

統合失調症を持つ人の resilience

富川順子* 野嶋佐由美**

* 浅香山病院 ** 高知県立大学大学院

Study on Resilience in People with Schizophrenia

Junko Tomikawa* Sayumi Nojima**

* Asakayama General Hospital

** University of Kochi Graduate School

<要旨>

統合失調症を持つ人の resilience の構成を明らかにすることを目的に本研究を行った。

統合失調症の発病を経て2年以上地域で暮らす33名の対象者にナラティブインタビューを行い、そこから得たカテゴリーを《要素》として整理し、resilience を構成する《要素》と【局面】について検討した。

その結果、統合失調症を持つ人の resilience において、対象者は【統合失調症を持つという逆境の体験】の局面で《発病時に体験していた苦しい状況》で《症状がもたらす悪循環》を体験し、【逆境からの変化をのぞむ気持ちの高まり】の局面で《これまでの対処ではうまくいかない》中で《悪循環のはての気持ち》に陥るが、ここから《回復するという覚悟をもつ》という変化の始まりを体験し、【統合失調症からの回復への取り組み】の局面で、《自分の回復に取り組む》うちに《回復過程を促進する力》を発揮するようになって、【回復の結果生まれる新たな適応】である《回復している実感》と《希望が持てるようになった感覚》が《ずっと続く葛藤》とバランスを取る状態を体験していた。

本研究から得られた統合失調症を持つ人の resilience については、これまでの resilience と同様の概念であると考えられたが、本研究ではさらに統合失調症を持つ人の resilience の特徴を示すカテゴリーが得られた。特に統合失調症を持つ人の resilience においては、対象者の変化を切望する気持ちと、もう二度と同じ苦しみを味わいたくないという2つの気持ちの強まりが、回復するという覚悟を持つ変化を起こしていると考えられた。

< Abstract >

This research clarifies the resilience of people with schizophrenia in Japan.

Narrative interviews were completed with 33 Japanese people. Resilience categories were extracted from interview data and factors were developed from the categories. Each story was represented by factors. Across all resilience stories, the structure of resilience of people with schizophrenia was represented by four aspects.

In the first aspect of “experience of adversity from having psychiatric symptoms,” people experienced “difficult conditions prior to disorder onset” and “vicious cycle of symptoms, difficulty of living, and loss of everything which made of the parson”. In the next aspect of “growing desire to recover from schizophrenia,” people experienced “useless past coping skills,” “desperation from struggling with the vicious cycle,” and “awakening of internal recovery.” In the third aspect of “enduring the process of recovery,” people experienced “making efforts for recovery” and “finding useful abilities for recovery.” Finally, in the fourth aspect of “new adaptation to recovery,” people experienced a “sense of recovery,” “regaining lost hope,” and “internal conflict stuck in the mind.”

The resilience of Japanese people with schizophrenia is consistent with past resilience research because it included “adversity,” “positive adaptation,” “changes,” and “the process from adversity to positive adaptation.” The importance of accumulated risk prevention to moderate the influence of adversity and the interaction of positive factors were also consistent. In addition, as resilient people with schizophrenia changed adversity to recovery, their experience of adversity, desire for recovery, a realization and acceptance of schizophrenia and the situation promoted change.

キーワード	
統合失調症	schizophrenia
resilience	resilience
回復過程	recovery

I. はじめに

近年、精神保健福祉の分野において、当事者主体の医療と福祉が重要視されており、その流れの中で回復(recovery)という概念が広まる中で、recoveryを促進する力という意味を持つresilienceという概念も注目されるようになった。resilienceは弾力性、柔軟性と回復力という意味を持つ言葉であり、Rutter(1999)はストレスや逆境を克服していく現象としているが¹⁾、人間が逆境を乗り越えて新たな適応にいたる現象を表す概念として用いられている。recoveryとresilienceはどちらも、回復していく過程と、回復の結果としての変化を含む概念であるが、resilienceは逆境やリスクという要素を必ず含む概念である。

Rutter(1999)は、過程としてのresilienceについて、さまざまなリスク要因と、多様な保護要因が、相互作用をしながら進む力動的な過程と述べており¹⁾、Richardson(1990)はresilienceの過程について、ストレスと保護的要因の拮抗が崩れ、混乱から再統合に至るモデルを提示している²⁾。Masten(1999)は、自らの長期的な研究において、resilientとそうではないと分けられたグループ間で、その要因自体には差異が少なかったことから、要因間の相互作用にresilienceとなるものがあるのではないかと考察し³⁾、後に多様な要素とその相互作用が、長期に渡って作用しあう概念であるとしている⁴⁾。このように、過程としてのresilienceは、多要因によって構成され、その相互作用によっておこる力動的な過程であると考えられる。

田らは統合失調症とresilience(レジリエンス)に

ついでの研究の必要性について触れているが、これらについて述べた研究は日本において見当たらなかったとしている⁵⁾。resilienceは逆境から回復する現象であり、精神障害を持つ人の回復のためにも重要であるが、統合失調症を持つ人を対象としたresilienceを明らかにする研究は日本においてまだ少ないので、統合失調症を持つ人のresilienceが明らかになれば、当事者の回復について理解が深まり、当事者のresilienceを促進する看護ケアと心理社会的なりハビリテーションの促進に役立つと考えられる。

以上のことから、統合失調症を持つ人のresilience、本研究では過程としてのresilienceの構成について明らかにするために、本研究を行うことにした。

なお、本稿は高知県立大学大学院健康生活科学研究科博士論文の一部に加筆修正したものであり、2008年度～2009年度科学研究費の助成を受けた研究の一部である。

II. 研究方法

1. 研究目的

統合失調症を持つ人のresilienceの構成について明らかにする。

2. 本研究における「統合失調症を持つ人のresilience」の定義

統合失調症を持つ人のresilienceとは、富川⁶⁾の文献検討により、統合失調症の発病からの逆境の体験を回復という新たな適応に変えた過程であり、この過程において発揮された、回復過程を促進する力とした。

本稿では、統合失調症の発病からの逆境の体験を新たな適応に変えた過程という意味での統合失調症を持つ人の resilience の構成について明らかにする。

3. 本研究の対象者

関西・関東・四国の地域生活支援センター、作業所、デイケアなどの地域にある施設を利用する人で、統合失調症という診断を受けたあと、2年以上地域生活を送っており、症状が安定していると医師や施設から考えられている人で、本研究に興味があると施設から紹介された人を対象とした。

4. データ収集期間：2008年1月～12月

5. データ収集の方法

対象者が体験した、統合失調症という病と、そこからの回復の体験について語ってもらうというナラティブインタビューを一人1～3回(1～1.5時間程度)行った。1回目インタビュー後、1回目のストーリーをまとめたものを作成し、2回目以降インタビューで対象者に確認してもらいながら対象者の思うタイトルをつけてもらい、さらに語ってもらって対象者の考えるストーリーとなった時点で終了した。

6. データの分析方法

以下の過程を質的研究の経験豊富な指導者のスーパーバイズを受けながら実施した。

1) 個々の対象者ごとの resilience のストーリー作成

インタビューを逐語録に起こし、体験した出来事、対象者の気持ちや考え、対象者にとっての体験の意味、回復への取り組みや発揮したと考えられる力が含まれるデータをすべて抽出し、同じと考えられるものをまとめてカテゴリーと要素として整理した。対象者にとっての resilience がどのように起こったのかを、カテゴリーと要素を用いて整理して、個々の対象者ごとの resilience のストーリーを作成した。

2) resilience 全体の構成の分析

1) で作成した個々の対象者ごとの resilience のストーリーをすべて合わせて、統合失調症を持つ人の resilience の構成について、そこに含まれる要素を用いながら検討し、resilience を構成する局面を得た。その後、すべてのストーリーにおいて、局面と要素、要素を構成していたカテゴリーの整理を再度行った。

7. 倫理的配慮

高知県立大学看護研究倫理審査委員会の審査

を受けてから実施した。対象者には、研究・匿名性の保持・協力の中止の自由等の倫理的配慮について、口頭と文書で説明を行い、協力の同意が得られた人を対象にした。また、対象者を紹介する施設の協力を得て、精神状態への影響が少ないと考えられる対象者に協力を依頼し、精神状態の影響への観察を行い、対象者と相談しながらインタビューの時間や回数の調整を行った。

III. 結果

1. 対象者の基本情報

33名の対象者の協力を得たうち、男性は23名、女性は10名で、平均年齢は48.2才(26～67才)であった。診断後経過年数は5年未満5名、6～10年5名、11～20年4名、21～30年9名、31～40年4名、40～45年6名であった(2～43年)。インタビュー回数は1～3回(平均2回、平均63分)であった。

2. 統合失調症を持つ人の resilience の構成

統合失調症を持つ人の resilience は【統合失調症を持つという逆境の体験】【逆境からの変化をのぞむ気持ちの高まり】【統合失調症からの回復への取り組み】【回復の結果生まれる新たな適応】という4つの局面から構成されていた。

【統合失調症を持つという逆境の体験】で、対象者は《発病時に体験していた苦しい状況》において《症状がもたらす悪循環》を体験する中で、【逆境からの変化をのぞむ気持ちの高まり】の局面に移行し、状況を変えようと試みるが《これまでの対処ではうまくいかない》ことで、さらに《悪循環のはての気持ち》に陥っていた。しかし対象者はこの気持ちの中から《回復するという覚悟をもつ》ように変わっていった。

このあと対象者は【統合失調症からの回復への取り組み】の局面で、《自分の回復に取り組む》ことで《回復過程を促進する力》を発揮するようになっていき、この2つの相互作用が進んでいくうちに、【回復の結果生まれる新たな適応】の局面が発生する状態に至っていた。対象者はこの局面では《回復している実感》を感じるようになり、一度は失いかけた《希望が持てるようになった感覚》を体験すると

同時に、《ずっと続く葛藤》も残るという、この3つがバランスを取る感覚を体験していた。

これら4つの局面と、局面に含まれた要素、要素に含まれていたカテゴリーを表1に示す。

3. 統合失調症を持つ人の resilience を構成していた各局面

1) 【統合失調症を持つという逆境の体験】

【統合失調症を持つという逆境の体験】とは、対象者が、生活や人間関係で自分にとってストレスがあると感じる《発病時に体験していた苦しい状況》を体験している時に、《症状がもたらす悪循環》が始まり、症状による苦しみだけではなく、社会生活がうまくいかなくなり、人との関わりを失い、自分のコントロールを失うようなことが重なり、それまでの生活や人間関係を失っただけではなく、これらの体験が悪循環を

起こして、さらに喪失と苦しみが増し、精神症状も悪化して、それまでの自分を構成していたものを失うという局面のことであり、以下に事例をあげる。

対象者がつけたタイトル「旅」 30代男性

自立したい、一人でがんばると強い思いを持って、一人暮らしと仕事を始めた。(中略) 仕事を転々とするしかない状況の中で、隣の物音に悩まされる日々が始まった。(中略) ストレスから休まるたった一つの場所で、言葉にできないような深いダメージを自分の中に負うような体験だった。(中略) 死のうとしたが死ぬことすら失敗して、病院に通い始め、薬を飲んで少し症状がましになったので、なんとかやり直したいと思ったが、症状にさいなまれて仕事に行けなくなったり、せっかくみつけた会社は倒産したり、自損事故を起こしたり、すべてが悪い方向にいて、症

表1 統合失調症を持つ人のresilienceの構成

局面	要素	カテゴリー
【統合失調症を持つという逆境の体験】	《発病時に体験していた苦しい状況》	〈人づきあいが大変だった〉〈仕事が大変だった〉〈経済的に追い込まれていた〉〈生活の変化で大変だった〉〈家族の変化で大変だった〉〈居場所を喪失した〉〈挫折の経験をした〉〈身体が疲れていた〉
	《症状がもたらす悪循環》	〈悪化していく症状がもたらす苦しさ〉〈自分を失っていく苦しさ〉〈人と関われない苦しさ〉〈社会生活を失っていく苦しさ〉〈精神科医療を受ける苦しさ〉〈普通でなくなった苦しさ〉〈悪循環が苦しさを増す〉
【逆境からの変化をのぞむ気持ちの高まり】	《これまでの対処ではうまくいかない》	〈がんばる〉〈人生の成功をめざす〉〈人のことを優先する〉〈人まかせにする〉〈人との関係を持たない〉〈その場をしのぐ〉〈うまくできていた対処ができなくなる〉
	《悪循環のはての気持ち》	〈自分は病気になってしまった〉〈無力感〉〈もうだめだ〉〈自分は本当にだめだ〉〈どうして自分が〉〈つらすぎる〉〈人生が終わった〉〈生きる価値がない〉〈後悔〉〈孤独感〉〈喪失感〉〈自分は不幸〉〈どうしようもない怒り〉〈悔しさ〉〈恨み〉〈うらやましい〉〈もう死にたい〉
	《回復するという覚悟をもつ》	〈変わりたい〉〈同じ失敗を繰り返したくない〉〈変わるために病気の自分を認める〉〈変わるために現実を受け入れる〉〈変わるために考える〉
【統合失調症からの回復への取り組み】	《自分の回復に取り組む》	〈病気のしんどさを和らげる〉〈人間関係を成長させる〉〈心身の健康によいことをする〉〈前向きな自分を作る〉〈今できることを続ける〉〈自分のためになることを大事にする〉〈「普通」とつきあう〉
	《回復過程を促進する力》	〈考える力〉〈受け入れる力〉〈自分を守る力〉〈楽しむ力〉〈人とかかわる力〉〈社会に参画する力〉〈今できることをする力〉〈自分を成長させる力〉
【回復の結果生まれる新たな適応】	《回復している実感》	〈病気がよくなったと思える〉〈何かができるようになったと思える〉〈まだましと思える〉〈病気にも意味があると思える〉〈自分は一人ではないと思える〉〈生きていてよかった〉〈これでいいという実感〉
	《希望が持てるようになった感覚》	〈将来に期待が持てるようになる〉〈やればできると思える〉〈忘れていた希望を思い出す〉〈人としてあたりまえのことがしたい〉〈もっと成長したい〉〈もう二度と悪くなりませんようにという祈り〉
	《ずっと続く葛藤》	〈やりがいがない〉〈やる気になれない〉〈自分が何かをできているとは思えない〉〈できないままに時間だけが過ぎていく〉〈人に迷惑をかけている〉〈自分を肯定的にみれない〉〈将来が不安〉〈また悪くなるのが怖い〉〈この先どうすればいいのだろう〉〈自分はこのままいいのだろうか〉

状がまたひどくなった。

語られていた症状は、眠れない、幻聴に責められる、自分のことが人に知られている、被害的な考えに陥る、体感幻覚、現実感の消失や知覚変容、コントロールのきかない不安や恐怖、体が動かなくなる、わけがわからなくなる等であり、非常に不快でつらく、時に恐怖をもたらす苦痛な体験として語られていた。また、対象者にとっての精神症状は、時間経過の中で悪化しやすく、再発しやすい本当に恐ろしいものとして語られていた。

強制的な精神医療を受けること、精神医療の質の低さと差別に苦しむ体験も、対象者の苦痛をさらに増すものとして語られていた。

対象者は発病後、再発・入退院や症状による喪失体験を繰り返し体験する中で逆境が強まったと語っており、《症状がもたらす悪循環》は発病直後よりも時間経過の中で強まったとのことであった。

2) 【逆境からの変化をのぞむ気持ちの高まり】

【逆境からの変化をのぞむ気持ちの高まり】とは、対象者がさまざまな対処法を試みるが、《これまでの対処ではうまくいかない》中で、《悪循環のはての気持ち》に陥るが、その苦しみの中で《回復するという覚悟をもつ》という対象者の気持ちの変化が起こる局面であり、以下に事例をあげる。

対象者がつけたタイトル「心を尽くして神により頼む」40代女性

私には何もなかった。(中略) 精神病と言われて、私のせいで家族も死んでしまった。死ぬのも失敗した。(中略) 自暴自棄で、自己嫌悪感と、罪悪感と、怒りと、どうしようもない感覚の中で、もう消えてしまいたいと心から思うと同時に、変わりたい、誰か助けてほしいと思った。(中略) 行き詰まってどうしていいのかわからない中で入院したけれど、なんとなく宗教の勉強をしたい、そうしたら変われるだろうかと思った。その時に宗教の人が病棟にやってきました。私の病気の状態はとても悪かったが、私は必死で、これを逃したらもう助からないと思って、宗教の勉強がしたいと先生に言ったら許可をもらえた。

対象者が行った対処としては、一人でがんばる、がまんする、人やなりゆきまかせにするというようなことが語られていた。それまでは効果的だった対処方法が、精神症状に邪魔されてできなくなる中で上記の

対処法になってしまったという対象者もいた。

対象者がもっともつらい時期に感じた《悪循環のはての気持ち》として、どうしようもない無力感や絶望、強い喪失感と自己否定の感覚、孤独感とどうにもならない怒り、悔しさと悲しみが語られており、33名中約10名の対象者が〈もう死にたい〉と思い、自殺を試みたが生き残ったという対象者も2名いた。

しかし、《これまでの対処ではうまくいかない》ことと《悪循環のはての気持ち》を経る中で、対象者が本当にこの状況から回復したいと心から願うようになる《回復するという覚悟をもつ》という変化が始まっていた。対象者は、苦痛をこれ以上味わいたくない、こうなってしまったことへの後悔の念、もう二度と同じ体験をしたくないという思いを語っており、これらの思いが〈変わりたい〉という変化を求める切望や、〈同じ失敗を繰り返したくない〉という強い気持ちになり、〈変わるために病気の自分を認める〉〈変わるために現実を受け入れる〉〈変わるために考える〉という変化につながったと語っていた。

3) 【統合失調症からの回復への取り組み】

【統合失調症からの回復への取り組み】とは、《自分の回復に取り組む》という行動を少しずつ続けるうちに、《回復過程を促進する力》を発揮するようになり、《自分の回復に取り組む》ことと《回復過程を促進する力》が相互作用をしながら、対象者の回復が進むようになる局面であり、《自分の回復に取り組む》ことと《回復過程を促進する力》という要素からなっていた。

《自分の回復に取り組む》とは、自分の回復に取り組むために意識して対象者が行っていった取り組みであり、行動だけではなく認知面の取り組みも含む。対象者は〈病気のしんどさを和らげる〉〈人間関係を成長させる〉〈心身の健康によいことをする〉〈前向きな自分を作る〉〈今できることを続ける〉〈自分のためになることを大事にする〉〈「普通」とつきあう〉という7つの方法のうちのいずれかについて、最初はやむをえず、時間をかけて休みながら続けるうちに、やがてそのことが少しずつできるようになって《回復過程を促進する力》が生まれ、他の取り組みをする力や機会につながり、やがて他の取り組みもできるようになるという、これらの取り組みと力が相互作用を

起こして、回復過程が進んでいくという変化が起こったと語っていた。以下に事例をあげる。

対象者がつけたタイトル「今のところ波乱万丈」 40代女性
悪口がすごく、つらくていたたまれないので、やっと出会えた信頼できる先生のいうとおりに従った。自分のために、生活リズムは整えるようにして、デイケアに通った。(中略) デイケアは不思議なところで、自分の苦しみを自然にわかってくれる人がいて、病気の苦しみが和らいだ。(中略) 人との関わりを通じて、他の人との関わりもうまくなっていった。(中略) デイケアの作業をなんでもいから続けるうちに、単に気分転換や楽しいだけではなく、昔得意だった料理の感覚を思い出した。(中略) それから、いろんな機会に料理を頼まれるようになって、就労支援への参加につながっていった。

《回復過程を促進する力》には、対象者がもともと持っていたと語る力、逆境の体験を通じてもたらしていた力が修正されて現れた力、《自分の回復に取り組む》中で現れ始めた力とがあり、これらの力は、相互作用しあって、他の力が伸びるのを助け合っていた。

4) 【回復の結果生まれる新たな適応】

【回復の結果生まれる新たな適応】とは、対象者が自分の回復への取り組みを続けるうちに、回復してきた実感や、一度は失った将来への希望を再び持つようになるもの、病気になってしまって多くのものを失ってしまったという葛藤も抱えながら、ある程度落ちついたと感ぜられるようになった状態のことである。《回復している実感》《希望がもてるようになった感覚》《ずっと続く葛藤》の3つの要素が語られていた。以下に事例をあげる。

対象者がつけたタイトル「いまのところ波乱万丈」
(3.3) と同事例)

ようやく安心できる職場をみつけた。いじめられることもなくなった。やっと自分で食べていけるぐらい働けるようになった。病気はずいぶんよくなったし、みんないい人なので、いつまでもここで働きたい。一度失った家族のような人たちに会えた。けれども自分の人生は今のところまだ、波乱万丈。何がと言われたら困るけど、言葉では言い表せないほど大変だった時の思いが消えないので、今のところは波乱万丈。

《回復している実感》と《希望が持てるようになっ

た感覚》は、【統合失調症からの回復への取り組み】の中の《自分の回復に取り組む》という対象者の行動をさらに強め、《回復過程を促進する力》をさらに発揮できるようになることを促進して、対象者の《回復している実感》と《希望が持てるようになった感覚》をさらに高めていた。

《回復している実感》《希望が持てるようになった感覚》と《ずっと続く葛藤》のバランスの取り方は事例によって異なっていたが、病気になってしまったことで常に感じる喪失感や限界、昔のようにやりがいを感じる生活に戻れない感覚がつきまとうといった《ずっと続く葛藤》を強く抱えていると語った事例も33事例中26事例あった。

IV. 考察

1. resilience とは逆境からの肯定的な適応

Luthar(2000) は、resilience とは「重大な逆境の状況から、肯定的に適応していくダイナミックな過程」であり、resilience は大きな脅威や重い逆境にさらされていることと、その中から肯定的な適応が起こっていくことを含むとしている⁷⁾。本研究結果においても、【統合失調症を持つという逆境の体験】という逆境の体験があり、その中から【逆境からの変化をのぞむ気持ちの高まり】【統合失調症からの回復への取り組み】【回復の結果生まれる新たな適応】という肯定的な適応が起こっていたので、統合失調症を持つ人の場合も同様であった。

2. resilience は要素のつながりと相互作用によって進む

Rutter(1999) は、resilience について、逆境を構成する要素の積み重ねと相互作用が起こること、逆境の影響を減らすことが起こり、肯定的な要素がつながってその影響が育まれると述べている¹⁾。本研究の結果においても、逆境の局面では構成する要素の悪循環が起こり、回復から逆境に変化する過程においては後述するが、【逆境からの変化をのぞむ気持ちの高まり】という逆境の影響を変える局面があり、回復の局面では、病気のコントロールや無理をしないというような逆境の影響を減らす要素と、回復を推し進める要素の相互作用が起こり、回復を促進して新たな適応の状態に至っていた。従って、要素のつながり・相互作用と循環で resilience の過

程が起こることや、resilience では逆境の影響を減らすことと肯定的な変化を積み重ねていくことで新たな適応に至るということについても、これまでのresilience 研究におけるresilience の考え方と同様であった。

3. 統合失調症を持つ人の resilience の特徴

本研究で得られた結果は、これまでの文献に述べられていることとresilience の概念に関しては同じであると考えられたが、本研究の結果ではさらに、統合失調症を持つ人のresilience の特徴についての知見が得られた。

本研究の結果における、逆境から新たな適応に至る期間は、約5年から40年以上であった。統合失調症からの回復過程について、Spaniol(2002)は、①障がいによって圧倒される、②障がいのなかであがく（闘う）、③障がいと生きる、④障がいを超えて生きるという4つの段階を生きつ戻りつしながら進むとし、回復過程は非常に時間のかかる現象であり、発症後4年の追跡では④障がいを超えて生きる段階の事例はみられなかったと述べている⁸⁾が、統合失調症を持つ人のresilience についても、対象者が回復したと思う新たな適応の状態に至るまでには時間のかかる現象ではないかと考えられた。

また、本研究結果のresilience における、【回復の結果生まれる新たな適応】では、《回復している実感》《希望が持てるようになった感覚》とともに、《ずっと続く葛藤》がバランスを取る状態であり、統合失調症を持つ人のresilience における新たな適応の状態とは、回復している実感とともに、ずっと続く葛藤という痛みがバランスを取りながら存在している状態ではないかと考えられた。

ここでは、さらに統合失調症を持つ人のresilience の逆境から回復への変化の特徴に焦点をあてて述べる。

1) 変化の切望と苦しみを避けたい気持ちの強まり

本研究では《悪循環のはての気持ち》が、本当に治りたいという変化を切望する気持ちとともに、もう二度と同じ苦しみを味わいたくないという苦しみを避けたいという、2つの気持ちを強めることで、《回復するという覚悟をもつ》という変化につながっていた。

Deegan(2001)は、精神疾患という診断と悲観的

な予後の予測を聞いてから、不当な扱いへの怒りと、絶望的な予後への拒絶をほぼ同時に感じ、「私はディーガン博士になり、もう二度と、こんなふうに誰かを傷つけない、正しいやり方が行われるメンタルヘルスの組織を作ろう」と考えている自分に気づき、それがサバイバル作戦と呼ばれる計画につながっていったと述べている⁹⁾。本研究においてもDeeganによる体験と同様に、逆境の体験による苦しみが強まった時に、変化を願う強い気持ちが現れていた。

なお、本研究結果における統合失調症を持つ人の場合には、変化を切望する気持ちだけではなく、不快な苦しみを避けたいという気持ちも強く働いており、これら2つが同時に存在しながら変わりたい、回復したいという思いを形作るのではないかと本研究結果からは考えられた。

2) 逆境の悪循環のスピードを緩めて自分の主体性を取り戻す時間

本研究結果では、【逆境からの変化をのぞむ気持ちの高まり】の時期にはまだ対象者の内面の変化が主体で、回復についての取り組みが始まるのは次の局面であった。Deegan(2001)も、統合失調症と診断を受けて、怒りとともに強い回復についての思いを持った時期について、内面の変化は起こっていたが、生活面の変化があらわれたのはずいぶん先であり、この時期、たばこでしんどさを紛らわすだけで、数ヶ月外にも出ずの生活を送っていたと述べており⁹⁾、他覚的な変化の前に、対象者の内面で起こる変化の時期があるのではないかと考えられた。

この時期に、状況に身をまかせることは、これまでの自分の対処を続けて悪循環を強めるのを止めることに役立っているのかもしれない。また、自分について考えたり、自分のいる状況を認めたり、どうすればいいかと考えだすことは、逆境に振り回されて自分のコントロールを失っていた状態から、もう一度、自分自身のことには力を集めて、自分が主体に変わる変化につながっているのではないかと考えられた。つまり、他者からみて何もしない状態でも内面の変化が起こっている時期があり、これは変化のために非常に重要な時期なのだろうと考えられた。

3) 逆境の中でも自分で対処した経験が変化を促進する

本研究結果では【逆境からの変化をのぞむ気持ち

ちの高まり】の中の、《これまでの対処ではうまくいかない》ことで、対象者はこれまでの対処を見直さざるをえず、自分が変わらなければならないと思うところにつながっていた。自分自身で対処を試みる体験は、逆境の中で失敗しても、自分で体験を積み重ねることが、逆境の中の出来事を、自分自身の行ったことの結果として捉えて、主体的になる変化を促進するのだろうと考えられた。

以上から、統合失調症を持つ人の resilience を高めるためには、悪循環を減らすことや、当事者が自分でさまざまな体験をすることで、当事者に起こる内面の変化を大事にしたり、回復過程においても、回復するための取り組みと回復する力、回復した実感や希望を持てるようになったことすべてが、相互作用を起こすようにすることが重要であると考えられた。

V. 結論

統合失調症を持つ人の過程としての resilience において、対象者は【統合失調症を持つという逆境の体験】の局面で《発病時に体験していた苦しい状況》で《症状がもたらす悪循環》を体験し、【逆境からの変化をのぞむ気持ちの高まり】の局面で《これまでの対処ではうまくいかない》中で《悪循環のはての気持ち》に陥るが、ここから《回復するという覚悟をもつ》という変化の始まりを体験し、【統合失調症からの回復への取り組み】の局面で、《自分の回復に取り組む》うちに《回復過程を促進する力》を発揮するようになって、【回復の結果生まれる新たな適応】である《回復している実感》と《希望を持てるようになった感覚》が《ずっと続く葛藤》とバランスを取る状態を体験していた。

本研究から得られた統合失調症を持つ人の resilience については、これまでの resilience と同様の概念であると考えられたが、逆境から回復の変化には、逆境を変えたいという強い思いや、これまでの対処をやめて自分を変える内面の変化が重要であると考えられた。

引用文献

1) Rutter M: Resilience concepts and findings: implication for family therapy,

- The Association for Family Therapy and Systemic Practice, 21: 119-144, 1999
- 2) Richardson GE, Neiger BL, Jensen S, Kumpfer KL: The Resiliency Model, Health Education, 21(6): 33-39, 1990
- 3) Masten AS, Hubbard JJ, Tellegen A, Garmezy N: Competence in the context of adversity: pathways to resilience and maladaptation from childhood to late adolescence, Development and Psychopathology, 11: 143-169, 1999
- 4) Masten AS: Resilience in developing systems: Progress and promise as the fourth wave rises, Development and Psychopathology, 19: 921-930, 2007
- 5) 田亮介, 八木剛平, 田辺英, 渡邊衡一郎: 精神疾患におけるレジリエンス研究—PTSDからの発展—, 臨床精神医学, 37(4): 349-355, 2008
- 6) 富川順子: 統合失調症を持つ人の resilience - 概念の検討 -, 高知女子大学紀要 看護学部編, 58: 53-71, 2007
- 7) Luthar SS: The Construct of resilience: A Critical Evaluation and Guidelines for future Work, Child Development, 71(3): 543-562, 2000
- 8) Spaniol L, Wewiorski NJ, Gagne C, Anthony WA: The Process of recovery from schizophrenia, International Review of Psychiatry, 14: 327-336, 2002
- 9) Brown C, Deegan PE, Bledsoe C, Mack S, Mcgruder J, Paddilla R, Woolenberg JL, Copeland ML, Rempher L, Knott J: Recovery as a Self-Directed Process of Healing and Transformation, Recovery and Wellness Models of Hope and Empowerment for People with Mental Illness (Brown C), 5-22, The Haworth Press, New York, 2001