

平成 22 年 5 月 31 日現在

研究種目：若手研究 (B)

研究期間：2007 ～ 2009

課題番号：19791744

研究課題名 (和文) 精神障害者のリカバリーを促す援助に関する研究

研究課題名 (英文) Facilitating recovery in people with mental health difficulties.

研究代表者

宮本 有紀 (MIYAMOTO YUKI)

東京大学・大学院医学系研究科・講師

研究者番号：10292616

研究成果の概要 (和文)：

リカバリー志向の関係性においては、サービスを提供する側も利用する側も同等の力を有する存在であることをお互いが認識し、援助専門職者側が一方的に何かを変化させる・教育するのではなく、対等な存在として関わること、相互性に影響を及ぼす危険のある力関係を認識することの重要性が示唆された。サービスの中で用いられる言葉をリカバリー志向の言葉へと変えていくこともリカバリー促進のために有効な方法の一つと考えられた。

研究成果の概要 (英文)：

In facilitating recovery, concept of relationship seemed to play an important role, and especially, mutuality, reciprocity and equality seemed to be the important factors in relationships promoting recovery. It is suggested that in recovery focused relationships, it is important to respect each other as an equals and to be aware of power dynamics.

交付決定額

(金額単位：円)

	直接経費	間接経費	合計
2007 年度	500,000	0	500,000
2008 年度	600,000	180,000	780,000
2009 年度	600,000	180,000	780,000
年度			
年度			
総計	1,700,000	360,000	2,060,000

研究分野：精神看護学

科研費の分科・細目：看護学 地域・老年看護学

キーワード：recovery; リカバリー; 精神健康; 精神看護学

1. 研究開始当初の背景

日本の精神保健サービスは、病院から地域へとという大きな流れの中、発展し続けており、今もその変革向上の途上にある。これは日本

より早く脱施設化の進んだ諸外国においても同様で、精神保健サービスをどのように向上させるかについての議論は尽きることなく続いている。精神保健サービスを向上させるための方策について現在導き出されてい

る共通の見解としては、1) リカバリー (recovery) 志向を根本方針とするサービス提供、2) 消費者 (利用者) のアウトカム向上に効果的であることが証明されたサービスの提供の2つが挙げられる。

リカバリーとは、1980年代より特に米国で論じられるようになった概念であり、精神健康に困難を有する人にとっての人生の回復、人間性の再獲得が主題となり、精神健康に困難を有する人自身が自分の人生を自分で選択するプロセス、生き方を指す。リカバリーに対する定まった定義はいまだないものの、精神健康に困難を有する人が自分の目標や生き方を決め、それに向かって歩むプロセス (=リカバリー) を援助する活動が特に米国の精神保健サービスでは重視され始めており、現在、全米 EBP プロジェクトが当面掲げている6つの主題のうちの1つに "Illness Management and Recovery" が含まれていることから、その注目度の高さを窺い知ることができる。

日本では、2000年代に入りこのリカバリー概念が広く紹介されるようになっており、今後その概念は一層広まってくると思われる。そして、日本でも米国と同様にリカバリー志向の精神保健サービスが求められるようになることは確実である。しかしながら、このリカバリーを当事者やその周囲の人はどう捉えているか、どのようにリカバリーが促進されるのかについてはいまだ議論の途上である。

このような背景の下、本研究は、精神健康の困難を経験した人のリカバリーを促すきっかけとなったものや、困難を有した人のリカバリーを促した要因を探り、リカバリー志向の精神保健サービスを考えるにあたって看護師を含めた援助者のどのような関わりが効果的であるかについて示唆を得ることを目標とする。

本研究者は、精神科医療に対する満足度に影響を与える要因を、精神健康の困難のために精神科入院医療を利用した経験のある者へのインタビューにより明らかにする研究への取り組みを通じ、サービスのあり方について考えるには、効果指標やサービス提供側の事情だけでなく、当事者の声を聞くことの重要性を感じた。

リカバリー概念、リカバリー志向とは、当事者の意見、思いを最重要視するものである。これらのことを考慮し、本研究では、精神健康に困難を有する人のリカバリーを促す援助を検討するにあたっては、どのような調査方法、分析方法が効果的であるのかといった調査手法の検討も同時に行う。そして主にリカバリーを促す援助に関わるサービス提供者、利用者の意見を聞き、分析することで、当事者の声を今後のサービス提供を考える

際の資料とし、これにより、日本において、精神の健康に困難を有する人や、精神的な要因ではなかったとしても、長く続く困難を有する人のリカバリーを促進させるための方策、システム作りの一助としたいと考えた。

2. 研究の目的

リカバリーに成功しているにとらえられる状態はどのような状態であるかを探り、リカバリーを促す要因を明らかにすることでリカバリー促進に有効な関わりや援助を検討することを目的とする。

3. 研究の方法

(1) リカバリーの概念整理

リカバリーとは何かを整理するにあたり、リカバリーについて日本と比較して早くから論じられていた米国を第一の情報収集場所とした。米国ではさまざまなリカバリーを目指したプログラムが存在するが、その中でも特に、ウェルネス・リカバリー・アクションプラン (Wellness Recovery Action Plan: 以下 WRAP) に着目をした。

WRAPは1990年代から全米で行われるようになった、各人が自身の元気・健康のリカバリーのために自分自身で取り組む活動である。WRAPについて学び、自分自身のWRAPを作り上げるためのWRAPクラスに参加する人々をファシリテートするWRAPファシリテーターの養成は米国では早くから行われている。今では全米にWRAPファシリテーターがおり、全米各地でWRAPを学びリカバリーについて参加者が互いから学ぶWRAPクラスが行われている。日本においては、2007年3月にWRAPファシリテーター研修が福岡県久留米市で始めて実施された。

このような動きの中、WRAPを開発した人々のうちの一人であるMary Ellen Copeland氏の主宰するCopeland Centerを米国Vermont州に訪問し、示唆を得ることとした。

また、WRAPのグループやリカバリーに関して取り組むその他の地域の活動として、North Carolina州New Bernでリカバリーと精神保健サービスの在り方について先進的に発信している組織であるEast Carolina Behavioral Health (ECBH)の施設のDrop in centerであるThe OasisおよびPeer support centerであるHOPE stationの視察を行った。

上記視察に際して、Vermont州ではCopeland CenterのPresident of the

Board of Directors である Mary Ellen Copeland 氏、North Carolina 州では Copeland Center の Executive Director である Stephen Pocklington 氏、WRAP Advanced Level WRAP Facilitator である Gin Monroe 氏と Eri Kuno 氏に対し、リカバリーとリカバリー促進について、および現在行っている実践やその工夫についてヒアリングを実施した。

(2) 質的調査手法の検討

本研究では、サービス利用者や、精神健康に困難を有する人の経験や思いについて調査をする際に配慮することと、効果的な調査方法を検討することも重要な課題であった。このため、精神健康に困難を有する人の経験に関する調査研究に卓越した研究者である Sue Estroff 氏の助言を得ることとした。

Estroff 氏は The University of North Carolina at Chapel Hill の Department of Anthropology の教授であり、30 年以上にわたり精神健康に困難を有する人を対象とした質的研究に取り組んでいる。

助言を得る場として、Estroff 氏を講師とした精神保健に関連した質的研究ワークショップを開催し、精神保健領域における質的研究に関して同じニーズを有する国内研究者達と議論し検討した。

(3) リカバリーに成功していると捉えられる状態の検討

日本国内にいるリカバリーに成功している人々に会い、助言を得るために、日本でリカバリーを目指し活動しているグループや組織にどのようなものがあるか資料を入手し整理した。また、それらのグループの行う活動を視察し、その実践及び考えを聞いた。

4. 研究成果

本研究の初年度にあたる平成 19 年度は、当事者の考えるリカバリーとその促進に必要な要素を知るために、米国の複数の施設 (Dummerstone, Vermont および Chapel Hill, North Carolina, New Bern, North Carolina) を訪問し、リカバリー促進活動に取り組む実践者および研究者から、リカバリーを促すために必要なこと、求められる実践について聞き取りを行った。

調査により、リカバリーを促すためには、ウェルネス (Wellness) に着目すること、ピアサポートを効果的に用いることが大きな要素と考えられた。また、援助者や周囲の者、あるいは困難を有する人自身の用いる言葉 (あるいは用語) はリカバリーに重大な影響を与えるためその使用について更なる思

慮が求められていることがわかった。用いられる言葉は、困難を有する人とその周囲の者との関係性により左右されると共に、言葉により関係性が左右される側面があることが示唆された。

本研究の2年度目にあたる平成20年度は、当事者の考えるリカバリーとその促進に必要な要素を知るために、日本でリカバリー促進活動に取り組む組織の主催する会に参加し、実践者の話を聞いた。また、平成19年度調査のリカバリーを促すために必要なこと、求められる実践についての米国調査で明らかになった、ウェルネスに着目し、ピアサポートを効果的に用いることが大きな要素であるという結果に基づき、ウェルネスに焦点を当てた活動プログラムおよびピアサポートを推進するプログラムに参加し、主催者および参加者から聞き取りを行った。

これらの視察および調査により、リカバリーを促すためには、ウェルネスに着目することが日本でも有効であることがわかった。さらに、ピアサポートを効果的に用いることでリカバリーが促進される可能性は大きいですが、日本ではまだピアサポートの方法論などが十分に普及されていないという点が明らかになった。

さらに、何をリカバリーにとらえるかは、各人により異なっており、単一の指標で全ての人のリカバリーを測定することはできず、個人でリカバリーの内容も方向も異なることを考慮することの重要性が強く示唆された。

このように、それぞれにとっての意味や内容が異なるリカバリーに関して、リカバリー促進のための単一の介入といったものがあるわけではなく、リカバリーを促すための具体的な行為だけではなく、リカバリーする人とその周囲にいる人の関係性というものがリカバリーには大きく影響を与えると考えられた。

リカバリーを促すような関係性、あるいは関わりとして、援助専門職者であるかないか、精神保健医療サービスを利用しているかないかに関わらず、人間として対等な存在として関わることの重要性が多くの場合で表現されていた。ここで、対等な存在、対等な関係といった形で出現する「対等」には、誰もが尊重される価値があることを互いが認めていること、どちらかが一方的に何かを変化させる・直す・教育するのではなく互いから学び合う関係であることといった説明がされていた。また、そのほかに重要な要素として、安心できる関係であること、つながりを感じられる関係であること、尊重されていると感じられる関係など、その関係のあり方がさまざまな表現で表されていた。

特に援助者と利用者という関係の中では、

その関係性において対等な存在であるということ、援助専門職者と利用者の双方が理解していることも重要であると思われた。

リカバリーを促すにあたり、精神保健サービスの中で用いられる言葉をリカバリー志向の言葉へと変えていくことが必要であるとの言辞も多く見られた。現在生じている困難について問題志向の表現を行ったり、障害のみに着目した表現を行ったりするのではなく、各人の望むもの、希望に焦点を当てた言葉による表現をあらゆる場面で模索することもリカバリー促進のために有効な方法の一つと考えられた。

結論として、リカバリー志向の関係性においては、サービスを提供する側も利用する側も同等の力を有する存在であることをお互いが認識し、相互的な関係性を築くこと、相互性に影響を及ぼす危険のある力関係を認識することの重要性が示唆された。

リカバリーを促すための関係性構築には、ピアサポートの活用や、対等な関係性構築のための援助者対象の教育研修の提供などが期待される。

5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

[雑誌論文] (計1件)

- ①千葉理恵、宮本有紀. 精神疾患を有する人のリカバリーに関連する尺度の文献レビュー. 日本看護科学会誌, 2009; 29(3): 85-91. (査読有り)

[学会発表] (計1件)

- ①千葉理恵、宮本有紀. 精神疾患を有する人のリカバリーに関連する尺度の文献レビュー. 日本精神障害者リハビリテーション学会, 2008年11月23日(日)発表, 東京(国立市/一橋大学).

[図書] (計1件)

- ①宮本有紀. 第III章 2. 治療・ケア・支援の方法 A-2. 薬物療法における看護の役割. In: 萱間真美, 野田文隆 編集. 精神看護学 こころ・からだ・かかわりのプラクティス. 東京: 南江堂; 2010. p. 218-25.

6. 研究組織

(1) 研究代表者

宮本 有紀 (Miyamoto Yuki)
東京大学・大学院医学系研究科・講師
研究者番号: 10292616

(2) 研究分担者
なし

(3) 連携研究者
なし