

生きづらさについての語りの分析

Posttraumatic Growth に着目した統合失調症の語りのテキストマイニング

松田 青那 (和光大学)

【問題】

『誰もが持っているちょっとした「生きづらさ」。そんな「生きづらさ」に効く「生きるコツ」を、様々な人生体験を乗り越えてきた女性サバイバーをお迎えしお聞きします。この番組を聞けば、100%とはいかなくても、33%でも生きることが楽になる、そんな力をリスナーのあなたにお届けします。』という言葉掲げている、生きづらさを抱えた当事者による当事者のための「月乃光司のハート宅配便」というラジオ番組がある。今回は、その中から統合失調症の当事者二名、家族一名との対話をピックアップした。

すでに文字に起こされた闘病記などの出版物ではなく、生きづらさを抱えた当事者の生の声を筆者が文字に起こして分析することによって、出版物のように何度も書きなおしができないことにより生まれる「生の声」を拾うことができる。編集されていない「声」であるデータを使用することは、感情の起伏がストレートに表れた部分を拾いやすいことに意味があるのではないだろうか。

本研究では、統合失調症における生きづらさの中に表れる Posttraumatic Growth をテキストマイニングによって明らかにすることを目的とする。

1.1 統合失調症と Posttraumatic Growth

統合失調症は『思考や行動、感情を1つの目的に沿ってまとめていく能力、すなわち統合する能力が長期間にわたって低下し、その経過中にある種の幻覚、妄想、ひどくまとまりのない行動が見られる病態である』(金)と定義されているにもかかわらず、統合失調症経験者の語りはネガティブなものだけではなくポジティブなものも多く含まれている事を発見した。苦しい体験をしたはずの多くの統合失調症経験者が、ポジティブな考えを持ち、語るのは何故だろうか。

日本においては Posttraumatic Growth に関する研究が未だ少なく、注目度も低い。その中で「ネガティブな体験に潜むポジティブな側面」に焦点を当てる事の有益性は大きいのではないだろうか。

1.1.2 Posttraumatic Growth(外傷後成長)とは

トラウマから苦悩を通してプラスに変容するという概念。(Tedeschi&calhoun,1996)
外傷、つまり危機的な体験(災害や事故、大きな病を患う事、大切な人の死など、人生を揺るがすようなさまざまなつらい出来事)およびそれに引き続く苦しみの中から、精神的な成長が体験されること(宅,2010)が Posttraumatic Growth(以下 PTG)の定義である。

現在、PTG はサバイバーによって体験・報告される心理的な成長として、近年さまざまな領域で注目を集めている。(宅,2010)

また「イベント発生からプラスに変容 (PTG) するまでのプロセスを順に辿ったところ、対象者全員が、イベントから何かの苦悩を体験したが、誰かのサポートを受けていた」(開,2006) とあるように、「外傷体験後のケアが適切になされたか」という点が、PTG の発生要因に大きな影響を与えていると考えられる。

Tedeschi&calhoun (1996) は、外傷体験後の成長を「ポジティブレガシー」と表現している。たとえ、外傷体験に遭遇しても、そこに人間的成長があり、精神的により深みを増すことができるなら、一般的に悪とされていることがらは、必ずしも悪い結果のみをもたらすわけではないことになる。(田口 古川,2005)

なお、PTG を体験後も、苦悩がなくなる事はない(Tedeschi&calhoun,2004)とされている。

宅(2010)は、PTG の五つの因子について、次のように説明している。

第一因子は、「他の人達との間で、より親密感を強く持つようになった」、「人間がいかに素晴らしいものであるかについて、多くを学んだ」等の 7 項目からなり、「他者との関係」と命名されている。つらい出来事を経験したことで、他者への共感性が増したり、既存の人間関係が、よりあたたかで親密なものになるなどの、人間関係に関連した成長を示している。

第二因子は、自分の人生に、新たな道筋を築いた」、「新たな関心事を持つようになった」等の 5 項目からなり、「新たな可能性」と命名されている。具体的には、重篤な病による家族の死を経験した人が、その体験をきっかけに、看護職に就くことになったり、つらい出来事をきっかけとして、ボランティア活動に従事するようになったりといった変容が例として挙げられる。

第三因子は、自らを信頼する気持ちが強まった」、「思っていた以上に、自分は強い人間であるということを見つけた」等の 4 項目からなり、「人間としての強さ」と命名されている。つらい出来事を経験して、何らかの形でそれを乗り越えたという実感を持つことで、人として強くなったと感じる成長を表している。

第四因子は、「宗教的信念が、より強くなった」、「精神性(魂)や、神秘的な事柄についての理解が深まった」の 2 項目からなり、「精神性的(スピリチュアルな)変容」と命名さ

れている。これは、実存的体験を含み、必ずしもキリスト教信者に限らず、信仰心を抱いていない者や、無神論者でもまた、何らかの形で体験され得ると説明されている。しかしながら、他の因子と比較すると、文化的背景の直接的影響は最も大きい因子だと言えるだろう。

第五因子は、「自分の命の大切さを痛感した」、「一日一日を、より大切にできるようになった」等の3項目からなり、「人生に対する感謝」と命名されている。出来事が起きる以前には、当然のように感じていたこと（平凡な生活や生きていることそのもの）に対して、あらためて感謝の念が生まれるという変容を示している。

上記の宅(2010)の五因子がどのように表現されているかを分析する。

セルフヘルプとしてのラジオ番組「月乃光司のハート宅配便」にみる統合失調症の生きづらさとPTG

「誰もが持っているちょっとした「生きづらさ」。そんな「生きづらさ」に効く「生きるコツ」を、様々な人生体験を乗り越えてきた女性サバイバーをお迎えしお聞きします。この番組を聞けば、100%とはいかなくても、33%でも生きることが楽になる、そんな力をリスナーのあなたにお届けします。」という言葉を掲げている、生きづらさを抱えた当事者による当事者のための「月乃光司のハート宅配便」というラジオ番組がある。今回は、すでに文字に起こされた闘病記などの出版物ではなく、生きづらさを抱えた当事者の生の声を筆者が文字に起こして分析する。

【目的】

出版物のように、何度も書きなおしができない「生の声」を分析することは、一瞬一瞬の感情の起伏がストレートに表れることに意味があるのではないだろうか。

本研究では、統合失調症の生きづらさとPTGをテキストマイニングによって明らかにすることを目的とする。

【方法】

(1) 分析対象

分析対象として、以下の発話データを収集し、分析した。

(1) 「月乃光司のハート宅配便」(2011) 2011/7/4 #105 ゲスト：中村ユキさん(1) オールニートニッポン事務局

(2) 「月乃光司のハート宅配便」(2011) 2011/7/9 #106 ゲスト：中村ユキさん(2) オールニートニッポン事務局

(3) 「月乃光司のハート宅配便」(2011) 2011/7/18 #107 ゲスト：中村ユキさん(3) オール
ニートニッポン事務局

(4) 「月乃光司のハート宅配便」(2011) 2011/7/24 #108 ゲスト：中村ユキさん(4) オール
ニートニッポン事務局

(5) 「月乃光司のハート宅配便」(2011) 2011/8/8#110 ゲスト：ベテルの家 清水里香さん
(1) オールニートニッポン事務局

(6) 「月乃光司のハート宅配便」(2011) 2011/8/16#111 ゲスト：ベテルの家 清水里香さ
ん (2) オールニートニッポン事務局

(7) 「月乃光司のハート宅配便」(2011) 2011/8/25#112 ゲスト：ベテルの家 清水里香さ
ん (3) オールニートニッポン事務局

(8) 「月乃光司のハート宅配便」(2011) 2011/11/07 #123 当事者研究 サラさん(1)オール
ニートニッポン事務局 <http://heart33.com/blog/archives>

(9) 「月乃光司のハート宅配便」(2011) 2011/11/14 #124 当事者研究 サラさん(2) オール
ニートニッポン事務局 <http://heart33.com/blog/archives>

(10) 「月乃光司のハート宅配便」(2011) 2011/11/21 #125 当事者研究 サラさん(3) オール
ニートニッポン事務局 <http://heart33.com/blog/archives>

(11) 「月乃光司のハート宅配便」(2011) 2011/11/28 #126 当事者研究 サラさん(4) オール
ニートニッポン事務局 <http://heart33.com/blog/archives>

(2) 分析方法

統合失調症に罹患または家族が罹患した経験をもつ当事者と司会者の三組の対話をテキスト化し、Text Mining Studio Ver. 4.1 により、テキストマイニングの手法を用いて内容語の分析をおこなった。語りのデータは対話の構成に従い、1 発話を 1 行として入力した。分析は(1)テキストの基本統計量、(2)単語頻度分析、(3)特徴語分析、(4)対応バブル分析、(5)注目語情報の分析、(6)原文参照による PTG の検討の順に行った。

【結果】

1) 基本情報

表 3 は統合失調症に罹患または家族が罹患した経験をもつ当事者の語りの基本情報である。総行数は対象発話を表しており、3 人であった。平均行長とは一人当たりの自由記述の文字数を表しており 35.2 文字であった。総文数は 1362 文で、平均文長は 17.6 文字であった。内容語の延べ単語数は 8807 で、単語種別数 1513 だった。

表 1 基本情報

項目	値
1 総行数	681
2 平均行長(文字数)	35.2
3 総文数	1362
4 平均文長(文字数)	17.6
5 延べ単語数	8807
6 単語種別数	2513

2) 単語頻度分析

単語頻度分析とは、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。表 2 は頻度上位 20 までの単語頻度を表している。「お母さん」は 81 個、「人」と「病気」は 73 個、「良い」は 66 個、「言う」・「凄い」はそれぞれ 62 個だった。

表 2 単語頻度



単語	品詞	頻度
1 お母さん	名詞	81
2 人	名詞	73
3 病気	名詞	73
4 良い	形容詞	66
5 言う	動詞	62
6 凄い	形容詞	62
7 いる	動詞	54
8 自分	名詞	51
9 家族	名詞	45
10 行く	動詞	45
11 思う	動詞	45
12 やる	動詞	43
13 わかる	動詞	42
14 感じ	名詞	41
15 出る	動詞	41
16 いう	動詞	40
17 統合失調症	名詞	36
18 一緒	名詞	33
19 わかる+ない	動詞	32
20 話	名詞	32

図2 単語頻度

特徴語分析とは、群において特徴的に出現する単語及び係り受け表現を抽出する分析である。表 4は補完類似度(単語頻度の大小を考慮した上で、その属性に偏って多く出現することばを抽出する)を用いて3組の対話を用いて特徴語を表した。サラさんでは、「お客さん」「当事者研究」「幻聴さ

ん」などの単語がある。清水里香では、「仲間」「べてる」「清水さん」、中村ユキでは、「お母さん」や「結婚」、「タキさん」といった単語がみられた。

表 3 特徴語抽出

	ファイルID-1	指標値	ファイルID-1	ファイルID-2	指標値	ファイルID-2	ファイルID-3	指標値	ファイルID-3
1	▶ お客さん		21.704	仲間		23	お母さん		21.491
2	行く		20.977	べてる		22.979	病気		20.769
3	サラさん		17.634	思う		21.794	結婚		19.771
4	人		16.603	清水さん		20.339	中村さん		18.672
5	仙台		16.278	浦河		16.271	タキさん		12.082
6	当事者研究		16.16	引きこもる		14.797	パートナー		10.984
7	幻聴さん		14.685	お母さん		14.776	主人		9.885
8	わかる		12.386	考える		14.305	症状		9.885
9	出る		11.766	マイナスのお客さん		14.238	凄い		9.626
10	やる		11.029	北海道		12.271	本		9.539
11	いる		10.911	サトラレ		12.204	読む		8.252
12	つながり		10.852	幸せ		11.288	お父さん		8.064
13	現実世界		10.852	生活		10.304	一人		8.064
14	順調		10.852	思う+?		9.678	正しい		7.689
15	生きる		10.616	入院		9.254	薬		7.342
16	地震		9.495	一緒		8.897	辛い		6.807
17	福島		9.495	良い		8.876	お金		6.778
18	揺れ		9.495	辛い		8.338	ひどい		6.778
19	感じ+?		9.024	23		8.136	漫画		6.778
20	来る		8.788	もつ		8.136	シンドい		6.59
21			0	頑張る		8.136	マンガ		6.59
22			0	具合		8.136	入る		6.59
23			0	人たち		8.136			0
24			0	川村先生		8.136			0
25			0	栃木		8.136			0

注)ファイル ID-1=サラ、ファイル ID - 2=清水里香、ファイル ID-3=中村ユキ

4) 対応バブル分析

対応バブル分析のグラフは、属性と単語を 2 次元上にマッピングしたものであり、関連の強いものが近くに配置されるよう計算される。1 つの丸(バブル) は 1 つの単語もしくは属性に対応しており、バブルの大きさは単語の頻度もしくは属性の出現回数に対応する。

図 3 は 3 組の対話の対応バブル分析 (3 名分) の結果を表している。3 つの青い丸はそれぞれ「サラ」「清水里香」「中村ユキ」を表し、緑の丸は単語を表している。図 3-1 は、名詞・動詞・形容詞データを分析した結果である。「サラ」「清水里香」「中村ユキ」は

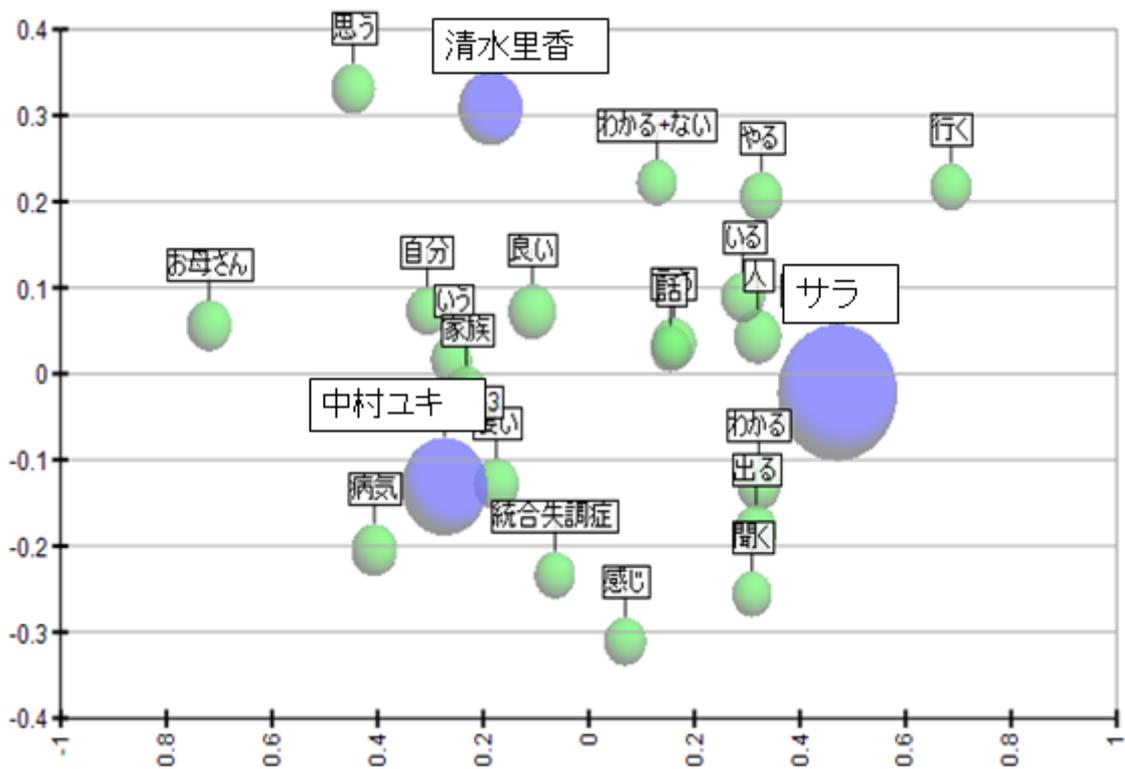


図 3-1 組別対応バブル分析

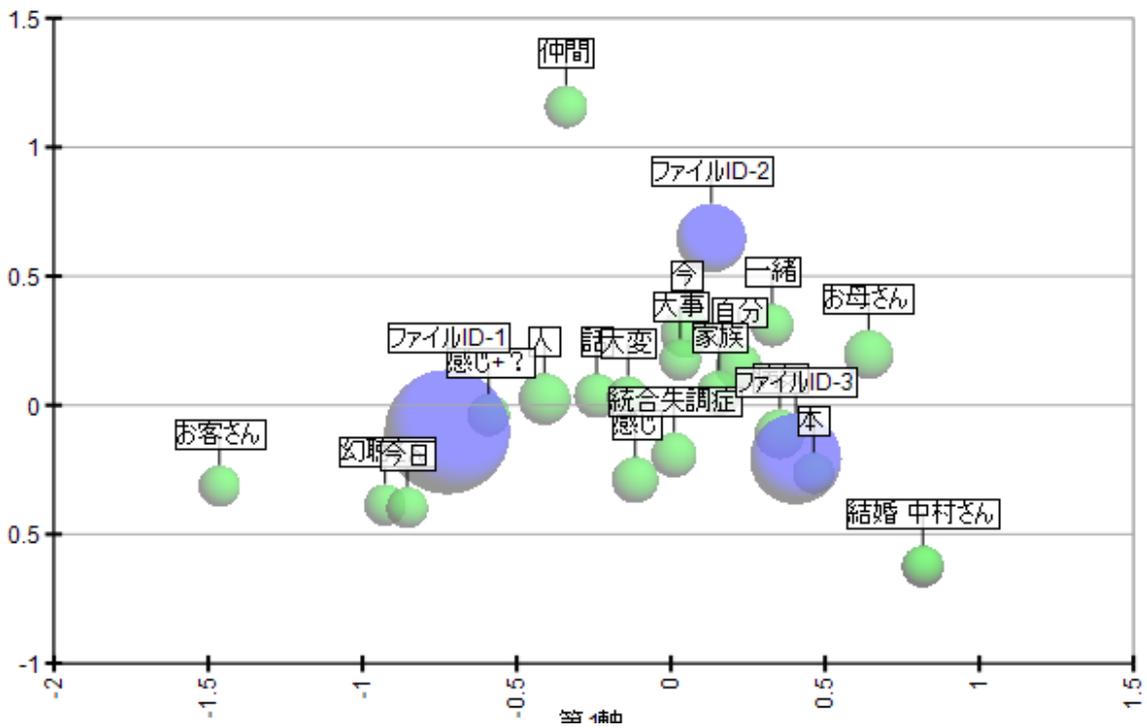


図 3-2 組別対応バブル分析 (名詞)

注)ファイル ID-1=サラ、ファイル ID - 2=清水里香、ファイル ID-3=中村ユキ

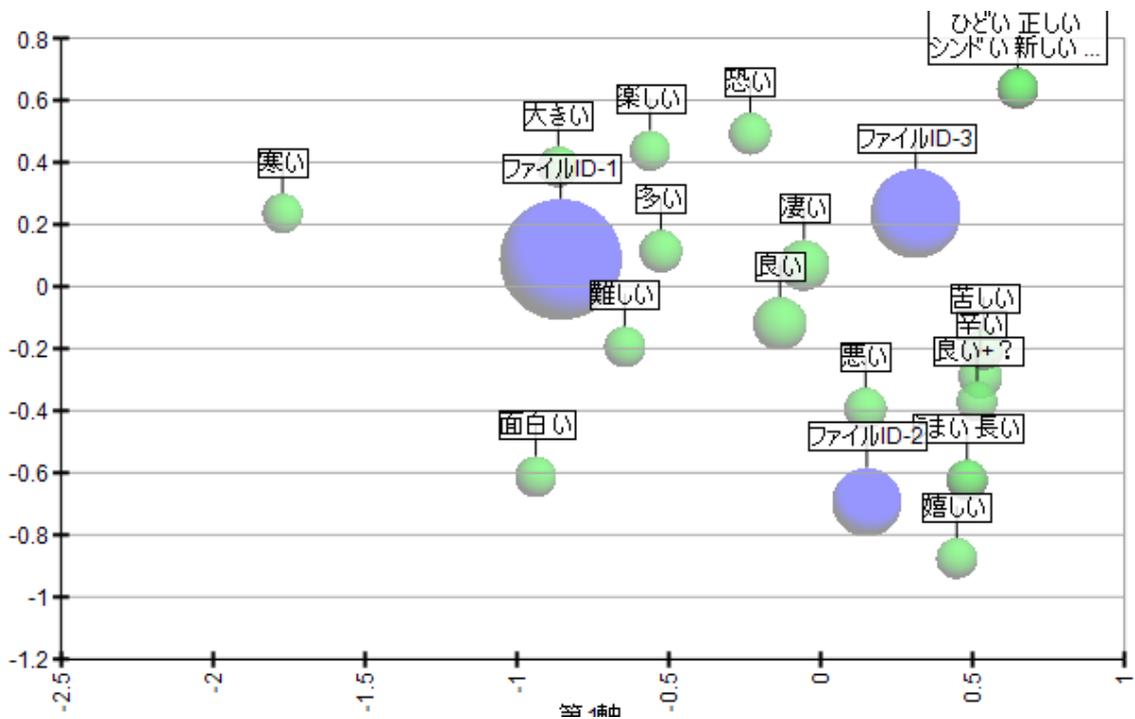


図 3-2 組別対応バブル分析 (形容詞)

注)ファイル ID-1=サラ、ファイル ID - 2=清水里香、ファイル ID-3=中村ユキ

5) 注目語情報の分析

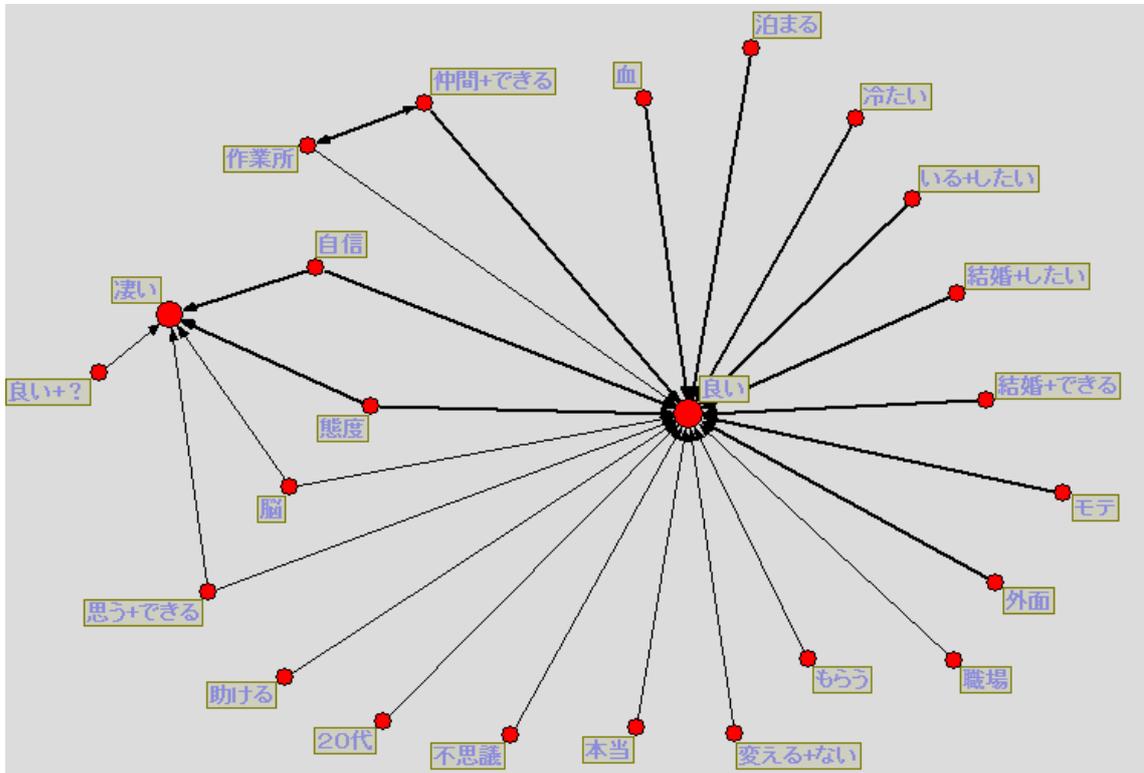


図 x 「良い」を注目語にした注目語情報の分析

6) 原文参照による PTG の検討

(1) 第一因子「他者との関係」

「とても人とのつながりっていうのはとても大事だと思います。」(サラ)、「そうですね。地震は確かに天災かもしれないです。でも、地震があったからこそ人とのつながりが増えたっていうか、人との絆が深まったっていう気がしました、すごく。」(サラ)、「はい。人とのつながりをつくるっていうことが一番重要なんです。人はひとりでは生きていけないので。」(サラ)、「そうですね。私だけじゃないんだっていうのがわかると思うんですよたぶん。似たような苦労をほかの人もしてるんだって、涙ながらに話す人もいれば、にこにこしながら私はこうだと思うよっていう話をする人もいれば、いろんなひとがいるんですよ。いろんな人の意見を聞くのも楽しいですしね。で、対処の方法がいろいろあがってくるので、それをどれやってみようかなって選ぶのも楽しいですし。」(サラ)、「お母さんに後から聞いたら、どこかで私のこと信じてたって。本当に何年間も引きこもって、最後の方は仕事もせずに昼夜逆転の生活してる私を見てても、どこかで里香は大丈夫

だというふうに心のどこかで思ってたって言うてくれたんですよね。」(清水)、「それも母親の見えない力というか、何かを信じてくれてた。別にそれが根拠のない理由でいいんですよ。でも、どこかで信じてくれてたんだなと思うと、今でもよかったなと、この母親でよかったなって。」(清水)、「私ははじめ彼にね、母が統合失調症であって、昔こんな大暴れしたこともあったんだよとは言えなかったんです、怖かったから。一緒に暮らせなくなっちゃうんじゃないかなってというのは。でも知ってからも全然態度、対応も変わらないし、お母さんのことよく知ってるから、別に問題ないわって言うてくれて。上手に病気とね人っていうのを切り離して考えられる人なので、よかったかなーって。で、他人であるタキさんがね、母のことを理解してくれて嫌わない、病気があるからってことで離れたりしなかったから、だから母はすごく人への信頼っていう意味で自信になったと思います。」(中村)

(2)第二因子「新たな可能性」

「当事者研究は昔からやっているけど、当事者研究をするようになって、自分の心のメカニズムを、みんなと一緒に、仲間と一緒に解明していくっていうのが面白いところなんですけど。」(清水)、「そのときは保護っていう意味でね、入院させてもらったって言うてくれたら安心だったんですけど、警察にしょっぴかれたのかっていうんで、恥ずかしいっていうのと、社会に迷惑を掛けたっていうのと、もうそっちばっかしで気が動転しちゃって、私だったらそんなことさせなかって、自分で何としても阻止したのになって、家庭内でっていうことなんですけど。で、すごく落ち込みましたね。でも、結果的には措置入院はすごくよかったと思って、それは私の中で、隠さなきゃっていう気持ちを払拭してくれたんですよね。もうここまできたら堂々としてようみたいな。で、声を上げれるようになったっていうのがまず第1段階としてよかったなって。で、措置入院の時に簡単に病気の説明はあったんですけど、気が動転してるから病気の説明なんか残っちゃいなくて、結局理解できないままずっと過ごすことになって、それから4、5年経ってからようやく、地域生活支援センターっていう施設と巡りあったことで、そこの職員さんに統合失調症は脳の病気なんですよって言われて、えー、心って言われたらよくわかんなかったんだけど、脳って言う臓器の病気だったんだってすこし光が見え始めたっていう。理解できそうだって思い始めたきっかけですね。」(中村)

(3)第三因子「人間としての強さ」

「やっぱり、自分のことを知るきっかけになりましたよね。自分ってこういう人間なんだ、自分ってこういう病を持っているんだ、自分の幻聴さんってこういう幻聴さんで、こういう対処の仕方があるんだ、こういうコミュニケーションの取り方をすればいいのか、どういう人間関係だったらもっと自分が楽になるかなあとか、どういう生き方だったらもっと生きやすくなるかな。そういうのがわかって

くるようになるんですね、だんだん、研究すればするほど。」(サラ)、

(4)第四因子「精神性的(スピリチュアルな)変容および人生に対する感謝」

スピリチュアルな変容は見られなかった。

(5)第五因子「人生に対する感謝」

「そうそう。それを思うとね、飛び込もうと思っていた時期があったからこそ、何もない今がめっちゃめっちゃ幸せなんだっていうのは、気付いたら二十代の病気で本当にごっちゃ煮だったんですけど、頭の中は。その頃の苦労も今の私を構成してくれている大事な要素で、それは体験しなかったら今の幸せはなかったなと思う。それは確信してる。だから、二十代の頃のすごくつらかった七年間くらい、二十三で発病して三十で浦河に出会って。三十で出会ってからも苦労してるんだけど。ただ黙々と、仲間といる大切さっていうのもわからず、弱さを出さなきゃいけないってことも分からず、ただひたすら隠すことに費やした七年間を経験したからこそ、今がいいんだって思えてるっていうのはね、自信がありますね。」(清水)、

【まとめ】

以上の分析方法により「大きな病」としての統合失調症には、外傷、つまり危機的な体験（災害や事故、大きな病を患う事、大切な人の死など、人生を揺るがすようなさまざまなつらい出来事）およびそれに引き続く苦しみの中から、精神的な成長が体験されること(宅,2010)があるということが分かった。中でも、第一因子である「人とのつながり」が PTG を促進させることが明らかになった。

【謝辞】

学生研究奨励賞の原稿作成にあたり、Text Mining Studio を貸与いただいた株式会社数理システム様に感謝致します。また、本研究に際してご指導を頂きました伊藤武彦先生に深謝いたします。そして多くのご指摘を下さいました、伊藤研究室OBの松上伸丈さんに感謝いたします。

最後に、本研究に使用させて頂いたラジオの出演者で、自身や家族の闘病経験を語ってくださった月乃光司さん、サラさん、清水里香さん、中村ユキさんに心から感謝いたします。

文献

American Psychiatric Association (APA) . (1980) . Diagnostic and statistical manual of mental disorders (3rd ed.) . Washington, DC: American Psychiatric Association.
Antonovsky A. (1987) . Unraveling the mystery of health: How people manage stress and stay well. San Francisco, CA: Jossey-Bass. (山崎喜比古・吉井清子(監訳) (2001).

健康の謎を解く：ストレス対処と健康保持のメカニズム 有信堂)

安藤清志 (2010) . 否定的事象の経験と愛他性 東洋大学社会学部紀要, 47 (2) , 35-44.

Bandura, A. (1977) . Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavior change. *Psychological Review*, 84, 191-215.

Calhaun, L. G, Cann, A., Tedeschi, R. G., & Mcmillian, J. (2000) . A correlational test of the relationship between posttraumatic growth, religion, and cognitive processing. *Journal of Traumatic Stress*, 13 (3) , 521-527.

Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2006) . The foundations of posttraumatic growth: An expanded framework. In L. G. Calhoun, & R. G. Tedeschi, (Eds.) , *Handbook of posttraumatic growth*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates. pp.3-23.

千葉理恵・宮本有紀・船越明子 (2010) . 精神疾患をもつ人におけるベネフィット・ファインディングの特性 日本看護科学会誌, 30 (3) , 32-40.

Haglund, M. E., Nestadt, P. S., Cooper, N. S., Southwick, S. M., & Charmey, S. (2007) . Psychological mechanism of resilience: Relevance to prevention and treatment of stress-related psychopathology. *Development and Psychopathology*, 19 (3) , 889-920.

門林道子 2011 生きる力の源に一がん闘病記の社会学— 青海社 81-120

開 浩一 (2005) . 頸椎損傷者の受傷からの成長の可能性 長崎ウエスレヤン大学現代社会学部紀要, 3 (1) , 35-46.

開 浩一 (2009) . 危機からのスピリチュアリティの覚醒とポジティブな変容 長崎ウエスレヤン大学地域総研紀要, 7 (1) , 35-40.

堀 洋道・松井 豊・宮本聡介 (編) (2011) . 心理測定尺度集VI サイエンス社

Janoff-Bulman, R. (1989) . Assumptive worlds and the stress of traumatic events: Applications of the schema construct. *Social Cognition*, 7, 113-136.

Kaler, M. E., Erbes, C. R., Tedeschi, R. G., Arbisi, P. A., & Polusny, M. A. (2011) . Factor and structure and concurrent validity of the Posttraumatic Growth Inventory-short form among veterance from the Iraq war. *Journal of Traumatic Stress*, 24 (2) , 200-207.

加藤 敏・八木剛平 (編) (2009) . レジリエンス 金原出版

Kobasa, S. C. (1979) . Stressful life evens, personality and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1-11.

窪寺俊之 (2004) . スピリチュアルケア学序説 三輪書店

Linley, P. A. & Joseph, S. (2005) . The human capacity for growth through adversity. *American Psychologist*, 60 (3) , 262-264.

日本精神神経学会ウェブページ http://www.jspn.or.jp/ktj/ktj_s/schizophrenia01.html
(2012年11月9日取得)