

---

---

# KHJ 全国大会 in 北海道

～ひきこもりピアスタッフからの報告～

---

---

報告者：大橋伸和

# 1. 自己紹介

- 名前 大橋伸和（おおはしのぶかず） 35歳
- 札幌学院大学人文学部人間科学科卒業（2015年度卒）  
→ 25歳でAO入試により入学した
- 13年ほどの期間、場面緘黙※（ぼめんかんもく）であった。  
→ 小学4年生から24歳くらいまで
- 不登校・ひきこもり経験者

※場面緘黙（選択制緘黙症とも呼ばれる）

言葉を声に出せなくなり、極度の緊張や不安から体が硬直してしまう症状。  
これにより、コミュニケーションの根幹が失われる。

## わたしのこれまでの歩み

- 幼稚園～病弱でそう通園日数の半分くらいを休む
- 小学校～人間関係が極度に苦手 5年生から不登校に
- 中学校～不登校でほとんど登校できず
- 高校～なんとか通うことが出来るが孤立（ぼっち）で終わる
- 高卒後～行き場のなさからひきこもりに
- ひきこもり～ネットゲームの仮想世界が居所になる

## わたしのこれまでの歩み②

- ひきこもり期～徐々に居場所が拡大し、作業所通所につながる
- 作業所期～言葉を出してコミュニケーションが取れるようになる
- 大学時代～在学中に恩師との出会いから様々な飛躍へつながる
- 福祉的就労～様々な困り感が顕在化し、退職に至る
- 就職模索期～自分が働けるには「普通」になるには？を模索
- ピアスタッフ期～現在。自身の経験を負の遺産ではなく  
強みとして活かし活動。

# 活動内容

## 講演活動

→場面緘黙経験談・支援方法等の語り手

→引きこもり・不登校経験談の語り手

## 執筆活動

→経験をもとにした論文・文書の作成

どういう思いで活動しているのか

⇒当時の辛い経験から今も苦しむ人の力になりたい

より良い関わり方、環境があれば良かったという思いから

人間らしい楽しいはずの青春時代を失ってしまった悔しさ

すこしでも当事者の支援につながればという思い



### 3. よりどころの活動

ピアスタッフ（ピアサポーター）とは？

おなじような経験者・立場にあるひとによるサポートを行う者

よりどころにおけるピアスタッフとは？

→ひきこもり経験者・当事者による、

当事者・保護者、支援者を対象とする活動。

一緒に活動したり、

親の会ではグループワークのファシリテーターや

話題提供の講演、対談などを行う。

## よりどころの活動②

ピアスタッフ活動参画の経緯

- 自身の経験を活かせる場所を探していた
- 前職での失敗経験
- 田中敦さんからの声掛け
- 札幌学院大学自助グループ「雑談会」での経験が源流となっている

ピアスタッフとして何がやりたいのか

- 当事者への関りを通して、本人にとってのより良い生活・社会とのかかわりを
- 保護者への関りを通して、本人への理解と協力、関り方法の模索
- 周知活動を通して、社会的排除としてのひきこもり系周辺問題提起

## よりどころの活動③

よりどころにおける活動

### ○当事者会

一緒に雑談をしたり、ゲームをしたりする。

### ○親の会

話題提供やグループファシリテーターをする。

毎回の会場設営・撤収作業 振り返り検討

プログラム内容の提案・実施

例：テーマ対談企画の提案とテーマ案提示、実施など

主体的に、よりどころ活動に参加よりも参画すること

## 4. ピアスタッフ活動について

■ピアスタッフ活動で大切にしていること

⇒幅広い人が安心して参加できる環境



実際の方法論として、当事者会では

「自由型活動」と「テーマ型活動」の2つを大切にしている

- 自由型活動とは  
居場所で自分の時間を過ごす。雑談をする。
- テーマ型活動とは  
やることが決まっている活動。誰かの主導のもと動く活動。ゲームなど。



## ピアスタッフ活動について②

■なぜ2つのタイプの活動を大切だと考えるのか？

その時々や時期によって変わるが・・・

自由型活動が合う人とテーマ型活動が合う人がいる（得意・苦手）

<例>

（人と関わるのが苦手で、人の輪に入ると極度に緊張してしまう）

→このような方が雑談グループに入ると、安心できない辛い時間になることも

→しかし、やることが明確に決まっていて、自分はこの時間これをすればいいとイメージできる（見通しが立つ）活動なら、やり過ごせる。楽しめる。

というタイプの人もある。

...雑談よりトランプのババ抜きなど

⇒上記の例だと自由型よりもテーマ型活動が安心できるのではないか

## ピアスタッフ活動について③

### ■2つのタイプの活動の流動性

「このひとはこのタイプ」「この活動はあの人」のように決めつけず、自由にそれぞれの活動に移動しやすい環境づくり

→人それぞれだが、本来的には雑談したい気持ちがありつつも、人前での緊張というのが阻害要因となって自由型活動に参加できない人でも「安心」「自信」などにより参加できるようになることもある。

### ■活動の流動性をいかに生み出すか。

- ・活動前に周知...「場所の移動は自由です」と伝える
- ・活動中の声掛け

## ピアスタッフ活動について④

### ■親の会で大切にしていること

中々お互いの気持ちがわかるようでわからない親子関係

わが子の気持ちを理解するための懸け橋となること

必ずしも合致するわけではない経験談

しかし、当事者・経験者の立場からの話や意見を聞くことで、新たな視点や客観性が生まれることがある

⇒このための仕掛けとして、親の会の前段で行う当事者による講演や対談やグループトークにピアスタッフが入るということがある

## ピアスタッフ活動について⑤

■ピアスタッフの人格性 ...はざまに揺れる活動人格

「友人」と「支援者」のはざま

→当事者会において

「当事者」と「スタッフ」のはざま

→親の会において

■ピアサポートの評価

⇒よりよい「過程」と「成果」を考える 成果より過程重視

⇒安心できる環境づくりとは

## ピアスタッフ活動について⑥

### ■ピアスタッフの大変なところ

→記録をつけること

→体力・精神力（親の会では特に）

→方法論がないことへの不安感

○（専門性を学ぶことがない）ことの是非もある

- ・専門性を中途半端に学んでしまうことの危険性
- ・素人だからこそ見れる視点や寄り添い
- ・支援員と参加者のはざま

## ピアスタッフ活動について⑦

### ■私自身にとってのピアスタッフ活動の今後

- ・ 散発拠点型から常設拠点型への移行
- ・ 札幌外での活動の必要性
- ・ 自身の体調との兼ね合い
- ・ 金銭的生活基盤の確立（長く続けるために）
  
- ・ ひきこもりの哲学的模索
- ・ （就労解決主義）へのアンチテーゼ
- ・ ひきこもりだけではない 社会から排除される存在の社会的認知向上
- ・ 社会問題の現象としてのひきこもり

ご清聴

ありがとうございました！