

調査報告

支援者にとってのリカバリー

—文献レビューから—

大川 浩子・本多 俊紀*

(2015年1月5日受稿)

抄録：今回、日本における支援者自身のリカバリーや支援者がとらえているリカバリー概念を明らかにすることを目的に、支援者のリカバリーについて文献レビューし、日本の現状で支援者がリカバリー概念を活用する上での課題について検討を行った。方法は、2014年12月22日に医学中央雑誌及びCiNiiで「支援者 リカバリー」「専門家 リカバリー」をキーワードに文献検索を行った。最終的に42文献が抽出され、年代は2010年が20文献と最も多かった。また、内容は、「リカバリーに関連する理論・手技」が14文献と最も多く、支援者自身のリカバリーに関する文献は3文献であった。しかし、一つは退院促進に支援員としてかかわる精神障害当事者のリカバリー体験を調査した原著論文であり、残り2文献は会議録であった。

これらの結果から、日本の支援者は障害当事者のリカバリー促進やプロセスに関心が高いが、自分自身のリカバリーについては関心が低いことが考えられた。従って、障害や病を経験していない支援者が、支援の中で「当事者をリカバリーさせる」という視点に陥りやすい課題が存在すると思われた。

I. はじめに

2010年に入り、わが国の精神保健関係者の中では、リカバリー^{注1)}概念は比較的容易に共有できるようになったといわれている¹⁾。その背景として、「リカバリー」という言葉が広まり、多くの人々がふれる機会が増えていることが考えられる。専門職養成の側面では、作業療法士養成の教科書においても「リカバリー」は一つのモデルとして示され、ACT (Assertive Community Treatment：包括型地域生活支援プログラム) やIPS (Individual Placement and Support：個別職業紹介とサポート) の基盤哲学として紹介されている^{2) 3)}。更に、一般の人々がふれる機会としても、2009年より、「リカバリー全国フォーラム」(特定非営利活動法人 地域精神保健福祉機構・コンボ主催) が開催され、全国から1200名を超える障害当事者 (以下、当事者)、家族、支援者等が

集まり、リカバリーに関し語り合う機会が設けられている⁴⁾。

一方、日本におけるリカバリー概念の混乱が指摘されており、特に、専門家がリカバリーをどう考えるかというときに混乱があると述べられている⁵⁾。リカバリー概念導入の利点として、日本の精神科リハビリテーションの大勢が段階モデルに準拠しており、リハビリテーションや治療の目標を専門家や治療の文脈で決めることが多い中で、リカバリー概念の導入は「希望」について語りやすくなったと言われている⁵⁾。その反面、リカバリー概念導入の課題に、支援者が特権的に「自分達は変わらないけど当事者だけが<リカバリー>やりなさい」という危険がある⁵⁾。これは、かつて「障害受容」という言葉が対象者自身の問題でありながら、「訓練の流れ図」への適応問題にすりかえられてしまった⁶⁾ 様に、「リカバリー」と

という言葉も専門家の言葉の用い方によって同様になりうる危険性を指していると思われる。このような危機を回避するためにはリカバリー概念の整理が重要であり、そのためには、まず日本における現状の把握が必要と考えられた。

更に、リカバリーは「悲劇から立ち直る普通の適応過程⁷⁾」であるとも言われている。もし、精神疾患以外の悲劇から立ち直る適応過程とすれば、リカバリーは当事者だけに生じるものではなく、支援者も含めた全ての人に生じるものであると考えられる。この前提であれば、後藤がリカバリーについて専門家が特権的に当事者にリカバリーを勧めるのではなく、治療や自分自身あり方を自問自答した上で、初めて話し合える⁵⁾と述べていることとも整合性があると思われる。また、野中は、「病いや障害からのリカバリーは1人ではできず、仲間の存在は前提であるが、どうやら援助関係も重要な要素でありそうだ¹⁾」としながら、「無力感で打ちひしがれているのは、実は専門職のほうかもしれません。むしろ、サービス利用者である彼らがリカバリーするのに出会うことで、専門職こそがリカバリーできるのでしょ⁸⁾」とも述べている。つまり、当事者のリカバリーには支援者との関係性が重要であり、リカバリーする当事者を見てリカバリーする支援者という、ある種の対等な関係性が存在すると言えるだろう。このような対等性のある関係づくりの視点からも、支援者が自分自身のリカバリーについて考えることは有益と思われる。

今回、日本における支援者のリカバリーについて文献レビューし、支援者自身のリカバリーや支援者がとらえているリカバリー概念を検討し、活用する上での課題に考察を加え、報告する。

II. 方法

2014年12月22日に医学中央雑誌Web版（以下、医中誌）及びCiNiiで「支援者 リカバリー」「専門家 リカバリー」のキーワードで文献検索を行った。いずれも年代範囲を指定しなかったため、

医中誌は1983年から2014年まで、CiNiiは収録雑誌で開始年は異なるが2014年までとした。これらの検索結果について、重複及び抄録または原文を読み、「精神障害領域に関するリカバリー」と関係のないと判断された文献を除いた。今回、文献の種類については限定しなかったが、CiNiiでは文献の種類が表示されないため、文献を読み判断した。

対象となった文献について、まず、年代、文献種別、掲載雑誌についてまとめた。更に、文献内容を示すラベルを作成し、類似するものでサブカテゴリ及びカテゴリを作成した。結果の妥当性を確保するために、共同研究者によるラベルに変換とカテゴリ生成の確認を実施した。

III. 結果

医中誌では「支援者 リカバリー」で23文献、「専門家 リカバリー」で20文献が、CiNiiでは「支援者 リカバリー」で1文献、「専門家 リカバリー」で6文献がヒットした。これらの文献から重複及び、抄録等で明らかに精神科領域のリカバリー関係していないと判断されたものを除外し、合計42文献を分析対象とした。

論文の年代は、2005年から始まり各年代とも0～3文献であるが、2010年が20文献と突出し、2011年が6文献、2013年が7文献と多かった。論文の種別では、解説が34文献と最も多く、原著論文が6文献、会議録が2文献であった。また、原著論文は2010年以降から認められた（表1）。

表1 年代及び文献種別

	解説	原著論文	会議録	合計
2005	1	0	0	1
2006	0	0	0	0
2007	2	0	1	3
2008	1	0	1	2
2009	0	0	0	0
2010	20	0	0	20
2011	4	2	0	6
2012	0	1	0	1
2013	4	3	0	7
2014	2	0	0	2
	34	6	2	42

掲載雑誌では「精神科臨床サービス」が26文献と最も多く、内20文献が2010年の2回の特集（家族のリカバリーをどう支援するか、「リカバリー」再考:生きがいを支援する）に掲載されていた。その他の掲載雑誌における掲載数は1～2文献であり、精神科リハビリテーションに携わる職種の学会誌や大学紀要が多かった（表2）。

表2 掲載雑誌

掲載雑誌	文献数
精神科臨床サービス	26
精神科治療学	2
北海道作業療法	2
Schizophrenia Frontier	2
統合失調症	2
田園調布学園大学紀要	1
ぐんま作業療法研究	1
保健医療技術学部論集	1
日本精神科看護学術集会誌	1
日本精神科看護学会誌	1
作業療法	1
精神障害とリハビリテーション	1
東京福祉大学・大学院紀要	1
合計	42

また、各文献内容の分類について表3に示す。「リカバリーに関連する理論・手技」が14文献と最も多かった。サブカテゴリーを見ると、心理教育が6文献と最も多く、次いで、ACT・IPSが各2文献、当事者研究、SST、恋愛支援、情報共有が各1文献であった。次に「支援対象」が9文献であり、対象は統合失調症、家族、ひきこもりであった。また、「リカバリー概念」は8文献であり、「リカバリー概念」と「支援者が考えるリカバリー」で構成されていた。以下、「当事者とリカバリー」と「支援者育成とリカバリー」が各4文献、「システム」が3文献であった。

支援者自身のリカバリーについて述べられている文献は、表3の斜体で示した3文献であった。内容は、退院促進に支援員としてかかわる精神障害当事者のリカバリー体験を調査した原著論文とWRAP（Wellness Recovery Action Plan）クラスに

参加することで支援者が自分のリカバリーについて考える機会になるという会議録であった。

IV. 考 察

1. 日本におけるリカバリー概念の現状

支援者とリカバリーに関する文献は2005年より認められ、2回の特集により突出している2010年を含め2011年、2013年と文献数が多いことから、近年、注目されるようになってきていると考えられた。リカバリーの概念は、アメリカ合衆国において1980年代のユーザーによる手記活動から始まり、1990年代はリカバリー概念が精神保健システムを導くとAnthonyが論ずるに至っていた⁹⁾。一方日本では、1990年代末に野中がリカバリーという言葉を用いた際に、生物学的回復との異同、主観的体験の概念との関係、多義性やあいまいさから一部の医療機関職員等から否定的にとらえた¹⁾と言われている。これらのことから、日本の支援者にもリカバリーが認められるようになってきた時期は2000年代に入ってからであると思われる。これは原著論文が2010年以降から認められていることも同様の傾向を示していると思われる。

日本では精神医学領域の様々な施策に「リカバリー」という言葉は認められず、精神科リハビリテーション領域においてさえも2005年から取り上げられ、「ユーザー志向のリハビリテーション・モデルにおける目的あるいは基本概念」または新しい視点という理解が一般的であると指摘されている⁵⁾。この点は、文献の年代結果に加え、掲載雑誌が精神科臨床サービスや精神科リハビリテーションに携わる職種の学会誌や大学紀要が多いこと、文献内容を分類した結果、「リカバリーに関連する理論・手技」に関する文献が最も多く、次いで「支援対象」に関する文献が多いことから裏付けられると思われる。

一方、リカバリーという新しい視点をもつことが、より良い支援を行えると思いつつながら、実際には戸惑っている支援者側の様子を反映している可

表3 文献の内容分類

カテゴリ	サブカテゴリ	ラベル	著者名	種類	雑誌名	巻・号	ページ	年代
リカバリーに関する理論・手技	心理教育	心理教育と専門家の準備性	坂山 和生	解説	保健医療技術学部論集	2号	23-31	2008
		急性期治療棟における個別家族への心理教育的面接	坂本 明子	解説	精神科臨床サージス	10巻3号	374-378	2010
		家族心理教育プログラムの参加した家族との関係作りの事例	中岡 重理	解説	精神科臨床サージス	10巻3号	350-353	2010
		家族心理教育プログラムの概要と構造	渡邊 真里子	解説	精神科臨床サージス	10巻3号	369-373	2010
		単家族への訪問による心理教育	下寺 信次	解説	精神科臨床サージス	10巻3号	379-381	2010
		心理教育としての職業療法研究	竹田 詠美	解説	ぐんま作業療法研究	16巻	37-43	2014
		ACTIにおける教育システム	久永 文恵・他	解説	精神科臨床サージス	7巻4号	590-598	2007
		ACTの概要と負い散りやすい課題	久永 文恵	解説	統合失調症	1巻	73-81	2011
		IPSモデルと就労支援のコツ	香田 真希子	解説	精神科臨床サージス	7巻4号	268-272	2007
		援助付き雇用とIPSモデル	松為 信雄	解説	Schizophrenia Frontier	12巻1号	59-61	2011
当事者研究	当事者研究	当事者研究の概要と流れ	向谷地 宣明	解説	精神科臨床サージス	10巻4号	531-535	2010
		SST	池淵 恵美	解説	Schizophrenia Frontier	12巻2号	126-129	2011
		当事者によるSSSTとその周辺技法	那須 由香・他	解説	精神科臨床サージス	13巻3号	318-321	2013
		当事者及び支援者同士の情報共有	安保 寛明	解説	精神科臨床サージス	11巻3号	374-378	2011
		グループホームでの恋愛に関する支援	中川 正俊	解説	精神科治療学	20巻6号	587-591	2005
		統合失調症慢性期の患者への地域ケア	白石 弘巳	解説	精神科臨床サージス	10巻4号	470-472	2010
		統合失調症の経過と精神科医の役割	中谷 真樹・他	解説	精神科治療学	28巻4号	447-452	2013
		統合失調症の転帰としてのリカバリー	土屋 徹	解説	統合失調症	8巻	51-60	2014
		家族成員によるアプローチの違いと基本的対応	馬場 英希	解説	精神科臨床サージス	10巻3号	354-358	2010
		家族同士の支え合いの意義と専門家による支援	蔭山 正子	解説	精神科臨床サージス	10巻3号	359-363	2010
家族支援	家族ピア教育プログラムの概要と支援技術	家族ピア教育プログラムの概要と支援技術	蔭山 正子・他	原著論文	精神障害とリハビリテーション	16巻1号	62-69	2012
		ひきこもりケースの家族に対する個別・グループ支援	近藤 直同・他	解説	精神科臨床サージス	10巻3号	364-368	2010
		作業療法士とひきこもり支援	柳澤 直美	解説	精神科臨床サージス	10巻4号	486-488	2010
		リカバリー概念の歴史と日本における課題	田中 英樹	解説	精神科臨床サージス	10巻4号	428-433	2010
		日本におけるリカバリー概念と課題	後藤 雅博	解説	精神科臨床サージス	10巻4号	440-445	2010
		心理士から見たリカバリー概念	遊佐 安一郎	解説	精神科臨床サージス	10巻4号	482-485	2010
		支援者の考えるアイケアから見たリカバリー	坂本 明子	解説	精神科臨床サージス	10巻4号	479-481	2010
		支援者が考えるリカバリーとユーマー会議	寺谷 隆子	解説	精神科臨床サージス	10巻4号	492-495	2010
		支援者の考えるリカバリーと生きがい支援	浅井 久栄	解説	精神科臨床サージス	10巻4号	473-475	2010
		支援者が考えるリカバリーを促進する就業支援	倉知 延章	解説	精神科臨床サージス	10巻4号	489-491	2010
当事者活動	当事者活動	支援者の考えるリカバリー促進のヒント	土屋 徹	解説	精神科臨床サージス	10巻4号	476-478	2010
		ヴェルジジの活動と当事者活動	谷中 輝雄	解説	精神科臨床サージス	10巻4号	496-499	2010
		地域で生活する精神障がい者の生活におけるリカバリーの実態	伊勢田 千輝子・他	原著論文	日本精神看護学会誌	54巻3号	81-85	2011
		当事者支援者の視点によるリカバリー	小田 敏雄	原著論文	田園調布学園大学紀要	5号	71-89	2011
		ピアスタッフと専門職のパートナーシップの問題点	宇田川 健	解説	精神科臨床サージス	13巻1号	17-22	2013
		リカバリー志向の人材育成プログラム	香田 真希子・他	原著論文	作業療法	32巻4号	314-324	2013
		慢性期治療棟看護師の仕事のやりがいとストレス、リカバリー志向性	霜村 健・他	原著論文	日本精神看護学会誌	56巻1号	184-185	2013
		支援者がリカバリーを学ぶ場としてのWRAPクラス	大川 浩子・他	会議録	北海道作業療法	24巻Suppl	65	2007
		支援者がリカバリーを学ぶ場としてのWRAPクラス	大川 浩子・他	会議録	北海道作業療法	25巻Suppl	739	2008
		システム	リカバリー志向の包括的地域ケア	包括的地域ケア	村田 純子	解説	精神科臨床サージス	10巻4号
リカバリー志向の包括的地域ケアの運営の実態	木村 真理子			解説	精神科臨床サージス	10巻4号	434-439	2013
リカバリー志向の包括的地域ケアの運営の実態	藤島 薫			原著論文	東京福祉大学・大学院紀要	4巻1号	73-82	2013

能性も考えられた。つまり、「リカバリー」を支援者側が如何に使いこなすか、「リカバリー概念」の活用に対する模索と思われた。表3に示したように「リカバリー概念」に関する文献は8文献と多く認められたが、ラベルに「課題」という言葉が出てきていること、「デイケア」「ユーザー会議」と切り口を変えてリカバリーについて述べていることから、支援者側の「リカバリー概念」はリカバリーの多義性やあいまいさもさることながら、使いこなしたいが使いこなせていない状況があると考えられた。

更に、「リカバリーに関連する理論・手技」や「リカバリー概念」に関する文献が多いが、支援者のリカバリーに関する文献は3文献であり、内1文献は当事者支援者の文献であった。現状としては支援者が自分自身のリカバリーについて考えることは、当事者のリカバリー促進やリカバリーを基盤とした支援よりも注目が少ない状況と思われた。従って、支援者も含めた全ての人に生じるリカバリーは、当事者に特有なプロセスに陥りやすく、結果として支援者が「当事者をリカバリーさせる」という視点に陥りやすい可能性があると思われた。

2. リカバリー概念活用の課題

先のリカバリー概念の現状をふまえると、活用に関する支援者側の課題として、①リカバリー概念を使いこなせていない、②リカバリーを自分のこととして考えることが難しい、の2点が考えられる。

まず、リカバリー概念が使いこなせていない背景としては、日本でリカバリーが認識されるようになってから日が浅いことに加え、リカバリー概念が西洋文化の価値観で生まれてきたため、日本の活動や日本人の実体験と馴染んでいないこと¹⁾、日本の精神科リハビリテーションの大勢が段階的なモデルに準拠し、個々人の回復過程ではなくリハビリテーションや治療目標を専門家の文脈、治療という文脈で決めることが多いこと⁵⁾が

あげられる。その様な状況であるからこそ、リカバリーを基盤とするツールという形式だけが話題になり、個々人の生き様が忘れられてしまうことが生じ¹⁾、共通目標や動機づけの強力なツールとして割り切れば受け入れやすいが、同時に、支援者が特権的に「自分達は変わらないけど当事者だけが<リカバリー>やりなさい」という危険がつきまとう⁵⁾ことになるのであろう。

この課題に対しては、日本の土壌にあったリカバリーについて検討していくことと、支援者も含めた医療の持つ価値観の変化が必要であると考えられた。そして、その方法の一つとしてリカバリーに関する研究を進めることがあると思われた。本研究結果で、「当事者とリカバリー」「支援者育成とリカバリー」「システム」のカテゴリーに含まれている文献数は11文献であるが約半数である5文献が原著論文であり、これは原著論文全体の約8割であった。つまり、日本において当事者のリカバリーについて検討されること、支援者育成においてリカバリーをどのように組み込むのか、そして、リカバリー志向のシステムを如何に構築するかを検討することは原著論文が多いという点からも注目している人が比較的多いと考えられる。従って、今後、これらの研究が進んでいくことで、日本にリカバリーが浸透し、リカバリー概念が使いこなせる環境が整っていくことが期待できると思われた。

そして、リカバリーを自分のこととして考えることが難しいと言う点は当事者と支援者の関係性、あるいは対等性に関わることであると思われた。既に、リカバリーを支援する体制として、本気で人間的関係を結ぼうとする専門家の必要性¹⁰⁾や、ストレングスモデルの原則の一つである「ケースマネージャーとクライアントの関係性が根本であり本質である¹¹⁾」ことが言われており、リカバリーには支援者との関係性が欠かせない。更に、リカバリーは自らの体験であると同時に社会的な体験であり、他者との関わりがあるからこそ、希望を取り戻し、生活を維持する動機が見出せるの

であるとされている¹²⁾。その一方で、従来の精神医療では問題解決に焦点が置かれ、援助を受ける側が無力感や自身を問題のように感じてしまうことが知られている¹³⁾。また、地域において専門職が当事者職員に対し利用者との関係形成に上下関係を暗黙に強いることは、精神病院での関係を持ち込んでいる¹⁴⁾という指摘もあり、支援者と支援を受ける人との関係は対等性が欠ける要素が多いと思われる。

この課題に対しては、支援者が当事者との対等な関係性を意識することが重要であると考えられた。特に、支援者が自分自身のリカバリーを考えることは、リカバリー志向の支援で欠かせない当事者との対等な関係構築に貢献できると思われる。しかし、支援者の関心が当事者のリカバリーやリカバリーを基盤とする支援よりも低く、更に、現状では困難な状況も示されている。従って、「リカバリーを自分のこととして考える」までは至らずとも、「当事者に社会人として何もかもを任せ、専任職が持つこと¹⁴⁾」で、支援者と当事者が相互に尊敬しあう関係形成につながり、それが対等な関係性にむかうのではないかと考えられた。

V. 結 語

今回、日本における支援者自身のリカバリーや支援者がとらえているリカバリー概念を検討するために、支援者のリカバリーについて日本語文献のレビューを行った。本研究の結果より、リカバリーは、近年、日本に広がりつつあるが、リカバリー概念を活用する上での課題は支援者に大きくかかっていると思われる。リカバリー志向のアプローチが増える一方で、制度や長年培われてきた医療・福祉の文化との乖離は多々ある状況であり、厳しい状況でありながらも支援者自身が従来からの価値観も含め変わらなければリカバリー志向のアプローチは形骸化された骨抜きのアプローチになりかねない。ただ、西洋から輸入されたリカバリーが日本の文化や実践と融合し、日本にあった

リカバリーに馴染んでいく中で社会やシステムも変わり、誰もがリカバリーを自分のこととして語る日が来ることも、それほど遠くはないと期待したい。

注1：リカバリーについては多様な定義があるが、本研究では、「悲劇から立ち直る普通の適応過程⁷⁾」と定義する。しかし、現在、「リカバリー」という用語が精神保健領域でよく用いられるため、対象を精神保健領域に限定した。また、リカバリー概念という場合には、「専門家が考えるリカバリー概念」とした。

文 献

- 1) 野中猛：障害論から見たわが国におけるリカバリー論の展開。精神科臨床サービス10：446-451, 2010.
- 2) 小林正義：精神障害 作業療法学全書 改定第3版. 315-318, 東京, 協同医書出版, 2010.
- 3) 香田真希子：職業関連活動 作業療法学全書 改定第3版. 77-95, 東京, 協同医書出版, 2009.
- 4) リカバリー全国フォーラム2014チラシ：リカバリー全国フォーラム2014HP, <http://recoveryforum.net/doc/flyer.pdf>
- 5) 後藤雅博：＜リカバリー＞と＜リカバリー概念＞. 精神科臨床サービス, 10 (4) : 440-445, 2010.
- 6) 田島明子：障害受容論再考-障害受容をめぐる問い 日本における『障害受容』に関する言説・研究の流れ(後). 地域リハビリテーション, 2 (9) : 799-801, 2007.
- 7) Ragins M : A Road to Recovery. 2002, 前田ケイ監訳：リカバリーへの道. 24-30, 金剛出版, 2005.
- 8) 野中猛：心の病 回復への道. 178-186, 東京, 岩波書店, 2012.
- 9) 野中猛：リカバリー概念の意義. 精神医学,

- 47 (9) : 952-961, 2005.
- 10) 野中猛：図説リカバリー 医療保健福祉のキーワード. 112-113, 東京, 中央法規, 2011.
 - 11) Rapp C A, Goscha R J: The Strengths Model A Recovery-Oriented Approach to Mental Health Services Third Edition. 2011. 田中英樹監訳：ストレングスモデル リカバリー志向の精神保健サービス 第3版. 67-86, 金剛出版, 2014.
 - 12) 伊藤順一郎：エンパワメントあるいはリカバリーという概念の活用. 家族療法研究, 22 (3) : 214-218, 2005.
 - 13) シェリー・ミード, 久野恵理：インテンショナル・ピアサポート 学びの生まれるコミュニケーション (普及啓発用小冊子). NPO法人NECST, 千葉, 2010.
 - 14) 宇田川健：当事者が望むピアサポート活動とパートナーシップのあり方. 精神科臨床サービス, 13 (1) : 17-22, 2013.

Recovery from the Perspective of Supporters:

Based on Literature Review

OHKAWA Hiroko and HONDA Toshinori

Abstract: With the objective of clarifying the recovery of supporters themselves and the concept of recovery as perceived by the supporters in Japan, a review was made of literature dealing with the recovery of supporters and issues regarding how supporters can put into practical use the recovery concept in the present Japanese climate. The method used involved making keyword searches such as “supporters recovery,” “professionals recovery” in the *Igaku Chuo Zasshi* and *CiNii* on Dec. 22, 2014. Ultimately, 33 documents were extracted, and of them, hits from the year 2010 were the greatest, with 33 documents. In addition, the most prolific content was “theory and method related to recovery”, with 14 documents, and 3 documents dealt with the recovery of the supporters themselves. However, one of such documents was the original article relating the recovery experience of a mentally disabled person with the supporter aiding in his/her discharge. The remaining 2 documents were conference minutes. From the above results, it was revealed that there is heightened interest in the recovery promotion and process on the part of supporters with regard to the disabled persons themselves, but there is low interest in the recovery of the supporters themselves. Therefore, it was thought that the task is to correct the viewpoint that the supporters who have not experienced disability or illness tend to fall into, namely to “aid in the recovery of the patient” in the process of providing support.