

# 障害者の生涯学習活動への有効性について

江島千夏  
渡木彩夏

## [緒言]

世界保健機関 (WHO, 2013) は, 「地域における包括的ケアの提供」を目標の一つとしており, その実現のために, 偏見及び差別の軽減, ケアにおいては障害を有する人を対等な協力者とみなして共に取り組むことを重視し, 精神障害者のリハビリ, ピアサポーターの育成・支援, 自殺予防などを推進していくことを明記している.

厚生労働省は, 平成 29 年度から精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築推奨・支援事業を新規に開始した. 本事業の中にピアサポーターの養成があるが, 都道府県のピアサポーター養成の実施状況は 52.3% (2017) であり, 各自治体等で独自に行われている既存のピアサポーター養成プログラムの効果も検証されていない.

文部科学省は, 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生涯にわたり維持, 開発, 伸長し, 共生社会の実現に向けた事業である「学校卒業後における障害者の学びの場の支援に関する実践研究事業」を推奨する方針を平成 30 年に示した. その事業に長崎大学が「障害者の生涯学習活動への地域包括的支援」をテーマに応募し採択された.

## [研究目的]

本研究は, 様々な苦勞を抱えながらも, 仲間と共に主体的な学びを通じて, 夢や希望を持ち, 自分らしく生活が出来るよう, 当事者の方々を支援することを目的とする. 発達障害及び精神障害のある人を主な対象と

し, 受講生同士の協働, スタッフや関係者との対話, 先輩当事者との交流を通じ, 元気が回復していく過程の行動観察を行った.

## [方法]

上記に基づき, 長崎大学医学部保健学科では, 学校から社会への移行期における学習プログラム (以下移行プログラム) と, 生涯の各ライフステージにおける学習プログラム (以下生涯プログラム) の発達障害者及び精神障害者のピアサポーター養成にも貢献できるような 2 種類のプログラムを行っている.

### 1) 募集方法

各プログラム共に, 受講生は, 就労系の事業所約 500 カ所に応募要項の郵送やインターネットで受講者を募集した.

### 2) 調査対象

移行プログラムの平均年齢 22.8 歳, 受講生 11 名 (男性 7 名, 女性 4 名) と生涯プログラムの平均年齢 46.2 歳, 受講生 13 名 (男性 9 名, 女性 4 名) である.

### 3) プログラム内容

各プログラムともに月に 1 回, 日曜日に長崎大学医学部保健学科 1 階のセミナー兼講義室で計 5 回実施する. 1 回の内容は 1 コマ 45 分の計 3 コマ (13:30~16:30) あり, その後に 15 分のまとめと振り返りの時間が設けられている. 振り返りの時間では, 受講者全員 1 人ずつ感想を言う. ルールに関しては, プログラム前に確認及びプログラム中に変更することも可能である.

#### 4) 研究方法

今回、私たちは参加型アクションリサーチという方法に基づき、2つのプログラムに受講生として参加し、当事者の方々の行動観察を行った。

##### [経過]

#### 1) 移行プログラム

第 1 回 オリエンテーション(自己紹介),  
ピアサポーターの体験談(9月23日)

受講生 11名(男性7名,女性4名)

ピアサポーター5名(男性3名,女性2名)

学生・先生 12名(男性6名,女性6名)

プログラムの始めに受講生は円になり、全員で自己紹介を行った。その後、ピアサポーターの方から体験談を聞いた(写真1)。ピアサポーターから受講生へのメッセージには、「他作業所に通っている人の話を聞いたり他の受講生と関わったりしながら参加してほしい。」「悲観的にならず、成功体験を積んで自信をつけてほしい。」「発達障害や精神障害を抱えながらも成功している人はたくさんいる。」「自分にしかできないことがあるかもしれないと捉えてみてほしい。」などが挙げられた。



写真 1

第 2 回 疾患・障害の心理教育について  
(10月21日)

受講生 11名(男性7名,女性4名)

ピアサポーター4名(男性3名,女性1名)

学生・先生 11名(男性5名,女性6名)

3グループに分かれ、グループごとに1人ずつ今日の元気度と自己紹介、雑談を行った後、「長所、短所、困っていること、受診のきっかけ、診断された時の気持ち」について話し合った。最後に各グループの代表が話し合いの内容を発表し考えを深めた。受講者の感想には、「苦手は自分だけじゃないと思えてよかった。」「気持ちの切り替え方法知れた。」「前向きにみんなで話せてよかった。」などが挙げられた。ピアサポーターの感想には、「特性を知ることでもこれまでの勉強の補強になった。」「発達障害について知らないことが多い。資料などに目を通して参考にしたい。」などが挙げられた。第3回 会話を始める、会話を続ける、会話を終える(11月18日)

受講生 10名(男性6名,女性4名)

ピアサポーター4名(男性3名,女性1名)

学生・先生 12名(男性6名,女性6名)

3グループに分かれ「コミュニケーションで困っていること、工夫していること」について話し合った。最後に各グループの代表が内容を発表し考えを深めた(写真2)。受講生の感想には、「100点のコミュニケーションでなくてもいいと思った。」「1対1はOKだが、多数の輪には入りづらいためそのままでもいいかと割り切っていたが、そのままでもいいと気付いて有意義だった。」「空回りすることがよくある。肯定してくれる人、何でも話し合える関係性があつたらいいな。」などが挙げられた。ピアサポーターの感想には、「自分たちだけでなく周りの人にも変わってくれることもあっていいのかな。」などが挙げられた。



写真 2

## 2)生涯プログラム

第 1 回 オリエンテーション(自己紹介),  
ピアサポーターの体験談(10月7日)

受講生 9名(男性6名,女性3名)

ピアサポーター6名(男性4名,女性2名)

学生・先生5名(男性3名,女性2名)

プログラムの初めに受講生は円になり、全員で自己紹介を行った。その後、ピアサポーターの方から体験談を聞いた(写真3)。受講生の感想には、「日々の生活をできることで、体調の良さを感じられた。」、「職場のトラウマがあるが、ここで対処する方法を学んでいきたい。」、「楽しいことに焦点を当てるのがいいかなと思い始めた。」などが挙げられた。ピアサポーターからの感想には、「認められたからこそ今の自分がある。」、「皆さんの背景がわかったから今後が楽しみ。」などが挙げられた。



写真 3

第 2 回 疾患・障害の心理教育(10月28日)

受講生 13名(男性9名,女性4名)

ピアサポーター5名(男性3名,女性2名)

学生・先生8名(男性4名,女性4名)

2 グループに分かれて自分にとって「発達・精神障害とは何か?自分の特性は?」について話し合った。最後に各グループの代表が発表し考えを深めた。受講生の感想には、「こういう場があるおかげで自分を認めることができる。」、「普段仕事ではこういう話はできないから来てよかった。変わり者と思われていた人に病名がつくことで周囲の理解度が(昔と比べ)変わってきたと思う。」などが挙げられた。ピアサポーターからの感想には、「病名を知って楽になったという捉え方と逃げ道を作ってしまったという捉え方があり、新鮮であった。」などが挙げられた。

第 3 回 WRAP(Wellness Recovery Action Plan)体験(11月25日)

受講生 10名(男性7名,女性3名)

ピアサポーター4名(男性3名,女性1名)

学生・先生7名(男性4名,女性3名)

約 30 分の WRAP 研究会の活動内容、紹介 DVD 観賞を行った後、2つのグループに分かれ短縮版の WRAP 体験を行った。最後に、各グループの代表が内容を発表し考えを深めた。受講生の感想には、「気分のいい自分でいられるためにはルーティーンがあるが、みんなのルーティーンを聞いて良かった。」などが挙げられた。ピアサポーターからの感想には、「短縮版を定期クラスにも生かしていきたい。受講生同士が仲良くなっていくのも楽しい。」などが挙げられた。

### [考察]

#### 1) 移行プログラム

受講生の平均年齢が 22,8 歳と若く社会に出る前の準備期間であるため,ピアサポーターからの話を聞き,参考にする場面が多く見られた.また,グループワークで困りごとやそれについての対策を話し合うことにより,悩みの共有や共感,対処法,新たな気づき等を学んでいると考える.

#### 2) 生涯プログラム

受講生は,プログラムに参加するまでに多くの経験をし,乗り越えてき方が多い.そのため,移行プログラムの受講者に比べ自分の経験をより多く話す方が多い印象を受けた.さらに,自分の障害を受け入れている方が多く,このプログラムがアドバイスを提供する場となっており,生活する上での工夫を他の受講者に伝えることで自分自身の考えをさらに深めていると考える.

#### 3) 両プログラム共通

話し合いをグループ化することで,ひとりひとりが話す機会が増え,意見交換の場となっていた.当事者だけでなく,専門職(学生含む)も共に学び合う場となっていると考える.

### [本研究の限界]

今回の研究は,各プログラム共にそれぞれ計5回中3回までの参加となり,途中経過報告という形になった.

今後の課題として,生涯プログラムに参加された方たちは,参加者自身の経験談が多く意見交換の時間が足りていない様子であった.そのため,1グループの人数を減らすか,プログラムの時間を増やす必要があ

る.また,さらに多くの方に,移行プログラムや生涯プログラムのようなリカバリーカレッジの取り組みについて知ってもらふ必要がある.

### [謝辞]

本研究において,ご多忙の中ご指導してくださいました田中悟郎先生をはじめ,研究にご協力いただきましたプログラム受講者の皆様に心から感謝いたします.

### [文献]

- 1) 文部科学省「学校卒業後における障害者の学びの支援に関する実践研究事業」採択事業 長崎大学医学部保健学科保健学実践教育センター 障害者の生涯学習活動への地域包括的支援 <http://www2.am.nagasaki-u.ac.jp/jissen-kenkyu/greed.html>
- 2) WHO:メンタルヘルスケアアクションプラン,2013
- 3) 厚生労働省:精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築推奨・支援事業,2017
- 4) 小川一夫:コ・プロダクションと精神科リハビリテーション 20;3,2016
- 5) 平出麗紗 他 元気回復行動プラン(WRAP)への参加が精神健康に困難を有する人のリカバリーに与える効果についての研究 1025-1035.2018
- 6) Rachel Perkins 他 1.Recovery Colleges 1-11
- 7) 江本リナ 他 研究と実践をつなぐアクションリサーチ入門 ライフサポート社