

統合失調症の当事者研究の語りの分析

多加 蝶加（和光大学現代人間学部 3 年生）

問題

人は自然のうちに、見たり、聞いたり、触れたりするなかで、置かれた状況を判断してもっとも適切な行動を選択しながら暮らしている。しかし統合失調症では、そのいずれの部分にも不具合が生じてしまう。それが、日常生活のなかで周囲とのコミュニケーションに支障をきたし、さまざまな生活障害につながっていく（浦河べてるの家、2002）。

統合失調症を定義したり説明する言葉は多々あるが、それは一言でいうと「人づき合いに困難を生じる病い」である。誰しもが生きていくうえで美德とする社会規範、勤勉で、思いやりにあふれ、笑顔を絶やさず、他人と協調するといった事とは正反対のことが起きてしまう。それゆえ社会から孤立し、とくに身近な人間関係である家族や職場において軋みが生じ、生きづらさを抱えてしまうことになる。礼節を重んじる一般社会のなかでは、真っ先に叱責の対象となり、排斥される。もちろん当事者は、わざととしているわけではない。理解力や記憶力が低下したり、根気がつづかなくなったり、人の話し声が悪口に聞こえる。そういった現実の苦勞のなかで、だれよりもそのような自分に落胆し、不甲斐なきに腹を立てながら、普通に暮らすことに何倍ものエネルギーを費やしながら彼らは生きている。そして、それらの「弱さ」は、つねに、病気の症状の一つとして治療や訓練の結果、克服すべきものとしてあった。「病気の克服」と「社会復帰」という周囲の期待と、それができない現実との狭間で、いつも自分に鞭をふるいながら暮らしていた。

当事者研究とは

当事者研究は、統合失調症などさまざまな障害を持ちながら地域で暮らす当事者の活動のなかから生まれた「自助自分を助ける」プログラムだ。当事者のかかえる幻聴や妄想も含めた生きづらさの世界に共に降り立ち、苦勞を共有しながら、そこから、自分に合った生き方や暮らし方を研究的に模索していこうとするアプローチなのである。

人に理解されない病気の苦勞を長年抱えてきた当事者であり、専門家でもある。描写や言説をいったん脇に置き、他者にわかるように自分の体験を内側から語る作業である。

当事者研究は、症状、服薬、生活上の課題、人間関係、仕事などのさまざまな苦勞を自分が苦勞の主人公当事者となって、自ら主体的に「研究しよう」と取り組み、従来とは違った視点や切り口でアプローチしていくことによって起きてくる困難を解消し、暮らしやすさを模索していこうというものである（向谷地、2009）。

浦河べてるの家

浦河べてるの家がある北海道浦河町は、日高の襟裳岬の近い太平洋岸沿い人口 1 万 5 千人の小さな町である。日高昆布をはじめとする水産資源と、サラダレッドなど競走馬の産地と

しても名の知れた地域である。浦河べてるの家は、浦河赤十字病院の精神科を利用する当事者と地域の有志によって1984年に開設された、生活と事業の拠点である。教会の古い会堂を借り受け住居として活用するとともに、そこで5人のメンバーが日高昆布の袋詰めの下請けをはじめた。

1988年12月には、「地域への貢献」を旗印に10万円の元手で仕入れた日高昆布を産地直送で全国各地に出荷する事業を開始し、さらに地域のお年寄りに紙おむつの宅配をするサービスも手掛け、その後（1993年6月）、有限会社を成立し福祉用具や介護用品の販売を手掛けるほか、病院の敷地管理や、地域の会社と連携してさまざまな仕事をするようになった。現在では、社会福祉法人与有限会社を合わせて、全国各地から集まった16歳から70歳までの約100人以上の当事者が活動し、地域の重要なサービス拠点となっている。幻聴や妄想を語り合う「幻聴&妄想大会」、統合失調症者のセルフヘルプグループ等々世界の精神医療の最先端の試みが、北海道の浦河という小さな町では既に根を下ろしていたことで注目を集めている（伊藤・向谷地，2010）。

目的

統合失調症などの精神障害にとって病気からの回復に有効な心理教育プログラムとして当事者研究がある。当事者の苦勞を語り仲間とともに研究して病気との付き合い策を探る当事者研究の物語である。

本研究の目的は、当事者による語りを回復への重要なテーマである。べてるしあわせ研究所・向谷地（2011）の当事者の記述を対象にして、「苦勞を仲間とともに取り戻す」ための当事者研究特徴をテキストマイニングの手法を用いて明らかにすることを目的とする。

方法

（1）分析対象

2011年に出版された、べてるしあわせ研究所・向谷地（2011）より当事者研究の記述部分を分析対象とした。

本書において当事者研究は第2部「当事者研究の実際」に以下の18事例が記述されていた。なお、「当事者研究的 タイプ別恋愛の傾向と対策」の事例は当事者研究から得た結論のみが書かれていたので分析対象から除外した。

- ① 「コンプレックスの研究」
- ② 「自分探しの四年間の研究」
- ③ 「ドラマチック幻聴さんのつきあい方の研究」
- ④ 「幻聴さんとのつきあい方の研究」
- ⑤ 「気分年齢低下の研究」
- ⑥ 「おせっかいバリアの研究」
- ⑦ 「リストカットの研究」

- ⑧ 「被害妄想爆発からの脱却の研究
- ⑨ 「親離れの研究——大人になるために」
- ⑩ 「かっこつけ状態の研究」
- ⑪ 「生き方と死に方の研究」
- ⑫ 「振り返す彼女、振り返される彼氏の研究」
- ⑬ 「苦労の仕分け人——恋愛マニフェストの研究」
- ⑭ 「ふたりの付き合い方の研究」
- ⑮ 「起業の苦労の研究」
- ⑯ 「自分の運転の仕方の研究」
- ⑰ 「息子関白の研究」
- ⑱ 「自分いじめからの脱却の研究」

(2) 分析手順

分析手順としては、べてるしあわせ研究所・向谷地（2011）をテキストファイル化し、Microsoft Office Excel 2007により、テキストマイニング用にTSV（タブ区切り）データを作成してText Mining Studioに読み込ませた。

テキストマイニングによる分析は（1）基本情報、（2）単語頻度解析、（3）係り受け頻度解析、（5）特徴語分析、の順に行った。

結果と考察

(1) 基本統計量

基本情報とは表1に示されたような18事例から得られたテキストの基本的な情報である。18事例のテキストは119行に分割して入力した。平均行長（文字数）は251.3であり、総文数は1463文で平均当たりの文字数は20.4であった。また、内容語の延べ単語数は11367であり、単語種別数は3252であった。タイプ・トークン比は、0.286であった。

表1 テキスト全体の基本統計量

項目	値
1 総行数	119
2 平均行長(文字数)	251.3
3 総文数	1463
4 平均文長(文字数)	20.4
5 延べ単語数	11367
6 単語種別数	3252

(2) 単語頻度解析

単語頻度解析とは、テキストに出現する単語の出現回数をカウントすることによる分析である。当事者研究に特有の表現が入っている。ここでいう「苦勞」とは当事者が自分のかかえる苦勞への対処を専門家や家族に丸投げしたり、諦めたりするのではなく、自分らしい苦勞の取り戻しを通じて「苦勞の主役」になろうとすることである。

「幻聴さん」については、当事者間では、生体不明の声（幻聴）を「幻聴さん」と親しみを込めて呼んでいる。「お客さん」とは、何かを行うしたときに突然起きる不安や心配事である。自分は嫌われている、必要とされていない、などはマイナスの「お客さん」と呼んでいる。

表 2 単語頻度解析（上位 20 単語）

	単語	品詞	頻度
1	自分	名詞	250
2	人	名詞	128
3	苦勞	名詞	113
4	研究	名詞	91
5	仲間	名詞	82
6	幻聴さん	名詞	66
7	母	名詞	65
8	仕事	名詞	51
9	いる	動詞	48
10	お客さん	名詞	47
11	行く	動詞	45
12	来る	動詞	44
13	病気	名詞	43
14	浦河	名詞	43
15	わかる	動詞	42
16	まわり	名詞	41
17	良い	形容詞	41
18	やる	動詞	40
19	入る	動詞	39
20	考える	動詞	36

(3) 係り受け頻度解析

係り受け頻度解析とは、テキストに出現する係り受け表現の出現回数をカウントすることによる分析である。表 4 は全 18 事例における係り受け頻度解説結果によれば、全 18 事例において最も高い係り受けは「浦河」とは、地名であり、当事者研究が生まれた場でもある。

「当事者研究」では、日常的に「ミーティング」が行われ、日常のリズムのなかに至極当たり前前に定着している。日々の生活であたりまえとなったこそミーティング自体が日常となり、当事者研究自体が日常的テーマとなるのだ。

ここでいう「爆発」とはさまざまな困難に直面した時の自己対処や自分の助け方の方法の一つである。壁に穴を開けたり、大声をあげたりの方法などがある。だが効果は一時的で、後始末が大変で、次の爆発のきっかけとなることが多いという欠点がある。

表 3 係り受け頻度解析

	係り元単語	係り元品詞	係り先単語	係り先品詞	頻度
1	▶ 浦河	名詞	来る	動詞	13
2	自分	名詞	苦勞	名詞	13
3	お客さん	名詞	来る	動詞	12
4	当事者研究	名詞	ミーティング	名詞	12
5	自分	名詞	助ける	動詞	12
6	人	名詞	いる	動詞	9
7	デイケア	名詞	通う	動詞	7
8	自分	名詞	運転	名詞	7
9	スイッチ	名詞	入る	動詞	6
10	メカニズム	名詞	解明	名詞	6
11	爆発	名詞	繰り返す	動詞	6
12	精神科	名詞	受診	名詞	6
13	幻聴さん	名詞	来る	動詞	5
14	入退院	名詞	繰り返す	動詞	5
15	研究	名詞	始める	動詞	5
16	研究	名詞	続ける	動詞	5
17	薬	名詞	のむ	動詞	5
18	仲間	名詞	いる	動詞	5
19	状態	名詞	続く	動詞	5
20	SOS	名詞	出す	動詞	4

(4) 特徴語分析

特徴語分析とは、テキストに付随する属性ごとに、特徴的に出現する単語を抽出したものである。表 4-1 から表 4-6 は特徴語分析の結果をあらわしたものである。ここでは先行研究（佐藤，2009）および当事者研究の構造に合わせて、各セクションに対して属性の編集を行い、「はじめに」「苦勞のプロフィール」「目的」「方法」「内容（結果と考察）」「おわりに」という各項目を作成し、属性としてまとめた。

表 4 特徴語抽出結果

表 4-1 「はじめに」

	単語	品詞	属性頻度	全体頻度	指標値
1	苦勞	名詞	20	113	64.593078
2	研究	名詞	17	91	56.076127
3	当事者研究	名詞	8	31	29.132787
4	発表	名詞	6	9	25.156751
5	発表+したい	名詞	5	5	21.544163
6	浦河	名詞	6	43	17.265982
7	まとめる	動詞	4	9	16.074923
8	煥発	名詞	5	32	15.277964
9	取り組む	動詞	3	4	12.694416
10	学ぶ	動詞	3	7	11.998172
11	自立	名詞	3	7	11.998172
12	持つ	動詞	4	27	11.897457
13	出会う	動詞	3	10	11.301928
14	経験	名詞	3	16	9.909439
15	借りる	動詞	2	2	8.617665
16	紹介+したい	名詞	2	2	8.617665
17	深まる	動詞	2	2	8.617665
18	親離れ	名詞	2	2	8.617665
19	幻覚妄想大	名詞	2	3	8.385584
20	取り戻す	動詞	2	3	8.385584

表 4-2 「苦勞のプロフィール」

	単語	品詞	属性頻度	全体頻度	指標値
1	自己病名	名詞	24	25	39.461552
2	家	名詞	24	31	35.867002
3	母	名詞	28	65	24.571024
4	高校	名詞	15	16	24.438811
5	入院	名詞	16	22	23.112545
6	統合失調症	名詞	16	24	21.914362
7	精神科	名詞	14	17	21.571434
8	学校	名詞	13	14	21.100424
9	病院	名詞	14	22	18.575975
10	繰り返す	動詞	15	27	17.848802
11	卒業	名詞	11	12	17.762037
12	父	名詞	13	20	17.505873
13	浦河	名詞	19	43	17.336475
14	大学	名詞	10	10	16.691935
15	行く	動詞	19	45	16.138291
16	中学	名詞	8	8	13.353548
17	通う	動詞	10	18	11.899201
18	薬	名詞	10	19	11.300109
19	友達	名詞	10	19	11.300109
20	暴力	名詞	8	12	10.957181

表 4-3 「目的」

	単語	品詞	属性頻度	全体頻度	指標値
1	研究	名詞	12	91	46.590813
2	苦勞	名詞	11	113	36.973622
3	パターン	名詞	7	26	32.427981
4	メカニズム	名詞	6	22	27.850797
5	自分	名詞	14	250	26.474373
6	解明	名詞	5	11	24.630538
7	目的	名詞	4	4	20.634893
8	死ぬ	動詞	4	16	18.308736
9	人	名詞	8	128	18.008217
10	関係	名詞	4	20	17.533351
11	子ども	名詞	4	33	15.013347
12	整理	名詞	3	8	14.506938
13	始める	動詞	3	12	13.731552
14	助け方	名詞	3	19	12.374627
15	親	名詞	3	25	11.211549
16	する+した	動詞	2	3	10.1236
17	現実感	名詞	2	3	10.1236
18	方向	名詞	2	3	10.1236
19	居場所	名詞	2	4	9.929754
20	現象	名詞	2	4	9.929754
21	脱却	名詞	2	4	9.929754
22	話+ない	名詞	2	4	9.929754

表 4-4 「方法」

	単語	品詞	属性頻度	全体頻度	指標値
1	研究	名詞	22	91	75.253571
2	当事者研究	名詞	13	14	54.000532
3	ミーティング	名詞	12	12	50.067883
4	仲間	名詞	14	82	42.114657
5	苦勞	名詞	12	113	25.860748
6	方法	名詞	7	21	25.850821
7	スタッフ	名詞	7	23	25.371471
8	行う	動詞	6	16	22.637195
9	メカニズム	名詞	6	22	21.199148
10	デイケア	名詞	6	23	20.959473
11	協力	名詞	5	6	20.621943
12	目線	名詞	5	12	19.183896
13	がまん	名詞	4	8	15.730596
14	メンバー	名詞	4	9	15.490921
15	書く	動詞	4	9	15.490921
16	参加	名詞	4	10	15.251247
17	お客さん	名詞	6	47	15.207283
18	場	名詞	4	14	14.292548
19	もらう	動詞	4	15	14.052874
20	経験	名詞	4	16	13.813199

表 4-5 「内容 (結果と考察)」

	単語	品詞	属性頻度	全体頻度	指標値
1	自分	名詞	143	250	31.157472
2	病気	名詞	29	43	14.168742
3	考える	動詞	25	36	13.304334
4	助ける	動詞	15	17	12.672693
5	良い	形容詞	27	41	12.20716
6	お客さん	名詞	30	47	12.090777
7	森式	名詞	14	16	11.691902
8	ワーカーさん	名詞	13	15	10.711111
9	する	動詞	14	17	10.672317
10	仕事	名詞	31	51	10.012812
11	恋愛	名詞	11	12	9.769115
12	行動	名詞	12	14	9.73032
13	小林	名詞	12	14	9.73032
14	解離	名詞	13	16	9.691526
15	電話	名詞	11	13	8.749529
16	ときめき	名詞	8	8	7.846327
17	山崎さん	名詞	8	8	7.846327
18	思い出す	動詞	8	8	7.846327
19	歩く	動詞	8	8	7.846327
20	運転	名詞	13	18	7.652355
21	評価	名詞	13	18	7.652355

表 4-6 「おわりに」

	単語	品詞	属性頻度	全体頻度	指標値
1	自分	名詞	34	250	46.245835
2	研究	名詞	15	91	26.265748
3	わかる	動詞	9	42	19.588388
4	声	名詞	6	15	17.009418
5	良い	形容詞	8	41	16.297659
6	生きる	動詞	6	23	14.578345
7	男性	名詞	5	17	12.807037
8	ときめく	動詞	4	6	12.555148
9	多い	形容詞	5	18	12.503153
10	苦勞	名詞	13	113	12.391074
11	幻聴さん	名詞	9	66	12.295171
12	嬉しい	形容詞	4	8	11.94738
13	父	名詞	5	20	11.895384
14	聞こえる	動詞	4	9	11.643496
15	お金	名詞	4	11	11.035728
16	技	名詞	4	12	10.731844
17	札幌	名詞	4	13	10.42796
18	聞く	動詞	4	15	9.820192
19	死ぬ	動詞	4	16	9.516308
20	やる	動詞	6	40	9.412317

「はじめに」(表 4-1) は、どういう研究かを示す導入部分である。たとえば、「被害妄想爆発からの脱却の研究」事例では、「僕は統合失調症になって、爆発という苦勞を抱えて悩んでいた二〇〇五年に当事者研究と出会いました。それから今まで研究を続けてきました。そこで、今回は被害妄想を見極めて、爆発やひきこもりから脱却する自分の助け方についてまとめてみました」と述べている。

「苦勞」という語は病気から来る生活上の困難や困り事についての当事者研究に特有の表現である。また「苦勞」を「取り戻す」というのはべてるでは、治療という観点よりも、「苦勞する力を取り戻す」「病気を生きる」といった視点が強調されている。それは、援助者が話を聞くことではなく、当事者が自らを知り、自分を自分の言葉で語り、自分自身で悩むことを通じて初めて自己治療へと向かうという意味がある。

「爆発」とは先にも説明したように、さまざまな困難に直面した時の自己対処や自分の助け方の方法である。

「幻覚妄想大会」はべてるで年に一回一番感動的で多くの人を勇気づけた幻覚妄想の体験をしたメンバーを表彰する大会のことである。

「苦勞のプロフィール」(表 4-2) は、本人の生育歴や苦勞の経験が述べられている部分である。たとえば、「生き方と死に方の研究」事例では以下のように述べている。「私の自己病名は、自分のコントロール障害です。私の家では父が絶対的権力を持ち、緊張や暴力の絶えない中、私はこの家をなんとかしようがんばる一方で団体行動ができず、弱い子をいじめる問題児でした。中学はイギリスに留学しましたが、ルール違反の限りをつくし

て退学になり、高校はフリースクールでした。最初の大学では、すぐにトラブルを起こして退学し、再度大学に入り卒業はしましたが、在学中にネパールに逃亡し、結婚相手を見つけ人生をやり直そうと思いましたが、父の猛反対であきらめるなどトラブル続きで、静養しようと浦河まできました。しかし、どこで働いてもケンカするか泣いてばかりで、心配した友達に連れられ、精神科を受診しました。そして、べてるにスカウトされ、今はパンチンググローブという音楽ユニット活動と、女性メンバーで起業したむじゅん社の代表をしています」。

「家」「母」「父」「卒業」「学校」の語は生活歴の中のイベントであり、「繰り返す」の原文を参考すると(1)当事者が幻聴を繰り返すことと、(2)「中学」「高校」「大学」で不登校を繰り返すことと、(3)「精神科」に入退院を繰り返すという三つの意味があった。

「自己病名」は主治医からもらった医学的な病名に対して、当事者自身の実感に基づいた生活感があふれる「病名」である。当事者の研究でみんなで考えることによりユニークな自己病名が生まれる。

「目的」(表 4-3)は、具体的な研究の目標が書いてある部分である。たとえば、「気分年齢低下の研究」事例では「子どもがえりや妄想依存のメカニズムに気づき、そこから脱却するためです。」と述べられている。「苦労」の「研究」による「苦労」の「パターン」と「メカニズム」の解明により自分の助け方を整理するという研究の共通の目的が見えてくる。

「方法」(表 4-4)では、どのような研究のやり方を行ったかが書いてある。たとえば、「親離れの研究—大人になるために」の事例では、「べてるに通い、当事者研究ミーティングに参加し、仲間やスタッフとの振り返り作業などで研究しました。」と述べられている。

「ミーティング」という語は当事者が自分のかかえている苦労や経験を語る場であり、またコミュニケーションの練習場でもある。

「お客さん」とは、前に述べたように、何かをしようとしたときに突然起きる不安や心配のことである。自分は嫌われている必要とされていないなどはマイナスの「お客さん」と呼んでいる。当事者研究では「仲間」や「スタッフ」の力を借りながらお客さんへの対処法練習することを大切にしていることがわかる。

「内容(結果と考察)」(表 4-5)では、研究内容と得られたことや気がついたかを書いてある。たとえば、「親離れの研究—大人になるために」事例では「グランプリも獲り、やっと人間になれましたが、これからは本当の大人になる研究をしなければと思っています。現在は長年の母親依存や爆発などから脱却できたので、自分のなかが空っぽな感じで、病気というコードがなくなって素っ裸で寒い状態です。これから自分に似合う服や、生き方のスタイルを探していきたいです」と述べられている

当事者研究では、「考える」という営みの回復を大切にしている。それは、当事者が自己病名を考えたり、幻聴さんへの新しい対処方法を考えたりすることである。

「森式」とは、「気分年齢低下の研究」事例において、当事者の森氏が一人で研究を行い、

実際の対処法としての「森式」を開発した。「森式」というのは、当事者研究メンバーである森亮之さんが開発した技で、身体のふるまい方によって誤作動を修正する方法である。

「おわりに」(表 4-6) では、当事者たちは「自分」の「研究」を通じてわかったことや気がついたことを語っている。「自分」の「苦労」のパターンや「幻聴さん」との付き合い経験を聞いてくれた仲間に対して嬉しい気持ちをわかる。

「幻聴さん」とは、前にのべたように、当事者研究では、生体不明の声(幻聴)を「幻聴さん」と親しみを込めて呼んでいる。

なお、「苦労」という単語に着目してみると、表 4-1「はじめに」では特徴語第 1 位であり、表 4-3「目的」には特徴語第 2 位であり、表 4-4「方法」では第 5 位であり、最後に表 4-6「おわりに」では特徴語第 10 位であった。6 つの属性のなかで、「苦労」という単語が 4 つのセクションに上位 10 語の中にエントリーしている。また、全体頻度は 113 であるが、属性頻度が順に 20(表 4-1)、11(表 4-3)、12(表 4-4)、13(表 4-6)となっており、筆者の分析能力の限界を超える結果となった。なお、「当事者研究」という単語も表 4-1「はじめに」では第 3 位で 8(属性頻度)/31(全体頻度)であるとともに、表 4-4「方法」では第 2 位として 13(属性頻度)/14(全体頻度)という頻度となっていた。

(5) 特徴語の先行研究(佐藤, 2009)との比較

佐藤(2009)と本研究とは共通した表現が多い。個別にみると「はじめに」のセクションで「研究」という単語が共通しており、「苦労のプロフィール」では「学校」「母」「精神科」「家」「高校」などが共通していることがわかった。また、「目的」のセクションでは共通単語が見られなかった。「方法」のセクションでは「ミーティング」「苦労」「協力」「研究」「メンバー」などの単語が共通しており、佐藤(2009)の「結果」と「考察」と、本研究の「内容(結果と考察)」セクションでは「お客さん」「自分」「助ける」という単語が共通していた。

佐藤(2009)と本研究の異なる単語に着目したところ、大きな違いが 2 点ある。

第一は、佐藤(2009)の分析対象とした向谷地・浦河べてるの家(2006)では「結果」と「考察」のセクションが独立していたが、本研究の分析対象である、べてるしあわせ研究所・向谷地(2011)ではそれらの 2 つのセクションが「研究内容」として統合されていたことである。本研究の分析対象は月刊雑誌である『メンタルヘルスマガジン ころの元気+』であり、その連載記事「べてるの家の当事者研究」(第 21 号～第 39)に基づいて制作されたものであった。この連載記事は、2011 年の最新号においても、同じセクションで区切っていることが確認できた。第二の相違点として、「自己病名」のセクションの位置づけの違いがある。佐藤(2009)では「はじめに」のセクションに位置づけていたけれども、本研究では、「苦労のプロフィール」セクションに頻出しておりその位置づけが変化していたことが確認できた。

おわりに

この研究を通じて当事者研究のキーワードである「病気」「経験」「仲間」などの特徴をより深く理解できた。当事者は自分と同じような体験をしている仲間の話を聞き、自分の症状を病気として理解したり、「自分だけじゃないんだ」と安心感を得ることができるようになる。そして、仲間同士とスタッフの力を借りながら、症状と向き合い、失敗を繰り返しながらもうまく症状と付き合う方法を学んでいくのだろう。このような病気とうまく付き合いおうとする姿勢が、私には大きな勇気を与えた。当事者から学ぶことにより、仲間の力と笑いの力、そして人と人との絆の大切さを実感できたのである。

当事者研究という場には、いつもユーモアと笑いが絶えない。ユーモアの語源が「にもかかわらず笑うこと」といわれるように、「笑う」ということは、究極の「生きる勇気」である。また、お互いの弱さや苦勞をありのまま持ち寄ることによって、その場に連帯が生まれ、人の苦勞や弱い部分が、そのまま人を慰め励ます力に変えられることである。このような当事者研究の楽しい雰囲気は、本研究からは上手に抽出することができなかった。今後の課題としたい。

参考文献

- べてるしあわせ研究所・向谷地生良(2009) レッツ！ 当事者研究 1 NPO 法人コンボ
- べてるしあわせ研究所・向谷地生良(2011) レッツ！ 当事者研究 2 NPO 法人コンボ
- 伊藤絵美・向谷地生良(2010) 認知行動療法 べてる式 医学書院
- 向谷地生良(2005) 浦河べてるの家当事者研究 医学書院
- 向谷地生良(2006) べてるの家から吹く風 いのちのことば
- 向谷地生良(2009) 技法以前 べてるのつくりかた 医学書院
- 向谷地生良(2009) 統合失調症を持つ人への援助論：人とのつながりを取り戻すために 金剛出版
- 向谷地生良、辻信(2009) ゆるゆるスローなべてるの家 大月書店
- 向谷地生良・浦河べてるの家(2006) 安心して絶望できる人生. 日本放送出版協会
- 佐俣由美(2010) マンガでわかる はじめての統合失調症 エクスナレッジ
- 斉藤道雄(2002) 悩む力：べてるの家の人びと みすず書房
- 佐藤友香(2009) 当事者研究における語りの分析 和光大学卒業論文(未公開)
- 浦河べてるの家(2002) べてるの家の非援助論：そのままがいいと思えるための25章 医学書院
- 横川和夫(2003) 降りていく生き方：「べてるの家」が歩む、もう一つの道 太郎次郎社