



精神科デイケアにおいて当事者同志で語り合うグループに参加することの意義と難しさ

メタデータ	言語: Japanese 出版者: 福島県立医科大学看護学部 公開日: 2025-04-14 キーワード (Ja): 精神科デイケア, 当事者, 語り合うグループ, スタッフの関わり方 キーワード (En): psychiatric day care, participants, narrative discussion, staff commitment 作成者: 小林, 里美, 吉田, 純子, 円谷, 善孝, 大川, 貴子 メールアドレス: 所属:
URL	https://fmu.repo.nii.ac.jp/records/2002358

精神科デイケアにおいて当事者同志で語り合うグループに参加することの 意義と難しさ

Exploring the significance and difficulties of narrative discussion at a psychiatric day care.

小林 里美¹⁾, 吉田 純子²⁾, 円谷 善孝³⁾, 大川 貴子⁴⁾
Satomi KOBAYASHI¹⁾, Junko YOSHIDA²⁾,
Yoshitaka TSUMURAYA³⁾, Takako OHKAWA⁴⁾

キーワード：精神科デイケア，当事者，語り合うグループ，スタッフの関わり方

Key words：psychiatric day care, participants, narrative discussion, staff commitment

Abstract

The aim of this study was to clarify how difficult it is for the members to find out their own significance to take part in narrative discussion at the psychiatry day care. This study also discussed how difficult it was for them to keep continuing to be participants in the narrative discussion, and what they were expecting from the staff.

For this study, we had qualitative descriptive analysis based on semi-structural interviews for the 19 participants who had taken part in the narrative discussion at the psychiatry day care.

Through the narrative discussion, the participants found out that the group was a place to be honest, and to explore something new about themselves. On the other hand, they had met some difficulties running the group by themselves, such as how to accept each other.

To develop an effective group, the staff needs to accept each participants as who they are, seeing them as an independent/responsible individual in their own communities. It is also important for the staff to participate in discussions with the participants to make an effective group, and to clarify the significance of the group by basing it on developing a framework for the narrative discussion.

要 旨

本研究の目的は、当事者同志で語り合うグループの参加者が感じているグループに参加することの意義や難しさ、スタッフに求めていることについて明らかにすることである。本グループの参加経験者19名を対象に、半構造的面接を行い、質的記述的に分析した。その結果、グループに参加することによって、心から寄り添える仲間と本音で語り合い、新たな気付きが得られている一方で、当事者が主体的に運営する中には、進め方が不明確であることでの展開の難しさや、他の参加者が自分の意見を受け止めてくれない辛さも感じていることが明らかとなった。スタッフに対しては、参加者を地域で生活を営んでいる一人の生活者として捉えて、会に参加して欲しいと望んでいた。以上より、参加者とスタッフが共にグループのあり方について検討し、その枠組みを整理していく必要があることが示唆された。

1) 福島県厚生農業協同組合連合 高田厚生病院 Takada Kosei Hospital JA Fukushima Koseiren

2) 福島県立ふくしま医療センターこころの杜 Fukushima Prefectural Medical Center of Mental Health

3) 福島県立ふくしま医療センターこころの杜 Fukushima Prefectural Medical Center of Mental Health

4) 福島県立医科大学看護学部小児・精神看護学部 Department of Child Health and Mental Health Nursing, Fukushima Medical University School of Nursing

I. はじめに

精神科デイケア（以下デイケア）は、地域で生活する精神障害者のリハビリテーションを担う場の一つとして展開されている。2012年3月5日の厚生労働省の告示によると、デイケアは「精神疾患を有する者の社会生活機能の回復を目的として個々の患者に応じたプログラムに従ってグループごとに治療するもの」と規定されている¹⁾。デイケアの活動にスタッフとして関わってきた筆者らは、このようなデイケアの目的を達成するために、デイケアの利用者（以下メンバー）同士が支えとなるグループ活動が行えるようプログラムを検討し提供しよう努めてきた。しかしある時、筆者らが所属するデイケアのメンバーから、「自分から何かしゃべるのがやりたい、自分たちで自由にしゃべるやつをできないか」と提案があった。このような提案が出された背景には、メンバーには現在提供されているプログラムだけでは満たされないものがあり、スタッフには把握されていないニーズがあるのではないかと考えた。

当事者同士が自らの体験を語ることにについては、精神障害者小規模作業所のメンバーによる「仲間との助けあいや支え合い」という体験をしていたこと²⁾が報告されている。また、セルフヘルプグループ（Self-Help Group；以下 SHG）メンバーからの提案によって始まった語り合う場においては、メンバーに自己認識の変化が生じていたこと³⁾を明らかにしている。うつ病の SHG の参加者においては、SHG の存在が心の支えとなっているが、一方では、グループ運営の難しさも抱えていることが報告されている⁴⁾。しかし、デイケアにおいてメンバーからの提案によって始まった語り合う場についての報告はされていない。

そこで、デイケアのメンバーは、当事者同志で語り合うグループに何を求めているのかを明らかにできれば、デイケアのスタッフにとって当事者主体の活動に関わる上で基礎資料となると考えた。

II. 研究目的

本研究の目的は、デイケアのメンバーからの提案で始まった当事者同志で語り合うグループの参加者にとって、本グループに参加することの意義や難しさ、また、スタッフに求めていることは何かを明らかにすることである。

III. 研究方法

1. 研究対象者

本研究は、2病院（X病院、Y病院）のデイケアにおいて、メンバーからの提案で実施されている当事者同志で語り合うグループの参加経験者を対象とした。

2. 当事者同志で語り合うグループの発足とスタッフの関与について

X病院のデイケアは、精神科単科の病院の中にある大規模デイケアである。X病院のデイケアには、医師1人（兼任）、看護師3人、作業療法士1人、臨床心理士1人が配置されていた。当事者同志で語り合うグループは、メンバーから「当事者同士で話し合うのがやりたい」と提案があり、スタッフとメンバーとのミーティングで話し合いが行われ、発足した。開催は、月に1度とし、開催する曜日は特に設定しないことをミーティングの場で話し合った。毎月同じ場所で行い、司会進行は、参加者が自主的に決めて運用している。語り合うテーマは自由であり、参加も自由である。参加者は6～7人である。スタッフの関与は、「メンバーだけで話したい」というメンバーの希望から本グループには直接関わらず、参加者の視覚には入らないような位置で参加者の話を聞きながら、グループ活動の様子を見守っている。

Y病院のデイケアは、精神病床をもつ一般病院の中にある小規模デイケアである。Y病院のデイケアには、医師1人（兼任）、看護師2人、作業療法士1人が配置されていた。当事者同志で語り合うグループは、活動ミーティングの中で、メンバーから「みんなで語り合う時間をプログラムに入れてほしい」、「自分の経験をみんなに聞いて貰いたい」と提案があり、発足した。開催は、月に1度とし、語り合うテーマは自由であり、参加も自由である。参加者は6～7人である。本グループの開始当初は、スタッフがグループの活動の進行をしていたが、徐々に進行を譲り、現在は、参加者が中心となって進行している。スタッフは、このグループに入り、同席して、参加者の様子を見守っている。

3. データ収集の方法

インタビューガイドを用いて、語り合うグループに参加する意義や参加する中で難しいと感じていること、および、スタッフに求めることについて、半構成的面接を行った。インタビューは、プライバシーを守ることができる個室で行い、対象者の許可が得られた場合はICレコーダーに録音し、許可が得られない場合はメモをとることの許可を得た。インタビューは、1名につき1～2

回実施した。1回目では、インタビューガイドに沿ってインタビューを行った。2回目では、1回目のインタビューで十分に聞き切れなかったことや、話された内容の意味について確認をしたいことを中心にインタビューを行った。データ収集は、筆者が所属していない病院の対象者に対して行った。

4. データ収集期間

2014年6月から12月までであった。

5. 分析方法

対象者毎に、逐語録を作成し、当事者同志で語り合うグループに参加することの意義、グループに参加することの難しさ、スタッフに求めることについて抽出し、コード化した。対象者毎に抽出されたコードを対象者間で比較検討し、X病院、Y病院での共通性、差異性に注目しながらコードを集め、カテゴリー化した。分析の過程においては、信頼性の確保のために、精神看護及び質的研究のエキスパートのスーパービジョンを受けながら行なった。

6. 倫理的配慮

筆者らが所属していた機関の倫理委員会の承諾を得て実施した。対象者には、研究の目的、内容、方法について説明すること、研究への協力は任意であり、協力しなくても不利益を被らないこと、インタビューはいつでも中止や回答の拒否ができること、対象者の匿名性が保持されることを文書及び口頭にて説明し、書面にて同意を得た。

表1. 研究対象者の概要

	対象者	年齢	性別	対象者が語った病名	デイケアの通所年数	当事者同志で語り合うグループの参加回数
X病院	A	40歳代	男性	統合失調症	3年	2～3回
	B	60歳代	男性	統合失調症	12～13年	1回
	C	50歳代	女性	統合失調症	10年	7～8回
	D	50歳代	男性	統合失調症	18年	3回
	E	60歳代	男性	統合失調症	9年	毎月
	F	40歳代	女性	躁鬱病 統合失調症	1年9ヶ月	参加ができる時は参加している 回数は不明
	G	60歳代	男性	不眠症	3～4年	2～3回
	H	70歳代	男性	統合失調症	6～7年	7～8回
	I	50歳代	男性	統合失調症	6～7年	数え切れない
	J	50歳代	女性	躁鬱病 統合失調症	18年	10回くらい
Y病院	K	40歳代	男性	発達障害	2年半	10回以上
	L	50歳代	男性	躁鬱病	5～6年	毎回
	M	40歳代	男性	適応障害	5ヶ月	毎回
	N	30歳代	男性	不安障害	1年9ヶ月	2回
	O	40歳代	男性	癲癇	2年半	毎回
	P	60歳代	男性	分裂病	6年	毎回
	Q	30歳代	男性	うつ	1年	毎回
	R	50歳代	女性	躁鬱病	4～5年	ほぼ参加
	S	40歳代	女性	パーソナリティ障害	1年半	毎回

IV. 結果

1. 研究対象者の概要 (表1)

本研究では、精神科デイケアにおいてメンバーからの提案で始まった当事者同志で語り合うグループの参加経験者19名（X病院10名、Y病院9名）を研究対象者とした。対象者の年齢は、X病院では40歳代2名、50歳代4名、60歳代3名、70歳代1名であった。Y病院では30歳代2名、40歳代4名、50歳代2名、60歳代1名であった。

対象者が語った病名は、X病院では統合失調症7名、統合失調症及び躁鬱病2名、不眠症1名であった。Y病院では分裂病、発達障害、適応障害、不安障害、癲癇、パーソナリティ障害、うつ各1名、躁鬱病2名であった。デイケア通所年数は、X病院では3年未満1名、3年以上6年未満2名、6年以上10年未満3名、10年以上4名であった。Y病院では3年未満6名、3年以上6年未満2名、6年以上1名であった。

分析の結果、カテゴリーは《》，コードは〈〉、インタビューより得られた研究対象者の語りは斜体で表記する。

2. 当事者同志で語り合うグループに参加することの意義

当事者同志で語り合うグループに参加することの意義として、《心から寄り添える仲間がいる》《本音を語り合える》《新たな自分に生まれ変わる》《自分を認めてもらえる》《新たな気づきが得られる》《参加者が主体的に進めることができる》《効果的なコミュニケーション方法が体験的に学べる》の7つのカテゴリーが抽出された(表2参照)。以下より、それぞれについて述べる。

表2. 当事者同志で語り合うグループに参加することの意義

カテゴリー	コード
心から寄り添える仲間がいる	同じ傷を負った者同士だから寄り添える
	仲間に寄り添いたい思い
	語り合うことで生きる勇気が湧いてくる
	悩み事を聴くことで自分だけじゃないと思える感覚がある
	共通の趣味をもつ仲間と語り合える
	同じような悩みを抱えた似た者同士であると気づいた
	貴重な意見をアドバイスしてくれる参加者がいる
	今までは知らなかった参加者の別な一面を知ることができる
	共感してくれる仲間がいる
	弱音を受け止めてくれる参加者がいる
	心を開いて語り合える参加者がいる
	心の病気を抱えた者同士だから語り合える
	気持ちをさらけ出して話せる
本音を語り合える	心に抱えている思いやエピソードを語り合える
	心の底から湧き上がる思いを言葉で表現できる
	話題と向き合って真剣に語り合える
	自分の思いを語れることで心の重苦しさが消える感覚がある
	語り合うことで心が晴れ晴れとしてくる
	自分の話を受け止めてもらえた
	語り合うことで心が和んでくる
	気を許して語り合える
	気持ちを裸にして語り合える
	相手の話にも耳を傾けられる自分に生まれ変わった
新たな自分に生まれ変わる	一言でも参加者と話せるようになった
	地域生活の中での自分の存在価値を相談したい
自分を認めてもらえる	自分の努力を話したり聴いてもらいたい
	自分のことを他者はどう捉えているか確認したい
	自分の思いを語れることで受け入れてもらえたと思える感覚がある
	語り合いの中から新しい見方が得られる
新たな気づきが得られる	考え方はそれぞれ違うことに気づいた
	仲間の話から新たな気づきが得られる
	障害を抱えて生活を続けていくための手掛かりとなる
	参加者の思いを聴くことで様々な知識が得られる
	自分と同じような考えを参加者も持っていると感じた
	生活に活かせる手掛かりが得られる
	参加者からのアドバイスが気づきの手掛かりとなる
	障がいを抱えていることに気づかせてもらえた
	自分たちの思い通りに進めることができる
参加者が主体的に進めることができる	過去に行っていたピアカウンセリングをもう一度行いたい
	参加者のことを思いやりながら語り合える
	自分たちでやり遂げたい
	自分たちに任せられている
	参加者同士の橋渡し役を担える
	自分が話したいことを話せる
	他者の話にも耳を傾けられるようになった
	参加者の話す内容に合わせる
効果的なコミュニケーション方法が体験的に学べる	相手が受け入れやすいように自分の考えを伝える
	他のプログラムで学んだことを実際に行なえる

1) 心から寄り添える仲間がいる

《心から寄り添える仲間がいる》とは、生活のしづらさを抱えた参加者の話を聴いたり、語り合うことで、孤独から解放される感覚が得られていたり、参加者からの励ましの言葉が自信につながり、仲間同士が心から支え合うということである。

仲間の辛い気持ちを受け止めたという対象者は、〈仲間に寄り添いたい思い〉を、以下のように語っていた。
メンバーさんで、その〇〇（会の名称）の中で話をし

ながら涙を流すことが印象的でしたね。やっぱ泣きながら話したいって、それをなんか、んー。わかってくれないから、わかって欲しい人がいるみたいな感じで言う。それは、自分もわかるから。その辛さって、その気持ちはおかしいから、自分ではその人の気持ちを受け止めて、一生懸命聴いて、一生懸命その人の気持ちになろうって思ってた。

ピアサポーターの経験を持っているというこの対象者は、辛い気持ちを語ってくれる参加者に共感したい気持ちがあることについて語っていた。

2) 本音を語り合える

《本音を語り合える》とは、参加者同士で、心の底から湧き上がってくる思いを言葉で表現したり、自分の体験したエピソードを参加者同士で真剣に語り合ったりすることである。

今まで、辛い経験をしてきたという対象者は、〈語り合うことで心が和んでくる〉ことを、以下のように語っていた。

やっぱ自分ってこう社会に入ってくと、健常者のこう中傷的な言葉の暴力で言われることがありますよね。その時に、傷ついた時に、その仲間がどんな気持ちになるか、「〇〇さんだけじゃないよ。ぼくもそういうことになったことあるよ」って言われると、健常者から言われると当事者の仲間「〇〇ちゃんじゃなくて僕らもあんだから、あまり気にすることないよ」とか言葉のサポートつか言葉のエールをもらえると嬉しくなるんです。(中略)自分1人だけじゃないみんな同じような立場になってるんだなって思うと、生きる支えって言うかね、生きる強さをもらえるんですけども。(中略)やっぱり、当事者の仲間ですよ。同じ病気の仲間がどんなふうな思いで悩んでるんだかね、その相手にエールを与えたり、エールをもらったりね。そんで、もし問題が解決したならばね、癒しになれるときもあるんです。パワーもらえるって言うかね。普通の雑談会話ではこういう話ではできないんですけども。

このように、今までに自分が辛い経験をしたことを語り合うことによって、参加者も同じように悩みを持っていること、そして、悩みを打ち明けたことによって、参加者からの意見が自分の支えとなり、生きる力となっていた。問題が解決した時には、心の傷が癒されていくことについても語られていた。

3) 新たな自分に生まれ変わる

《新たな自分に生まれ変わる》とは、以前の自分にはできなかった相手の話を聴くという技能が身についたことや参加者の考えに対する気づきを持てたことによって、新たな捉え方が得られているということである。

広い気持ちを持てるようになったという対象者は、〈相手の話にも耳を傾けられる自分に生まれ変わった〉ことを、以下のように語っていた。

前は自己中心的で、自分だけで時間をとってたんですけども、今は考え方変えて、相手の話を聞いてあげて相手の悩みとか苦しみをとってね、そういうふうなね、そういうことに関して、自分がエールを送るを与えることが出来てきたっていうふうに思いますね。(中略)どなたかがその時間内で話してくれるつうのがあつと、自分としては、あの広い気持ちになったつうか、人の話を聞

けるような自分になったつうか、そういう自分が生まれて来ましたね。

この対象者は、以前は、自分が話す時間を独り占めしていたと語っていた。当事者同志で語り合うグループにおいては、参加者が意見を述べる時間を平等になるようにしたことで、他の参加者の話にも耳を傾けられるようになり、自分が変化していることに気がついたことを語っていた。

4) 自分を認めてもらえる

《自分を認めてもらえる》とは、当事者同志で語り合うグループの参加者に、自分の努力を聴いてもらうことで、自分の努力を評価して欲しいことや地域生活の中で自分はどのような価値があるのか、そして、自分のことを参加者はどのように捉えているか確認することである。

障害者として働くことの厳しさ、経済的な面での生活の難しさを経験している対象者は、1日仕事をしてこられたという満足感が得られて、十分に満たされた時、その思いを、当事者同志で語り合うグループの参加者に〈自分の努力を話したり聴いてもらいたい〉と次のように語っていた。

仕事のこととか、そういう自分の近くに仕事の手伝いに行ったりしたこととか、そういうことに対して、あのなんつうの、その時は1日そうやって仕事してきたっていう満足感があったからですね。うん、聞いてもらいたくて。

この対象者は、当事者同志で語り合うグループの参加者を「仲間同士だからお互いを思う気持ちがある」と述べていた。

5) 新たな気づきが得られる

《新たな気づきが得られる》とは、参加者同士で語り合うことによって、今まで見落としていた事や気がかりな事に気づきが得られるということである。

当事者同志で語り合うグループに参加している中で〈考え方はそれぞれ違うことに気づいた〉ということを、以下のように語っていた。

就労なんですけど、就労について、その一自分の病気を隠した方がいいのか、隠さない方がいいのかっていうことで、若いうちはあの一、どっちかって言えば隠した方がいいっていう若い人の考え方があって、まだ若いから将来的なことも考えてそうした方がいいんじゃないっていう意見で、それ(自分の病気を隠した方がよい)について他の人の考え方もそうした方がベターじゃないかなって言うふうに思う人が多いんですね。多いんですよ。自分としては、なんかむしろオープンにした方が長続きするんじゃないかなって、どっちかっていうと思う

んですよ。でも、みんなは違うんですよ。あーやっぱり考え方って違うんだなって思うんですよ。オープンにするか、クローズドにするかって言うのを違うんだなって驚いたんです。

ここでは、参加者同士で一つのテーマについて語り合った時、自分と参加者の考え方には違いがあると気づいたことについて語られていた。

6) 参加者が主体的に進めることができる

《参加者が主体的に進めることができる》とは、スタッフは直接関与せずに、参加者が主体となって、このプログラムを進めることができるということだった。

参加者が主体となって、〈自分たちの思い通りに進めることができる〉ということを以下のように語っていた。

〇〇会は、なんでもいいから自由にしゃべるっていうことね。(中略)話すテーマも色々だしね。(話すテーマ)自由だね。(中略)スタッフは隣で聞いてて患者中心でやってるから、そこも自由なんだよな。(中略)しゃべれる人もいっけど、中にはしゃべらんねー人もいんだよな、わかってても話しない人もいるからな。そこも自由なのかな。

このように、当事者同志で語り合うグループでは語り合うテーマが決められてはおらず、自由に設定できることを自由であることのひとつとしてあげられていた。さらに、スタッフは話を聞いているだけで直接関与せず、参加者の発言については、話しても話さなくても良く、本人の選択に任せていることについて語っていた。

7) 効果的なコミュニケーション方法が体験的に学べる

《効果的なコミュニケーション方法が体験的に学べる》とは、参加者に自分の考えや気持ちを伝えたり、他者の話に耳を傾けたりするというコミュニケーション方法が体験的に学べることである。

効果的なコミュニケーション方法の一つとして、〈他者の話に耳を傾けられるようになった〉ことを以下のように語っていた。

今までは、相手の気持ちを聞かなかったし、言葉を途中でやめたっていうの、それで言い切りにしてた。(中略)貫き通すだけでも社会に出た時やっていけないって言うか、人に言われて初めて気づくこともあります。(中略)言葉のチョイスが違ったりとか、どういう風に言えばいいのみたいな感じで、アドバイスもらって、それで、こういう風に言えばいいんだみたいな。(中略)良かったなってって感じですよ。(中略)そこで一つ気付けたっていうか。

この対象者は、今までは他者の話に耳を傾けることができなかったり、言葉が足りないことから他者に誤解を

されてしまっていた。他者に誤解されないような会話ができるようになって社会復帰したいという目標も語っていた。

3. 当事者同志で語り合うグループに参加する中での難しさ

当事者同志で語り合うグループに参加する中での難しさとして、《語り合いがスムーズに進まない》《他の参加者の意見を整理できない》《他の参加者に自分の求めていることが伝わらない》《他の参加者から言われる意見がしんどい》《緊張した雰囲気が窮屈に感じる》《他の参加者に気をつかう》の6つのカテゴリーが抽出された(表3参照)。以下より、それぞれについて述べる。

1) 語り合いがスムーズに進まない

《語り合いがスムーズに進まない》とは、参加者それぞれが自由に語り合っていたり、当事者同志で語り合うグループの中心となって引っ張っていきけるような参加者がいなかったり、参加者が平等に語れなかったりすることによって、語り合いがスムーズに進まないことである。

デイケアにおいて社会生活技能訓練(Social Skills Training; 以下 SST)のプログラムに参加しているという対象者は、当事者同志で語り合うグループに参加する中での難しいと思うこととして、〈語り合うグループのルールが決まっていない中での話しにくさ〉を次のように語っていた。

(SSTは)ルールがあるんですよ。だから、そのルールにのっとってやるので、やりやすいし言いやすい。(中略)〇〇(会の名称)はスタッフが一切入ってこないで自分たちだけでやるから、SSTっていうみたいにはいなくて。(中略)〇〇(会の名称)はみんなでただ話していくだけだから、特にテーマも決まっていなくて…。

このように、当事者同志で語り合うグループは、参加者が主体となって行っているが、ルールが決められていないために、参加者が自由に話しているだけであることが述べられていた。また、参加者同士で語り合うテーマが決まっていなかったために、参加者同士の話しにくさを抱えていることも語っていた。

2) 他の参加者の意見を整理できない

《他の参加者の意見を整理できない》とは、参加者の話の語意を理解することが不十分だったり、他者からの意見を整理して自分で選択していくことが難しいことである。

入退院を繰り返している対象者は、〈参加者からの貴重な意見を自分で整理できずに考えがまとまらなくなる〉という難しさを以下のように語っていた。

表3. 当事者同志で語り合うグループに参加する中での難しさ

カテゴリー	コード
語り合いがスムーズに進まない	語り合うグループのルールが決まっていない中での話しにくさ
	リーダーシップをとれる参加者がいない
	違った意見を求められない難しさ
	参加人数が多いことで平等に語り合えない難しさ
	相手の話を聴くことができない参加者がいることで司会者としての役割がしづらい
	参加者同士が共通の話題を気軽に語り合えない
	語り合うグループの目的がわからない中での話しにくさ
	語り合うテーマが決まっていない中での話しにくさ
	話しすぎる参加者がいる
	話がかみ合わないことで語り合いが進まない
他の参加者の意見を整理できない	自分たちで語り合うグループを進められない
	参加者からの貴重な意見を自分で整理できずに考えがまとまらなくなる
他の参加者に自分の求めていることが伝わらない	参加者の意見を理解することの難しさ
	仲間に自分の気持ちが伝わらない
	語り合うグループに参加する目的意識が参加者と違うことに気が付いた
	自分から出した話題に参加者の反応が薄くてさみしい
他の参加者から言われる意見がしんどい	語り合いたい話題がすり替わってしまう
	思いやりのない意見がしんどい
	参加者の意見が強すぎて居心地が悪い
緊張した雰囲気が窮屈に感じる	参加者からコメントが返ってくることがしんどい
	改まった雰囲気が話しにくい
	複数名の中では話せなくなる
	失敗体験を話せるタイミングを見計らう
他の参加者に気をつかう	緊張して話しにくい
	話したいときに話せない
	輪に入れないでいる参加者が気になる
	他の参加者に遠慮して話に混ざれない
	考え方が違う参加者の話に合わせざるを得ない
	司会者として参加者に気をつかう
	自分が思っている本当の事を話せない
	参加者の話題に混ざれない
	語り合いたい話題が出てこない

1人1人の意見があつて当然なんですけど、それについて、その一、あまりにもそのいいところもバラバラな意見も出ちゃうこともあるし、また逆に1つの意見がいいところがたくさんあつて混乱しちゃうこともありますね。

このように、当事者同志で語り合うグループでは、参加者からたくさんの意見が出ている。その中には、さまざまな意見があるため、この対象者は1つの意見を選択したり、それぞれの考えの良いところを整理できず、混乱してしまうことが語られていた。

3) 他の参加者に自分の求めていることが伝わらない

《他の参加者に自分の求めていることが伝わらない》とは、自分の考えを参加者に伝えようと努力しているのに、その意図が相手に伝わらないことである。

他の参加者の本音を引き出すことが難しいと述べていた対象者は、〈仲間に自分の気持ちが伝わらない〉ということを以下のように語られていた。

あんまり発言しない方がいらっしゃるんですけど、自分は話して欲しいなあって思うんで、ふつたりもするんですけど、全然話ししなかったりとか、あと、途中で帰っちゃったりするとなんかすごく淋しいですね。何かしら

思いがあつて来てるんだから、言つて欲しいなあって思うんですよ。

この対象者は、仲間の心に秘めている思いを引き出したいという思いや本音は吐き出して欲しいという思いがあるため、他の参加者に話をふつたりするような努力もしている。しかし、何も話さなかったり、途中で退席してしまう参加者もいるため、自分が意図して行っていることが仲間に伝わらないと語っていた。

4) 他の参加者から言われる意見がしんどい

《他の参加者から言われる意見がしんどい》とは、当事者同士の語り合いの中で、相手に対して思いやりのない意見が参加者から返ってきたり、参加者の意見が強すぎてしまうために、気持ちが沈み、辛くなってきてしまうことである。

ある対象者は、〈思いやりのない意見がしんどい〉ということ、以下のように語られていた。

「あなたばかり話すじゃなくて他の人の話も聞いたほうがいい」って言われた時に、あの一、私もその1人なんだけども、そういうときって傷ついちゃうんじゃないかなって。

ここでは、自分のことを熱心に話し続けてしまうがばかりに、参加者から思いやりのない意見が返ってくることによって、その人が心を痛めてしまうのではないかと心配していることについて語られていた。

5) 緊張した雰囲気が窮屈に感じる

《緊張した雰囲気が窮屈に感じる》とは、慣れない状況と改まった雰囲気であることから居心地の悪さを感じることである。

ある対象者は、〈改まった雰囲気が話しにくい〉という難しさを以下のように語っていた。

違う部屋で、移動してそういう場を設けていたから、何か緊張するみたいな感じはあったんですけど、(中略) ちょっと、きついな。改まっちゃうと誰も喋れないな、休憩時間だと、自分の気持ちで話を始められたりできるんで。

ここでは、休憩時間とは違う状況と改まった雰囲気であることから、当事者同志で語り合うグループの中には話しにくさがあることについて語られていた。

6) 他の参加者に気をつかう

《他の参加者に気をつかう》とは、当事者同志で語り

合うグループの中では、参加者のことを思い、言葉を選んで話したり、気に掛けたりすることである。

ある対象者は、〈話したいときに話せない〉という難しさを以下のように語っていた。

結構しゃべる人がいらっちゃって、その人メインの話になっちゃって、何かみんなが話せないような感じになっちゃったみたい。 (中略) 遮るような感じで入ってきちゃう人がいるから空気よんでほしいなってそういう感じはありました。

当事者同志で語り合うグループの中には主となって話し続けてしまう参加者もいることから、話をしたい時でも話ができないという難しさが語られていた。

4. 当事者同志で語り合うグループにおいてスタッフに求めること

当事者同志で語り合うグループにおいてスタッフに求めることとして、《当事者が主体的に語り合う場に入って見守っていて欲しい》《平等な立場で寄り添って欲しい》《戸惑った時に力を貸して欲しい》《話しやすくなるように枠組みを明確にしてほしい》《参加者が主体的に語り合う場を存続させて欲しい》の5つのカテゴリーが抽出された(表4参照)。以下より、それぞれについて述べる。

表4. 当事者同志で語り合うグループにおいてスタッフに求めること

カテゴリー	コード
当事者が主体的に語り合う場に入って見守っていて欲しい	聴き役になっていて欲しい
	今まで通り同じ場の中に居て欲しい
	今まで通り自分たちの隣で話を聴いていて欲しい
	参加者同士の語り合いを同じ場の中で見守っていて欲しい
	スタッフも一緒に参加して居て欲しい
	話さなくても同じ場に居て欲しい
平等な立場で寄り添って欲しい	障害を抱えて地域生活をしている人の気持ちを理解して欲しい
	参加者の1人としての意見の交換をして欲しい
	当事者の気持ちを理解して欲しい
	当事者の目線の近くに居て欲しい
	参加者に混じって語り合って欲しい
	弱みもあるひとりの人間として話に混ざって欲しい
戸惑った時に力を貸して欲しい	役割を持つ参加者が困った時にそっと助け舟を出して欲しい
	はめを外し過ぎた時にけじめをつけて欲しい
	語り合いがうまく進むようにかじ取りをして欲しい
	場を丸くおさめて欲しい
	参加者同士でトラブルが生じた時に間を取り持って欲しい
	予想しない意見から心の動揺があった時に気分を和らげて欲しい
	語り手に思いやりの言葉をかけて欲しい
	発言をしない参加者に声を掛けて欲しい
	話しすぎる参加者に向き合ってほしい
	話題を整理してまとめて欲しい
	むきになってしまった時にブレーキをかけて欲しい
	語り合いが途切れないようにサポートして欲しい
	雰囲気を和ませて欲しい
話しやすくなるように枠組みを明確にしてほしい	体調を気づかって欲しい
	話すきっかけをつくってほしい
	スタッフの参加方法をはっきりして欲しい
	目的と方向性をつくって欲しい
参加者が主体的に語り合う場を存続させて欲しい	当事者同士で語り合える場をなくさないで欲しい
	参加者同士で語り合わせて欲しい

1) 当事者が主体的に語り合う場に入って見守っていて欲しい

《当事者が主体的に語り合う場に入って見守っていて欲しい》とは、当事者が主体的に行う語り合う場に入って、参加者の心の声に耳を傾けたり、参加者同士の語り合う様子を見守っていて欲しいということである。

当事者同志で語り合うグループの中心となるリーダーが欲しいと語っていた対象者は、スタッフに求めることについて、〈聴き役になっていて欲しい〉ということをして、以下のように語っていた。

〇〇(会の名称)には、聴く専門の人がいてもいいってことだな。〇〇(会の名称)っていうと、話をするのが好きな人と、話をする必要のある人と、話さない人、満足できない人、こういう人たちは大勢いますから、そういう人たちの聴き役になっているのもいいなって思えますよ。

ここでは、当事者同志で語り合うグループの中でのスタッフの役割として、聴き役になっていて欲しいことについて語られていた。

2) 平等な立場で寄り添って欲しい

《平等な立場で寄り添って欲しい》とは、デイケアのスタッフという立場ではあるが、障害を抱えていても、参加者はスタッフと同じく地域社会で生活している1人の人間であることを理解して欲しいということである。そして、当事者同志で語り合うグループにおいては、参加者とスタッフ双方が同じ目線に近くなるように、参加者の心の声に耳を傾けて、平等な立場になって寄り添って欲しいということであった。

当事者同志で語り合うグループでは、スタッフにも同じ〈参加者の1人としての意見の交換をして欲しい〉ということを以下のように語っていた。

当事者が、障害をもったメンバーが、どんな気持ちで地域社会でいたんだか、どんな気持ちでデイケアをしてるんだかっていうことを、職員さんには知って欲しいなっていうのはあります。えー、スタッフには、(中略)理解して欲しいですね。

参加者同士だけで意見の交換をするのではなく、スタッフも参加者の1人として参加してもらうことで、色々な人の意見を聞きたいと思っていることが語られていた。

3) 戸惑った時に力を貸して欲しい

《戸惑った時に力を貸して欲しい》とは、当事者同志で語り合うグループを進める中で、参加者が戸惑っている状況の時は、事がうまく進むように、スタッフには力

を貸して欲しいということである。

ある対象者は、〈役割を持つ参加者が困った時にそっと助け舟を出して欲しい〉ということをして、以下のように語っていた。

進行役がどんなふうにおすすめたらいいかわかんない時に、「今これについて話してんだけど、どう思う」ってやわらかい感じで、スタッフが、とんちんかん話しになったときに、タイムキーパーとかメンバーとかの支えになって欲しいなって思うんです。

ここでは、スタッフは、役割を持つ参加者が当事者同志で語り合うグループをすすめる中で戸惑っている時は、参加者同士の語りがスムーズに進むように、参加者に言葉をかけてほしいことが語られていた。

4) 話しやすくなるように枠組みを明確にしてほしい

《話しやすくなるように枠組みを明確にしてほしい》とは、当事者同志で語り合うグループの目的や方向性が不明確であることから、スタッフには参加者が話しやすくなるようにこのグループの枠組みをはっきりさせて欲しいことを求めている。

スタッフに求めることとして、〈話すきっかけをつくってほしい〉ことを以下のように語っていた。

ある程度、こんな話したらどう？みたいな決めてもらえれば、話しやすいかなと思いますけど。(中略)皆、その方が、どんなこと話そうかなって考えやすいんじゃないかなって思う。

ここでは、参加者同士が語りを始めるきっかけをスタッフにつくって欲しいことについて語られていた。

5) 参加者が主体的に語り合う場を存続させて欲しい

《参加者が主体的に語り合う場を存続させて欲しい》とは、さまざまな貴重な体験を得ていくことができるため、対象者は、当事者同志で語り合うグループの存続を求めているということである。

当事者同士の支え合いが欲しい対象者は、スタッフに求めることについて〈参加者同士で語り合わせて欲しい〉という希望を以下のように語っていた。

やっぱり目線、職員の目線から見たのと患者同士から見た目線って言うのは、全然違うからね。上(職員)が「こうしたらいいんじゃないか」つつたって、「俺はこうしたいんだ」って言いたい、職員に言いたいんだけど、仲間同士に言えばお互いに分かち合えるっていうか、患者同士だからお互いを思っちゃう。(中略)職員と話すって言うのは、あんまりそういうのはタッチしない方がいいんじゃないかなって私は思うんですけどね。

このように、スタッフとメンバーとでは、お互いの目線が別々であるため、語り合ってもその意見を受け入れ

る気持ちに違いがあり、参加者同士であれば、同じ目線を持つ仲間同士であることから、語り合うことでお互い分かち合えたり、お互いを思いやる気持ちがあることが語られていた。そして、このような当事者同士が語る場には、職員にはあまり関与して欲しくないという気持ちも語られていた。

V. 考察

本研究では、精神科デイケアにおいて、メンバーからの提案で始まった当事者同志で語り合うグループの参加経験者19名にインタビューを行った。ここでは、インタビューの結果に基づき、1. 当事者同志で語り合うグループに参加することの意義、2. 当事者同志で語り合うグループの参加者が抱えている難しさ、3. デイケアにおける当事者が主体となって行うグループへのスタッフの関わり方について考察する。

1. 当事者同志で語り合うグループに参加することの意義

当事者同志で語り合うグループにおいて、対象者は、《心から寄り添える仲間がいる》ことによって、安心して《本音を語り合える》ことができていた。

そして、本グループに参加する参加者の存在について、「仲間」「同じ傷を負ったもの同士」「貴重な意見を言ってくれる人たち」と表現していた。このように、当事者同志で語り合うグループの参加者同士を特別な存在として認識をしていることが浮き彫りとなった。これは、障害を抱えて地域生活をしていくことの難しさや、将来への不安等を当事者同志で語り合うことで、このグループの参加者を支え合う存在として認識する気持ちが生まれたからであると考えられる。このように、当事者同志で語り合うグループの参加者を特別な存在として認識することにより、今までなかなか言えなかった自分の体験したエピソードや、心から湧き上がる思いを吐き出していたといえる。そして、当事者同志で語り合うグループにおいて、対象者は、《本音を語り合える》ことで、心の中でつかえていた感情が和んできたり、心の重苦しさが消える感覚があったり、心が晴れ晴れとしてくる感覚を体験していることから心理的な変化が生じていると考えられる。なかでも、言葉にならない思いを自分の言葉にして表現していくことは、心の中に潜んでいた重苦しさが消え去るばかりではなく、参加者に肯定的に聴いてもらえたことによって、〈自分の話を受け止めてもらえた〉という体験となり、心の癒しにつながっていくと考えられる。ヤーロム⁵⁾は、グループの治療的因子のうちカタルシスについて「換気作用の行動は、本来感情的安堵感を生み出すものであるが、患者の永続的変化を

まれに促進することがある。それは、人の心の内面の世界を情緒的に分かち合い、そのためにグループの他のメンバーに受容されるという、大変重要なことである」と述べている。このことから、当事者同志で語り合うグループにおいて、対象者は、参加者に〈自分の話を受け止めてもらえた〉という体験によって、カタルシスの感覚を経験しており、《本音を語り合える》ことによって、《新たな自分に生まれ変わる》というような内面の変化が生じていると考える。

2. 当事者同志で語り合うグループの参加者が抱えている難しさ

当事者同志で語り合うグループにおいては、《参加者が主体的に進めることができる》という本グループに参加することの意義が明らかになった。一方で、当事者同志で語り合うグループにおいて、対象者が抱えている難しさとして、《語り合いがスムーズに進まない》ということも明らかになった。ここでは、参加者同士が自由に話しているだけであることから〈語り合うグループのルールが決まっていなかった中での話しにくさ〉があげられていた。これは、語り合うテーマが決まっておらず、自由に話しているため、対象者は、何をこのグループに求めることができるのかも不明確になっていると考える。

小田ら⁶⁾は、デイケアにおいて目的が不明確で暗黙のルールで行われていたフリーディスカッションのプログラムを、暗黙のルールを明文化し、安定した枠組みをつくることで、安心して語り合う場をつくる、自分を振り返る場にするを目的としてバーバルグループへと構造を変更した。結果、今ここでの感情に目を向け、自分の言葉で表現すること、他者が表現したことを大切にすることで、それぞれがグループメンバーとして大切な一員であるということを確認し、グループを支えているという所属感が生まれたこと、他者との関係性の中でお互いに影響を及ぼし合う大切な仲間として感じられるようになったこと、メンバーそれぞれは、今何を感じているのかを言葉で表現が出来るようになったことを報告している。このことから、本グループにおいても、グループの目的やルールを参加者同士で検討し、確認していくことの必要性が示唆された。

また、本グループに参加する対象者は、《語り合いがスムーズに進まない》時には、参加者同士の橋渡しをしてこのグループをまとめたり、《緊張した雰囲気が窮屈に感じる》時には、雰囲気を和らげてくれたり、《他の参加者から言われる意見がしんどい》と思う時には、思いやりの言葉をかけてくれるような存在がいらないという難しさも抱えていた。これらの難しさは、参加者が主体となって本グループをすすめていく中で生じてきている

問題と考えられる。

グループ体験について、安部⁷⁾は「メンバー相互のわかりあいであり、基本的には訓練ではない。ファシリテーターの役割は、メンバーの欠点を取り上げ指摘するのではなく、わかりあうための安全な風土づくりである」と言及している。ファシリテーターの役割について、松本⁸⁾は「メンバー間のコミュニケーションがより円滑になること」と述べている。このことから、当事者同志で語り合うグループの風土が心理的安全性を感じられるようにグループの調整役を担い、本グループを円滑に進められるように参加者と参加者の間をつないでくれる役割を持つファシリテーターの存在が重要であると考えられる。

そして、当事者同志で語り合うグループの促進化を図るために、ファシリテーターの認知と活用について、参加者とスタッフが共同で検討していく必要があると考える。

3. デイケアにおける当事者が主体となって行うグループへのスタッフの関わり方

本研究では、精神科デイケアのメンバーからの提案で始まった当事者同志で語り合うグループへの参加者が、このグループに関わるスタッフに求めることとして、『平等な立場で寄り添って欲しい』というカテゴリーが抽出された。これは、スタッフも当事者と同じように、嬉しい気持ちや辛い気持ちを持った地域社会で生活している1人として、平等な立場で寄り添って欲しいということである。また、『当事者が主体的に語り合う場に入っで見守っていて欲しい』ことも求めていた。これは、当事者同志で語り合うグループに関わるスタッフには、このグループと同じ場の中に入って、参加者の語りを一緒に聴いたり、参加者の活動の様子を見守っていて欲しいということである。石島⁹⁾は、デイケアのスタッフのあり方について、「病気や障害だけに目を向けるのではなく、利用者を地域で生活する人として捉える視点が必要である」と述べている。このことから、当事者の主体的なグループに関わるスタッフにおいても、参加者の心の声に耳を傾け、ありのままを受け入れ、障害を抱えて地域生活をしている人の気持ちを理解する姿勢が必要であるといえる。

また、当事者同志で語り合うグループに参加する中での難しさには、『語り合いがスムーズに進まない』、『他の参加者から言われる意見がしんどい』、『緊張した雰囲気窮屈を感じる』というカテゴリーが抽出された。そして、このグループに関わるスタッフには、『戸惑った時に力を貸して欲しい』というカテゴリーが抽出された。このように、グループの進行が困難な時には、スタッフ

からサポートして欲しいというニーズがあることが明らかになった。専門職の関わり方について、野中¹⁰⁾は「セルフヘルプ活動は実に多様な形態や目的をもっているものだから、専門家側はメンバーに対して、指導や誘導ではなく、自分たちでやれることを問いかけてあげる構えが大切であろう」と提案している。このことから、デイケアにおける当事者が主体となって行うグループへのスタッフの関わり方として、今、ここで何が起きているのかを参加者に伝え、何に問題を抱えているのか、どのようにしたいのか、または、どのようにして欲しいのかを問いかけ、参加者の主体性を尊重しながら一緒に検討することが必要だと考える。

一方、当事者同志で語り合うグループには、スタッフには直接的な関与をして欲しくないという思いのある対象者も存在することも明らかになった。当事者とスタッフは同等の立場ではないため、当事者同士のように分かち合えないという思いから、当事者だけでグループを行っていきたいという思いに至っていた。柴山¹¹⁾は、当事者グループに携わる関係者の育成支援について、「当事者グループは、当事者の主体的な参加によって作られ、メンバー同士が対等な仲間としてつきあい、相互に尊重しあい、援助しあい、グループとしてのまとまりが強化され、自立したグループとして育っていくものであるが、自然発生的に成立するのはなかなか難しいので、状況に応じた関係者の育成支援が必要である」と述べている。このことから、参加者が自分達で主体的に語り合える場を続けていくためにはどうしていったらよいかを参加者自身が考え、話し合い、生じてきた困難を乗り越えていくことこそが当事者同志で語り合うグループの特異性になっていくのではないかと考える。そして、スタッフは、当事者の主体性を尊重しながらグループを育成していくという視点での関わりを検討していく必要があると考えられる。

VI. 結論

当事者同志で語り合うグループに参加することの意義として、心から寄り添える仲間が存在することによって、本音で語り合え、新たな気づきが得られていた。一方、当事者が主体的に運営する中には、グループの進め方が不明確であることでの展開の難しさや、他の参加者からの意見が受け止めがたく、辛い思いをしていることも浮き彫りとなった。

スタッフの関わり方として、参加者を“地域で生活を営んでいる一人の生活者”として理解する姿勢を持ってグループに存在する必要があることが明らかになった。スタッフは、参加者の心の声に耳を傾け、当事者の主体

性を尊重しながら、グループの機能を育成していくという視点で関わりを検討していくことが重要であることが示唆された。

VII. 本研究の限界と今後の課題

本研究のデータは、対象者の記憶に基づくものであるため、当事者同志で語り合うグループに参加した時に感じたことを想起できず、データ収集が難しいこともあった。また、データ収集を行った特定の医療機関のグループのすすめ方や参加者の特性が反映されているため、さらに広域にデータを収集し、研究を重ねていく必要がある。

引 用 文 献

- 1) 清水尊：診療点数早見表 [2012年4月版]，469-470，医学通信社，2012.
- 2) 永井翔，夢喜田恵子：精神障害者小規模作業所におけるメンバー間のセルフヘルプの様相，日本看護学会論文集精神看護，(39)，146-148，2008.
- 3) 橋本直子：統合失調症のセルフヘルプグループの展開とメンバーに認識の変化 機関内グループとSA (Schizophrenics Anonymous) の経験から，精神保健福祉，44 (1)，55-62，2013.
- 4) 大江真人，長谷川雅美：セルフヘルプグループに参加しているうつ病者の体験，日本精神保健看護学会誌，21 (2)，11-20，2012.
- 5) アーヴィン・D・ヤーロム，ソフィア・ヴィノグラードフ 共著，川室優訳：グループサイコセラピー ヤーロムの集団精神療法の手引き，28，金剛出版，1999.
- 6) 小田加奈子，竹渕亜紀子：「グループワーク」から「バーバルグループ」へグループの構造化の実際－，集団精神療法，20 (2)，128-132，2004.
- 7) 安部恒久：グループアプローチ入門，13，誠信書房，2012.
- 8) 松本剛：ベーシック・エンカウンター・グループにおけるファシリテーターの「自己一致」－ファシリテーター研修グループのふりかえりをもとに－，南山大学人間関係研究センター紀要，14，37-48，2015.
- 9) 石島和代，田辺めぐみ，樫村美智子：デイケアプログラム（自主活動）をふりかえる 多様なニーズの中から自主性を育む，公立能登総合病院医療雑誌，13，43-47，2002.
- 10) 野中猛：図説精神障害リハビリテーション，126-129，中央法規出版株式会社，2003.
- 11) 柴山久義，山城厚生：精神障害者の地域ケアにおける当事者グループの育成・支援について，静岡県精神保健福祉センター所報，29，6-14，1998.