

(西暦) 2018 年 2 月 16 日

公益財団法人笹川記念保健協力財団

理事長 喜多 悦子 殿

所属機関・職名 がん・感染症センター
都立駒込病院 緩和ケア科 心理士

研修者氏名 栗原 幸江

2017年度ホスピス緩和ケア従事者に対する海外助成
研修報告書の提出について

標記について、下記のとおり報告いたします。

記

1. 研修先国 米国

 2. 研修目的・課題 コロンビア大学リタ・シャロン教授創設のナラティブ・
 メディスンプログラムの教育法を更に学び、医療者のメンタル
 ヘルスに配慮されたコミュニケーション教育や対人援助教育の
 方法を開発する。

 3. 研修期間 2017 年 9 月 5 日 ~ 2017 年 12 月 22 日

 4. 所属機関・職名 がん・感染症センター 都立駒込病院 緩和ケア科
- 研修者氏名 栗原 幸江

1. はじめに

臨床の現場は様々な物語り（ナラティブ）にあふれている。医療者の仕事は、その「物語り」に真摯に耳を傾けることだ。そこから診断や見立てが生まれ、治療選択がなされ、関係性が育まれる。その時の語り手の心情や置かれた状況、聴き手に対する印象によって、その場の話の流れは変わり得るものであり、そもそも「思いや経験を100%言語化する」など無理な話であるからこそ、その人の「物語り」を読み解くには、相応の能力が求められる。「人の心は揺れ動く」「言葉で表現されていることは氷山の一角」「相手のことを私たちはどれだけわかることができるのか」といったことはある意味当たり前のこと、それを失念した時に誤解が生じる。しかも、日々忙しい医療者の心の余裕のなさが、「目あれど見え、耳あれど聞こえず」のまま、思い込みで「わかったつもり」になってしまうということも少なくない。こうした中で生まれるコミュニケーションのボタンの掛け違いは患者・家族と医療者の間の分断をさらに深め、その分断が医療者をバーンアウトに追い込むことも多々ある。

「病を巡る物語り」「対話における物語能力」に焦点をあてたコロンビア大学の『ナラティブ・メディスン』（NM）プログラムは、対人援助/コミュニケーション力を磨く上での基盤（対話の姿勢、相手の物語を細やかに読み解く力、相手を尊重する姿勢、省察力の鍛錬）を育み、さまざまな価値観が時にぶつかり合う医療現場における臨床倫理の視点を深め、多職種チームビルディングにも貢献するアプローチとなる。2013年にNM創設者のリタ・シャロン教授の講演を聴いて以来、そのアプローチに惹かれ、日本の医療者にもこのNMアプローチがコミュニケーション、臨床倫理、スタッフケア、チームビルディングなどの重要領域の実践に役立つと確信を持った。

2016年度には、笹川記念保健協力財団の研究助成を得た『「ナラティブ・メディスン」(NM)アプローチを用いたコミュニケーション教育プログラム開発』(助成番号:2016A-013)の研究の中で、NMのワークショップ(ベーシックおよびアドバンスド)に参加し、その教育方法を実践的に学んだ。また同年プログラム創設者のリタ・シャロン教授が招かれた国際セミナーへの協力と国内で企画開催したワークショップを通じてNMプログラムを実際に経験した参加者の反応を調査した。その研究成果にも後押しされ、NMの教育手法に手ごたえを感じ、同プログラムをさらに学びたいとの思いを強くした。

2. 研修期間

2017年9月5日から12月22日(108日)

3. 研修施設

- ・ Columbia University School of Professional Studies: Master in Science Program in Narrative Medicine

4. 研修の目的・課題

3. コロンビア大学リタ・シャロン教授創設のナラティブ・メディスンプログラムの教育法を更に学び、医療者のメンタルヘルスに配慮されたコミュニケーション教育や対人援助教育の方法を開発する。

- ① Columbia University School of Professional Studies: Master in Science Program in Narrative Medicine (コロンビア大学専門職研究部ナラティブ・メディスン修士課程)の秋学期講義を履修する(正規学生として単位を取得)

- Giving and Receiving Accounts of Self
- Literature of Art
- Qualitative Research

- ② 同大学 Program in Narrative Medicine 主催ナラティブ・メディスンワークショップのベーシックコースを再受講
- ③ 同大学 Program in Narrative Medicine 主催「ナラティブ・ラウンド」(ゲストスピーカーによる講演)を聴講
- ④ Columbia University Medical Center/New York Presbyterian Hospital, Allen Hospital, Columbia University Medical Center/Dept. of Pediatrics におけるナラティブ・メディスンセミナー参加

5. 研修の報告

■研修形態の変更

海外研修助成申請時には NM プログラム創設のコロンビア大学における医学部や関連医療機関において実践されている NM プログラムの「見学研修」を思い描いていた。しかし、シャロン教授より「NYに3か月以上滞在するのであれば、修士課程の履修をするのが一番だと思う。NMを深く学ぶにはそれが唯一の方法」と勧められたことにより、「NYでの3か月間+αをどのように過ごすのがよいか」を再考した。

2016年度の研究を通じ、またその後自分でも講義やワークショップに NM の教育手法を取り入れてみて、「教える側のファシリテーション能力の重要性」「ファシリテーターとして参加者の学びを深める上での NM の理論背景を理解することの重要性」を体感し、シャロン教授の言われるように、NM教育の背景理論やその実践を体得するには、正規の学生として学ぶのが一番と考え、「見学研修」から「留学」へと舵をきった。改めて志望動機のエッセイや CV、その時点での NM を取り入れた教育経験のレポート他をまとめ、大学院入学と学生ビザ取得のために必要な書類を用意した。

3か月強のコロンビア大学大学院在籍の期間は、大学院の講義受講に加え、NMワークショップのベーシック他いくつかのワークショップへの参加、コロンビア大学医学部関連医療機関における NM プログラムの見学等、充実したものだった。特に大学院の講義へのフル参加は、「正規学生だからこそ可能な経験」であり、大変ではあったがそれだけ得られたものも大きかった。

■大学院講義履修

大学院では、「自分自身についての語りをやり取りするということ (Giving and Receiving Accounts of Self)」「芸術の文学 (Literature of Art)」「質的研究 (Qualitative Research Method)」の3教科を履修した。

- ① 「自分自身についての語りをやり取りするということ (Giving and Receiving Accounts of Self)」

NM 教育法の中核となる精密読解の実践を通して、その背景理論を学び、コミュニケーションにおける「間主観性」「関係性」の理解を深めた。前半は週1冊のペースでさまざまなジャンルの主読本(小説やノンフィクション、グラフィックノーベル)を副読本の論文数本(文学批評、現象学、精神療法の領域)をもとに精密読解(精読)し、事前に課題レポートを提出して実際の授

業のディスカッションに参加し、その場で省察作文を書き分かち合った。グループで精読することで、一人で読むだけでは得られない豊かな視点と理解に恵まれる。仲間同士お互いの思考や感性にも触れ、その相違がまた興味深かった。

「自分のことを表現する」ことの難しさ、自分自身にもわかりえない（クリアに見ることのできない）自分の存在、その表現の多彩さと繊細さ、そうした「表現の深み」を受け手はどれほど理解することができるのかということ。こうした物語りはすべて「聴き手とともに紡がれるもの」であり、「まっさらな中立を保った聴き手」など存在しないということ。聴き手の反応に応じて語り手の物語りは豊かに広がったり貧しくしぼんでしまったりすること。言語化されずとも、自分に向けられた聴き手の関心の有無を語り手は察知するのだからということ。自分の物語りに対して聴き手が関心をもって耳を傾けていることが感じられるとき、語り手はその自分の物語りが「語るに値するもの」という支えをそこに感じ取り、物語りが促進されるということ。それは「語り手である自分が尊重される経験」でもあるということ。「自分の物語りが尊重され大切にされる場」が提供されると、それまで言葉にならなかった痛みや苦悩が表現を得て、聴き手との間でともに紡がれる物語りが新たな気づきや意味づけを見出す契機を生むのだということ。その「物語りが傷ついた者／弱者の痛みや苦悩を癒すプロセスを進めていくのだということ。そうしたことを「先生が教える」のではなく、文学や映像を通じて「学生自らが感じ取る」ことができるように、題材を選び、ディスカッションを深める問いかけをし、省察作文のテーマを出す。優れた作品に触れ、そのプロセスを繰り返すことで、精読の力が身についていくのだということを感じた。

アート・スピーゲルマンの「マウス(MAUS)」、タナハシ・コーツの「世界と僕のあいだに(Between the World and Me)」、Rachel Cusk の「The Outline」、カズオ・イシグロの「私を離さないで(Never Let Me Go)」、トニ・モリスンの「愛されし者(Beloved)」、W.G.ゼーバルドの「アウステルリッツ(Austerlitz)」、Jonathan Shay の「Achilles in Vietnam: Combat Trauma and the Undoing of Character」、アーサー・クラインマンの「病の語り(The Illness Narratives)」、Maggie Nelson の「Argonauts」といった作品をほぼ週に1冊のペースで読み込んでいくのは、正直大変だったが、優れた文学的表現が持つ力により自然と「そこに語られる物語り」に引きこまれ、心動かされ、自分の「思い込み」「バイアス」「わかったつもりだったこと」に改めて向かい合うという経験は確かに貴重なものだった。

秋学期後半は、映画(“The Messenger”, “Me, Earl, and the Dying Girl”, “Happy Go Lucky”, “Moonstruck”など)を精読の対象にしたり、学生同士ペアになり1時間のワークショップを開催するという演習も加わった。2回めぐってきたその演習では、最初はホロコーストサバイバーの子ども世代(第二世代)の詩人の書いた詩を精読の題材にし、省察作文のテーマを考えた。2回目は「Moments」という映像を用いて、「詩の連作」(お互いのフレーズをよく聴き、そこに合わせて即興詩をみんなで作るというエクササイズ)を行った。

小説の登場人物の目線になることから「他者の視点を想像する」「共感する」経験を重ねたり、その登場人物の動きに対する自分の反応から自分自身の思い込みや価値観に気づいたり、即興的に書いたりじっくり見つめて描いたりする作業を重ね、言語・非言語の表現がそれぞれ異なる「自分」や「経験」を形にする、表現すること自体の癒しの効果を体験する、といった演習を重ね「物語能力を磨く」プロセスは貴重な学びであった。

この科目には、外来医師の診察場面を観察するという実習があった。私は緩和ケア医師の外来について2時間過ごし、その診療場面のレポートをまとめた。一人につき30-45分ぐらい時間をかけ、痛みを抱えるがん患者の生活面にも興味関心を持ち、少しでも医療費を抑えるための工夫（処方薬ではなくドラッグストアで代替え可能なことはその助言）をし、家族にも配慮した細やかな対応の場面もあれば、鎮痛薬に対する偏った思い込み故に治療方針の合意がなかなか得られず、患者との間でヒートアップしたやりとりが展開するような場面もあり、それを「観察者の視点」として率直に書いた。医師-患者家族間の関係性やコミュニケーションの展開について、私自身のアセスメントや所感も織り込まれたレポートは担当の医師にも送られる。自身の診察場面に部外者が入ることを厭わずこうした実習に協力し、自身の学びや向上に積極的に取り組むコロンビア大学病院の医師の姿勢も素晴らしいと思った。



※クラスのはじまり（全員がそろろうのを待っているところ）

② 「芸術の文学 (Literature of Art)」

リルケの「若き詩人への手紙(Letters to a Young Poet)」やゴッホの「ゴッホ書簡集(Letters of Vincent Van Gogh)」、Kenneth Clark の「Nude: A Study of Ideal Form」などを読み、ゴッホのスケッチを模写したり、ヌードモデルや彫刻、空間のデッサンをしたりという実践を通じて「見る」ということ、「一人一人の立ち位置がその視点に反映される」ということ、「真摯に対象に向かい合う」「表現することの難しさ」などを体験的に学んだ。「ヴィジュアル・ナラティブ」もまた、臨床現場で医療者が「真摯に相手と向かい合い、その相手との間の精妙なサインを読み解く」力を養うために効果的な媒体となることを学んだ。そして芸術に触れる喜びや癒しを体験しつつ、細部に注意を払い全体を俯瞰する視野を育むという経験的学習方法は、今後ぜひ取り入れたいと思った。

後半は、Alain de Botton の「The Architecture of Happiness」、Kent C. Bloomer Kent C. Bloomer の「Body, Memory and Architecture」、ルイス・ハイドの「The Gift: Creativity and the Artist in the Modern World)」、スーザン・ソントグの「写真論(On Photography)」等を読み、人間の身体と建築との関係性や表現と市場価値、「美術史にみる価値観の変遷と対立」、私たちの「通念」「価値判断」「倫理的判断」がどのように形作られていくか、いかに社会の中で精妙に織り込まれているか等を再考する機会となった。



※The Gift を元にディスカッション中



※メトロポリタン美術館での課外授業風景

③ 「質的研究 (Qualitative Research Method)」

質的研究をいくつか読み込み、方法論を学びながら、同時進行で実際に研究のプロトコールを立て、半構造化面接を行い、そのデータをコード化／カテゴリー化し、分析し、報告にまとめるというグループプロジェクトを行った。私は他の二人のクラスメイトと共に、Columbia University Medical Center の緩和ケアチームのメンバー5名（医師2名、看護師1名、ソーシャルワーカー1名、チャプレン1名）に「緩和ケアチームの活動に従事している医療者がナラティブ・メディシンをどのように活用しているか」についてインタビューを行い、分析結果のレポートをまとめた。

インタビューも、そのデータをコード化したりカテゴリー化したりするプロセスも、いずれもナラティブ・メディシンの「精読を通じた物語能力」（相手と真摯に向かい合い、相手の語りを細やかに読み解き、その言葉の意味するところを多層的に想像し、そこから得られた／受け取ったことを表現する。そのプロセスはその相手との間に信頼関係やつながりを育む）の体現であることを経験を通じて学ぶ機会となった。



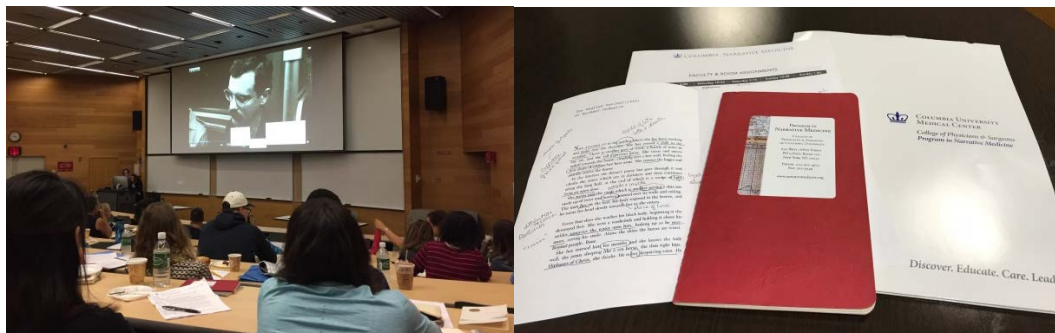
※各グループの研究プロジェクト計画の発表

■ ワークショップ参加

① 新規入学者（修士課程1年生）対象の集中講座

授業第1週目の週末に集中講座が設けられていた。Colm Toibin の「One Minus One」とJ.D. サリンジャーの「エズメのために(For Esme)」といった短編やいくつかの詩を精密読解し、「ベルリン天使の詩」「おくりびと」「マグノリア」「ツリーオブライフ」といった映画のそれぞれ一部を精読し、その合間に必修講義 (Giving and Receiving Accounts of Self and Other) のクラ

スのクラスメイトで構成された小グループで省察作文+シェアのエクササイズを重ねていった。省察作文のシェアを通じてお互いを少しずつ深く知っていく中で、グループのつながり感が深まっていくのを感じられるのが、物語り能力(Narrative Competence)を通じて関係性(affiliation)が育まれていくプロセスを体感する機会となった。



※映画の一部をじっくりと観るエクササイズ中 ※小説の抜粋の精読と省察作文用ノート

その最終日には、「ペアの相手の話を注意深く聴く(attentive listening)」小グループエクササイズがあった。「今気になっていること」のお題で5分省察作文を書き、5分語り/聴き⇒聴き手は何を受け取ったか、語り手は語った体験がどうだったかを書き、交代、最後に10分間でそれを分かち合うというエクササイズだ。真摯に耳を傾けてくれているパートナーを前に、語りながら自分の語りテーマの輪郭を明らかにしていく体験も心地よかったが、私が聴き手となり「あなたの語りをこんな風に受け取りましたよ」と書いたものを読み上げているところで、パートナーの目に涙が浮かび、その彼女が「語った/聴いてもらった体験」を書いたものを読み上げているときに、今度は私の目にも涙が。語り手となり聴き手となり物語りを分かち合った後のそれぞれの体験を書いているときはお互いに相手の内に何が生じていたかを知ることはなかったが、語っていたパートナーがその語りを通じて、聴き手の私を「重みを分かち合える特別な相手」と感じてくれたこと、その語りのシェアを通じて私たちの間の関係性が確かに変わったことを、それぞれに表現していた。まさに、「物語り」が語り手と聴き手との間につながりを育むことを体感した時間であった。

② ナラティブ・メディスンワークショップ：ベーシック

アメリカ国内各地から、そしてヨーロッパ各国からといった文化背景も、医療職以外にジャーナリストや作家、文学研究者といった職業背景も様々な参加者が集まった3日間のワークショップであった。

このワークショップは、2015年に参加した際とほぼ同じ内容であった。しかし、参加のメンバーが異なれば当然のことながら視点の置き所や反応も変わり、精読の題材からも新たな気づきを得られる。さらに今回は、大学院の講義履修との同時進行でもあり、「間主観性や関係性、自己を表現など、精読から深められる参加者として学びや気づき」「ファシリテーターが意識する役割や場づくり」「ワークショッププログラム運営側の意図やプログラム構成」など、多層的な視点を持ちながら3日間の内容を経験し、単発の、時に時間が限られたワークショップでNMのエッセンスを効果的に伝えるための構成や題材選択の意図、ファシリテーションスキル等をあ

らためて学ぶ機会となった。



※分ちあいを共にした小グループの仲間たち ※オープニング講演のシャロン教授

③ ソーシャルワーカー現職教育のワークショップ

ナラティブ・メディスンの修士卒業生のソーシャルワーカーLynn Sara Lawrence と Lynne Bamat Mijangos による、ソーシャルワーカーを対象にした1日ワークショップに参加した。詩を精読し、絵をじっくりとマインドフルに眺め、音楽に耳を傾け、それぞれを呼び水とした省察作文を書き、それをペアで分ちあ合った。

特に Daniel N. Stern の「Diary of A Baby」を通じて、子どもの発達過程に合わせて「ナラティブ（物語り）」の能力を身につけていくプロセスをあらためて振り返った講義は印象的であった。同一職種の、しかもソーシャルワーカーの仲間とじっくりワークをする喜びをかみしめた味わい深い1日だった。



※ワークショップオープニングの様子 ※主催/ファシリテーターの2人と

■ 「ナラティブ・ラウンド(Narrative Rounds)」参加

「ナラティブ・ラウンド (Narrative Rounds)」は、毎月第1水曜日に開催される NM プログラム主催の講演会（公開講座）である。様々なテーマでその領域の第一人者であるゲストスピーカーのナラティブ（物語り）に耳を傾ける。どの回も「今まで知らなかった世界を垣間見る」経験となった。

① “Take Two Cartoons and Call Me in the Morning” New Yorker and Esquire Cartoon and Humor Editor Bob Markoff (2017年9月6日)

優れた文章やエッジの効いた一コマ漫画で有名な雑誌「ニュー Yorker」の一コマ漫画を担

当、社内でその部門を立ち上げた後、「エスクワイア (Esquire)」誌でも同様に部門を立ち上げた漫画家 (Cartoonist) による講演は、「医療とユーモア」をテーマに「エッジの効いたユーモア」の「視点」や「表現」、「社会の価値観」をあらためて考えさせるものだった。

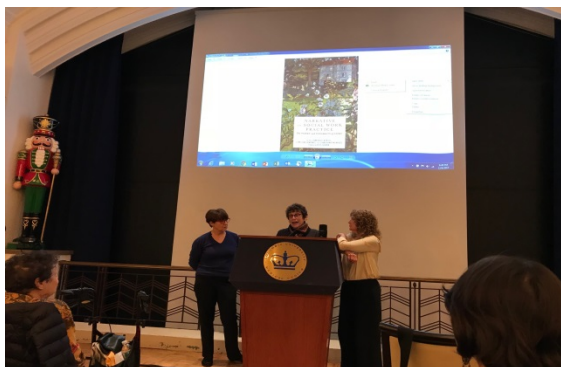
- ② “Speaking of Heaven: The Poetry and Presence of Max Ritvo” Poet/Director of Poetry in the School of the Arts at Columbia University Lucie Brock-Broido (10月4日)

白血病と闘い 27 歳で他界した詩人 Max Ritvo。彼の母親と大学院で彼の担当教授であった Lucie Brock-Broido とともに彼の詩集から何篇かを読み、また彼自身が自分の詩を読んでいる動画を見た。YA 世代のがん患者が向かい合う「生」と「死」を、彼の選ぶ言葉や表現、メタファーに感じ、彼を大切に思う人たちの「喪失悲嘆の語り」をしつとりと味わうひと時であった。

- ③ “An American Sickness – How Healthcare Became Big Business and How You Can Take it Back” Journalist/Editor-in-chief of Kaiser Health News Elizabeth Rosenthal (11月1日)

ハーバード大学医学部を卒業し、救急医療部門で研修を終えたあとジャーナリストとして転向し、ニューヨークタイムス記者として医療や国際政治など様々なテーマをレポートして生きた Dr. Elizabeth Rosenthal により、アメリカの医療費がなぜこれだけ高騰してしまったのか、今何が起きているのか、医学を学ぶ者が何を知るべきなのか、医療現場にいる者たちにできることは何かなど、とても興味深い話であった。Dr. Rosenthal の上記の本 An American Sickness-How Healthcare Became Big Business and How You Can Take it Back は、コロンビア大学医学部 1 年生の必修科目の教科書となっている。

- ④ “In Social Work Practice: The Power and Possibility of Stories” Contributors of the Book Narrative in Social Work Practice: The Power and Possibility of Story Ann Burack-Weiss, Lynn Sara Lawrence, and Lynne Bamat Mijangos (12月6日)



※ナラティブ・ラウンドの講演後質疑応答に対応している著者／監修者たち

■ 医療機関におけるナラティブ・メディスンセミナー

- ① コロンビア大学病院緩和ケアチーム (Columbia University Medical Center Palliative Care Team) NM セミナー

緩和ケアチームのメンバー (特にフェロー) を対象としたのナラティブ・メディスンセッションに参加した。修士課程を修了した看護師 (CNS) により運営されている。「痛み」をテーマにしたエミリー・ディケンソンの詩を読み込み、省察作文をその場で書いて分かち合った。詩に使われた言葉からの連想、担当した患者の「痛み」のエピソード、自分自身の「痛み」の経験など

が分かち合われた。とても短い詩だからこそ、そこから様々な連想が広がる（広げようとする）時間は、目の前の患者の痛みの体験を想像する時間を思わせ、「対象・相手への関心と、そこに込められた思いを読み取ろうとする想像力・創造力を磨く」機会となり、また「詩」や「互いの個人的な経験」により動かされた「素の自分のこころ」を分かち合うことを通してフェロー同士がお互いの「これまで知らなかった一面」を知ることにつながるのだろうと思った。

② ニューヨーク・プレスビテリアン・アレンホスピタル家庭医学科 (New York Presbyterian Allen Hospital Dept. of Family Medicine) NM セミナー

NM 修士課程のディレクターである Dr. Craig Irvine により 10 年前から始まったこのセミナーは、2016 年から NM 修士課程を修了した看護教員と行動心理学の教育の 2 人によって運営されている。詩や小説の抜粋などを精読する NM セミナーと、「PTSD」「虐待」「医師の思い込みとスタッフ間のコミュニケーションの問題により誤った治療がなされた症例」といったテーマのミニレクチャーとディスカッションとが交互に組み入れ、レジデントやフェローを対象に毎週提供されている。この病院で出会う低所得者層の患者の抱える多様な社会的問題や、そこに揺さぶられる自分の価値観などを、NM セミナーの省察作文で表現し仲間と分かち合うことは、各レジデントやフェローの自己理解を深める一助にも、仲間同士の相互サポートにもつながると感じられた。とはいえ、「自己開示」「情動」を表現することに抵抗ありそうな参加者（分かち合いは強制されないのがルールであり、シェアしないという選択もある）やそもそも「感じないようにしている」「思考や分析に重きを置く」参加者の存在も散見され、ファシリテーターもまた鍛えられる相互の成長プロセスなのだというをあらためて感じた。とはいえ、そこでも「一人の自己開示の勇気が他のメンバーの勇気を賦活する」場面に何度も出会った。

コロンビア大学医学部から「コミュニケーション教育の向上目的の助成」を受けて続けているこのセミナーは、「受けるのが当然」という形で定例化されて（参加者には朝食が提供され、また運営役の 2 名にも謝金が出て）いるが、その「定例化」に向けてどれほどの尽力が重ねられたか（どのようなテーマや題材を選び、どのようにセミナーを運営するか、どのように安全かつ参加者の興味関心を維持する場を育てていくか、参加者の満足度を維持していくかなど）ということ想像した。

③ コロンビア大学病院小児科 (Columbia University Medical Center Dept. of Pediatrics) NM セミナー

NM プログラム創設者のリタ・シャロン教授自らが運営する月 1 回のセミナー。小児科教授や指導医が対象となっている。参加人数は 3-5 名と小規模であるが、医学部や大学病院において影響力を持つ参加者たちが、それぞれに NM プログラムやアプローチの効果を実感することが、その理解や支援の基盤になっていると感じられた。

上記プログラムは、いずれも朝 8 時から 8 時 45 分に開催されている。忙しい臨床現場で 45 分間の確保はたやすいことではないと思われるが、それが可能になっていること自体が、プログラムの評価であり運営するファシリテーターのコミットメントと力量が反映されているのだろう。NM プログラムやその教育は継続することによって磨かれ育まれるところも大きい。参加者の満足度と負荷とのバランスが要となる。同様に忙しい日本の医療現場において、どのような形

が継続可能なアプローチとなるのか、ロールモデルと課題の両方を観た思いだった。

■ その他

① Columbia University Medical School: Medical Education Day (10月25日)

コロンビア大学医学部の学生を対象にした「医学教育の日」(同大学小児科の故スティーブ・ミラー教授により創設された基金により今年が9年目となる教育行事)のメインスピーカーとして、ニューヨーク大学医学部の准教授であり、Bellevue Literary ReviewのチーフエディターであるDr. Danielle Ofriにより講演会。What Patients Say, What Doctors Hearの著書であるDr. Ofriは、コミュニケーション力を磨くということが、単なるベッドサイドマナー／接遇の問題への対応ではなく、診断や治療方針に多大な影響を及ぼす非常に重要なものであることを、自身の経験を踏まえて語られた。医師対医師のメッセージに織り込まれたナラティブ・メディスンの重要性が、その場に参加している医学生にしっかりと届いている様子が、前のめりになって聴いている学生たちの姿勢から伝わってきた。

② マウントサイナイ医療センターの外来クリニック (Mount Sinai Medical Center: Outpatient Clinic) におけるライティング・ワークショップ (12月14日)

前述のベーシックワークショップで小グループが一緒だった小説家の参加者(自身もがんのサバイバー)が提供している患者対象のワークショップ。月に3-4回程度、一回2時間の枠で、参加者各自が自分のノートに「書きたいこと」を作文し、最後に分かち合う。自分の経験を振り返り回想的に書く人もいれば、フィクションを書く人もいる。雑誌を切り抜きコラージュを創る中で「書きたいこと」が浮かぶこともある。ファシリテーターであるその小説家は、最初の10-15分ぐらいでミニレクチャー(言葉や表現について)をし、あとは自分も作文をしながら各自のワークを見守る。私も雑誌を切り抜きコラージュを創りながら作文をまとめたのだが、その写真や絵を眺めたり切り貼りする過程も含め、「書く」ことの癒しの効果を体感した。



※ライティングセミナーで説明をしている小説家のファシリテーター

③ コロンビア大学病院 (Columbia University Medical Center/New York Presbyterian Hospital) 緩和ケアチーム見学 (12月22日)

NM修士課程の履修教科の実習で外来診療につかせていただいた緩和ケア医師の紹介で、入院病棟(ICU/CCU病棟担当チーム)担当の中川俊一先生の診療を見学させていただいた。ほとんどが重篤な心疾患の患者が担当であり、「脳死判定後人工呼吸器を外す」「非可逆的な脳障害

を抱える患者の家族と DNR の話をする」といった難しいコミュニケーションを引き受けて、家族と話をする場面に何度か同席させていただいた。

大学院生ゆえにレジデントやフェローが頻回に後退してしまう中、主担当医よりも継続的に家族と関わることができる緩和ケアチームの医師として、「主担当医の代わりにバッドニュースを伝える」役割を担うことが多く、そこはとてアメリカ的な分業の割り切りを感じつつ、その病棟のナースやレジデント／フェロー／指導医から非常に感謝されている様子を見て、「できる人が担うことが結果的に患者や家族のケアにつながる」こともあることを思った。私自身が NY の病院に勤務をしていた頃（1992 年から 2001 年）に比べて、医師同士の協力体制が向上したこと、医療者間のコミュニケーションがより密になっていることなども印象的だった。「患者・家族のために」金曜日の夕刻遅くになっても呼び出しに応じて（週末までひっぱらずに）対応してくれる他科の医師にも感動した。それはコミュニケーション教育に力を入れるようになった 2000 年初頭からの教育効果も、NM プログラムを展開するコロンビア大学の大学院の文化も、中川先生をはじめとする緩和ケアチームの尽力の成果もあるのかもしれない。

6. 海外研修を終えて

大学院生としての日々は課題図書や論文の山やレポート作成に追われながら飛ぶように過ぎ去ったような感がある。非常に大変でチャレンジ山積の学生生活ではあったものの、見学研修の「お客様」ではなく、正規の学生だからこそ体験できたこと、そうした体験に満ちた米国滞在だった。この報告書に書き切れていない様々な学びを少しずつまとめ、学びを振り返っていきたい。

帰国後、早速がんサポートコミュニティ、マギーズ東京、相良病院、岡山大学、そして首都大学東京で、NM アプローチを取り入れたワークショップを行う機会を得た。特に岡山大学では医学部 3 年生を対象とする「プロフェッショナルリズム III」で立命館大学の齋藤清二先生とともに、「ナラティブ・メディスン」を教えるという貴重な経験をさせていただいた。いただいた 3 コマのうち 2 コマをワークショップ形式の演習とし、コロンビア大学での経験を元に題材やワークを選び行った。115 名という大規模授業にも関わらず、学生さんたちがみな真摯にエクササイズに参加してくださり、とても良い雰囲気であった。学生さんからも多くの温かなフィードバックをいただいた（以下抜粋）：

- 写真を一枚見るだけであっても、意見を交換する中で、人によって注目するポイントが大きく異なり、視野が広がった。今まで気づいていなかったものに気づき、新たな考えが浮かぶ…そんな体験をした。人は人によってもっと見る時に注視するところ、見方、そして考え方が全く異なるそれぞれの物語りがあり、それを理解する必要性を感じた。
- 「聞く」という行為に楽しみ、魅力をもって取り組むことで、より心のこもった傾聴ができるのだなと感じた
- 「語る」「聞く」ことのワークショップの中で、聴き手の反応、態度によって話す内容が変わったり、話す回数が増えるごとに信頼ができて話しやすくなるという経験をして、将来患者さんとお話をするときに、自分の聴き手としてのありかたを考え、対話の中で患者さんとの信頼関係を築くということを実際に行っていけるようにしたいと思いました。
- 自分の気持ちを正直に伝え、相手も真剣に聴いてくれて、共感してもらえて、自分も心強くなりました。相手の誠実な話を聞いて、どのようにして相手を理解するかについて考えるきっかけ

けになりました。将来臨床実習で今日勉強したことを活用できるようになりたいと思います。

- 自分の内側を見せる事への勇気を出した語りを、注意深く聴いてもらえると、信頼が生まれだ
いぶ語り易くなるなあと感じた。今後の医師となった際に、医師と患者間でそのような関係性
を築いていきたいと思うのと同時に、医療チーム内でもそのような関係を築きたいと思った。

コロンビア大学の修士課程での経験は非常に刺激的で実り多きものだった。その経験は「その先へ」の意欲にも火をつけることとなった。このプログラムには秋学期に基礎固めをした次の学期に「ナラティブ・メディスンメソッド」という6週間にわたる実習が組み込まれた実践講座が用意されている。医療機関や高齢者施設、教育機関や患者支援団体等で、実際にある程度の継続性を持ったプログラムを実践するという経験が得られるもう一学期を履修したいと考えている。それまでの間、医療機関や教育機関で実践させていただく教育研修の機会に今回学んだ経験や教材を活かし、丁寧に振り返り評価しながら内容の充実を図ると同時に、引き続き日本の医療者に対する研修に役立つ題材や研修方法を探索していきたい。

7. おわりに

笹川記念保健協力財団の助成によりご支援をいただき、上記のような充実した研修／単位取得就学をすることができました。関係者の皆様に心より感謝申し上げます。また、快く研修に送り出してくださった駒込病院緩和ケア科のスタッフ皆様にも改めてお礼を申し上げます。アカデミック・アドバイザーとして履修のアドバイスや「ナラティブ・メディスンプログラムの実践」の現場との縁をつないでくださったリタ・シャロン教授、履修講義の各指導教官の先生方、学生研究プロジェクトの調査インタビューに快く応じてくださったコロンビア大学医学部病院の緩和ケアチームのスタッフの皆様、その他さまざまな学びの機会にご縁をいただいた皆様にも深く感謝申し上げます。

今後も引き続き学びを重ね、学んだことを臨床や教育に反映させることを通して、医療者のメンタルケアを大切にしつつ臨床の感性や力量を育む教育プログラムの開発に励みたいと思います。どうぞよろしく願いいたします。