

## 東京都障害者ピアサポート研修 専門研修 概要

1 1 セルフマネジメントとバウンダリー  
～ピアサポーターが葛藤しやすい状況～

伝えたいこと	講義の構成
<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">病気や障害をもちながら働く上でのセルフケアの大切さを知る。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ セルフケア           <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 支援が上手くいくこともあれば、上手くいかないこともある</li> <li>➤ 時には体調を崩す時もある</li> <li>➤ そうした時にバーンアウト（燃え尽き症候群）しないように、セルフケアによって、しなやかに対処する</li> </ul> </li>   <li>□ 自分自身の障害、病気や薬について理解する           <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 体調と付き合いやすくなる。主治医と話をする時に役立つ。</li> </ul> </li>   <li>□ 自己対処能力を身に着ける           <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 当事者と学ぶことのできる研修やワークショップへの参加</li> <li>➤ インターネットや書籍からの情報収集</li> </ul> </li>   <li>□ 職場内外でのピアサポーター同士のつながりを持つ（ピアサポーターが孤立しないネットワークづくり）           <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 共感し合える</li> <li>➤ 「自分ひとりが悩んでいるわけではないのだ」と気付き、心の支えになる</li> <li>➤ 特定の相談できる相手を見つけ、相談できる（守秘義務遵守は必要）</li> </ul> </li> </ul>

## 東京都障害者ピアサポート研修 専門研修 概要

## 【演習⑥】1 2 セルフマネジメントとバウンダリーの振り返り、気づきの共有

<p><b>獲得目標</b></p>	<p>●自分自身と向き合うことの大切さと自分自身を大切にすることの意味を再認識する。過去の失敗などを通して、ピアサポーターとして働くことで陥る葛藤ややりがいを共有し、対応について一緒に考える。</p>
<p><b>設問</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ 自分の障害、病気や薬を理解するためにしている方法は何でしょうか？</li> <li>□ あの時他者との適切な境界線と距離感（バウンダリー）を意識していればよかったとふりかえることはありますか？</li> </ul>

⇒ファシリの留意点についても、是非ご意見お聞かせください。

## 東京都障害者ピアサポート研修 専門研修 概要

## 13 チームアプローチ

獲得目標	●チームとは何か、また、チームの一員としてピアサポーターが働くために留意することや役割について学ぶことで、所属機関(チーム)におけるピアサポーターの役割と協働における留意点を理解する。
------	--

時間	40分
対象	ピアサポーター、専門職

## &lt;伝えたいこと&gt;

現在、地域の福祉サービス事業所をはじめ、医療機関や相談支援事業でピアサポーターの雇用されるようになってきました。いずれの所属機関においてもチームワークは欠かすことができないのが現状です。そこで、チームワークの理解を高めるとともに、その一員としてピアサポーターが働くために留意することや役割について学びます。

1. 「チームワーク」について学ぶ
2. チームにおけるピアサポーターの役割と留意的について理解する

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 専門研修テキスト

## 東京都障害者ピアサポート研修 専門研修 概要

## 13 チームアプローチ

伝えたいこと	講義の構成
チームワークと留意点におけるピアサポーターの役割と留意点	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ チームワークとは               <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 知識、技術、知恵と力を結集して、<u>協力しながら一緒に当事者をサポートしていく</u></li> </ul> </li> <li>□ チームにおいてピアサポーターが留意すべきこと               <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 大切なのは、利用者に保証される機会の確保を支援すること</li> <li>➤ 対 他のスタッフ：目標の共有や利用者への共通の理解など</li> <li>➤ 対 利用者：日常的なコミュニケーションを通して信頼関係構築など</li> </ul> </li> <li>□ チームの中のピアサポーターの役割               <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 利用者はケア会議等の中で、うまく話せないことが時々ある</li> <li>➤ たとえば、「質問したいことのリストをつくる」「必要に応じて休憩をお願いします」など、当事者に伝え、手助けする</li> </ul> </li> </ul>

## 東京都障害者ピアサポート研修 専門研修 概要

## 【演習⑦】14 チームアプローチの振り返り、気づきの共有

<b>獲得目標</b>	<p>● チームとは何か、また、チームの一員としてピアサポーターが働くために留意することや役割について学ぶことで、所属機関（チーム）におけるピアサポーターの役割と協働における留意点を理解する。</p>
<b>設問</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>□ ピアサポーターが協働するチームのメンバーについて考えてみましょう</li><li>□ チームにおけるピアサポーターの役割について考えてみましょう</li></ul>

⇒ファシリの留意点についても、是非ご意見お聞かせください。