

東京都障害者ピアサポート研修 基礎研修概要

1 ピアサポートの理解

伝えたいこと	講義の構成
ピアサポート活動と障害者の権利に関する条約	□ 障害者の権利に関する条約 ➤ 障害者の権利を実現するための条約 2006年 国連で採択 2014年 日本でも批准 ➤ 障害者の人権及び基本的自由の享有を確保し、障害者の固有の尊厳の尊重を促進することを目的 □ 「私たちのことを、私たち抜きに決めないで」 (Nothing About Us Without Us) □ 条約の批准と障害者の法制度の改正 ・ 障害者基本法の改正 (2011年) ・ 障害者虐待防止法 (2012年) ・ 精神保健福祉法改正 (2014年) ・ 障害者差別解消法の創設 (2016年) など ➤ 自治体（国、都道府県、区市町村）の会議などへの障害当事者の参加が促進され、福祉行政の中で発言する機会も増えている。 □ 条約が示している社会モデルとは？ ➤ 従来は、障害があることは個人の問題 ➤ 現在は障害は主に社会によって作られたものである「社会モデル」 ➤ 障害がある人など多様な人がいる社会が当たり前の社会 ➤ 人の多様性を認め、尊重する ➤ 障害と上手く付き合っていく

東京都障害者ピアサポート研修 基礎研修概要

【演習①】2 ピアサポートの理解の振り返り、気付きの共有

獲得目標	● 障害領域ごとの歴史や背景、障害領域ごとの大切な視点を学ぶことで、ピアサポートの基本的な意義や効果を理解する。
設問	□ あなたの考えるピアサポートやあなたのストレングス（強み）について、自己紹介を交えながら話し合ってみましょう。
ファシリ の留意点	⇒委員会にて、意見交換

東京都障害者ピアサポート研修 基礎研修概要

3 ピアサポートの実際・実例

獲得目標

●それぞれの障害領域におけるピアサポーターの歴史を踏まえつつ、
多様な障害領域のピアサポート活動を理解する。

時間

70分

2-1. 精神障害者のピアサポートの実際・実例

<伝えたいこと>

- (1) 精神障害者によるピアサポート活動のあゆみ
もともとは非人道的な精神医療に対する人権擁護活動から始まり、その後、セルフヘルプグループや当事者同士の支援の独自性や有効性が認識されるようになりました。近年では、専門職との協働に基づく、精神の病いを患うことで得た経験知を活用した支援を担うピアサポートへの関心が高まっています。
- (2) 雇用している立場からの報告
ピアサポーターやその他専門職が疾患経験・サポートを受けた経験・知識やこれまでの実践経験を総合的に考え、サービスが必要な方々へ個別対応の支援ができる雇用環境が大切です。
- (3) ピアサポーターの立場からの報告 ー多様な働き方をしてきたUさんー

2-2. 身体障害者領域におけるピアサポートの実際・実例

<伝えたいこと>

- (1) 身体障害者の当事者運動の歴史と自立生活運動
1960年代から身体障害者は地域で生活することが権利であると社会に訴えてきました。
自立生活運動では「自己決定」が自立の条件とされ、身体障害者も自立した生活が可能になっていったのです。
- (2) ピアサポート活動としてのピアカウンセリングと自立生活プログラム
ピアカウンセリングでは、「ありのままの自分」が好きになることを目指します。
自立生活プログラムは、自立生活を希望する障害者に対して自立生活をしているピアから必要な知識やノウハウを伝えるものです。
- (3) ピアサポーターと活動の実践例
ー自立生活センターのピアサポーターの介入によって自立生活が可能になったJさんー

2-3. 知的障害者領域におけるピアサポートの実際・実例

<伝えたいこと>

- (1) 知的障害者の当事者活動
自分たちの権利を自分たちでまもるために活動が続けられています。
- (2) 札幌市におけるピアサポーターの活動
障害の種別を越えた仲間づくりが行われています。
- (3) ピアサポート活動の実践例 ー障害とつきあいながら、前向きに生きるEさんー

2-4. 難病におけるピアサポート実際・実例

<伝えたいこと>

- (1) 日本における難病患者の当事者運動
- (2) 難病法のもとでの支援の仕組み
- (3) ピアサポーターとしての実践例 ーAさんの事例ー

2-5. 高次脳機能障害領域におけるピアサポートの実際・実例

<伝えたいこと>

- (1) 高次脳機能障害とその支援
自分の障害を知り、どのような支援が行われているのか学ぶことは、ピアサポートの第一歩となります。
- (2) 高次脳機能障害者にとってのピアサポートの大切さ
中途障害であるため、以前とは変わってしまった今の自分を受け入れ、新たな生き方を考えていくうえで、同じ障害の仲間からのサポートは大きな助けとなります。
- (3) ピアサポート活動の実践例ー当事者会を立ち上げたIさん
高次脳機能障害の当事者によるピアサポート活動は、まだ数は少ないですが、徐々に始まっています。その中の一つの例を紹介します。

東京都障害者ピアサポート研修 基礎研修概要

3 ピアサポートの実際・実例

伝えたいこと	講義の構成
ピアサポート活動のあゆみ	(本項目の内容は、次の実践報告の中で障害領域ごとに講義) <u>⇒障害領域ごとのピアサポートのあゆみについては、障害領域ごとの実践例の紹介の中で、可能な範囲で触れていただきたいと考えています。</u> <u>(次頁参照)</u>

東京都障害者ピアサポート研修 基礎研修概要

3 ピアサポートの実際・実例

伝えたいこと	講義の構成
雇用している立場からの報告・ ピアサポーターの立場からの報告	□ 幅広い視点からの事例の報告 ➤ ピアサポーターの障害領域別、活動内容別、従事する事業所のサービス種別の視点で見て、極力、幅広い事例を紹介 ➤ 可能な範囲で、障害領域ごとのピアサポート活動のあゆみについても触れる。 □ 雇用している立場からの報告 ➤ 雇用者側が感じる利点と工夫している所 ➤ ピアサポーターを支える専門職が持つべき視点 □ ピアサポーターの立場からの報告※講師自身のエピソードを中心に。 ➤ ピアサポーターになるまで ➤ ピアサポーターとしての活動内容 ➤ 心がけていること ➤ 障害等がある中で生きてきたその歩みにおいて、ピアサポートを「受け手」の立場から有効だと感じたエピソード ⇒上記の他に含めるべき視点等について、ご意見ください。

東京都障害者ピアサポート研修 基礎研修概要

【演習②】4 ピアサポートの実際・実例の振り返り、気づきの共有

獲得目標	●それぞれの障害領域におけるピアサポーターの歴史を踏まえつつ、多様な障害領域のピアサポート活動を理解する。
設問	□ さまざまな障害領域で、ピアサポートが実践されています。具体的にピアサポートが活用される場所や方法は異なりますが、共通しているのは、経験を生かして活動する点です。 □ ピアサポーターの方は、自分の経験を振り返り、自分の体験の活かし方についてグループで話し合ってみましょう。 □ 専門職の方は、経験を活かして活動するピアサポーターをどう活かせるか考えてみましょう。 <u>⇒専門職「ピアサポーターをどう活かせるか」の表現は、他に良い表現がないでしょうか。</u>
ファシリ の留意点	<u>⇒委員会にて、意見交換</u>

東京都障害者ピアサポート研修 基礎研修概要

5 コミュニケーションの基本

獲得目標	●ピアサポートの視点を取り入れたコミュニケーション技法や経験の共有により、ピアサポートでのコミュニケーションの基本や大切さを理解する。
------	---

時間	40分
----	-----

<伝えたいこと>

- (1) サポートにはよいコミュニケーションが欠かせません。
- (2) 相談では、積極的に話し手の意図を想像し、自分の想像を確かめ、理解を深める態度が求められます。
- (3) 話している相手の気持ちを考えましょう。自分自身の体験を話したときの気持ちを思い出すとよいでしょう。
- (4) 話を聴く環境は重要。プライバシー、距離感、目線、心地よさなどに配慮しましょう。
- (5) 「私」を主語にする伝え方をこころがけましょう。

出所：平成30年度 厚生労働科学研究費補助金（障害者政策総合研究事業（身体・知的分野））
 障害者ピアサポートの専門性を高めるための研修に関する研究 基礎研修テキスト（第3版）2019年 3月

東京都障害者ピアサポート研修 基礎研修概要

5 コミュニケーションの基本

伝えたいこと	講義の構成
サポートにはよいコミュニケーションが欠かせません	□ コミュニケーションを通じてできること ➤ 人は悩みを話すと希望が湧く ➤ 自分自身の物語を語る⇒自分自身を知る⇒自分自身を理解できる □ ピアの経験を活かすためのコミュニケーションのスキル（技術） ➤ コミュニケーションのスキル、技術を身につけることで、ピアとしての経験が活かされる

東京都障害者ピアサポート研修 基礎研修概要

5 コミュニケーションの基本

伝えたいこと

求められます
自分の想像を確かめ、積極的に話し手の意図を想像し、理解を深める態度が

講義の構成

□ 相談と雑談の違い

相談	雑談
- 目的があることが多い - 場所が決まっている - きちんと話を聴く	- 目的がないことが多い - 場所はどこでも - 何となく聴いてもOK?

□ 相手の目的や思いを想像、確認する

- 「あなたの話を聴いて私は〇〇〇と思ったのですが、あっていますか？」
- 自分の想像を具体的に投げ返すことで、相手は聞き手の想像が自分の話とズレているかどうか分かる。
- 確認を繰り返すことで、相手の話と自分の想像がズレない。

東京都障害者ピアサポート研修 基礎研修概要

5 コミュニケーションの基本

伝えたいこと	講義の構成
話している相手の気持ちを考えましょう 自分自身の体験を話したときに気持ちを思い 出すとよいでしょう	□ 誰かの話や体験を聴く態度 ➤ 自分の体験について話したときの不安や緊張した気持ちを忘れずに