

令和 3 年 6 月 11 日現在

機関番号：17301

研究種目：基盤研究(C)（一般）

研究期間：2018～2020

課題番号：18K10780

研究課題名（和文）精神障害者ピアサポーター養成プログラムの包括的な評価研究

研究課題名（英文）Comprehensive evaluation study of the peer supporter with mental disorder training program

研究代表者

田中 悟郎（TANAKA, Goro）

長崎大学・医歯薬学総合研究科（保健学科）・教授

研究者番号：00253691

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 2,500,000円

研究成果の概要（和文）：精神障害者にも対応した地域包括ケアシステムの構築を推進するために、ピアサポーターの養成が求められているが、都道府県によるピアサポーター養成は遅れている。そこで、本研究では、精神障害者のピアサポーター養成プログラムを当事者とともに開発し、その効果について評価研究を行った。その結果、当事者は「Expert by Experience（経験のある当事者専門家）」、当事者と専門職が共同創造（co-production）、様々な気持ちの言語化及び主体的・対話的な学びの推進などの理念のもと、リカバリーストーリー、心理教育、元気回復行動プラン、ストレス対処法などを実施するプログラムの有効性が確認された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究では、当事者の具体的な語りの内容を重視した。その結果、語りの中にプログラムの有効性に言及する内容（例：「私の人生のとても大きな分岐点になった」、「リカバリーストーリーがためになった。」、「悩んでいるのは一人ではないと感じることができた。」）を多数確認することができた。従って、本研究は、ピアサポーターの活用を推進するための体制整備に寄与するとともに精神障害者が地域の一員として安心して自分らしい暮らしをすること（リカバリー）ができるような社会の構築にも寄与することが期待できる。

研究成果の概要（英文）：Peer supporter training is sought after to promote the establishment of a regional comprehensive care system that also handles people with mental disorders; however, such training conducted by the prefecture has not progressed much. Therefore, in this study, a peer supporter training program for people with mental disorders was developed with help from people with disorders, and its effects were evaluated. The findings confirmed the program's efficacy to implement recovery stories, psychoeducation, wellness recovery action plans, and stress coping methods, based on the principles of “Expert by Experience (experienced experts),” co-production between people with disorders and professionals, and promotion of verbalizing various feelings and active/interactive learning.

研究分野：精神障害リハビリテーション学

キーワード：ピアサポーター 精神障害 リカバリー

様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19 (共通)

1. 研究開始当初の背景

精神障害リハビリテーション及び精神障害者にも対応した地域包括ケアシステムの構築を推進していく上で、精神障害に対するスティグマ(偏見)の克服は重要な課題であり(WHO, 2013; 厚生労働省, 2017)、世界保健機関及び世界精神医学会は世界的に反スティグマ活動を進めている(Sartorius, 2013)。これは、精神障害者を地域で支えていく上での大きな阻害要因として、地域住民の精神障害者へのスティグマ(「パブリックスティグマ(Public Stigma; Corrigan et al, 2002)」)による社会参加の制約があるからである。このパブリックスティグマは、精神障害者自身に「セルフスティグマ(Self Stigma; Corrigan et al, 2002); 内なる偏見(厚生労働省, 2004)」を生じさせ、発病後または再発後の精神科受診を遅らせ症状を悪化させる原因となっている。従って、パブリックスティグマ及びセルフスティグマの両者を軽減することができれば、受診行動も改善し、その結果医療による治療効果もさらに上がることが期待できる。

これまでわれわれは、地域住民のスティグマ軽減プログラムの包括的な評価研究を行い、スティグマ軽減には、正しい知識の普及及び精神障害者との質の良いふれあい体験を積むことが重要であることを明確にし、効果的なプログラム立案・実践に寄与することができた(Tanaka et al, 2005)。次に、家族の介護負担感を軽減するために家族自身の対処技能の質の向上及びピアサポートグループ(家族会)への参加が重要であることを報告した(Hanzawa et al, 2008)。また、精神障害者が仲間と語り合えるピアサポートグループへの参加がセルフスティグマ軽減には有効なことを質的研究にて報告した(Tanaka et al, 2010)。さらに、統合失調症患者のセルフスティグマ軽減に集団認知行動療法が有効であることは認められたが、それのみではセルフスティグマの持続的な軽減を維持することには限界があり地域のピアサポートグループへつなく必要があることが示唆された(Tanaka et al, 2014)。

その他、セルフスティグマ軽減及びリカバリー推進にピアサポートが有効との報告は複数(Lloyd-Evans et al, 2014; Salzer et al, 2016; Aschbrenner et al, 2016)あるが、その効果の科学的検証は今後の大きな課題と指摘されている(Ellison et al, 2016; Vandewalle et al, 2017)。

2. 研究の目的

精神障害者にも対応した地域包括ケアシステムの構築を推進するために、保健・医療・福祉による協議の場の体制整備、住まいの確保支援、ピアサポーターの養成、その他の事業が求められている(厚生労働省, 2017)。しかし、都道府県のピアサポーター養成の実施状況は52.3%であり、各自治体等で独自に行われている既存のピアサポーター養成プログラムの効果も検証されていない(厚生労働省, 2017)。

そこで、本研究では、精神障害者のピアサポーター養成プログラムを開発し、その効果について評価研究を行う。本研究は、ピアサポーターの活用を推進するための体制整備に寄与するとともに精神障害者が地域の一員として安心して自分らしい暮らしをすること(リカバリー)ができるような社会の構築にも寄与することが期待できる。

*用語の定義：ピア(peer)は「(同じ体験をした)仲間」、ピアサポーターは「仲間を支援する当事者」、リカバリー(recovery)は「障害があっても満足感や希望のある人生を生きること」。

3. 研究の方法

先行研究(当事者研究, 2001; Wellness Recovery Action Plan: WRAP 元気回復行動プラン, 2002; Corrigan et al, 2012; Repper, 2012; 相川, 2013; 精神障がい者ピアサポート専門員養成のためのテキストガイド第3版, 2015)を参考にプログラムを作成する。本プログラムの目的は、認知(自動思考)の修正(セルフスティグマの軽減)と、それに伴う気分・感情の改善、そしてより適切な対処行動(ピアサポート)の獲得によるリカバリーの推進である。

本プログラムは、全5回(各180分、月1回)から構成される。初回のセッションでは、プログラム全体のオリエンテーション及びピアサポーターによるリカバリーストーリーの語りをするとともに、各参加者の困っている問題や場面について聞き取り、本プログラムを通して改善が期待できる目標について話し合う。その後、セッション2では疾患・障害の心理教育、セッション3では元気回復行動プラン、セッション4では恋愛・結婚(当事者研究含む)、セッション5ではストレス対処法及び修了式などを実施する。

精神科外来通院中で、本研究の目的及び方法を説明し同意が得られた精神障害を有する人を対象にプログラムを行い、リカバリーの程度を対象者の語りの内容とRecovery Assessment Scaleなどを用いて評価する。

4. 研究成果

得られた主な成果を対象者の語りの具体的な内容(プログラム修了時のプログラムへの満足度及び感想)から示す。

(1)平成30年度データ(抜粋)

・「満足」。似た境遇の人との会話で、それぞれの諸事情があり、色々な意見交換ができた事がよかった。堅苦しいと思っていたWRAPが思ったよりやりやすく、今後役に立っていくと思っ

た。病気と向き合うという事が大事で、自分なりの対処法を一人一人持っている事がわかり、個人に合わせた対処法を見つけていかなければならないと思った。WRAP の講座はもっと長く学びたかったと思った。同じ様なプログラムを1年に1回、半年(月1回)ペースでやってもらえると良いと感じた。すごく楽しくプログラムが進んでいったので気楽に参加できた。人とのつながりもできて良かった。」

・「満足」。プログラムが始まって以降、毎月楽しみにしてた。色々今後の人生で役立つものを得ることができたし、多くの人と交流できてすごく面白かった。1年前までの私は、希望のない、惰性で生きるような毎日を過ごしていた。なので、去年の今頃は、今、私がこうしていることを全く想像できなかった。障害があることを知り、それから市の地域活動やピアサポートグループ、そしてこのプログラムと、今の自分と楽しく向き合う場を得ることができたこと、その上で、自分と同じ境遇にある人の居場所を作りたいという考えが生まれたことは、私の人生のとても大きな分岐点になったと思う。他の人の苦しみとか、辛さを聞いて、苦しんでいるのは自分だけではないし、それでも前に進もうとしていると感じた。この場で学んだことや、この場での交流で得たことを今後の人生に生かしてきたい、と言うより生かさなければと思っている。」

・「満足」。様々な背景の方々と同じ空間の中、個々に応じて自分のことを出しながら共有・共感していける和やかな場が生まれてた。誰かの出すものが、“それ自分にも”との気づきや安心感にも通じることも多いこと、受けとめられる中で引き出される貴重な吐露があること、“ふせん”を使ったやり方は気楽に出しやすくまとめやすく、後から他者に見えやすくもあり良かった。和気あいあいとした空気の中で、講座がいつも進行し、参加者同士が気さくに声を掛け合う場面が多かった。話したことや表現したいことを妨げずに受けとめていく、話してもいいんだ、出しても大丈夫なんだ、と安心への土壌(意識)があったし、個性を楽しみながら出し合える雰囲気があった。」

(2) 令和元年度データ(抜粋)

・「満足」。主体的に学ぶことの大切さ、他人に言われたからではなく自分の意思で学べば自分の身になる。何歳になっても、障害があろうとなかろうと、学び続けることは、人にとって大切だと思った。和やかに学べる雰囲気がありとても良かった。」

・「満足」。自分の考えを書いて、貼っていくことで考えをまとめられる、という作業をすることを学んだ。自分以外の人の考えていることも知ることができた。人それぞれいろいろな考え方、個性があると思った。深く考えられることや前向きなことなどを学んだ。どのプログラムも楽しくてわかりやすかった。みなさんと一緒にいろいろと体験できてよかった。いろいろな人の体験を聞いて共感したりしたこともあった。それぞれの悩み、苦しみなどいつか解決できたらいいなと思った。」

・「やや満足」。私は今回のプログラムに対して、全く予備知識もなく参加した。自分勝手に当事者の自助グループの様なものと想像していたが、蓋を開けると、参加者の皆さん本当に快活で笑いが絶えず、また前向きに人生を歩んでいる方ばかりだった。仕事を辞め、家族を失った私は、職場の仲間、友人とも人間関係を壊してしまい、2年半ほど実家に引きこもっていた。ここでは私はまず何より、皆さんから元気を頂いたこと、ヨコのつながりを結ぶ縁ができたことを感謝したい。」

・「やや満足」。他人の意見や世界観を知り良かった。リカバリーストーリーがためになった。その人なりの簡潔な総括を聞いて良かった。普段過ごしている施設では日常会話を主にしているので、リカバリーストーリーのように踏み込んだ人生内容にふれることはあまりないので新鮮だった。ひきこもり生活の長かった僕にとっては、日常会話することも大変ためになるが、人生に踏み込んで話すことも時には必要なのかなと思った。」

(3) 令和2年度データ(抜粋)

・「満足」。悩んでいるのは一人ではないと感じることができた。参加しやすい雰囲気で参加できたこと。否定する人がいなくて話を真剣に聞いてくれたことが良かった。またこういう集まりがあったら参加したい。」

・「満足」。元気回復行動プランを学びたかったので勉強になった。いろんな人の話を聞いた。オンラインの練習ができた。病気や引きこもり、元気回復行動プラン、傾聴などを日時を延ばしてもっと深く学びたいと思った。対面の方が楽しく行えたと思った。雰囲気とか場の盛り上がりとか。オンラインを体験したから感じる事ができた。」

・「満足」。同じ境遇を持った人と交流できたことが良かった。オンラインより生で触れ合える方が好きだ。その場の雰囲気とかを汲み取ってできるから。」

以上の成果は、海外の先行研究(例: Perkins R, Meddings S, Williams S, Repper J(2018) Recovery Colleges 10 Years On, Nottingham, ImROC.)の成果とほぼ一致しており、今後の研究の発展が期待できる。従って、今後の展望としては、障害者当事者は「Expert by Experience(経験のある当事者専門家)」、ピアサポーターと専門職が共同創造(co-production)様々な気持ちの言語化及び主体的・対話的な学びの推進などの理念を踏まえ、研究を継続していくことが重要である。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計0件

〔学会発表〕 計4件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 0件）

1. 発表者名 石橋俊作、鎌下莉緒、河野知房、徳永瑛子、田中悟郎
2. 発表標題 精神保健領域の新たなサービスであるリカバリーカレッジに関する文献レビュー
3. 学会等名 第53回日本作業療法学会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 河野知房、田中悟郎
2. 発表標題 学校卒業後における障害者の学びの場の支援に関する実践報告
3. 学会等名 第27回日本精神障害者リハビリテーション学会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 河野知房、石橋俊作、鎌下莉緒、徳永瑛子、岩永竜一郎、田中悟郎
2. 発表標題 学校卒業後における障害者の学びの場の支援に関する実践報告
3. 学会等名 第65回九州精神医療学会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 河野知房、石橋俊作、鎌下莉緒、鴨川拳、田中悟郎
2. 発表標題 長崎大学における精神・発達障害のある人の生涯学習活動の実践報告
3. 学会等名 第54回日本作業療法学会
4. 発表年 2020年

〔図書〕 計1件

1. 著者名 長崎大学子どもの心の医療・教育センター監修、編著者：吉田ゆり、執筆：吉田ゆり・岩永竜一郎・高橋甲介・今村明・鈴木保巳・石川衣紀・友永光幸・西村大介・浦川心・田中悟郎・徳永瑛子	4. 発行年 2020年
2. 出版社 北大路書房	5. 総ページ数 242
3. 書名 特別の支援を必要とする多様な子どもの理解 - 「医教連携」で読み解く発達支援 -	

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
研究分担者	稲富 宏之 (INADOMI Hiroyuki) (10295107)	京都大学・医学研究科・教授 (14301)	
研究分担者	太田 保之 (OHTA Yasuyuki) (50108304)	西九州大学・リハビリテーション学部・教授 (37201)	削除：2018年7月25日
研究分担者	中根 秀之 (NAKANE Hideyuki) (90274795)	長崎大学・医歯薬学総合研究科(保健学科)・教授 (17301)	削除：2020年3月18日

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------