

3. ピアサポーターとリカバリー

ピアサポーターとリカバリー

ピアサポーターとは？

～精神障がいを経験した当事者が、人生で体験した様々な経験を活かして似た境遇にある人の生活を当事者目線で支援する仕組みのことをピアサポート活動と言います。その支援を行う人がピアサポーターです。

当事者
支援

普及啓発
(理解促進)

安心感

自己肯定感UP

当事者視点

仲間・対等

経験知 (体験的知識)

ピアサポーターとリカバリー

リカバリーとは？

～失ったものを取り戻す、回復させる等の意味を持つことば。精神保健福祉分野では、臨床的、パーソナルの2種類がある。

臨床的リカバリー

病気や障がいの回復
(専門家主導)

パーソナルリカバリー

自分自身の人生を生きる
(利用者中心)

主観的（本質的）リカバリー

他者との
関わり

夢や目標

役割
再獲得

自分の人生を取り戻す道のり

留萌圏域のピアサポート活動

○ピアサポート活動

ミーティング

ポスター作り
研修受講
イベントの準備
講師等の準備

など

ピアサポーター 交流会（茶話会）

デイケアとの交流会
サイコロトーク
テーマトーク

など

地域生活移行支援 協議会

協議会への参加
意見交換
ピア活動の報告

など

全道ピアサポーター 会議

近況の報告
イベントの周知・協力
グループワーク

など

全道ピアサポーター 研修会

経験の振り返り
様々な技術の練習
知識の習得

など

講師派遣

研修会での講演
リカバリーストーリー
意見交換

など