

【作成】

文部科学省 課題解決型高度医療人材養成プログラム
東京大学「職域・地域架橋型 — 価値に基づく支援者育成」

【サポート】

公益財団法人 稲盛財団 2021年度 稲盛研究助成

東京大学 大学院医学系研究科医学部医学のダイバーシティ教育研究センター

文部科学省科学研究費補助金・学術変革領域研究

「当事者化」人間行動科学

相互作用する個体脳と世界の法則性／物語性の理解

東京大学医学部附属病院精神神経科

Peer Support Worker

ピアサポート
ワーカーの
現在地



ちょっと
のぞいてみたい

東大病院ピアサポートワーカー研修プログラム

目次

P. 2

はじめに

P. 3

特集1

現場の実際

P. 7

特集2

東大病院の育成の
取り組み

P. 13

育成プログラム
について

P. 15

修了生の声

P. 17

アドバイザーからの
メッセージ

はじめに

本冊子を手にとっていただいた皆様へ

東大病院精神神経科では、2017年にピアサポートワーカーの方を共に働く同僚として迎え入れ、現在は、病棟・デイケア・教育部門で4名の方と一緒に働いています。本冊子では、当科におけるピアサポートワーカーの働きと、ピアサポートワーカー研修プログラム（TICPOC Dコース）について紹介しています。

* TICPOC <https://co-production-training.net/>

本冊子は、医療・福祉・行政・教育分野などで、ピアサポートワーカーとして働きたい人、現在働いている人、ピアサポートワーカーと一緒に働きたい人・一緒に働いている人など、本領域にご関心のある方々に向けて、作りました。

当科におけるピアサポートワーカーの現時点での仕事・課題の一側面を紹介する中で、ご自身の組織での実践の振り返りや対話のきっかけとなることができたら幸いです。

ピアサポートワーカーを自組織に迎え入れることを検討している方には、はじめの一步を踏み出すきっかけになることができたらと思います。

本冊子における「ピアサポートワーカー」とは・・・

本冊子では、「ピアサポートワーカー」を、
「自らの精神障がいや精神疾患による困難を有した経験や、
精神保健サービスを利用した経験や、
それらに基づく視点を活かし、
利用者のリカバリーに寄与する働きを目的とし
所属機関と雇用契約を結んで働く職員」と
定義しています。



特集1 現場の実際

ピアサポート ワーカー 座談会

当科ピアサポートワーカーによる座談会です。

東大病院精神神経科で迎えた2名のピアサポートワーカー、
ヨッシーさんといしやんさんに、
実際に働いてみての感想や思うことについて語っていただきました。
よかったことや課題などざっくばらんに語っていただいております。



ピアサポートワーク、いま手探りしながらつくり上げている。

普段どんなことをなさっているかというのを、
改めて教えていただいてもよろしいですか。

ヨッシー:作業療法室で患者さんと一緒にお話させていただいたり、月曜日に精神科病棟で開催されている患者さんたちとの交流を持ちたり、新しく入院されてきた方に、今後の相談に繋がりにくいようにごあいさつに行ったり、ということをさせていただいています。ちょっとずつ何ができるか、どこまでできるか、ということを手探りで創り上げています。患者さんたちと信頼関係を築くことができたかなと思って働いております。

そうすると、何か「これをやってください」と
言われているというよりは、
ご自身で模索なさっているという感じなんですね。

ヨッシー:そうですね。まだ本当に全然構造化されていないと思うので、今は手探りでつくり上げていっている段階かなという気はしております。

いしやん:僕はデイホスピタル(以下DH)という大規模デイケアにいるんですけども、日々プログラムがあるので、それにメンバーさんと一緒に参加して、他のスタッフさんのような教育的立場を少し離れた、よりメンバーさんに近い横並びの関係・立場でプログラムに参加しています。それが基本です。それと経験の共有といった意味で、例えば、「リカバリーストーリーを話してください」という要望に

応じて話したりもします。

ピアサポートワークを始めてから3~4カ月ぐらいた後に「いしやんの部屋」というメンバーさんが気軽に話せる会を始めています。雑談という構造が、一番対等性や双方向性が生まれやすい環境だと思うので、そういうことを意識して、雑談からリカバリーにつながればいいなと思って行っています。

入職から3~4カ月での組織への提案というのは、
ちょっと早い気もしなくもないのですが、
そこは勇気がいりましたよね。

いしやん:やはり勇気はありました。ただ3~4カ月ぐら
いすると、ちょうど組織に対して、不満はないんですけ

れども、もっとこうしたらいいんじゃないかと思うことも出てきました。何かをしたら褒められるというような条件付きの承認ではなく、メンバーさんのありのままの姿を認めたいなというような思いもあって、他のスタッフに提案したら「ぜひ今すぐ始めよう」と言ってくれたので、始めることにしました。



患者さんが笑顔で生き生きと話しているのを見ると、 やってよかったと思う。

ピアサポートワークをやっている良かったと
思うことはありますか。

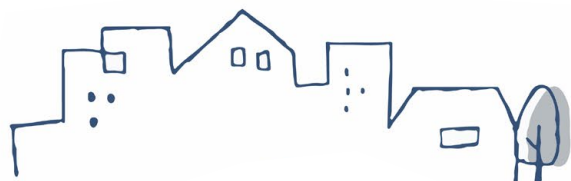
ヨッシー:患者さんやメンバーさんの心に触れられるというか、何かつながれるというのが、すごくいいなというふうに思っています。例えば、具合が悪くて自分の世界にこもりがちで表情がすごく暗かった方が、一緒に作業したりとか、ちょっとお話しする時に、自分から声を掛けてくださったり、お話してくださったり、にこって笑ってくださったりするなど、本当ちょっとした変化かもしれないんですが、そういった心を開いてくださったんだ、信頼してくださったんだというようなポジティブな変化が分かった瞬間が、すごくうれしいです。やはり、お一人、お一人の笑顔を見たくてやっているとこもあるかなと思います。

いしやん:これは改めて考えると、難しい質問だなと思います。医療専門職には、どうしても患者さんの病的な部分や、できないところに目が行きがちという傾向はあるなと思いました。僕は何気ない会話の中で、その人の人間性、好きなこと、嫌いなこと、得意なこと、今はできなく

なってしまうけれども昔得意であったことなど、そういうことをメンバーさんがすごく生き生きとしゃべっている時に「ああ、この仕事やっていて良かったな」と思います。

なるほど。
医療専門職の人だと、病的な部分に目が行きがちだし、メンバーさんも、スタッフの前では自分のつらいこととか、困っていることを話そうとなりがちだけれども、そうではない部分、得意な部分を、特に生き生きしながら話されている人を見ると、「やっていて良かったな」と思うのですね。

いしやん:そうですね。特に「いしやんの部屋」だと、始めて2カ月半ぐらいた辺りから、そういうことが一気に増えてきて、「話してくれ」と言ってるわけではないんですけども、自分の好きなことを「いしやんさん聞いてほしい」ということが、すごく増えてきて、いいなと思いました。



自分の意見が本当にそれでいいのか、 考え方が違う方もいて、判断が難しいこともある。

課題に感じることはありますか。

ヨッシー: 課題というか、自分がしたいこと、やってみたいことが、本当に患者さんのためになるのか、現実的にどこまでそれが実現できるのかという判断が難しいなと思います。私の善意の押し付けになっていないかというジャッジがやはり難しいです。

そのような課題について、普段、病棟の先生など 臨床現場の人と話せたりしますか？

ヨッシー: そうですね。お話させていただいて、「こうしたほうがいいんじゃない」とか、「やっぱり、それは難しい」など、お医者さんのまた違う視点をいただいたりしています。考え方が違う方もたくさんいらっしゃるの、そういうところで、バランスを取っていくというのは、大変ですね。

いしやん: 迷いとも近いんですけども、ここのピアサポートワーカーになるうと決意した時から、自分は別に当事者の代表というわけではないと思っています。だから自分は、ほんのいち当事者に過ぎなくて。でも、当事

者の意見をすくい上げていかなくてはとも思っています。自分個人の意見が、あたかも当事者全体の意見かのように発言していないかなと思う時があります。メンバーさんの意見や悩みや喜びをすくい上げて、それを代弁できているだろうかと思えます。

例えば、どんなことがありましたか。

いしやん: 例えば、専門職の方がメンバーさんに対して教育的立場を取った時に、自分はしっくりこなくて。それでいいのだろうか、と思うことがありました。でもこれは自分だけが感じている違和感なのか、それともこのしっくりこない違和感というのはメンバーさんみんなが感じている違和感なのか分からない時があって。そういうときに難しさを感じます。

TICPOCDコースで役に立っていることとか ありますか。

ヨッシー: 他のピアサポートワーカーの方もそうかもしれないのですが、うっかりすると専門職の考え方に流されそうになることがあるんですね。そんな時にDコースで学んでいると、「やっぱりピアサポートワーカーの視点はこうだった」ということを、思い出させてもらえると感じています。

いしやん: 一番はやっぱり仲間の存在かなと思います。例えばバウンダリーをテーマにしたDコース講座では、「こういうことについて現場で悩むんだよね」とか、リカバリーランゲージをテーマにした講座では、「現場では、こういうことに違和感を覚えるんだよね」という悩みについて、(個人情報伏せの上で)ディスカッションでき、そこに同じ学ぶ仲間がいて、1~2週間に1回会える仲間がいることは、すごく力強いです。



ピアサポートワークをやることの モチベーションは何ですか。

ヨッシー: そうですね。ちょっといしやんさんと考え方がかぶるところはあるかなと思うんですけども、やはり、どんな人でも絶対的に価値があるということは、常々思っておりまして、少しでも「自分は価値がある人間なんだ」と、多くの人に思ってもらいたいという思いでやっています。そこが一番のモチベーションかなと思います。

いしやん: 1人でも多くの方に自分らしく生きてほしいなと思っています。生きづらさを抱えているからといって、「服薬で症状緩和しましょう」とか、「ソーシャルスキルトレーニングでコミュニケーションスキルを身に付けて少し

でも生きやすくしましょう」というような方向性だけではなく、自分らしさを引き出すというような関わりがピアサポートワークの醍醐味かなと思っています。これは、デイケア利用終了時の就職率や就学率のように数字でわかるものではないと思います。

メンバーさんと関わっていて、いいところがない人なんて本当にいない。メンバーさんは、人生を大きく左右するような局面と闘っている、それだけで僕は尊敬に値すると思っている。自分もそれだけつらかったので、みんなのことを本当にすごいなと思っているし、少しでも力になりたいなと思っている。何かの技能があるからすごいというわけではなく、その病気と共に、それを抱えながら生きていること、それ自体がすごいことだと思うし、何か微力でも力になれたらうれしいです。

東大病院ならではの課題。

東大病院の特殊性について、

例えば、東大で働きづらいことや、
変えなくてはいけないところを教えていただけますか。

ヨッシー: やっぱり、東大の精神科は、先生方の入れ替わりもありますし、患者さんたちの入院日数が、長くて1か月半くらいというところなので、その短い期間の中で、どこまで信頼関係を築けるのか、何ができるのかということが本当に難しいなと思います。また、(後期研修医などの)先生方が、毎年替わられるので、1年間掛けてピアスタッフとしてできていた仕事が、次の新年度になったら、またゼロから始めなくてはならないということもあり、そのあたりが大変だなと思います。

先生方に、「この患者さんと面談してください」というふうにお声掛けいただいたりして、ちょっとずつピアサポートワーカーとして浸透してきたかなと思ったら、新年度にそれらの先生方がいらっしゃらなくなり、「ピアサポートワーカーとは何者?」というところから始まってしまったということもあってりました。



それは大きな課題ですね。

文化や風土が、せっかく浸透してきたのに、
年度が変わるタイミングで
スタッフがガラッと入れ替わることで、
振り出しに戻ってしまうということですね。

ヨッシー: 築き上げてきたものが、1年でなくなってしまうという感じがあると、すごく思いました。

いしやん: ここは、専門職のアイデンティティをもって誇りを持って仕事されているなどは思います。伝統を大事にしているなと思います。

ピアは、ある種、専門職の方から言うと、既存の価値観を脅かす存在なのかなと思います。すぐに人の態度や組織を変えることは難しいけれども、一人一人のスタッフと対話していくことが大事だと思っています。

—何らかの変革が必要であると感じていても、一方で、急激な変化は避けたいという考えもあるかもしれないですね。劇的な変化によって問題が生じるのではないかと、という怖さを抱いてしまうのでしょうか。既存の文化を大事にしている組織ほど、それらを守りたいと思っている人が潜在的に多いかもしれませんね。

育成の取り組み についての 座談会

シニアピアサポートワーカーによる育成についての座談会です。

TICPOCのピアサポートワーカー研修プログラムを構築している

シニアピアサポートワーカー3名に、

育成について感じていることや、プログラムの良いところ、

課題などについて語っていただきました。

そして、ピアサポートワーカーがこれからどのように活躍していくのか、

それぞれのお考えをお聞きました。

川村有紀



佐々木理恵



西村聡彦



2つのアイデンティティをもつことについて

まずは、冊子を読んでいただいて、率直な感想を頂くことは可能ですか。

川村: 修了生の感想のところで、精神保健福祉士であって、ピアサポートワーカーを志している方の記載があったと思うんですけども、精神保健福祉士でピアスタッフ、ピアサポートワーカーになりたいという人や、ピアサポートワーカーになるために精神保健福祉士の資格を取らなきゃいけないと思う人がいたりするなど他の専門職との資格やアイデンティティの行き来がある人は、今でも多いと思いますし、これからはますます増えていくと思うんです。ですので、修了生の声の1つとして、もう一つの専門性を持ちつつ、ピアサポートワーカーをやるとい、そういう学びをするという方の感想があったのは良かったと思いました。

西村: サポートアイデンティティの話は、よく話題にのぼりますよね。ただ、私はソーシャルワーカーも含め、医

療・福祉の専門家たちとピアサポートワーカーは、区別すべきかなとは思っているんです。それぞれ立場や方向性が違うと思うので、そこは分けていかないといけないかなと思っています。協働とよく言いますが、協働とは、それぞれの立場の専門職が、それぞれの立場を深めていくことで成り立つと思うので、ピアサポートワーカーも自身のことを深めていく作業は大事なのかなとは思っています。

佐々木: 当事者の方が経験を活かして対人支援職に就きたいと思った際に、私たちがいま構築しているTICPOCのピアサポートワーカー研修のような、ある程度体系的に整理された形で学べる研修がもっと沢山あるとしたら、そちらに手を伸ばそうとされる方は多いのではないのでしょうか。しかしピアサポートワークについて体系的に整理された研修が大変少ないため、現状においては精神保健福祉士の養成課程などで学ばれる当事者

の方が増えてますよね。結果として専門性が入り乱れ、アイデンティティの葛藤を抱える方が少なからず出てきているように感じます。

川村: 本当にそうですね。でも、現状、ここ以外にピアサポートとカリカバリーに関して、体系的に学べる所ってそんなにないというか。

佐々木: 西村さんが言われたように、そこでアイデンティティの迷いやすり替えなどが十分に起こり得る感じがしますね。ピアサポートの価値に軸足を置きたいと思って学び始めたのに、いつの間にか既存の支援者の価値をインストールしていたり、その結果、当事者の価値から離れる余地が生まれることに繋がるのだとしたら、私は少しドキッとしますね。

自分で迷い・考え・踏ん張る力を付けていく

ありがとうございます。そうすると、続きになりますが、TICPOCピアサポートワーカー研修プログラムで大事にしていること、もしくは大事にしたいことについて、いかがですか。

佐々木: この研修では“これが正解ですよ”ということ学ぶのでは無く、研修を修了された後を見据えて、今後もしピアサポートワーカーとして一人職場に、配属されたとしても、自分で迷ったり考えたりできる力を付ける、ということ大事にしながらその場に集う皆で学び合う場を作り上げているように思います。ですので修了生の方が、参加してみても声として迷ったり考えたりする力が手元に残っているように書いて下さったことは、約1年間、この研修を一緒にさせて頂く中で何らかの伝わりがあったかなと思うと嬉しいのと、ありがたい気持ちで読みました。

実際にピアサポートワーカーとして働いてみると、想像していた以上に沢山の悩みや考え込む出来事などに遭遇すると思います。そして悩んだ末に、ひとりで抱え込んでしまったり、結果として望まない形で辞めていくことがあるとしたらとても残念に思うのと、ピアサポートワーカーとしてそんな時こそ踏ん張りどころである気がします。ですので、そういったことを見据えて自分で迷ったり考えたり、踏ん張る力を、みんなで1年間学んでいるよう

川村: ですね。

西村: ソーシャルワーク関連とピアサポートワーク関連と、2つの資格を持っていても、2つを区別して関わられたらいいと思うんだけど、そこが混ざりあってしまうのは怖い感じがします。

佐々木: ソーシャルワークとピアサポートワークは違うものなので、その交わりはあってもいいと思うのですが、西村さんの仰るのはアイデンティティの混ざりについてでしょうか。私たちがいま構築しているTICPOCのピアサポートワーカー研修プログラムでは、各種専門職の人とも、共に交わりあって学びあうということをしていて、そこにもとても意味があると感じているとともに、そういった点でも特徴ある研修プログラムになりつつあると改めて感じました。

に思います。みんなで「わからないよね」って言いながらも、わからない中に居続ける力や時に揺らぐ力を育みたい、そんな感じでしょうか。

西村: 一方向に何かを教わるのではなくて、研修での体験を自分の体験に落とし込んで頭で考えるというこのプログラムの方針みたいなものは、研修生の方にも伝わっていると感じます。修了生の方の感想などを読んで感じたところですけども、そこは私たちの意図するところがうまくいっているところかなとは、思いました。この研修プログラムは、佐々木さんのおっしゃったとおり、正しいことを教える所ではなくて、みんなで考えていく所、ピアサポートの場でもあると思うんです。ピアサポートワーカーとしては、ピアサポートの場をつくっていくことも大事になるかなと思います。この研修プログラムで、ピアサポートの場づくりみたいなものを体験していただくのも大事なかなと思っています。

あと、佐々木さんのお話を受け継いで言うと、働く上で大事なものは職業人としてのスピリッツだと思うんです。どんな職業でも、職種特有のスピリッツがあるはずで、壁にぶつかった時にはそれが支えになると思います。なので、ピアサポートワーカーとしてのスピリッツと一緒に考えていけたらいいなと思います。働きはじめたときや、困っ

た時に「ああ、このことだったんだ」って思い起こされたら素敵だなんて思います。

川村: 格好いいですね。スピリッツって、そういうのをいうのかって思いました。今の西村さんの話を聞いて、おふたりから今、話があった、考えていく力は現場に出るから特に必要となってくると思うのですが、考えていく力を付けましょうみたいな感じで、上から言われてもしっかりこなさがると思うんですが、みんな考えているから私

背景や哲学が違う職種と共に学びあう

川村: それに通じるかと思うのですが、一つの研修を、研修の場をつくるという意味で、“協働”っていまみんな所で聞かれているけれども、そうは言っても結構上から下にいっているよね、みたいな所を感じなくもないと言いますか。部下が上司に協働しましょうという場面は、なかなか無い気がして。でも、上司から部下に協働しましょうというのは、ありそうかななんて思ったりして。

そんな風に、上司から部下に「協働しましょう」と言っているところは“（うちは）協働しています”みたいな風と言っているところが最近多いかなという印象があります。けれども、講座をやっている時とかは、講師というか講座の進行役みたいな人がいて、そして研修生がいて。そしてさっき言った、その場のみんなが考えているという所からすると、みんなで考えてひとつの講座を作っているという印象をうけることが多いですかね。

多分、それが出来るのって、TICPOCのピアサポートワーカー研修プログラムでの講座には色々な立場の人が参加していて、たまに医師が参加したりとか、精神保健福祉士さんや心理士さん、看護師さんとかが居て、そこにピアが居るという。ピアだけで学ばないというのが、私は結構大事かなって。

佐々木: もしかすると、ピアだけの学びの場であったとしたら“私たちが大事にしたいのはこういう事だよ”という、何か目指すひとつの方向性みたいなものが出来て

も考えるみたいな感じで、答えを口を開けて待っているだけじゃないのが、研修生だけではなくて、その場のみんながそうである所が凄くいいなと思って。みんなで、私はいまこう考えてみたけれどもとか、ああ考えたんだけども、みたいなことを出し合え、そこからさらに、自分の中に落とし込めていったりとか、違う考えを見つけていけたりとかするのが、研修生だけじゃないというところがすごくいいなと思っています。

しまったり、“これだ、これだ”みたいになってしまいそうですけれども、自分たちピア性を有する人たちの視点だけが正解とか良い、という訳でもなさそうだと、ということが見えるのも結構大事な気がしています。つまり、他の職種の価値観も知るのもとても大事な事だなと。

西村: みんなで考えていける場という話がありましたけれども、この研修の場は安心できる場でもあるのかなというふうに思いながら、いつも参加しています。安心・安全な場ができていて、そこが特徴かとは思いますが。

川村: 安心して参加できるというのは、私も常々感じていて、安心してチャレンジできたりとか、安心して階段を駆け上がれたりとか、安心して分からない所に留まられたりとか、そういう前向きな安心感がある気がするなと思って。

あとは実際に自分が仕事をしていく中で、心理職の人とあまり話す機会がなかったり、価値観に触れる機会がなかったりするので、心理職の人が大事にしていることとか、そういうのを聞くと、結構、ピアサポートワーカーと、もしかしたら、相反するところもあるかもしれないけれども、新鮮といえますか。それを知れて、聞けて良かったと思うことが多々あります。

佐々木: この研修に関わるようになってからピアサポートワーカーの側が、専門職のこと知っていくことも大事な事だなと思うようにもなりました。ピア以外の、他の職種の人達が、ピアサポートワーカーにとって脅威的な存在や敵ではないという事を育成の段階で感じる事ができた

ら良いな思っています。つまり、精神保健領域を変えていく仲間という意味で、時に違和感を共有し、一緒に手を組み協働する人として見る事ができたらいいなとか、そんな視点をもって育成から現場に移行していけるような場ができていいたらいいのかなと感じています。

川村: 私は過去の自分の仕事を振り返っても、いま自分の仕事を見ていても、私ひとりではどうにかするとか、ピアサポートワーカーひとりでどうにかしていることって、そういえば一回も、なんにも無かったかも知れないと思って。

大抵、支援チームがあって、一緒に良い方向にいくためにお互いにどんなことが出来るだろうか？ というのを考えていくことがやっぱり大事だと思っています。

ピアサポートワーカーが単独で、リカバリーストーリーをお話して何か変わったとか、そういうことでは無くて、もしピアサポートワーカーが何らかの働きかけをして、大きく

ピアサポートワーカーの働く場所に広がり

次に、「ピアサポートワーカーの今後」「どんなピアサポートワーカーが必要か」について、
お考えはありますか。

佐々木: 働く上での今後という意味で考えると、現状ピアサポートワーカーとして働くことを希望する方が、職場を選べるほどに求人があるわけではないのと、フィールドがまだまだ少ないですね。あとは自分の地域に、ピアサポートワーカーという人がいるのかなと考えたとき、なかなか出会えるというところまでは至っていません。ですので、できれば自分の生活圏内でピアサポートワーカーが雇用されて、出会いたいと思ったら出会えるぐらいな状況になっていくといいなと思います。そのためには、雇用とかそのための場が必要になってきますかね。

もっと地域の中でフランクに、自分でもできるかなと思えるぐらいのフィールドがあるといいなと思っています。ピアサポートワーカーといっても働くフィールドにはグラデーションがありますよね。フランクな場もあれば、医療の場のようにすこしカッチとした場があったり。いずれにしても当事者の方がピアサポートワーカーに出会いたいと思った時に出会える。そんな風になるといいなと思っています。

支援対象者の方に変化が起きたのだとしたら、周りの人（支援者）たちも同じく何かを、つまりピアサポートワーカーが働きかけて上手くいったかもしれない事の下支えになっているような事や、周りの環境調整などをやっているということ、この研修を通して感じています。

佐々木: そんな風に協働していく中で、ピアサポートワーカーとしてのアイデンティティーだけではなく、社会の一員なんだと思えることに繋がったら、なお良いなと感じます。働く中で、少しずつ自分も何かの役割を担えるんだとか、自分も社会に貢献できるんだみた

いな感覚につながるのだろうとか。そんな願いを込めてというのがありますけれど。



地元とか、地域とか、いろんな場所で
雇用が増えると良いということですね。

佐々木: 現状は東京だからとか、もしくは地方の都市部だけの話でしょとか。自分の地域はそんな話、まだまだなんだよ、と聞くことが多いのでその辺りの事が気にはかかりますね。

川村: 例えば、宮城というひとつの県をとっても、仙台はまだピアサポーターがいるんですが、他の地域では確かにピアサポーターは雇用されているという形は、恐らくほとんど無いとは思いますが。

ただ、その地域独特のピアサポートの営みみたいなのは、どこの地域もきっとあると思っていて、それは自助グループとかそういった事に限らずあると思うんです。そういうのに携わっている人の中で、自分が支援の受け手であり、でも送り手にもなりたいと思っている人たちもいて。でも、その方たちに届く情報とか、働き方とか、そういうことが今のところ少ないんじゃないかなと思っています。どの地域にいても、ピアサポートワーカーに限らないかもしれないんですが、この仕事に就きたいとか、こういう自分でありたいと思ったときに、それに必要な学びにアクセスできるようになったらいいというのは、常々、思うところです。



ピアサポートワーカーの広がり方

西村:地域によって格差があるというのは、確かにそうで、ただ、そうかといって、国や、行政や、専門職が、ピアサポートワーカーを配置するというのは、ちょっと違うかなとか思っているんです。川村さんが、今、言ったように、地域性もあるから、上から配置するのではなく、地面からつくしんぼのように生えてくるような、そういうふうが増えていったらいいなと思います。

随分、ピアサポートワーカーが増えてきましたけれども、いわゆるピアサポートワークをやれているピアサポートワーカーというのは、まだ少ないような気がしています。というのは根っこがまだ育っていないかなという感じがします。その根っこというのが何かというと、私は結局はピアサポートの可能性を、どれだけ信じられるかというところにあると思っています。

人間の存在とか、在り様とか意義、意味合いというのは、誰かから決められるものでもないし、絶対的なものではないと思います。そういったものは、いろんなつながりの中でできてくるもので、それは変わっていくものだと思って。ピアサポートワークの醍醐味というのは、そこにあるのかなという気がします。そういうピアサポートの可能性を信じられるという、根っここの部分を太くしていくことが、これからTICPOCピアサポートワーカー研修プログラムにも、他の養成研修にも求められることなのかなと思っています。

佐々木:ピアサポートワーカーの今後が、こうなったらというのは今、おふたりがお話されたことが本当にそうだと思うのと共に、ピアサポートワーカーを含めたチームがあって欲しいと思っています。

チームの中で、お互いの専門性や大切にしていることを、お互いに大事にしていける。そういった支援チームの

中に、当たり前ピアサポートワーカーが入っているみたいな感じに。現状はピアサポートワーカーが居ることは当たり前では無いですね。既存の専門職がチームに居るように、ピアサポートワーカーも当たり前チームに居るという風になるといいなど。

あとは、ピアサポートワーカーの人が働き始めてからも、地域の自助グループや当事者仲間と繋りを維持していくことなども私は大切にしたいですね。職場で雇用され、当事者性を有して働いてはいるけれども、働く本人自身が当事者の仲間たちとの繋がりが無い中にあるのだとしたら、それは少し違和感があります。本来は、そういった繋がりを通して、地域の精神障害を持つ当事者の方々に、こういう働きもあるんだとか、ピアサポートワーカーってこういう人たちがいるんだとか、繋がってそして循環していくことが、より相互的な感じがしています。多分、そういうのがピアサポートの文化づくりにもなっていくと感じています。

西村:ピアサポートって、結局つながりなので、そういうことはいえると思います。

佐々木:そう、つながりだからね。働くピアサポートワーカー自身にそのつながりが無いのだとしたら、ピアサポートの価値に根ざした働きをしていくというのは、少し無理がないかしら…と思うんですね。

川村:実際に、自分が働いている中で、地域の自助グループとか他の当事者の方との分断がされていないかどうかというのは、私も気にしているところではあるんだけど、ただひとつ言えるのは、応援してくれる「あなた頑張んなよ」みたいな風に言ってくれる当事者の先輩とか仲間が居てくれると多少のことであっても「頑張るか」と、思えるな、とか。そこを地域とか、同じ当事者の仲間とかで応援してくれたり支えてくれたりする人がいるかいないかは、働き続けるとかそういうことを考えた時に結構大きいですね。周りが支援チームの支援者しかいない…、みたいなのではなくて、きちんと自分自身の地域に自分のサポーターがいるかどうか、というのは大切なことだと思っています。

ピアサポートワーカーの雇用について

この冊子が色々な所に配られて、ピアサポートワーカーの方を雇用してみようかなというきっかけになってもらったらいいなと思います。

そういった、これから一緒に働く所ですとか、一緒に働きたいけれども迷いがある、といった方々へのメッセージなど頂けますか。

川村:時々、いまのようなテーマで意見を求められる場があったりするのですが、取りあえず雇用しちゃうなよという人もいて。雇用して一緒に働いてみないとわからないですが、でもそれは少し暴力的というかお互いにとって、ぼこぼこになりそうな気がしてちょっと怖いなど思っています。

もし、雇用したいと思っているのであれば、今の自分が働く職場や、雇用主の人が働いている職場の現状や土壌とかをピアに合わせるとかではなく、少し見直して欲しいなと思います。ピアスタッフじゃなくても、例えば、介護中の人とか、産休明けの人とかが、安心して働ける場なのかとか。そこに、精神障害をもつ人が来たときに、安心して働ける場なのかとか。そういう自分たちの職場を、今一度、見直してほしいと思います。

佐々木:あとは、理想になってしまうかも知れませんが、専門職の人も、思い描く理想の支援の在り方などがあると思うんですね。特に初任者の頃は、自分は対人支援職としてこんな風に利用者さんと関わりたいとかありますよね。けれどいざ働かしてみると、現場は時間も人も足りないとかがあって、理想はあるんだけど、なかなか思うようにはならない事がきっと沢山あると思います。もし、まさに今、その現実と心に抱いている理想の形が乖離かいりしていて苦しい…、と感じておられる方いたらしたら、ピアサポートワーカーがその職場に加わることによって、より望ましい支援の在り方を具現化していく、行動化していくとつなぐきっかけになり得るのではと感じています。そういう意味でも、精神的困難を経験する人を共に働く仲間として職場に迎え入れることで、より望む支援の形を一緒に作っていくことができるんじゃないかと思っていますし、その延長線上には自分自身の働きに胸を張れるような、誇りに思えるような働きに繋がっていくのではと思っています。

西村:その上でなんですけれども、ピアサポートワーカーを雇うにあたっては、その人の経験を大事にしてもらいたいと思うんです。ピアサポートワーカーを公募するとして、同じような体験を持っている人が2人面接に来たときに、じゃあ、どちらの人を選びますかと。これ、私、ずっと昔からどうなんだろうと考えているんです。

同じような苦難を経た体験がある2人でも、その体験の意味付けというのは違うと思うんです。どういう意味付けをされているのかによって、2人は違うと思うので、どういふに、人生の意味付けをしているのかというところを、ちゃんと見て、そういったところを雇用するときも、雇用してからも大事にしていってあげたいのかなという気はしています。

最後に、ここは言い残したとか、もっとここを伝えたいというのがあったら、お話しただければと思うんですけども、いかがですか。

佐々木:もしかしたら、TICPOCピアサポートワーカー研修プログラムで大事にしていることって、マインド的なこともそうなのですが、例えば、講座の組み立てとか、こういうことを意図して組み立てていますとか、そういうことが求められていましたかね。そのあたり全然触れる時間が取れませんでした。それはまたいつかということで(笑)

西村:川村さんが、さっき他の専門職からも学ぶことが多いとおっしゃっていましたが、それは本当にそうだと思います。TICPOCピアサポートワーカー研修プログラムのこれからの在り方として、いろんな分野から、いろんな知見や秘訣ひけつを取り入れていけたらいいなと思います。

例えば、トラウマインフォームド、あとアドボカシーの話題とか、組織文化論とか、そういったものを、ピアの視点でかみ砕いて、そしゃくした上で取り入れていけたらいいかなと思っています。ピアの理論だけだと、先細りしていくというそんな感じがするので、いろんな分野の知見を取り入れていって、自らの実践を振り返るという、そういうことをしていったらいいのかなと思います。



育成プログラム について

東大病院 精神神経科は2019年度から、ピアサポートワーカーの育成をはじめています。このプログラムは、「文部科学省課題解決型高度医療人材養成プログラム(TICPOC)」のDコースとして行われており、当事者の価値に寄り添うことで、主体的意思決定をサポートできるピアサポートワーカーの育成を目指しています。

プログラムが目指すこと

ピアサポートワーカーとして働く上で基盤となるリカバリーやピアサポートの哲学を軸に据えた学びの場です。

学ぶプロセスを通して自身の考え方や行動にこれらの哲学を取りこんでいくことを目指します。修了後には研修生が、それぞれの場でリカバリー、ピアサポートに基づく実践を重ねていけるような土台が形成されることを目的としています。



育成の視点

サービスユーザーの価値に基づき、精神保健医療福祉領域において他の職種と協働しながらサポートできる人材の育成を目指します。

患者の価値にもとづくために必要なコアとなる三つの素養

Co-production

当事者と専門職で共同創造していくこと

Trauma-informed care

トラウマが存在する可能性を熟知して支援にあたること

Organizational change

これらの理念を実践できるよう組織を変革すること

詳しくは

TICPOC

検索

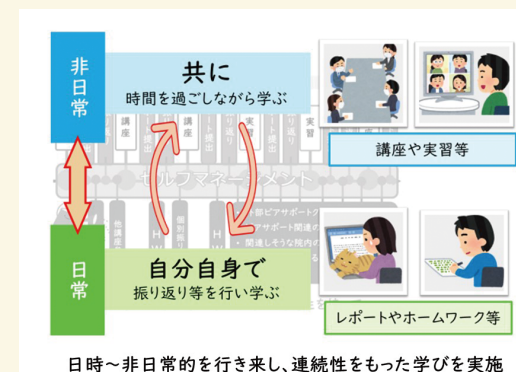
プログラム内容

対話中心の講義や、東大病院での実習、またその他様々な学習資源及び環境を用意しています。



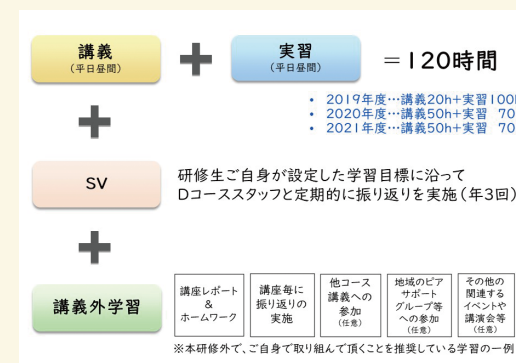
本研修における講座の一例

- 当事者運動・ピアサポートの歴史
- ピアサポートとは
- 自己開示について考える
- リカバリー志向の言葉の違い
- 権利について考える
- セルフケア・セルフマネジメント
- …など



東大病院での実習

- 病棟における多職種協働実習 (平日週2日程度、1か月)
- デイホスピタル・リカバリーセンターなどでの地域連携実習 (平日週2日程度、1か月)
- シニアピアサポートワーカーからスーパービジョン、多職種での振り返り



修了生の声



• 修了生やまださん •

受講してみた感想として、個人的にキーワードとしてお伝えしたいことは、「迷ったり悩んだりすることに自信を持つ」、「考えることを癖にする」の二点です。私が思うところでは、この二点は互いに連動していて、「迷ったり・悩んだりする(している自分に気がつく)→考えて成長につなげていく→また悩みや迷いに出くわす→考える」と繰り返していくものだと思います。実際に、講座やディスカッションなどでは、ハツとするようなことばかりで自身の考えの至らなさに気がつかずにはいられない時もあります。でも、それで良くて、むしろそれが良くて、気付いたときに印象的であるほど、記憶に残ったりメモに取ったりして残り続けることと思います。それを振り返ったり思い出ししたりして、「どうしていけばいいのか」「どうすればいいのか」と考えていくことが大切だと、受講してみてもそのように考えるに至りました。

このような経験を経て、実際に現場に入ってみると、現場で折に触れて感じる無力感や力不足に対して肯定的になれる感覚があります。実践の中での生じる迷いも、認め受け入れ、自分に言い聞かせられるようになってきています。大切なのは考え続けることや振り返ることだと思います。このように思えるのも、TICPOCで悩むこと、迷うことや気がつくこと、考えることをたくさん経験しトレーニングできたからだと思います。

結びに、これまでの感想もふまえてどんな人にこの研修を受けてほしいかをお伝えします。ずばり、特に、迷うことや、揺らぐことを多く感じる人に受けてほしいと思います。例えば「ピアサポートワーカーになりたいけど務まるだろうか」といった迷いや自信のなさを抱えている人には志願してもらいたいと思います。参加してみれば、より一層迷ったり、悩んだり、考えたりすることになるかと思いますが、それでいい。むしろそれがいい、ということが分かるようになってもらえれば、と願います。

育成プログラムを受講した 多職種の感想

医療や福祉の現場では、倫理よりも、知識や技術の必要性を感じるものが多くあるように感じます。そのような現場において、専門職は皆、常に倫理綱領を意識して業務にあたっているのだろうかと思いました。

(講座07「働く上での職業倫理」参加
ピアサポートワーカー)

ロールプレイの中ですら
バウンダリーが不安定になることを感じました。
「バウンダリーは双方の間でさぐり合いながら、人や状況や環境に応じて、柔軟に設定されるもので、それがお互いを守ることにつながる。」ということが今回の気づきの一つです。

(講座13「バウンダリー」参加 心理士)

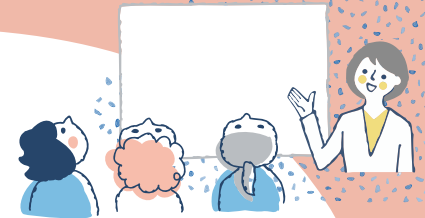
守秘義務という考え方は
理解していても、何を秘密にすべきものと捉える
かは人によって大きく違うかもしれないと思いま
した。自分が知った情報を他の人に知られる際に、ど
んな感情が起こり得るかなど、体験したことを、様々
な感覚の人たちと出合って、「何を秘密にすべきと考
えるかは、人によって異なる」ということを知ることが
大事であるのかもしれない。

(講座08「働く上での守秘義務」参加 看護師)

ピアサポートワーカーが、
利用者さんから、(病気がよくなり働いている
ことについて)羨望の眼差しを向けられることもあ
るということや、ピアサポートワーカーが自分と違う
タイプの人に対するサポートをすることが難しいと感じ
ておられることなど、教科書には載らない実体験を聞
くことができ良かったと思いました。

(講座14「活用できる地域資源」参加
精神保健福祉士)

• 修了生まきさん •



私は専門職(精神保健福祉士、社会福祉士)として行政や障害福祉サービス事業所で働いてきました。しかし専門職として働かなかで、自分の「当事者性」が次第に薄れていくように感じ、職業アイデンティティに悩んでいました。そんな折、東大病院のピアサポートワーカー研修プログラムの存在を知り、当事者経験を活かして働くことの意義やその実践について学びたいと考え、受講を決めました。

講座では、リカバリーやピアサポートに関する知識を得るだけでなく、ピアサポートワーカーを含めた多職種での対話を通して、他の専門職の様々な視点を知ることができました。それぞれの専門性に目を向けることで、ピアサポートワーカーが支援に加わることの意義を、より理解することができたと思います。職種による違いも共通点も含めて互いを尊重するという姿勢が、専門職と当事者の共同創造を可能にしていくことにつながると考えるようになりました。

また、学びと並行して、日々の業務における利用者さんとのかかわりの中で、ピアサポートワーカーとして自分がどう在りたいか想いを巡らしたり、地域で当事者経験を活かして何ができるか、などを考えていました。支援という枠組みの中でピアサポートを使うのは容易ではないと感じることもありましたが、そのように悩み、考えるプロセスこそ大切だとも思います。学んだことを日々の業務と照らし合わせ、振り返り、そして言語化するという作業を通して、これからの働き方を考えていきました。

これからピアサポートワーカーを目指す方はもちろんのこと、既に支援職に就いているけれど働き方に悩んでいる、という当事者の方にとっても、Dコースでの学びは助けになると思います。今自分は、医療、福祉のみならず、普段の暮らしの中でもピアサポートの可能性を広げていきたいと考えています。生き方や、働き方に迷いが生じた時には、その都度、リカバリーとピアサポートの哲学に立ち返りたいです。

アドバイザーからのメッセージ



宮本有紀 東京大学大学院医学系研究科精神看護学分野



熊谷晋一郎 東京大学先端科学技術研究センター

宮本: このコースでは、上から一方的に教えられるのではなく、参加者全員で考えるということがすごく良く、全てにおいて、それを一貫して感じられると思っています。正解を教えられるということではなく、ただそこで安心できる場をつくることで、考えたり、双方向なやりとりが生まれていったりすることを知っているのだということを感じました。安心してチャレンジできたり、安心して階段を駆け上がれたり、安心して分からないところにとどまったりと、「前向きな安心感」とカワムラさんがおっしゃっているのが本当に同感で、私自身もこのコースに参加させていただいたときに、その安心感をすごく感じています。

そして、他の職種の人たちが脅威的な存在ではないことを研修の段階で感じることができたらいいと感想があったと思いますが、それは本当にすごくお互いにとって大事です。専門職からしても「当事者から、支援職は敵だと思われるのではないかと支援職が思ってしまうことが少しあります。あるいは場合によっては、「支援職は分かってくれないから、当事者同士で活動する方がいい」となることもあり得ると思います。しかし、そうではなくて、お互いに一緒にやっていく仲間として学び合うということも、このコースの特色の一つだと思います。

熊谷: 本当に平和構築、紛争解決ではないですが、先ほど宮本先生がおっしゃったように、専門職と当事者は、やはりお互いに過剰防衛になってしまっていたり、敵対してしまったりする側面のある関係だと思っています。その中で、ある種間の武装解除というか、平和構築、信頼醸成、さらには平和維持活動の最前線にいらっしゃるのだとあらためて感じました。故にこそすごくアイデンティティが引き裂かれるような場面とありますが、双方から何者なのだと見られやすい位置にいながら、間に入って信頼醸成をしていくお仕事の大変さとその意義深さをすごく感じる対談だと思いました。

ですので、ピアサポートワーカーの方だけに押し付けてはいけないとあらためて思いますし、専門職の側も自らを振り返らなければいけないし、当事者コミュニティの側も自らを振り返らないといけないと思います。職場の環境改善が必要だとお話もすごくありましたし、やはりこの対談を読んで、もし専門職や当事者コミュニティの方がこれを読んだとしたら、私たちはどのように変わればいいのかと振り返りながら読むべきテキストなのかと感じました。

宮本: 私はこの育成プログラムは、すごくよくできていると思っています。一個一個の内容もすごく素晴らしいのですが、そこに流れている哲学が素晴らしいと感じています。つまり一緒に考えていこうと、時間をかけて熟成させながら哲学を自分の中で耕して、開かせていこうと、それを積み上げていけるような構成や時間の使い方と、順序を持ってその場をつくりながら進めていることが本当に素晴らしいと思います。

あとやはり、これは佐々木さんの教え込む感じではないという在りよう、その場をファシリテートする、その参加者の人たちが発言できるようにしている姿が本当にすごいと感じています。リカバリーやピアサポートの哲学を軸にしているところがすごいと思いました。

そして修了生の方が無力感や力不足に対して肯定的になれていると、本当にそこがすごいと思いました。それこそ「そうだよな」と、学ぶということはそういうことかもしれないと感じました。

熊谷: 修了生のやまださんの「無力感や力不足に対して肯定的になれている」との言葉は、すごくインパクトのある言葉だと思いました。私は、高信頼性組織研究にすごく関心を持っています。あれは、結局マニュアルのようなものでうまく回っている状態を組織にとっての平時と見なして、マニュアルがうまく機能しなくなった状態を有事と見なして、平時と有事に分けた上で、有

事においてオペレーションが止まってしまう組織は何を満たしていなければいけないのかという話なので、結局マニュアルに書き尽くせない出来事に対してどう立ち向かえるかに尽かされています。

そのときに、やはり結論は、今のところ恐らく2つぐらいあると思っています。1つは抽象的な目標、目指すべき方向、哲学、価値を組織の隅々まで皆が共有していることと、この組織はどちらに向かうべきかという抽象度のある程度高い、しかし力強い目的を共有していることです。もう一つは、やはり対話や省察を経て、答えのないものを参加者全員で考える、共有して考えるカルチャー。その2つが備わっている組織が、要は有事に強い、レジリエントな組織というか、有事に対してオペレーションが止まってしまう組織の条件だというお話だと思います。本当にそれを分かりやすい言葉で、やまださんも、まささんもおっしゃってくださっているのをまずは凄いと感じました。

まささんが、普段の暮らしの中でもピアサポートの可能性を広げていきたいとおっしゃっていることも、すごく印象的でした。私は、昨年のリカバリー全国フォーラム（主催：認定NPO法人コンポ）で、問い掛けとして「ピアサポートと医療はどちらが目的で、どちらが手段だと思いますか」と、最後に投げ掛けをしたのです。私の個人としての意見は、ピアサポートが目的で、医療は手段に過ぎませんと。要はピアサポートのほうが人生そのものを明確に、それをどう豊かにしていくかに焦点を当てているし、当事者にとってのリカバリーをすごく中心に据えています。そして、既存の医療の技術や知識はピアサポートの文脈の中で一定の役割を果たすものに過ぎないのではないかというお話を、最後に問題提起として投げ掛けたのです。多くの場合、医療という目的の下でピアサポートが手段化されてしまうような転倒が起きてしまっているのではないかと問い掛けをさせていただきました。ところが、最後のまささんの「普段の暮らしの中でも」と、人生そのものといいます

か、ピアサポートが特殊なシチュエーションにおける特殊な何かではなくて、本当に生きている限りは必要な支援というのでしょうか、そのようなものだと思ってしまうような感想を持ちました。

宮本: このコースは内容も、組み方も、佐々木さんの在りようも、まさに先ほどの答えのないものをみんなで共有して考える方向に、きちんとぶれないでいていただいているから、そうあることができるのではないかと、とても思っています。それが「医療はこういうものだから」という固定観念に飲み込まれてしまうと、こうはならないと思いました。だから、本当に素晴らしいと思います。

熊谷: 信頼醸成を育むこと、目的としてのピアサポートなど、いろいろな言葉で感想を申し上げました。「言うは易く行うは難し」で、そういう場を実現することは、自分自身を振り返ってみても、本当に大変なことだと思うのです。佐々木さんを中心とした皆さんの心配りや行動力のたまものです。理念をしっかりと、本当に安心感のある、安定した理念をお持ちだからこそ成し遂げられた偉業だと思っています。だから、やはりつくづく周りが甘えないこととか、それこそ専門家集団、あるいは在野の当事者コミュニティも、こういったピアサポートワーカーの方の奮闘に甘えずに、自分たちの実践を振り返ることに尽きます。

答えはもう出してくださっているのではないかと、進むべき北極星に関しては、ここに十分書き込まれている気がします。あとは、私たちは手段だったと自覚をして、その目的に沿って、どのように明日から仕事を組み替えていくのかを、ボールは渡されているという形で、もし冊子の読者の方が、いわゆる狭い意味での専門家集団であったり、あるいは在野の当事者活動をなさっている方だったりするならば、そして一般の市民の方も同じくかもしれませんが、少し振り返るきっかけになればと思っています。