

**精神看護の教育と
実践において
精神障害の闘病記を
活用する意義**

小平朋江

(聖隷クリストファー大学)

伊藤武彦

(和光大学)

2009年11月28日

第29回日本看護科学学会学術集会 示説
幕張メッセ国際会議場 幕張イベントホール

闘病記とは何か

- 最近では、公立図書館による闘病記文庫の設置や、インターネットによる闘病記の検索システムが知られ活用されるようになってきた。それらのホームページを手がかりとして、闘病記の定義や図書館が判断基準としている闘病記収集のガイドラインを探ってみた。
- 公立図書館が闘病記文庫を設置することで、情報発信や検索の役割を果たすようになってきている。たとえば、NHK解説委員室ブログ(2008)によれば、鳥取県立図書館は闘病記文庫を持つ図書館のモデルケースとして期待されているという。このような闘病記文庫を開設する公立図書館などは、ホームページの中で闘病記とは何か、定義を掲げている。鳥取県立図書館(2008)は「闘病記とは患者が病気と闘った手記」としている。大阪市立図書館(2008)は「闘病記とは病気と闘った人々の手記」と定義している。また、「闘病記ライブラリー」というインターネットによる闘病記の検索システムを構築している健康情報棚プロジェクト代表の石井(2007)によれば、闘病記は「重要な医療資源」と考え、闘病記を収集する時のガイドラインは「病と闘ったプロセスを綴った手記」と規定している。

闘病記などの記録の研究史

- 看護系の学会などでは、患者自身が実名で病いの体験を執筆し、出版物として世に発表された闘病記や体験記、手記を対象とした研究も見られるようになってきている。
- 心理学の分野では、著名な人物の伝記を分析の対象とする研究手法は、伝記研究、伝記分析などと呼ばれて、主に青年心理学の分野で研究が進んでいる(西平,1996;大野,1998)。また、この分野では、“ひとはなぜ犯罪をするのか”ではなく“ひとはなぜ犯罪をしなくなるのか”を焦点として、大平光代、赤井英和など一般の人々にも馴染みのある著者たちが書いた自伝を対象としてライフヒストリーの分析をおこなった、非行からの少年の立ち直りに関する研究がある(白井ほか,2000; 2001; 2002; 2003; 2005)。

精神障害の闘病記の特徴

- 闘病記や手記は、病気について知りたいと思っている当事者だけでなく、援助者である看護師にとっても、看護を学ぶ学生にとっても、そして看護学教育に携わる看護教員にとっても、貴重な資料を提供してくれ、当事者と援助者が、ともに学びを得られるものである(山口・和田, 2008)。統合失調症などの精神障害は、当事者は豊かな体験世界を持っているにも関わらず、その病気の症状や障害の特徴のために、その豊かな経験が人々に分かるように伝達することに困難を抱えている。
- しかし、彼らの病状が落ち着いたときに物語られる内容は、こころの病いとどのように向き合いつき合ってきたか、その知恵は一般の人々にとっても共有したい内容であり、それは我々人類の財産である。
- 今日のストレスが多い社会において、誰もが患う可能性のあるこころの病いであると考えれば、なおのことである。

【目的】

- 大阪市立図書館(2008)の定義では闘病記とは「病気と闘った人々の手記」である。山口・和田(2009)が闘病記を看護教育に活用しているように、精神障害者の闘病記も精神看護教育に活用可能であろう。
- 小平・伊藤(2008)は、読みやすい内容であることや、新聞やテレビなどでも紹介されているもの、一般の書店などですぐに入手できるものという観点から、精神障害の闘病記を収集しその内容を分析・検討している。
- これら先行研究をふまえ、闘病記が精神看護学の教育と実践にとってどういう意義を持つかを明らかにすることが本報告の目的である。

【方法】

- 日本語で書かれた精神障害に関する闘病記を収集し、どのような語りがおこなわれているかの内容をふまえ精神看護の教育と実践に対する応用可能性を分析する。研究対象は以下の4種類の闘病記である。
- 1) 古川奈都子、松本昭夫による統合失調症の物語り。
- 2) うつ病になった精神科医師である蟻塚亮二の物語り。
- 3) 藤崎麻里によるアルコール依存症の克服 「溺れる人」の物語り。
- 4) 細川貂々、中村ユキ、吾妻ひでおによる、マンガで綴られる病い(うつ病・統合失調症・アルコール依存症)の物語り。
- 分析方法は、西平(1996)の伝記研究における個別分析の手続きによる。
- 【倫理的配慮】出版物の分析にあたり著作権を尊重する

結果： 1) 古川奈都子、松本昭夫による 統合失調症(精神分裂病)の物語り

- 統合失調症の闘病記関連でまず触れておきたいのは古川奈都子の著作である。古川はこれまでに3冊出版している(古川, 2001; 2004; 2006)。最初の本である古川(2001)のタイトルは『心を病むってどういうこと? 精神病の体験者より』で、自分自身が統合失調症(精神分裂病)という心の病いに向き合っの体験を書いたものである。次の、古川(2004)のタイトルは『心が病むとき心が癒えるとき仲間たちの体験から』で、精神障害を抱える当事者の仲間が書いた原稿を集めたものである。3冊目の古川(2006)は『心を病む人と生きる家族』というタイトルで、精神障害を抱える家族の思いを集めたものである。
- 古川(2001)の『心を病むってどういうこと? 精神病の体験者より』は、「心の病を持つ人のことを知ってください」ということから書き出される。そして、統合失調症という病気をどのように理解したらよいか当事者の立場から述べている。

たとえば古川(2001)の中にある、「精神病には、完全に治った状態ではなく、発病前のようにもどるのではなく、発病前とは全く違う別の状態で、なんとか社会生活が営める状態になることを『寛解』という言葉で言う。『寛解』したとは、自分自身が大きく成長した、飛躍したということです」という記述は当事者からの観点から述べられている。この寛解という言葉の意味などは一般の人々には捉えにくい専門用語である。ニュースや新聞(朝日新聞朝刊2008年7月8日)でも話題になったが、国立国語研究所が市民アンケートを行い、患者が分かりづらい医師の言葉100語を選んだ中にも登場する言葉である。しかし、古川によれば、この難解な「寛解」という用語が病いの体験を踏まえて非常に鮮やかに、かつ分かりやすく述べられる。この古川の説明は、臨床的にも現実味のある説明で、当事者が自分の病いにつき合うということは、こういうことなのであろうと納得させられる。同時にこの説明の鮮やかさの背景には、病いを得たことで計り知れない苦悩の体験があったということも伝わってくる。また、症状に支配されると、本人(患者)の訴えが周囲の人たちに理解できない内容になることもあるが、そのような、わけの分からない訴えに対しても、気持ちを聴くことの大切さや意味が書かれており、言葉のやりとりの実際の例まで記述している。当事者の身近な家族や周囲の人々にとっても、病気を抱える人たちとどう関わったらいいかのヒントがたくさん見られる。

- 古川(2004)の『心が病むとき心が癒えるとき 仲間たちの体験から』には、書き手は古川を除いて20人の仲間達が登場する。病名も統合失調症、パニック障害、うつ病などはっきりと自らの病名を書いてある人もいる。中には発症時、精神科の看護師をしていたという人もいる。幻聴などの病的体験や、精神科の治療薬の副作用で苦しんだ体験も書かれている。病気を抱えながら、発症前の状態に戻ることを目標に生きるのではなく、自分の弱みと上手に折り合いをつけ、生き抜いている姿が伝わってくる。中には、病気や障害を得ることで初めて分かることもある、というプラスの意味づけをしている人もいる。苦労して自分なりの居場所を見つけていくプロセスを書いている人もいる。また、偏見の問題にも触れられており、それは社会の側だけの問題だけではなく、当事者自身が抱えている精神障害に対する偏見の問題と向き合うことの大変さも克明に記されている。発症時、精神科の看護師をしていた人の「自分自身が精神科の看護婦であったために、余計にひどい偏見を持っていたことに気がついた」という記述は、偏見の問題の本質を突いているとも言えよう。

統合失調症の体験記

松本, 1981/2001; 1997; 2004)。

- 『精神病棟に生きて』(松本, 1981/2001)は、大学生時代に統合失調症を発症してから長年の月日が経過したのちまとめた本である。彼は早稲田大学文学部仏文学科を卒業し、仕事も持ち、その後結婚もしている。まだ病気という自覚も無い発症の頃の幻聴や病的体験は非常に生々しく描かれており、さらに発症以前をもさかのぼり、ふりかえる記述もしている。また、精神病棟への入院経験に基づいて記述される入院生活もリアルである。服用している向精神薬の内容や副作用の体験にも触れている。これらの記述は患者の目線からのものであり、援助する立場の目線とは当然まったく質の異なるものである。父親と弟も統合失調症ということで、家族が精神医療の歴史を生き抜いてきている。松本の妻も統合失調症を患い、保護室に入った経験や電気ショック療法を受けた経験がある。その妻によれば、電気ショック療法はみちがえるように心がすっきり晴れるという記述まである。
- また、『精神病棟に生きて』(松本, 2004)の最後には、精神科医の岩波明(岩波, 2004)の文章が掲載されている。岩波の意見では、松本はむしろ非定型精神病だったのではないかとの診断をしており、そのために社会的適応が比較的良好だったと述べている。確かに文中では、病名変更をめぐる出来事をはじめ精神医療の歴史も捉えられている。それゆえに、記述される内容は克明であり生々しく、この病いを抱えて生きることが、いかに過酷なことかを物語ってくれている。

統合失調症の代表的な症状である 「幻聴」をめぐる体験

- 統合失調症の代表的な症状である「幻聴」をめぐる体験に注目して、闘病記から探ることにも大きな意味があるだろう。発症時、古川(2001)は「あとあと分かった幻聴というもの」、松本(2004)は「私は頭をかしげ、これは一体なんだろうといぶかしく思った」と書いている。統合失調症の方々の生活ぶりを長い経過で見たとき、この幻聴という症状と上手につき合えるようになることの意味が大きく、幻聴と距離が取れるようになることで、幻聴に振り回されずに生活を立てていくことも可能となる。幻聴といかにつき合うか、そのコツはやはり当事者から教えてもらい習うことであろう。

2) 鬱病になった精神科医師

蟻塚亮二『うつ病を体験した精神科医の処方箋 医師として、患者として、支援者として』

- 当事者であり支援者でもあるという両方の立場を体験する人が書いた闘病記では、精神科医師でうつ病になった蟻塚亮二であろう。蟻塚(2005)のタイトルは『うつ病を体験した精神科医の処方箋 医師として、患者として、支援者として』というものである。
- 蟻塚(2005)のはじめに記されているように「うつ病の実体験の様、家族や社会との関わり、『患者』からみたうつ病の治療、私なりに考えるうつ病の対処方法や生活技術について書いてみました。そうしたら、闘病日記と、医師のうつ病診療メモと、医学への提案とのごった煮のようなものになってしまいました」と書いているが、そのごった煮のところは、当事者・家族・支援者など、どの立場の人が読んでも役に立つ内容となっている。うつ病に対する正しい理解の方法を解説しながら、蟻塚の体験を通して、うつ病を抱えながら新たに身につけていく工夫された生活技術は分かりやすく、3章の「うつ病からの回復術」は、まだうつ病になっていない者にとっても参考になる。それから、精神科医師として当事者として偏見の問題にも言及しているが、これも平易な表現で「精神疾患の場合には、患者自身が『この病気を引き受けて生きていく！』という一番大きな課題と格闘する仕事に加えて、周囲の反応に耐えるという二つの課題に直面することとなる。ありふれた身体疾患よりもよほど大変なのである」と指摘する。

- 蟻塚(2005)の終わりには「30年余働いた職場を心ならずもトンズラして沖縄に移住した」とあるが、その蟻塚の様子は2008年5月7日にテレビのニュース番組である、「NEWS23」(TBS)に本人が登場し伝えられた。その番組の中で伝えられた蟻塚の様子は、南国沖縄で仕事帰りに好物の刺身を買って自宅に帰り、自ら服用している向精神薬の処方内容もカメラに映し出される。共に病院で働くスタッフで看護師の「患者さんの側に立って話しやすいとても安心できる先生」というコメントや、実際の診察場面では患者さんとの対話の様子も紹介される。自宅で妻と交わす何気ないやりとりや、バンダナを手にして「朝からバンダナー(晩だなあ)」とダジャレを飛ばす蟻塚医師の生活ぶりを見ていると、すでに病気を抱えている者にとっても、まだ病気でない者にとっても、脱力系の安心感のようなものが伝わるのではないだろうか。

3) 藤崎麻里によるアルコール依存症の克服「溺れる人」の物語り

- アルコール依存症では、藤崎麻里(2005)が、自分の病いの体験にプライバシー保護のために多少の創作を加えながらも、事実にもとづいて書いた記録という形のものもある。タイトルは『溺れる人』で、これは、Woman's Beat大賞受賞作品である。結婚、出産、育児もしながら、朝から飲酒する凄まじいまでの強迫的な飲酒欲求の様子が、その生活ぶりを通して克明に描かれている。また、病院でアルコール専門の治療を受ける中での主治医とのやり取りや、アルコール外来で治療を受けている患者が集まり、定期的に行われるミーティングの様子も描かれる。アルコール依存症の治療の経過で、必ずと言ってよいほど用いられる抗酒剤に対する思いも綴られている。
- 『溺れる人』において非常に印象的な記述は、いわゆる飲酒中断後に見られるアルコール離脱症候群を藤崎が体験している場面である。患者は幻覚でいろいろなものが見える体験をするが、虫がシーツの上を這い、それをしきりに払う行動をしたり、病室を猫や犬や奇妙な生き物が走ったりして脅える時期が来るのは临床上よく知られていることである。藤崎は、この体験もリアルに表現している。
- 藤崎(2005)の中で受賞コメントに、「『助けて』という言葉が発してからの変化のように、何事も発信しなければ進まないのだと、今は強く感じています」と当事者が病気と向き合うために、病気を公表することの意味を書き残している。また「『アルコール依存症』であった過去を書くことは、偏見を伴うのを理由に逃げていた自分を見つめ直すことでもあり、身を削るような作業でした」と、社会の偏見と自分との関係に対する問題にも向き合いながら、書き綴ってきた思いを記している。そして、本の最後には「私は断酒して、現在5年になる。今は飲酒欲求は全く感じない。ただ、常に、これは一生治らない病気だということを忘れてはならない。(略)自分は依存症者だということを念頭に置いておかなければならないのだ」と書き記している。

漫画家・細川(2006)

『ツレがうつになりました。』

- 2006年10月11日の朝日新聞朝刊で「まんがで語る『うつ』 深刻すぎないタッチ 共感呼ぶ」と紹介され、さらに2008年6月14日の朝日新聞朝刊「ひと」にも登場した、細川貂々・望月昭夫妻がいる。この夫妻は、たびたびNHKの教育番組にも素顔で出演し、病いの体験を語っている。漫画家である細川(2006)の最初の漫画『ツレがうつになりました。』は、スーパーサラリーマンだった夫がある朝、真顔で「死にたい…」と言い、病院でうつ病の診断を受けるところから始まる。「うつ病ってなに？」と動揺する妻の思いから、うつ病という病気の症状についてや服薬を始めた頃の様子、病いを抱えることで生活がどう変わるか、家族はどう関わったらよいか、自殺念慮が強く風呂場のドアノブで首をつろうとしたことまで描かれている。まだころの病いを抱えていない者が読んでも共感を感じ、どうやってころの病いとつき合っていけばいいのか、という思いを呼び起こさせられるのではないだろうか。そして、何より漫画という表現方法ということもあり、ころの病いに対するイメージも変わっていく可能性がある。

アルコール依存症でうつ病も抱えていた漫画家の吾妻ひでお

- 吾妻ひでお(2005)も、精神科への入院体験を描き、その『失踪日記』は2006年に手塚治虫文化賞を受賞している。この漫画の中では、精神保健福祉法に基づいて入院した病棟生活やAA(アルコール自助グループ)ミーティングの様子も描かれている。吾妻(2006)は、その後、うつ病の体験を『うつうつひでお日記』として出版した。この漫画の中では、実際に吾妻が服用している向精神薬のことや、精神科クリニックに通院して主治医と投薬に関する話題で対話する場面も描かれたりしている。吾妻のように精神科病棟での入院生活の様子や街中のクリニックに通院し、精神科医との対話の様子も描くなど、こころの病いを抱える人たちの生活ぶりや思いが漫画という方法で表現されることは、人々にとっても大変受け止めやすいやり方である。

中村ユキ(2008)の『わが家の母は ビョーキです』

- 中村が4歳の時に母が精神分裂病(統合失調症)で精神科に通い始め、それからの31年間を漫画で綴っている。丸みのある柔らかいタッチの絵でありながら、幻聴や妄想など統合失調症の陽性症状は正確でリアルに描かれている。
- 物語りは、中村の母が家族の反対を押し切って結婚した、定職についていない夫のギャンブルと借金癖に苦しみながらも中村を妊娠出産、加えて厳しい姑との生活の中で幻聴が聞こえ始め、ある日、「コエが、飛び込まないとクロスって言うから」と土足のまま近所の方に飛び込んでしまう、という形で発症、初めての入院というところから始まる。それから自殺企図を繰り返したり、服薬を中断して再燃したり、の経過の一部始終を娘の立場で克明に綴り、統合失調症がどのような病気なのかがよくわかる。母は、時折幻聴がひどいと「クロス、クロス」と自宅で包丁を振り回し、娘の中村にも包丁を向けることもあった。「それでも好きな母親と、泣いて笑って生きてきた」娘の思いは終始一貫している。
- 激しい症状の中で措置入院にまで至るが、漫画で母の経過や病状の変化を追いながら、障害年金などの手続きやデイケアなどの社会資源をどう活用するかのアドバイスもある。この1冊で精神医学的な病気の知識、病気を患う本人の思い、家族の思い、精神保健福祉法や年金や医療費などの経済支援、デイケアなどのサポートシステム、向精神薬の副作用のことなど、当事者にとって必要なことがひと通りわかるようになっている。
- それだけでなく、統合失調症(トーチツ)という病気と試行錯誤しながら向き合い、生きてきた結晶とも言える「わが家のトーチツライフ10カ条」もまとめられている。1)困ったときはまわりに相談 2)ドクターや関係先とは情報を共有 3)クスリはかかさずに飲む
- 4)疲れる前に休む 5)なるべくひとりで居ない(支援センターに通う) 6)病気の知識を更新しよう 7)家族各々が自分の楽しみを持つ 8)家族同士の距離感を守る 9)毎日会話をしよう 10)思いやりと共感と感謝 という具合に具体的にどのような行動をしたらよいかが書かれている。
- 中村(2008)の「おわりに」には、「『トーチツ=包丁を振り回す危険でコワイ病気』、そんなイメージを強く残してしまったらどうしよう」と述べながらも、「もっと早くトーチツの正しい知識を持っていたら、母も私もこんなに大変な状況に陥ることはなかったのだろうか～と思うと、後悔と哀しい気持ちでいっぱいになります。そんな経緯もあり、たくさんのヒトに『トーチツ』という病気を知ってもらえればと思ったのが、この本を描こうと思ったキッカケでした」と綴る。この本は、闘病記のスタイルとしては今まで述べてきたものとは違って、当事者にとっても読者にとっても、教育的な役割を果たしてくれると言えるかもしれない。
- 日本人は子ども時代はもちろん、大人になってからも漫画をよく読む。漫画という文化の大国であり、人々に浸透している。精神障害の分野の闘病記も漫画の形式をとることにより、より読まれやすくなり、病気に関する人々の知識と理解が普及し、ひいては日本社会から偏見が低減していくのではないだろうか。

【結果の要約】

- 各闘病記は【結果】病いは経験であるというKleinman (1988)の視点から各書のナラティブを分析し、著者の経験の特徴と物語りの構造を明らかにした。困難をともなう人生の回復の過程を個別的に特徴付けた。
- 11人の当事者たちの綴った闘病記からは、試行錯誤の末、自分なりのやり方で症状や障害とつき合っている様子がよくわかる。また、これから先はわからないが、わからないなりに自分なりに上手くやれた、病気とつき合えた、というような実感も伝わってくる。
- 闘病記には説得力があり、様々な文献にも述べられているように、闘病記を社会資源、医療資源と捉えたときには、語りに基づく医療(narrative based medicine: NBM)にもなる。

【考察①】看護教育への活用

- 闘病記からは、当事者の病と共に生きる姿を知ることにより、当事者が読むことによる意義(小平・伊藤,2008)に加えて、援助者にも援助の意味を考えさせる教材的意義がある。
- 闘病記から得られた当事者の悩みや生き方を理解するためには、将来の看護実践において当事者のQOLを高める質の高い介入のためにも役立つだろう。
- 精神看護学の観点から、統合失調症などの精神障害者を正しく理解するためには、精神医学的な知識とともに当事者は病いをどう体験するか当事者の語りに焦点を当てる必要があり、この2つの視点が重なり合うことで初めて豊かで奥行きのある理解が可能となる。
- そのような当事者活動によりナラティブ・アプローチ的な観点から統合失調症を理解するための資料が、テレビ番組やDVD、書籍などで出版されたものなど豊富になってきた。闘病記はこのような史料の一つとして位置づけられる。
- 当事者活動が活発になり、それは当事者自身の手による新しい発信のスタイルと捉えることもできる。これは同時に、当事者自身の手でしか実現できない、人々が受け止めやすく理解しやすい非常に教育的な方法を発信してくれていると考えてもよい。

- 看護学生が成長していく上での段階やプロセスを尊重しながらの教材選択の一つとして闘病記の活用が考えられる。
- 精神障害者に対する看護学生のイメージや偏見の問題（偏見は自ら気づき克服しなければならない）。
- そのような人々を理解し援助する看護学生の戸惑い）、援助者としての共感能力やコミュニケーション能力とそのスキルの発達のために精神看護技術教育のための効果的なナラティブ教材の一つとして闘病記が位置づけられる。

看護学生の「態度」「知識」「技術」の育成のために

- 看護学生が実際に、井上(2004)が共感の3つの側面として述べる「対自的共感」「対他的共感」「自他的共感」のような「共感的コミュニケーションスキル」を学び、かつ、偏見克服の課題も視野に入れつつ、「態度」「知識」「技術」3つのレベルの学習が可能な精神看護学教育が必要である。
- 3つのレベルの学習を可能とするために開発を試みたいナラティブ教材として闘病記が次のように活用される。
- 「態度」: 当事者や家族、その関係者(医療従事者など)により病いと共に生きるプロセスの記録の教材としての闘病記の利用。
- 「知識」: ナラティブ・ベイスト・メディスンの観点から当事者の体験に重きを置いた知識を教育的かつ効果的に闘病記を利用する。
- 「技術」: 援助的で治療的な対人関係が築けるようになるための背景的ならティブ部としての闘病記の活用。

【考察②】精神科看護師が闘病記を読む意義

- 以上の看護教育の教材として闘病記を読むことの意義は、すでに現場で働く精神科看護師にとっても、同様の意義を持つ。
- 病院や地域で当事者と接するとき、従来のピラミッド型の病院組織モデルではなく、「治療共同体におけるコミュニケーション」(寶田他2009)を実現するためには双方向的理解が必要である。当事者との双方向的理解を進めるために、闘病記から学べることは多い。

【まとめ】

- 障害の闘病記を読むことはBarker & Buchanan-Barker (2005; 2007)のタイダルモデルのいう「物語りの取り戻し」の追体験である(小平・伊藤, 2008; 伊藤・井上・小平・穴澤, 準備中)。心の病いを患うことでの経験についての物語りを追体験することは看護学生や現場の看護師にとって重要な意義を持つ。精神障害者はこれまで隔離収容という処遇の中で社会から排除されてきたが、このような歴史的背景からしても闘病記をとおして患者のダイナミックで豊かな人生や生活を知ることが看護関係者にとっても大きな意義がある。
- 当事者により語られる物語について、その内容だけでなく、どんな語り方をするのか、物語はどのような構造を持っているのかを研究という方法によって明らかにしていく必要があるだろう。そうすることで、斎藤(2009)のいう「共同構成(創造)」されたものが明らかになり、医療者と患者、患者と一般の人々などが創造的な関係でつながることができ、語り手と読み手の両者にとっての意義も見えてくることであろう。
- 現場の精神科看護師が闘病記を読むことにより、生活の視点をふまえた複眼的な視点を持ち、一人一人の個性を重視し患者の思いに寄り添えるという効果が期待でき、自分の看護実践を振り返るきっかけにも成り、臨床的には、より質の高い看護実践が期待されると考えられる。

【文献】

- 井上孝代 2004 マクロ・カウンセリングにおける共感の意義：共感的コミュニケーションと他文化共感性の教育 井上孝代(編) 共感性を育てるカウンセリング：援助的人間関係の基礎 川島書店(マクロ・カウンセリング実践シリーズ 1).Pp. 27-47.
- 小平朋江・伊藤武彦 2008 精神障害の闘病記：多様な物語りの意義 マクロ・カウンセリング研究, 7, 48-63.
- 西平 直喜 1996 生育史心理学序説：伝記研究から自分史制作へ 金子書房
- 寶田穂・江波戸和子・森真喜子・堀井湖浪・武井麻子 2009 入院治療と看護の展開 武井麻子(編) 系統看護学講座 専門分野Ⅱ 精神看護学2(第3版) Pp 62-167.