

ナラティブ・アプローチを活用した慢性疾患患者の疾病の受容への援助
～モーニング・ワークの評定基準を用いて～
キーワード：慢性疾患、受容、看護、モーニング・ワーク、ナラティブ・アプローチ
○折原浩平（北入院棟5階）

I. はじめに

慢性疾患は、先進諸国において全死亡の約60%を占め、日本のみならず世界共通の健康問題となっている。また、慢性疾患の管理は長期にわたり生活習慣の改善や治療の継続が必要となり、その人の生活や人生に多大な影響をもたらす¹⁾といわれており、慢性疾患を受け入れ、向き合っていくことが必要となる。

心理的援助の中でナラティブ・アプローチという対人接近法が注目されつつある。ナラティブ・アプローチとは、「語る」という行為によりネガティブな考えの物語をポジティブな考えの物語へと変化させ、自己決定力を導き出すケアである。「ナラティブ・アプローチは語り手と聴き手の人間関係を構築し、コミュニケーションや観察といった通常用いる方法では到達できない語り手を理解する可能性を提供する」²⁾とも述べられており、透析導入期の患者に対しては、自己効力感を高め、受容につながるということが明らかになっている。

モーニング・ワークとは対象喪失に引き続き営まれる心理過程のことである。悲嘆が体験されることにより、その中で気持ちの整理が行われていく。今尾は「慢性疾患にかかることは、健康な身体を失うという「身体的自己の喪失」の経験である」³⁾と述べており、慢性疾患患者の受容段階を示す評定基準を定めている。

II. 研究目的

本研究は、慢性疾患の確定診断後の患者の心理変化や受容過程にナラティブ・アプローチを活用した心理的援助が確定診断後の受容へ影響するかを明らかにすることを目的としている。その成果は、慢性疾患の確定診断後の患者の心理変化、受容過程の理解につながり、外来や入院時の心理的援助を行う際の資料となる。

III. 用語の定義

モーニング・ワーク：愛情や依存の対象を、その死あるいは生き別れによって失う体験

ナラティブ・アプローチ：語り手の「語る」話を「物語」として聴く聴き手の姿勢、態度

IV. 研究方法

1. 研究デザイン

事例研究

2. 研究期間

平成30年10月～11月

3. 対象者

腎生検による確定診断後治療を行う患者1名

4. データ収集の方法

腎生検後継続して入院する患者に対し、確定診断時「腎生検を受けるようになった経緯と腎生検を受けて、診断が決まったの思い」、ステロイドパルス療法1クール目終了翌日「治療を受けての変化、思い」、退院前日に「退院後どのような生活をしていきたいか」をテーマとしたナラティブ・アプローチで1回30分程度面談を行った。テーマに関わること以外のことも気にせず話して良いことを説明した。

面接の姿勢は他のナラティブ・アプローチを活用した論文²⁾より抽出した6点に留意し実施した。具体的内容は別紙表1に示す。

V. 分析方法

面接の結果をまとめ、それらを今尾によるモーニング・ワークの各段階の評定基準³⁾に沿って分析した。モーニング・ワークの評定基準については別紙表2に示す。

VI. 倫理的配慮

対象者に研究の趣旨について説明した。その際、研究への参加・協力は自由意志であること、研究への参加・協力の拒否権、プライバシーの

保護について文書と口頭で説明を行い、同意を得た。

VII. 結果

ナラティブ・アプローチの具体的結果は別紙の表3に示す。

A氏は70代女性の患者であり、20代の頃に結核で1年2か月の入院生活を送った。また、40代には甲状腺摘出術を受けており、内服を継続していた。A病院内科がかかりつけであり、定期受診の際に腎機能低下を指摘され、A病院腎臓内科受診となる。腎生検による確定診断後のナラティブ・アプローチでその時の思いを[1]「沈黙の臓器なんていわれているから。今後は透析になるんじゃないかと、不安でしうがなかったです。」と述べており、「①ショック」を感じている。また、[2]「夫が心配性だから、腎臓が悪いことをなかなか言い出せなかった。そのことがきつかったです。」と自身の中で苦悩をしたことも述べられており、「③情緒的混乱」の状態でもあった。しかし、確定診断によりANCA関連血管炎の診断を受けたことについては、[3]「診断を受けることができてよかった。でも逆にA病院がかかりつけで早く見つけてよかった。タイミングが良かったです。不幸中の幸い。」といった前向きな発言も見られており、「④解決への努力」がみられているように感じられる。ステロイドパルス療法1週目終了後のナラティブ・アプローチでは、[4]「入院して治療と食事が変わって、むくみが減りました。家に帰ったら前ははけなかったズボンが履けそう。病気になってみて、入院してみても得たものも多い。家族の優しさ、友人の優しさ。入院して気づけました。」といった治療効果の実感、入院して気づくことができたことなど、前向きな発言が多く見られており、病気によって失ったものだけでなく、得たものにも目を向けるようになるなど「④解決への努力」がみられていた。退院前のナラティブ・アプローチでは、[7]「入院してみても、病気のことがわかってよかったです。夫と息子二人でがんばって暮らしているみたいだから、かえってご飯を作ってあげないと。毎年の旅行も楽しめそう。」といった家庭の中での自らの役割を発揮しようという話や今後の生活の中での楽しみの話を述べておき、「⑤受容・終結」に向かうことができていた。

VIII. 考察

腎生検による確定診断後、治療を行う患者1

名の物語について分析した結果、モーニング・ワークにおける受容・終結まで達することができ、3回の面接を通した中で、受容過程が変化しているという結果が得られた。

腎生検を受ける患者は腎生検後長時間の安静が必要であることもあり、理解力があり自立している患者が多い。そのように自立しておりステロイド治療の副作用も見られない患者は、看護師に自らの胸中の思いを述べることは少なく、看護師としても関わりが薄くなってしまいう傾向にある。しかし、今後人生の中で、慢性疾患と関わっていくことになる患者がどのような思いをもち病気と向き合っているのかを把握することは必要である。近藤らは「患者は病気に対する思いを語ることで、看護師をより身近な存在として受け入れ、信頼を寄せお互いの認識のズレを修正した支援が可能になる」⁴⁾と述べている。このことから、ナラティブ・アプローチは、患者が現在の心理状況を繰り返して語ることで患者と看護師の間での信頼関係の構築につながり、患者がその人らしい生き様を自己決定する解決の手掛かりをつかむための時間を提供することができると考えられる。

「慢性疾患の特徴として初期症状が緩慢であるため、疾患に対する認知と行動の修正が遅れることがある。疾患に対しての認知よりも先に身体的変換を知覚することがある。その場合、心理的衝撃が起こりやすい」¹⁾とある。A氏の場合は、甲状腺摘出後1か月に1回のA病院の定期受診を継続していたため、早期に腎機能の低下を発見することができ、腎臓内科につなげることができた。このことはA氏が疾患に対する認知と行動の修正が今回の入院で同時に行うことができたことを意味しており、面談を重ねるごとに「①ショック」「③情緒的混乱」のネガティブな物語から最終的に「⑤受容・終結」のポジティブな物語まで進むことができた要因であると考えられる。

また、「孤独感とは他者から理解されない固有な感情ではなく、人それぞれに存在するものであり、他者と分かち合えるものであると認識できれば、社会的孤立は徐々に改善することができ、可能性もある」¹⁾とある。A氏自身、テニスやコーラスなど様々な趣味をもっており、入院期間中も友人がお見舞いに訪れていた。[6]「入院して会いに来てくれた友人もステロイドを飲んでいて。私自身以前から薬は飲んでいて、そのことは不安は少なくなった」で語られているように、友人も同じステロイド薬を内服していることは、氏の疾病への孤独感を軽減

させることにつながったと考え、受容に進むことができたと考えられる。

ナラティブ・アプローチで患者と関わることで、患者が語りやすい雰囲気づくり、安心して語ることができるような傾聴の方法の学びとなり、自分自身が行う看護の質の向上につながることができたと感じる。このことは、看護師側に対してもナラティブ・アプローチを行うことで、看護に良い影響を与えることができたと考えられる。

日々の看護の中で今回行ったような時間を確保して、受け持ちの患者に行うことは現実的に難しい現状がある。しかし、吉村らは、「日々の看護ケアの中で短時間でも老化や健康障害をもつ現実をネガティブな物語として表現することは、老いや病に直面する現実の物語をこれからどう生きるかという考え・見方・認識といった信念を助けるケアである」²⁾と述べている。日々の看護ケアの中に5分でも患者の物語を患者とともに共有する時間を取り入れることは、患者自身が慢性疾患と共にこれからどう生きていくかを考える良い機会になるのではないかと考える。

IX. 研究の限界

本研究の限界は、ナラティブ・アプローチの有用性を腎生検による確定診断後治療を受ける患者に限定し、1名のみの研究としたことである。通常腎生検後は一旦退院して外来で確定診断を受けて、その後経過を観察し、ステロイドパルス療法のために再度入院となる。今後は、外来通院する患者の確定診断後の受容過程や今回の事例が老年期の患者であったため、青年期や成人期の患者に対してのナラティブ・アプローチの有用性を検討する必要がある。

X. 結論

1. 腎生検による確定診断後治療を行う患者に対してナラティブ・アプローチを用いた看護ケアを行うことは、患者自身が自己の思いを表出する機会をつくり、ネガティブな物語からポジティブな物語への変化を促し、受容につながる。
2. 看護師が日々のケアの中で短時間でも患者の物語を患者とともに共有する時間を作ることは、看護師と患者間での信頼関係の構築につながる。また、患者が健康障害や病と向き合い、慢性疾患と共にこれからどう生きていくかを考える機会となる。

XI. まとめ

普段の看護場面において、患者の物語を聞く機会は多くない。しかし、今回ナラティブ・アプローチを活用してみて、普段以上に患者との信頼関係の構築をすることができた。また、ナラティブ・アプローチを用いて患者の思いを共に共有することは、患者自身が自らの言葉で語る機会を作り、患者への受容の促進を促すだけでなく、看護師側も患者へのアセスメントを深め、看護師自身が行っている看護の充実につながった。このことから、今後もナラティブ・アプローチを踏まえた患者との関わる時間を少しでもとることで、患者の思いを把握し、それに寄り添うことができるような看護師を目指したい。

《引用文献》

- 1) 鈴木久美、野澤明子ら：成人看護学 慢性期看護、南江堂、43-44、2012
- 2) 吉村雅代、内藤直子：看護ケアにナラティブ・アプローチを導入した老年患者の語りの変化の研究、日本看護科学会誌、Vol24、No4、3-12、2004
- 3) 今尾 真弓：慢性疾患患者におけるモニタリング・ワークのプロセス：段階モデル・慢性的悲観（chronic sorrow）への適合性についての検討、発達心理学研究、第15巻、第2号、150-161、2004
- 4) 近藤淑子、菊池初子ら：慢性疾患患者の病氣受容に関する対処行動の分析、成人看護Ⅱ、第35回、59-61、2004

表1 ナラティブ・アプローチ面接の姿勢

- ①聞き役に徹する
- ②自分が対象と同じ思いであることを伝え安心感を持てるように心がける
- ③対象と同じ感動をしていることを示し共感する
- ④対象のペースにあうたずね方を工夫し明確化を行う
- ⑤否定せず肯定的に理解する
- ⑥物語の利き手としての話の主人公の視点に自分を重ね合わせることで筋を追うように聴く

表2 モーニング・ワークの各段階の認定基準

《Phase I》	
① ショック・衝撃	定義：病気の診断を受けた後の、麻痺、ショック、不安、混乱といった情緒的反応 具体的内容：感情が鈍麻した無関心な状態、「ショック」を意味する表現など
② 否認	定義：病気がそう簡単には治らないらしいということが薄々わかってくることによって起こる心理的な防衛反応 具体的内容：病気を認めようとしなない、奇跡を待望する、病者とみられることに対する反発など
③ 情緒的混乱	定義：現実を否認しきることができず、病気が完治することの不可能性を否定しきれなくなった結果起こる情緒的混乱 具体的内容：精神的な落ち込み・苦悩、外向的・他罰的な感情、内向的・自罰的な感情など
Phase II	
④ 解決への努力	定義：前向きの建設的な努力が主になり、病気を自身の人生の中に統合しようとし始める 具体的内容：病気によって失ったものだけではなく、得たものにも目を向けるようになるなど
⑤ 受容・終結	定義：病気により影響を受けてきたという事実、そしてこれからも受け続けるであろうという事実との和解 具体的内容：社会・家庭の中に新しい役割や仕事を得て、生きがいを感じるようになるなど

表3 ナラティブ・アプローチの具体的内容と受容段階

腎生検診断後

[1]沈黙の臓器なんていわれているから。今後は透析になるんじゃないかと、不安でしょうがなかったです。	ショック・衝撃
[2]夫が心配性だから、腎臓が悪いことをなかなか言い出せなかった。そのことがきつかったです。	情緒的混乱
[3]診断を受けることができてよかった。でも逆にA病院がかかりつけで早く見つかったよかった。タイミングが良かったです。不幸中の幸い。	解決への努力

ステロイドパルス1クール終了後

[4]入院して治療と食事が変わって、むくみが減りました。家に帰ったら前は履けなかったズボンが履けそう。 病気になってみて、入院してみて得たものも多い。家族の優しさ、友人の優しさ。入院してから気づけました。	解決への努力
[5]70歳という年齢もあるんじゃないかな。もっと若かったらもっとショックだったかもしれないけど。私、その前にも結核で長く入院しているからこれくらいかと思っちゃう。	

退院前

[6]入院して会いに来てくれた友人もステロイドを飲んでいて。私自身以前から薬は飲んでいて、そのことは不安は少なくなった	解決への努力
[7]入院してみて、病気のことがわかってよかったです。夫と息子二人でがんばって暮らしているみたいだから、かえってご飯を作ってあげないと。毎年の旅行も楽しめそう。	受容・終結