

IPS(意図的なピアサポート)を 学び合う勉強会@富山のお知らせ

2023年11月4日(土)・5日(日)

11/4(土) 9:30~16:30 受付9:15~

11/5(日) 9:30~15:00 フリートーク(自由参加)~16:30

会場『富山県教育文化会館』5F 会議室

富山県富山市舟橋北町 7-1

※JR 富山駅より徒歩 15分

シェリー・ミード氏の提案するIPSは、インテンショナルピアサポート(意図的なピアサポート)の略です。

IPSの提案は、暴力による支配、また、精神の病というレッテルに伴う抑圧の経験から導き出されました。他人・社会から意味づけの仕方を押し付けられ、たとえば、病気とみなされている場合も多いということに着目しています。IPSは、そんな風に黙らされてきた人々の声に意識を向け、それを話す勇氣、聴く勇氣をもった会話と関係性の実践です。

勉強会では、IPSワークブックや、集中トレーニングで行われていた内容をご紹介します。対話を通して自分を観ながら、今までとは違った対話を試してみます。自分も相手も無理に変わる必要はなく、新しい見方をお互いに探索していくような過程かと思えます。今までIPSに触れたことが無い方も、学び続けておられる方も、他の誰かとの対話に疲れた方も、一息ついて模索しながら一緒に学び合える機会となるといいなと思っております。

初めてのご参加も大歓迎です。ご興味を持たれた皆さまのご参加を、お待ちしております☆

IPSの会話をするために大切な事柄

1. つながり
人と話をしている「この人はわかって
くれている」「この人にはわかってもら
えている」と感じることがあります
か？
2. 世界観
物事の捉え方(どうしてそう思うよう
になったか)に意識を向ける
3. 相互性
お互いが関係に責任を持ち、学び、成
長する関わり。二つ以上の見方をつな
げる橋。

※IPSのワークショップでは、人と共有することについて安心できない事柄については、どのようなことも共有する必要はないことを覚えておいてください。

■定員 15名 ※先着順・2日間参加の方優先

■参加費 12,000円
※当日のお支払いが難しい場合は、支払い時期のご相談を承ります。お申込み時にお知らせください。

■お申し込み方法

- ①氏名(または、呼ばれたい名前)
- ②メールアドレス
- ③電話番号(メールがエラーになった場合の連絡先)
- ④どうして参加しようと思ったか(任意)

上記①~④を添えて、human.flower.info@gmail.comまで、お申込みください。件名を「IPS 富山 11月希望」としてください。

■案内人 神通優子(クロコ)

■企画運営 Human Flower
<https://www.human-flower.info/>



IPS（意図的なピアサポート）について

『「意図的なピアサポート」を考える取り組み』より引用
シェリー・ミード氏はIPSについて、このように話を始めています。

「私（シェリー・ミード、以下略）は、周りにいる人すべてが精神医療・福祉関係の支援者であるかのように感じていた時期がありました。あなたは、そう感じたことはありませんか？ 問題を抱えているのはいつも私で、人は私の問題を解決し、私を援助するためだけに、私と時間を過ごしているかのようでした。そのような助ける側－助けられる側という一方通行の関係のあり方が、支援者以外の人間関係にも及んできて、私は自分を問題の塊のように感じ始めました。

しばらくそういう時期が続いていたのですが、やがて、私の考えを認めてくれ、私が自分自身や人との関係において責任をもつことを期待し、時には私に助けと支えを求める人たちと出会い、私は自分が他の人とそれほど違っているわけではないのだと感じ始めました。私にとって最高の関係は、その時々、ありのままの私でいられるスペースを与えてくれ、そして、私に気づきを促すような問いかけをしてくれる人たちとの関係でした。そしてそれは、お互いにそうすることのできる関係でした。そのような関係の中で会話をしていると、病気についてはそれほど話すことはなく、その代わりに、お互いにとって新しい視点を導きだすような、いろいろな考えを出し合うようになりました。このような人との関わりが、私の人生を変えることに役立ちました。」

**あなたは、そんなふうにお互いを認め、
学びを促し合うことのできる人と出会ったことがありますか？**

IPS（インテンショナル・ピアサポート）をはじめたの人に紹介するとき、私は上記のように会話を切り出すでしょう。IPSでは、それぞれが抱えている問題や悩み事を中心にした会話ではなく、新たな可能性に目を向けた、お互いにとっての学びを生み出すような会話を意図していることを伝えたいからです。そのような視点の転換が、人との関係のあり方にどれほど大きな違いを生み出すのかをIPSの実践を通して目にすることができます。IPSは精神科領域のピアサポートのあり方を求めて形作られてきたものですが、大切な人との関係における、どのような場面の会話にも活かすことができます。私たちが求めてきたピアサポートのあり方は、究極的に、人と人との関係のあり方だからです・・・引用ここまで

○問いかけの例（IPSワークブック1巻より）

👉 強い感情と症状の違いは何でしょうか？ どうして、その区別をするようになったのでしょうか？

👉 「新しい見方で自分を見るように導いてくれた関係」と聞いて、何か思い出すことはありますか？
従来の「あなたのどこが悪いのですか？」ではなく、『何があったのですか？』という根本的な問いかけから始める。このように視点を移すと、お互いから多くのことを学ぶことができる。

○演習の例：違った聞き方をしてみる

👉 自分に語りかけていること 「あなたが批判されていると感じるのは、どのような状況ですか？」

👉 知らない立場から聴く。評価・判断を持ち込まない聴き方。ただ聴いてみる。

👉 背後にある、より大きなストーリーを聴く 「どんな経緯で、こう思うようになったのだろう。」



Intentional Peer Support「意図的なピアサポート」を考える取り組み
<https://intentionalpeersupport.jp/>

意図的なピアサポート（IPS）東京での勉強会ブログ
<http://ipstky.blogspot.com/>