和歌山大学クロスカル教育機構研究紀要 第4巻 2023年3月 論文 70-82

ピアサポート活動を通したサポーター自身の心の変化に関する文献調査

A literature review of research in Japan focusing on the change of mind of peer supporters themselves

西谷 崇[1]、森 麻友子[2]、林 佐智代[1]、小河 健一[1]、柳川 敏彦[3]、山本 明弘[3]

Takashi NISHITANI[1], Mayuko MORI[2], Sachiyo HAYASHI[1], Kenichi OGAWA[1], Toshihiko YANAGAWA[3], Akihiro YAMAMOTO[3]

（[1]和歌山大学保健センター、[2]和歌山大学障がい学生支援部門、[3]和歌山県立医科大学）

Abstract

In this study, we reviewed the literature to investigate current status of research in Japan focusing on the change of mind of peer supporters themselves. We searched for original paper with abstract description as the keywords of such as peer supporter, peer staff, and staff with disabilities through ICHUSHI（Japanese）. As a result, fifteen dissertations were identified. They suggest that peer support activities have specific difficulties and positive effects on peer supporters.

キーワード/Keywords: ピアサポート、ピアサポーター、ピアスタッフ、心の変化、文献調査、peer support, peer supporter, peer staff, change of mind, literature review

1. はじめに

我が国では、高等学校卒業者の大学・短期大学進学率は 5 割を越え、高等専門学校を含めた高等教育機関の進学率は 8 割を超えている（文部科学省）。

「学生の健康白書 2015」の学生生活アンケート調査結果では、多くの学生が「からだの調子は良い（全体で 87.3%）」と回答する一方で、「いつも疲れている（全体で 27.4%）」、精神的な面で「何となく不安になることが多い（全体で 43.0%）」、友人関係・対人関係の面で「人との関係で傷つくことがすごく怖い（全体で 49.5%）」と回答しており（一般社団法人国立大学保健管理施設協議会）、心身の不調や困り感を抱えながら学生生活を送る学生は、調査によると多いことが分かる。

学生のメンタルヘルス問題に対して全国の大学の保健管理施設ではそれぞれの実情に合わせた取り組みをこれまで実施してきた。和歌山大学保健センター（以下「当センター」とする）においても、様々な困り感や悩み、精神障害、発達障害、発達にアンバ

ランスを抱えながら大学生活の継続を余儀なくされている学生に対するサポートに取り組んでいる。当センターのサポートのシステムにおいて、重要な役割として存在しているのが「メンタルサポーター（ピアスタッフ）」である。メンタルサポーターは困り感等を抱えながら当センターのデイケア室を利用していた元学生（OB や退学生）であり、サポートを受けている学生に対し、修学や就職、そして友人や家族の問題等を支援する先輩として位置づけられている。

我々がメンタルサポーター利用学生にインタビュー調査した結果では、「メンタルサポーターは話しやすく自分と重なる部分が多々ある。アルバイトや今の精神状態を気軽に相談できる相手。自分よりも先に色々体験している先輩、相談役、友達でもあり、そのような存在に自分もなりたい」や「（メンタルサポーターには）本当にお世話になったなと思う。一番初めに扉を開けた時にも話してかけてくれたし、何か少しあった時にも大丈夫かとも言ってくれる」（西谷 2012,76-77）等の発言が見られ、学生にとってその役割の重要さが伺える。

さて、当センターのメンタルサポートにおける重要な要として機能しているピアスタッフであるが、そもそも「ピア」とは何であるのか。相川（2013）は、「ピア（peer）とは『仲間』『対等』『同輩』という意味の言葉です」そして「ピアサポートとは『仲間同士の支え合いの営みのすべて』のことを指します」（相川 2013,6）と表現している。また、「同じ部活動のピア、子育てする親のピアなど仲間の“くくり”はさまざまです。『仲間』という言葉に、『同様な経験、同様な境遇、同様な環境に置かれた者同士』として、現在は『同様の障がいや病気を経験している人＝当事者』という意味を含むようになってきています」（相川 2013,6）とも説明している。そしてピアサポーターについて「疾患や障がいがあり保健福祉サービスの受け手（利用者）であり、かつ保健福祉サービスの送り手（職員）となっている人で、かつそれを仕事として報酬を得ている人」（相川 2013,22）と定義しており、「巷では、『ピアサポーター』のほかに、『ピアスタッフ』『当事者スタッフ』『メンバースタッフ』などさまざまな名称が付けられており、それらの定義はあいまいです」（相川 2013,22）と説明している。

そのピアサポートの価値および意義について、相川（2019）は精神保健福祉領域におけるピアサポートについて、

1. ピアサポートが生み出す『経験の語り合い』が、語り手と聞き手に『わかちあう』瞬間を訪れさせ、『一人ではなかった』という孤立からの解放を気づかせる。
2. また、そこから、自身の経験を自ずと語りたくなるダイナミクスが生まれ語り始める。
3. これまで語っても理解されず『周りに人がいなくなってしまった』経験のある人にとって、自身の経験が共感され、理解される経験を通して、『自分は自分でいい』『病気があっても自分らしく生きよう』という自尊心が芽生え、リカバリーの一歩を歩みだすきっかけとなる。（相川（2019,p3-4 を筆者要約））

の 3 点を挙げている[1]。そして「現在では、ピアサポート活動の実践は、教育現場（義務教育、高等教育等）、若者支援（非行少年、子供若者支援、不登校等）、医療（がん、HIV、糖尿病等）、保健（母子保健）、福祉（障がい、高齢等）、地域生活支援（ひきこもり、貧困等）などなどのあらゆる領域に広がりを見せています。それらは先行した実践や理念を継承しているものではなく、各々の領域でニーズに応じて生まれてきており、各々の領域毎の実践として議論を展開しています」（相川 2019,5）と説明している。

次に、ピアサポーター自身が自らの役割や活動をどのように捉えているのかに目を向けると、そこにはまた違ったテーマが見えてくる。相川（2013）は、ピアサポーターが活動上抱える課題について、大きく 4 つの視点（ピアサポーターの置かれる立場から生じる課題、ピアサポーターの就労環境の課題、ピアサポーターの専門性の課題、ピ

アサポーターが置かれている環境の課題）でまとめている（相川（2013,p76-86 を筆者要約））。またその一方で、ピアサポーター自身がやりがいや生きがいを感じ、ピアサポーター自身のリカバリーへ向けた変化が見られていることも、ピアサポーターの「ナマの語り」としてまとめている（相川（2013,p90-202 を筆者要約））。このような相川のまとめから、ピアサポーターが、その特異なポジションゆえの課題を抱えながらも、やりがいを感じていることが理解できる。

また栗原（2019）は、精神障害をもつピアサポーターについての研究の文献を検討し、研究の同行をまとめて報告した。抽出されたピアサポーターの活動（看護教育参加）による影響や効果に焦点が当てられた論文からは、「ピアサポーターへの影響として、教育の場で学生と交流を、楽しい交流の機会、自己肯定感につながる機会、自己の成長過程を客観視し受容する機会として捉えると共に、学生の対象理解を促し医療者を育てる使命感を感じていた」（栗原 2019,32）ことが報告されている。また、抽出されたピアサポーター自身のリカバリーに焦点が当てられた論文からは、「ピアサポート活動は、固有の人生を取り戻す契機となり、リカバリーへ影響を与えていることが考えられる」（栗原 2019,34）ことも報告されている。このような栗原のまとめからもピアサポーターが、ピアサポート活動を通してポジティブな心の変化が得られることを理解することができる。

しかし、栗原が調査した 2018 年時点での、精神障害をもつピアサポーター自身に焦点を当てた研究の件数は 12 件（ピアサポーターの活動による影響や効果も含む）、そのうちピアサポーター自身の心の変化に焦点を当てた研究は、「ピアサポーターの看護教育参加と影響に関する研究 1 件」「ピアサポーター活動による自身のリカバリーへの影響に関する研究 5 件」の計 6 件のみである（栗原（2019,p31 表 1 を筆者要約））。この研究の動向について栗原は「2008 年度以降、各学会や専門雑誌では、ピアサポート活動に関する特集が組まれることが多かった。また、各自治体や関係箇所からの事業報告やピアサポーター養成プログラムに関するものも多く見られた。しかし、ピアサポーター自身に焦点を当てた研究件数は、本研究対象の 12 件や症例・事例報告となっており、決して多くはない」（栗原 2019,34）と研究の少なさを指摘している。

ピアサポート活動を通したピアサポーター自身の心の変化について焦点を当て、その実情を知ることは、これからのピアサポーター自身の活動の広がりや環境整備を行ううえでの重要な知見となりうる。また、先に述べたように現在ピアサポートの実践は、精神障害の枠にとどまらず、あらゆる領域に広がりを見せている。精神障害以外のピアサポーターにも着目することで、様々な分野に共通した部分や新たな視点が見つけられるかもしれないが、それらをまとめた論文は見当たらない。

そこで本研究では、対象を国内の医学分野におけるピアサポーターに広げ、ピアサポート活動を通したピアサポーター自身の心の変化について、その実情を文献調査から明らかにすることを目的とした。

2. 方法

国内の医学分野の論文情報を検索できる、医中誌 Web を用いて、2022 年 7 月 13 日に、「ピアサポーター」「ピアスタッフ」「当事者スタッフ」「メンバースタッフ」、をキーワードとして、原著論文、抄録ありで絞り込み検索をした。

次に、検出された論文から、タイトルと抄録を基に、メンタルヘルスの論文で、本研究の目的に即した「ピアサポート活動を通したピアサポーター自身の心の変化に関する研究」である論文を抽出した[2]。

次に、それらの本文を精読し、本研究の目的に該当する論文をさらに絞った。

3．結果

3.1 条件に該当した論文の抽出

絞り込み検索をした結果、70 編の論文（当事者スタッフ、メンバースタッフの検索数は 0 であった）が検索され、スクリーニングした結果、最終的に抽出された論文は、15 編であった（図 1）。

図 1 条件に該当した論文の抽出フロー

医中誌 Web 検索（「ピアサポーター」「ピアスタッフ」「当事者スタッフ」「メンバースタッフ」のキーワードで、「原著論文」「抄録あり」で検索）

↓

70 編（タイトルと抄録からスクリーニングした論文）

→ 除外 47 編
- ピアサポーターに焦点が当たっていない
  ※量的研究等で対象者がピア活動未経験者と混同した研究も除外した
- 当事者としての経験を持たないサポーター（思春期ピアサポーター等）
- ピアサポーターとしての意識を持たない活動（入院患者同士のピア活動等）
- ピアサポーターが行うサポートに焦点（サポートを受ける側に焦点）が当たっている
- ピアサポーターの養成や、相談会の立ち上げ、実践報告等
  ※但し、本研究の目的に関しての記載が見られた場合は除外せず
- 文献検討の論文

↓

23 編（本文から条件に該当するか判断をした論文）

→ 除外 8 編
- 抄録の記載がない
- 本研究の目的に即していない
- 結果に詳細な記載がない

↓

条件に該当した論文 15 編

3.2 条件に該当した論文の概要

条件に該当した論文について、表 1 にまとめた。

表 1 条件に該当した論文一覧（著者、論文題目、発行年）

著者	論文題目	発行年
福島裕子、野口恭子他	妊娠期からの多胎児妊婦ピアサポートの効果	2009
佐藤恵子	がんサロンにおけるボランティアのピアサポーターとしての体験のプロセス	2012
武政奈保子、村上満子他	ピアサポーターのスピリチュアルペインの自己治癒力 地域活動を行う当事者のピアサポート活動に関するインタビュー調査から	2014
菊地沙織、神田清子他	ピアサポート活動遂行によるがんピアサポーターの役割の認識に関する研究	2017

田中千絵、奥村太志他	統合失調症患者が行うピアサポートにおける他者との関りの体験	2017
吉田由美、安齋ひとみ他	医療機関を活動の場とするがんピアサポーターへ行われている支援と必要としている支援	2018
喜多村真紀、小畠秀吾	薬物依存症回復支援施設ダルクのピアスタッフ役割における一考察 役割継続における当事者性と援助者性の変遷	2018
西村聡彦、落合亮太他	精神保健福祉領域で働くピアスタッフのスーパービジョンの現状と課題	2019
糸井志津乃､安齋ひとみ他	病院で活動しているがんピアサポーターが大事にしていること	2020
大野裕美	がん相談支援における院内ピアサポート活動の実態調査	2020
松井芽衣子	精神障害者が地域生活支援事業においてピアサポートを行う体験	2021
長岡志織、氏原将奈	精神障害をもつ人が行うピアサポート活動前後の心理的変容	2021
魚岸実弦、奥原孝幸	精神科病院入院患者に対するピアサポートを行うことによるピアサポーター自身に与える影響に関する探索的検討	2021
米倉佑貴	慢性疾患患者を対象としたピアサポートの提供者の負担感、満足感、サポート技術を測定する尺度の信頼性・妥当性の検討	2021
奈良雅之、風間眞理他	がんピアサポーターのピアサポート経験とコミュニケーション・スキルに関する調査研究	2022

また、Garrard, J（2012）によるマトリックス法を参考に、条件に該当した論文の概要について、研究方法の分類別に表 2、3 にまとめた。

表 2　条件に該当した論文一覧（概要）　質的研究

著者（発行年）	目的	対象	研究方法	ピアの分類	結果（一部）
福島他（2009）	多胎妊婦とその家族を対象とし、妊娠期からのピアサポートを実践・評価し、その効果を明らかにする。	ピアサポートを希望し研究目的に同意が得られた多胎妊婦 5 名、および多胎児育児サークルに所属し多胎児の育児を行っている母親（ピアサポーター）5 名。	インタビュー調査	多胎妊婦	ピアサポーターとなった母親は、誰かの役に立っているという効力感をもち、今後も同様のサポーターをやっていきたいという意欲が持てていた。 サポートする妊婦の妊娠経過から自分自身の妊娠・出産体験を想起し、そこから自分の子どもたちへの愛情の深まりや、育児方法の見直しへとつながっていた。 ポジティブな体験ができた一方で、自分自身の経験しか持ち合わせていないため、自分とは異なる経験をする多胎妊婦の状況が理解できず、困惑する体験もしていた。
佐藤（2012）	がんサロンにボランティアとして参加しているがん患者・家族が、ピアサポーターとしてどのように変化していったか、その体験のプロセスを明らかにする。	1 年以上病院のがんサロンに参加したボランティアのピアサポーター7 名（全員女性）。	インタビュー調査	がん	サロンにおけるボランティア体験のプロセスは【自分のがん体験】、【自分への癒し】、【ピアサポーターとしての役割意識】で構成された。 ボランティアは【自分のがん体験】で、≪気持ちを話せる場の必要性を実感≫していた。 ボランティアは、サロンで≪自分の気持ちの安定≫≪他者の受容≫≪自己の存在意味の維持・強化≫という、気持ちの安定、自信につながる【自分への癒し】を得ていた。 ボランティアは、常に【ピアサポーターとしての役割意識】により、≪対応の困難感≫≪傾聴を意識≫≪対応への自信≫≪割り切る≫≪サロンは役割を果たしている≫≪進歩への模索≫という、サ

					ロンでの自分のあり方を模索していた。
武政他（2014）	地域で活動するピアサポーターを調査し、精神障害者のスピリチュアルペインがどのように変化してきたのかを明らかにする。	過去に精神科に入院、通院歴があり、今はピアサポーターとして活動している人8名（男性6名、女性2名）。	インタビュー調査（グループ）	精神障害	逐語録から111の意味ある文脈の抽出し、KJ法で24のカテゴリーを抽出した。このカテゴリーをレジリエンスプロセス（崩壊-回復-繁栄）の視点で分類し、7つの関連パラダイムを得た。 パラダイムは『病気による崩壊』『葛藤しながら回復する』『障害を受容する』『支援者との距離と期待』『障害を理解できる仲間の必要性』『役割感の再構築』『当事者が輝く時』であった。
菊地他（2017）	がんピアサポーター自身の活動や役割への認識を明らかにし、ピアサポーターが社会における存在意義を実感できるような医療専門職の支援の示唆を得る。	ピアサポーター養成講座を修了し、ピアサポーターとして医療機関に派遣された経験がある者15名（女性9名、男性6名）。	インタビュー調査（グループ）	がん	ピアサポート活動遂行によるピアサポーターの役割の認識について73コード、14サブカテゴリー、5カテゴリーが抽出された。 カテゴリーは【がんサバイバー・家族の気持ちに寄り添う支援活動】【ピアサポーターの活動遂行によって得たポジティブな感情】【ピアサポーターの役割の大きさと自己成長の自覚】【ピアサポート活動で生じた対処しきれない困難感】【今後のピアサポーターの役割拡大への期待】であった。
田中他（2017）	ピアサポートを行っている統合失調症患者が、どのように活動し、他者との関りを体験していたのかを明らかにする。	ピアサポートを行っている統合失調症患者6名（男性4名、女性2名）。	インタビュー調査	精神障害	統合失調症患者が行うピアサポートにおける他者との関わりの体験において150コード、41サブカテゴリー、12カテゴリーが抽出された。 カテゴリーは【とりあえず入会する】【仲間や職員から支援を受ける】【リカバリーストーリーにより他のピアサポーターに関心を持つ】【孤独感を軽減する】【病気に向き合う】【現実感を持つ】【お互いの状況や立場を理解する】【有意義な活動をする】【肯定感を高める】【社会の中での自分らしさを獲得する】【新しいピアサポーターを支援する】【今後のピアサポートへの期待を持つ】であった。
吉田他（2018）	医療機関を活動の場とするがんピアサポ―ターへの支援と必要としている支援について明らかにする。	がん患者会団体から紹介を受け、研究参加に同意した首都圏で活動しているがんピアサポーター10名（女性8名、男性2名）。	インタビュー調査	がん	ピアサポーターへ行われている支援として78コード、9サブカテゴリー、4カテゴリー（【がんピアサポーター同士での学び合いと支えあい】【利用者から得る学びと元気】【がんピアサポーターの自己研鑽】【病院と行政からの協力】）が抽出された。 ピアサポーターが必要としている支援として69コード、15サブカテゴリー、7カテゴリー（【がんピアサポーター同士の学びと支えの環境】【がんピアサポートに関する学習】【確かで最新の情報】【社会のがんに関する理解と協力】【活動や患者会団体に対する経済的支援】【がんピアサポートの活動のしくみの改善】【がんピアサポーター養成講座の質保証】）が抽出された。
喜多村他（2018）	薬物依存症回復支援施設ダルクのピアスタッフらが役割の獲得および継続に際し体験する葛藤および獲得する対処方略を明らかにし、「当事者性」と「援助者性」の変遷や統合過程について、社会的相互作用に焦点を当てて考察する。	関東地方にある薬物依存症回復支援施設ダルクにて3年以上働いている者8名（全員男性）。	インタビュー調査	精神障害	スタッフの変容は「第1期：役割獲得により自己効力感が向上する」「第2期：援助者性を獲得していく」「第3期：当事者性を再認識する」「第4期：当事者性と援助者性の統合が促進される」「第5期：ピアスタッフとしての社会再参入」の5つの期に区分が可能であった。
西村他（2019）	ピアスタッフが成長し、活躍していくために重要と考えられているスーパービジョンの現状と課題を検討する。	福祉事業所でピアスタッフへスーパービジョンを行っている者11名（男性9名、女性2名）と、ピアスタッフ以外の多職種でありながら、事業所においてピアスタッフの上司としてスー	インタビュー調査	精神障害	「対象者から見たピアスタッフ像」では3カテゴリー（【ピアスタッフには様々な有効性がある】【ピアスタッフは独自の役割を担っている】【ピアスタッフとしての資質】）と11サブカテゴリーが抽出された。 「ピアスタッフのスーパービジョンにおける課題」では2カテゴリー（【ピアスタッフの抱える課題】【職場の課題】）と7サブカテゴリーが抽出された。 「ピアスタッフのスーパービジョンの実際」では3カテゴリー（【ピアスタッフならではの視点を大事にしている】【独自の形を持っている】【独自の

		パービジョンを行っている者 8 名。			機能を持っている】）と 16 サブカテゴリーが抽出された。 「ピアスーパーバイザーによるスーパービジョンの有効性」では 2 カテゴリー（【ピアスタッフへの有効性】【職場への有効性】）と 7 サブカテゴリーが抽出された。
糸井他（2020）	病院で活動しているがんピアサポーターが大事にしていることを明らかにする。	がん患者会団体から紹介を受け、参加に同意した首都圏で活動しているがんピアサポーター 10 名（女性 8 名、男性 2 名）。	インタビュー調査	がん	ピアサポーターが大事にしていることとして 129 コード、11 サブカテゴリー、5 カテゴリー（【傾聴しありのままを受け止め、利用者が方向性を出せるようにする】【医療者とは違う立場をわきまえ、対応する】【心持ちを安定させ、生活とがんピアサポート活動とのバランスを考える】【知識や技術を担保し、自分を磨き続ける】【医療者、病院との信頼関係を築く】）が抽出された。
松井（2021）	精神障害者が地域生活支援事業においてピアサポートを行う体験のプロセスを明らかにすること。	精神疾患を有し、地域生活支援事業においてピアサポートを提供したことのある成人 9 名（女性 5 名、男性 4 名）。	インタビュー調査	精神障害	対象者の体験は、ピアサポーター役割を持つことを起点とし、当事者に励まされる、ピアサポートに携わる他者と安定した関係を築く、といった他者との関係性の変化を通して主体性が顕在化するプロセスであった。 対象者の体験に焦点を当て分析を行なった結果、13 サブカテゴリーと、5 カテゴリー（【役割を持つこと】【役割を果たすこと】【経験知の深化】【他者との関係性の変化】【主体性の顕在化】）が抽出された。
長岡他（2021）	精神障害をもつ人がピアサポート活動をする前後で生じた自身の心理的変容について明らかにすること。	関東地方の地域活動支援センターでピアサポート活動を行う精神障害当事者であるピアサポーター2 名（男性 1 名、女性 1 名）。	インタビュー調査	精神障害	分析の結果、142 コード、23 サブカテゴリー、7 カテゴリーが抽出された。 カテゴリーは【人との繋がりが乏しく、病気にとらわれていた】【病気に対する考え方や心境に前向きな変容がある】【役割を持つことや頼られることにより自己効力感が上がる】【対象者もピアサポーターも無理をせず自分自身を大切にする】【人との繋がりや心の居場所を感じる場がリカバリーに繋がる】【生活の中にピアサポートが溶け込む】【ピアサポート活動によって負担や困難感が生じる】であった。
魚岸他（2021）	精神障害をもつピアサポーターが精神科病院入院患者に対するピアサポートを行うことにより、ピアサポーター自身にどのような影響を与えるかについて、その内容を明らかにすること。	関東地方の精神科病院においてピアサポート経験のあるピアサポーター16 名（男性 13 名、女性 3 名）と、ピアサポーターと精神科病院へ同行した経験のある精神保健福祉領域の職員 4 名。	インタビュー調査（グループ）	精神障害	分析の結果、12 の重要カテゴリーと 5 のコアカテゴリーが抽出された。 コアカテゴリーは【入院患者にかかわることによる充実感や混乱】【自身の存在価値の実感】【ピアサポーターとしての責任や自覚の芽生え】【人間関係の広がりや身近な人の変化】【ピアサポートを意識した生活の変化】であった。

表 3　条件に該当した論文一覧（概要）　量的研究

著者（発行年）	目的	対象と方法	研究方法	ピアの分類	結果（一部）
大野（2020）	ピアサポートの運用のありかたを問うための手がかりとして、院内ピアサポート実態調査からがん相談支援におけるピアサポートの課題を明らかにする。	全国に先駆けて院内ピアサポートの展開を先駆的に実施している NPO 法人ミーネット所属ピアサポーター73 名のうち回答を得た 46 名（女性 35 名、男性 11 名）	質問紙調査	がん	ピアサポート活動の現況において、活動から得られたこととして（複数回答）「役立つ喜び（29 名）」が最も多く、活動で気を付けていることは（複数回答）「体調管理（32 名）」と「知識や技術の向上（30 名）」がほぼ同数で多かった。 ピアサポーターに求めるスキル（複数回答）として「コミュニケーションスキル（36 名）」が最も多く、活動報酬に関する要望（単一回答）では「有償（29 名）」が「無償（10 名）」よりも多かった。 今後のピアサポート活動について（自由記述をカテゴリ化）は「行政や医療機関の主導ではピアサポートは生まれない」「自分のがんの体験を活かせる場」「活動を通して自身が助けられている」「ピアサポーターにも心のケアが必要」「就労ピアサポーターの活動整備」が挙げられた。
米倉	慢性疾患患者のた	国内でピアサポ	質問紙	慢性	尺度の項目分析の結果、負担感尺度では、「ピア

（2021）	めのピアサポート活動において、ピアサポーターが持つ負担感、満足感およびサポート技術の現状を明らかにする尺度を作成し、信頼性、妥当性を検討すること。	ート活動を行う団体（乳がん・慢性疾患・難病）を通じ連絡がとれたピアサポーター140名のうち回答が得られ、分析対象となった64名（女性47名、男性17名）。	調査	疾患患者	サポート提供者としての責任が重い」に「そう思う」「どちらかと言えばそう思う」と回答した者が32名（50%）であった。満足感尺度では全10項目に対して回答した者の9割以上が満足感が強い（「そう思う」「まあそう思う」と回答）結果であった。技術尺度は全10項目で7割以上が技術が高い（「できると思う」「どちらかと言えばできると思う」と回答）結果であった。 各尺度の得点と基本属性、健康状態、ピアサポート活動特性との関連性の分析を行った結果、負担感は活動頻度と、満足感は報酬の有無や不安と、サポート技術は心身の健康度と有意な関連が見られた。
奈良他（2022）	がんピアサポーターのコミュニケーション・スキルの特徴を捉えると共に、その得点はピアサポート経験によって高まるのかどうか検討すること。	がん診療連携拠点病院等やNPO法人等でがんピアサポーターとして活動経験のある人380名のうち分析対象となった104名（女性78名、男性26名）。 対象者に調査票（対象者の属性、コミュニケーション・スキルに関する質問項目）を配布し、回答を得た。	質問紙調査	がん	相談場面におけるコミュニケーション・スキル3因子（「解読・表現力」「他者受容力」「自己統制力」）と年齢（低群・高群）との関係をMann-WhitneyのU検定を実施して検討した結果、年齢高群の方が低群よりも「解読・表現力」の得点が高かった。ピアサポート経験年数（3年未満・3年以上）との関係では、3年以上の群が3年未満の群よりも「解読・表現力」「自己統制力」の得点が高かった。相談件数（40件以下・45件以上）との関係では、45件以上の群の方が40件以下の群よりも3因子のいずれも得点が高かった。

研究方法の分類で見ると「質的研究」を主とした研究結果が 12 件、「量的研究」を主とした研究結果が 3 件であった。

ピアサポーターの分類で見ると「精神障害」が 7 件、「がん」が 6 件、「慢性疾患患者」が 1 件、「妊婦」が 1 件であった。

年代別で見ると、「2010 年以前」が 1 件、「2011 年～2015 年」が 2 件（年間当たり 0.4 編）、「2016～2020 年」が 7 件（年間当たり 1.4 編）、「2021 年以降」が 5 件（年間当たり 2.5 編）であった。

4. 考察

4.1 ピアサポーターの活動上の困り感について

条件に該当した論文の結果から、ピアサポーターが活動する中で、困り感を抱えることが本研究においても示唆された。

それは前述の相川（2013）のような「精神障害」の分野におけるピアサポーターに限ったことではなく、他分野のピアサポーターにも見られた。例えば福島他（2009）の報告の「多胎妊婦」、佐藤（2012）の報告や菊地他（2017）の報告の「がん」、米倉（2021）の報告の「慢性疾患患者」の分野にも見られた。また、この米倉（2021）の報告は「量的研究」であり、一般化可能性を考えるうえで重要である。

表 4　関連する報告の一部 1（表 2、3 の結果から）

福島他（2009）の報告	困惑する体験もしていた
佐藤（2012）の報告	対応の困難感
菊地他（2017）の報告	ピアサポート活動で生じた対処しきれない困難感
米倉（2021）の報告	負担感尺度では、「ピアサポート提供者としての責任が重い」に「そう思う」「どちらかと言えばそう思う」と回答した者が 50%であった

これらの困り感の原因としては、福島他（2009）の報告や、西村他（2019）の報告、糸井他（2020）の報告、そして前述の相川（2013）の「ポジションのあいまいさ」という表現が示すように、ピアサポーター自身の特異なポジションという立場が深く関係していると考える。

表 5　関連する報告の一部 2（表 2、3 の結果から）

福島他（2009）の報告	自分自身の経験しか持ち合わせていないため、自分とは異なる経験をする多胎妊婦の状況が理解できず
西村他（2019）の報告	ピアスタッフは独自の役割を担っている
糸井他（2020）の報告	医療者とは違う立場をわきまえ、対応する

4.2　ピアサポーターの活動上のポジティブな心の変化について

条件に該当した論文の結果から、多くの論文において、ピアサポーターが活動する中で、様々なポジティブな変化が見られた。

一つは、ピアサポートを行うことによる効力感の向上、満足感である。「質的研究」である福島他（2009）の報告や喜多村他（2018）の報告等の検証からだけでなく、「量的研究」である大野（2020）の報告や米倉（2021）の報告にも見られた。

表 6　関連する報告の一部 3（表 2、3 の結果から）

福島他（2009）の報告	誰かの役に立っているという効力感をもち
喜多村他（2018）の報告	役割獲得により自己効力感が向上する
大野（2020）の報告	ピアサポート活動の現況において、活動から得られたこととして「役立つ喜び」が最も多く
米倉（2021）の報告	満足感尺度では全 10 項目に対して回答した者の 9 割以上が満足感が強い（「そう思う」「まあそう思う」と回答）結果であった

もう一つは、活動を通したピアサポーター自身の成長である。菊地他（2017）の報告や奈良他（2022）の報告に見られた。

表 7　関連する報告の一部 4（表 2、3 の結果から）

菊地他（2017）の報告	ピアサポーターの役割の大きさと自己成長の自覚
奈良他（2022）の報告	相談場面におけるコミュニケーション・スキル 3 因子「解読・表現力」「他者受容力」「自己統制力」の得点は、ピアサポート経験年数や相談件数に影響を受ける

そしてさらにもう一つは、活動を通し、ピアサポーターが自身の新たな居場所や生きがいを見つけているという点である。それぞれの論文により表現の違いは見られるものの、武政他（2014）の報告、田中他（2017）の報告、喜多村他（2018）の報告、大野（2020）の報告、松井他（2021）の報告、長岡他（2021）の報告、魚岸他（2021）の報告に見られた。

表 8　関連する報告の一部 5（表 2、3 の結果から）

武政他（2014）の報告	当事者が輝く時
田中他（2017）の報告	社会の中での自分らしさを獲得する
喜多村他（2018）の報告	ピアスタッフとしての社会再参入
大野（2020）の報告	自分のがんの体験を活かせる場
松井他（2021）の報告	主体性の顕在化
長岡他（2021）の報告	生活の中にピアサポートが溶け込む

魚岸他（2021）の報告	自身の存在価値の実感

またこの心の変化というのは、ピアサポーター自身、個人の力の中だけで変化するものではないことも判明した。福島他（2009）の報告、田中他（2017）の報告、吉田他（2018）の報告、大野（2020）の報告、松井他（2021）の報告、長岡他（2021）の報告、魚岸他（2021）の報告等にあるように、サポートされる側から影響を受けていることが判明した。そして一方的ではなく相互的な関係、無機的な関係でなく有機的な関係の中での活動であることも判明した。

表 9　関連する報告の一部 6（表 2、3 の結果から）

福島他（2009）の報告	サポートする妊婦の妊娠経過から自分自身の妊娠・出産体験を想起し、そこから自分の子どもたちへの愛情の深まりや、育児方法の見直しへとつながっていた
田中他（2017）の報告	リカバリーストーリーにより他のピアサポーターに関心を持つ
吉田他（2018）の報告	利用者から得る学びと元気
大野（2020）の報告	活動を通して自身が助けられている
松井他（2021）の報告	他者との関係性の変化
長岡他（2021）の報告	人との繋がりや心の居場所を感じる場がリカバリーに繋がる
魚岸他（2021）の報告	人間関係の広がりや身近な人の変化

その他にも、吉田他（2018）の報告や糸井他（2020）の報告にもあるような「自己研鑽」という表現、喜多村他（2018）の報告や糸井他（2020）の報告、魚岸他（2021）の報告にもあるように、バランスをとる、責任感や自覚の芽生え等、心の揺れ動きが見られることにも着目したい。

表 10　関連する報告の一部 7（表 2、3 の結果から）

吉田他（2018）の報告	がんピアサポーターの自己研鑽
喜多村他（2018）の報告	当事者性と援助者性の統合が促進される
糸井他（2020）の報告	知識や技術を担保し、自分を磨き続ける 心持ちを安定させ、生活とがんピアサポート活動とのバランスを考える
魚岸他（2021）の報告	ピアサポーターとしての責任や自覚の芽生え

4.3　支援体制について

ここまで、条件に該当した論文の結果から、困り感やポジティブな心の変化というピアサポーター個人に焦点を当ててきたが、ピアサポーターの「制度」という点についての報告も見られた。吉田他（2018）の報告、大野（2020）の報告、米倉（2021）の報告等に見られた。ピアサポートの体制が未だ不十分なものであると考える。

表 11　関連する報告の一部 8（表 2、3 の結果から）

吉田他（2018）の報告	ピアサポーターが必要としている支援として 69 コード、15 サブカテゴリー、7 カテゴリーが抽出された
大野（2020）の報告	活動報酬に関する要望では「有償」が「無償」よりも多かった ピアサポーターにも心のケアが必要 就労ピアサポーターの活動整備

米倉（2021）の報告	満足感は報酬の有無や不安と有意な関連が見られた

しかし、菊地他（2017）の報告、田中他（2017）の報告には「期待」という表現も見られており、西村他（2019）の報告にもあるような「ピアスーパーバイザー」の存在はピアサポーターの更なる発展を期待させるものである。

表 12　関連する報告の一部 9（表 2、3 の結果から）

菊地他（2017）の報告	今後のピアサポーターの役割拡大への期待
田中他（2017）の報告	今後のピアサポートへの期待を持つ
西村他（2019）の報告	ピアスーパーバイザーによるスーパービジョンの有効性

4.4　今後の課題

今回、「ピアサポーター」「ピアスタッフ」をキーワードとして、精神障害という枠にとらわれず検索したが、検索された論文数が 70 編と、100 編に至らず、また条件に該当した論文も 15 編と決して多いとはいえない現状であった。しかし年代別で見ると「2010 年以前」には 1 件であったものが、「2011 年～2015 年」が 2 件（年間当たり 0.4 編）、「2016～2020 年」が 7 件（年間当たり 1.4 編）、「2021 年以降」が 5 件（年間当たり 2.5 編）と年間当たりの論文数が増加してきている様子も見られ、今後更に数が伸びる期待もできる結果であった。

今回得られた条件に該当した論文からは、ピアサポーター自身に他者との相互的な関係性の中で、困り感を抱えつつも、ポジティブな心の変化が見られることが判明し、重要な知見を得ることができた。栗原（2019）は、ピアサポーターの可能性について「彼らのもつ力は大きい。精神疾患の経験を専門性にまで高めたピアサポーターであれば、支援者が考える支援と当事者が求める支援の差に気づき、サービスをより当事者中心にしていく力をもっている。彼らは連携・協働していくべき仲間である。連携・協働するためには、専門職者はもっとピアサポーター自身のことについて知っていく必要があるだろう」（栗原 2019,34）と言及しており、大野（2020）の報告「行政や医療機関の主導ではピアサポートは生まれない」にも同じような表現が見られた。

ピアサポートについて一番よく理解しているのはピアサポーター自身であると考える。ピアサポーター自身の活動の広がりや環境整備を行ううえでも、今後もさらなる知見の積み重ねが必要である。

本稿の限界として、「医中誌 Web」の検索で、国内の医学分野に絞り検索を行ったが（今回は思春期ピアサポーターについても対象から外した）、前述した通りピアサポートの実践は、教育現場、若者支援、医療、保健、福祉、地域生活支援等あらゆる領域に広がりをみせている。また相川（2013）は、「自らの人生の経験を生かし、リカバリーの途上にある人々に対してフォーマルなピアサポートを提供するための新たな資格」（相川 2013,47）である認定ピアスペシャリストが、全米各州で制度化されていることを述べている（相川（2013,p47-53 を筆者要約））。ピアサポーターの活発な動きについて、医学分野や国内だけでなく、より多角的な視点でのピアサポーターの実態についての検討も必要だろう。

5. まとめ

今回、最終的に抽出された条件に該当した論文は 15 編と少ない現状であった。該当した論文からは、ピアサポーターが他者との相互的な関係性の中で、困り感を抱えつつも、ポジティブな心の変化が見られることが示唆された。今後ともピアサポート活動の広がりや環境整備のために、ピアサポーター自身に焦点を当てた研究について、

知見を積み重ねていく必要がある。

注

［1］リカバリーについて Anthony（1993）は、「リカバリーとは、自身の態度、価値観、感情、目標、技能、および役割を変える、極めて個人的で独特な過程であるとされている。それは、病気による制限があっても、満足のいく、希望に満ちた、そして貢献する人生を送る方法である。リカバリーには、精神疾患の壊滅的な影響を乗り超え成長するにつれて、自身の人生に新たな意味と目的を見出すことが必要である」（Anthony（1993,p15 を筆者翻訳））と定義している。

［2］本研究では、ピアサポーター自身が疾患や障害を含めた過去に悩みや困りを経験した「当事者」という視点を重視し、「思春期ピアサポーター」については除外した。また、相川（2013,2019）はピアサポートには、①インフォーマルなピアサポート（自然発生的な仲間同士の支え合い）②フォーマルなピアサポート（意図的に同様の経験のある人々同士の出会い、支え合う場）③仕事としてのピアサポート（仕事として金銭的報酬を得て実践するピアサポート）の 3 つの形があることを説明しており（相川（2013,p3-4 と 2019,p5-7 を筆者要約））、本研究におけるピアサポーターの定義については、相川（2013）の定義を参考にしつつ、「仕事として報酬を得ている」という点については論文に有償無償の記載がなく、有償か無償かの確認ができないため、調査対象外とした。今回は②と③のフォーマルなピアサポート活動をするピアサポーターを対象とした。

参考文献

文部科学省.学校基本調査. http://www.mext.go.jp/b_menu/toukei/chousa01/kihon/1267995.htm（閲覧日:2022 年 6 月 17 日）

一般社団法人国立大学保健管理施設協議会.学生の健康白書 2015. https://www. htc. nagoya-u.ac.jp/wp-content/uploads/2019/09/hakusho2015.pdf（閲覧日:2022 年 6 月 17 日）

西谷崇、山本朗他（2012）.「ひきこもり大学生が授業参加・就職活動へとステップを踏み出すための居場所の役割についての考察-学生へのインタビュー調査からの検討-」.『全国大学メンタルヘルス研究会報告書』34.74-81.

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』.東京：中央法規出版.

相川章子（2019）.「ピアスタッフとは」.『加藤伸輔・ほか編　ピアスタッフとして働くヒント-精神障がいのある人が輝いて働くことを応援する本-　大島巌監修』.東京：星和書店.

栗原はるか（2019）.「精神障害をもつピアサポーターについての研究動向と課題（文献検討）」.『聖泉看護学研究』8.29-35.

医中誌 Web. https://login.jamas.or.jp/（検索日:2022 年 7 月 13 日）
※医中誌 Web とは、NPO 医学中央雑誌刊行会が作成・運営する、医学・歯学・薬学・看護学および関連分野の論文情報を検索できるサービスである。

Garrard, J（2012）.『看護研究のための文献レビュー マトリックス方式（安部陽子訳）』.東京：医学書院.

Anthony W.A.（1993）.「Recovery from mental illness : The guiding vision of the mental health service system in the 1990s.」.『Psychosocial Rehabilitation Journal』16（4）.11-23.

調査対象文献

福島裕子、野口恭子他（2009）.「妊娠期からの多胎児妊婦ピアサポートの効果」.『岩手県立大学看護学部紀要』11. 43-58.

佐藤恵子（2012）.「がんサロンにおけるボランティアのピアサポーターとしての体験のプロセス」.『日本がん看護学会誌』26（3）. 81-90.

武政奈保子、村上満子他（2014）.「ピアサポーターのスピリチュアルペインの自己治癒力 地域活動を行う当事者のピアサポート活動に関するインタビュー調査から」.『日本精神科看護学術集会誌』57（3）. 423-427.

菊地沙織、神田清子他（2017）.「ピアサポート活動遂行によるがんピアサポーターの役割の認識に関する研究」.『群馬保健学研究』37. 31-39.

田中千絵、奥村太志他（2017）.「統合失調症患者が行うピアサポートにおける他者との関りの体験」.『日本ヒューマンヘルスケア学会誌』2（1）. 93-103.

吉田由美、安齋ひとみ他（2018）.「医療機関を活動の場とするがんピアサポーターへ行われている支援と必要としている支援」.『日本公衆衛生雑誌』65（6）277-287.

喜多村真紀、小畠秀吾（2018）.「薬物依存症回復支援施設ダルクのピアスタッフ役割における一考察 役割継続における当事者性と援助者性の変遷」.『日本アルコール・薬物医学会雑誌』53（3）. 123-135.

西村聡彦、落合亮太他（2019）.「精神保健福祉領域で働くピアスタッフのスーパービジョンの現状と課題」.『社会福祉学』60（2）. 37-52.

糸井志津乃、安齋ひとみ他（2020）.「病院で活動しているがんピアサポーターが大事にしていること」.『日本公衆衛生雑誌』67（7）. 442-451.

大野裕美（2020）.「がん相談支援における院内ピアサポート活動の実態調査」.『臨床死生学』25（1）.52-61.

松井芽衣子（2021）.「精神障害者が地域生活支援事業においてピアサポートを行う体験」.『日本社会精神医学会雑誌』30（2）. 129-140.

長岡志織、氏原将奈（2021）.「精神障害をもつ人が行うピアサポート活動前後の心理的変容」.『医学と生物学』161（4）. 1-9.

魚岸実弦、奥原孝幸（2021）.「精神科病院入院患者に対するピアサポートを行うことによるピアサポーター自身に与える影響に関する探索的検討」.『病院・地域精神医学』64（1）. 24-33.

米倉佑貴（2021）.「慢性疾患患者を対象としたピアサポートの提供者の負担感、満足感、サポート技術を測定する尺度の信頼性・妥当性の検討」.『日本看護科学会誌』41. 556-566.

奈良雅之、風間眞理他（2022）.「がんピアサポーターのピアサポート経験とコミュニケーション・スキルに関する調査研究」.『目白大学健康科学研究』15. 51-59.