

令和 6 年 5 月 30 日現在

機関番号：17301

研究種目：基盤研究(C)（一般）

研究期間：2021～2023

課題番号：21K11193

研究課題名（和文）精神障害者のリハビリ志向型学習プログラムの評価研究

研究課題名（英文）Evaluation study of recovery-oriented learning programs for the person with mental disorder

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） 2,300,000円

研究成果の概要（和文）：平成26年の障害者権利条約の批准や平成28年の障害者差別解消法の施行等も踏まえ、学校卒業後の障害者が社会で自立して生きるために必要となる力を維持・開発・伸長し、共生社会の実現に向けた取組を推進することは急務である。しかし、障害者が生涯を通じて学ぶ機会には十分でない。このため、学校卒業後の障害者について、効果的な学習に係る具体的な学習プログラムの開発が求められている。そこで、本研究では、成人の精神障害者のリハビリ志向型学習プログラムを開発し、その効果について評価研究を行った。その結果、本学習プログラムへの満足度は高く、質的な感想においてもプログラムの有効性が示唆された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究では、特に、プログラム参加者の具体的な語り（ナラティブ）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：「言葉にはできないくらいのことを学べた。とても有意義で前向きになれた」、「人それぞれに物語があり、十人十色の考え方があるということ、マイナス点をプラス思考への考え方を学ぶことができた」）を多数確認することができた。したがって、本研究は、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（リハビリ）ができるような社会の構築にも貢献することが期待できる。

研究成果の概要（英文）：In light of the ratification of the Convention on the Rights of Persons with Disabilities in 2014 and the enforcement of the Law on Elimination of Discrimination against Persons with Disabilities in 2016, there is an urgent need to promote efforts to maintain, develop, and extend the abilities necessary for persons with disorders to live independently in society after school graduation and to realize a symbiotic society. However, persons with disorders do not have sufficient opportunities to learn throughout their lives. Therefore, there is a need to develop specific learning programs pertaining to effective learning about persons with disorders after school graduation. We developed a recovery-oriented learning program for adults with mental disorders and conducted an evaluation study on its effectiveness. The results indicated a high level of satisfaction with this learning program and suggested the effectiveness of the program in qualitative impressions.

研究分野：精神障害リハビリテーション学

キーワード：精神障害 ピアサポーター リハビリ

様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19 (共通)

1. 研究開始当初の背景

精神障害者にも対応した地域包括ケアシステムの構築を推進し、共生社会を実現するために、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(WHO)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障害要因として、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)」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・実践に貢献することができた(Tanaka et al, 2005)。次に、家族の介護負担感を軽減するためには、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明確にした(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を報告した(Tanaka et al, 2014)。

近年、海外では、生涯学習として、精神障害者が病気や健康的な生活習慣などについて、仲間とともに主体的及び対話的に学ぶことでリカバリーを目指すリカバリーカレッジ(recovery college)が注目されている(Perkins et al, 2018)。しかし、このリカバリーカレッジが、精神障害者のリカバリー向上に有効との研究は海外では複数あるが、本邦での効果の検証は今後の課題と指摘されている。

2. 研究の目的

本研究は、成人の精神障害者のリカバリー志向型学習プログラムを開発し、その効果について評価研究を行うことを目的とする。本研究の学術的独自性と創造性は、(1) 海外のリカバリーカレッジの内容を参考に、コ・プロダクション(co-production; 共同創造)の理念のもと、精神障害のあるピアサポートグループメンバー(ピアサポーター)と専門職(申請者)が協働で、新規にリカバリー志向型学習プログラムを開発することは本邦では初めての試みであること、(2) 共生社会の実現に貢献できること、などである。

*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

令和3年度はパイロット研究として厚生労働省の「障害者ピアサポート研修事業実施要綱」に示された標準的カリキュラム及びテキストを参考にリカバリー志向型学習プログラムを実践し、プログラムの内容を確立した。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9回(各約3時間、月2回、対面型)から構成され、(1)障害者当事者は「Expert by Experience(経験のある当事者専門家)」、(2)当事者と専門職の共同創造(co-production)という理念のもと、地域で活動している精神障害者ピアサポーターと専門職が協働しながら実施した。また、参加者同士の協働及び対話などを通じ、自己の考えをしなやかに広げ深める「主体的・対話的な学び」を実現できるように努めた。令和4年度及び5年度は、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者を対象に本プログラムを実施した。

4. 研究成果

本報告書では、得られた主な成果を、特に対象者の語り(ナラティブ)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) 令和3年度データ(抜粋)

・「満足」。自分のこれからのライフワークに一つの目標や道筋ができた、大変意義深い講座だった。」

・「満足」。自分を振り返ること、自分の気持ちや考え・意見を文字として書けたことがとてもよかった。自分のリカバリーを思い出すこともこういう場だからできたと思う。」

・「満足」。みんなの前で話されたピアサポーターの皆様を目標にしつつ、自分らしいサポーターとは何かを見つけていきたい。様々な立場の人がいたので多くのことを学べた。サポーターの

皆様のお話はとてもよかったです。」

・「満足」。導くのではなく寄り添うこと、聴く力が求められる、アドバイスしないことが大切であること、弱点を話し合える関係が大切ということなどが印象として残っている。」

・「満足」。初めて参加した時は不安で修了できるか心配だったが、皆様が優しく、またサポーターの皆様の話もわかりやすく、毎回楽しくなってきた。演習もメンバーが毎回変わったりしていろいろな話が聞けてよかった。」

・「満足」。全講座を受けて印象に残っているのは、バウンダリーやI(アイ)メッセージ、元気回復(WRAP)について学んだり、演習で事例検討をしたり、ピアサポーターの方の体験談を聞いたこと。ピアサポーターとして働かれている方のお話は濃くてたくさん学んだ。」

・「満足」。現役のピアサポーターの皆様から講義や貴重なお話を聞いて、今後の自分にも大切なことをたくさん学ぶことができた。」

(2) 令和4年度データ(抜粋)

・「満足」。事例検討の中で、ピアならではの視点の話をされる方が多く、学びを深めることができた。なかなか自分の原点や夢を語ることがないので、振り返るきっかけになったり、他の人の夢を聞き、明日からの活力になった。」

・「満足」。当事者研究は、とても興味深い。もっと知りたいと思った。リカバリーの原点はみなさんそれぞれで、きっかけや体験は本当に様々。それぞれの夢に向かって学び続ける勇気ももらった。」

・「満足」。完璧じゃなくて良いんだということをお忘れずに自分自身の体調などをきちんとする。すごくわかりやすく楽しかった。うまく言葉にできなかったところもうまく聞いてもらえて良かった。」

・「満足」。いろんな人の原点と夢を聞いてよかった。これからは一人でいないように(一人がかかえこまないように)するのが大事だと思った。」

・「満足」。ファシリテーターの原点、リカバリーの話にとっても心を打たれた。グループ演習で、他の方からありがたいアドバイスや意見をいただいたことが、とても忘れられないプログラムになった。人の痛みや小さな幸せにも気づくことができ、とても良い学びだった。人が人を思いやる部分を多方面で見ることができたこと、誰かが誰かの意見に手を差し伸べる意見を言っていて、とてもあたたかかった。」

・「満足」。演習でグループの皆様と活発に、けれど楽しくお話ができ、大変充実した時間を過ごせた。みんなで一つとない発想にたどりつけた感覚がして、ステキな時間となった。今日は、とても体調が不安で、正直、講座が始まる前は、やりとげることができるとは思えなかった。しかし、体調が悪くなるどころか元気になった。いろいろな物事への見方があり、その豊かさは、昨日よりも今日、今日よりも明日と心を豊かにするのだ!、そう思えた。ファシリテーターの方々が、今を活躍されている姿を感じたことで、とても皆様がカッコ良い!と思い、より笑顔になれた。」

・「満足」。この時期は本来体調を崩しやすいが、講座があるという緊張感で体調管理をいつもより気かけ、小さなサインに気づくなど講座で学んだことで早く対処することができ、意欲が高いまま全9回通して受講することができた。」

(3) 令和5年度データ(抜粋)

・「満足」。言葉にはできないくらいのことを学んだ。とても有意義で前向きになれた。皆様優しく、講座はわかりやすかった。」

・「やや満足」。人それぞれに物語があり、十人十色の考え方があるということ、マイナス点をプラス思考への考え方を学ぶことができた。」

・「満足」。本講座を支援者の立場として参加したが、いろいろな経験を持った方々との出会いがあり、皆様の強さを知り、自分にはなかった視点を数々学ぶことができた。また、雇用者やピアスタッフの方の話をきいて、ピアスタッフの雇用には課題も多く、容易ではないこともわかった。たくさんの当事者の方との出会いで、自分自身の考えや思いが良い意味で崩され、柔軟な考えを持つことができた。」

・「満足」。体調が悪くなったとき、早く対処して、体調を維持すること。同じ病気でも症状が様々なこと、少しずつ前にも後ろにも進みながら、結果的に時間はかかるが、自然と前に進むようにする力が働いていると思った。人間関係をよくするコミュニケーション、みんな真剣に学んでいた。いろいろな体験が聞けた、いろいろな話ができ、私が仕事をし続けることは、誰かに勇気を与えているのかもしれないと思った。」

・「満足」。ピアサポーターは決して特別なことをするというのではなく、助け合いの精神なんだということをおもった。最初はピアサポーターは立場的に上からなのかなあと思っていたけど、ピアサポーターは同じ目線、同じ立場でということがわかってよかった。」

・「満足」。自分で自分の精神状態をコントロールすること、バウンダリーは自分のためにも相手にも必要なもの、ファシリテーターの方が貴重な自身のリカバリーストーリーやいろいろな講義をしてくださったこと、などがよかった。」

以上の成果は、海外の先行研究の成果とも類似しており、今後の研究の発展が期待できる。したがって、障害当事者は「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、今後さらに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5件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 0件）

1. 発表者名 田中悟郎
2. 発表標題 「ピアサポートみなと」の実践報告
3. 学会等名 第61回社会教育研究全国集会
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 田中悟郎
2. 発表標題 ピアサポートとリカバリー
3. 学会等名 第118回日本精神神経学会
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 河野知房、米田直人、松尾帆夏、田中悟郎
2. 発表標題 長崎市精神障害者ピアサポーター養成講座の実践報告
3. 学会等名 第56回日本作業療法学会
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 田中悟郎
2. 発表標題 ピアサポートから学ぶこと
3. 学会等名 第119回日本精神神経学会
4. 発表年 2023年

1. 発表者名 河野知房、松尾帆夏、丸田道雄、田中悟郎
2. 発表標題 長崎市精神障害者ピアサポーター養成講座修了生の就労希望について
3. 学会等名 第57回日本作業療法学会
4. 発表年 2023年

〔図書〕 計0件

〔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	岩永 竜一郎 (Iwanaga Ryoichiro) (40305389)	長崎大学・医歯薬学総合研究科(保健学科)・教授 (17301)	
研究分担者	今村 明 (Imamura Akira) (40325642)	長崎大学・病院(医学系)・教授 (17301)	

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
---------	---------