

38. 精神障がい福祉におけるピアサポートの人材育成と活動支援システム構築に関する研究

○小柴雅史、宮原千晶（NPO 法人ピアサポートセンターひといろの実）

山下亜矢子（旧所属 川崎医療福祉大学 現所属 新見公立大学）

I はじめに

我が国の精神科医療は2004年の厚生労働省による「精神保健福祉医療の改革ビジョン」のもと精神科医療の供給体制として、入院医療中心から地域生活支援重視型へと改革が進められている。地域生活支援重視型の医療サービスにおいて精神疾患や精神障がいをもつ人へアプローチとして、疾病を自己管理するためのセルフモニタリングの技術習得や生活の質を向上させるための対象の主体的な治療参画への支援が求められる。

精神疾患や精神障がいをもつ人に対する回復支援では、単に疾病からの回復だけではなく、人生の回復を考えるリカバリーという視点で関わる必要がある。リカバリーは「病気や健康状態のいかんにもかかわらず、希望を抱き、自分の能力を發揮して、自ら選択ができる」という主観的な構えや指向性を示す。このリカバリーを促進するためには医療従事者のみでなく同じ体験をもつ者によるピアサポートによる支援が求められる。

ピアサポートの育成や活用は、2014年に公表された厚生労働省による「長期入院精神障害者の地域移行に向けた具体的方策の今後の方向性」において盛り込まれている。このようにピアサポートへのニーズは増加している現状ではあるが、実際はピアサポート活動に対する理解や支援は十分ではないことから、ピアサポート活動を行う体験者が疲弊する状況もあり、ピアサポーターの活動継続支援への対策が急務である。今回、岡山県内で精神障がい福祉分野においてピアサポート活動を行うピアサポーターの活動支援へのニーズを考慮した研修会を開催し、人材育成を行いたいと考えた。また、ピアサポーターを希望する当事者のニーズを把握し、岡山県の地域特性を考慮したピアサポート活動支援システム構築を目指すことを目的とし、研究を実施することとした。

II 研究実施内容

1. 研究1：ピアサポート活動の現状と課題に関する調査

1) 研究目的

精神障がい福祉分野におけるピアサポート活動の現状と課題を明らかにする。

2) 研究方法

(1) 調査方法：無記名自記式質問紙調査

(2) 用語の操作的定義：本研究におけるピアサポートとは、「サービスの受け手であり、かつ送り手である人」を示す。

(3) データ収集期間：2015年11月

(4) 対象者：精神障がい福祉分野におけるピアサポート交流会参加者を対象とした。対

象者は現在の病院受診の有無、年齢や性別は問わないこととした。

(5) データ収集方法：無記名自記式質問紙調査

(6) 分析方法：対象者属性について単純集計を行った。自由記載の内容（精神障がい福祉分野におけるピアサポート交流会参加動機、ピアサポート活動支援への要望）は質的帰納的に分析を行い、データをコード化した。

(7) 調査項目：質問紙の構成

- ・対象者属性（年齢、性別、診断名、ピアサポート研修会の受講経験、現在の実際の活動の有無等）
- ・研修会参加動機、ピアサポート活動支援への要望

3) 倫理的配慮

研究対象者に対し、研究目的、研究方法、研究参加への自由意思、参加への拒否権、プライバシーの保持、研究結果の公表等について書面と口頭にて研究者が説明した。質問紙提出にて調査の同意を得た。本研究は研究者の所属する研究倫理委員会の承認を得た後に開始した。

4) 結果

(1) 対象者属性：対象者 23 人に調査依頼をした結果、20 人（回答率 87.0%）より回答を得た。対象者の平均年齢は 42.1（29～61）歳、診断名は、統合失調症 11 人、自閉症スペクトラム障害 4 人、気分障害 3 人、ステロイド精神病 1 人、未記入 1 人であった。過去のピアサポート活動経験者は 14 人であった。

(2) ピアサポート活動を行う目的

ピアサポート活動経験者がピアサポート活動を行う目的として、自己開示、自己成長、出会い、自己有用感の獲得、リカバリーを共有する、リカバリー体験を伝える場となっていることが明らかとなった。アンケートの記載内容を表 1 に示す。

表 1 ピアサポート活動を行う目的

コード	データ
自己開示	「話を同じ当事者間でしかできない話題を話す楽しさ」
自己成長	「相手の言うことを自分におきかえて成長する事」「成長につながる(自分と相手の)」「利用者さんの安心と自分の成長」
出会い	「友達を作ること」
自己有用感の獲得	「病気をしてもより良い人生を歩けると思えること」
リカバリーを共有する	「自分はこれ迄、社会のいろいろな人たちの支え(おかげでここまで回復してきたから、その恩の100分の1か、1000分の1か、10000分の1でも社会に恩返しをしたいので」「同じ思いをしている方の力になりたい」
リカバリー体験を伝える場	「自分の経験を生かす」

(3) ピアサポート活動に関する課題

ピアサポート活動に関する課題として、セルフマネジメントの場の設定、社会的認知度の向上、スペシャリストの養成、モチベーションの向上、相談機関の設置が明らかとなった。アンケートの記載内容を表 2 に示す。

5) 考察

本調査結果より、ピアサポート活動におけるパートナーシップ構築への課題としてピアサポーターがリカバリーを語るための環境調整の必要性が示唆された。

表 2 ピアサポート活動におけるパートナーシップ構築への課題

コード	データ
セルフマネジメントの場の設定	「体調との相談、精神を整えること(ピアサポーターとして課題としてとらえていること。ヘルプを求める先や助けをえる場をつくる。自分自身を大切に。向き合うこと。」「ピアサポートと当事者の境界線に悩むときがある。」
社会的認知度の向上	「ピアサポートというものが社会に浸透していないので認知度が高まればと思う。」「県北にはピアサポーターの認知度が低い。もっと広めてほしい。」
スペシャリストの養成	「ピアサポーターがPSWの方や看護師さん、先生等と同じ立場で話したりできるように、ピアサポーターの知識や経験を底あげしていきたい。」「分業体制を整えてほしい。」
モチベーションの向上	「ピアサポート活動にやりがい、生きがいを感じても低賃金のため、あきらめたりするほうが多いので、もっと、県も市も予算を高くつけてほしいです。」
相談機関の設置	「ピアサポーターの仕事上での相談機関が必要(安定して働けるための)。」

2. ピアサポート養成研修会実施内容

1) 開催日時：平成 28 年 2 月 21 日（日）13：30～16：30

(1) 内容

テーマ：リカバリーストーリーを語る、語り合う

構成：講義およびグループワーク

講義ではリカバリーストーリーに対する説明があり、自己のストレングスについてシートを用いた個人ワークが行われた。その後、過去の体験を振り返る作業を行い、リカバリーストーリーを作成した。グループワークではリカバリーストーリーを発表し、共有する時間を設定した。

講師：ピアサポートに関する専門知識を持つ外部講師に依頼

参加者：45 人

2) ピアサポート養成研修会（以下、研修会）運営スタッフ：研修会運営スタッフとして同じ体験を有する精神障がいをもつ人を公募した結果、4 人より参加を得た。

3. 研究 2：研修会に対する評価とピアサポーターの活動継続支援に必要なニーズと課題に関する調査

1) 研究目的

精神障がい福祉分野における研修会参加者に対し、研修会に対する評価を得るとともに、精神障がい福祉分野における研修会参加動機、研修会参加による日常生活やピアサポート活動に関する影響、ピアサポーターの活動継続支援に必要なニーズを明らかにする。

2) 研究方法

(1) 研究対象：精神障がい福祉分野における研修会参加者を対象とする。

(2) 研究期間：2016 年 9 月～10 月

(3) 研究デザイン：因子探求型質的帰納的研究

(4) データ収集方法：インタビューガイドを用い、1 人約 30 分間の半構成的面接を行った。インタビュー会場はプライバシーが保持できる個室にて行った。

(5) 対象者の選定方法：研修会参加者に口頭および書面にて研究の主旨を説明し、調査協力を依頼した。

(6) 調査項目：インタビューガイドを用い、下記の調査項目について収集した。

- ・対象者属性（年齢、性別、診断名、研修会受講時期）
- ・インタビュー内容（研修会参加動機、研修会参加による自身の日常生活やピアサポート

活動等への影響、今後のピアサポート活動支援への要望)

(7) データ分析方法：データ収集は対象者の同意を得た後に IC レコーダーにて録音を行った。録音した内容の半構成的面接の語りを逐語録に起こし、データとした。その後、データを熟読し、研修会参加動機、研修会参加に対する感想、研修会参加による自身の日常生活やピアサポート活動等への影響、今後のピアサポート活動支援への要望に関する内容を抽出し、コード化した。

3) 倫理的配慮

研究対象者に対し、研究目的、研究方法、研究参加への自由意思、参加への拒否権、プライバシーの保持、研究結果の公表等について書面と口頭にて研究者が説明した。対象者の同意を得た後、録音を開始した。本研究は研究者の所属する研究倫理委員会の承認を得た後に開始した。

4) 結果

(1) 5名より研究協力を得た。対象者の性別は男性2人、女性3人、平均年齢41.4歳、診断名は統合失調症が最も多く、インタビュー平均時間は32.2分であった。対象者5人のうち研修会運営スタッフとしての参加者は2人、受講者としての参加者は3人を示した。

(2) ピアサポート研修会参加動機

ピアサポート研修会参加動機を表3に示す。

表3 研修会参加動機

コード	データ
他者からの薦め	「職場でこういうのがあるよという感じで受けたという感じですね。」
ピアサポートの意味を考える	「ピアサポートについて、本とか出てんですけど、実際、詳しいことはよく分からない。ピアというけれども、どうなのかなっていうところがある。」 「ピアサポートとかピアスタッフとは、どういうものなのかな、ピアとはなんなのかなというのをちょっと知りたいなという動機ですね。」
ピアサポートについて学ぶ	「ピアサポートの活動を仕事でやっているんですけど、でも、やっぱり勉強のし直しとか振り返りとかこれからもちっと深めていきたいなという気持ちは常にあります。」
報酬を得る	「チラシを見て、何か私にもできることはあるかな、みたいな感じで。本当は正直言うと謝礼が目当てで。」

(3) 研修会参加による日常生活やピアサポート活動への影響

研修会参加による日常生活やピアサポート活動への影響を表4に示す。

表4 ピアサポート研修会参加による日常生活やピアサポート活動への影響

カテゴリー	コード	データ
肯定的思考への変化	自己の強みを知り、前進する	「いろんな過去のこととか自分の強みとか弱さとか書く欄があったんで、そういうのも振り返ることはできて、良かったと思いますね。」「自分次第でなんかいろいろ変えていけるんじゃないかという、可能性があるものだなと。」
	他者への感謝の念	「改めて、どういうか、本当にいろんな人に支えられてきたかなというのを感じましたね。」
リカバリーストーリーを共有する	他者のライフストーリーを理解する	研修会で、いろんな人の話を聞くことができて。人生の重みというか、人それぞれいろんなことがあるんだなと思いましたね。」
対人関係の進展	新たな出会いを得る	「やっぱり出会いとかつながりというのは、すごくできたかなと思って。そういう研修、こういう知識を学ぶというより出会いの場かなとは思いますがね。」
	関係性の進展	「何時に訪問行くねっていうメールが、何か絵文字がついてたり、何かその日はよろしくお願いますねとか書いてたり、(以前と)何か言葉のニュアンス変わった。」
ピアサポート活動の心得を理解する	語る場としての守秘義務を確認	「秘密はやっぱり守るということは、一番すごく大事なことでか。あと、相手の立場に立ってお話をするとか、そういうことは意識できるようになったかなと思いますね。」
	セルフモニタリングを行う	「仕事の前の日は自分にとって重要なのはどうやら睡眠らしくて。睡眠が良く取れてないときは、研修を受けて、やっぱりピアスタッフとして働く仕事の意識がちょっと変わったかなと。」

(4) 今後のピアサポート活動支援への要望

今後のピアサポート活動支援への要望を表5に示す。今後の研究会開催についての希望として、座学とグループワークのバランス、少人数による参加構成等が意見として述べられた。

表5 今後のピアサポート活動支援への要望

コード	データ
スピリチュアルなリカバリー場の設定	「スピリチュアルな面もあったらいいと思う。」
リカバリーの共有化を促進する	「やっぱりこうリカバリーストーリーを発表するときに、見える化、可視化したら面白いかなと個人的に思ったりしますね。」
利便性を配慮した場所の設定	「移動手段がやっぱり遠いと大変ですよ。だから、行きたいけど行けない。特に車がない人なんかは行きたくても行けないという感じのところがある。」
参加者の個人情報保護	「自分のことが今もそうなんですけれども、特定されるというのがちょっと怖いなど。特に自分の近所に住んでいる人とかに、あんまり精神の疾患があるとかというのを知られたくないなという思いが自分ではあるんです。」

5) 考察

本調査結果より研修会にてリカバリーストーリーを語る場を得ることで、研修参加者間によるリカバリーストーリーの共有化とパートナーシップ形成が行われていること等が明らかとなった。

III ピアサポート活動支援システム構築への示唆

本調査結果よりピアサポーターを希望する当事者のニーズとして、ピアサポート活動に対する理解の促進、リカバリー体験の共有化に向けた場の設定、ピアサポート活動に対する支援の整備が明らかとなった。研修会ではピアサポートに対する知識を身に付けるとともにリカバリーストーリーを参加者と共有し、出会い、つながりを得、パートナーシップを形成していた。また、ピアサポートの意味を自問自答し迷いながらピアサポート活動を行っている様子が伺えた。ピアサポート活動では参加者の個人情報等を守りつつ安心した環境設定が必要であることも示唆された。今後のピアサポート活動支援の要望として利便性を配慮した開催場所の設定等も課題として明らかとなった。今後はリカバリーストーリーを語り共有する場を定期的に設定しつつ、地域の中で多機関多職種による相互理解を進める中で、活動が拡大するようピアサポート活動支援に関するシステム構築を行う必要性が示唆された。

【経費使用明細】

会場費（研修会場使用料1回、実行委員会会場使用料1回）	109,811円
印刷費（報告書150冊作成印刷代）	47,790円
通信費（切手代、郵送料）	5,337円
消耗品費（プリンターインクカートリッジ、コピー用紙他）	39,065円
書籍代（参考図書1冊）	1,836円
人件費（専門知識の提供および実行委員4名）	96,161円
合 計	300,000円
大同生命厚生事業団助成金	300,000円