

令和5年度 鳥栖三養基地域自立支援協議会  
第2回 ぐらしの支援部会地域移行・退院促進協議会研修会

『ピアサポート研修会』アンケート 令和5年8月10日開催

●紹介元

- 地域移行退院促進協議会に所属 11人 その他協議会に所属 13人  
ホームページを見て 2人 その他 11人

(1) 本日の研修会の内容を聞いて感じたこと、考えさせられたことありましたか？

○主体性について

- ・普段、自分が行っている支援を思い返すと、失敗する前に事前に教えたり、カバーしていたりすることが多く、その人のことを考えた時、主体性を奪っていたことが多かったなど良い反省する機会を得られた。
- ・人を助けることが時にはその人の経験の機会を奪うことがある。本人ができることは、本人にやってもらうというお話が、とても印象的で自分の生活を振り返りながら痛感しました。
- ・『人を助ける、支える』と言う事の項目の話にはっとさせられました。「主体性を大事に」と頭ではわかっているつもりでしたが、必ずしも相手のためになっているとは限らないのではと思うことが多々ありました。
- ・研修ありがとうございました。印象に残っていることは、主体性の大事さでした。支援の中でご本人がスムーズにできるように事前の準備、配慮によく目がいきますが、主体性を大切にご本人と一緒に考える、ご本人が決めることが出来る支援を改めて学びました。
- ・ご本人が主体性を持ち、安心且つ希望が持てるように生きていけるような声掛け、支えを心掛けていきたいと思いました。(支援機関として)
- ・主体性を取り戻すことや大事にすることは、自分自身のリカバリーにとって大切だと思う反面、例えば家族がいると自分の主体性ばかり主張するのは難しいかもしれないと考えさせられました。
- ・支援者がその人のためと思っていても、本人は苦しい思いをしている。主体性を大事にするということの大切さを身に染みて感じました。
- ・生きてみようと思うきっかけは、人それぞれあると思うので、相手をよく知る、理解することは支援の基本なのだろうと思いました。
- ・本人の主体性を大事にすること、失敗することから学ぶことがある。チャンスを奪わない事、そこから学びが生まれること。私たちが子供の頃から成長していく中で経験してきたことだと思います。双方向から支持に安心感、共感、いろんなキーワードがあり、本当に大きな気づきになりました。
- ・主体性の確保という言葉に重要性を感じました。主体性の確保こそが、ピアサポートや自助会の強みであると感じました。

○ピアサポートの活動から学んだこと

- ・ピアサポートの有効性の中で、共感、安心感はとても大切なことだなと話を聞いて感じました。
- ・ピアサポーターとは経験した人は初めて直面した人に手をさしのべる、ガイドヘルパー。感情に寄り添うことが大事と強く感じました。
- ・専門職もピアサポートになれるが、専門職の知識を置いて、人と人との関りをしっかり行うこと。共感、理解という言葉だけではない人としての関りが大切であることを気づかされました。

- ・ピアサポートは当事者同士の力を足したり、かけ合わせたりし、より強い共感力、安心感を共有して信頼関係を築く1つの手段なのだと感じました。

#### ○講師の先生に対する感想

- ・青木さんの「ありがとうございます」という言葉が自然で、二人の関係性の良さを感じました。主体性を大事にすること、考えさせられました。
- ・青木さんの視点は自分にとって新しい気付きも多く、お話を聞かせていただいてよかったです。堤さんとのやり取りの中で、より分かりやすく理解が深まりました。所属している事業所でもぜひ力を貸していただきたいです。
- ・講師の青木さんは、本当に心がきれいで、自身も社会の波にのまれて病気になりピアサポーターとして尽力される立場に素晴らしいと思いました。
- ・ピアの大切さを改めて聞いて、同じ目線で一緒に考えていくことが大事だと理解できました。
- ・青木さんの話、エピソードに対して堤さんが専門職として経験したお話がはっとさせられるものがありました。専門職としての当たり前が、当事者にとってどのように感じられるか、どのように受け取られるかを考えながら、当事者とお会いしなければならないと考えさせられました。わかったつもりで話さない事、寄り添うことを本当の意味で忘れないようにしたいです。
- ・本人が出来ることを奪わない。本人と一緒に考えるように付き合う。青木さんの心の温かさを感じた。

## (2) 研修の中で今後の生活や、業務活かしていけそうな事がありましたか？

#### ○相手に寄り添う支援について

- ・失敗したとしても、まずは相手の感情により添いたいと思いました。
- ・その人が向かうべき道へ進むためのより添い支援をしていけたらと改めて感じました。
- ・私たち支援者も、同じ生活者として寄り添えることがまだまだあると思いました。
- ・相手の希望に寄り添うことが、相手のリカバリーに繋がると感じた。
- ・感情に寄り添う。そこからどう発展するか、その人に向き合う。失敗することも大事。
- ・相談を受ける中で、意見を言うってしまうことがあるが、まず共感し安心感を与えサポートするよ、味方だから、大丈夫ですよと安心を与えられるような職員になりたいと思います。
- ・患者さんや家族はどう思い感じているのか、自身の立ち位置や相手の状況を考え、自分は何ができるのか考えていきたい。

#### ○本人の主体性を大切にした支援について

- ・主体性を支えていくサポートを忘れないこと、協働しあう、一体感による安心と後悔しない自己決定をサポートすること。
- ・経験をする、させる機会は大切だと思いました。人を育てる、一緒に業務をしていく仲間として伝え方は大事だと思います。チャンスを奪っているのではないかと、振り返りも必要だと思う。
- ・支援する方向ばかり考えていたので、今後は主体性を大事にしていきたいと改めて考えさせられました。
- ・グループホーム内でも、スタッフ依存のような方が数名おられるので、少しずつでも主体性（自分で考える力）を身につけていただけるよう支援していこうと思います。
- ・利用者への共感とその後、一緒に改善を考える機会を作る。
- ・「失敗する経験を奪わないでほしい」「失敗から学ぶことは大きい失敗させないようにするとそこから学

ぶ機会を奪うことになる」今までその点を重視せず支援にあたっていたような気がします。

- ・先回りした支援を考え直したい。感情に寄り添いたい。
- ・入居者同士の場づくり。支援者主体ではない意識の持ち方で取り組めることを考えていきたいと思いました。

#### ○人とのつながりについて

- ・施設に戻り社員に報告会の実施をして行動に結びつけれるようにしていきたいなと思い、人はやはり一人では生きていけないと伝えようと思いました。
- ・関係性に焦点を当てると青木さんがおっしゃっていましたが、現在、仕事やプライベートで人と関わる中で基本になりそうだと思います。

#### ○その他感想等

- ・本日の講演で「病院に行けば治ることを期待して受診する」という言葉ではっとしました。症状に左右され、生活に支障が出ること、長い目で付きあっていかなければならないものである認識が、自分の中で当たり前になっていたことに気づきました。
- ・「1分間の幸せ」本人なりの治したいという気持ちは外から見たら、理解できないことも、一生懸命やっ  
て生きている。当事者しか分からない、感覚や思いがたくさんあり、PSWの専門職として患者さんとど  
う向き合っていくものか改めて考える必要があると感じました。主体性を支援が奪っていくという言葉  
にハッと、自身の支援を振り返ることが出来ました。
- ・幻聴時の息を止める体験談、客観的に問題がある改善方法でも、本人は必死に出した答えなので受容しな  
いなと思いました。
- ・私自身のピアの立場で聞かせてもらいました。人と人のつながりはとても大切なことだと思います。
- ・楽器のお話、興味深かったです。同じ時間を共有すること、言葉はなくても繋がれる。色々なツールの可  
能性を感じました。
- ・ピアサポーター当事者の方の話は心に響きます。
- ・実経験から感情面を言葉でお聞きすることができ、考え深い研修でした。
- ・本日は貴重なお話有難うございました。改めて考えさせられる機会となりました。私の恩師の言葉を思  
い出し、初心に返れたよう思いました。恩師の「失敗する経験を奪わないように。一緒に転んで、起き  
上がれるまで横に居るだけでいい」という言葉です。
- ・目の前の相手を大切に、自分自身のことも大切にしながら生活していきたいと思っています。
- ・一方的でない支援とは、改めてスタッフで話し合う機会が持てたらと思いました。
- ・ピアサポートは、当事者同士のモノではなく専門職も自分の持っている資格を一旦横に置いて、ただの人  
としてという視点で関わることが生かせると思いました。
- ・私の周囲に病気の方がいて、なかなか治らず本人は不安になっていた時に、第三者的な人は「大丈夫よ」  
「そのうち治るよ」等の声掛けをされていてその本人は「本人しか分からない」と言っていたことを思い出  
しました。
- ・当自助会は「専門性」という面で弱いところがある。しかし、その専門性のなさの中には「一緒に考える」  
「共感」という強みを感じ結果として「主体的」の確保に繋がると思った。
- ・グループホームで楽器を持って弾くことが出来る方がいます。一緒にやれるとすごくいい関係性がうま  
れるのではトライしてみたい。