ある統合失調症闘病記のリカバリーとヘルパー・セラピー原則

西純一『精神障害を乗り越えて：40歳ピアヘルパーの誕生』の内容分析およびテキストマイニング

小　平　朋　江　保健医療福祉の総合大学 聖隷クリストファー大学

いとうたけひこ　和光大学

日本心理学会第79回大会

名古屋国際会議場1号館1Fイベントホール

ポスター発表3EV-044

2015年9月24日（木）15:30-17:30

（在席責任時間16:30-17:30）

問題

- 小平・いとう（2012）は統合失調症闘病記を検索・収集し217冊をリスト化
- 野中（2011）は新たな回復概念は「精神障害をもつ方々の手記活動から生まれた」と意義づけ、当事者のナラティブにはリカバリーのヒントが満載されていると指摘
- 浦河べてるの家は当事者研究で、「自分の助け方について研究」（向谷地，2009）し、その成果を集めて講演会を行い、書籍を出版することで、統合失調症の回復やリカバリーとしての新たな考え方や生き方を同じ病いを抱えている人や、支援者・研究者など人々と共有する実践に取り組む
- Gartner & Riessman(1977）はセルフ・ヘルプ・グループの特徴を「援助をする人がもっとも援助をうける」とし、ヘルパー・セラピー原則と名づけ、そのメカニズムを説明

統合失調症闘病記217冊のリスト化

心理科学第32巻第2号

表２　統合失調症の闘病記の単行本リスト

番号	著者名	発行年	書名	出版社
40001	高村光太郎	1941	智恵子抄	龍星閣・青空文庫
40002	クリフォード・ホイティンガム・ビーアズ（1908）（加藤普佐次郎・前田則三訳）	1949	わが魂にあう（ふ）まで	羽田書店
50001	セシュエー（1950）（村上仁・平野 恵 訳）	1955	分裂病の少女の手記：心理療法による分裂病の回復過程	みすず書房
60001	小林美代子	1966	精神病院	文芸首都
60002	小林美代子	1967	繭となった女	講談社
60003	西丸四方	1968	病める心の記録：ある分裂病者の世界	中公新書
70001	小林美代子	1971	髪の花	講談社
70002	ハナ・グリーン（1964）（佐伯わか子・笠原 嘉 訳）	1971	デボラの世界：分裂病の少女	みすず書房
70003	石川正一	1973	たとえ僕に明日はなくとも	立風書房
70004	標 哲郎	1977	歩いてきた道・歩く道	星和書店
70005	笠原 嘉	1978	ユキの日記：病める少女の 20 年	みすず書房
80001	佐々木章一	1980	分裂病の娘の記録	晩聲社
80002	クリフォード・ホイティンガム・ビーアズ（1908）（江畑敬介 訳）	1980	わが魂にあうまで	星和書店
80003	松本昭夫	1981	精神病棟の二十年	新潮社（文庫
80004	リュシアン・ボナッフェ（1966）（山田悠紀男 訳）	1985	僕は分裂病です：ある精神分裂病患者の物語	同朋舎

10013	中村ユキ	2010	わが家の母はビョーキです２　家族の絆編	サンマーク出版
10014	利光康子	2010	統失：あなたは知っていますか、この病を？	太陽書房
10015	中村ユキ・当事者のみなさん・福田正人（監修）	2011	マンガでわかる！統合失調症	日本評論社
10016	SumiNasu	2011	天使との会話『花詩集』	文芸社
10017	東郷知可	2011	限界	文芸社
10018	ラグーナ出版編集部（編）	2011	勇気をくれた言葉たち：精神病体験を救ってくれた言葉	ラグーナ出版
10019	西島寿幸	2011	半次郎と幻聴ミゲルの夢物語	文芸社
10020	荒木だご	2011	精神病のオレよりの国への遺書	ブイツーソリューション
10021	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　「爆発」は「つながり」への渇望だ！	NPO 法人コンボ
10022	ハーモニー	2011	幻聴妄想かるた（解説冊子『露地』）	医学書院
10023	小林和彦	2011	ボクには世界がこう見えていた：統合失調症闘病記	新潮社
10024	平井美帆	2011	獄に消えた狂気：滋賀・長浜「２園児」刺殺事件	新潮社
10025	高村恋うたろう	2011	大切なあなたへ：妻を救ったのは薬でも機械治療でもなかった	文芸社
10026	NHK「ドラクロワ」制作班	2011	ドラクロワ	新人物往来社
10027	尾崎福生	2011	学童交差点	ラグーナ出版
10028	西 純一	2011	西純一の精神障害者ホームヘルパー日記	文芸社
10029	夢里紬	2011	詩う月	文芸社
10030	タニシだいき	2011	統失ひきこもり４年生	文芸社
10031	月野弥生	2011	森の出口、晴れた空	文芸社
10032	柏 繁男	2012	二度ガンが消えた：わが人生の記録	文芸社

統合失調症の闘病記のリスト
――ナラティブ教材の可能性を展望する――

小 平 朋 江　　いとう たけひこ
（聖隷クリストファー大学）　（和光大学）

Making a List of Autobibliographical Books on People with Schizophrenia For Narrative Educational Materials

Tomoe KODAIRA　　Takehiko ITO
（Seirei Christopher University）　（Wako University）

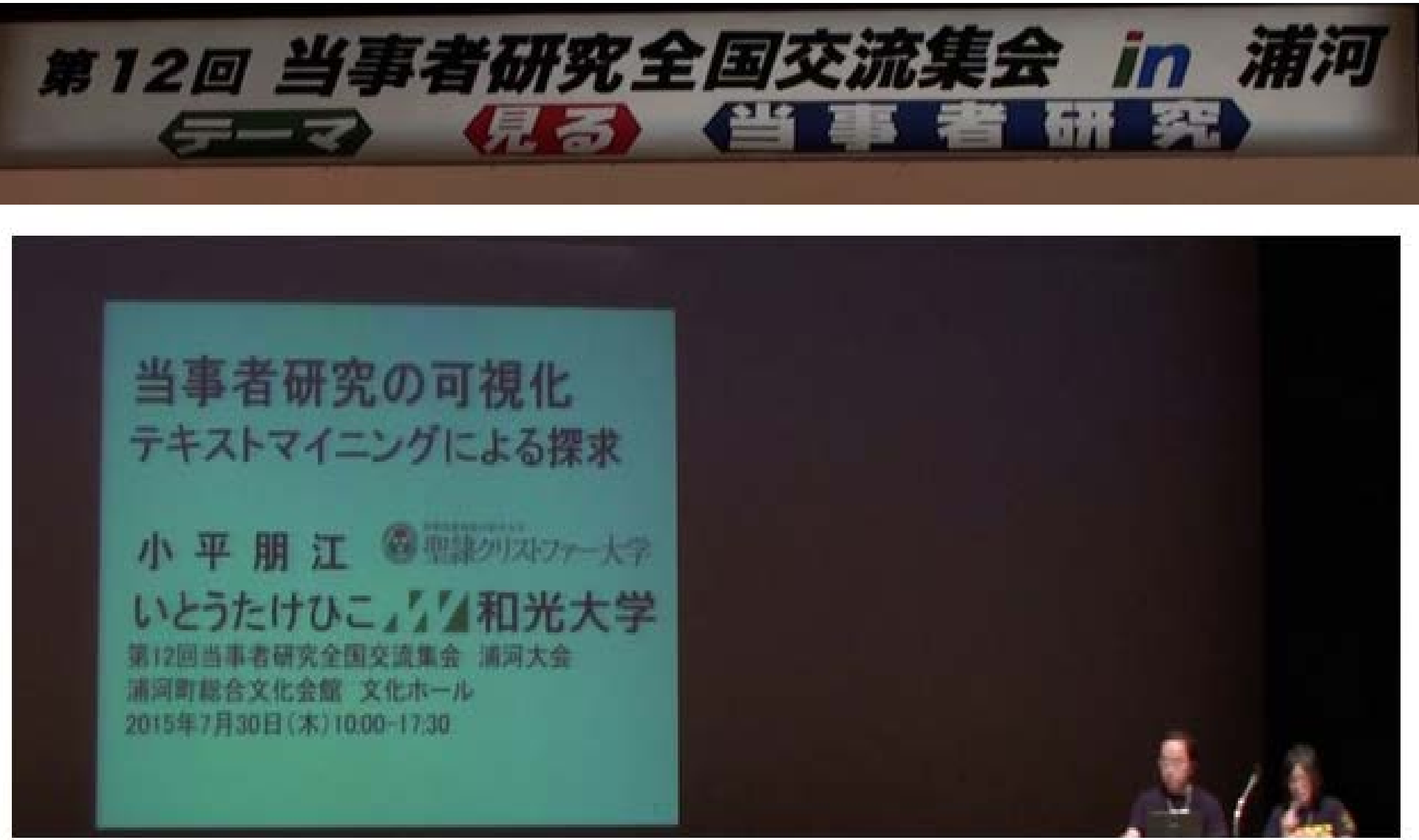
ナラティブとリカバリー

●手記活動　野中（2011）
・新たなリカバリー概念は…精神障害をもつ方々の手記活動から生まれた
・当事者のナラティブにはリカバリーのヒントが満載

●浦河べてるの家「当事者研究」　野中（2012）
・治療して「病気」自体をなくしてしまうことを意識」するのではない
・こうしたあり方は「リカバリー（回復）」という言葉で議論され、注目される

浦河べてるの家「当事者研究」

- 「自分の助け方について研究」（向谷地，2009）



近年、当事者研究の研究が盛んに行われていますが、和光大学の伊藤先生と聖隷クリストファー大学の小平先生からは「当事者研究の可視化 テキストマイニングによる探求」という研究発表をいただきました。

HOKKAIDO NEWS LINK

「北海道ニュースリンク(www.hokkaido-nl.jp)」は、北海道の参加新聞社がニュース・イベントを配信するサイトです

全国交流とべてるまつり 当事者や研究者が参加【浦河】

日高報知新聞 - 2015/08/01 15:07

べてるまつりの歌で開幕したべてるまつり

「第23回べてるまつりin浦河」が7月30、31の両日、浦河町総合文化会館で開かれ、全国から精神障がいを持つ当事者や関係者らが多数参加して病気との付き合い方を考えた。

精神障がい者の活動拠点・浦河べてるの家などによる実行委主催。今回のテーマは「世界の苦労と出会う」。

30日は当事者研究的視点で取り上げる「第12回当事者研究全国交流集会」(実行委主催)が開かれた。

福島県立医科大学会津医療センター精神医学講座の丹羽真一医師が「当事者研究に期待すること」のテーマ、和光大学のいとうたけひこさんと聖隷クリストファー大学の小平朋江さんが「当事者研究の可視化・テキストマイニングによる探求」のテーマ、スカイプでは東京大学先端科学技術研究センターの熊谷晋一郎さんが「いま、なぜ、見る当事者研究」のテーマでそれぞれ講演し、分科会や全体会も行われた。

31日の本祭では、開会で実行委員長の早坂潔さんが「今年もべてるまつりがやってきました。楽しく僕たちの演技を見ていってください」とあいさつし、べてるのメンバーが「べてるまつりの歌」を披露して開幕。

続いてシンポジウム「世界の苦労と出会う」では、スリランカとバングラデシュ、アメリカ、韓国の4カ国から計5人が来場し、自国や世界の活動などをパネルディスカッションし、海外でのつながりを深める当事者研究の意義を参加者たちが共有した。

この後、「べてる1年の報告」や幻想・妄想で最もユニークなものを表彰する「幻覚&妄想大会」などが行われた。

2014年8月29･30日べてるまつり

メイドinうらかわ　苦労の先進地うらかわから世界へ

- べてるまつり会場で向谷地先生、川村先生と

目的

- ヘルパー・セラピー原則を背景に
- テキストマイニング手法で

  当事者の表現の特徴

  用いられた単語の量的な分析

  当事者はリカバリーについてどのように語るか

  当事者視点で統合失調症リカバリーの考察

方法

- 分析対象

西純一（2007年出版、文芸社）

『精神障害を乗り越えて:

40歳ピアヘルパーの誕生』

方法

- 中学・高校時代、大学時代、就職
- 発症、再発、再々発して4回の精神科への入院
- 駅で奇声、錯乱状態、閉鎖病棟入院、保護室
- デイケア、地域作業所を利用した闘病生活
- ピアサポートやピアヘルパーの活動に出会う
- 専門学校でホームヘルパー2級の資格を取得
- ピアヘルパーとして支援した方々との関わりあい
- 仕事を得て、統合失調症からリカバリー

方法

- 本書の内容を個別分析（西平, 1996）
- テキストマイニングソフトウェア

  Text Mining Studio 4.2で分析

方法

闘病記・手記・当事者研究をテキストマイニング

テキストマイニングに期待できること

↓

- 対象としたテキスト（鉱山）からマイニング（発掘）を行い鉱石を見つけだす（小平・いとう・大高，2010）
- 大量の文字データにおける頻度や関係から新たな事実をあぶり出す（いとう，2013）
- 「みんなの気持ち」の可視化（谷山ら，2013）

↓

当事者視点での回復の姿を明らかにできる可能性

結果　基本情報：形式的特徴

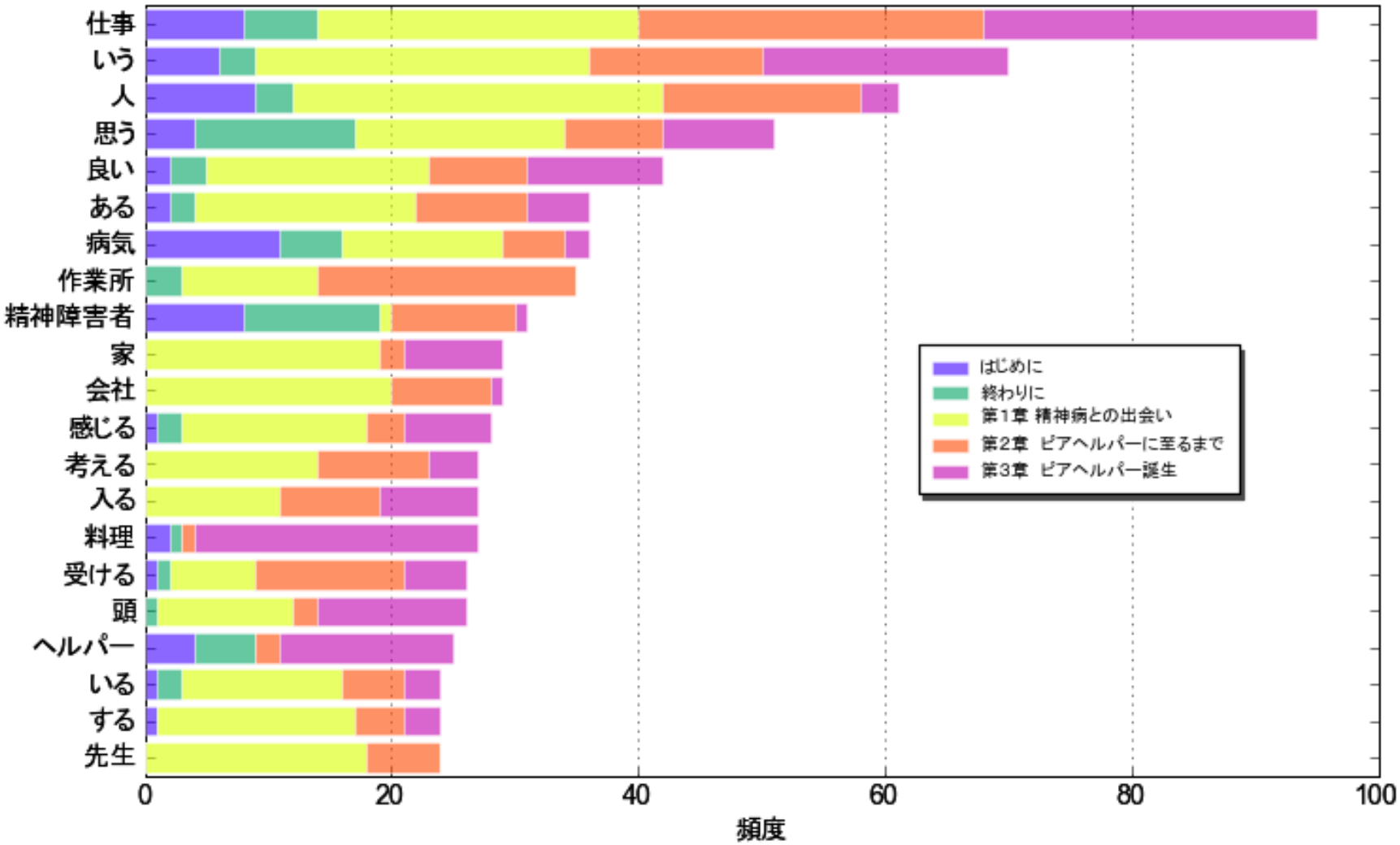
- 総文数　1136文
- 平均文長（文字数）　21.6文字
- 延べ単語数　9558語
- 単語種別数　3338単語

（タイプ・トークン比　0.35）

結果 単語頻度分析：使用頻度の多い単語

- 「仕事」(95)←*本書では一貫した話題*
  - 第1章「精神病との出会い」(26)
  - 第2章「ピアヘルパーに至るまで」(28)
  - 第3章「ピアヘルパー誕生」(27)
- 「いう」(70)
- 「人」(61)
- 「思う」(51)
- 「良い」(42)
- 「ある」(36)
- 「病気」(36)
- 「作業所」(35)
- 「精神障害」(31)
- 「家」(29)
- 「会社」(29)

結果 単語頻度分析：各章ごとの比較



結果　特徴語分析：章と単語の関係

- 各章に特徴的に出現する単語

第1章「精神病との出会い」

「うつ状態」「友達」「飲む」「会社」「する」

第2章「ピアヘルパーに至るまで」

「デイケア」「作業」「軽作業」「実習」「職員」

第3章「ピアヘルパー誕生」

「事業所」「一人暮らし」「ヘルパー」「やってくる」「見習い」

結果　原文参照：「仕事」と「リカバリー」

- Tさんのためになりたいという思い
- 苦労もあったが、**仕事**を与えられたことによって、病気はどこへ行ってしまったのだろうかというくらいに症状が消えつつあった
- このような過程を専門用語では**リカバリー**と言うらしい
- ピアであるからこそというか、ピアであるためにできる**仕事**

考察

- 単語頻度分析
  「仕事」について最も頻度高く話題にしている
  ピアヘルパーの仕事で利用者のためになりたい
  思いを綴りながらリカバリーを語っている

・精神病の発症を「精神病との出会い」とポジティブ
  に捉え発症後の著者のリカバリーが方向づけられた

・野中（2011） ヘルパー・セラピー
  リカバリーをめぐってピアカウンセリングなどの活動で
  重要な視点
  「あなたを助けることが私を助けることになる」
  「誰かの役に立つ行為が自分を奮い立たせ、能力を
  最大限に発揮させる」

考察　ヘルパー・セラピー原則

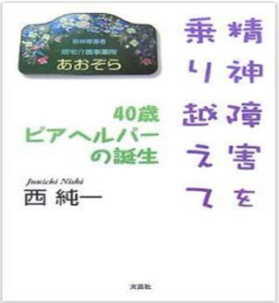
- Gartner & Riessman(1977）
- ３つのメカニズム

(1)援助者は依存的であることが少なくなる。

(2)同じような問題をもつ人のことで苦闘するなかで、援助者は自分の問題を距離をおいてみる機会が与えられている。

(3)援助者は援助の役割をとることによって社会的に役立っているという感じをもつことができる。

考察　西純一のリカバリー



- 自分自身の病気や症状とうまく折り合いをつけながら自律的に生き、自らのリカバリーを見出し、同じ病を抱えるピアとして支援者として闘病記を世に送り出し、社会に問いかける
- この生き方は、ヘルパー・セラピー原則のメカニズムに通じるもので、書名の『精神障害を乗り越えて…』の通り、著者の統合失調症からのリカバリーであると考える
- 本書を出版後、『西純一の精神障害ホームヘルパー日記』（2011年）、『西純一のプロへの道程：精神障害ホームヘルパーとして』（2014年）の2冊を出版

考察

2011年　文芸社

『西純一の精神障害ホームヘルパー日記』

2014年　文芸社

『西純一のプロへの道程：精神障害ホームヘルパーとして』

今後の課題

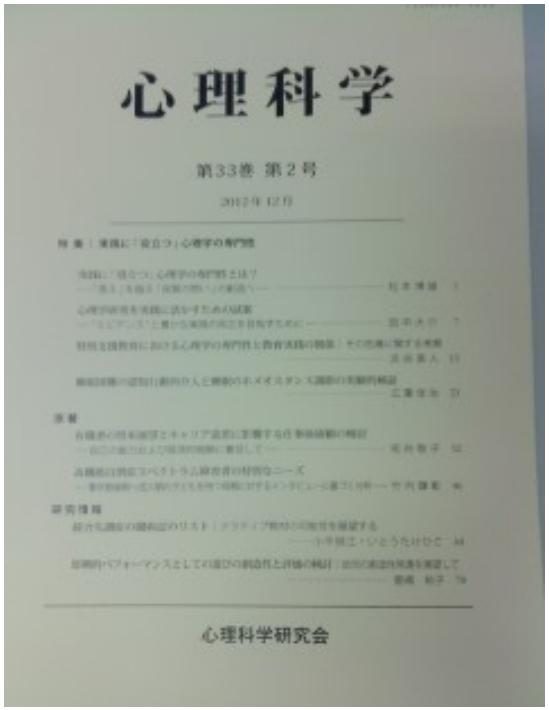
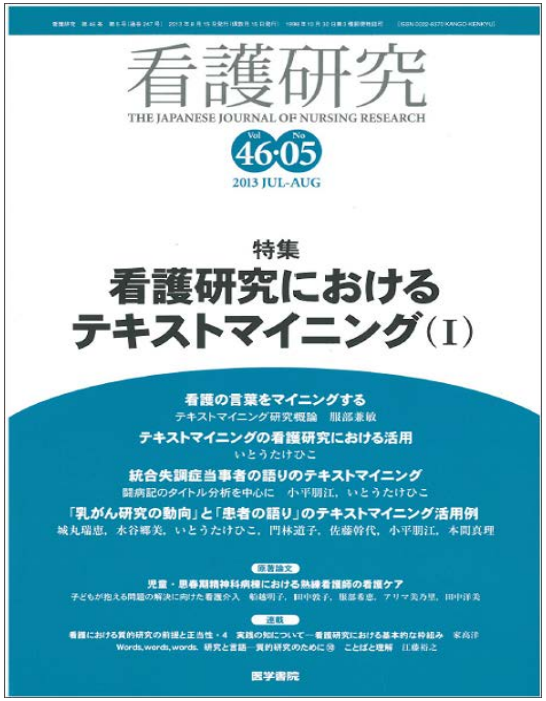
- 前述の2冊の著書と併せて分析
- リカバリーと関連の深い
  レジリエンスや心的外傷後成長（PTG）の視点からの検討

【謝辞】本研究は平成27年度～平成29年度科研費基盤研究C（課題番号:15K11827）の助成を受けた。

関連した小平・いとうの先行の研究

- 小平・いとう（2013）統合失調症当事者の語りのテキストマイニング：闘病記のタイトル分析を中心に 看護研究, 46(5) , 485-492.
- 小平・いとう（2012）統合失調症の闘病記のリスト：ナラティブ教材の可能性を展望する 心理科学, 33(2), 64-77.
- 小平・いとう・大高（2010）統合失調症の闘病記の分析：古川奈都子『心を病むってどういうこと？：精神病の体験者より』の構造のテキストマイニング 日本精神保健看護学会誌, 19(2), 10-21.
- 大高・いとう・小平（2010）精神障害者の自助の心理教育プログラム「当事者研究」の構造と精神保健看護学への意義：「浦河べてるの家」のウェブサイト「当事者研究の部屋」の語りのテキストマイニングより　日本精神保健看護学会誌, 19(2), 43-54.

ありがとうございました

ご自由にお取りください

闘病記、手記、当事者研究の研究に取り組んでいます