

報告

精神障害者ピアサポートを使った地域づくりの一考察 A Study on Community Development with Peer-Support of Psychiatric Disabilities

神奈川県立保健福祉大学保健福祉学部社会福祉学科 行實 志都子

Shizuko Yukizane, Faculty of Health and Social Services School of Social Work,
Kanagawa University of Human Services

抄 録

本研究の目的は、ピアサポートをテーマとした講習会（以下、講習会とする）を開催し、その講習会の参加者の意識変化を探りながら、参加者が意欲的に活動できる地域支援づくりに結び付けることである。本研究の方法は、参加型アクションリサーチ（Community-Based Participatory Research 以下CBPRとする）の手法を使い、講習会（2012年10月～2013年8月までの期間の計4回）に参加できる精神障害者並びに関係者に対して、講習会前後に自記式質問紙を集合調査した。本研究の結果は、講習会4回の参加者延べ117名（各回約30名）であり、調査結果を分析しながら地域づくりを実施したものである。意識調査の主な結果は、ピアサポートの言葉の認知度については、当事者は1回目「全く聞いたことがない」26%あったが講習会を重ねるごとに、「全く聞いたことがない」がなくなり、「聞いたことがある」「何度も聞いたことがある」82%を占めるようになった。この結果は、普及啓発という観点からも一定の成果があったといえる、さらに、自分たちの行動の中にピアサポートがあるという意識化されたことにより、普段の行動が受動的なものから能動的なものへと変化したと考察できた。

キーワード：ピアサポート、精神障害者、地域づくり、アクションリサーチ

Key words : peer-support, Psychiatric Disabilities, community development, Action Research

1. はじめに

現在、福祉領域においては当事者と専門職の協働が求められるようになってきている。そして、当事者自身が福祉領域の施策づくりの一旦を担う地域自立支援協議会等の会議のメンバーをして参加する姿も多く見られるようになった。つまり田垣（2012）の研究にあるよう障害者施策のため住民会議のメンバーとして当事者が参画し、地域づくりを行う中で、障害者としての生活上の経験をセンスメイキングすることによって、地域づくりによい効果が現れたと

報告されている⁶⁾。

また、現在精神障害者を取り巻く環境は大きく変化をしている。それには精神障害者の社会的入院解消などの施策により、地域生活への支援が進んでいることが大きな要因である。その流れは、精神障害者への支援方法に波及し医療モデルから生活モデルへ、そしてストレングスモデルと変化してきた。その中でも、精神障害者当事者が同じ問題や悩みをもつ仲間支援する方法のピアサポート（以下、ピアサポートとする）に対する精神保健福祉領域における興味や関心はとても高い⁵⁾。

さらに、厚生労働省は、長期入院患者への地域移行支援事業にピアサポートの活用を示した。このような動きは、この約15年間で全国的に当事者のストレングスを活用した手法の一つとしてピアサポート

著者連絡先：神奈川県立保健福祉大学社会福祉学科
〒238-8522 神奈川県横須賀市平成町1-10-1
(受付 2015. 9. 18 / 受理 2016. 1. 4)

は地位を確立してきたといえる。そしてピアサポートを活かした地域移行支援事業の有用性やピアサポートを行っている当事者のリカバリー報告は数多くなされている^{4) 8) 10) 11)}。このように広まった要因としてピアサポートに従事する当事者は特別な存在ではなく、「ピア＝仲間性」という視点が原点であり、障害を受容し、広く仲間との相互支援活動として誰でも取り組むことができたからである。そして約15年間ピアサポートは、精神障害者にとって自分自身を取り戻す魔法のことばのように取り扱われ全国でピアサポート養成が実施されたが、そのため友達感覚でいるピアサポートからピアスタッフとして就労するといったいろいろなピアサポートの「感覚」や「質」そして「立場」が混在してしまった。

これらの影響により、精神保健福祉領域でのピアサポートだけが他の障害者のピアサポートを違う流れになっている。つまり、ピアサポートを就労方法のひとつとして捉えすぎたために、ピアサポートをできるのは特別な能力や知識などをもった精神障害者の中でも優秀な人材だけができると考えられてしまった。そのために、本来のピアという仲間性といった観点が見えにくくなっている。

精神保健福祉領域での地域づくりとしては、ピアサポートを本来の意味としての「仲間同士の支え合い」という観点を捉えなおし、能力の有無ではなく、人と人との関係性の中で成り立ち、誰にでもできるものであるという視点を当事者に持ってもらうことが重要である。それにより当事者自身のエンパワメントの向上させていくことが大切である。そして、その力をボトムアップとして地域づくりに活かせるモデル構築が期待され、求められている。よって、本研究はA市に在住・在勤の精神障害者や家族（以下、当事者とする）と専門職の協働によって、精神障害者のための地域づくりを目指した。

2. ピアサポートとは

ピア (peer) とは、同じ立場の仲間・対等者・同輩という意味である。本研究では、精神障害者であったり、精神障害者を家族にもつ人の仲間が、同じ体験や悩みをわかちあい、支え合う活動のことをピアサポートと操作的に定義する。

3. 本研究の目的

本研究の目的は、当事者自身のエンパワメントを高めるためのピアサポートをテーマとした講習会を開催し、その講習会に参加した当事者の意識の変化を探りながら、当事者が意欲的に活動できる地域支援づくりに結び付けることである。

4. 本研究の方法

1) 研究デザイン

本研究は、当事者と専門職の協働により精神保健普及啓発活動の見直し、それぞれの役割を実践することを通じて当事者自身の活動であるピアサポートによって自信を持ち、主体的な活動を促進しそれを地域づくりに活かすために、実践と研究および理論の架け橋である研究方法であるアクションリサーチを採用した。

アクションリサーチとは、北の系譜と南の系譜とにわけられ、北の系譜は集団力学の創始者あるレヴィンが1930年代から1940年代にかけて研究したものである。この研究の特徴としては、「実践→研究→改善」という循環的なプロセスという視点を取り入れたものである。一方南の系譜は、1970年代にラテンアメリカ、アジア、アフリカの実践や研究、そしてマルクス主義の批判から生まれたものである。その後、参加型のリサーチとしてコミュニティの人々が自分たちの生活環境を改善するために参加し、その参加を通して、それぞれがエンパワメントしていくものであるというフレイレの考えが影響し参加型アクションリサーチへとつながっていった。このようにアクションリサーチは、非常に多様な理論を展開してきている^{2) 7) 9)}。

さらに、セルフヘルプグループへの研究には、参加を重視し、エンパワー志向を大切にし、個人主体で行うのではなく、利害関係者が民主的なりサーチの過程の中で、平等な立場で参加できる参加型アクションリサーチが多くみられる^{1) 3)}。その中で、北の系譜である循環的なプロセスと参加型リサーチとして統合されたCBPRを本研究の基礎理論とする。CBPRは、参加型リサーチを包括する概念であり、コミュニティのメンバー、組織の代表、研究者と

いった関係者が調査段階において、対等なパートナーとして参加し、実用施行から解放施行の間のスペクトラムを持つ非常に幅の広いものである。また、2008年発行された『ソーシャルワーク百科事典』第20版でも取り上げられている理論である⁷⁾。

よって本研究では、地域住民という当事者の生活環境の環境を改善するため当事者自身が講習会に参加し、その参加に通してエンパワメントする過程を循環的プロセスによって明らかにするCBPRの理論によって、ピアサポートを使った地域づくりについて述べたい。

2) 対象者並びに方法

【A市の概要】

A市は人口約11.2万人であり、精神保健福祉手帳は519名(2013年)であり、ここ4年で1.5倍の増加傾向を示している。

またA市では精神保健福祉の普及啓発活動として、2008年度より精神保健福祉連絡会(以下、連絡会)をA市在住・在勤の当事者・精神保健福祉関係の専門職が2か月に1回のペースで開催してきた。開催当初A市には精神保健福祉の関係機関やサービスも少なく、支援等は近隣の市町村へ依頼していた。さらに当事者や家族会は自らが主体的に動くよりも市に対して要望することが多く、依存的な傾向が見られた。連絡会発足から5年経過し、少しずつ当事者・家族会に対して支援するサービスも増え、家族会主体での居場所づくりや相談体制も整ってきた。しかし、当事者・家族会自身が自分たちの活動に対して行っているにも関わらずまだまだ自信が持てず、依存的な面が見え隠れする状況でもある。そのため、A市では当事者が自分たちの活動に自信をもち、主体的に活動できるような支援方法を探っている状況であった。

この連絡会の参加メンバーたち(以下、メンバーとする)が、今回のCBPRの中心となり、ピアサポートを地域に根付かせ、当事者自身の力を活かした地域づくりを行っていく方法を検討した。

対象：A市が開催する心の健康講座「ピアサポート講習会」を受講した人
各回約30名×4回=120名

期間：2012年10月～2013年8月までの期間の計4回

講習会は、最初の3回(10月・12月・2月)は2か月ごと

4回目は、最後の2月の講習会から6か月経過した8月に実施

方法：自記式質問紙 集合調査

分析：単純集計並びにピアサポートのイメージのプロフィール分析

講習会内容：テーマ「ピアサポート(ピア)の力」をテーマに当事者のエンパワメントを引き出す

第1回：講義「ピアサポートとは何か」

第2回：グループワーク

「自分の周りのピアサポートを探してみよう」

第3回：シンポジウム

「ピアサポーターからの実践報告」

第4回：グループワーク

「自分の周りのピアサポートを探してみよう」

調査票内容：

【講習会前に記入】

- ①ピアサポートの言葉の認知度・
- ②言葉の意味の理解度
- ③ピアサポートのイメージ

【講習会后】

- ④ピアサポート活動に自分は参加しているか
- ⑤ピアサポート活動に対して
- ⑥その他感想など

【講習会后の行動などの変化】

連絡会メンバーからの当事者の行動報告

3) 倫理的配慮

事前にメンバーから講習会の目的、趣旨、方法、日時、場所などを説明してもらい、それに同意を得られた人に講習会に参加してもらった。さらに、講習会開始の前には日本社会福祉学会研究倫理指針に準じ、目的、方法、日時、場所、個人情報保護を約束し、問い合わせ先などを口頭並びに文書にて説明し、同意を得られた方のみアンケート用紙に記入し

講習会終了後に回収箱への投函をお願いした。

アンケート結果については、A市の精神保健福祉連絡協議会で報告され提出されたデータを使用し、メンバーと一緒に分析並びに考察を実施した。

なお、講習会参加者に対しても調査結果は、A市の福祉行政に役立てるために再度分析し論文等において発表することに対して了承を得ている。神奈川県立保健福祉大学研究倫理委員会による承認（保大第25-008）を得ている。

5. 結果

本研究の結果としては、各講習会の参加者は表1のとおりである。

本研究は、講習会時の自記式質問紙調査であるが、講習会開催前に記入してもらった部分と講習会終了後に記入してもらった部分の2部構成となっている。講習会開始前の記入としては、①ピアサポートの言葉の認知度②ピアサポートの言葉の理解度③ピアサポートという言葉からのイメージの3点である。

主な調査結果は、①ピアサポートの言葉の認知度については、当事者は1回目「全く聞いたことがない」26%「少しは聞いたことがある」37%を占めており、「聞いたことがある」21%「何度も聞いたことがある」16%であった。しかし、講習会を重ねるごとに、「全く聞いたことがない」がなくなり、「聞いたことがある」「何度も聞いたことがある」82%を占めるようになった。専門職については、最初から「何度も聞いたことがある」が75%という数字をだしていた。続いて、②のピアサポートの言葉の意味については、当事者は第1回目では「全く知らない」26%あったが、第2回目で15%となり、第3回目以降は全く知らないという人はいなくなった。反対に「知っている」という回答が、第1回目32%だったものが、第2回目では65%、第3回目では

76%と増加していった。専門職については、最初から「知っている」という回答が67%あり、第2回目では100%、第3回目では72%、第4回目では80%を示した。

③ピアサポートという言葉からのイメージは以下の図1のとおりである。

第1回目の特徴としては、全体的にはっきりとしたイメージが持てていない状況であり、楽しいイメージや自分にできるというイメージは低い。講習会の回が増えることで、仲間という意識や楽しさ、共感というイメージも膨らんできている。

続いて、講習会後の記入してもらった④ピアサポート活動に自分は参加しているか⑤ピアサポート活動に対して感じることは以下の結果である。

④ピアサポート活動の参加については、当事者第1回目47%第2回目71%第3回目59%第4回目75%であった。専門職については、1回目38%第2回目60%第3回目17%第4回目60%であった。どちらもグループワークにおいて、自分たちの周りのピアサポート活動を振り返ると自分の活動内容が意識化されるようである。また、シンポジウムのように活躍しているピアサポーターの実践報告を聞くと、自分とはかけ離れていると感じるのか数値が下がっている。

⑤のピアサポート活動に対して感じることは以下の図2・図3に示す。

講習会を通して、楽しいという気持ちが高まり、簡単にはできそうとは思っていないようであるが、不安は感じていないようである。またピア活動の場を作りたいという気持ちは強く持つようになっていく。

【講習会に参加しての感想 自由記載から】

●市への要望

家族、当事者が気軽に集まれる場が欲しい

表1 講習会参加者一覧

	内容	当事者(精神障害者・家族)	専門職	計
1回目	講義	20	8	28
2回目	グループワーク	20	6	26
3回目	シンポジウム	17	8	35
4回目	グループワーク	23	5	28
				117

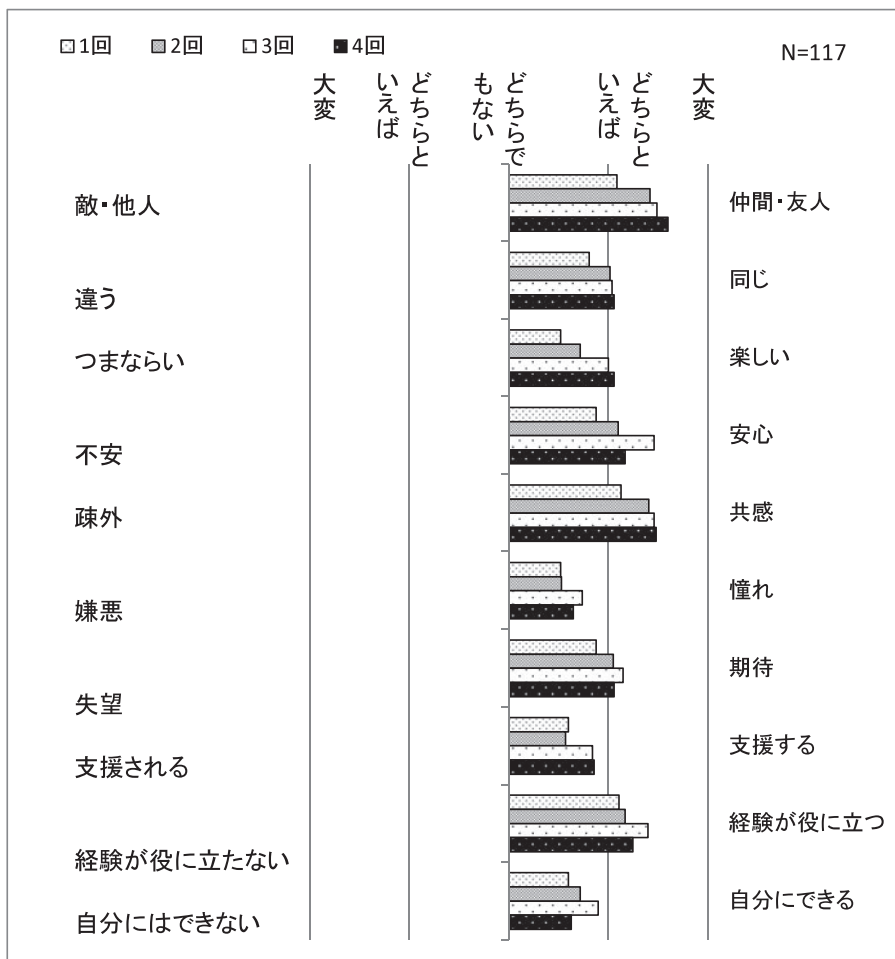


図1 ピアサポートという言葉からのイメージ

介護をしている人を理解してほしい
 ピアサポーターを作してほしい
 心の悩みを持った人が相談できる場所のPRを
 ピアを仕事に繋げるシステムを知りたい
 ピアサポートをもっとアピールしてほしい

●感想

ピアは特別なものではない
 マイナスの体験がプラスに生かせるというのは素晴らしい
 そうだねと言ってもらえるとほっとする
 薬に関する情報を交換している
 この病気の理由を深めるためにどうしたらいいの？
 自分の病気はピアに活かせる？

【講習会後の行動の変化】

- 地域活動支援センターの活動では
 自分たちでグループのルールを決定

話し合いの時間の増加
 自分ができるという意識の変化

●家族会では

待っているのではなく、困っている家族への訪問支援

6. 考察

今回の調査結果において、ピアサポートとは何かという普及啓発活動としてのある一定の成果は満たせていると感じられた。さらに、講義形式だけの講習会ではなく、当事者参加型のグループワークで自分たちのまわりのピアサポート活動を振り返った経験は、当事者たちにとって、ピアサポートは簡単にはできないと思っていたが、自分にもできそうであるという気持ちが芽生えてきている。この気持ちは、調査結果を見ながら連絡会での報告にあった、「自分たちのグループのルールは自分たちで決める。自

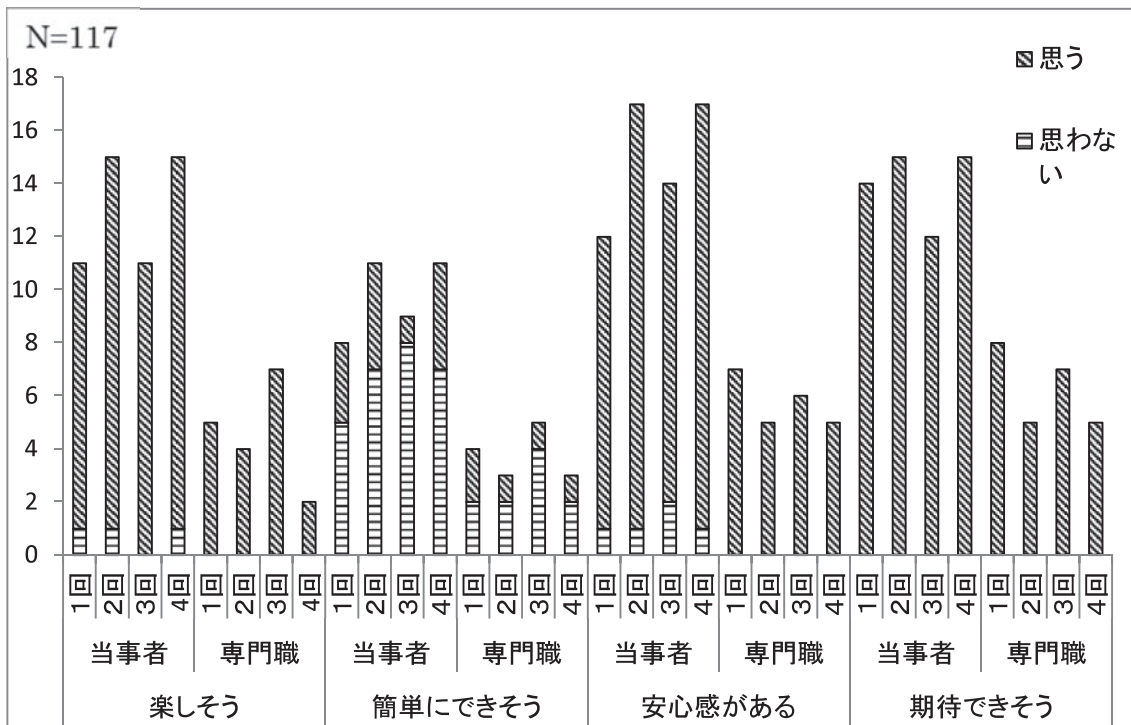


図2 ピアサポート活動に対して感じること

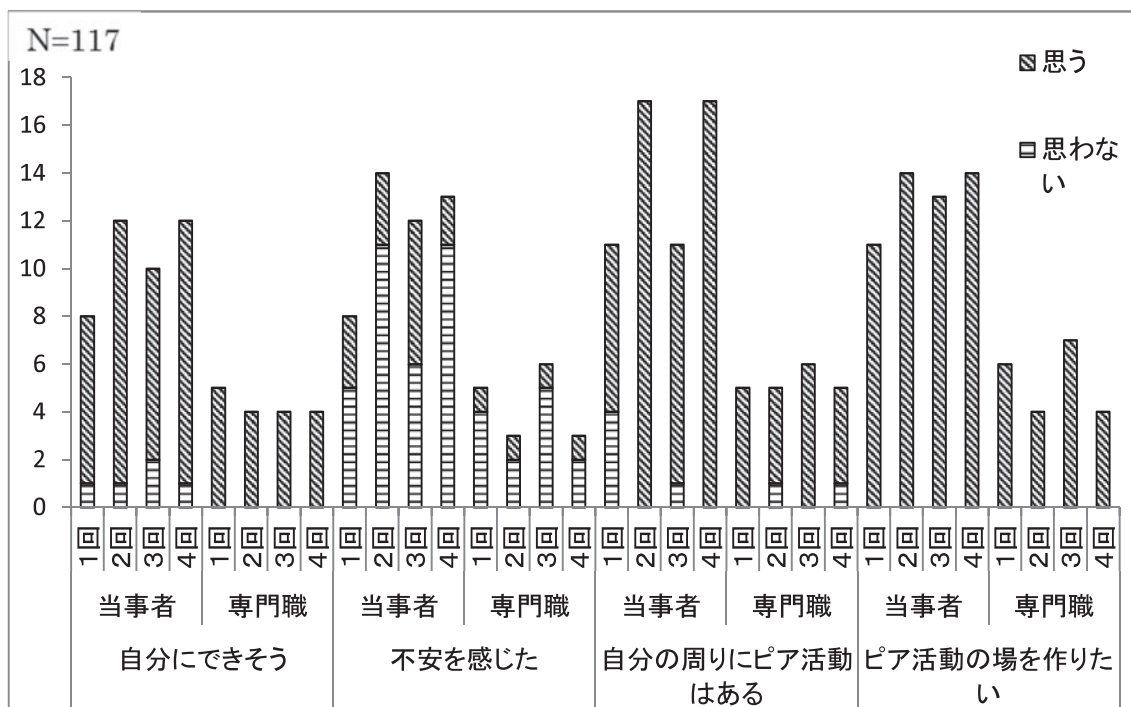


図3 ピアサポート活動に対して感じること

分たちみんなが居心地の良い場所を作る」といった当事者自身の行動にも現れてきていると考えられた。つまり、受動的な行動として専門職などから言われた通りに活動を行ってきた当事者たちの行動パ

ターンが、自分から何かをしたいという自発的な行動パターンへと変化があったということが読み取ることができる。それは、当事者自身の生活の中に「自分の役割」が存在し、それによって癒されてい

るという仲間からの声を耳にする経験が今回の講習会で存在したからだと推測できた。

このように当事者自身が自分に必要なサービスや支援、そして自分らしい生活を自分で考え、行動しながら地域づくりを行っていくことはとても重要なことである。

さらに、今回のCBPRを通して、やはり一番変化が見られた人たちは、講習会を受けた人ではなく、CBPRのメンバーであったといえる。このことは、アクションリサーチ研究や対人援助を行う場合のヘルパーセラピー原則では当たり前として言えることではあるが、この研究を呼びかけた時点では半信半疑であったメンバーたちが、当事者の変化について語る時の表情が生き生きとし出した。つまり、支援者側自身がそれぞれの役割を意識したことにより支援者に対する自信がついたと推測できる。

さらに、講習会に参加者していた子供の変化を見ることによって、もっと自分たちにもできることがあるのではないかと家族会などは、相談会の開催をして待っているだけではなく、必要な人のところに行くというアウトリーチ支援を始めた。また、地域活動支援センターに通所する当事者から就労をしたいという声があがったことから、就労継続B型の施設が新たに作られることになった。少しずつではあるが、自分たちの力を信じていることができるようになり、それぞれがエンパワメントしていったように感じられた。このように支援者と当事者が、一緒に考

え意見を言い合うという場が作られたということにより、次の展開へ進んだと推測できる。しかし、本来のピアサポートは、人と人との仲間という関係からできており、その関係性づくりは生き物であることを忘れてはいけない。私たちが大切に育てていかなないと目に見えるものではないために、その関係性は壊れてしまい、また受動的な行動パターンへと逆戻りしてしまうということを常に心していなければいけないといえる。

7. おわりに

最後に、この講習会を通して、ピアサポートが地域に根差していく流れ(図4)には、①知識を整理し②自分たちの活動として意識し③それが自分の回復となり④それぞれの行動の変化へと繋がっていくことが示された。それには、当事者の変化に対して、専門職は見守りながら、促しが必要であることが明確となった。それにより、自分自身の眠っていたストレングスに気づきエンパワメントされると考えられる。このことが今の自分を受け入れ、そして今の自分に何ができるかなどを考える力となると予測される。そしてそれらの積み重ねが自分自身のリカバリーへと繋がっていくと推測できる。

本研究の限界、今回の研究はA市のCBPRであり、A市の地域特性などの影響もあると考えられる。地域づくりのモデル化を図るためには、同じような

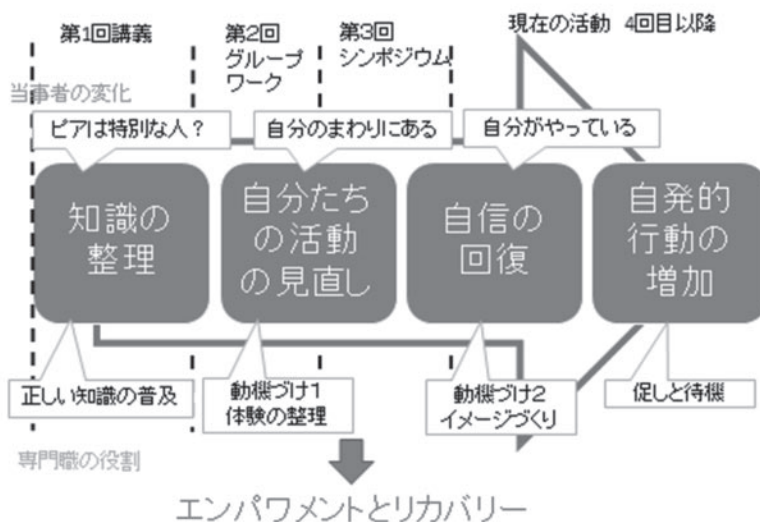


図4 ピアサポートが地域根ざしていく流れ

CBPRを別の場所でも実施していくことが必要である。

【謝辞】

A市の連絡会に参加し、CBPRに参加して下さったメンバーの皆さん、講習会に参加し、その後いろいろな活動で地域づくりを盛り上げていってくれた当事者の皆さんに心よりお礼を申し上げます。

【参考・引用文献】

- 1) 蔭山正子, 横山恵子: 精神疾患を患う人の家族ピア教育プログラムにおける支援技術. 精神障害とリハビリテーション, 16 (1); 62-69, 2012
- 2) 加藤欣子: 利用者の「リカヴァリー」を支援する作業所の取り組み: 精神障害者小規模作業所におけるアクションリサーチ. 北星学園大学大学院社会福祉学研究科北星学園大学大学院論集 8, 15-33, 2005-03
- 3) 松田博幸: カナダ・オンタリオ州における精神障害者事業と研究期間とのパートナーシップ: 参加型アクションリサーチの意義. 精神障害とリハビリテーション, 11 (1); 36-39, 2007
- 4) NPO法人十勝障害者サポートネット 精神障害者のピアサポートを行う人材を育成し、当事者の雇用をはかるための人材育成プログラム構築に関する研究, 2010.3
- 5) 社団法人日本精神保健福祉連盟 障害者総合福祉推進事業報告書 障害者分野においてピアサポートを活用するための活動実態の調査 厚生労働省, 2011.3
- 6) 田垣正晋: 先進事例から見る障害者施策推進住民会議の在り方. 実験社会心理学研究, 52 (1), 45-62, 2012
- 7) 武田丈. 参加型アクションリサーチ (CBPR) の理論と実践 社会変革のための研究方法論. 京都: 世界思想社; 2015
- 8) 殿村寿敏, 行實志都子, 野田哲朗: 精神障害者ピア・ヘルパー等養成事業における現状と課題, 精神障害とリハビリテーション, 7 (1); 76-80. 2003
- 9) 内山研一. 現場の学としてのアクションリサーチソフトシステム方法論の日本的再構築. 東京: 白桃書房; 2007
- 10) 行實志都子: 精神障害者ピアヘルパーと利用者のサービス満足度比較, 精神障害とリハビリテーション10 (1) 42-46, 2006
- 11) 行實志都子: 障害者の自立支援とその援助について～精神障害者の教育的プログラムによる自己変革～, 文京学院大学人間学部研究紀要9 (1) 265-273, 2007