令和5年11月28日

栃木県精神障害者支援事業協会

**令和5年度実践研修会アンケート集計**

アンケート対象者40名　アンケート回収数　27名　　回収率67％

1. **話し手の皆さんの体験談はいかがでしたか？**

①とてもよかった25人　92％　②良かった2人　7％　③普通0

④あまり良くなかった0　⑤良くなかった0

※回答者数27名を100％とした場合。

1. **ご回答いただいた内容を一言お書きください。**
   1. **とても良かった　と回答した方のご意見・ご感想**

・初めての研修に参加させて頂き、自分自身にとっても、とても勉強になりました。今後職場に戻ってから活かしていきたいと思います。

・地活センターゆうがおの設立に関して家族会も当時の下野市役所と共に携わってきましたので、とても感慨深く思いました。ピアサポーターは地域移行に関して重要な役割を担っております。明るく楽しく活動されている事を嬉しく思っております。

・ピアサポーターをすることが、他人のリカバリーに繋がり、ひいては自分自身のリカバリーにもなっている。素晴らしい仕事ですね。

・リカバリーストーリーを聞いて力をもらうという意見に感動した。ピアサポーターとして話す事が自身の力になるという事に気づいた。

・つらい思いをされた当事者のお話を、ご本人から直接聞く機会はあまり無いため、大変参考になりました。

・自分で気づく事が大事⇒心開ける。

ピア自身で、企画を立てて実行されている。

病名が分かり、今までの自分の中の不安が→安心になった。

お3人の方から気づかされました。

・なかなか実体験を聞く機会がなかった為、実体験に基づいた、リカバリーストーリーを聞くことができ、大変参考になりました。

・つらい時期に何がどの様に辛かったのか、どの様な気持ちだったのか、退院するための工夫点（自分なりの）などが、とても参考になりました。貴重なお話をありがとうございました。

・心を開くことで世界が変わる

色々な事に興味を持つ。

ギブ&テイクの考え方。

・とても良かった！当事者の話はリアルティがあった。

・ピアサポーターの方々から「何がつらかった」「何が変わるきかっけだった」等、現場でいつも知りたい理解しあいたいと考えている様子がお聞きできて良かったです。

・三人の方々が明るく楽しく生活している場面

・ゆうがおさんに通うようになり、自分を発見して前向きな生活を取り組みはじめた。それを引き出した「ゆうがお」の活動スタッフのやさしさを感じたお話でした。病院関係者などのネットワーク（情報）の大切さを感じました。

・当事者の皆さんの心の葛藤、復活の動きを実際に伺い、まず　“人として”どう対応されたから、そう思ったから、とご自身の気づきが大きかった事を理解できた。

・ピアサポーターの活動の楽しそうにされている様子が目に見え何よりでした。

・3人それぞれのピアサポーターの役割、やりがいがあり、ワクワクすることや、人との交流が楽しくなってきたことや、ピア同士のサポートの難しさなど、とてもためになりました。

・貴重なお話をありがとうございました。

・一人ひとりの想いや実体験がダイレクトに聞けてとても良かったです。

・支援されるだけの立場から与えられるものを持ち、ギブ&テイクをし、自分の居場所を作る。

・ピアサポーターの活動を通して、“思いやり”が持てるようになった。3人の関係が（声の掛け合い）とても良かったです。

・3名の方の体験談はとても深く、日頃の業務にも活かしていきたいと感じました。

・ピアサポーターの当事者の方々に直接お話を伺えた。

・ピアサポーターご自身の細やかなお気持ちを肌で伺う事ができ、心にしみたすてきなお時間でした。ありがとうございました。

・3名のリカバリーの過程がよく分かりました。「つらい事が笑い話に出来る様になった」「ピア活動をする中で人を助けたいと思えるようになった」などその変化が素敵でした。又、ピアの方に会うことが初めてだったのですが、その役割や存在価値が本日分かり勉強になりました。

* 1. **良かった　と回答した方のご意見・ご感想**

・これまで患者さんとしてや、サービスの利用者として、都度「今後どうしたいか」「どんな生活がしたいか」という限られた質問ばかりをし、回答を求めているような場面が多く、自身の気持ちや想いを分かりやすく伝えてくれたことが助かりました。

・できればもっと当事者の方のリカバリーに至るまでの経緯や医療以外の面で必要　だったもの・ことを教えていただきたかった。

1. **グループワークはいかがでしたか？**

・当事者の方からの意見や様々な立場かたの意見を聞くことができて良かった。

・何が失礼になるのか、と気になって質問することができなかった。当事者の方から直

接話を聞く事がはじめてという方が多数いらっしゃり、そちらも参考になった。

・ピアサポートさんや、色々な方のお話を聞けて本当に良かったです。

・クイーンさんの再発しないように対処したり、生活のリズムを整える仕方など、大変参考になりました。（ユーチューブによる発信も有益だとのことも・・）

クイーンさんのエネルギーは趣味の充実、何でもやってみる、などで生まれるとの事。

文章を書くことで、自分の言いたい事が言える。

・それぞれの立場からの話が聞けて良かった。

・同じ話を聞いても、人それぞれの受け取り方の違いもあり、自分が気づかなかった事に気づく事も出来て良かったと思います。

・病院生活がいかに大変なのか、分かりました。

・いろんな立場の方がいらっしゃったので、色んな角度からの意見質問があり、そこで出たことを明日からの支援につなげて行けたらと思いました。

・参加者の皆様の感じ方、またピアサポーターご本人様に質問させていただく中でまた勉強になりました。

・深い話を聞くことができた。

・様々な意見が出たところで、学びが深まった。

・とても実りの多い内容でした。他の事業所様の活動内容もお聞きでき、素晴らしい時間でした。

・有資格者ではありませんが、学びがたくさんあり、参加できてよかったです。

・トンガリさん篠崎さんを中心にグループの方のお話を聞かせていただいて、とても勉強になりました。安心を得られるようなサポートが必要と感じました。

・キングさんを中心に各所の支援者様のご意見を伺い、有意義な体験となった。「心を開く」ことをサポートできる支援者になりたいと感じた。

・トンガリさんの安心する居場所があると言うことの大切さ、私も娘の大事な居場所になれるよう生きたいと思います。

・マスク越しでとても聞き取りづらかった。

・ピアサポータートンガリさんを中心に和やかにお話ができました。

・楽しかったです。他職種のお話を聞けたのが良かったです。

・各人の立場や環境は違えど心はひとつだなぁと思いました。

・包括の方や子供支援の方などの立場からの意見が新鮮でした。

・家紹介の方や支援員の方、ボランティアの方それぞれの立場の意見が聞けてよかったです。

・第一部の話に続き体験談を聞かせてもらいました。

・発言の機会をいただくことで、聞きたい内容伺うことができました。

・他職種、様々な理解のできる憩いの場となりました。

・皆さん各々の立場からの話を伺うことができ、貴重な時間となった。トンガリさんから自分は必要とされる存在と思えるサポートが欲しい(欲しかった)と伺うことができた精神障害を持つ方も、私たちと変わらぬ人(生活者)だと改めて理解できた。

1. **特に印象に残ったことがあればお書きください。**

・「人」を理解しようとする事は、病気があるからではなく、人である以上、当然であると学べた。それは、当事者であるピアサポーターの皆様から学んだことである。

・HPのPSWとしては入院中の様子を聞かせてもらえた事は、とても勉強になりました。

・「相談先はできるだけ多く持つようにする」

・様々な趣味を持つチャレンジすることで、日々の充実につながること、相談できる場所を数カ所持つことでいろいろな意見が聞ける素晴らしさがあると言うこと。クイーンさんのお話を聞き感動いたしました。勉強になる素敵な場でした。

・「相談できる窓口をたくさん作る」→いろいろな意見を聞くことでいろいろな考え方をすることができる。

・ピアサポーターのお三方の経験してきた悩みや苦労が楽しく聞けてとても良かったです。

・過去を笑い話にと言うクイーンのお話が印象に残っています。辛い過去を話すことで自分の中で消化できるだけでなく、周りの人にも影響があって驚きました。

・人との関わりでありがとうと言われる事は、ピアサポーターに限らず、人として有用感につながる。

・思いやりと居場所必要とされていることの大事さ。

・トンガリさんの自分が悪いと思っていたから、自分を責めていた。

・「入院生活を抜け出したい」「出たい」と言う気持ちと治療を優先する。それぞれの立場があることで生まれるジレンマや気づきがあったこと。

・人に「ありがとうございます」と言ってもらえるように、トンガリさん病院では安心ではなかった。ゆうがおで安心を得られるようになった。

・キングさんが「謙虚」でグループワーク中も変わらず、当事者の意見が目の前で学べました。対面での研修はとても良いです。

・「好きなもの」が1番のパワーモチベーションだと言うお話がとても心に残りました。

・リカバリーストーリーがとても印象に残った。

・ゆうがお様のような場所につながることで、お一人お一人の変化がどのように変わったのかがご本人様の視点で聞かせていただいたこともとても良かったです。このような場所はピアサポーターが増えるととても良いと思います。

・辛かった過去を他の方のためになればと発表されてありがとうございました。

・ピアサポーターの方々がいきいきとされており、自身の事業所の利用者にも前向きな気持ちを持ってもらえたらと思いました。

・コミュニケーションが取れる素晴らしい。

・自由こそ治療だと言うバザーアリアのこともどう生きるか、自分で決めることが当事者を元気にする。

・3人の方の体験談の細かなお話も聞けてとても参考になりました。

・ピアの方の「自分たちは支援を受けるばかりで、それでも何か役割を持って役に立ったと感じたい」という言葉が印象に残りました。

1. **栃精支協へのリクエスト、ご要望などありましたらお書きください。（自由記載）**

・福祉、医療以外の他分野や他職種の方との交流、精神疾患の周知理解を深めてほしい。

・今後も違った研修等があった時はできるだけ参加するようにしたいと思います。

・ピアサポーターの育成に力を入れて欲しい(行政に働きかけて)

当事者会の結成は？

・今後も、今回同様、いろんな声を聞ける機会を設けていただきたいです。

・ピアサポーターの養成講座や、精神障害者ボランティア養成講座などをやってもらいたい。

・当事者リカバリーをより多くの人に聞いてほしい。そういう機会をもっと増やしてほしい。合理的配慮についてディスカッションしていってほしい。

・また学ばせてください。ありがとうございました。

・今後も精神を始めとした障害を持った方への支援関わりについて学ぶこともできる研修を組んでいただきたいと思います。ありがとうございました。

・またこのような研修をお願いします。

・今回のご参加方のYouTubeや、SNSで発信するチャンネルを作って欲しいです。

・初めて参加させていただきました。日々のご支援にあたる上で学びの多い機会となりました。ありがとうございました。

※アンケートに書かれている言葉をそのまま記載しています。