世界を概念的に把握し、理解できるようになります¹⁾。

目に見えない精神看護の世界をイメージしてもらうために、私がこれまで授業において行ってきた工夫を紹介します。

- ①私自身が臨床で働いていたときに体験した事例や、実習をした学生が体験したことを話す。
- ②精神障害をもつ当事者が出演していたり、当事者を描写する動画を観てもらったりして、彼らの体験や思いを想像してもらう。たとえば、映画『ビューティフル・マインド』²⁾や、厚生労働省が上げているYouTube動画「地域生活を送る精神障害者を知ろう」³⁾や、「TED」でEleanor Longdenさんが話した「The voices in my head」⁴⁾などを用いる。
さらに、私自身が自主制作したシミュレーション演習動画を活用する。
- ③学生同士でロールプレイをしてもらう。たとえば、コミュニケーション演習のなかで傾聴や共感、反応の乏しい当事者に寄り添うといったことを学ぶために、患者と当事者、観察者に分かれてロールプレイをする。
- ④言葉だけでは当事者像や伝えたい概念が伝わりにくく感じたときには、今までの自分自身の経験からイメージしやすい場面を選び、そのときの患者さん、看護師、学生の様子を私自身が演じて見せる。

- ⑤イメージするのが困難な状況に関しては、概念図やイラスト、写真、身振り手振りを用いて解説する。
- ⑥学生の生活体験を想起してもらい、それと精神看護の知識をつなげる。
- ⑦精神障害をもつ当事者が書いたマンガ、絵本を紹介したり、読んでもらったりする。一例として、Himacoさんが描いた『統合失調症を患ったお話』⁵⁾と『統合失調症と私』⁶⁾がある。これらは当事者から見える世界、体験を理解するのに役立つ。ほかにも、当事者が自主制作した絵本（自身が生まれてから発症、入院、退院のなかでの家族や医療者との体験を描いたもの）を使用することもある。

同じく、認知症を持つ当事者の視点で描かれたマンガを紹介したり、読んでもらったりする。一例として、『消えていく家族の顔——現役ヘルパーが描く認知症患者の生活』⁷⁾は認知症当事者の世界を知るために役立つ。

こうしたマンガや絵本に出合ったとき、当事者の視点、世界観で知らないことがたくさんあることに自分自身が驚きました。そのとき、マンガや絵本という表現形態は、イメージするという目的のためには大変有効だ^{ひらめ}と閃き、「これは授業で使える！」と大発見したような気分になりました。

▶ 本書のよさを列挙すると

そして今回、著者である中村創さんをとおして、本書と出会うこととなりました。

本書は、精神科に入職した新人看護師の成長物語です。主人公が患者さんとの関わりにつまずくたびに、先輩看護師が看護理論を用いてヒントを与えてくれて、それにより主人公は前へ進んでいける、というストーリー仕立てになっています。

この本のよさを、私はこう感じています。

- ①何といっても、学生や新人が臨床で困る場面のリアリティが非常にうまく描写してある。そのため読む人は、主人公である新人看護師の悩みにコミットしやすく、自分ならどうする、と考えながら読み進むことになります。臨床体験があればなおのこと共感



【図1】（本書p.134より）

しやすいはずですよ。

- ②マンガなので気楽に読み、飽きずに集中力が続く。
- ③敷居が高い看護理論がマンガのストーリーのなかで読めるので、なるほど、こう理解すればよいのかと納得できる。ちなみに本書にはオレム、ペプロウ、トラベルビー、ウィーデンバック、レイニンガー、ロイ、阿保順子、ベナーという8人の看護理論家が登場します。
- ④看護理論にまつわる中村創さんの体験と事例が文章で挿入されているので、理解がさらに深まる。

▶ 授業でこのように活用したい

私が本書を今後の授業や実習にどう活かそうと思っているかを述べます。

まず、講義や演習の前に、該当するマンガのページを指定し、事前に読んできてもらうようにしようと思っています。マンガなので、5～10分もあれば一読でき、忙しい看護学生にも負担が少ないだろうと思うからです。

次に、講義や演習だけでは、イメージするのが困難なこと、たとえば、「統合失調症の人が経験している感覚」を説明したい際に、【図1】のようなマンガを部分的に見せることで、イメージを補助していくことができそうです。患者さんが経験していることをイメージできれば、そこから「じゃあどうすると患者さんは楽になるのか」を学生同士でディスカッションしたり、話し合ってもらえることもできるので、授業がより複層的になるのではないかと思います。



【図2】(本書p.11より)

▶ 学生が感じている困難さがわかる

また、本書は、教員にとっても意義があると思います。それは、「学生がどのような体験をしているのか。どのようなことを考え、悩んでいるのか」についての教員の想像の幅を広くしてくれるからです。

教員は、さまざまな体験、経験を重ねているので、多くの状況に既知感があり、学生の悩みや思考を想像できない可能性があります。でも、学生にとってはすべてが未知なのです。そのことを、マンガをとおして思い出すことができます。学生の困難さをイメージできれば、精神看護を教えるうえでのツボを押さえることができるのではないのでしょうか。皆さんもぜひ、このマンガの主人公を、自分の目の前にいる学生だと思って読んでみてほしいと思います。

▶ 実習前、実習中にこのように活用したい

さらに、実習でも活用すると効果的だと感じます。

学生は精神科病院に対して、緊張だけではなく、恐怖を感じていることもあります。そうしたとき、このマンガを読むことで、学生は精神科病院の雰囲気を感じ、疑似体験できます。ネガティブなイメージは完全にはなくなならないかもしれませんが、緊張や不安を減らすことはできるかもしれません。

実習に行ってからでも、学生は患者さんとの関係でい



【図3】(本書p.27より)

ろいろなことを経験します。[図2]のように、「私は何をしたらいいの?」と実習中に悩む学生は多くいます。また、[図3]のように、自分が提案したことを拒否されて悩む学生もいます。

そんなときに、本書の同じような場面を見れば、学生と教員でイメージが共有でき、「どうしていきとよいか」を話し合うことが容易になり、それにより学生自身が、自分の気持ちをまとめて、「次に患者さんに会ったらこうする」というプランを決められる可能性が高まるようにも思います。

他にも本書の活用方法はほかにもいろいろあるでしょう。精神看護学を教える立場にいる方は、ぜひ手に取られてみてください。

【文献】

- 1) 鈴木規男：人が成長するとは、どういうことか——発達志向型能力開発のためのインテグラル・アプローチ。日本能率協会マネジメントセンター，2021。
- 2) ロン・ハワード監督：ビューティフル・マインド。米国，2001。
ノーベル賞受賞の数学者のジョン・ナッシュ（統合失調症と診断）の半生を描いた実話にもとづいた映画です。
- 3) 厚生労働省：地域生活を送る精神障害者を知ろう。2019。（YouTube）
<https://www.youtube.com/watch?v=cdOC2btAxeM>
- 4) Elenor Longden：The voices in my head. 2013. (TED)
<https://digitalcast.jp/v/17669/>
- 5) Himaco：統合失調症を患ったお話。石田製本，2020。
- 6) Himaco：統合失調症と私。2023. (Twitter)
HimacoさんのTwitter (@M_hytk09) やMedicallookで閲覧可能です。
- 7) 吉田美紀子：消えていく家族の顔——現役ヘルパーが描く認知症患者の生活。竹書房，2020。