

**科学研究費助成事業 研究成果報告書**

平成 27 年 6 月 5 日現在

機関番号：13101

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2012～2014

課題番号：24792545

研究課題名(和文) 地域でピアサポート活動に参加する精神障害者のエンパワーメントに関する研究

研究課題名(英文) A study of empowerment on people with mental disability who participate in peer support program in the community

研究代表者

成田 太一 (NARITA, TAICHI)

新潟大学・医歯学系・助教

研究者番号：70570521

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,000,000円

研究成果の概要(和文)：ピアサポートプログラム前後で、特性不安、状態不安ともに平均値が減少し、グループインタビューの結果、自己の理解やセルフケアといった個人のエンパワーメントが見られたとともに、同じ生活上の困難を抱える者同士で関わり合うことで相互理解が進み、次第に集団としての一体感が醸成され、グループのエンパワーメントに繋がっていった。

ピアサポートを有効に機能させていくために、ロールモデルに触れられるよう様々な回復段階にある参加者によりグループを構成することや、ピアサポートの意義や効果を理解したファシリテーターを育成すること、定期的にピアサポートが適切に行われているか評価し改善していくことが必要であると言える。

研究成果の概要(英文)：Before and after the peer support program, average of trait anxiety and state anxiety decreased in both. The result of group interviews, individuals' empowerment such as self-understanding and self-care was seen, and participants understood each other who faced same life difficulties, that made sense of group unity and group empowerment.

In order to continue effectively peer support program, it is important to make group from participants who is in various recovery stage to touch the role model, and foster a facilitator who understand significance and effect of peer support, and reflect program regularly.

研究分野：地域精神保健

キーワード：精神障がい者 ピアサポート 地域生活

## 1. 研究開始当初の背景

精神保健医療福祉の改革ビジョン(2004年)以降、精神障害者の地域移行が推進される中で、精神障害者をサービスの受給者としてではなく生活者として捉え、生活の質の向上を支援していく必要性が一層高まっている。

そのような中、近年米国を中心に、精神疾患を抱える人々のリカバリー概念に基づくピアサポート活動の効果が明らかになっている(Moran et al., 2012)。リカバリーとは精神症状の有無に関係なく様々な課題に立ち向かいながら能力障害の程度を越えた人生の目的を回復させる過程であるとされ(Deegan, 1988)、ピアサポート活動では従来の医学モデルに基づく一方的な支援関係ではなく、仲間同士のつながりや人との関係のあり方に目を向け、支援者も含めお互いに学び成長する過程が重視される(Shery et al., 2010)。そのため、リカバリー概念に基づくピアサポート活動ではそれぞれの抱える問題に焦点を当てるのではなく、新たな可能性に目を向けた関わりが意図され、我が国においても精神障害者の地域移行が推進される中でピアサポート活動が着目されている(千葉ら, 2011)。

ピアサポートの効果については、国外の研究報告は散見されるが(Fukui, 2011)、国内の文献は極めて少ない現状である。これまでのピアサポートに関する研究では、ピアサポート経験の有無によるリカバリーの比較(千葉, 2011)などその効果に関する研究は見られるが、ピアサポート活動を実施していく上での課題を明らかにした報告は少ない。ピアサポート活動を実施していく上で、参加者がどのようにエンパワーメントされているのか、また活動を継続する上でどのような課題があるのかについて明らかにすることは、今後ピアサポート活動の普及・継続を支援していく上で大きな意義がある。

## 2. 研究の目的

本研究は、地域でピアサポートに参加する精神障害者のエンパワーメントを支援するため、地域でピアサポート活動に参加する精神障害者のエンパワーメントプロセスを検討し、ピアサポート活動を継続する上での課題を抽出し支援方法について検討することを目的とした。

## 3. 研究の方法

(1) 地域で生活し、A 県内の精神科デイケア 2 施設に通所する精神疾患患者のうち、WRAP™ を中心としたピアサポートプログラムに参加した者 24 名。

### (2) データ収集方法

研究者がファシリテーターとしてクラスを進行した。プログラムの初回と最終回で自記式質問紙調査を実施し、最終回には半構造

化面接法によるフォーカスグループインタビューを実施した。フォーカスグループインタビューは研究参加者の同意を得た上で IC レコーダーに録音し逐語録を作成した。また、研究参加者の氏名や年齢、性別、疾患名といった基本情報は、同意を得た上で、医療機関職員から情報を得た。なお、プログラムは原則下記のとおりであった。

第 1 回：リカバリー・WRAP について、元気に役立つ道具箱

第 2 回：日常生活管理プラン

第 3 回 引き金に気づき、対応するための行動プラン

第 4 回 注意サインに気づき、対応するための行動プラン

第 5 回 調子が悪くなってきている時のサインに気づき、対応するための行動プラン

第 6 回 クライシスプラン (いい感じのわたし、サイン)

第 7 回 クライシスプラン (サポーター、薬と医療)

第 8 回 クライシスプラン (治療、一時療養プラン、病院)

第 9 回 クライシスプラン (サポート、プランに従わなくてもよいサイン)

第 10 回 クライシスを脱したときのプラン

第 11 回 振り返り

### (3) 調査内容

基本情報

年齢、性別、疾患名(研究参加者の同意のもと、スタッフから聴取)

自記式質問紙調査

氏名、Recovery Assessment Scale(RAS)、特定不安検査(新版 STAI)

フォーカスグループインタビュー

プログラムに参加して得た個人やグループとしての気づきや変化について調査した。

### (4) データ解析の方法

自記式質問紙調査から得られた RAS、新版 STAI は単純集計を行うとともに、RAS と新版 STAI のプログラム前後での平均点の変化は対応のある t 検定により分析した。

また、フォーカスグループインタビューから得られた質的データについては、まず逐語録を作成し、プログラム参加による個人やグループの気づきや変化に関する文脈を抽出した上で、コードを作成する。文脈を抽出してデータとした。次に、抽出したデータをそれぞれ同じ意味内容に分類し、抽象化の作業を経てコード化し、その後その意味内容の同質性、異質性に基づき集約、分類しカテゴリ化を行った。

### (5) 倫理的配慮

研究参加者へは調査の趣旨を説明し、調査の協力は任意で参加を辞退しても不利益を受けないこと、調査途中での辞退も可能であ

ること、データは鍵のかかる保管庫で管理し、研究終了後に破棄すること等について文書と口頭で説明し同意を得た。プログラム前後での比較を行うために氏名情報を得たが、氏名は直ちにID化し、IDと氏名の対応表は施錠可能な保管庫で管理した。フォーカスグループインタビューを行う際は、研究協力者の精神的負担を最小限にする為、調査は1時間を超えない範囲で行った。

#### 4. 研究成果

##### (1) 対象者の概要 (表1)

定量的データは、プログラムの初回と終了時に参加した者は14人を分析対象とした。男性が9人(64.3%)、年齢は $41.3 \pm 12.8$ (平均 $\pm$ SD)歳であった。主疾患は、統合失調症9人(64.3%)、双極性感情障害3人(21.4%)、PTSDとうつ病が各1人(7.1%)であった。

表1 対象の属性

項目	n	%
平均年齢 $\pm$ SD	42.7 $\pm$ 11.0	
性別		
男性	9	64.3
女性	5	35.7
疾患名		
統合失調症	9	64.3
双極性感情障害	3	21.4
PTSD	1	7.1
うつ病	1	7.1

##### (2) ピアサポート活動への参加によるリカバリープロセス、不安状態の変化に関する調査 (図1)

RASの平均値は、プログラム開始時は $77.9 \pm 19.6$ 、終了時は $82.79 \pm 23.0$ であり前後で平均値に有意な差は見られなかった。リカバリーは人生の新しい意味や目的を見出し、充実した人生を生きていくプロセスのことであり、RASは個人のリカバリープロセスを評価する尺度として開発されたものである。今回11回程度(期間にして3~4ヶ月)のプログラム参加では、得点の平均値の上昇は見られたものの大きな変化はなかった。リカバリープロセスを評価していくためには、長期間に及ぶ支援の縦断評価が必要であると考える。

STAIの平均値は、STAI Y-2(特性不安)が開始時に $53.4 \pm 13.1$ であり、終了時は $43.5 \pm 13.5$ と有意に減少していた( $p < 0.01$ )。STAI Y-1(状態不安)は、開始時が $48.1 \pm 9.3$ であり終了時が $40.8 \pm 14.0$ と有意に減少していた( $p < 0.05$ )。状態不安は、そのとき時々に変化する状況反応を示し、特性不安は比較的安定した反応特性を示すが、今回両得点ともに有意に減少しており、ピアサポートプログラムへの参加により、個人の不安状態が軽減されたと言える。

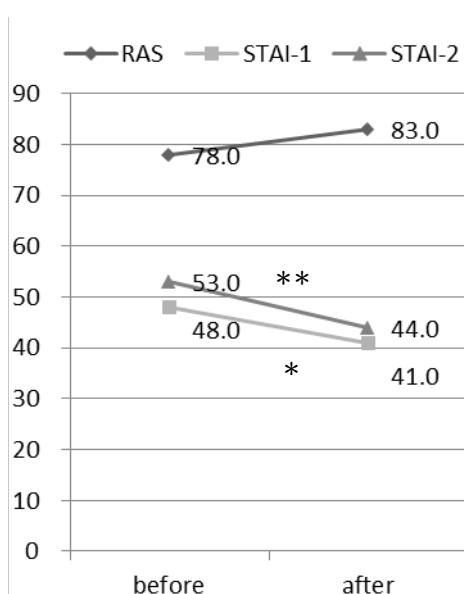


図1 プログラム前後の各指標の変化

##### (3) ピアサポートプログラム参加による気づきや変化に関する調査 (表2)

グループインタビューから「自己の内観、疾患の受容、セルフケアの促進、他者の理解、他者の生活の工夫の自己への応用、相互理解への期待、グループでの取り組みによる成果の実感」の7つのカテゴリが抽出された。以下、カテゴリは、サブカテゴリは<>、各サブカテゴリの代表的な語りを「」で示す。

###### 自己の内観

<自分自身を振り返られた>ことで自身の病状の変化を考えることや、「ほかの人の意見を聞いて、私もそういうところがあったんだというのに気付いて、すごくよかったです。」など他の人の意見を聞いて<自分を知ることができた>。

###### 疾患の受容

「病氣自体を納得はしてたけど、さらに前向きに病氣を受容できるようになったかなって思いました。」と<病氣を前向きに受容できるようになった>ことや、「いい状態をずっと保とうっていう気持ちにもなるし、悪いときはすぐ診察受たりとか、早く入院とかして、すぐ社会復帰とか、そういうのを考えられるように、考え方が変わりました。」と<よい状態を保ち、調子が悪い時は早く受診したいと思う>様子が語られた。

###### セルフケアの促進

プログラムでの気づきを<生活の中で活用できた>ことや、<自分で対処できるようになった>ことが語られた。

###### 他者の理解

「グループでやっているいろいろとお互いのことを知れた」など<他者のことを知ることができた>ことや、「体調悪そうだなとか、そういうのが考えられるようになった。」など<他者の体調を考えられるようになった>。

###### 他者の生活の工夫の自己への応用

参加者の話を聞いて自分と共通する部分があることを認識するなど<他者の対応を知れた>こと、他の参加者が調子を崩した時の対処法などを聞いて自分に応用できることを見つけるなど<他者の対応を取り入れられた>ことが語られた。

#### 相互理解への期待

具合が悪い時には誰かに頼ろうと思うなど<人に頼ろうと思うようになった>ことや、「自分のことを他者にもわかってもらえらると思えた」など<自分のことを理解してもらえらると思えた>こと、「自分のことをオープンにして自分のことを分かてもらいたいと思てた」など<自分を理解してもらいたいよななな>ことが語られた。

#### グループでの取り組みによる成果の実感

「グループだと、1週間に1回とかみんながいるから、来ないといけないと思てたりとか、みんなと一緒より深く考えられたりとか。」と<グループでの取り組みによる成果の実感>をしていた。

以上のように、ピアサポートプログラムに参加することで、自己の内観や疾患の受容、セルフケアの促進、他者の生活の工夫を自己に応用するなどの個人の変化が見られていた。また個人的な成果だけでなく、他者の理解や相互理解への期待など、集団としての相互理解や凝集性にも繋がったと考えられる。効果的なピアサポート活動を支援していく上では、支援者には参加者の主体性を尊重しながら、参加者がリフレクションできているか、また対象者の相互理解が進んでいるのか、グループダイナミクスが発揮できているのかについて定期的に評価を行い、必要な支援を実施していくことが求められる。

表2 ピアサポートプログラム参加による気づきや変化

カテゴリ	サブカテゴリ
自己の内観	自分自身を振り返えられた
	自分を知ることができた
疾患の受容	前向きに病気を受容できた
	良い状態を保ちたいと思えた
セルフケアの促進	生活の中で活用できた
	自分で対処できるようになった
他者の生活の工夫の自己への応用	他者の対応を知れた
	他者の対応を取り入れられた
他者の理解	他者のことを知れた
	他者の体調を考えられるようになった
相互理解への期待	人に頼ろうと思うようになった
	自分のことを理解してもらえらると思えた
	自分を理解してもらいたいと思てようにななな
グループでの取り組みによる成果の実感	グループでの取り組みによる成果の実感

(4)一連の研究を通して、ピアサポート活動への参加は精神疾患をもつ当事者の不安の軽減やセルフケアの推進に有効であり、病状の安定やQOLの向上につながる可能性がある。

ピアサポート活動が有効に機能するために、ロールモデルに触れられるよう様々な回復段階にある参加者によりグループを構成することが有効であろう。また、ピアサポート活動は、参加者の自主性により運営されるべきであり、支援者は参加者の主体性を尊重しながら、ピアサポート活動の意義や効果を理解したリーダーの育成をすすめ、なるべく早期に参加者中心の活動に移行できるように支援することや、参加者中心の活動が軌道に乗った後も、運営サポートを定期的に行うなど、ピアサポート活動が効果的、継続的に実施できるよう支援を行っていく必要がある。そして活動全般について、個人・集団それぞれの視点から参加者とともに評価を行っていく必要がある。

今回は有効性が報告されている既存のプログラムを中心にピアサポート活動を企画・実施したが、ピアサポートプログラムの内容についても検討していく必要がある。

#### 5. 主な発表論文等

〔学会発表〕(計1件)

山田倫子、成田太一、今村達弥・精神科デイケアでの WRAP クラスの実践とその効果・第21回日本精神障害者リハビリテーション学会、2013.11.30、沖縄コンベンションセンター(沖縄・宜野湾市)。

#### 6. 研究組織

##### (1)研究代表者

成田 太一 (NARITA TAICHI)  
新潟大学・医歯学系・助教

研究者番号：70570521