

「当事者研究サポート・グループ」開発の試み

押江 隆・瓜崎貴雄・河本清美・可児美緒・木谷 恵

「当事者研究サポート・グループ」開発の試み

押江 隆・瓜崎貴雄・河本清美・可児美緒・木谷 恵

Developing Person-Centered Self-Study Group

Takashi OSHIE Takao URIZAKI Kiyomi KAWAMOTO

Mio KANI Megumi KITANI

Key words: Person-Centered Self-Study, Support Group, Group Approach

キーワード：当事者研究、サポート・グループ、グループ・アプローチ

1. はじめに

筆者らは「当事者研究」と「サポート・グループ」とを組み合わせたグループ・アプローチの方法を開発し、その実践を試みている。本論文ではまず当事者研究とサポート・グループそれぞれの概要を説明する。次に、筆者らの提案する方法を紹介し、具体的な事例を検討する。そのうえで、本グループの今後の展望と研究の課題を示したい。

1.1. 当事者研究とは

当事者研究は、北海道浦河町で暮らす統合失調症などの精神障害を抱える当事者の日々の暮らしの中から生まれたプログラムである。これは、地域で暮らすなかで当事者が直面せざるをえない幻覚や妄想などの症状、感情の爆発や暴力、薬や金銭の自己管理、家族や職場の対人関係の困難などといったさまざまな生きづらさを、当事者自身が仲間や関係者と連携しながら「研究」という視点から捉え、その困難や課題を生きやすさに変えていく術を、当事者自身が生み

出していこうとする取り組みである。ソーシャルスキルズトレーニングのもつ認知行動療法的な視点を活用しながら、ヒューマニスティックで柔軟性に富んだユニークなアプローチとして育まれてきた(向谷地、2007)。これは、自分の抱える「生きづらさ」の意味を「自分自身で考える」という営みを獲得することであり、もう一人の「自分自身で考える人」としての仲間の存在を必要とする。当事者が自らの生きづらさの現実を語ることで、テーマを提示した当事者と参加者との語りの場として深化していくといったナラティブ・アプローチとしての側面ももっている(向谷地、2008)。

当事者研究は、「研究」という視点を取り入れることによって、観察的な態度の中で、自らの抱える問題を1つの「研究テーマ」として外在化し、生きづらさの構造の解明と解消に当事者自身が主体的に取り組もうとする効果をもたらす(向谷地、2008)。専門家は、専門家の持っている知識や技術と当事者自身が持っている経験や知恵は基本的に対等であるという認識のもと、当事者自身が持っている主体的な問題解決

能力を十分に発揮できるように側面的に援助する(向谷地・浦河べてるの家、2006)。

向谷地(2008)によれば、当事者研究には「1人当事者研究」、「マンツーマンの当事者研究」、「グループで行う当事者研究」の3種類の方法があるとされている。

「1人当事者研究」とは、障害を抱える当事者1人1人が、日常生活の中で、時と場所を選ぶことなく、現実の問題に、研究的な態度を持って、向きあい対処しようとする暮らし方をいう。

「マンツーマンの当事者研究」は仲間同士や電話でのやり取りを通じて行われる。お互いの相談の中に、当事者研究のエッセンスを盛り込んだやり取りである。

「グループで行う当事者研究」は、浦河では「当事者研究ミーティング」と呼ばれ、毎週1回実施されている。このミーティングには、通常10人程度が参加する。参加者はホワイトボードを扇形に囲むような形で椅子に着席する。スタッフが全体の進行役を務め、ミーティングの当事者リーダーとスタッフのコ・リーダーと協力しながら進める。1時間を越えない範囲で行う。リーダーは、挨拶、趣旨、ルールの説明のあと、研究テーマの決定をするため、参加者に呼びかける。テーマが明確化されていなくても「困っていること」でも構わない。提出された苦労内容の確認をしたあと、テーマを提出した当事者と参加者で「自己病名(当事者自身が自分の実感を基につけたオリジナルな病名)」を考える。次に苦労の内容から研究テーマを考える。苦労の内容の理解と整理のため、「苦労のマップ」を書く。これは、ホワイトボードなどにイラストを用いて起きている苦労を図式化したり、ロールプレイを活用して苦労を再現したりすることをいう。それを通じて、苦労が生じる場所、場面、内容、対処法、結果、結果に対する評価について一つの循環図として整理する。同じような経験を持っている参加者とのミーティングを通じて、望ましい対処方法の条件を整理し具体

的な対処方法を検討する。研究テーマには、人間関係や仕事のすすめ方に関するものが多いという(向谷地、2008)。

当事者研究は統合失調症を抱えた人々を中心に、発達障害(綾屋・熊谷、2008)や人格障害(向谷地・浦河べてるの家、2006)を抱えた人々も実施している。また、自らのエンカウンター・グループ体験の当事者研究を行っている者もいる(中村・高松・村久保、2009)。その多くは「グループで行う当事者研究」の方法で行われているが、綾屋・熊谷(2008)と中村・高松・村久保(2009)はその方法に触れていない。

1.2. サポート・グループとは

サポート・グループとは、特定の悩みや障害を持つ人たちを対象に行われる小グループのことである。その目的は、仲間のサポートや専門家の助言を受けながら、参加者が抱えている問題と折り合いをつけながら生きていくことである。専門家あるいは当事者以外の人々によって開設・維持されるが、参加者の自主性・自発性が重視される相互援助グループである。サポート・グループはセルフヘルプ・グループとよく似た形態をとるものの、専門家など当事者以外の人によって運営される点が最も大きな特徴であるとされる(高松、2009)。

1.3. 当事者研究サポート・グループとは

筆者らは当事者研究の発想が精神障害や発達障害を抱えていない人々にとっても役立つものであると考えている。小柳(2007)は、雑多な情報が飛び交い喧騒に満ちせわしく動く社会で、我々はこれらの大量の情報を処理することに追われ、「自分とゆっくり付き合う時間」を確保することが難しくなってきたと述べている。そして、カウンセリングやエンカウンター・グループを、自分がどこに向かってどんな風に生きるかを心に問い、自分と静かに語るための営みとして位置づけている。当事者研究は自分

を研究という視点から見つめる作業であり、「自分と付き合う時間」を提供する場としてとらえることができる。したがって、当事者研究は「自分と付き合う時間」をなかなか確保できない人々にとって有用な方法であると考えられる。

しかし、向谷地（2008）の方法では自らに「自己病名」をつけることが求められているなど、障害を抱えていない人々にとっては実施しづらい。そこで筆者らは、何らかの障害や疾病を抱えていない人々にも実施しやすい当事者研究の方法として「当事者研究サポート・グループ」を開発し、試行を重ねている。向谷地（2008）によれば、当事者研究はセルフヘルプ・グループの色彩が強いが、筆者らの方法ではファシリテーターがグループのファシリテーションを行うため、高松（2009）の分類にならないサポート・グループの一種として位置づけている。以下に本グループの概要を示す。

2. 当事者研究サポート・グループの方法

2.1. メンバー

メンバーはホワイトボードを扇形に囲むような形で座る。ファシリテーターも含めて5人から10人程度の人数が望ましいと思われる。本グループでは各メンバーを「研究員」として位置づけ、また自分自身について考えてみたいこと、取り組んでみたいことなどを「研究テーマ」と呼んでいる。本グループのメンバーはそれぞれ自分の研究テーマを提出し、そこから取り上げてみたいテーマをお互いに話し合いながら1つ選ぶ。選ばれたテーマを提出したメンバーを「テーマ提出者」と呼んでいる。

2.2. ファシリテーター

ファシリテーターは手続きに従ってグループを進行する。メンバーからの話を整理したり、それをホワイトボードにまとめたりする役割を担う。その他はメンバーと同様である。ファシ

リテーターもテーマの提出を行う。ファシリテーターの研究テーマが選ばれた場合、他のメンバーとファシリテーターを交代するようにしている。

2.3. 本グループの手続き

本グループの所要時間は1回につき90分から120分程度である。以下にその概要を述べる。

導入段階

- (1) プライバシーが保護されることを伝える（例：「ここで話したことはここだけの話にとどめて下さい。グループの外で話さないで下さい」）。
- (2) ファシリテーターが本グループについて簡単に説明する（例：「それではこれから当事者研究を始めます。当事者研究とは、各メンバーが自分自身について考えてみたいこと、取り組んでみたいテーマについて、「自分の専門家」である自分自身で『研究』を行うものです。『研究』といっても、何らかの難しい理論にのっかって行うのではなく、あくまで自分なりのやり方で考えていきます」）。
- (3) 各メンバーを「研究員」として位置づけ、ファシリテーターもあくまで研究員の一人であることを伝える。各参加者の自発性や主体性を高めることがねらいである（例：「いまここにお集まりいただいた皆さん全員が当事者研究の『研究員』です。もちろん私も研究員の一人です」）。

第1段階 研究テーマの提出

「研究テーマ」の提出と、その簡単な説明をしてもらう。慣れないうちはまずファシリテーターから行い、順番を決めずに自由に行う。研究テーマの思い浮かばないメンバーには無理強いないようにする（例：「では研究を始めるにあたって、各研究員から『研究テーマ』を提出してもらいます。研究テーマとは、自分自身について考えてみたいこと、気になっていること、困っていることなどをいいます。自分自身につ

いてのテーマならどんなものでも結構です。私は自分の研究テーマとして『人見知りしてしまうこと』を取り上げてみたいと思います……。私からは以上です。他の研究員からはいかがですか。この段階では「言い放し、聞き放し」を重視し、その言ったことの内容について議論をしたり検討をしたりということはしない。この点はセルフヘルプ・グループやサポート・グループ（高松、2009）と同様である。

第2段階 テーマ提出者の選出

誰のどの研究テーマを扱うか、メンバー全員で話し合いながら1つ選出する。この段階がやや難しく、お互いに遠慮してなかなか1つに決め難いことが多い。その際は、ファシリテーターが各テーマの共通性について指摘する、各メンバーの意思やテーマの緊急性を確認するなどして、メンバーによる決定を促進するよう心がける。どうしても決まらなければファシリテーターが決定するが、本当にそれでよいかどうかメンバーに必ず確認するようにしている。

第3段階 研究テーマに名前をつける

- (1) 提出者は研究テーマについてもう少し詳しく説明したり、他メンバーからの質問に答えたりしながら、研究テーマに仮の名前をつける。ファシリテーターはそれを受けて、ホワイトボードの上部にテーマ名を書く。テーマ名を適宜変更してもかまわない旨も伝えておく。いきなり名前をつけるのが難しければ一旦後回しにして(2)に進む。このときつけるテーマ名は仮のものであるため、末尾に「仮」と付記する。
- (2) 提出者は、自らの研究テーマについてメンバーに自由に話をし、メンバーからの質問や指摘を受けながら、その理解をさらに深めていく。
- (3) メンバーは自らの体験に照らし合わせながら、提出者の研究を手助けする。その際、他のメンバーは自分の体験を語ってもよいが、提出者の研究を阻害することのないよう留意

する（例：「話を聞いているうちに、自分のことを話したくなることがありますが、それは提出者の研究に役立つことが多いので、どんどん話してもらって結構です。ただ、あまりにそれが長くなるなどして、提出者の研究を邪魔してしまうようであれば、止めることもあるかもしれません。ただ、基本的には話したいことを話して下さい」）。

- (4) ファシリテーターはホワイトボードに各自の発言を要約したり図示したりするなどしながら、テーマの理解を促進する。
- (5) グループの進行に伴い、テーマ名に変更が必要とメンバーやファシリテーターが感じた場合は、提出者の実感に合わせて適宜変更する。

終了段階

- (1) 終了時刻が近付いてきたら、研究テーマ名が提出者本人にとってしっくりくるかどうか確認し、その実感に合わせてテーマ名を変更する。テーマ名の変更が必要となる場合がほとんどである。
- (2) 提出者とメンバーに「最後に伝えておきたいこと」があればそれを伝えてもらう。
- (3) 当事者研究は1人でもできることを伝え、今後も研究を続行し、新たにわかったことがあれば次回以降のグループで取り上げてほしいこと、ここで話したことを外で話さないことなどを伝え、閉会する。

3. 本グループの実際

筆者らは本グループを2009年4月より週1回のペースで試行してきた。2009年9月まで、第1・3週には「働き方」のグループを、第2・4週には「話題フリー」のグループをそれぞれ実施してきた。「働き方」のグループは『自己分析』や『適性検査』など就職について考える機会は数あれど、『なぜ働くのか』、『どのように働くのか』、『どう生きていくのか』といった根本

的な問題について考える機会はなかなか得られない。メンバーの力を借りながら、自分ならではの『働き方』について研究しよう」との趣旨で実施した。「話題フリー」のグループでは、話題を限定せず自由に当事者研究をしてもらった。2009年10月以降は「話題フリー」のグループのみを隔週のペースで実施し、現在も継続している。毎回概ね5名から10名程度のメンバーが参加している。ここではそのうちの1事例を取り上げる。

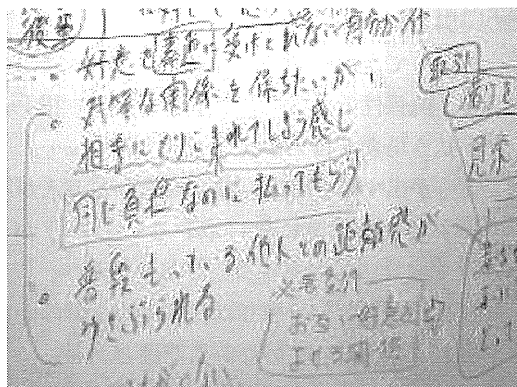


図1 ホワイトボードの様子（一部）

3.1. 事例の概要

本事例は「話題フリー」のグループを扱ったものである。個人情報保護の観点から、個人を特定される可能性のある情報については適宜改変して記述する。

当日の参加者はファシリテーターを含めて5名であった。そのうち男性は3名、女性は2名、また大学院生が3名、社会人が2名であった。ファシリテーターを筆者の1人（押江）が務めた。以下にやりとりの概要を示す。当日使用したホワイトボードの一部を図1に示す。なお、Suはテーマ提出者（Submitter）、A・B・Cはその他のメンバー、Faはファシリテーターの略記である。

まずファシリテーターが挨拶や手続きの説明などを行う（導入段階）。次に、メンバーに研究テーマの提出を求める。ファシリテーターを含む5名全員からテーマが提出される（第1段階）。

研究テーマを1つ選ぶ段階（第2段階）で、「どれでも自分のテーマと関係していそうだな」などの理由で、1つ選び出すのに難しさを感じる。そこで、メンバーの1人（A）が「ジャンケンで決めよう」と提案する。このときファシリテーターは「やりたい人がいればその人にやってもらいたい、本当にジャンケンで決めてもよいか」と確認する。結局ジャンケンという流れになる。その結果、「他人からおごってもらうのが苦手」というテーマが選ばれる。

ファシリテーターはテーマ提出者に対して、研究テーマについてもう少し詳しく説明しながら、それに名前をつけるよう促す（第3段階）。提出者はメンバーからの質問に答えながら、次のように語る。

Su: 食事とか行ったときに払ってもらうのが申し訳なくて……。好意を素直に受け取れないのも嫌だし、相手に……。なんだろう……。なんていうのかな……。対等な距離を保っていききたいのだけど、それをやってしまうと何か取り込まれてしまうような……。

Fa: 自分是对等な関係でいきたいのに、払ってもらうことで、相手に取り込まれるっていう感じがする。

A: 好意を素直に受け取れない、そんな自分が嫌なんですか？ 素直にありがとうって受け取れないそんな自分が？

Su: はい。そうですね……。自分として引いている線が……。よく分からないな……。距離感が揺さぶられるんですね。

Fa: あっ、そっか。普段持っている距離感が揺さぶられるんですね。

グループ開始からおよそ20分が経過したところで、ファシリテーターは再度「研究テーマに名前をつけるとしたら」と、テーマ名をつけることを促す。しかし、提出者が困難を表明した

ため、引き続き語ってもらうことになる。

Su: おごってもらうのは申し訳ないという話から、関係性の話になったような……。相手が払う場合と自分が払う場合で違う……。

A: 自分が出す場合は素直に出せるけど、人が出す場合は素直に受け取れないというか……。

Su: 貸しは作るけど、借りは作りたくないのかな？ 意識はしていないんだけど。

A: うーん、こういった取引の気持ちではないように思うけど……。

Fa: 背景に、Suの人を思いやる気持ちがあるような気がする。

A: そうそう。好意の表現というか、相手を喜ばせたい、自分が得したいというよりも、それが働いているんじゃないかな。自分がそれを表現する場合と、相手が表現してそれを受け取る場合とでの違いかな？

Su: ああ、なるほど。受け取る方はとても苦手かもしれない。

B: 私もそういうところがある。「喜ぶ役」が苦手。でも、私の彼氏は喜ばせたい人だから、私が「喜ぶ役」をした方が幸せの総量が増えるように思う。

Fa: ああ、おごられる方が「喜ぶ役」で、おごる方が「喜ばせ役」なんだ。

C: これは私の話だけど、彼氏が年下の場合は、見栄や上に立ちたいというようなものもあるように思うなあ。

Fa: いやあ、これは複雑だねえ。相手が「喜ばせ役」、自分が「喜ぶ役」なんだけど、自分が「喜ぶ役」をやることで相手を喜ばせようともしてるわけだし。

A: おごられるってことには、相手を喜ばせたいという気持ちを受け取るところがあるんじゃないかな。例えばプレゼントをもらったとき、それがそんなに欲しいものでなかったとしても、プレゼントを贈ってくれた、喜ばせようとしてくれた、そういう気持ち

が嬉しい。

Fa: うーん……。僕は喜ぶ役は照れくさくて得意じゃないなあ。でも喜ぶ役をやるのが、相手にとってプラスになるっていうのは分かるなあ。

A: お金にしろプレゼントにしろ、その背景にある思いは相手を喜ばせたいという気持ちじゃないかな。

Su: 喜ぶ方が、受け取る方が苦手なのかな、素直に喜べないのかな、ほんとは嬉しいのに。

Fa: なるほど、嬉しいのには間違いないんですね。だけど、受け取ることというか、喜ぶ役に回ることが素直になれないのかな……。素直になれないというところをもう少し言葉にするとしたら、どうですか？

Su: うーん……。ひねくれ者？（笑）

Fa: （笑）僕の場合はとにかく照れくさいですよ。

Su: 自分に対する自尊心というか、自己肯定感というものが低いのかもかもしれない。自分にお金をだしてもらうことを申し訳なく感じるのかな。身内でもない人に、僕のことをよく分かってない人に、大切にしてもらうと恐縮してしまうのかな。

Fa: 僕の場合は自分の気持ちを抑えて人を喜ばせる役に回るのが得意じゃない。ある意味素直すぎるというか。

B: 喜ぶ役に慣れていなくてできないというところもあるのかなって思うんですけど。とっさの反応が難しいというか。

C: 向こうが喜ばせようとするのと、相手がよいと思うことと自分がよいと思うことが違うとき、私は困るなあ。

Fa: なるほどね、うまく反応できないと失敗したという気持ちになるんだ。

A: 受け取る方も、仕掛けた方も失敗したって気持ちになるかも。

Su: 関係の中で相手の気持ちにもう少し焦点を当てられていたら、もっと素直に行為を受

け取ることができたかも。自分の方への焦点が強いのかな。

Fa: 自分の気持ちへフォーカスしている。

B: よく「ごめんなさい」より「ありがとう」を言える人になろうっていうの、あるじゃないですか。「ごめん」って自分にフォーカスしている、「ありがとう」は相手にフォーカスしている、だから「ありがとう」はすごいんだって思った。

Fa: うれいになって気持ちは持っているんだけど、表現の仕方というか……。もちろんSuも相手の気持ちを感じているんだろうけど、アウトプットのときに自分をフォーカスしてしまうというか。

Su: 気持ちは申し訳ない、でも出している言葉はありがとうだから、自分の気持ちと言葉が一致していない、そういう不一致さがいやなのかな。悪いなって。

A: 悪いなってというのは相手に？ 自分に、こんな自分っていう感じ？

Su: そうですね、自分のほうに。自分に対する肯定感の低い気持ちはずっとあるのですが、お金を払ってもらう場面で、こういう気持ちが出てくる。顕著に感じるんですよ、居心地の悪さを、そう思ってきたけど、どうかな。

これ以降のやりとりでは、SuはFaやメンバーとの対話から、おごってもらうことに対する抵抗感の裏側にある自尊心の低さや、好意を受けとりたいけど受けとれない葛藤を語る。

終了時刻が近づき、ファシリテーターはホワイトボードに書かれている内容について、テーマ提出者に、感想や意見を求め、研究テーマに名前をつけるように促す（終了段階）。

Fa: もうすぐ終わりの時間ですけど、研究テーマに名前をつけようかなって。どういう名前がいいですかね？

Su: うーん、そうですねえ……。

A: 援助っていうのがキーかな……。人から受

け取る、与えるっていうのも一貫していたような。

Fa: (ホワイトボードを確認しながら) 好意の話とずれの話が出てきましたね。

Su: お金の場面を通して、自分の中の問題になっていったなあ。自分に対する肯定感の低い気持ちはずっとあるけど、お金を払ってもらう場面で、こういう気持ちが出てくる。顕著に感じるんですよ、居心地の悪さを……。そう思ってきたけど、どうかな。うーん、何かカウンセリングしてもらった感じですね。このおごる、おごられる場面を通して、別の場面を見たっていう感じで……。お金の場面を通して、自分の中の問題に……。どうだろう……。「相手の好意を素直に受け取れないということを通した自分自身の探索」かな。

Fa: それでぴったりくる感じですか？

Su: ええっと……。はい、大丈夫です。

最後にファシリテーターは各メンバーに何か言い残したことがないかを問いかける。今回は特に何もなく、そのまま終了となる。

3.2. メンバーからのフィードバック

これまで本グループを20回ほど続けてきている。その中で、テーマ提出者やメンバーから以下のフィードバックを受けている。

テーマ提出者からは、「1人でも自分の問題について考えることはあるが、1人ではどうしても気がそれてしまう。このグループでは集中的に取り組むことができた」、「自分の問題について『このような見方もあるのだ』といった新しい発見が得られた」、「自分で自分を研究するという発想がはじめは意味が分からなかった。しかし、このグループを通して、自分自身をより理解することの意義を学ぶことができた」などのフィードバックがあった。

またメンバーからは、「他人のものの見方・感じ方を学ぶことができた」、「『研究』と称するこ

とで、テーマの提出者に対して『いいことを言ってみよう』という気持ちが薄まり、率直に発言しやすくなる」、「直接面と向かっては伝えづらいことでも、全員がホワイトボードの方を向いており、ホワイトボードを介して伝えることになるので伝えやすい」、「ホワイトボードがあるおかげで、言語化の過程を視覚化し、共有することができる」、「ホワイトボードでメンバー全員の意見をつなぎ合わせているみたいだった」、「はじめ（第1段階）に出たみんなのテーマがどんどんつながっていくのを感じた」、「他人のテーマについて考えていたはずが、いつの間にか自分のことを考えていた。自分にとって得るところが大きかった」などのフィードバックがあった。

4. 考察

4.1. 本グループの効果とファシリテーション

本グループはメンバーの問題意識性（中田、2005）を促進する効果を有すると考えられる。問題意識性とは「自分自身についての問題意識を周囲の人とのやりとりや経験などを有機的に相互作用させて捉えていること」をいう。

先に示した事例では、各メンバーの問題意識性の高まりがみられる。たとえばメンバーBは「私もそういうところがある。『喜ぶ役』が苦手。でも、私の彼氏は喜ばせたい人だから、私が『喜ぶ役』をした方が幸せの総量が増えるように思う」、またCは「向こうが喜ばせようとするのと、相手がよいと思うことと自分がよいと思うことが違うとき、私は困るなあ」などのように、自分の体験に照らしながら問題意識を述べている。ファシリテーターも「僕の場合は自分の気持ちを抑えて人を喜ばせる役に回るのが得意じゃない。ある意味素直すぎるというか」と自らの問題意識を述べている。テーマ提出者はそれらを受けて「おごられるのが苦手」という問題意識の背後にある「自分に対する肯定感の

低い気持ち」に気づき、「何かカウンセリングしてもらった感じですね。このおごる、おごられる場面を通して、別の場面を見たという感じで……」と述べている。これは、テーマ提出者が自分自身についての問題意識を周囲の人とのやりとりや経験などを有機的に相互作用させる過程（中田、2005）として捉えることができる。

押江（2009）は問題意識性を目標とするグループに求められるファシリテーションについて次のように述べている。第1に、自分の問題を知覚しているが深められていないメンバーに対しては、「そのことについてもう少し時間をとって取り組んでみませんか」などのようにその問題意識を抱えられるようなファシリテーションが求められる。第2に、問題意識を抱えて深めようとするメンバーは、問題と距離がとれず、それにとらわれてしまいがちである。そのため、問題と距離をとり、「そのことをどのように感じていますか」、「そのことをもう少し言葉にしてみられますか」などと言語化を促すようなファシリテーションが求められる。

本グループは第1段階で研究テーマの提出を求める。これは、自分自身についての問題意識を持つよう各メンバーに促すことになる。テーマを提出したメンバーは、問題意識を少なくともそのセッション中抱えることになる。また、本グループでは自らの問題を見つめる作業を「研究」と呼んでいる。向谷地（2008）によれば、自らの問題に対して「研究」という視点を取り入れることは、自らの抱える問題を外在化し、観察的な態度をとるよう促す。「研究」と称することが、問題と距離をとる態度を促進することができる。また、先に示した事例でファシリテーターはテーマ提出者の問題意識について「素直になれないというところをもう少し言葉にするとしたら、どうですか?」と言語化を促し、テーマ提出者は「自分に対する自尊心というか、自己肯定感というものが低いかもしれない」との気づきを得ている。以上より、本

グループでは押江（2009）のファシリテーションの方法が有効であると考えられる。

4.2. べてる式当事者研究との比較

本グループは浦河べてるの家の当事者研究（以下「べてる式当事者研究」）をもとに、何らかの障害や疾病を抱えていない人々にも利用しやすいよう方法を改変したものである。この改変によって、べてる式当事者研究と比較してどのような変化が生じているだろうか。

第1に、本グループは同じテーマを必ずしも連続して行わない。本グループでは第1段階において研究テーマの提出を求めるが、必ずしも前回と同じテーマを出さなくてもよい。そのとき研究したいと思うテーマを自由に出せばよい。一方べてる式当事者研究では、1つのテーマに取り組むことが多い。たとえば、浦河べてるの家（2005）では統合失調症を抱える人々がついかつとなってものを壊してしまうなどの現象を「爆発」と呼び、「爆発ミーティング」でそれぞれの「爆発」現象を研究している。必ずしも同じテーマを追いかけない本グループとは対照的である。ただし、本グループにおいても、提出者がまったく異なるテーマを提出したつもりでも、実はそれが以前のテーマと連続していることが明らかになることも多い。

第2に、本グループでは「自己病名」ではなく「研究テーマ名」を命名する。べてる式当事者研究では、普段なら医師につけられる病名を「自分の専門家」である自分自身でつけるところに大きな意味がある（浦河べてるの家、2005）。本グループのメンバーは必ずしも障害や疾病を抱えた人ではなく、医師の診断名そのものが存在しない。また、べてる式当事者研究では自己病名が変化する過程は報告されていないが、本グループではグループが進むにつれて研究テーマ名が変化していく点が大きな特徴である。このことにより、グループが進むにつれて問題の本質に迫っていく過程を体験しやすいと考えら

れる。研究テーマに名前をつけておくことで、グループ終了後も問題意識を抱えやすくなる効果もあるように思われる。

4.3. PCAGIP法（村山ら、2008）との比較

本グループの方法は、事例検討の方法の1つであるPCAGIP法（村山ら、2008）と多くの共通点を有する。PCAGIP法は簡単な提出資料からファシリテーターと参加者が協力して、参加者の力を最大限に引き出し、参加者の知恵と経験から、新しい取り組み方向や具体策のヒントを見出していくプロセスを学ぶグループ体験である。参加者から「事例提供者」を1人選び、事例提供者はその事例について簡単に説明する。その他の参加者は事例提供者に対して自由に質問し、そのやり取りを「記録者」が黒板に書く。「ファシリテーター」は事例についての共有事実や状況を整理し、事例提供者を批判から保護する役割を果たす（村山ら、2008）。

このように、本グループとPCAGIP法は多くの共通点を有するが、次の点で異なるといえる。第1に、PCAGIP法では「事例」の提供を求めるのに対し、本グループでは「自分自身についての研究テーマ」の提出を求める。本グループは自己理解に特化した方法であるといえる。第2に、PCAGIP法には「研究テーマに名前をつける」場面に相当する方法が含まれていない。第3に、本グループは第1段階のテーマ提出の際に「言い放し、聞き放し」を重視するなどサポート・グループとしての特徴を有しているが、PCAGIP法にこの特徴はみられない。第4に、本グループではファシリテーターと記録者を区別していない。

4.4. 本グループの限界

本グループでは第1段階で研究テーマの提出を求めるが、これらはいいたい「他人からおごってもらうのが苦手」などといったメンバーの「あのとき・あそこ」での問題であり、グループ

内でのメンバー間のやりとりなどのような「いま・ここ」での問題が扱われづらい。「あのとき・あそこ」での問題を扱っているうちに、「いま・ここ」を扱う場面が現れることも考えられるが、本グループのように90分から120分の実施時間では限界があるように思われる。

また、ホワイトボードによる視覚化には情報の共有を促進する利点があるものの、言葉や図では表せない情感などのあいまいな部分を扱いづらくしてしまう欠点を併せ持つと思われる。

4.5. 今後の研究の課題

本グループはまだ試行段階であり、今後次の2つの観点からの検討が求められる。

第1に、本グループがメンバーに対してどのような効果を有しているか検討し、それを測定する必要がある。本研究は、本グループが問題意識性を促進する可能性を示唆している。したがって、問題意識性尺度(押江, 2009)などの質問紙による効果査定が考えられる。また本グループは「自分だけのための研究」を行う方法であり、その意義はメンバー1人1人によって大きく異なる可能性がある。面接調査によって、本グループにおける各メンバー固有の意義を明らかにする必要があるだろう。

第2に、本グループの適用を検討する必要がある。現在は本グループに興味を示す大学生や大学院生を中心に試行しているが、本グループはどのようなニーズに適合するだろうか。筆者らは、自分以外の問題に追われ、自らを振り返る時間を確保できない人々に有効であると考えている。たとえば、看護師や教師など多忙を極める対人援助職や、障害児の母親など子どもの問題に追われることの多い保護者のためのサポート・グループの1方法として、本グループを用いることができると思われる。本グループを

さまざまな場面で実施し、その事例研究と効果査定を積み重ねることで、本グループの適用を検討することができるだろう。

文献

- 綾屋紗月・熊谷晋一郎(2008):発達障害当事者研究—ゆっくりしていねいにつながりたい 医学書院
- 向谷地生良(2007):当事者研究 *Schizophrenia Frontier*, 8 (1), 26-30.
- 向谷地生良(2008):統合失調症を持つ人への援助論—一人とのつながりを取り戻すために 金剛出版
- 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
- 村山正治・石津寛子・金城聡・仙石祐樹・坂元美和・柴田妙・則安総一郎・福山剛・増田仁美・松崎純子・三木北斗・村田裕美(2008):エンカウンターグループとインシデントプロセスを組み合わせた新しい事例検討法(PCAGIP法)の実際(Ⅰ)—PCAGIP法の実例の報告 東亜大学大学院心理臨床研究、8、3-10.
- 中村ゆかり・高松里・村久保雅孝(2009):スロー・エンカウンター・グループがもたらす「緩やかな所属感」の活用について—クローン病をもつ娘と私の当事者研究 日本人間性心理学会第28回大会発表論文集 136-137.
- 中田行重(2005):問題意識性を目標とするファシリテーション—研修型エンカウンター・グループの視点 関西大学出版部
- 押江隆(2009):問題意識性尺度作成の試み—フォーカシング的態度・自己実現傾向との関連の検討 日本人間性心理学会第28回大会発表論文集 88-89.
- 小柳晴生(2007):生きる速さとカウンセリング—人類は、生きる速さを落とすことができるか 人間性心理学研究、25(2)、217-222.
- 高松里(2009):サポート・グループとは何か? 高松里(編)サポート・グループの実践と展開 金剛出版 Pp.15-30.
- 浦河べてるの家(2005):べてるの家の「当事者研究」 医学書院

ライセンス



この作品は、クリエイティブ・コモンズの Attribution-NoDerivs 2.1 Japan ライセンスの下でライセンスされています。この使用許諾条件を見るには、<http://creativecommons.org/licenses/by-nd/2.1/jp/>をチェックするか、クリエイティブ・コモンズに郵便にてお問い合わせください。住所は：171 Second Street, Suite 300, San Francisco, California 94105, USA です。

本稿は関西大学大学院心理学叢誌第3号に掲載された論文と同一の内容です。引用時は引用文献の項に“押江隆・瓜崎貴雄・河本清美・可児美緒・木谷恵（2010）「当事者研究サポート・グループ」開発の試み 関西大学大学院心理学研究科心理学叢誌、3 131-140.”と明記してください。

© 2010 Takashi OSHIE, Takao URIZAKI, Kiyomi KAWAMOTO, Mio KANI & Megumi KITANI. Some rights reserved.