

分科会2) ピアサポーターを活用した支援のあり方

～②ピアサポートのあり方～そもそもピアってなんだろう？～

【コーディネーター】

下田亮太(つきゆび)(高知県やいろ鳥の会)

【ピアサポーター】

加藤和江(楽の会リーラ 家族)

登坂真代(横浜ばらの会)

日花睦子(大阪虹の会 家族)

馬場貴裕(津山きびの会)

【分科会の流れ】

① 上記 5 名による座談会

～テーマ～「家族会とピアサポート」～「ピアサポートってなんだろう？」～「それぞれの経験の話し」など

② 参加者の皆さんにとってのピアサポートって？

チャット等を使用して参加者の皆様にも思いを発してもらえる場を作りたいと考えています。

※カメラオフ、マイクオフの参加も大歓迎です。お気軽にご参加ください。

【分科会紹介】

今回登壇する 5 人のメンバーは立場も活動地域も経験もそれぞれ違います。そんな 5 人が「今回の場が色々な方にとってピアを感じられる場になったらいいなあ」と思いながら準備を進めてきました。ぜひ 5 人の自己紹介と分科会への思いに目を通してみてください。分科会で皆様とご一緒出来ることを楽しみにしています。

<自己紹介>



下田亮太(つきゆび)【コーディネーター】

「KHJ 高知県やいろ鳥の会」

人生につきゆびしました。中2で不登校になりその後ひきこもりを経験。一年遅れで定時制高校、夜間の短大へ進むも、また断続的にひきこもりを繰り返すようになる。現在は私なりに「人」と繋がりながら生きることを模索中。「生きてて良かった」「生きていてもいいんだな」をつなぎ合わせて生きてます。「その気になれば誰でもピア」

<分科会への思い>

「ひきこもることでは自分の人生の主導権を握ることが出来なかった」「子どもが辛い時に寄り添えなかった」「家族がひきこもっているがどのように関わればいいのか分からず無力感を感じる」など、家族会には色々な思いを抱えた方が集まってきます。辛く苦しい経験を元に

人と繋がるということは時に痛みを伴いますが、時にそれは誰かを癒やしたり、時に自分が癒やされていることに気付いて涙したり、ただただ一緒に居ることで魂が重く感じられるような安心感を得られたり、苦しみや悲しさの中にも希望があることを見つけられたりすることがあります。それは、当事者や家族、ときには支援者といった立場を超えて、今を生きるひとりの人として相互に作用するものだとは私は強く信じています。

今回、分科会のコーディネーターとして、私の特別なピアである、ひばなさん、加藤さん、登坂さん、ばばちゃんをお招きして、「家族会とピアサポート」「ピアサポートって何だろう？」といったことについてお話をさせてもらったり、ご参加いただく皆さんにもチャットなどを使って相互に交流が出来たらと思っています。

この機会に改めてピアサポートについて立場や垣根を超えて一緒に考え、見つめ直してみませんか？どうぞお気軽にご参加くださいませ。

<自己紹介>



登坂真代

「KHJ 横浜ばらの会」

「手作りおやつ工房とさか」

「ひきこもったまま生きよう」と工房を始め、自分が元気であることが人のためになると納得する。苦しみを経験したピアだからこその視点で、「ひとりじゃないよ」「生きてていいんだって私もやっと思えるようになったんだよ」と生きづらさに寄り添っていけたらと活動しています。

<分科会への思い>

インクルーシブな社会を考える時、家族会の役割って何だろうと思うんです。私はKHJ ピアサポーター養成研修を受け、本音で話せる仲間ができました。それぞれの地域で仲間が活動していると思うと、「ひとりじゃないんだ」と離れていても心強く感じます。家族会で学んだことやひきこもり当事者の居場所が、家族会内だけになってしまわないように。家族会で元気になったピアサポーターが、多様な人と出会う中でひきこもり理解が社会全体に広がり、誰もが生きやすい社会になったらと思います。疲れたり落ち込んだりした時、「話を聞いてもらえる」「自分も誰かの元気につながっている」と感じられる場がピアサポートの場かなと思います。今大会を通じて出会う皆さんとも、ともに支え合える「ピア」になれば嬉しいです。

〈プロフィール〉



ばばちゃん

(津山きびの会理事兼ピアサポーター・前KHJ支部長)

人生で4度、通算で10年以上のひきこもり歴を持つ。第二次ベビーブーム世代でバブル崩壊後にフリーターとして就職。40歳を超えてのひきこもり期に心療内科を通じて、福祉関係の居場所に繋がる。居場所は精神障がい者が主で、発達障がい者としては馴染み難かったが、知り合った友人の『ばばちゃんにとっての苦しみ』という個性の受け止めの言葉と、ひきこもり大学の概念から、ひきこもりは希少経験だからこそ社会的に大きな価値がある事を知り、自分の過去と個性を肯定的に受け止めはじめリカバリーが加速する。現在は福祉職に就く一方で、『個性を尊重される事が人のリカバリー(元気の回復)に繋がる』という考えでピアサポートとWRAP(元気回復行動プラン)の活動に力を入れている。

〈分科会について〉

日本でもピアサポートという概念が広まりつつありますが、KHJという当事者と家族が混在出来る団体ならではの、立場を問わないで一人の人として交わされる個性と苦しみの受け止めについて意見交換できたらと思っています。

〈自己紹介〉



加藤和江

「東京都 楽の会リーラ」

10～30代は生きづらさを抱えながら目立たないように生きていた。

40代になると、息子達が不登校・ひきこもりになり、自信喪失、絶望、不安でもがき苦しみながらも、多くの仲間との出会いと多くの気づきがあった。そして今、新たなことにチャレンジしながら人生を楽しんでいます。

〈分科会への思い〉

家族会はピアサポートの場、同様な経験をした仲間がいる、そのままの存在を認めてくれる、そばにいてくれる、話を聴いてくれる、それだけで安心する。

ひとりひとりの貴重な経験は誰かの支えになっている。私も仲間を支えられているこの場所で、ピアサポート活動が続けています。

<自己紹介>



ひばなちかこ(日花睦子)

「NPO法人大阪虹の会、泉州ひきこもり家族会コムド」(母)

おしゃべりが好き過ぎて、それを活かして口報担当しています、と名乗れるようになるまで紆余曲折ありました。子のひきこもりに悩んでいるつもりが、実は自分自身の問題だと気づき、肩肘張っていた鎧を脱いだ生き方を探すことに。いろんな人といろんな形でつながりながら、自分のやりたいことを楽しむのが活動の軸。

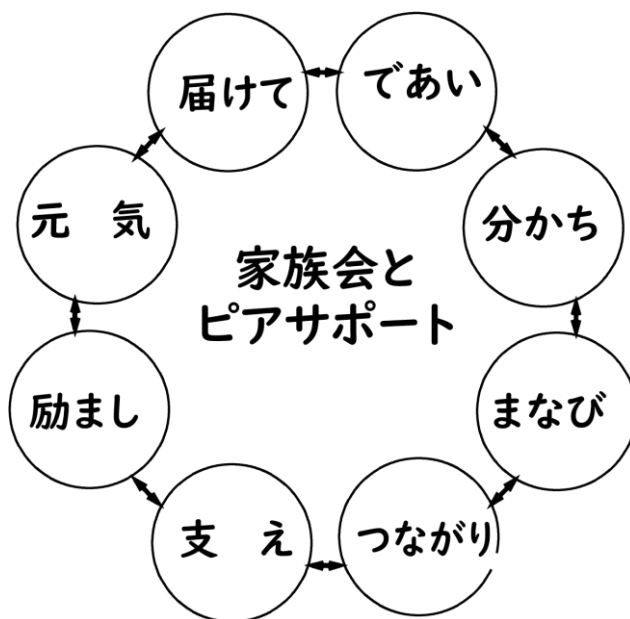
<分科会の紹介>

5人の登壇メンバー。それぞれが全く異なる場と立ち位置で活動しています。オンラインなればこそその幾度かの出会いの中で、互いに、信頼や尊敬も、苦手や困難も、素直に伝え合える関係が心地よい「ピア」です。

その5人が、準備会を重ねながら、こんなつながりも「有り」だと、新たな人間関係の可能性を広げられました。

その中で、あっ、そうなのか、肯定する、というのは、自分のことも相手のことも、その置かれている環境や地域性、立場なども全てひっくるめて、そこで「生きている」ことに拍手することなんだ、「ピア」の活動ってそんな安心と安全を提供し、みんなの心地よさをつくりだしていくことなのだ、と気づいていきました。

この分科会では、個々それぞれの「ピアサポーター」としての経験についてお話ししながら、参加されたみなさんといっしょに、それらの気づきを更に深め、共有していきたいと思っています。



◇わたしにとって、生きたいという活力源は、家族会活動です。

家族会では、

たくさんのであいの中で
思いを共有して分かち合い
新たな気づきにまなび合い
少しずつつながり
不安や悩みを支え合い
互いに励まし合い
もらった元気を
誰かに届けていけば
また新しいであいを広げる

その循環が、わたしの「やりたい」と「楽しい」の原動力です。
わたしにとって、これがピアサポートなんだなあと思います。