

「経験専門家」の仲間(ピア)に 教えてもらうこと、期待していること

笠井清登

東京大学医学部附属病院
精神神経科



私は、大学医学部の附属病院という、医師・看護師・精神保健福祉士・公認心理師などの支援専門職をめざす学生や、研修医(精神科医になる人も、そうでない人も)に臨床を学んでもらうための病院で働いています。

こうした教育しながらの臨床を通じて気づいたことを、研究にも結びつけています。

15年以上経って

私は、精神科医になって15年以上経ってから、初めて、「当事者中心の」とか、「ニーズにもとづく」といったよく使われるフレーズについて真剣にふり返るようになりました。東日本大震災後の地域精神保健活動がきっかけだったと思います。

それまでは「専門家になら

ねば」と視野が狭くなっていました。お恥ずかしい話です。

不平等やかたより

そうして見つめ直してみると、私自身もそうでしたが、私が働く大学病院精神科という組織も、さらには日本の精神医療全体も、医師と当事者の間には、権威・知識・情報・意思決定などにおいて、さまざまな不平等やかたよりがあり、専門家側のニーズに当事者が合わせる本末転倒な関係性になっていました。

厄介なのは、それを私自身を含め、医師が自覚していないことで、

「自分はもともとの気持ちがよくわかり、精神科医として経験も積んできているから当事者のニーズに寄り添うことができている」とか、



「小さい頃から父の病院の夏祭りで患者さんに可愛がってもらっていたから、当事者への偏見がない」などと思ってしまうことがあります。

衝撃を受けて

その後、東京大学の同僚である熊谷晋一郎さんと出会ったり、いろいろな当事者や家族の立場の方々と診察室の外で知り合ったり、浦河(うらかわ)べてるの家(いっしょ)36頁やイギリスのリカバリーカレッジ(*)を見学し

たりして、ようやく、何がか
心で、何のニーズであるべき
なのか、ということがつかめ
るようになってきました。

リカバリーカレッジの見学
は衝撃でした。

ピアサポートということや、
それを仕事としている人（ピ
アサポートワーカー）が活躍
していることを知りました。

●共に創る

また、リカバリーカレッジ
では「コ・プロダクション」
という理念を大切にしていま
した。

当事者と専門職とが、対等
な立場で、お互いの価値観や
経験の違いを自覚・尊重した
うえで、支援関係や意思決定
を共に創っていくことです。

これまで権威も知識も情報
も対等でなかった専門職と当
事者が、類似の経験をもつピ



アが間にいることで、権利が
守られたり、関係の不平等性
が改められ、安心して話せる
ようになり、共同で意思を決
定しやすくなります。

私はリカバリーカレッジの
見学後に、いてもたってもい
られなくなり、すぐに病院に
働きかけ、精神障害のある方
の雇用を実現しました。

経験の価値

それから10年が経ち、5人
のピアの方々が仲間に加わっ

てくださり、それぞれの経験
を生かして活躍されています。

ピアの経験は、英語では

“lived experiences”（疾患や
障害にともなう生活・人生上
の苦勞の経験）と呼ばれてい
て、またその経験者である当
事者、ピアは、“experts by
experiences”（経験専門家）
と呼ばれています。

当事者の経験する生活・人

生の苦勞や、その苦勞を経た
人としての回復（パーソナ
ル・リカバリー）は、1人ひ
とりに個別で、それ自体にか
けがえのない価値のあるもの
です。

当事者1人ひとりが、その
固有の経験についての、その
経験にもとづく専門家なのだ
という意味が、“experts by
experiences”には含まれて
います。

教えてもらひつと・ 期待してらるつと

自分の身体や精神に偶然降
りかかった疾患や障害という
できごとや事態を、当初は、
「理不尽、不条理」として感
じることは自然でしょう。

「経験専門家」は、その後の
人生をどう体験したか、そし
てそれを、疾患をもつ前の人
生を含めて、どのように話し
言葉・書き言葉で編み直し、
「経験」としたかという意味
での「研究者（＝専門家）」
なのです。

だからこそ、その経験につ
いて聞く人・読む人が、個別
の人生の中に普遍的な人間の
あり方を見出せるのです。

このことが、私が「経験専
門家」の仲間に教えてもらっ
たこと、期待していることです。