

平成22年度10月にあいち発達障害者支援センター主催のベーシック研修が行われ、愛知県に18名のペアレントメンターが新たに加わりました。今後は18名のペアレントメンターを含め活動・報告の予定です。
また、既ペアレントメンターは初めて事例検討会を行いました。来年度に向けて事例検討会の進め方について検討していきます。



①メンター活動報告(10～12月)

10月2日、3日	ペアレントメンターベーシック研修(愛知) リソースブック解説 グループワークファシリテーター	1名 6名
10月2日	事例検討会①	10名
10月5日、6日	家族支援プログラムサテライト(北名古屋会場) サポートブック研修 障害特性講義・疑似体験 ピアカウンセリング	1名 1名 11名
10月6日	サポートブック研修派遣	1名
10月13日	サポートブック研修(支援者向け)派遣 サポートブック研修(支援者向け)派遣	1名 1名
10月23日、24日	ペアレントメンターフォローアップ・サポートブック作成リーダー養成研修(横浜派遣) サポートブック講師 フォローアップファシリテーター	1名
11月2日	サポートブック研修派遣	1名
11月7日	セミナーシンポジスト依頼	1名
11月9日	サポートブック研修派遣	1名
11月11日	地域生活支援センター従事者研修ロールプレイ	10名
11月15日、16日	家族支援プログラムサテライト(瀬戸会場) サポートブック研修 障害特性講義・疑似体験 ピアカウンセリング	1名 1名 10名
11月17日	サポートブック研修派遣	1名
11月18日	サポートブック研修派遣	1名
11月21日	JDD 体験博覧会(サポートブック作成ワークショップ)派遣	1名
11月24日	子育て講演会講師依頼	1名
11月26日	サポートブック研修派遣	1名
12月6日	事例検討会②	8名
12月7日	サポートブック研修(フォロー)派遣	1名
12月11日、12日	ペアレントメンターフォローアップ・サポートブック作成リーダー養成研修(鳥取派遣) サポートブック講師 フォローアップファシリテーター	1名
12月14日	サポートブック研修(フォロー)派遣	1名
12月19日	事例検討会③	8名

②メンター活動報告書の集計(10～12月)

12名の方から合計33件の報告をいただきました。つぼみの会で受けた電話相談、つぼみ主催の茶話会などの他にメンターが個々に受けた相談も該当します。以下に結果をご報告いたします。

報告数は一つの行事に複数のメンターからのものもあります。相談件数が詳細数と必ずしも一致しません。

(1)相談件数と 性別・知的・手帳の推移

	相談件数	相談対象者		知的障害		療育手帳	
		男	女	あり	なし	あり	なし
10月	11	11	3	3	11	3	11
11月	12	7	5	3	6	3	3
12月	6	3	4	1	5		4

⑤家族支援プログラムサテライト(瀬戸会場)報告

平成22年11月15日～16日の二日間で瀬戸市せとつこファミリー交流館において、今年度最後の発達障害児親子支援プログラム・サテライト事業が開催されました。報告を下記にまとめます。

(1)参加者数

対象児は2歳6ヶ月から6歳1ヶ月の16組16名。ペアレントメンターは10名で担当しました。



(2)各担当者からのコメント

今回の瀬戸サテライトは最近では珍しくサポートブックを聞いた事も見た事も無いと言う方達がほとんどで、サポートブックのお話は新鮮だったようです。

初めの説明の頃は、これから何をするのか戸惑われていて、口数も少ない方達でしたが、自分で書いた内容を周囲の人に読んでいただく段階になり、少しずつ打ち解けたようで、お互いの内容を交換するのも3回目になると、大変お話が弾んで、お母様同士の横のつながりのきっかけ作りになれたのでは…と思います。「こういう物があるといいいかも。」とも思っていただけで、診断されたばかりの初心者のお母さんに対するフォローとしては、お役に立てたのかしら…と思います。

まだまだ小さいお子さんの保護者さん達なので、先の見通しも持ちにくいですし、不安をお持ちの方もいらっしゃいましたが、前向きに子どもと関わろうと努力している方もいて、少しでも先輩保護者の存在が助けになればいいな…と願っています。

【サポートブック研修担当 横関 広子】

アンケートには「初めてサポートブックを知りました。これから活用してみたい」「子どもを見直す機会になった」「自分で書いたものを見せ合う事ができてよかった」などのご意見があり、ほとんどの方が『これから作ってみたい』とのことでした。

今回は飯田・安井の二人で疑似体験を担当させて頂きました。

2時間の講義時間中、参加者の皆さんは一貫して集中してくださり、「なるほど…」とうなずいたり笑ったり、ほろりと泣いたり…あっという間の時間でした。

一番印象的だったのは、参加者の皆さんの真剣さと積極性でした。疑似体験では「やりたい人～」と言うとすぐに手が挙がり、他の方々もとても熱心に見て聞いて下さいました。講義が終わってからも、たくさんのママさんたちに囲まれての質問タイム。皆さんの意気込みも感じ、担当した私たちにも充実した時間でした。

少しでもわが子の“自閉ならではの世界”を理解しようと努力されていた皆さんのお役に立てたなら、私たちもとても嬉しく思います。

【講義、疑似体験担当 飯田 亜紀・安井 貴子】

アンケートでは、「面白かった」「体験できたので、子どもの気持ちが少し分かったように思った」などみなさまにご満足いただけたようです。かなり実感していただけたようです。

(3)ピア・カウンセリング報告

親子支援プログラムのピアカウンセリングに参加される保護者とペアレントメンターのグループ分けを調査票や家族状況等を考慮して、毎回、佐藤さんと悩んで考えます。参加者が多くの方々と親しくなれるように、1日目と2日目は別のグループになるようにしています。1日目は緊張されている方も、2日間のピアカウンセリングで笑顔になったり、参加者同士が、アドレスの交換等している様子を見ると私達も嬉しく感じます。

【愛知県自閉症協会副会長 岡田 ひろみ】

参加者の方は、『先輩の話を聞いてよかった』と言う声もあり、「他の人も悩んでいるんだ・・・と分かった」と少し安心したという回答がみられました。他の話を聞くことによって、どんどん聞きたいことが増えてきた方もいらっしゃったようです。

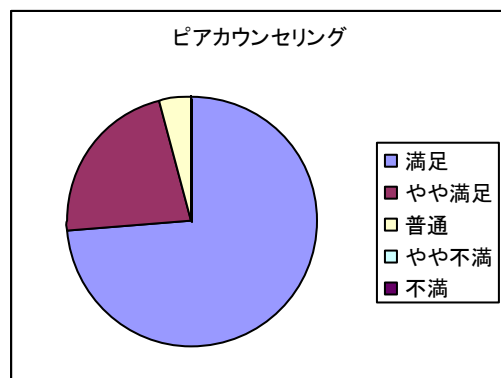
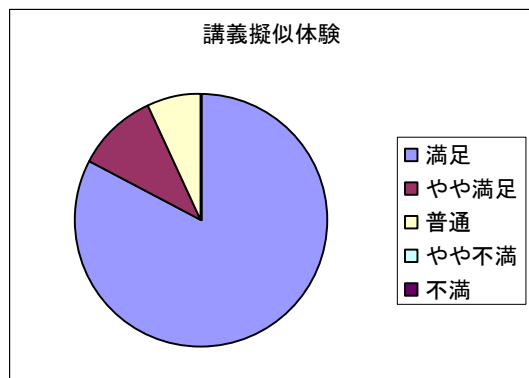
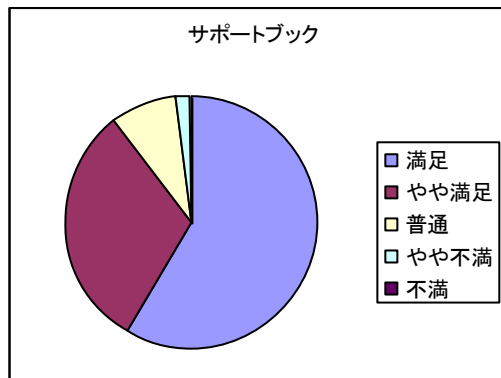
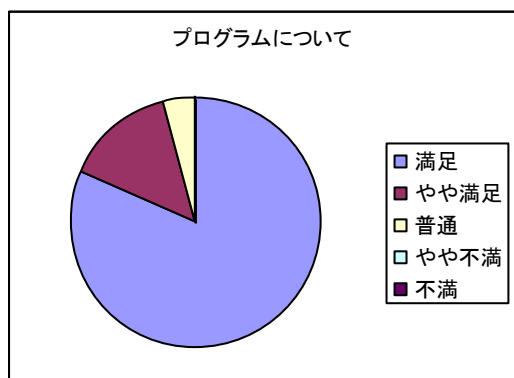
(4)全体からの感想として

参加者のみなさまから「とても勉強になったので、次回も参加したい」「参考になるところがたくさんあった」というご意見のほか、「スタッフがみんな温かくて、本では得られない情報を得られた」「たくさんの同じ境遇の母に出会えた」などメンター活動ならではのご意見もいただくことができました。

(5)三会場の集計報告

サテライト三会場の事後アンケートを集計しました。おおむね好評いただきありがとうございます。来年度事業についてはまだ未定ですが、より多くの方に出会う機会が増えることになると思います。

【満足度グラフ】



主催のあいち発達障害者支援センターの集計(全参加数53名、回収49通)より加藤が三会場分を集計しました。今年度サテライトにご協力いただきましたメンターのみなさま、ありがとうございました。

「今回のゲストコメンテーター」

ペアレントメンターの皆様、こんにちは。ひょうご発達障害者支援センターの式部です。

ひょうご発達障害者支援センターでは、開設当初から、当時、兵庫教育大学におられた井上雅彦先生（現・鳥取大学大学院医学系研究科 教授）の研究室のご協力のもと、サポートブックの普及啓発をすすめてきました。

開設2年目の平成17年に、愛知県自閉症協会（つぼみの会）の加藤さんからサポートブックについてお問い合わせをいただいたのがきっかけで、今日までたくさんのアイデアをいただきながら、共に活動させていただいています。

兵庫では、平成18年に「サポートブック普及啓発協力員養成講座」（今思うものすごく堅苦しい講座名ですが・・・）を実施しました。「サポートブック作成のための講義・作成支援が可能な人材の育成」、「地域の親の会でのメンバーへのサポートブックの普及」、「地域の親の会を通じた、一般・関係機関へのサポートブックの普及・啓発」を目的として、それまで私たち発達障害者支援センターの職員が行っていた講義のポイントなどをまとめた「講義マニュアル」を作成し、地域の親の会でのサポートブック勉強会で講義やグループワークができるメンバーの養成を行いました。

その後、日本自閉症協会でメンター養成講座が開催されるようになり、講座のプログラムのひとつに「サポートブック作成リーダー養成研修」が取り入れられ、愛知をはじめ多くの地域でサポートブックの作成をサポートするメンターさんが活躍されています。

サポートブックは、ある親御さんが、お子さんがより安全で楽しく相手とコミュニケーションできるようにと願って作成されたことが始まりです。サポートブックの作成を通していつも思うのは、「子どものことをよく見るきっかけになった」、「できることが意外とあることに気付いた」、「改めて成長していると感じた」という『子どもへの新しい発見』をされる親御さんが本当に多いということです。そして、グループワークを通じて、多くの親御さんが「大変なのは私だけじゃない」と仲間から勇気づけられ、希望を持って笑顔で帰って行かれます。

サポートブックを作ることは目的でもありますが、前号で鳴門教育大学の小倉先生が述べられたように、メンター養成講座やサポートブックの作成が親御さん同士、そして専門家を繋ぐ場になり、そのネットワークがまた新しいものを生み出していくように思います。

兵庫では、昨年、井上雅彦先生のご協力のもと、兵庫で初めてのメンター養成講座を行い、県内外あわせて27名のメンターさんが誕生しました。今年度は、兵庫県から委託を受け、兵庫県自閉症協会と共催でメンター研修を実施し、新たに14名のメンターさんが加わりました。愛知での応用研修に兵庫から参加されるメンターさんもおられるようです。

兵庫県は、県独自の事業として、現在、センターと4つのランチが地域で事業展開しています。今後、センターとランチそれぞれの地域ニーズに応じて、メンターさんたちと連携しながら、相談や親の会活動などのサポートを進めていきたいと考えています。

これからも、多くのメンターさんのご協力を得ながら、私たちができることを考え、よりよい支援のかたちを作っていきたいと思います。これからもどうぞよろしくお願いいたします。

ひょうご発達障害者支援センター 式部 陽子

⑥今後のお知らせ

1. 平成23年2月26日～27日に開催される応用研修Ⅱのご案内を順次お知らせしております。参加されるみなさまは、期日までに事前アンケート、昼食確認表のご提出をいただきますようお願いいたします。なお、一日目(26日)終了後、懇親会を予定しております。ご予約いただきますようご連絡いたします。
2. 応用研修の際、報告書の新しいフォーマットをご案内させていただきます。欠席の方にはメンター通信8号と共にお手元にお送りいたします。
3. 1～3月の活動報告書提出の締め切りについては、4月3日です。期日までにご連絡を御願い致します。



⑥ペアレントメンター報告

こんにちは。えじそんくらぶなごや親の会でメンターをしている内田啓子です。

メンター研修を受ける以前から事務局としてお母さん方や当事者の方のお話をうかがっていましたが、長い電話になってしまったり、相手の方との温度差を感じることもありました。その対応について本当にこれでいいの？素人の私が・・・という不安がありました。そんな時につぼみの会の岡田さんから、2008年度のペアレントメンターのご案内があり参加させていただきました。

私のメンター活動は、月1回の定例会で初参加の方にお話を聞かせていただくことです。不安な気持ちで参加された方が安心してお話ができるように持っていくには、とにかく『共感と傾聴』と決め、メモを取らず『お話を聞かせていただく』という気持ちを念頭に置いています。しかし、名前や連絡先などをうかがうタイミングが難しいです。簡単な初回限定のご案内をお渡ししていますが、なかなか次回につながらないのが現状です。

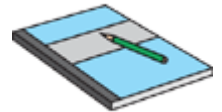
リソースブックはそんな私の強い味方です、教育・医療・就労とだんだんファイルが増え、持ち運ぶのが大変になってきていますが、当事者のご相談もあるのでこれからも内容を充実させていきたいです。

えじそんくらぶでメンターとして活動しているのは私1人だと思います、ひとりではどう対応してよいか不安になることもあります。今後、新たなメンターが生まれることを願っていますが、研修に参加するのにも家庭や職場の理解と協力が必要です。私自身は事例検討会や研修のお手伝いに参加することで他のメンターさんのお話をうかがい元気をいただきました。機会があればまた参加したいと思います。

えじそんくらぶなごや親の会 内田啓子

⑥メンターQ&A(新企画)

2005年11月にこの愛知県でメンター養成研修が始まって5年が経とうとしています。この5年の間にペアレントメンターという言葉があちこちから聞こえ、厚生労働省の施策にも、メディアにも掲載されるようになってきました。愛知および各地の研修にスタッフとして参加させていただいた中で受講者からの質問を筑波大学大学院 原口先生とともに「Q&A」としてまとめているところです。今回から少しずつご紹介していこうと思います。



1. 相談者に自分の体験談をどこまで伝えればいいのか・・・？

<メンターより>

相談内容によって、ご自身の体験談をお伝えした方がプラスになる場合とマイナスになる

場合があります。前者は「パニックが多い」という相談に対して「うちの子は趣味を見つけることによってパニックが減りましたよ」というような悩み解決の糸口になるような見通しを持つための体験談。後者は「将来どうなるのでしょうか」という問いに対しての「色々悩んだけど、結局特別支援学校しか行けなかったのよね・・・」という不安を与えてしまうケース。相談者のキャラクターにもよりますが、初回の相談ではまず傾聴・共感することになるべく徹し、相談回数が進むにつれてお伝えしていった方がいいのかもしれません。

<インストラクターより>

ご自分の体験で話したくないことは話す必要はありません。逆に自分の体験を伝えることで相談者にプラスになるかもしれないと思ったら伝えてみましょう。ただし体験した出来事の内容の選び方と伝え方には工夫が必要です。自分が非常に困ったことやつらかったことなどネガティブな体験だけを伝えることは、かえって相談者が不安になってしまうことが少なくありません。できるだけ、プラスのエピソードも話しながら伝えていくとよいです。伝える際には、「参考になるかわからないけど、うちの場合は・・・」など、“前置き”をつける工夫をしてみましょう。



2. わからない事を聞かれたらどうしたらいいの・・・？

<メンターより>

わからないことは「今の段階ではわからない」と正直に答えていいと思います。私たちは専門機関の職員ではなく同じ保護者なのですから。その上で「次回までに調べて（他のメンターに聞いて）おくので、宿題にさせてください」など、次回の相談につなげていけばいいのではないのでしょうか。無理に話をあわせて想像で回答してしまうと、後でこじれる原因になることもあります。

<インストラクターより>

「わからない」と伝えることは、勇気が必要です。わからないことがあることは、決して悪いことではありません。わからないからこそ、わかろうと努め、わかりたいという想いにつながっていきます。相談で大切なのは、答えられるかどうかではなく、相談者の話に耳を傾けることです。だから、「わからない」と伝える際には、「私にはわからないことですが、もう少しお話を聞かせてもらえますか」など、“あなたの話を聴きたい”という気持ちで伝えてみましょう。



3. メールの相談は受けてもいいの・・・？

<メンターより>

よほど信頼関係が強い友人、親類以外は避けた方がいいでしょう。メールは情報が一方的なもので、それだけで相談内容を把握するにはかなり無理があります。お断りすることに抵抗がある場合は、面談・電話相談につなぐ旨の返信をすることをお勧めします。

<インストラクターより>

直接話すのは、ちょっと・・・と勇気があとちょっと必要という方や、書くことで自分の考えていることや感じていることを整理できる人には、メールでの相談は便利なものです。ただ文字だけのやりとは、お互いの想いにズレが生じることも少なくありませんので、できれば直接話せるといいですね。電話相談や面談を勧める際には、メールでの相談内容そのものに応じるだけでなく、読んでみた自分の感想を伝えたり、相談者にメールに書いてみた感想を聞いてみたり、例えば「メールに書いてみると少し考えが整理されることありますよね。読んでみて私はそう感じましたが、どうですか？」と伝えたり、「直接話すのには少し抵抗がありますか？メールを読んでみて、考えていることがあるみたいだから、よければ一度電話で話を一緒に考えてみませんか」と、直接話すことを提案してみたりするのもよいでしょう。

4. 目の前で泣き始めちゃった。どうすればいい・・・？

<メンターより>

ご自身の時を思い出してください。辛い時期に想いを話していると悲しさがこみ上げてきた経験はありませんか？悲しみを感じつつ人に伝えることでなんだか落ち着いた経験はありませんか？この時期の正直な気持ちに寄り添うことができるのは同じ体験をした私達です。何もコメントせず、ただそばにいても相談者の方は安心できるはずです。これこそ共感ですね。

<インストラクターより>

相談者に目の前で泣かれることは、とてもつらいことです。できれば泣いて欲しくない、早く泣き止んでほしいと感じるかもしれません。でも、相談者はきっと自分の力で泣き止める力を持っていますから、それを信じて見守ってあげましょう。決してこちらから泣き止ませる必要はないのです。



* 15 項目中、今回は4つをご紹介します。今後も順次ご紹介していきます。「こんなときどうするの？」など疑問に思われていることがありましたら、事務局加藤までご連絡ください。

第7回集計をふまえて(吉川 徹先生より)

ペアレントメンターの皆様、日々の活動本当にお疲れ様です。また先日は自分の担当させていただいた事例検討会に多数の方々にご参加をいただきありがとうございました。

事例検討に参加させていただいてあらためて感じたことは、メンター活動によって引き起こされるの様々な葛藤でした。親としての立場が基本にあるのはもちろんなのですが、メンターとして活動することによって、時にはサポートを提供する立場にもなりうることで、そして職業的な支援者の事情も少しわかるようになってしまうこと、また家族のなかでも嫁姑の立場の違いがあったりすることなど、とても複雑なポジションで相談をうけていかなければならないのだな、ということに気づかされる機会になりました。

そのような立場で相談をうけるメンターの言葉は、いつもいつも歯切れのよいものにはならないのかもしれませんが。しかしその歯切れの悪さこそが、職業的な支援者には求めても得られにくいものになるのだらうとも思います。ペアレントメンターがペアレントであることのアドバンテージをしっかりと活かしていただければよいのではないかと思います。

今回の通信からはじまった『メンター Q&A』のコーナーはこうしたメンター活動の複雑さに、少し見通しを立てやすくするための補助線になるような気がします。この Q&A や事例検討、応用研修などを通じて、少しでも皆さんが活動しやすくなるようなサポートを続けていければと思います。

さて厚生労働省は平成 23 年度予算の概算要求の中に、引き続きペアレントメンター養成のための予算を計上し、さらに「その活動をコーディネートする者の配置」をあらたに求めています。今後メンターの活動が求められる領域はさらに広がっていくかもしれません。こうした活動を全国に根付かせていくためにも、愛知県での活動の状況を他の地域に伝え、お互いに情報交換をしていくこと、そしてメンターの活動を安定して続けていくために必要になるサポートを、声を上げて求めていくことが必要になってきます。

そのためにもぜひ皆さんからのご要望や活動の中で感じたことなどを、応用研修のアンケートなどを通じてお聞かせいただければと思います。また活動の報告についても貴重な資料となりますので、引き続きご協力をお願いいたします。

<編集後記>

新年あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願いいたします。

早速、応用研修の準備に取りかかっています。参加者のみなさまにはアンケートなどご協力いただくことが多いかと思いますが、よろしくお願いいたします。

今年は花粉が前年の 10 倍だそうで…。花粉症である加藤は今から戦々恐々しております。今から薬を飲んだり、「これ効くよ」といわれるものを取り入れたりしてこちらの準備も始めています。今年も点滴することなく過ごせるといいな…と思っております。

コートの要らない暖かい日があったり、凍えるほど寒い日があったり、大雪…と体がおかしくなるような天候ですが、みなさまお体には十分ご注意ください。

発行者：愛知県自閉症協会（つぼみの会）

〒460-0013 名古屋市中区上前津2-14-25 上前津中央マンション202号

TEL/FAX 052-323-0298 E-Mail: tubomi-aa@nifty.com

編集担当者：支援部 加藤 香