

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 29 年 6 月 6 日現在

機関番号：32670

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2013～2016

課題番号：25510015

研究課題名(和文)乳がん・子宮がん患者を対象にした「書く」ことでのケア：臨床応用をめぐる縦断的研究

研究課題名(英文)Clinical Application of Caring Through Writing: Survivors of Breast or Uterine Cancer

研究代表者

門林 道子 (KADOBAYASHI, Michiko)

日本女子大学・人間社会学部・研究員

研究者番号：70424299

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,900,000円

研究成果の概要(和文)：「書く」ことがケアとして有効と成り得るのか、臨床応用として乳がん、婦人科がん体験者に行ったセッションプログラムの結果を記述統計やインタビュー調査により考察し、その効果について検討した。プログラムについては「筆記療法」の先行研究や欧州での実態調査をもとに社会学、看護学をはじめとする多領域の研究者で考案し、月に1度6か月間継続した。「書く」ことは、自己を振り返り、内省し、自己肯定感を伴う自己再構築の機会となっていた。さらに、書いたことをグループで話し合うことによって、体験を共有、共感でき、このような場や仲間の存在がまた、がん体験者にとって前向きに生きるための一助となることが明らかになった。

研究成果の概要(英文)：This study aimed to explore the practical effectiveness of using a creative writing session as supportive care for cancer survivors. We conducted six writing sessions to evaluate the practical effectiveness of complementary care for cancer survivors by a quantitative and qualitative descriptive method. The outcomes of the sessions revealed that writing has a meaning in the clinical application of caring. In addition, the post-writing discussion (where the participants discussed the content of the writing) presented the participants with the opportunity of sharing their experiences and empathizing with each other. All the participants felt rejuvenated after the sessions.

研究分野：ケア学(医療社会学)

キーワード：「書く」こと ケア クリエイティブ・ライティング 筆記療法 がん 臨床応用 補完療法 がん体験者

1. 研究開始当初の背景

「ケア」の時代である。「ケア」については多義的に用いられ、明確な定義はない。そこで、「相互性」を意識したメイヤロフ (Mayeroff 1971; 1987) などを参考に「ケア」を「その人が成長することと自己実現を助ける支援」と捉え、「書く」ことがケアとして有効と成り得るのか、臨床での検証を行った。

この臨床実践には、がん闘病記の研究を通してナラティブ・アプローチに関わり、「書く」ことの意味や意義について追究、論証してきた社会学の研究者 (研究代表者門林：筆者) と臨床に関わりがん患者の苦痛緩和の介入などで実績をもつ医学・看護学、心理学の研究者らが多領域の「ケア学」で協働した。

「書く」こと (Writing) によるケアは、Expressive Writing (筆記表現法)、Therapeutic Journaling などの分野で、とりわけ心理学領域でストレスフルな体験を克服、緩和する方法として用いられてきた。「書く」ことのセラピー効果にいち早く言及したのはアメリカの心理学者ペネベーカーである。ペネベーカーは、1970年代後半に、感情表現が回復に及ぼす効果の研究を始め、統制群を設けたいくつかの研究から感情を書き綴ることが明らかに健康に役立つことを実証した (Joseph 2011; 2013)。

がん患者への「書く」ことでのケアは、筆者のヨーロッパでの実態調査によると、Creative Writing としてもその意義が認められ、テーマに基づき自由に書き綴ることが内面を引き出す効果をもつとしてがん患者のサポートやホスピスでのデイケア・プログラムとして取り入れられているが日本においては、管見した限り見当たらない。

臨床領域でのナラティブへの注目は近年益々高まっている。「書く」ことについて、筆者は1963年から2009年までに出版された550冊のがん闘病記をもとに質的調査を行い、自己の再構築ができ、自己肯定感をもたらす効果を明らかにしてきた (門林 2011)。

2. 研究の目的

多数のがん闘病記を分析し、「書く」ことの意味を論証した後、「書く」ことで自らの再構築を促し、自己肯定感をもたらすようなケアにつながるとすれば、臨床でがん治療をめぐるひとつの補完療法として用いることができるのではないかと、さらに、書いた後にディスカッションを行って書いたことを参加者で共有するという新しい援助モデルを構築することで患者のケアに有効なメソッドをもたらせるのではないかと考えた。

本研究はがん闘病記の社会学的研究を起点にし、看護学、医学、心理学と文系理系の垣根を超える多分野の研究者が学際的に協働するというユニークな試みで、まさに複眼的な視座が求められる「ケア学」の発展にも寄与する可能性を包含するものにとらえた。

3. 研究の方法

筆者らは、2013年5月から2014年2月までの間に、Therapeutic Journaling や Creative Writing についての関連文献を読み、その有効性をさらに確認、論議するところから始めた。理論的な検証を重ねつつ、海外のホスピスなどを訪ね実態調査を行い臨床応用に向けて準備した。セッションについてはペネベーカー等の先行研究やアイルランドやイギリスでの実践例を参考にグループセッションの全体構成を設定し、乳がん・婦人科がん体験者の状況を理解している医師・看護師とともに、プログラムの順序性・時間・休憩などを具体的に検討して参加者に過負荷にならないよう配慮した。

その後、筆者らが所属する2大学での倫理審査承認後、乳がん・子宮がん体験者のZ会を通し、研究への協力者を募る説明会を実施した。その際に研究目的や意義、研究期間、研究協力は自由意思であり、途中での協力撤回が可能なこと、匿名性の確保やデータの管理と保管、研究成果の公表等を明記した厚生労働省の「臨床研究に関する倫理指針」を遵守、研究責任者の責務等に言及した「説明文書」を作成し配布した。書面による同意を得た人々に2014年10月から2015年3月まで月1回計6回のセッションを行った。

セッションは次のような過程で行った。

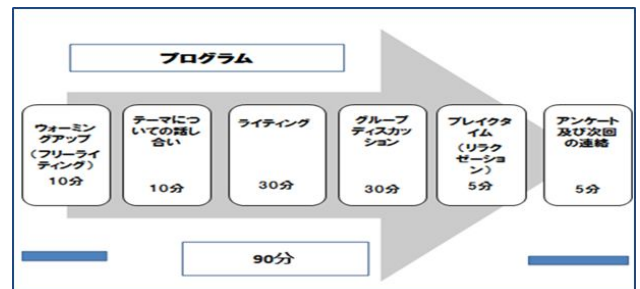


図1 セッションの過程

当初協力対象に考えた子宮がん体験者はおらず、協力者は乳がん体験者4名と卵巣がん体験者1名で、計5名であり50歳代が4名、70歳代が1名であった。

「書く」ことの意味や、このセッションの効果を検証するために記述統計や質的調査を行った。具体的には毎回会の最後にアンケート調査を実施し、全セッション終了後には個別インタビュー調査を実施した。アンケート調査では5段階評価による4つの設問や、「なぜそう思うのか」の具体的な理由、会の感想等を尋ねた。インタビューはプライバシーを保護し、倫理的配慮を行うことを改めて個々の協力者に説明し、同意を得た上でインタビューガイドに基づく半構造化面接によって個々に40~60分間行った。インタビューの内容は、研究で主目的にした「書く」ことの効果を探る質問他、先行研究や実態調査での実践例を参考にした。

4. 研究成果

(1) アンケートの結果

4つの設問について5段階評価での回答を得た。5名の協力者によるアンケート結果(平均値)を図2にまとめた。1.「書いたことに意味があったか」については、3.7から4.4、2.「今日のテーマはどうであったか」は、3.25から4.5、3.「グループで話したことは意味があったか」については、3.75から4.6、4.「会を終えて自分は変わったか」は、2.75から4.6であった。

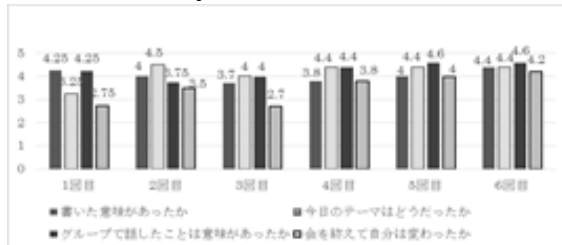


図2 毎回のアンケート結果

回を重ねるごとに全体的評価が高まっていく傾向がみられた。また、「書く」ことに明確な動機をもってこのセッションに参加した人ほど、書くことをはじめ、評価全体が高いと考えられた。

「書く」ことについて、アンケートの自由記述欄から抽出できたカテゴリーは、「思いの整理」「過去を振り返るきっかけ」「自分の気持ちと向き合う」「気持ちが軽くなる」「気づき」であった。「気づき」では、「今の自分の大切なことはなにかを再確認する」「命の大切さや前向きに生きることの重要性を感じる」機会ともなっていた。

セッションのテーマについては、初回のテーマ以外は、毎回、協力者が議論して選んだ。「昔懐かしい味」など身近なテーマが好評であり、その後のディスカッションも活発に行われた。テーマを協力者たちが自主的に自由に選んだのも、協力者間での共感や親密性の構築につながったと考えられる。段階的な自己開示が行われたことで他者理解を深め、親密性を醸し出す一歩になった。

「グループで話し合ったことは意味があったか」については、終始評価が高かった。「会を終えて自分は変わったか」については会の後半になって少しずつ変化が現れていた。

(2) インタビュー及びアンケート結果からいえること

「書く」ことは患者の内面にあるものを引き出し、一歩前に踏み出すことにつながり、重い気持ちの軽減、命の大切さや前向きに生きることの重要性を感じる機会になっていた。筆者が前著で論証(門林 2011)したように、書くことによって自己との対話が行われ、自己を反省的にとらえるなかで自己肯定をとまなう新しい自分 自己の再構築がなされていた。さらに書いた内容をメンバー間

で共有し、話し合うことで共感し、エンパワメントとなっていた。この会を終えて、それまで否定的にとらえていたことを再確認し次につなげることができるなどの新しい変化がうかがえた。

(3) 本研究の成果と今後の課題

本研究では、「書く」ことの臨床応用での検証を行い、そのケアとしての有効性が示唆されたことでがんをめぐるひとつの補完療法としての可能性を見出せたと考える。さらに、書いた後にディスカッションを行ってメンバー間で話し合うという新しい援助モデルの提起をも行えたのではないかと。「書く」ことの意義の再確認と、体験を共有し語り合う場の存在がケアとして有意義であることがこの研究で実証できた。

しかしながら本研究は、協力者が乳がん、婦人科がん体験者わずか5名という限られたなかでの実践であり、女性のみを対象にしたものであった。したがって、この試みをがん患者への補完的ケアとして構築していくにはさらなる実践、検証が必要である。

書くテーマをどのように選ぶか。テーマによっては自己を振り返るなかで、過去の辛い思い出などが想起され、負の感情が引き起こされる可能性もないとはいえない。そのような場合にどう対処するか。本研究では全セッションに医師が加わるということもできたが、より具体的な検討が求められる。

(4) その他

『保健医療社会学論集』(第28巻1号)に成果を総論的にまとめた論文が掲載、ほか、インタビューやアンケートの結果、プログラムの評価等について、ISA(世界社会学会:2016年7月,ウィーン)やEAPC(ヨーロッパ緩和ケア学会:2015年5月,コペンハーゲン)、EAFONS(東アジア看護研究者フォーラム:2014年3月,台北、2015年3月,日本)、日本死の臨床研究会(2016年10月)等、国内外の学会で発表した。

さらに本研究とその成果の一部は、2017年2月、読売新聞(2月1日夕刊) The Japan News(2月24日)に相次いで、記事として取り上げられた。

下記成果報告には、この研究のもととなった「がん闘病記の社会学的研究」についても書くことの意味について論じたものや英国での調査報告など、本研究に関係するような内容であれば含めている。

引用文献

Mayeroff, M., 1971, *On Caring*, Harper & Row, Publishers, Inc.(=1987, 田村真・向野宣之訳『ケアの本質 生きることの意味』ゆみる出版.)

Joseph, S., 2011, *What Doesn't Kill us*, Basic Books(=2013, 北川知子訳『トラウマ後

成長と回復』筑摩書房。)pp. 216-219

門林道子, 2011, 『生きる力の源に がん闘病記の社会学』青海社.

5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

[雑誌論文](計 9件)

門林道子, なぜ病いを「書き」「語る」のか 闘病記がもたらす個人と社会の相互作用, 看護研究, 医学書院, vol. 50, no. 3, 2017, 191-197 (査読無)

門林道子, 城丸瑞恵, 仲田みぎわ, 佐藤幹代, 「書く」ことでのケア 乳がん・婦人科がん体験者への臨床応用の試み, 保健医療社会学論集, 日本保健医療社会学会, 第28巻1号, 2017, (査読有)

門林道子, 闘病の一手段 小酒井不木と探偵小説, 薬学図書館, 日本薬学図書館協議会, Vol. 62no. 1, 2017, 16-20 (査読無)

門林道子, 闘病記の誕生, 薬学図書館, 日本薬学図書館協議会, Vol. 62no. 2, 2017, 77-81 門林道子, 病いに打ち克った正岡子規, 薬学図書館, 日本薬学図書館協議会, Vol. 61, no. 4, 2016, 203-207 (査読無)

門林道子, がん闘病記の社会学 患者の声を聴く, 医学哲学・医学倫理, 日本医学哲学倫理学会, 第34号, 2016, 59-63 (査読無)

門林道子, 「闘病記」とはなにか, 薬学図書館, (日本薬学図書館協議会) Vol. 60 no. 4, 2015, 260-266 (査読無)

門林道子 (訳), Linda Cairns, Caring with Confidence, 英国の緩和ケアラー支援の取組み, 緩和ケア, 青海社, 2014, 463-468 (査読無)

門林道子, がん闘病記にみる5つの語り 死の受容と排除をめぐって: 特集「老・病・死の社会学 『生きる意味』の在処」, 三田社会学, 2013, 40-60 (査読無)

門林道子, セントクリストファーホスピスの現在, 緩和ケア, 青海社, 23巻9号 2013, 402-405 (査読無)

[学会発表](計 12件)

門林道子, 乳がん体験者が闘病記を書き出版する動機(城丸瑞恵・いとうたけひこ・佐藤幹代・仲田みぎわ・水谷郷美「患者の語り」に耳を傾けることの必要性和可能性 乳がん体験者の語り」に焦点を当てて」, 第

36回日本看護科学学会学術集会交流セッション, 東京都, 有楽町国際フォーラム, 2016年12月10日・11日

門林道子, 城丸瑞恵, 仲田みぎわ, 佐藤幹代, 親密性の構築 乳がん・婦人科がん体験者への「書くことでのケア」臨床応用を通して, 第40回日本死の臨床研究会, 2016年10月8日・9日, 札幌市, 札幌コンベンションセンター

Michiko Kadobayashi, Mizue Shiromaru, Migiwa Nakada, Mari Honma, Mikiyo Sato, Takehiko Ito, *Clinical Application of Caring for Cancer Survivors through Writing to Originated a Sociological Study*, 3rd ISA (International Sociological Association) FORUM (世界社会学会フォーラム), オーストリア, ウィーン, ウィーン大学, 2016年7月10日-14日

Michiko Kadobayashi, Mizue Shiromaru, Migiwa Nakada, Mari Honma, Mikiyo Sato, Takehiko Ito, *Program Evaluation for Cancer Survivors on Clinical Application of Writing*, 19th EAFONS (East of Nursing Schol ars), 日本, 千葉市, 幕張メッセ, 2016年3月14・15日

門林道子, 患者の声を聴く がん闘病記の社会学, 「私の病い、あなたの病い、病いの当事者性を考える」シンポジスト, 日本医学哲学・倫理学会第34回大会, 新潟市, 新潟大学, 2015年11月8日

本間真理, 門林道子, 城丸瑞恵, 仲田みぎわ, 佐藤幹代, いとうたけひこ, 「書くことによる」がんの癒し介入研究 リハビリ体操の試みについて, 第95回日本医学会第32回北海道リハビリテーション地方会, 札幌市, 2015年9月5日

門林道子「『闘病記』という名称の一元化 歴史社会学的一考察」日本看護歴史学会第29回学術集会, 札幌医科大学, 札幌市, 2015年8月22・23日

Michiko Kadobayashi, Mizue Shiromaru, Mari Honma, Migiwa Nakada, Mikiyo Sato, Takehiko Ito, *From "Sociological Study of Tobyo-ki" to "Clinical Application of Caring Through Writing"*, 14th EAPC (World Congress of the European Association for Palliative Care) (第14回ヨーロッパ緩和ケア学会世界会議), デンマーク, コペンハーゲン, 2015年5月8-10日

Michiko Kadobayashi, Mizue Shiromaru, Mari Honma, Migiwa Nakada, Mikiyo Sato, Takehiko Ito, *Why Do Authors Publish*

*Their Own Tobyoko-ki? :Focus on Books
Written by Breast Cancer Patients*, 18th
EAFONS (East Asian Forum of Nursing
Scholars), 台湾, 台湾大学, 2015年2月5・
6日

門林 道子, 闘病記を書くことの意味, (い
とう たけひこ・小平 朋江・城丸 瑞恵・仲
田 みぎわ・佐藤 幹代・森田夏実・和田恵美
子・水谷郷美, 「患者の語り Web サイト・闘
病記・手記・ナラティブ教材と患者体験学を
展望して」, 第34回日本看護科学学会(名古
屋市)学術集会 2014年11月29日・30日

Michiko Kadobayashi, Mizue Shiromaru,
Mikiyo Sato, Mari Honma, Migiwa Nakada,
Takehiko Ito, *Characteristics of
Tobyoko-ki Written by Breast Cancer Patients
and Meaning of Writing for Authors*, 17th
EAFONS(East Asian of Nursing Scholars),
マニラ, フィリピン, 2014年2月20・21日

門林 道子, 闘病記を書くことの意味 ナ
ラティブ論からのアプローチ, 学会招聘講
演第37回日本死の臨床研究会, 島根県, 松
江市, 2013年11月2日

〔図書〕(計 1件)

門林 道子「闘病記に現れる死別 悲嘆と
レジリエンス」『死別の社会学』有末賢・澤
井敦編) 2015, 青弓社, 82-117

〔その他〕

新聞掲載

*Writing helps patients face down cancer:
Study points to therapeutic benefits of
disease journals*, Japan News(読売新聞社
発行英字新聞)2面, 2017年2月24日

気持ちを整理 病と向き合う 女性がん
患者「書く」ケア効果, 読売新聞夕刊 8面,
2017年2月1日

6. 研究組織

(1) 研究代表者

門林 道子 (KADOBAYASHI, Michiko)

日本女子大学・人間社会学部・学術研究員
研究者番号: 70424299

(2) 研究分担者

城丸 瑞恵 (SHIROMARU, Mizue)

札幌医科大学・保健医療学部・教授
研究者番号: 90300053

仲田 みぎわ (NAKATA, Migiwa)

札幌医科大学・保健医療学部・講師
研究者番号: 50241386

佐藤 幹代 (SATO, Mikiyo)

自治医科大学・看護学部・准教授
研究者番号: 00328163

伊藤 武彦 (ITO, Takehiko)
和光大学・現代人間学部・教授
研究者番号: 60176344

本間 真理 (HONMA, Mari)
札幌医科大学・医学部・助教
研究者番号: 9042780