

遺伝子医療とピアカウンセラーの役割

～ピアカウンセラー養成講座について～

貝谷 久宣¹、矢澤 健司¹、福江裕子¹
正木美奈²、○松元智美³、岸野有里³、川崎奈緒子³

1. 社団法人日本筋ジストロフィー協会
2. 医療法人和楽会 なごやメンタルクリニック
3. 医療法人和楽会 心療内科・神経科 赤坂クリニック

目的

- ◆進展著しい筋ジストロフィーの医療において、当事者や家族に対する啓発活動の一環として、情報提供や心理的サポートを行うことのできるピアカウンセラーの養成を目的とする。
- ◆筋ジストロフィーの遺伝子医療に主体的に関わるための基盤整備として必要であると共に、同じ障害をもつ当事者や家族が交流を深める機会を得るきっかけとしても有効であると考えます。

※遺伝子医療に関する意識調査（H23年度 武田班分担研究）では、「遺伝に関する悩みを誰に相談するか」という設問において、ピアカウンセラーという回答が複数認められた。

第20回 ピアカウンセラー養成講座 概要

【日時】

2018年12月1日(土) 10:00~16:00

【場所】

山口県山口市

青藍会グループ はあとキッズ小郡南

【対象】

社団法人日本筋ジストロフィー協会会員と
関係者のうち、受講を希望した8名

プログラム

『筋ジストロフィーの遺伝相談』

井原 千琴 （一般社団法人日本筋ジストロフィー協会）

『筋ジストロフィー 自立生活について』

貝谷 嘉洋 （一般社団法人日本筋ジストロフィー協会 本部理事）

『ピア・カウンセリングの基礎』

正木 美奈 （医療法人和楽会なごやメンタルクリニック）

『カウンセリング・ロールプレイ』

正木 美奈 （医療法人和楽会なごやメンタルクリニック）

松元 智美 （医療法人和楽会赤坂クリニック）

ピアカウンセリングとは

(全国自立生活センター)

ピア【peer】：仲間

ピアカウンセリングとは…

- 1970年代はじめ、米国での自立生活運動※の中でスタート
- お互いに平等な立場で話を聞き合うことや、きめ細やかなサポートにより、地域での自立生活を実現する手助けをする

※自立生活運動：

障害を持つ当事者自身が自己決定権や自己選択権を育て合い、
支えあって、隔離されることなく、平等に社会参加することを目指す



支援者による効果の違い

支えの相手と内容

		考え方の肯定的な変化	受容	落ち込み・不安	不機嫌・怒り	無気力
配偶者	心遊び	↑	↑	↓	↓	↓
	情報収集・助言	↑	↑	↓	↓	↓
	具体的援助	↑	↑	↓	↓	↓
		↑	↑	↓	↓	↓
家族	心遊び	↑	↑	↓ ↓	↓	↓
	情報収集・助言	↑	↑	↓	↓	↓
	具体的援助	↑	↑	↓	↓	↓
		↑	↑	↓	↓	↓
医療関係者	心遊び	↑ ↑	↑ ↑			
	情報収集・助言	↑	↑			
	具体的援助	↑	↑			
		↑	↑			
仲間	心遊び	↑ ↑	↑ ↑			
	情報収集・助言	↑ ↑	↑ ↑			
	具体的援助	↑ ↑	↑ ↑			
		↑ ↑	↑ ↑			

1. 物理的介助のサポート
2. 情報提供によるサポート
3. 心理的サポート

つまり…

- 仲間の支えの役割

- 一人じゃない, 仲間がいるという心強さ
- 経験者だから分かる共感と励まし
- 経験者としての助言・情報提供
- 入院・行事のときの助け合い

- 仲間の存在は, 我が子が筋ジスであることをプラスに捉えること（価値観の変化）を促進
- 仲間からの情報提供は, 具体的な助言であると同時に、見通しが持てるため心の安定に大きく作用（三浦）

ピア カウンセリング

共感的理解
情報提供

遺伝
カウンセリング

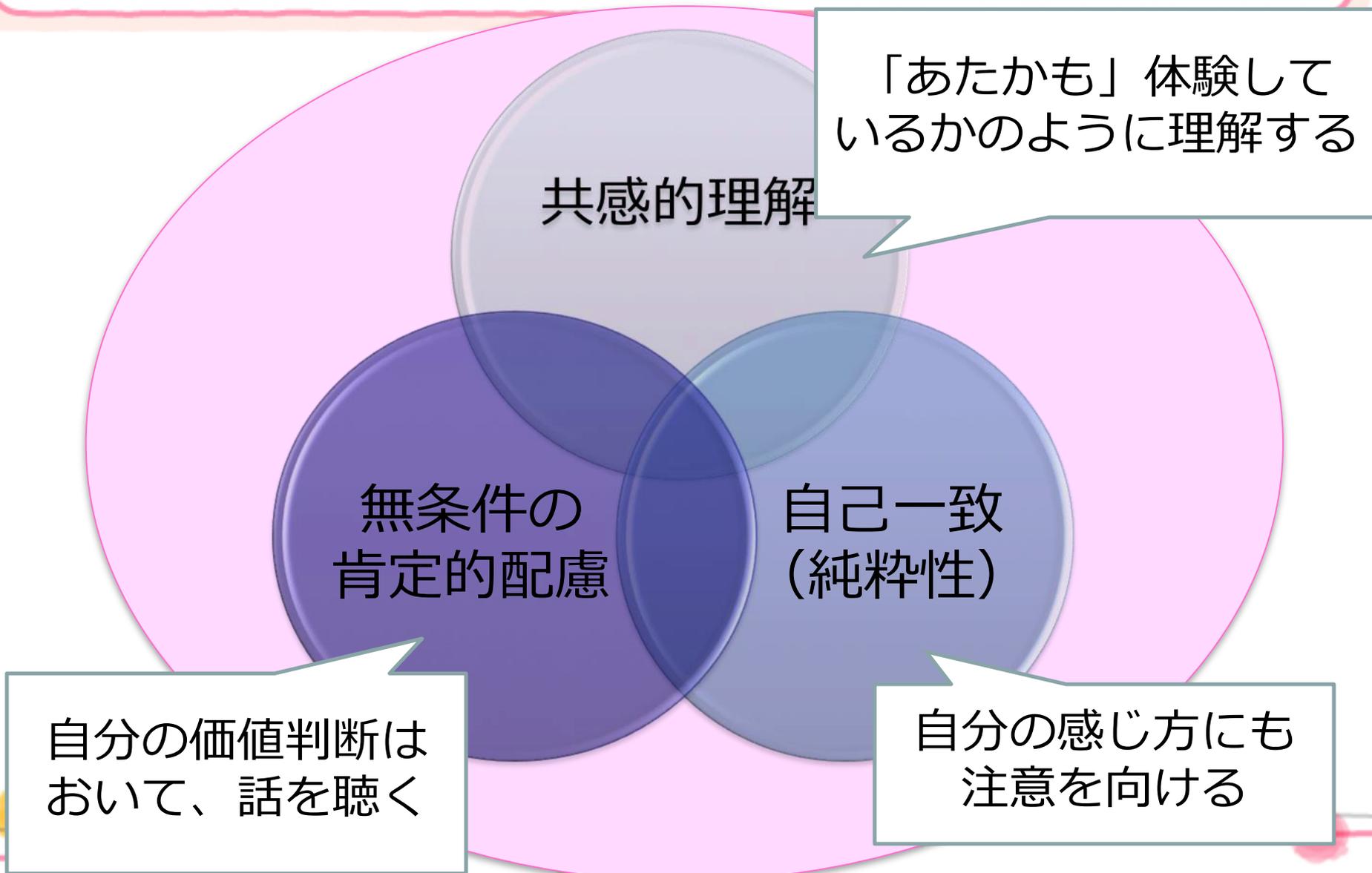
専門的な知識
正確な情報提供

カウンセリング

- 1) 共感的理解
- 2) 無条件の肯定的配慮
- 3) 自己一致(純粋性)

心理療法

カウンセリングの基本姿勢 (ロジャーズ, C・R)



カウンセリングの目的と意義

① 気持ちの吐露

カタルシス効果、気持ちが落ち着く

じっくり聴く

② 自分自身の感情や考えの整理

話しているうちに、自身の感情や考えに気づく
なぜ苦しいのか、自分はどうしたいのか…

**整理して
引き出す**

③ 今後の対応策を見つける

“どうしたいのか”が対応の道標

具体的・客観的な助言を参考に、本人が決定

**自己開示と
要約**

練習のポイント

- (1) 受容の態度…あいづち、うなづき、キーワードの繰り返し
- (2) 事柄への応答…経験・行動・考え・価値観などの理解を伝え返す
- (3) 感情への応答…「今、ここ」での気持ち・感情を伝え返す

じっくり聴く

- (4) 質問…正しく理解する、かけ手の気づいていないことを問う
- (5) 沈黙への対応…沈黙の意味を考えながら、落ち着いて待つ

整理して引き出す

- (6) 自己開示、助言、意見…かけ手の話をよく聞いて、必要なら行う。
「私は～と思います（Iメッセージ）」、正確な情報を伝える
- (7) 要約…要所で「今までのお話は～ですね」とまとめて返す

自己開示と要約

第20回 講演の様子 アンケート結果

講演の様子



講演の様子

井原先生→

正木先生 ↓



講演の様子

貝谷嘉洋様→



ロールプレイの様子



ロールプレイの様子



修了証お渡しし



アンケート結果

参加者の属性

患者家族

男性： 1名
女性： 4名

平均年齢：44.6歳

その他

男性： 0名
女性： 2名

平均年齢：43.5歳

家族の方々の参加理由

- ◆ カウンセリングに興味があったから。
- ◆ 以前受講してとても良かったから。
- ◆ 家族が不安定になったときに、助けになるのではと思ったから。

その他の方々の参加理由

- ◆ 話を聞くのが好きだから。何かに役立つかと思ったから。
- ◆ 筋ジストロフィーの児童と関わることがあるから。

ピアカウンセラーの知識をどこで活かしたいですか？

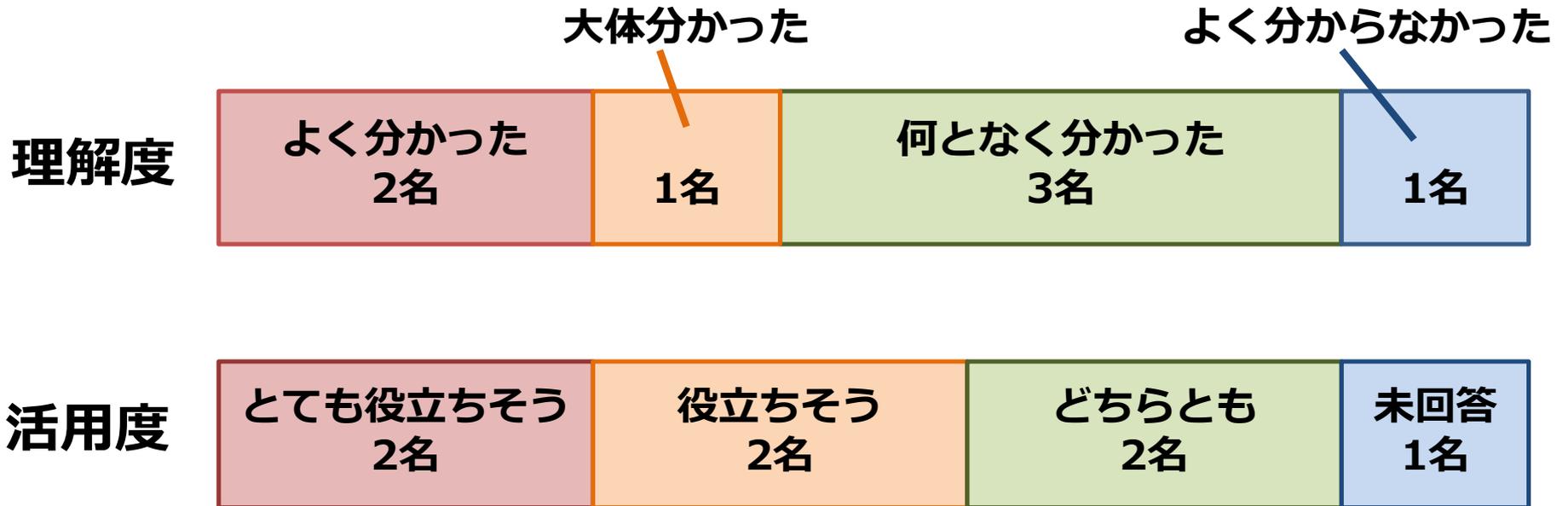


サポート源は足りていると思いますか？



あるかも知れないが知られていない。
家族の援助としてサービス補助が
増えていったらいいと思う。

特別講演： 筋ジストロフィーの遺伝相談



専門的な話(遺伝子のこと)が入っていたので、
理解するのが難しく感じられた可能性。
しかし、遺伝相談のメリット・デメリットや、
近くの相談実施施設がまとめられていた点などから、
今回の情報を活用できそうだと感じた方が多かった。

講演： 筋ジストロフィー 自立生活について



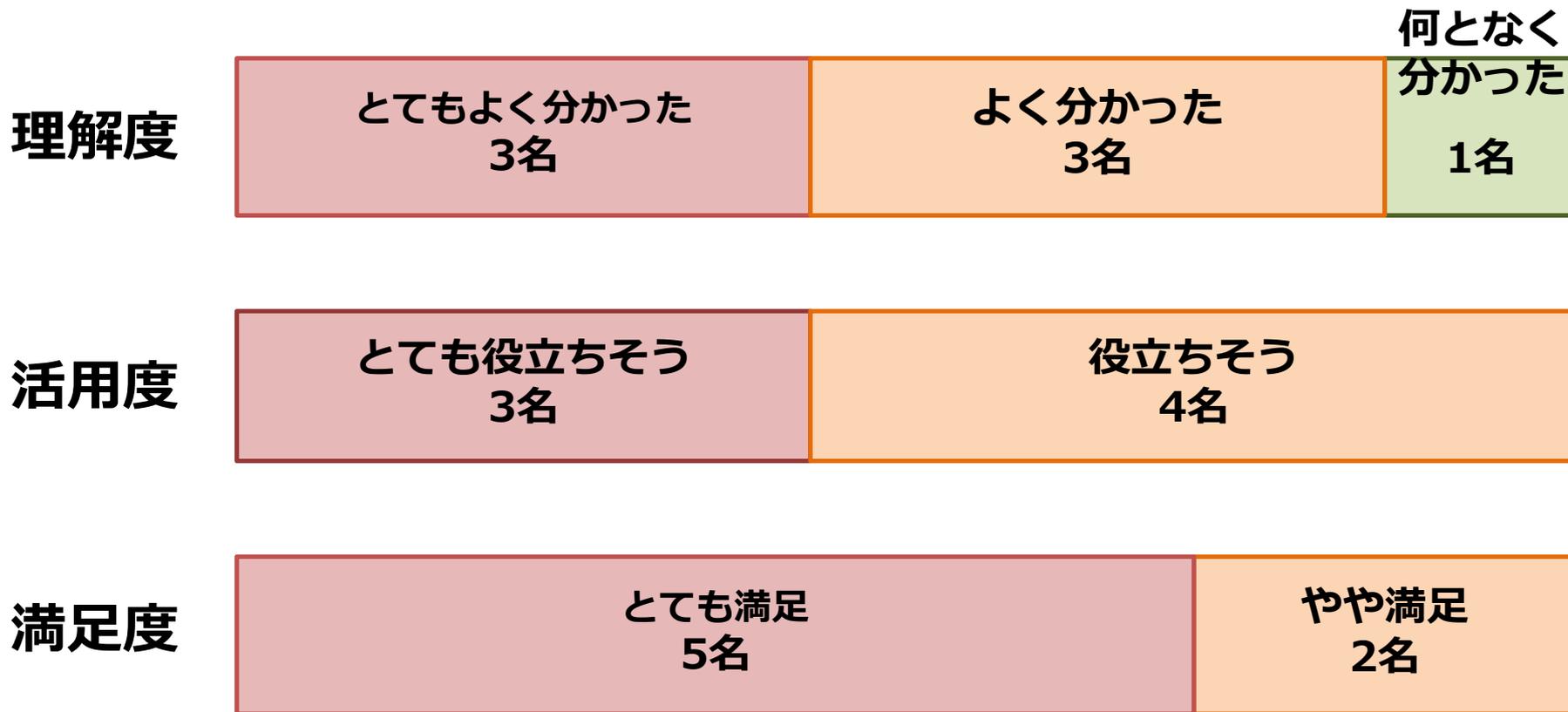
自立生活をする上での心構えの部分や、日々受けている支援やサポート、便利なツール等、実際の経験から得られた情報を共有して頂いた。日常の細かい困りごとや工夫点等も聞いたことが好評だった。

講演： ピアカウンセリングの基礎と演習

理解度	とてもよく分かった 2名	よく分かった 3名	大体分かった 2名	
活用度	とても役立ちそう 5名		役立ち そう 1名	未回答 1名
習得度	実践で きそう 1名	少し実践できそう 5名		未回答 1名

話を聞くことの難しさを感じた方もいたようだが、
殆どの方に実践できそうと回答いただいた。
カウンセリング以外の場でも役立てたいと声も。

ピアカウンセラー養成講座全体



話を聞くことの難しさを感じた方もいたようだが、
殆どの方に実践できそうと回答いただいた。
カウンセリングの場以外でも役立てたいと声も。

参加者の感想・意見

自分のことや意見を言ってしまうそうになるところなど、自分の欠点（？）が分かったところは良かった。

聞き手にならないといけないけど、意見を伝えられないもどかしさがあるなあと思った。

否定しないで聞くことが大事だと分かった。
相手のぼやっとしているものをまとめる役割なんだと分かった。

話しやすい環境作りも大事だと思った。

実際にカウンセラーの方にカウンセリングをやってもらい、それを横で見て参考にしたいと思った。

参加してとても楽しかった。色々な視点を学べた。

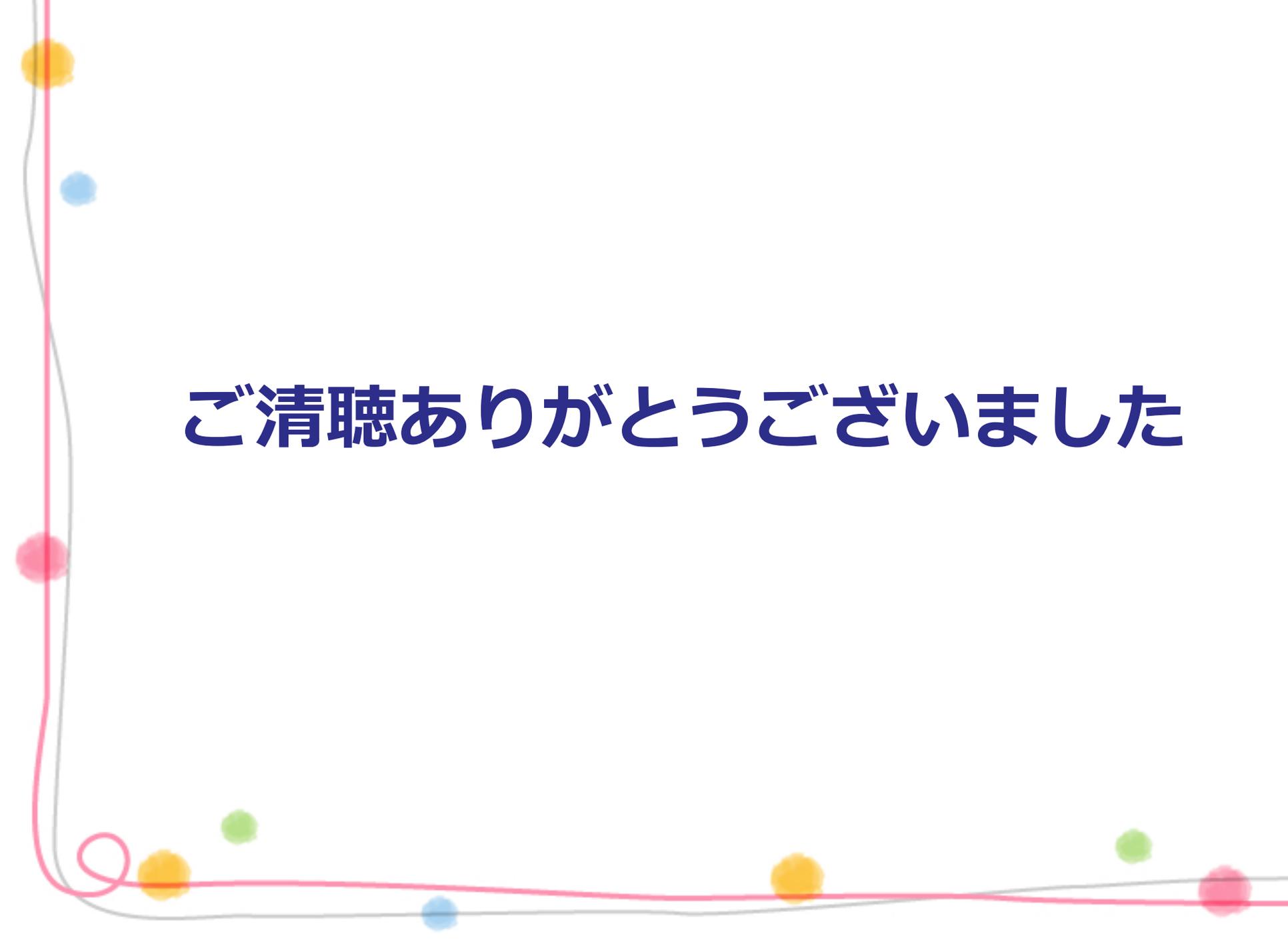
まとめ

全体的に理解しやすく満足度も高いという評価を得た。
患者同士・家族同士がサポートし合うための
足がかりになったと思われる。

今回は患者本人の参加がなかった。
→参加しやすい体制、広報活動も強化？

不安感や抑うつ感情にどう対処したらいいか、等の声も。
→ストレスマネジメントなどもニーズがありそう？

反省点を改善しつつ、今後も継続していきたい。

A decorative border on the left and bottom of the slide. It features a red line that starts at the top left, goes down, then curves to the right and then slightly up. A grey line follows a similar path but is slightly offset. Scattered along these lines are several colored circles: yellow, blue, pink, green, and orange.

ご清聴ありがとうございました