

# ひきこもりピアサポートセミナー

～当事者同士で学ぶピアサポート学習会～

ひきこもり当事者同士でピアサポートについて学びあう連続学習会を  
今年度も開催します。

全13回のプログラムを通じて「ピアサポートとは何か」「ピアサポートの  
意義」についてじっくり学びます。1回だけの参加も可能です。ぜひお越  
しください。



## <今後の学習の予定>

第4回	7/15(日)	12:30～16:30	「信念体系」(7/1 申込開始)
第5回	7/28(土)	14:00～18:00	「考え方」(7/16 申込開始)
第6回	8/19(日)	12:30～16:30	「環境」(7/29 申込開始)
第7回	9/9(日)	12:30～16:30	「ピアサポート①」(8/20ㄥ)
第8回	9/30(日)	12:30～16:30	「ピアサポート②」(9/10ㄥ)

参加対象：ひきこもり当事者、経験者のみ。

参加費：500円（テキスト・菓子飲料代）

申込み：①～④を添えて、下記メールアドレスまでお申し込みください。

[→①氏名②ふりがな③ひきこもり経験（あり or なし）④注意事項への同意（はい）]

※会場に人数制限がある為、事前申込必須です。当日の飛び込み参加は出来ません。開催場所  
はお申込みいただいた方に連絡します。（会場は「桜木町」、「横浜」駅周辺の施設です。）

主催：ひきこもり当事者グループ「ひき桜」 in 横浜

メールアドレス：[hikizakura.yokohama@gmail.com](mailto:hikizakura.yokohama@gmail.com)

公式ブログ：<http://hikizakura.hatenablog.com>

### <ピアサポートとは？>

「似た経験のある人（=ピア=peer）同士の支え合い」という意味です。身近な例だと、ママ友同士の集まりや、セクハラ被害者達の団結&共に問題解決に向かう活動などがあります。

精神医療の分野では、時に投薬やカウンセリング以上に大きな効果を発揮することもあり、海外ではこの活動に準ずる者を「ピアサポーター」と呼び、正式な職業としている所もあります。

【治療者⇄患者】、または【支援者⇄利用者】といった一方的な関係とは異なり、その理念は「ヘルパーセラピー原則（=助ける者が最も助けられる、いわゆる“情けは人のためならず”の原則）」に基づき、お互いにリカバリー（=どんな形であれ、その人らしい幸せを手にする）を目標としています。「自発的」、「対等」、「互恵的」といった特徴もあり、過度な期待や依存の関係に陥らないよう気を付けている点も重要です。

### <ひきこもりピアサポートゼミナールとは>

主催運営メンバー・参加者全員が、ひきこもりの当事者・経験者のみで構成される、ピアサポートについて学ぶ連続学習会のことです。アメリカとカナダのテキスト（翻訳版）を使って「ピアサポートとは何か」、その理念や、経験に基づく効果的なアプローチ方法等を、少人数演習形式でじっくり話し合っ

て学習します。（※ひきこもりピアサポートゼミナールは、公益財団法人かながわ生き生き市民基金第9期福祉たすけあい基金事業の助成を得て開催しています。）



#### <共催・後援>

ピアスタッフネットワーク、ヒューマン・スタジオ、ピアカフェ夢こもり、  
ひきこもりプレイス多摩、NPO 法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワーク、  
NPO 法人ウィークタイ・神奈川県立青少年センター