美作圏域における「リカバリーカレッジ」の設立と運用

社会福祉学科　菅原明美

はじめに

近年、日本における精神医療は、病院完結型から地域完結型へと移行し、精神疾患を持つ人（以下、クライエント）の社会復帰を前提とした支援へと変化している。またそれとともに治療者とクライエントとの関係性も変化し、両者間のパートナーシップが意識されるようになっている。にもかかわらず、クライエントは退院した後も治療者の判断の下に生活するという状態が継続し、病院完結型とほぼ同様の体制から完全に脱却できずにいるのが現状である。

そこで近年、精神医療において注目されるようになったのが「リカバリー概念」である。「リカバリー(recovery)」とは、「回復・修復」を意味する言葉である。ただしここで言う「リカバリー」とは、精神疾患の症状等が出現しなくなるというより、クライエントの症状や障害が続いたとしても、希望を抱きながら自分の人生を主体的に生きることを指す。

また、英国では「リカバリー」を目指し、両者の間に新たな関係性を構築するため「リカバリーカレッジ」の取り組みが進んでいる。

本報告書では、2018 年 1 月～2 月に実施した「平成 30 年度岡山県ピアサポート支援事業所美作地域交流研修会」の試行的実践を基に、2019 年 4 月の本施行に向け 2018 年 12 月に「体験講座」を実施した。美作圏域における「リカバリーカレッジ」設立と運用における今後の課題について報告する。

リカバリーカレッジとは

リカバリーカレッジは、英国において、治療でも支援でもない教育モデル（協働モデル）として生まれた支援方法で、同国にて 2009 年頃より開始した地方自治体や精神保健福祉サービスの役割や機能の改革の中心を担うこととなった。リカバリーカレッジは、治療ではなく学びの場であり、従来の医療や福祉の現場における「支援する側-される側」という関係性ではなく、水平な関係を築くことが前提となっている。さらに、クライエント本人だけでなく、その家族や友人、地域住民、支援者など、周辺の人たちも巻き込み、各自がカレッジの受講者（学生）となり、学びの場が形成されているのが特徴である。運営資金や内容は各地で異なるが、共通した理念がある。また、日本においても、リカバリーカレッジガイドライン試論が以下のとおり掲げられている。

リカバリーカレッジであるための６つの特徴（理念編）

（厚労省などが助成する日本医療研究開発機構（AMED）の研究事業）

1. 学ぶ場
2. コ・プロダクション：共に創り、共に進行し、共に学ぶ
3. リカバリー志向で、ストレングスベースである
4. 進化していく
5. 地域とも精神保健サービスともつながり、その架け橋となる
6. すべての人を受け入れ、開かれている

・共同創造（Co-production）

リカバリーカレッジ みまさか　の試行

①　岡山県ピアサポート支援事業所美作地域交流研修会

2017 年 8 月　実行委員会 立ち上げ　～　2018 年 2 月　　計 9 回　会議を開催

2018 年 1 月～3 月　リカバリーカレッジみまさか　実施

日程	内容	参加数
2018 年	開会式　オリエンテーション	23 名
1 月 15 日	「リカバリーへの道」	16 名
1 月 18 日	「ＷＲＡＰ体験コース」	24 名
	「リカバリーストーリーを語ろう」	16 名
1 月 27 日	「フットサルでフィットネス」	32 名
2 月 3 日	「ザ・一人暮らし」	27 名
2 月 5 日	「ドリームマップ」	22 名
	修了式　修了証書授与	23 名

美作地域交流研修会の様子

ピアサポート支援事業所の看護師とピアサポーターが中心となり、津山市内の精神科病院のデイケアルームで月１回の会議を開催した。参加者はデイケア利用者、就労支援事業所に通所中のサービス利用者、美作保健所保健師、精神科病院に勤務する臨床心理士、作業療法士、精神保健福祉士、大学教員、大学生である。約半年の準備期間を経て、６つのプログラムを開催した。プログラム内容は、英国モデルを採用し、プログラムは、①精神疾患の困難を理解する。②知識・スキルを育成する。③人生を立て直す④参加する、の４つを柱とした。プレ開始のため広報する期間は限られたが、参加者の満足度も高かった。しかし、一方で課題も少なからずみられた。まず、運営に関する課題としては、会場の選定方法があげられる。今回、利便性や資金面から参加者の多い医療機関を借りたが、参加者の多くは日常と変わらない環境で、「学びの場」とは受け入れにくい。運営体制についても、今後、補助金事業から除外された場合は、運営資金の調達方法のほか、運営主体や連絡先についても検討が必要となる。

今後については、基本理念については、コ・プロダクション（共同創造）がきちんと築かれているかに留意しながら進めることを目標とした。

つまり、コ・プロダクションを築いていく過程である会議に着目し、利用者とサービス提供者が、対等な関係性により、まず体験をシェアーし、学びを共同創造・提供するための方策を話しあう場に重点をおくことにした。

実行委員会の様子

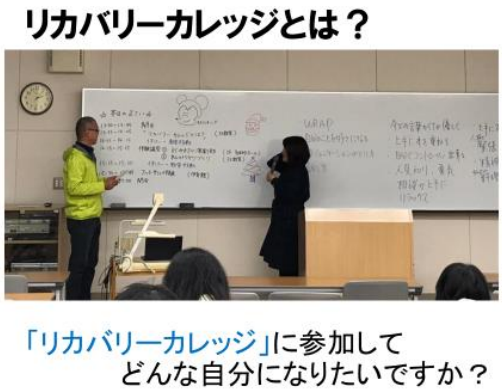
② 2018 年 12 月　リカバリーカレッジみまさか　体験講座

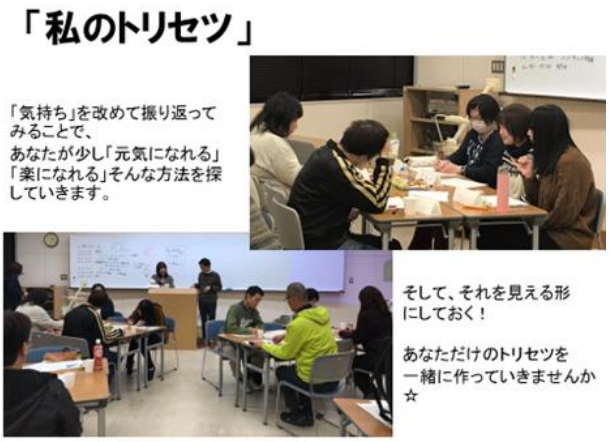
2018 年度は、大学の教室を会場とし、コ・プロダクションを基盤としたチーム運営を目標とし、会議や学習会において、それぞれのリカバリーストーリーを語るグループワークや、司会進行や役割分担についても工夫した。2019 年 4 月の本施行に向けて、2018 年 12 月に「リカバリーカレッジみまさか体験講座」を開催した。プログラムは「リカバリーカレッジとは何か」を必須科目とし、「私のトリセツ」「ＲＣみまさか演劇部」「フットサル体験」を選択科目とした。

そこで、筆者は「リカバリーカレッジとは何か」をテーマに、精神疾患を経験する当事者とともに講師を務めた。筆者が英国の現状やリカバリーカレッジについて講義し、協働で講義を担当する当事者は、自らのリカバリーストーリーを語った。しかし、結局、講義は筆者の主導で進行することになり、形式的なパートナーシップであることに気づかされた。また、運営会議においても、専門家主導になることが多かった。とはいえ、小さな変化も起きている。参加者たちの発言が増え、役割・責任意識も芽生えている。

ともに講師を務める当事者に「デイケアとの違いがありますか」と尋ねると、「リカバリーカレッジは、自分を表現するところですね」との答えが返ってきた。多くの書籍を読み、「何をどう話せば、参加者に『リカバリーには主体性が大切だ』ということが伝わるか」を模索している姿が見えた。

リカバリーカレッジみまさか「体験講座」の様子





今後の課題と展開

これからの「リカバリーカレッジ みまさか」への展開について、次の 3 点を示す。

① コ・プロダクションへの継続的挑戦

自分が目指す暮らし方を、サービス利用者自らが考えだし、「専門職や行政の担当者らと支援事業をともに創り出していく仕組み」を作ること、語れる場、語れる力のための、土壌づくりとして、リカバリーカレッジ運営会議を推進すること。

②効果的な資源（人材）活用と専門職教育の強化

英国を視察した際、リカバリーカレッジの統括者であるガブリエル・リチャード氏に「コ・プロダクション(共同創造)の文化を取り入れる際、苦労したことはありますか？」と質問したところ、「専門職は、『リカバリーについて分かっている』という人ほど分かっていない」「分かっているといった人こそ、体験後に『気づけていなかった』という感想は多い」との答えが返ってきた。さらに、「専門家は、『助けてあげる』側の仕事として訓練されている。そこを『当事者が持っているスキルも有効である』ということを体得し、パートナーシップを築くことで、働き方が変わる」とも語っていた。専門職自身が、体験者から学ぶ姿勢やパートナーシップが実現しにくい現状についても語り合い、個々の抱える課題を持ち寄る機会を作りたい。

③ピアコンサルテーションの実施

日本においてもすでに三鷹市を皮切りにピアサポート事業としてリカバリーカレッジが導入されており、今後、全国で展開される兆しはある。しかしその一方で、学校（カレッジ）の形式がとられてはいるものの、コ・プロダクションの理念が踏襲されているとまでは言えないリカバリーカレッジも存在する。いかにリカバリーカレッジが広く普及したとしても、コ・プロダクション概念が導入されなければ、単なる「看板のすげ替え」になることが懸念される。「リカバリーカレッジみまさか」も、客観的評価をする機会をもつことが必要であると考える。また、各地域の取り組みを知り、美作の土壌や文化に合った形を創造し、美作圏域の強みを活かすためにも、ピアコンサルテーションの機会がもてるように努めたい。
リカバリーカレッジは、協働やパートナーシップが支援の関係性に重要であるという「知識」自体は有している専門家が、体験を通して実践場面でいかに振舞うかを学ぶ場ではないかと考える。専門家は、時に当事者にとって過度に保護的になり、当事者をパワーレスにするとの批判を受けることもあるが、専門家としてのバウンダリーが明確になることも期待したい。