

精神障害者当事者団体のピアサポート活動に おける職業的妥当性について —フォーカスグループインタビューからの検討—

Occupational relevance in Peer support activities of self help groups
with mental disabilities

—Examination from focus group interview—

行 實 志都子

Shizuko YUKIZANE

八重田 淳

Jun YAEDA

要約

目的：精神障害者の地域生活支援を行う領域において、ピアサポート活動は約20年前から注目され始めた。精神障害者にとってピアサポートは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。ピアサポートは、同じ体験をもつ仲間同士の関係性を表す言葉であるが、特に仕事としてピアサポート活動に注目が集まった。よって本研究は、精神障害者当事者会が行うピアサポートを基盤にした電話相談等の活動には職業的妥当性があるかを検証することを目的とした。調査方法：2013年11月に精神障害者の当事者会に所属する12名に対して、フォーカスグループインタビュー調査を実施し内容分析を行った。結果：「人間関係の中での葛藤」、「ピアサポートの活動を実施したことでの気づき」、「ピアサポート活動での悩み」などの9つのカテゴリに整理された。考察：当事者会の電話相談等のピアサポート活動は、職業的妥当性といった観点からは、まだまだ課題が多く仕事として捉えることに無理が生じる。当事者会Pで実施される電話相談などの業務は、ピアサポート活動の一環として捉え、そこに発生する賃金等は活動に支える交通費等と捉える方がよいといえる。実際に、その程度の賃金しか支給されておらず、賃金で雇われているというのではなく、仲間としての関係性でその役割は存在していた。

Keyword：精神障害者、ピアサポート活動、職業

Corresponding Author: Shizuko YUKIZANE,

Faculty of Health and Social Services School of Social Work, KANAGAWA UNIVERSITY OF HUMAN SERVICES

Email: yukizane-avs@kuhs.ac.jp

Jun YAEDA

Graduate School of Comprehensive Human Sciences University of Tsukuba

1. 研究背景と目的

日本における精神障害者ピアサポートの活動の歴史は、精神障害者の地域生活支援として、少しずつ発展してきた。例えば、やどかりの里は1970年に活動を開始し、JHC板橋会が1983年に設立し、精神障害者に対して地域生活支援を実施した。セルフヘルプグループでは、1970年に当事者会として「すみれ会」が誕生した。このように地域生活支援やセルフヘルプグループとして、ピアサポート体験は精神障害者の地域生活支援に無意識のうちに浸透し、2001年には、大阪府の精神障害者ピアヘルパー等養成事業が始まった。そして約20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。そのため、様々な名称が飛び交い、活動や定義がはっきりしないまま、友達感覚のピアサポートから仕事としてのピアスタッフといった様々なピアサポーターが存在するようになった。また精神保健医療福祉の改革ビジョン（2010）をきっかけにさらにピアサポートが注目され、2013年には「精神障がい者ピアサポート専門員」という名称のピアサポートが誕生し、全国的にピアサポートという活動を知らしめた。様々な場面でピアサポート活動は、精神障害者に対する「支援されるもの」「支援するもの」という固定化した関係性を崩し新たな光を灯した。しかしながら、日本で実施したピアサポートの全てがうまくいった訳ではなかった。それはピアサポートを実施する側の環境的課題（役割・一人職場・不安定な仕事量など）や仲間からの孤立など、立場によってピアサポートに求められる期待や意識の違いなどの課題が見えてきた。また、宇田川（2013）は、精神障害者自身の中には『精神障害者は「する-される」の関係ではなく、お互いを尊敬できる関係性を望んでいる』という意見を述べている（p.19）。このような意見などから見ても、ピアサポートを仕事としての援助関係やその手法として捉えすぎることに対しても違和感をもっている人もいる。つまりピアサポートを専門職として扱ったり、考えたりしすぎると当事者性や相互支援の関係性が崩れる恐れがあるということだ。このように昨今では精神障害者当事者の周りにおいて、ピアサポート活動は様々な形が浸透し、その中でも仕事として行うピアサポート活動の注目が高い。だが、ピアサポートは、同じ体験をもつ人たちの中

で発展してきた人間関係のひとつであることを忘れてはいけない。よって本研究では、精神障害者が行う当事者会でのピアサポートを基盤にした電話相談などの活動は職業的妥当性があるかについて検証することを目的とした。なお、本研究における職業的妥当性とは、職業とは日常的に従事する業務や労働のことを指し、技能、知識、能力をまとめたものである。労働の基準としては、賃金、労働時間、職場環境、やりがい、社会貢献などを含むものである。

2. 調査方法及び対象者

本研究の対象者は、本研究の意図を理解したうえで協力に同意したピアサポート活動を行っている精神障害者 12 名である。対象者選定にあたり、ピアカウンセリング事業の委託先である S 県に対して調査実施に関する協力依頼と対象者の呼びかけ及び対象者の推薦を依頼した。その対象者の基準には、S 県内で当事者会 P（S 県の各市町村にある当事者会をまとめている団体であり、県からの電話相談などの委託事業を受けている）の委員であり、各単会での当事者会のセルフヘルプグループで、当事者同士の語らいの場などの活動や当事者会 P での電話相談を行っているものである。なお、電話相談は、1 回 1000 円、勤務時間 13 時～16 時 45 分に当番制で行っている。調査時期は、2013 年 11 月である。

次に調査方法・調査項目は、「ピアサポート活動を実施する中で感じていること」をテーマに約 90 分間のフォーカスグループインタビューを行った。分析方法は、フォーカスグループインタビューの逐語録に対して「事例—コードマトリックス」を用いた内容分析を行った。なお、これらの分析結果については、客観性を担保するために学識経験者 2 名のエキスパートレビューによる確認を得て分析作業を行った。

研究倫理審査については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 25-003）を得た。

3. 結果

1) 対象者の属性及びピアサポート活動について

対象者の属性については、性別（男性 7 名、女性 5 名）、平均年齢（46.7 歳、うち男性 51 歳、女性 64.3 歳）、入院歴（あり 9 人、なし 3 人）、入院回数・期間（1 回～15 回、2 ヶ月～4 年）、疾患分類（統合失調症 6 人、気分障害 6 人）、就労経験（あり 12 人、0 人）である。

現在実施しているピアサポート活動は、「委託事業の電話相談」、「当事者会のおしゃべり会」、「当事者団体活動」、「当事者会の代表」、「当事者会主催の催しもの開催」、「当事者会で出の役員及び会計」、「権利擁護の政策実現」であった。

2) フォーカスグループインタビューで見たこと

フォーカスグループインタビューの逐語録にオープンコードが付けられた文書の箇所である文書セグメント（オープンコードの数と同一）ごとに、カードが 196 枚作成され、整理した。

結果は、「人間関係の中での葛藤」、「ピアサポート活動を実施したことでの気づき」、「ピアサポート活動での悩み」、「ピアサポート活動の在り方」、「リカバリーと感じる瞬間」、「ピアサポート活動の根幹」、「ピアサポート活動で必要な幸せを感じる力」、「障害種別の難しさ」、「ピアサポートの専門性」の 9 つのカテゴリに整理された。

表 1. ピアサポート活動に対する思い

焦点的コード	具体的表記
人間関係の中での葛藤	<p>トラブル</p> <ul style="list-style-type: none"> ・当事者会 P の中での役員同士での人間関係、それも役員会でのトラブル ・セクハラ問題 (があった)
	<p>友人の死</p> <ul style="list-style-type: none"> ・いろんな形で死とつながっているトラブル ・もう何人も亡くなり、それが本当に (心の) 傷となつて大変 ・自分は、もう限度いっぱいになり、自分自身の力ではもう無理、対応できない (と誤ってしまい)、結局、その人亡くなった ・(死にたいという相談の) 電話に取れなかったっていうのも悔しいことはある ・もしも自分が電話を取っていたら死ななかったかもしれないとか、そういう苦しみはあった ・どっちにしても亡くなっているでしょうけれど、でも自分を責めてしまう
	<p>逃避したい気持ち</p> <ul style="list-style-type: none"> ・(トラブルなどから) その関係を今、自分もきつくなっちゃって切っちゃった <p>当事者会の役員と自責の念</p> <ul style="list-style-type: none"> ・単会の会長をしていると、会員の増減が非常に気になる ・自分のせいで来なくなっちゃったのかなとか、自分の発言のためにその人調子崩しちゃったのかなとか、そういう自責の念にかられる ・被害的な妄想がなければ、私の場合はたぶん健全と思うけれど、私はそういうことで苦しんでいる
ピアサポート活動を実施したことでの気づき	<p>匿名性のない不自由さ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・匿名性が今なくなつてきているので、相談相手がいない ・(自分には) なんかもうちよつと全部開いてっていう。相手がいない ・自分の中のこのモヤモヤ感、どうしたらいいの ・自分の匿名性がなくなつてしまった
	<p>本音で話せる相手</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「A は言えるけど、B は言えないよね。この人は」っていう感じ (人を選んでる) ・親友だといつても、やっぱり踏み込まない ・なんでも話せると思って話しているつむりの友だちがいる。本音の言える人ですよ。やっぱり友だちが一番いいのかもしれない (ピアサポートとかというよりも)
	<p>必要以上に相手に合わせた対応</p> <ul style="list-style-type: none"> ・いろんな人に合わせて、話すことを変えなくちゃいけない、切り上げなくちゃ、切り替えなくちゃいけないっていう自分のその労力に疲れる ・実際に会った人から電話相談があると本当にやりづらい。「私のことわかってくれる」と思い込んだ状態で話してくるから、無下に「いや」とも言えない ・期待に答えてあげようって気持ち強い ・(電話相談だけでなく) また会うじゃないですか、それがまた怖い ・ほかのところの電話相談って、たぶん担当者と相談者と会うことって、たぶんないと思う (ピアサポートでは、会う可能性がある) ・本当、相手のことをもう知っているから、答えづらい
	<p>受容されることで安心できる</p> <ul style="list-style-type: none"> ・電話相談で、自分が相談するとなつたら、全部バツツと言える ・(何でも話せる) その男友だちに電話すると、ほんのひと言ですけど、「最近ちょっとづらい」と (話すだけで) ほっとする ・何でも (自分のことを) わかってくれる候補者 ・みんなピアサポーターとしてやっているけど、たぶん求めているのは、こういう形 (ピアサポートというよりも自分を理解してくれる友人が欲しい。ピアサポートの仲間でもいいけど) ・(本音の悩みに答えてくる人) そういう人は絶対必要
<p>健常者との友人</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健常者の話がわかる人がいてくれると、ちょっと安心になる ・健常者でも、普通の人でも悩むのだ (と思える安心感) ・障害者との連携が強くなつちゃって、健常者とのつながりが、希薄になりがち 	

表 2. ピアサポート活動に対する思い (続き)

焦点的コード	具体的表記	
ピアサポート活動での悩み	情報開示はどこまでするか	<ul style="list-style-type: none"> ・名前とか、電話番号とか公にして、見ず知らずの人から電話がかかってくる ・(自分のことを) この人にどこまで言っていいいのか ・自分の携帯を公表しているので、いろんな人から電話がかかってくるし、死にたいって言われれば携帯の電話番号を教えるし、死なれては困る
	自分の能力の限界	<ul style="list-style-type: none"> ・事務的な電話がかかってくる、なんのこともわからない ・時間帯によっては、自分の首を絞めるって言い方は適切ではないが、自分を苦しめてしまう。 ・朝 4 時頃に電話をかけてきて、「死にたい」って言われて、「えっ、どうしたらいいのだろう」と悩む ・自分の知っている当事者では、お互いに病気で、お互いに共依存になってしまっていて、それで自分の調子を崩した
	活動の時間	<ul style="list-style-type: none"> ・患者会の役員をやっていたら、当然、その病気が土台となり状況によっては、24 時間対応になる ・夜中に電話がかかってくる
	安心させる関係をどう築くか	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の携帯を教えた ・携帯をかけてくるときは、死にたいという気分じゃないときが多い ・「いつでもかけてきて」と言うの。そうすると安心するから
	頼られる存在でいたいという気持ち	<ul style="list-style-type: none"> ・代表助けてよって感じで来ると、じゃあ、助けるよってことになる ・「あなたはこういうところがあるから、こういうところはこうしたほうがいいのではないか」とか言ってしまう自分もいる ・相手が傷つく可能性があることは、極力言わないほうが、本当はいいと思うけれど (自分の考えをいってしまう) ・すごい最善を尽くしたときに、やっと自分でも電話が切れる
ピアサポート活動の在り方	寄り添える関係性	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の素朴な疑問や質問、思っていることを相手に話をするのは、聞き方にもよると思うけど、柔らかく聞いてやれば温かく、相手は答えてくれる ・なかなか外と関われない人たちもいる。そういう人と相対したときに、ピアとしては積極的に関わる方向のピアもあってしかるべき ・相手を察することができる ・自分の身に置き換えて考えられる状況にある ・その人になりかわって考えられること
	身近なモデルとしての存在	<ul style="list-style-type: none"> ・自分も病気を経験しているわけだから、相手も例えば、同じ病気をしていたら、こういう辛さがあるよねって察することができる (それができたらうれしい) ・「私こういうふうな感じで幸せになっているから、辛くても、辛いばかりじゃなくて向こうにちゃんとあるからね」ということができる。例えば、専門職の人が、「今辛いけど、ここで頑張れば、きっといいことあるから」って言っても「それ、教科書のことでしょ」(というように捉えられる) ・本人では気づかない気づきを、与えてあげられるっていうのが、サポートっていう言葉ではあるけれども、そこにピアがつくっていうことは、同じ体験をしたり、経験をしたりしている中で、相手にこういう方向もあるよとか、こういう考え方もあるよとか、こういう生き方もあるよっていう提案ができるってこと。それは、やっぱり強みでもあると思いますね ・仲間でこんなにやさしく、フツと声かけてくれる人がいる、わかってくれていて (モデルになる)。 ・すごい面が、言葉じゃなくて、なんか漸進的な、迫力があるような感じで
ピアサポート活動の在り方	セカンドオピニオン的な存在	<ul style="list-style-type: none"> ・体に合わない薬を飲んで苦しんだおかげで、ほかの当事者の、その薬の副作用の苦しみっていうのもわかった ・薬が合わないのに、無理して飲んでた ・医者を変えたくないからって、自分にはこの医者が合っているからと思込んでしまう ・副作用の状況とかそういうのについて「ああ、これはアカシジアだな」とか、そういう状況がわかったときとかに「ほかのドクターに聞いたことありますか、伺ったことありますか」って言ってあげられること。そういうことが、我々のピアサポートっていう言葉につながりがある

表 3. ピアサポート活動に対する思い（続き）

焦点的コード	具体的表記
自分自身の振り返り	<ul style="list-style-type: none"> ・健常者じゃなくて、障害者になったからこそ、心のやさしさとか、そういう豊かな気持ち ・もしも私が自分の人生のルールからアウトローじゃなくて、そのまま病気にならなかったとしたら、違う意味で間違った人間になっていたのではないかなと思う ・今のほうが、たぶんそのまま生きるよりも、たぶんある意味健康であり、健全なかもしれない
リカバリーと感じる瞬間	<p>当事者会を行う人生の価値</p> <ul style="list-style-type: none"> ・みんな社会のひずみで生まれてくるこの病気にかかる人たちに貢献したいって気持ちがあるから、こういうことやっていいのかなって思う ・「当事者会Pに入ってから生き生きしているわね。幸せそうね」なんて言われて、「ああ、私、当事者会Pに入ってからすごく幸せだわ」って。だから、(今は)辛いかもしれないけど向こうには幸せがあるよっていうのをわかって ・私は、ほかの皆さんに比べて障害の程度が軽い(と思う)。私が、それを見出しているのは、当事者会Pの会計がむちゃくちゃになったときがある ・自分の役割として、(自分は)そんなに障害が重くないから、共感するってことに關しては、皆さんよりも感知能力が低いかもしれない ・相手がほっとしてくれて、「ありがとうございます」っていう話になれば、心の充足がすごく得られると思う。それは、お金が発生していても、発生してなくても、たぶん同じだと思う ・私は、自分の幸せがないと、できないことだと思いますけれども。人、相手の幸せを願えるようになった。また、ピアサポートを行うことで、不安定だった自分の精神状態が安定するようになった。だから、自分にとって、サポートすることが自分自身を安定させている ・生きがいにになっている
ピアサポートの概念	<ul style="list-style-type: none"> ・ピアスタッフと名づけられても、それは概念上のこともある。(変な話だが)言葉だけのことで、同じことをしていれば、それでピアですよ。働こうが働かまいが ・対等じゃなくて仲間 ・かたや利用者で、かたやスタッフ、サービス提供者となった場合は、そこにひずみが絶対生じたりとかする ・同じもの、一本の、だからここにいるのも、障害ということでピアになっている
ピアサポート活動の根幹	<p>ボランティアとピアサポートの違い</p> <ul style="list-style-type: none"> ・仲間じゃない ・どっちもどっちで別に存在する概念と思っていた。ボランティアっていうのはなんらかの助けが必要だとしているところに、助けを与えること <p>仕事になることで発生する役割</p> <ul style="list-style-type: none"> ・(ピアスタッフなど賃金がでたら)「今まで通りメンバーとお茶してもいいですよ」って聞いたら、「いや、ピアスタッフ、スタッフだから、それは禁止します」(と言われて驚いた) ・誰でもピアサポーターにはなれるけど、ピアスタッフになるには特定の条件がある ・好き勝手に、好きなこと言っていっていいっていうサポートだとしたら、当然お金なんかもらえないと思う ・ある一定のなんらかのルールの間の中の発言をしてきたからこそ、ピアサポーターとしてやっていけているのではないかなと思う ・お金をもらおうと好き勝手出来ない。お金をもらわなければ、別に10分くらいでいいでしょう。(という気持ちになって対応してしまうこともあるように) だけど、やっぱり1,000円もらっているから、13時~16時45分までは、ちゃんと電話対応しなくちゃいけない ・ある程度の決まりみたいなものは当事者会P中にある、これを守ろうとする責任とか、気持ち、やっぱりお金があるとか、ないとか ・ただ単に本当に県内の好きな当事者が、じゃあ、暇があるから交流ついでに電話を受けてやろうというわけじゃないから

表 4. ピアサポート活動に対する思い（続き）

焦点的コード	具体的表記
ピアサポート活動に必要な幸せを感じる力	<ul style="list-style-type: none"> ・ピアとして動ける人っていうのに求められるのは、(精神疾患という) 病気を経験しながらも、より周りの人を含めて自分も幸せになれる要素をもっている人 ・自分が幸せになれていないのに、相手のこと幸せにしてあげようと思っても、なかなかない ・自分が幸せであることは、必須 ・みんなで一緒に幸せになろうよ
障害種別の難しさ	<ul style="list-style-type: none"> ・共感する心ってすごく大事な ・発達障害っぽい方です。だから、そこで対応することことになり、やっぱり自分自身も（気分が）すごく落ちたことがあります ・昔は、やっぱり統合失調症の人がダントツでしたよね。最近、病態いろいろ変わってきた。躁うつ病の方、明らかな人とかもなんか目立って。そういう人たちの病態の違いとか、病状の違い。私は入院したことがない
ピアサポートの専門性	<ul style="list-style-type: none"> ・(当事者会の) ピアサポーターとピアスタッフは意味合いが違う。みんな一緒にはできない ・自分はスタッフだけど「こういうこと言っちゃ悪いね」っていうけど、(そんなことを言うが) スタッフ感を感じさせない ・その人の人間性 ・その人が、もしも、いかにも職員だよっていうような体で、接してくる人だったり、職員を感じさせてしまう人だったりしたら、ピアスタッフにはなれない ・(いろんなピアサポートがあるけど) 細分化するべきなのか。それとも、含めるべきなのかっていうのは、もうちょっと方向性をみんなで考えるべきかもしれない ・ピアで、ピアスタッフになりたいから、さっき言っていた精神保健福祉士の資格を取るっていう人が、すごく多くて(それは違うと思う) ・私のやりたい仕事は、精神保健福祉士の仕事じゃなくって、こっちの当事者関係のピアに携わる仕事だよ ・精神保健福祉士を取ると、ピアじゃなくなるって、よく聞くけど。自分の中のイメージでは、自分の体験としての経験にピアっていう部分がある ・私の通っていた地域活動支援センターの職員が、自傷行為があるピアだったけど。やっぱりそれには、全然触れない。「私、自傷行為があって、あなたのやりたい気持ちわかるのよ」というのは、全くない。精神保健福祉士として職員になっているから、ピアでない ・道具を持っているのに、使わない人いないでしょう。精神保健福祉士っていうのは、道具を持たないから、成り立つってこと(と思う) ・精神は、精神同士だよ。でも、身体が、ピアっていうと、全障害 ・車いすの少女が講師になって、私たちが聞いて、ピアカウンセリングっていうのを勉強しました。向こうは、「ピアです。よろしく」ってとって ・ほかの障害の方を拜見していても、同じ障害者だよっていう発想が、最近自分の中に芽生えつつある ・もしも、自分が健常者だったら、相手も、「この人は、健常者だからな」っていうのはあるかもしれない。でも、「この人は、なんらかの障害をもっている人だ」ってなると、敷居が低くなるっていうのは、あると思いますね

4. 考察

フォーカスグループインタビューの結果から、「人間関係の中での葛藤」、「ピアサポートの活動を実施したことでの気づき」、「ピアサポート活動での悩み」、「ピアサポート活動の在り方」、「リカバリーとを感じる瞬間」、「ピアサポート活動な幸せを感じる力」、「ピアサポート活動の根幹」、「障害種別の難しさ」、「ピアサポートの専門性」のカテゴリにわけて、ピアサポートの職業的妥当性を以下に検証した。

① 当事者会の役割と仕事との関係性

ピアサポート活動の活動内容は、「人間関係の中での葛藤」と大きな関係性があった。ピアサポート活動は、仲間だからこそ理解しやすく人間関係などにより効果があると先行研究でも述べられている。しかし、ピアサポートは必ずしも仲間として同じ体験をもっているからといって、全てをわかり合えるわけではない。つまり、ピアサポート同士だからといっても、人と人が集まる場所には一つの社会が出来上がり、その社会では人間関係等により時折揉め事も起こっていた。さらに上下関係やセクハラ発言などもあり、社会の縮図がそのままピアサポートの中にもあることが窺えた。ストレスに対して脆弱性をもつ精神障害者にとって、それは心を痛める要因であり、それによって活動から足が遠ざかってしまうという事実も今回のインタビューから見えてきた。また精神疾患と深く関わりのある「自死」との問題にも、ピアサポート活動に対する負の要因となり得る。他の障害以上にこの「仲間の死」という問題に直面する機会が多く、精神障害者ピアサポート活動とは切っても切り離せない。しかもその悩みを打ち明けられたり、自死の直前に遭遇したりすることもあり、当事者の心には傷が残っていると話している。大切な仲間の突然の死は、障害特性に関係なく大きな負の体験である。ピアサポート活動により彼らは他の人よりも多くこの体験することになってしまっていた。この自死の対応に関連して見えてきたことは、「自分はピアサポーターだから」、「仲間のことはいつでも対応するべきだ」と考え、プライベートを全てさらけ出すことを厭わない人もいるということである。この関係性は「対等」と言えるのだろうか。また、仕事とし

での観点でも、このピアサポート活動の対応では、対等性とは言い難い。仕事として考えるならば、勤務時間という活動時間に対応すべきであり、困難ならば課題として取り組むことが求められる。それに、そもそも「死にたい」と言われれば、自分の体調を顧みず何とかしたいと思ってしまう状況や「死にたい」と直接口にしていなくても、自分の対応否かで自死を招くかもしれないといった場面では、同じ精神障害者だからこそ想像でき、理解できる状況である。このように 365 日 24 時間いつでも電話が取れる状況で断ることが難しいならば、対等とも仕事ともいいにくい。これらの状況を鑑みると、ピアサポーターの業務時間というよりもいつでも電話等で悩みを言う相談者側の都合や時間が優先されている。同じ病気や障害を抱えている者同士だからこそ、その痛みや苦しみを自分の痛みとしてとらえ、その時に寄り添ってあげたいという気持ちはとても強い。しかし、仲間だからこそ、当事者同士は支え合うことが大事だという雰囲気や現在のピアサポートの理念にあると推察できる。こうした雰囲気や当事者同士の配慮に関する付度は、専門職が作っているようにも考えられる。すなわち、このような辛さに寄り添えることがピアサポート活動と崇め、「ピアサポートはすごい」という表現やどんな時でも寄り添うことをピアサポート活動の利点と捉えてきたことが、ピアサポーターに無意識のうちに無理をさせる要因となっている。

通常、一人の専門職等の勤務体制として、365 日 24 時間、プライベートまで当事者の支援はしない。しかし、今回の調査対象である当事者会の代表や役員たちは、個別支援の役割を一人で担っていて 365 日 24 時間対応している。そのうえ「自死の悩み」に対応し、自分の限界とも戦っていた。これでは、専門職が困難な事例や悩みを、ピアサポーターに押し付けていることになりかねない。今後も当事者会にこのような悩み等を期待するならば、当事者会のフォローアップや当事者会をチーム体制の一員として取り組むシステムを作ることが重要である。そうしなければ、ピアサポーターは人知れず傷つきピアサポート活動へのトラウマを背負ってしまう。

続いて、結果から見えたことは「ピアサポート活動での悩み」にある匿名性と個人情報との問題であった。ピアサポート活動を熱心に行えば行うほど、自

分の悩みなどを発散できる場が制限される。ピアサポートは、元来相互支援が基本となっているが、お互い匿名で行う電話相談などにおいては、専門職等が行う「いのちの電話」とは違い、距離感が近すぎることにより、自分の本心を言えなくなるという歪みに落ち込んでいた。

今回のピアサポートにおけるメリットは、自分を頼ってきてくれたという喜びとその期待に応えられるという仕事でのやりがいにつながり、それによって自分自身の生活を見直すこともできるという点である。このやりがいによって、当事者も周囲から笑顔になったとか当事者会Pの活躍をしてから辛いという言葉が口にしなくなっていた。これは自分の体験を活かすことで相手に安心感を与えられるという経験により自信がついたからである。これこそピアサポートの効果である。一方、デメリットについて考えると、同じ当事者でありピアサポートだからこそ、自分に頼ってきてくれた人に対して相手の気持ちや顔がわかるからこそ、言いにくいことは避けてしまうという点が挙げられる。また嫌われないようにこうすれば良いという指示が言えないというサポーターもいた。ピアサポートは共感性、対等性が大事である。このことをいろいろな研修等で言われ続けているから、相手に寄り添うことだけを意識しすぎてしまいがんじがらめになっているようである。そして自分の言いたいことも言えず、ただ相手に共感することだけに集中し、仲間という視点を忘れて相手にダメ出しなどが全くできなくなってしまう。それでは仕事としての役割を遂行できていないだけではなく、自分の言いたいことを言えずストレスが溜まる状況に陥る。当事者会としての役割は、仲間の良いところも悪いところも受け止め、そのうえで相手に寄り添うということが重要である。こうしなさいという指示を出すことは確かに当事者会の役割ではないが、相手の立場にたつてダメ出しをすることは仲間だからこそ言えることでもある。ピアサポートに求められているものは、自分のことをわかっていて、その上で理解し合える友人の存在であり、そのような関係性である。

では、なぜ匿名性がなくなることでモヤモヤ感が起こるのかを考えると、電話相談やピアサポートに集まってくる人たちにとっては、このように自分を理解してくれて、悩みや体験を語り合える場となっているが、当事者会の会長や

役員たちは、どこか仕事や役割を意識しすぎてしまい本来の仲間といった関係性がとれなくなっていると推測できた。よって単会の当事者会の会長や役員が運営している当事者会Pが行う今のままの電話相談や単会の当事者会の活動では、うまく相互関係性というピアサポートの効果がでない。電話相談や単会の当事者会の活動は仕事や役割の一部であると割り切ったほうがそのモヤモヤ感やお互いの立場などを理解し合えるピアサポートの場と捉えると少しは気持ちの整理ができると観取された。

② 当事者が考えるピアサポートについて

「ピアサポート活動の根幹」では、ピアサポートとボランティアの違いとは何かという議論になったが、その中でピアサポートの「ピア」といった定義について、対等ではなくて「仲間」だという言葉が出された。何か根底に一本同じもの(体験等)がないとピアとは言えないということであった。だからこそ、ボランティアとは違いがあると対象者たちは整理していた。では、仕事になることで発生する役割という視点からみれば、給与が発生するピアスタッフは、ピアサポート活動は誰でもできるが、ピアスタッフになるには一定の条件として責任を果たすといった役割が存在するという「仕分け」を行っていた。確かにピアサポート活動は、ボランティア精神といった相手の役に立ちたいという思いが必要ではあるがボランティアとの違いは、そこに何でもやってあげるといった気持ちではなく、相手の立場にたって行動するといった友人、仲間といった意識がないとピアサポート活動とは言えない。仕事となるピアスタッフに対しては、スタッフであってもどこか仲間としての存在感や職員としての威圧感を感じさせない人がピアスタッフには適任であると分析していた。要するに「ピア」という言葉がつくピアスタッフには、仲間であり友人であるという立ち位置や視点も必要になってくると考えているようであった。そして、ピアサポート活動ができる人とできない人がいるということも、フォーカスグループインタビューの中で話されていた。その中には、自分たちは当事者性を大切にすべきであり、専門職の立ち位置に立ってしまうとピアサポート活動はでき

ないといった言葉もあった。その理由は、今までピアサポート活動を一緒にやってきた仲間であっても、精神保健福祉士等の専門職になってしまうと、友人であっても仲間としての立ち位置に立てない。そのためもうピアサポート活動はできないと述べていた。精神保健福祉士を目指す当事者も増えている中で、この言葉には重みがある。そして精神保健福祉士は、知識やスキルなどの「道具」をもって、精神障害者に接するが、「自分たちは道具をもっていないし、もたないのがピアサポート活動である」という回答も得られた。この「道具をもたない」という表現は、知識やスキルなどで聴くのではなく、ピアサポートは自分自身の心で仲間の話を聴くため、仲間が何度も同じ話を繰り返し話したり、同じことを何度も悩んでいたとしても、じっくりといつでも話を聴ける力を示唆するものである。ピアサポート活動では、自分の価値観だけを押し付けないことに代表する「対等性」や「傾聴のスキル」を研修で学ぶ機会がある。しかし、「何度も同じ話を聴ける」ということはこれらのスキルとは別である。つまり、ピアサポート活動の仲間同士の傾聴は、頭の中で理解して納得するものではなく、自身の体験を通し、文字通り、からだ全体で話を聴いていることが推察される。

最後に、ピアサポート活動を彼がなぜ行うかという視点からは、社会貢献がしたいという気持ちや自身が幸せになり、心の充足感が得られるなど彼らの生きがいになっているからこそやっているとすることがみられた。この気持ちを潰してしまわないように、ピアサポート活動に関わる専門職は、ピアサポート活動は素晴らしいと褒めるだけでなく、ましてや専門職の手が届かないところの穴埋め的な存在として使うのではなく、当事者の主体性を大切にしなければならぬ。

5. 結論

精神障害者ピアサポート活動に職業的妥当性について焦点を当て調査を進めてきた。当事者会としてのピアサポート活動は、職業的妥当性は見られなかった面も多く存在した。当事者会が実施するピアサポート活動を職業として判断するには、その業務にあった賃金や労働時間、職場環境としては改善しなければ

ばいけない点が多いことが明らかとなった。職場環境などにおいては、仲間の自死という問題に対して、何も対応が取られていない状況がみられ、当事者会を支える専門職として早急に対応しなければならない課題である。

このように業務内容だけで考えると、職業としては課題が多い当事者会が実施するピアサポート活動であるが、当事者にとってはやりがいや社会貢献しているという声が多く、ピアサポートが幸福感をもたらすものであることは明らかである。この結果から言えることは、当事者会のピアサポート活動は、精神障害者にとって身近な地域社会の一部として成立することが結論づけられる。つまり、その活動を仕事として捉え、対人関係に悩み、自分の生活リズムなど自分の時間をどのように使うかといった一般的なワークライフバランスと同じ要素がみえた。

ピアサポート活動は自分にとって何かという質問では、彼らにとってピアサポートが生きがいであったり、ライフワーク等であったりした。その中でお互いの気持ちをわかちあい、そこに思いやりが生まれ、マイナスだった人生をプラスに変えるといったリカバリーの効果がみられていた。これは岡(1999)が、セルフヘルプグループは「わかちあい、ひとりだち、ときはなち」であると挙げていることと一致する。これは自分一人ではないという思いや自分のことを理解してくれる存在がいるといことで人は大きく成長できるということを示す。

ピアサポート活動は、先行研究において自己成長など本人にとっても効果はあるとみられていたが、ではそのピアサポート活動は精神障害者にとって、どのような存在かについては示されていなかった。さらに、精神保健福祉領域では、ピアサポート活動を仕事して結びつける発想が多く見られている。しかし、当事者会のピアサポート活動は、職業的妥当性といった観点からは、まだまだ課題が多く仕事して捉えることに無理が生じる。当事者会Pで実施される電話相談などの業務は、ピアサポート活動の一環として捉え、そこに発生する賃金等は活動に支える交通費等と捉える方がよいといえる。実際に、その程度の賃金しか支給されておらず、賃金で雇われているというものではなく、仲間としての関係性でその役割は存在していた。

上記の見解から、当事者会が実施するピアサポート活動は、交通費等のお金

の支給があったとしても、職業というレベルには至っていないということが言える。それよりも当事者会が実施するピアサポート活動の場は、単に出会いの場と捉えて自分と気が合い、価値観や体験が似ている人を見つける場として考えたほうが、本来の対等性や共感などが生きてくる可能性がある。そこから自分のコミュニティを広げていく一つ的手段であると考えの方が、当事者と健常者を分け隔てないことに繋がり得る。

本研究を通じて、急激なピアサポートの発展が注目されたこともある。ピアサポートが仲間だからこそうあるべきといったイメージが膨れ上がり、当事者を苦しめている現状が明らかとなった。ピアサポート活動は仕事としての小さな側面で捉えるよりも、仲間との出会いの場、友人探しの場として考えた方が、仕事として捉えるよりも長続きし、彼らにとって有意義な存在となる要素が高い。

【本研究の限界】

本研究は、S 県で活動する精神障害者当事者会に対して調査を実施した。全国的に様々なピアサポート活動が存在するため、今回の結果をすべてのピアサポートに当てはめることは難しい。今後はそれぞれのピアサポート活動にも職業的妥当性があるかについても検証し、ピアサポート活動と仕事の関係性、さらにはそれらを支援する方法などについても考えていくことが必要である。

【謝辞】

本研究に快くご協力いただいた S 県で活動する精神障害者当事者会 P のみなさまに感謝いたします。

【参考・引用文献】

- 1) 相川章子, 2011, 「北米におけるピアスペシャリストの動向と課題 (特集当事者活動とソーシャルワーク)」. 『ソーシャルワーク研究』 37, 3: 191-202.
- 2) 相川章子, 2012, 「プロシューマーの歴史と動向」. 『精神療法』 38(2): 101-112.
- 3) 相川章子, 2012, 「ポジション理論から捉えるプロシューマー」. 『精神療法』 38(3): 85-95.
- 4) 相川章子, 2013, 『精神障がいピアサポーター—活動の実際と効果的な養成・育成プログラム』 中央法規出版.

- 5) 有馬明恵, 2007, 『内容分析の方法』株式会社ナカニシヤ出版.
- 6) Gartner, A. & Riessman, F., 1977, *Self-help in the Human Services*, Jossey-Bass Inc Pub. (久保紘章監訳. 1985, 『セルフ・ヘルプ・グループの理論と実際-人間としての自立と連帯へのアプローチ』川島書店).
- 7) 加藤, 2015, 「埼玉県の自助グループを結ぶ埼玉県精神障害者団体連合「ポプリ」(埼玉県)」。『精神保健福祉ジャーナルゆうゆう』69, 萌文社.
- 8) クリップENDORF, K, 1989, 三上俊二, 椎野信雄, 橋元義明, 『メッセージ分析の技法「内容分析」への招待』勁草書房.
- 9) 岡知史, 1999, 『セルフヘルプグループ わかちあい ひとりだち ときはなち』星和書店.
- 10) 栄セツコ, 2004, 「精神障害者に対するホームヘルプサービス「ピアヘルパー」の意義と就労支援の可能性」。『ファシリティーズネット』7(2): 5-8.
- 11) 坂本智代枝, 2007, 精神障害者のピアサポートの有効性の検討—退院促進支援事業における当事者自立支援員のグループインタビュー。大正大学研究紀要 92: 314-301.
- 12) Solomon, P., 2004, *Peer support/peer-provided: underlying process benefits, and critical ingredients*. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 27: 392-402.
- 13) Solomon, P., & Draine, J., 1995, *The efficacy of a consumer case management team: two- year outcomes of a randomized trial*. *Journal of Mental Health Administration*, 22: 135-146.
- 14) 殿村寿敏, 行實志都子, 野田哲朗. 2015, 「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.
- 15) 宇田川健, 2013, 「当事者が望むピアサポート活動とパートナーシップのあり方」。『精神科臨床サービス』13(1): 17-22.
- 16) 行實志都子, 2006, 「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.
- 17) 行實志都子, 2007, 「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.
- 18) 行實志都子, 2016, 「精神障害者ピアサポートと使った地域づくりの一考察」。『神奈川県立保健福祉大学誌』13, 1: 45-52.