

ピアサポーター養成講座 石田氏・紅林氏レポート 2020年2月21日

講師 石田勝様「テーマ」ピアサポーターの可能性 地域移行・普及啓発の実践報告」

講師 紅林奈美夫様「テーマ」地域移行の現状と課題～ピアサポーターの可能性」

①当事者・20代・男性

障がいの特性もその人らしさも共にその人の性質に起因している→両方見なければならぬ
い・会話と議論の違いについて。生活力の低下、かつてできていたことが出来なくなる。
病院の中ではやらなくていいことだらけ ～朝ごはん、風呂、朝の新聞を取りに行く。
これらは、症状ととらえてきた面もある。強い親子関係→これらのことは一日目の講義で聞いた引きこもりのこととつながっていると思いました。

②当事者・30代・男性

対話から得られたものはオープンダイアログ、リフレクティング

③当事者・50代・男性

・死にたいという人に対して「いろいろと迷惑をかける、あなただけの命ではない」と説得してきた。(石田さん)・保護室には入りたいと思う人もいる。(多様性)・声をかけてみる。
相手は必ず反応している。・セルフスティグマからの脱却。・共感(思考、感情)・受容(聴く)・ありのまま。・対話の必要性・解決は意図していない。斎藤環しの概念 ・不確実性・
オープンダイアログ(感情に訴える)(議論、内容ではない)・入院の人の割合は65歳以上(紅林さん)年間一万人なくなって退院。・ノーマライゼーション(治すのではなく・・・)・
個人を重視・マイメッセージ(私は～)(対談)拘束について・・・物理的なもの、言葉によるもの・リフレクティング(傾聴)出ることの不安(重い方)出たい(比較的軽い方)バイスティック(援助する側は感情を押し殺すわけではない)

④当事者・50代・女性

「オープンダイアログ」は名称は知っている程度で、内容を初めて知りました。また、バイスティックの「統制された感情表出」も私の受け止め方が浅はかだったと気づきました。・
石田さんは本当によく勉強していらっしゃいます。敬服しました。子供が精神障害を抱えています。常日頃親子関係、特に親子同居が本人にとって良いのか悪いのか悩んでいます。本人の気持ちを良くくみ取り将来のことを考えたいと思います。

・ピアサポーターとしての面接技法を、一緒に学び合いたいと思います。

⑤当事者・50代・女性

一番心に残っているのは、石田さんが大切なこととして挙げられた「ひととしての本音を共に見つけ出せるようなピアサポーターになりたい」の部分でした。さらに、受講者のおひとりの方が家族に迷惑をかけたくないという理由で(下のお世話等)病院で最期を迎えたいといわれましたが、そのやり取りからも、尚「共に見つけ出せる」ピアサポーターになりたいと思いました。

⑥家族・70代・男性

長期入院の体験からの支援は当人と対話に大きなポイントになると思います。・入院中の想いとピアサポートの体験を多くの場で広めていってもらいたいと思います。・対話の大切さを教えてもらいました。

⑦当事者・50代・男性

拘束された。良くないことだと思う。拘束する人問題を無いものにしたい。言葉の拘束が横行していた。そんなに昔ではない。病院の中にはまだまだそういうものがある。

退院したくない。早く出て働かなくては→病気の症状が出て退院したくない。・疾患の特性からの恐怖。寝たきりの自分がちゃんとした暮らしができるかという不安→無理だという気持ちが出てきた。・当事者（うつ、躁鬱）は病気を抱えていっばいっばいだ。退院支援の尽力→この人は社会性の無い人だから、退院させてトレーニングしていくべきだ。

・議論と対話は異なるもの。議論と解決を目標にしない。情けで話をするべきだ。

⑧当事者・30代・男性

自殺を考えていて、説得されたという話をされていました。周りに取り残された人はどうなる？という話をされました。とても考え深い話だと思います。当事者の心の声を大事にしたということはとても大切だと思います。共感、受容、傾聴、コミュニケーションでとても大切なこと。ピアサポートにおける役割。話を聞くという話が出ました。入院中どんなことを思ったか伝えていくことが大事。石田さんと紅林さんのトークがとても面白かったです。その人の感情に合わせる事が大事。人との対話を実践でやってみたいです。共感、受容、傾聴を大切にしていきたい。

⑨当事者・50代

オープンダイアログ・傾聴、受容、傾聴の深い意味を教えてくださいました。オープンダイアログを学びたい。

⑩当事者・20代・女性

オープンダイアログについてももう少し勉強したいです。入院したことがないので、退院支援はきっとできないんだと思っています。対話がすごく深いお話でした。

⑪ボランティア・70代・女性

当事者が話すことによって地域の方々にわかってもらう必要性。他者の他者性素晴らしい言葉。（各々が異なることを認める）オープン対話（リフレイミング）対話方式でやっていただいて話をさせていただいたことが私の勉強になりました。入院中何を思い退院し同行動し、親との接し方、長期入院をしなくても地域とともに暮らせる欧米方式を知りたい。

⑫当事者・50代・男性

入院していて今の日本のデメリットもあるのが分かった。いつもご飯が出てくる。体調が悪くなったら、病院に行けることも大切だと思った。対話する結論や答えを求める人もいる時の対話の方法も話してほしかった。病院で最期をむかえる方もいることを知ったのがとて

も大きな学びでした。一結論や答えを求める対話の方法を学びたい。

⑬

長期入院してる人の話を聞いて良かった。オープン対話の大切さを知りました。感情を大切にしていることも知りました。

⑭当事者・30代・女性

退院支援についてのお話でした。私は入院したことがないのですが、入院している方がいいとか、地域に戻りたくないと思うのは、ご飯が出てくる、お風呂の用意をしなくていいから楽だからと思いました。私は日々ご飯を作るのは面倒だけど自分で考えて料理をして食べるということをしたかったです。入院したことの無い人は、退院する人のために何も言ってもらえない、私では役に立たないと感じました。対話ならできるかなと思いました。人の気持ちに寄り添ったピアサポーターになりたいと思いました。

⑮当事者・40代・男性

自殺を抑える体験は貴重に感じました。病院を出ること自体が怖くなっていく（長く入院していると）他者の「他者性」つまり多様性を認め生きていくと言うことは、重要な指摘だ。共感、受容（ありのままに受け入れる）、傾聴。病院入院患者が一万人以上がなくなるという形で「退院」している。

和を重視、異質なものへの抵抗感があるという指摘は、鋭い。対談面白かったです。有難うございました。「情」が重要—それが無くては何も伝わらない。ノーマライゼーションについてもっと詳しく勉強したい。

⑯当事者・40代・女性

死にたい願望を説得 接し方声をかけることを考えている。話でリハビリになれば—自分が体験な思い出活動しているのだろうか～長期入院の方が多。ノーマライゼーション→普通の生活を送れるように（ノーマル）成人になっても親は心配。長い入院まだまっただ。心理的支援→話を聞く 月並みな言葉でなく言葉のキャッチボールが必要。共感、受容、傾聴が大事。

⑰当事者・60代・男性

石田さんの対話非常に共感いたしました。私は体に障害があるのですが、入院時のお言葉は私も同じような体験をしましたのでよくわかりました。石田さんの生き方、人生に対する姿勢、とても素晴らしいと思いました。勇気をいただきました。「対話の大切さ」心に刺さりました。紅林さんお話の中で全国の高齢入院者の一万人がなくなって退院されるというお話にはショックを受けました。後、ノーマライゼーションのお話には強く関心を持ちました。また、長期入院のデメリット入院機関の民間化のデメリットのお話、強く関心を持ちました。ありがとうございました。答えを求めるのではなく、ただ寄り添う相手を思うことの大切さ心に残りました。（二人の対話の中で）

⑱当事者・40代・男性

セルフスティグマの意味が「社会の一般の人より自分が劣っている。自分で自分をを排除し

てしまう考え方」だということが分かった。対話は「心のキャッチボール」議論は「解決を意図して話し合う」ことなんだと言うことを学んだ。・言葉の背後にあるその人の真実ということとは新鮮な考えで、自分も真似をしたいと思います。」ユーモアを交えて話してくださいだったので場が和んでよかった。ありがとうございました。身体拘束の現実はそんなに醜いことが行われているんだということが分かった。具体的な話が聞けて良かった。

⑩当事者 40代 女性

他人は自分と違う。相手をありのままで受け入れる。→時間と信頼関係が必要→対話が必要
オープンダイアログ

対話とは解決たいとか結論を導き出したいと思うのではない。

コミュニケーションは共感・受容・傾聴が大切。

共感（相手が話したことについてじぶんの感情を重ね合わせる）

受容（ありのままに受け入れる、理解する努力をする）

傾聴（今まさに起こっているように想像する、相手の話をしっかり聞いてあげる）

オープンダイアログ・・・斎藤環先生

対話・・・声をかける時決定を促すのは×調子はどうですか○その人の感情に訴える、心のキャッチボールをしないと、人の心は伝わらない。情で相手を思ってますよ。

全国で年間1万人以上も病院で亡くなるという形で退院するという話はショックでした。

オープンダイアログのおはなしを聞くことができ良かったです。対話について今まで考えたことがなく、今日は感情をかよわせることの大切さを学びました。