

## 【基礎研修シラバス】(案)

科目	獲得目標	内容	時間数
1. オリエンテーション	<ul style="list-style-type: none"> <li>・障害者ピアサポート研修の流れと目的を理解する。</li> <li>・講義と演習を繰り返し行うため、グループワークに参加する際のルールについて理解する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・2日間の研修の目的、概略を説明する。特に本研修が障害福祉サービス等で職員として働くピアサポーターの養成及び、ともに働く事業所職員のピアサポートへの理解を促進することを目的としている点についての理解を深める。</li> <li>・グループワークへの参加に関するグラドルールなどを提示し、積極的な参加を促す。</li> </ul> <p>〈グラドルール例〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○グループに積極的に参加しましょう。</li> <li>○しっかり聴く姿勢を心がけましょう。</li> </ul> <p>もちろん、内容によっては「パス」という選択もあります。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○一人ひとりの考えを尊重しましょう。</li> </ul> <p>どのような意見や発言も批判や否定をしないで傾聴しましょう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○時間をひとりじめするのではなく、わかちあいましょう。</li> <li>○お互いの信頼がなければ話はできません。参加者個人の情報、その場において帰り、他人に話したりしないようにしましょう。</li> </ul>	—
2. ピアサポートの理解	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ピアサポートとは何かという基本について理解する。</li> <li>・ピアサポート活動は、多様であり、障害者の人権と深く関連していること、障害当事者がその経験を活かして障害福祉サービス等で働くこともピアサポート活動の一環であることを学ぶ。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ピアサポートとは仲間（ピア）としての支えあいであることを理解する。ピアサポート＝経験を活かして働くということではなく、多様な領域で多彩な活動が展開されており、障害福祉サービス等で働くこともその一部であるということを確認する。</li> <li>・ピアサポートは他領域でも活用されているが、障害領域でも、精神障害、身体障害、知的障害、難病、高次脳機能障害発達障害など、それぞれの障害ごとに多彩なピアサポート活動が展開されてきた歴史があることを学ぶ。</li> <li>・ピアサポート活動と「障害者の権利に関する条約」は大きく関連しており、条約は人の多様性を認め、当事者の意思を尊重することの大切さを謳っている。ピアサポート活動もまた、障害者の人権尊重ということを大事にしている実践であることを学ぶ。</li> <li>・条約が示している「社会モデル」は、障害があることは個</li> </ul>	講義 30分 演習 60分

		<p>人の責任ではなく、社会がさまざまなバリアを除去していくことによって、障害のない人との平等が実現されることであり、「合理的配慮」の必要性を理解する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・演習においては、グループメンバーの自己紹介を兼ねて、自分が経験から考えるピアサポートや、自分自身の強みについて話し合い、これからはじまる研修のウォーミングアップを行うとともに、相互理解を深める。</li> </ul>	
3. ピアサポートの実際・事例	<p>・「ピアサポートの理解」においても、障害ごとのピアサポートについて触れたが、ここでは、障害当事者の経験に基づく語りを通して、より具体的にピアサポートを理解する。</p>	<p>・多様な障害領域のピアサポーターがそれぞれの障害領域におけるピアサポートの歴史を踏えつつ、その活動の実際をわかりやすく語ってもらうことにより、ピアサポートへの理解を深める</p> <p>【例】精神障害、身体障害、知的障害、高次脳機能障害、難病、発達障害など。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・さまざまな障害領域でピアサポートが活用される場所や方法は異なるが、共通しているのは、経験を生かして活動する点にあることを理解する。</li> <li>・演習においては、体験に基づく講義を踏まえ、障害当事者の方は自分の経験の活かし方を考え、事業所職員はピアサポートをどうしたら活かすことができるのかを考える。</li> </ul>	<p>講義 70分 演習 40分</p>
4. コミュニケーションの基本	<p>・人を対象としたサポートでのコミュニケーションの基本として、話を聴くことの大切さと積極的に話を聞くためのスキル、そして話すときの環境の重要性について学ぶ。</p> <p>・ピアサポーターとして話を聴くことの意義やその人の価値観を尊重する姿勢について理解する。</p>	<p>・人を支援する際に、良いコミュニケーションが必要とされるが、特に「話を聴くこと」は単なる受け身の行動ではなく、相手にポジティブな変化をもたらすのだということを意識する。聴くということの大切さを理解した上で、積極的に話を聴き、コミュニケーションを進めていくスキルと、話す際の環境への意識を促す。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・また、ピアサポーターとして語り、聞きあうことや弱さを開示することはお互いのつながりを深めることにつながり、お互いの世界観（ものの見方）を尊重する姿勢により、信頼関係が育まれていくことにも結び付く。</li> <li>・演習では、自分が安心して話せたときの相手の態度を思い起こして共有する。その後、3人一組になり、聞き手、話し手、観察者の役割を入れ替わりながら、話を聴くということを体験するワークを行い、お互いのその場での体験によって、良かったこと、難しかったこと、感じたことなど、気づ</li> </ul>	<p>講義 40分 演習 60分</p>

		<p>きを共有する。</p> <p>*グループの人数などにより、実施方法は工夫を要する。</p>	
5. 障害福祉サービスの基礎と実際	<p>・障害福祉サービス等は、誰もが自分らしく共に生きる社会を実現するための重要な手段であることを理解し、障害福祉施策の歴史や仕組みを知る。</p>	<p>・ピアサポーターが実際に雇用される障害福祉サービス等の役割、歴史や現状、その枠組みなどを把握する。</p> <p>・現在の制度は、多くの障害当事者が声を上げ、国と対話してきた歴史であることを理解する。</p> <p>・サービスを利用する際は、「どのサービスを使うか」よりも「どのような生活をしたいか」ということを考え、サービスの活かし方を考えることが重要で、そこに経験を持つピアサポーターの視点が活かされることを意識する。</p> <p>・演習では、暮らしのなかのどんなところにピアサポーターがいて、どんなことが出来ると良いか、あるいは、自分自身が「あの時ピアサポーターがいてくれて助かった」であったり、「あの時、ピアサポーターがいてくれたら」と思った経験などを含めて話し合う。</p>	<p>講義 40分 演習 20分</p>
6. ピアサポーターの専門性	<p>・ピアサポーターの専門性の中心的なことがらについて学ぶ。</p> <p>・支援の質向上のために他職種との協働を学ぶ</p>	<p>・ピアサポートを行う対象の障害者と、似たような立場性があることを活かせること、病気や障がいの体験と「リカバリーの経験」を活かせること、本人中心の支援の大切さについて、関係者に伝えることができるといったピアサポーターの大切な専門性と役割について理解する。</p> <p>・その人が望む生活の実現を支援していく際に、多職種との協働が必要である。協働していく際に、ピアサポーターは意思表示しやすい環境を作ったり、代弁したりしながら本人の立場に寄り添う。</p> <p>・多職種との意見の対立が生じた時には、相手の立場や背景を尊重した丁寧な対話が必要であり、その積み重ねがお互いの信頼関係の構築につながる。</p> <p>・演習においては、ピアサポートの専門性を活かすための取り組みについて考える。また、ピアサポーターと他の職員の意見が合わなかった時に、お互いにどのように対応するのかという点についてディスカッションし、協働についての認識を深める。</p>	<p>講義 30分 演習 50分</p>

## 【専門研修シラバス】(案)

科目	獲得目標	内容	時間数
1. 基礎研修 の振り返り	<ul style="list-style-type: none"> <li>・基礎研修で学んだことを振り返るとともに、専門研修の概要を理解する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ピアサポートの多様性、当事者の意思を尊重するという基本的な姿勢、経験を活かし、その人の大切な強みを引き出すピアサポートの専門性など、基礎研修での学びを振り返る。</li> <li>・専門研修での学びの大枠を理解する。</li> </ul>	講義 30分
2. ピアサポ ーターの基礎 と専門性	<ul style="list-style-type: none"> <li>・“リカバリー”の概念について理解する。</li> <li>・障害者ピアサポーターとしての専門性について改めて確認する。</li> <li>・障害や病気のある者がありのままの自分らしく生きようとする過程やこれまでの経験等を言葉にすること（リカバリーストーリーを語ること）の大切さを理解する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ピアサポーターは、障害や病気によって、人生において困難な体験をしたとしても、そこから“リカバリー”（単に病気や障害を克服することではなく、「障害があっても自分の望む暮らしや生き方ができるようになること」ということ）をしていこうとする人たちが、希望を見いだすことを後押しする役割を担っていることを理解する。同時にリカバリーの形は人それぞれであり、それを尊重し、誰にでもその可能性があることと信じるのが大切である。</li> <li>・講義においては、障害当事者の講師が自らのリカバリーストーリーを語ることにより、理解が深まる。</li> <li>・リカバリーストーリーを語ることにより、語り手は自分の歩みを再確認し、聞き手に受容されることで自エンパワメントされるといった効果がある。聞き手は多様なリカバリーの可能性を迫体験し、体感的に理解することができる。リカバリーストーリーは、必ずしも公表する必要はなく、自分の中で支援の指針にすることも有効であり、また、社会へ発信することによって偏見の解消や共生社会の実現に寄与する面があることも理解しておく必要がある。</li> <li>・ピアサポーターが自身の経験を「利用者中心の支援」のために活用することにより、経験の分かち合いができ、ロールモデルとなったり、当事者として本人の意思を尊重する「権利擁護」の視点を示すことにつながる。</li> <li>・演習では、ピアサポーターだけではなく、事業所の職員もリカバリーストーリーを書く。障害当事者とは立場が異なる部分もあるが、これまでの人生における困難と向き合い、どのように自分らしく生きてきたのかを書く。自分の描いたリカバリーストーリーをグループメンバーに語りながら「他人がリカバリーするのを手助けする」ために「他者に自分を差し</li> </ul>	講義 40分 演習 60分

		出す感覚」を主体的に学ぶ。また、他の人のリカバリーストーリーに耳を傾け、分かち合うことを体感する。 *ただし、語りたくない人に強要するものではなく、そこで語られたことはその場に置いていくことをルールとする。	
3. ピアサポートの専門性の活用	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ピアの専門性を活かすために重要な視点を理解する。</li> <li>・ピアの専門性の活かし方を具体的な例から学ぶ。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ピアサポーターは、リカバリーストーリーを単に話すだけでなく、相手と「共に時間を過ごし、悩み、解決策を考える」といった具体的なプロセスを通じて支援する。</li> <li>・その際に重要なことは、本人中心の支援を意識すること、自立の意味を問い直すことや多様な形での社会参加について理解することが重要である。</li> <li>・医学モデルと社会モデルを統合した障害理解や、ストレングスの視点を学び、多角的な視点からその人の置かれている状況を理解することの必要性を学ぶ</li> <li>・その人の意思決定を支援し、伴走者としてエンパワメントしていく役割についても理解する。</li> <li>・演習においては、事例を通して、ピアサポートの専門性が具体的な場面でどう活用できるのかを理解する。3つの事例から1つの事例を取り上げ、その人個人のストレングスと取り巻く環境のストレングスを見つけ出し、ピアサポーターとして、あるいは、事業所の職員として伝えたい経験やどのような支援が考えられるかを話し合う。</li> </ul>	<p>講義 40分</p> <p>演習 40分</p>
4. チームアプローチ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・チームアプローチの必要性について学ぶ。</li> <li>・多職種とチームの一員として、連携・協働していくには、共通の目的と責任を分かち持つ必要があることを理解する。</li> <li>・それぞれの職種の価値観の違いを理解しながら対話することの必要性を学ぶ。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地域での生活には多くの要素が複雑に絡み合っており、ピアサポーターが支援対象となる人のニーズを引き出せても、実現するためには、他の専門職の助けが必要であり、チームアプローチの必要性がある。</li> <li>・チームアプローチでは本人が希望する生活を実現するという目的を共有しながらかかわるが、ピアサポーターは、同じような経験を持つ者として寄り添い、実際の生活の知恵を具体例として示し、本人がイメージを持ちやすくしたり、専門職や家族などとの「かけはし」として、権利を擁護する役割を果たす。</li> <li>・多職種とチームの一員として、連携・協働していく際に、お互いの価値観の相違から対立するような場面もあるが、ピ</li> </ul>	<p>講義 40分</p> <p>演習 50分</p>

		<p>アサポーターは自分の役割を自覚し、共通の目的（本人の希望する生活）を実現するために丁寧に対話していくことが重要である。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>各講師が事例などを通して講義を行うことで、チームアプローチに対するイメージを持つことができる。</li> <li>演習においては、自分が所属する事業所の支援者（職種）、あるいは連携・協働している他機関の名称（職種）をあげ、役割分担について整理し、経験がない人は、これまでの生活や支援の経過のなかで、登場した支援者をあげ、その役割について整理する。</li> <li>チームアプローチがより効果的に展開されるための工夫について考える。テキストのAさんの事例をもとに、チームにおけるピアサポーターの意義について学ぶ。</li> </ul>	
<p>5. 労働環境と合理的配慮</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ピアサポートを活かす職場環境（安心・安全な職場）について理解を深める。労働条件や、権利を確認し、ステップアップできる仕組みの必要性についても学ぶ。</li> <li>合理的配慮について理解する。</li> <li>ピアサポーターにとっての合理的配慮について理解を深める。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ピアサポーターが安心して働ける安全な職場の条件として、組織の中での理解が得られていること、「ストレングス視点」の浸透、対等な関係性の構築と、ピアサポーター本人の自己理解などが挙げられる。</li> <li>労働条件については、ピアサポーターも他の職員同様に、就業規則の遵守が求められ、職場としては、雇用契約の内容を雇用契約書・労働条件通知書）で示す必要がある。特に障害特性や立場ゆえに起こりやすいハラスメントに対する相談体制を整える必要性や、合理的配慮の提供に関する確認、重度障害者の就労支援として実施されている「重度障害者等就労支援特別事業」への知識も必要となる。</li> <li>他の職員同様、ピアサポーターに対しても、キャリアパスによるステップアップできる仕組み作りが重要である。また、働き続けることを支援するために、相談体制の構築も重要であることを認識する。</li> <li>合理的配慮とは、「障害のある人が本来持っている力を発揮できるよう、周囲の環境や仕組みを調整することであり、「機会の不平等を正すための正当な調整」であり、合理的配慮の提供は雇用する側の法的義務であることを理解する。</li> <li>ピアサポーターにとっての合理的配慮とは、「良い支援を行</li> </ul>	<p>講義 40分 演習 40分</p>

		<p>うために必要なサポートを得て、安心して役割を果たすこと」ができるための職場での配慮であり、ピアサポーター自らの意思表示（自己開示）が出発点となる。職場と本人がお互いに実現可能なラインを「対話」によって合意を見つけていくプロセスが重要である。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ただし、利用者への「経験の分かち合い」としての自己開示と、職場への「合理的配慮」のための自己開示は意味が異なり、職場への自己開示は、ピアサポーター自身が納得できる範囲と方法で進めることが大切である。</li> <li>・演習では、ピアサポーターが強みを活かして働けるための環境づくりとしてはどんなことを行っているか、どのようなことが望まれるかなどを具体的に話し合ってみる。</li> <li>・合理的配慮について、これまでの職場で経験したことをグループで話し合うことを通して、事業所で職員として働く上での権利や倫理観について確認する。</li> </ul>	
<p>6. バウンダリーと倫理</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ピアサポーターとして働く上で、陥りやすい葛藤について認識しておく。</li> <li>・バウンダリー（境界線）を意識することで、自分と相手を守り、お互いに責任を果たせるようなほどよい関係を継続していくことができることを理解する。</li> <li>・ピアサポーターが仕事として支援する時に守るべき倫理について学ぶ。</li> </ul>	<p>&lt;バウンダリー&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・対人支援を行う上で、何らかの葛藤を抱えることは成長の糧にもなるが、「当事者（仲間）」と「支援者（仕事）」の2つの立場の間での役割葛藤などで、バーンアウト（燃え尽き）につながったりするリスクがある。それを解消していくために、自分と相手を尊重し、ほどよい関係を保つためにバウンダリー（境界線）を意識しておく必要があることを学ぶ。</li> </ul> <p>&lt;倫理&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ピアサポーターが自分の経験を伝える際に、相手に「こうしなければならぬ」と強制しないよう注意すること、特定の利用者とだけ個人的な贈り物のやり取りをするような不公平な態度を避けること、業務で知り得た全ての情報を外部に漏らさない義務（守秘義務）があることを認識していく必要がある。</li> </ul> <p>ただし、命の危険がある場合や虐待が疑われる場合は、法律に基づき通報が優先されることについても理解する。</p>	<p>講義 40分</p>

7. セルフマネジメント	<ul style="list-style-type: none"> <li>・セルフマネジメントとは何かということを理解する。</li> <li>・ピアサポーターとして働く際のセルフマネジメントの重要性を学ぶ。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・セルフマネジメントとは単に感情を抑えることではなく、自分の体調・気持ち・行動のバランスを整え、より良い形で仕事を続けるために必要な力である。</li> <li>・自分の障害特性を客観的に捉え、無理しすぎないように調整することであり、ピアサポートの現場では、相手の苦しみ共鳴してエネルギーを消耗しやすいため、日々のセルフチェックが「専門性の一部」となる。</li> <li>・セルフマネジメントによる調整は、「逃げ」ではなく良い支援を続けていくための「技術」であるという認識を持つ。</li> <li>・自己対処法（レジリエンスを高める）ことも重要で、自分に合った対処法を複数持っておくことが心の余裕に繋がる。仲間の知恵を借り、他のピアサポーターの工夫をヒントにするのも有効である。</li> <li>・例えば、利用者の死に直面するといったことは、ピアサポーターにとって非常にショックな出来事であり、一人で抱えないことが重要である。職場やチームでの分かち合いや専門的なケアを受けることは、自分を守るための権利でもある。</li> </ul>	講義 30分
6. 7に関する演習	<バウンダリーと倫理>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ピアサポートを行う上で、倫理が大切な理由を考えてみる。</li> <li>・人間関係で困ったり、戸惑ったこと、距離が近づきすぎたり、距離を取りすぎた場面について話し合う。</li> </ul>	演習 70分
	<セルフマネジメント>	<p>自分の状態を理解し、無理しすぎずに働くためにも、どのようなセルフマネジメントを行っているのか、どのような工夫をしているのかを工夫を共有する。</p> <p>*適宜休憩をはさみ、2つの演習を実施する。</p>	
専門研修のまとめの演習	グループでの決意表明ー明日から取り組めることー	専門研修で学んだことをふりかえり、グループのなかで、明日から自分が取り組めることについてディスカッションを行う。	演習 20分