様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

令和　元 年　 ６ 月 １１ 日現在

機関番号：１５４０１
研究種目：若手研究(B)
研究期間：2015～2018
課題番号：１５Ｋ２１１９２

研究課題名（和文）がん患者のピアサポートの援助効果についての検討とピアサポーター養成の試み

研究課題名（英文）A study on the effects of cancer peer support activities and the training of peer supporters

研究代表者
黄　正国（Huang, Zhengguo）

広島大学・保健管理センター・講師

研究者番号：８０７３５２７５

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　2,300,000円

研究成果の概要（和文）：本研究の目的は，がんピアサポート活動の援助効果を明らかにすることと，ピアサポーターを養成する研修プログラムを開発することである。文献研究と質問紙調査を行った結果，ピアサポート活動は専門職による援助と異なる役割を担っていることが明らかになった。そこで，ピアサポート活動の援助効果と関連要因を明確にし，教材を編集したうえで，養成セミナーを行った。その効果が実証された。また，スーパーヴィジョンを通して事例研究と継続的な支援を試みたところ，ピアサポーターのスキル向上と燃え尽き防止に有効であることが明らかになった。

研究成果の学術的意義や社会的意義
本研究の結果はピアサポート活動の有効性を実証した。がん体験者同士による支援はお互いにとって重要な支えになっていることが明らかになった。援助する側も援助される側も活動を通して，心理的な適応が改善されたことがわかった。また，研究および研修活動における臨床心理士の専門性を活かして，がん体験者のピアサポーターに対する支援を実践した。がんピアサポーター養成プログラムの開発を試みたところ，その効果が実証された。さらに，スーパーヴィジョンを通してピアサポーターに対する継続的な支援を実践した。がんピアサポーターの疲弊を予防する効果が示唆された。

研究成果の概要（英文）：The purpose of this study is to clarify the effects of cancer peer support activities and to develop training program to train peer supporters. Results of literature research and questionnaire survey showed that peer support activities have different effects from professional assistance. Therefore, we clarified the factors related to the effect of peer support activities, edited the teaching materials, and held a training seminar. The effect was proved. In addition, case studies were conducted through supervision , results showed that supervision was effective in improving the skills of peer supporters and preventing burnout.

研究分野：社会科学

キーワード：がん体験者　ピアサポート　援助者支援　当事者支援

様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９、ＣＫ－１９（共通）

１．研究開始当初の背景

近年，がん医療の進歩は目覚ましく，がんと診断されても，長期生存するがん体験者が年々増えている（がんの統計編集委員会，2013）。一方，長期生存のがん体験者は，治療が一段落になったとしても，再発や外来治療に関する不安，社会復帰への壁，社会的役割の変化，社会的な疎外感など様々な問題を抱えている。7885 人のがん体験者に「悩みや負担」について調査を行った結果，最も多い回答は「不安などの心の問題」（48.6%）で，その次は，「症状・副作用・後遺症」（15.1%）「家族・周囲の人との関係」（11.3%），「就労･経済的負担」（7.9%），「診断治療」（6.7%），「生き方･生きがい・価値観」（4.4%）であった（山口，2004）。このような長期生存のがん体験者を支援するために，ピアサポート活動が行われている。ピアサポートとは，ピア（Peer）という仲間同士による援助（Support）のことである。がん体験者のピアサポートは，闘病体験という共通基盤を核とした，がん体験者同士の支え合いである（山谷・小野寺・亀口，2016）。海外では，がん体験者のピアサポート活動の実践と研究が盛んに行われており，その機能と効果が認められて，専門家が行う支援に匹敵するほど重要な援助活動として推進されている（黄他，2011）。日本でも，がん患者会等の活動報告では，がん体験者同士のピアサポートの援助効果とあり方について言及されているが，学術的にまだ十分検討されていない状況である。これは，患者同士のピアサポート活動に対して，臨床心理士などの専門職からの支援が不十分だったことが一因と考えられる（寺田，2009）。2012 年，「がん対策推進基本計画」が見直され，「がんになっても安心して暮らせる社会の構築」を目標として掲げられた。がん体験者の悩みや不安を軽減するために，専門職ががん患者・体験者との協働を進め，当事者同士のピアサポートを充実していくことが重要な課題だとされている（厚生労働者，2012）。がん体験者同士のピアサポート活動を推進していくためには，対人支援領域における臨床心理士の専門性を活かし，がん患者同士におけるピアサポート活動の支援効果を実証し，ピアサポーターの援助スキルを高めていくことが喫緊な課題である。

これまで，身体機能の低下や社会的役割の喪失を経験しているがん体験者について，他者から援助を受ける立場になりやすいという印象が強かったが，実際，がん体験者同士からの支援は重要な支えになっていることがよく報告されている。また，ピアサポーターも活動を通して，心理的な適応が改善された事例もある（寺田，2004）。全国のがん患者会参加者 1350 人を対象とした質問紙調査では，がん患者会におけるがん患者同士の支え合う活動は，参加者の心理的適応と正の関連があることが実証された（黄・兒玉・荒井，2013）。一方，ピアサポートの効果と関連する要因については，まだ明らかにされていない。さらに，良いピアサポーターに求められるスキルについて，十分な示唆が得られていない。

２．研究の目的

本研究では，がん患者同士におけるピアサポート活動に焦点を当て，心理学的な研究手法を通して，ピアサポート活動の効果を測定し，関連要因を具体的に検討する。また，被援助側が求める理想的なピアサポーターのスキルと人間像を明らかにし，ピアサポーターを養成する研修プログラムと継続的な支援のあり方を模索する。具体的に以下の 4 点について検討する。(1)ピアサポート活動を経験して，援助側と被援助側にどのような心理的な影響がみられるのか，(2)ピアサポートの効果に関連する具体的な要因とは何か。(3)ピアサポーターにどのような援助スキルが求められるのか。(4)ピアサポーターを養成するには，どのような研修プログラムと継続的な支援が有効か。

３．研究の方法

研究 1 では，がんピアサポート活動に関する国内の心理学的論文やがんピアサポートに関する実践報告を収集し文献的検討を行った。

研究 2 では，がんピアサポーターの体験を検討する心理的要因と理論枠組みを探索するために，研究 1 の結果を踏まえて，4 つのがん患者団体のがんピアサポーターを対象に面接調査を行った。

研究 3 では，がんピアサポート活動の「当事者性」に注目して，全国のがん患者会およびがんサロンの参加者を対象に「被援助者（ピア）目線」と「援助者（サポーター）目線」からみたピアサポート活動の体験について調べる無記名自記式質問紙調査を郵送法で実施した。

研究 4 では，文献研究，面接調査および質問紙調査の結果を踏まえて，「がんピアサポーターとして必要な知識とスキル」を内容とした研修用の教材を作成し，前年度の質問紙調査に参加したがんピアサポーターを対象に養成研修を行った。

研究 5 では，研究の趣旨を理解し参加に同意した 8 人のがんピアサポーターを対象に，一対一の個人スーパーヴィジョン（2 週間 1 回の頻度で，1 人のピアサポーターに計 5 回実施）を行った。提示された 14 事例から代表的な語りを抽出して 6 つの典型事例を構成し，がんピアサポート相談事例集を作成した。

４．研究成果

研究 1：各関連団体によって作成されたピアサポート実施マニュアルを概観したところ，がんピアサポート活動の特徴が明確にされておらず，「専門家による相談支援」と類似した位置づけにされていることがわかった。今回の調査研究の目的を達成するために，「当事者支援」の観

点から，ピアサポート活動の特徴に着目した新たな理論的枠組みの構築が必要であることが判明した。そこで，がんピアサポート活動に関する国内の心理学的論文やがんピアサポートに関する実践報告を収集し，文献的検討を行った。CiNii（NII 論文情報ナビデータ）で，「がん体験者」，「ピアサポート」，「がんサロン」，「がん患者団体」，「がん患者会」，「支えあう」のキーワードで検索を行った。1990 年から 2016 年までの研究論文（15 本）と各関連団体が作成されたがんピアサポートに関する冊子（3 種類）や書籍（11 冊）が文献として収集され，分析対象とした。がんピアサポート活動の特徴についての記述を抽出して分類した。その結果，がんピアサポート活動は，「医療資源や福祉制度に関する情報提供」など問題解決を目的とした支援のみならず，当事者同士だからこそ提供できる支援として，「気持ちへの共感」，「日常生活の悩みの共有」，「患者団体活動への共同参加」，「社会生活再適応と個人としての成長を促進すること」などの独自な役割を担っていることが明らかになった。ピアサポーターは，専門職とは異なる立場から，より当事者目線に基づいたかかわり方が求められている。さらに，専門職ではないからこそ，専門的な知識と一般的な価値観を押し付けずに，当事者の細かいニーズと個別な事情に耳を傾け，共感することができる特徴がみられた。一方，がんピアサポート活動の課題として，「必要なスキルや活動倫理について学習する機会が少ない」，「ピアサポーター自身のケアが必要である」，「専門職との連携がまだ十分できていない」などが挙げられた。

研究 2：がんピアサポート活動に参加する中で，ピアサポーターは，どのような心理的な体験をしているのかについて探索的に検討するために，地方の 4 つのがん患者団体のピアサポーターに面接調査を行った。がん患者会とがんサロンに調査依頼を送付し，承諾を得たピアサポーターに質問紙を送って回答を求めた。質問紙は，性別，年齢，家族構成，病名・病歴，治療歴，再発・転移の有無，ピアサポーターになったきっかけ，ピアサポーターとして参加した活動の内容，参加してから実感した自分自身の変化など，心理的体験についての質問から構成されていた。質問紙の結果に基づいて，インタビューガイドを作成し，個別に半構造化面接調査を行った。承諾を得た上で録音し，発言データの逐語録を作成した。帰納的アプローチによる質的因子探索型研究の手法を用いて，意味内容の類似性に基づいて語りのデータを切片化し，サブカテゴリに分類した。さらに意味的な抽象化を行い，カテゴリを生成した。発表者を含めて 3 名の研究者が協議しながら切片，分類，抽象化の作業を行った。切片は，「参加したがんピアサポート活動の内容」は 145 個，「実感した自分自身の変化」は 170 個であった。「参加したがんピアサポート活動の内容」には，「相談支援」，「勉強会・研修活動」，「「団体メンバー同士の交流活動」，「相互啓発」の 4 つのカテゴリが抽出された。「相談支援」には，「情報提供」，「気持ちの共有」，「傾聴」の 3 つのサブカテゴリがあった。「勉強会・研修活動」には，「傾聴研修」，「がん知識の勉強」，「患者としての生き方についての勉強」の 3 つのサブカテゴリがあった。「団体メンバー同士の交流活動」には，「グループ体験」，「趣味・娯楽活動」，「日常の交流」の 3 つのサブカテゴリがあった。「相互啓発」には，「自己開示」，「体験の整理」，「地域活動の参加」の 3 つのサブカテゴリがあった。一方，「実感した自分自身の変化」には，「がん体験の意味付け」，「主体的な生き方の実現」，「個人の成長と人生観の変化への自覚」，「他者との深い関係と支え合い」，「ネガティブな体験」の 5 つのカテゴリが抽出された。「がん体験の意味付け」には，「過去の人生の整理」，「がん体験についての考え」の 2 つのサブカテゴリがあった。「主体的な生き方の実現」には，「人生プランの見直し」，「自分の生活動機についての洞察」の 2 つのサブカテゴリがあった。「個人の成長と人生観の変化への自覚」には，「家族との関係改善」，「人生観の変化」，「コミュニケーション・スキルの習得」，「ストレス対処能力の向上」の 4 つのサブカテゴリがあった。「他者との深い関係と支え合い」には，「新たな人間関係」，「新しい社会的な役割」の 2 つのサブカテゴリがあった。「ネガティブな体験」には，「援助者としての負担」，「スキル不足」の 2 つのサブカテゴリがあった。日本では，「ピアサポート」を「ピアカウンセリング」と同じ意味として理解している研究者は少なくない。どちらも「がん体験者同士による相談支援活動を意味する言葉として使われてきたが，今回の結果から，がんピアサポート活動は，ピアカウンセリング（相談支援）だけではなく，「勉強会・研修活動」，「「団体メンバー同士の交流活動」，「相互啓発」など多種多様な活動が含まれていることが明らかになった。がん体験者同士の支え合いは，専門職の支援と比較して，より日常生活と密接していることが分かった。また，がんピアサポート活動を通して，ピアサポーター自身の心理的な適応が促進されていることが示唆された。具体的には，人生観の変化や，コミュニケーション能力の習得などがあげられた。一方，ネガティブな体験についての語りから，ピアサポーターの養成システムが未整備であるため，十分な研修機会とサポートが得られにくい現状が明らかになった。ピアサポーターの養成研修と継続的な支援が求められていることが示唆された。

研究 3：がんピアサポーター養成のための知見を構築するために，「当事者による支援」というピアサポート活動の特徴に着目して，全国のがん患者会 105 団体およびがんサロン 65 団体の参加者 550 名を対象に，「被援助者（ピア）目線」と「援助者（サポーター）目線」からみたピアサポート活動の体験について，無記名自記式質問紙調査を郵送法で実施した。その結果，263 名（47.8%）の有効回答が得られた。「被援助者（ピア）目線」の回答から，ピアサポートを求める動機として，問題解決のほかに，サバイバーとしての自分自身の成長も目的にされていることがわかった。「いつか自分も他のがん体験者のためにサポート活動をしたい」という項目に「はい」と答えた調査対象者が多かった（92.3%）。また，「良いがんピアサポーター」として必要な知識とスキルについて，因子分析を行った結果，「がんと治療に関する知識」，「医療福祉

制度と地域の医療援助資源についての情報」,「がん体験者の日常生活の悩みへの理解」,「相手の主体性を尊重する姿勢」の因子が確認された。また，自由記述から,「がん体験者として，自分のニーズと感情を表出するには時間を要するため，継続的に相談できる相手と安心して自分の体験を語られる場が必要である」という意見があった。「援助者（サポーター）目線」の回答から，ピアサポーターとしてピアサポート活動を通して良い体験を得るために,「自分自身の主体性に基づく活動参加」,「サバイバーシップへの自覚」,「がん体験者の意味形成」,「個人的成長体験への認識」なども心理的な要素が重要であることが明らかになった。これらの内面の要因の高さは，他のピアサポーターとの交流の頻度と関連していることが明らかになった。ピアサポート活動において，被援助者をサポートするだけではなく，サポーター同士の交流活動も重要な意味があることが明らかになった。

研究 4：研究 1，2，3 の結果に基づいて,「良いがんピアサポーターとして必要な知識とスキル」を内容とした研修用の教材を作成した。教材には,「がん体験者に必要な医療福祉制度に関する知識と情報」,「地域の医療資源についての情報を得られる方法」,「自分の気持ちに気付き，自分のニーズを他者に伝えるスキル」,「他のがん体験者の気持ちを聴く姿勢とスキル」,「がん体験の意味形成とサバイバーシップを支援する関わり」,「良いがんピアサポーターのセルフケアと成長」,「がんピアサポーターを支えるためのスーパーヴィジョン」,「活動倫理と良いサポーターとしての心得」などの内容が含まれている。研究 3 の調査に参加したがんピアサポーターに対して研修参加の募集を行った。参加に同意した 24 人中 12 人を対象に 8 時間のピアサポーター研修を行った（他の 12 人は統制群として研究期間中は待機した。その後に同じ研修を受けた）。研修は, 講義セッション（「医療福祉制度」,「がん体験者のこころと語り」, 合計 2 時間），グループ活動セッション（「地域医療資源に関する情報を集めよう」,「がん体験者の困る場面の共有」，合計 2 時間），スキル・トレニーングセッション（「自分の気持ちとニーズを表現するコミュニケーション･スキル」,「傾聴スキル」,「がんピアサポーターのセルフケア」, 合計 4 時間）。研修前後にがんピアサポーター自己効力感尺度（27 項目）を測定した。ピアサポーターとしての知識，態度，スキルが向上したことが示唆された。参加者から,「長期的な視点で段階に応じて必要な支援を行うことについて学ぶことができた」,「長く活動を続けるために必要なスキルを身に付けることができた」などの感想が得られた。一方で,「研修の時間が短い」,「スーパーヴィジョンを受けたい」などの意見があった。今後の課題が示唆された。

研究 5：研究の趣旨を理解し参加に同意した 8 人のがんピアサポーターを対象に， 一対一の個人スーパーヴィジョン（2 週間 1 回の頻度で 1 人のピアサポーターに対して 5 回実施）を行った。具体的には，ピアサポーターが，相談者の承諾を得た事例について，個人が特定できないように匿名化した形で概要資料を準備し，臨床心理士と一対一で事例の概要と面談の経過について振り返る。臨床心理士は，詳しく事実確認を行いながら，ピアサポーターの体験（面談前の構え，面談中の体験）を確認していく。最後に，来談者の心理状態やニーズおよび考えられる支援について話し合っていく。相談内容及びピアサポーターと来談者の関係について理解を深めるとともに適切な関わり方を検討する。必要に応じて，ピアサポーター自身の疲労と未解決の葛藤の処理と対処について助言する。さらに，事例研究の手法に基づいて，提示された 14 事例から，相談者の個人情報が特定されないようにがん体験者が体験した共通的で代表的な語りを抽出した。このような語りに基づいて，来談時期や悩みの内容が異なる 6 つの典型事例を構成し，がんピアサポート相談事例集を作成した。典型事例には,「診断直後に不確実な状況に陥ってパニックを起した事例」,「症状についての訴えを聞き入れてもらえず診断が遅れた事例」,「治療方法の選択に迷ってしまい，意志決定ができない事例」,「がんで仕事と人間関係が奪われた事例」,「文化的な束縛によって自分のしんどさを語られなかった事例」,「死への恐怖を表現できない事例」が含まれている。各事例について臨床心理学的な知見に基づいて解説し，モデルとなる相談支援の在り方を示した。初期のストレスマネジメント，気持ちの安定を支える心理教育（安心感の提供），気持ちを表現できるように支援する傾聴支援，現実生活の問題を解決するための情報提供，がんの意味を構成するための体験共有などの支援が挙げられた。個人的経験（個人的な慣用表現），集合的経験（ローカル的な社会の慣用表現），文化的表象（原型となる物語）という三つの側面から複雑に語られたがん体験者のストーリーについて，本人主観的な体験を重視する傾聴スキルを紹介した。日常生活の世界が解体し，不確実性の満ちる状況で死への恐怖と社会的なスティグマなど多重になるストレスにさらされる状況を配慮した支援を心がけるように，本人の表現を尊重する支持的な態度の大切さを説明した。また，スーパーヴィジョンを実施前後に援助者自己効力感尺度を実施して，比較を行った結果，ピアサポーターの自己効力感が向上したことが示唆された。ピアサポーターの感想から,「がんの体験は身体的な病だけではなく，時代，社会，文化，家庭などの状況と関係している。本人の生き方を凝縮した語りを聴くには，継続的な研修とスーパーヴィジョンが必須だと感じた」,「スーパーヴィジョンを通して，客観的に関わりを振り返り，自分の感情と現実状況について丁寧に整理できた。ピアサポーター自身の体験を書き換えて，新たな人生の意味を感じた。広い視点で来談者の問題を捉え直すことができた」,「不確実な状況を一つ一つ確かめて整理することによって安心感が得られた。今まで意識できなかったがん体験の意味を見出すことができた」などの意見が挙げられた。

がんの体験者は，がんの進行状態と治療状況によって様々なニーズを抱えている。ピアサポーターは，声にならないニーズを推量しながら，体験者の語りに耳を傾けて対応することが求

められる。常に柔軟な思考力と想像力，精神力と協調性が問われる。また，家庭背景が複雑で心理状態が不安定な事例の場合，難しい判断に神経をすり減らし，無力感を味会うことがしばしばある。特に，ピアサポーターが体験者の体験を自分のものように感じてしまい（同一化），時に対応に迷ったり，深い葛藤に陥ったりすることもある。スーパーヴィジョンの場面では，相談者を支援するために，ピアサポーターとしての役割と責任を明確にし，何をしたらいいかについて話し合うことができた。ピアサポーターのスキルを高めるとともに，燃え尽きを防ぐ効果があったと考えられる。

５．主な発表論文等

〔雑誌論文〕（計 0 件）

〔学会発表〕（計 3 件）

① Huang Zhengguo, The Experience of Peer Supporters Helping Cancer Survivors, The 20th World Congress of Psycho-Oncology and Psychosocial Academy, Hong Kong(China), 2018.
② 黄　正国，がんピアサポーターの心理的体験に関する質的分析，日本心理学会第 81 回大会，久留米シティプラザ（久留米），2017.
③ Huang Zhengguo, The relationship between experience of cancer peer support activity and wellbeing, The 8th International Academic Forum on Post-Disaster Mental Assistance in Asia, Chongqing(China), 2016.

６．研究組織