

メンタルヘルス・サービスにおける リカバリーの推進： 英国から学ぶこと

ジュリー・レパー
ノッティンガムシャー・ヘルスケア・トラスト リカバリー責任者
ノッティンガム大学教授
組織変革プロジェクトチーム・リカバリー推進担当委員

本日お話ししたいこと...

- サービスユーザーとサービス提供者にとっての「リカバリー」の意味を考える
- リカバリーを支援する際に、サービスがどのように変わるべきかを検証する
- ノッティンガムシャー・ヘルスケア・トラストでの事例を参考に、組織変革について紹介する
- これらの変革による影響を評価する方法を考える

「リカバリー」とは何か？

苦悩の経験から発生したメンタルヘルスを理解するためのフレームワークであり、

- 専門家が症状を取り除くという発想から脱却し、ユーザーが自身の経験を理解し管理する方法を見つける
- 問題や困難に注目する方法から脱却し、ユーザーが自分の強みや技能を足場として目標を達成できるようにする
- 医療と福祉を分離する方法から脱却し、連携、選択、機会を増やし、互いに支援しながら人生の希望を達成する

このように、リカバリーは現在の社会にある精神障害に対する偏見に対抗するものであり、メンタルヘルスサービスの提供と発展において大きな意義を持っている。

個人にとって

- *自身に起きた事態を理解する方法の発見
—自分がその専門家だという意識*
- *自分は病気以上の存在だということの発見*
- *充実した人生を送る方法の発見*
- *必ずしもサービスや専門家に頼らなくてよいことの発見*
- *メンタルヘルス問題は必ずしもネガティブなものではないということの発見*
- *サービス側にリカバリーを達成したと判断された後も、この旅は続くということの発見*

リカバリーとは何か？

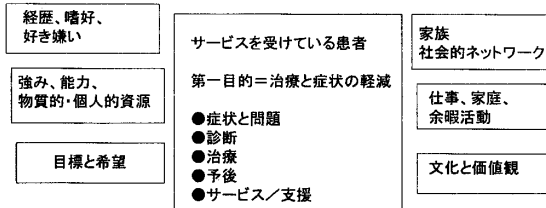
「個人の態度、価値観、感情、目標、技能や役割などを変え、非常に個人的で独自のプロセス。精神疾患の破滅的影響を超えて成長しながら、人生における新たな意味と目的を見つけること」
(アンソニー、1993)

ポストン

「もう死にそうにならない時」
「いつかもっと幸せになれるだろうと思える時」
「自分を責めるのをやめた時」
「新しい友だちができた時」
「人生がこれ以上辛いかわからない時」
「何かがうまくいった時」
「出かけたくなった時」

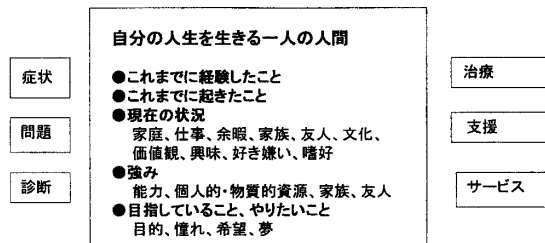
リカバリーとサービス

従来の強調点



診断、治療、支援に関する決定を伝える際に、経歴、強み、目標、社会的環境、活動、価値観、信念などを考慮する。

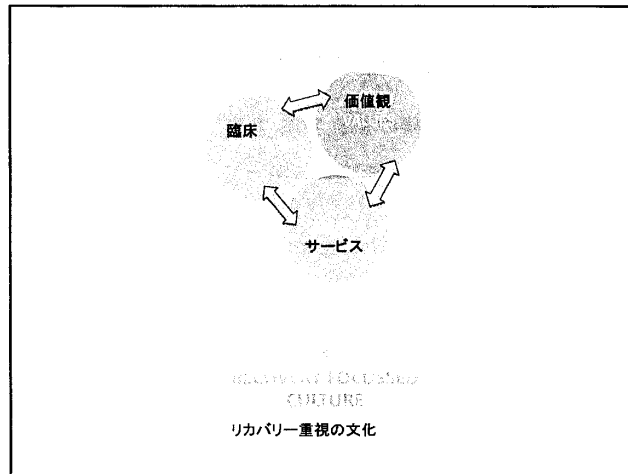
「リカバリーには、治療を行う組織の変革が必要。問題となるのは、リカバリーにおける治療の役割である」
(Davidsonら、2006年)



ユーザーがやりたいことをやり、望んでいる人生を送るためにどの程度の手助けをするかという観点から、診断、治療、支援を検討する。

「リカバリー」を推進する際の問題点

- 「リカバリー」は新しい治療法ではない。訓練を受けたスタッフが介入を続けなければユーザーが「リカバリー」できるというものではない。
- リカバリーとは、メンタルヘルス問題を抱えた人々の人生に対するメンタルヘルスサービスの貢献についての新しい考え方、すなわち新しい価値観を提供するものである。
- 「リカバリー」という発想は、精神的苦悩を抱えて生きる人々の語り、すなわち自分の人生は自分自身のものであり、自分でしか変えられないというストーリーから生まれた。メンタルヘルスサービスは、このプロセスを支援することもできるし、妨げになることもある。
- 「リカバリー指向」のサービスは、ユーザーが自分の状況(意欲)を理解し、症状を管理し、「病を超えた」人生を築いていく機会を得ることにより、個人の希望や夢の実現を支援することを目指した介入を伴うことが多い。
- そのため、臨床とサービスに大幅な変革が行われることになる。また、日々の交流のあり方も変革され、サービスに携わる人材の大幅な変革が求められる。
- 以上を合わせると、従来型のサービスの文化に大きな変化が起こる。



トレーニングだけでは不十分

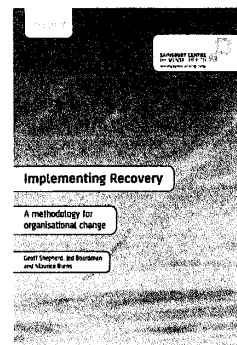
□ Whitleyら(2009年)は、12か所の地域施設における Mueserの「疾病管理とリカバリープログラム」の実施について研究し、以下の重要性を指摘した:

- ▶ トレーニング
- ▶ スーパービジョン
- ▶ リーダーシップ
- ▶ 変革の文化

□ 上記が一緒になると、相乗効果があった

□ しかし、トレーニングだけをして、優れたスーパービジョン、リーダーシップ、変革の文化がなければ効果的ではなかった

効果的な組織的変革を達成する方法は？



ImROC — 「10の組織的課題」

(組織におけるリカバリーの実現)

1. 交流の変革と体験の質を高める変革
2. ユーザー主導の総合的な教育とトレーニングの提供
3. 「リカバリー教育部門」の設置
4. 組織的取り組み、リーダーシップと「文化」の確保
5. 個人に応じた対応と選択の拡大
6. リスク評価・管理方法の変更
7. ユーザー参画の見直し—連携と共同作業
8. 人材改革—非専門家/ピア
9. リカバリーの旅におけるスタッフ支援
10. 「病を超えた」人生を実現する機会の拡大

コミュニティメンタルヘルス(CMH) 2010年

手法

➤ 第一段階—概念の理解

- ✓ 英国国民健康サービス(NHS)は、地域システムの中でパートナー(コミッショナーを含む)と協力してサービスを提供している
- ✓ 「10の主要課題」を探求するために、考え方を明確にし、共通理解を育んで地域の状況に適応させる
- ✓ 「関係づくり」、「発展」、「変革」(それぞれの定義を示す)の三段階で自己評価を行う
- ✓ 組織的変革に向けた地域目標について合意を得る (not > 5?)
- ✓ 変革に向けた優先事項について合意を得る

手法(続き)

➤ 第二段階—個別目標の設定、実施、評価

- ✓ それぞれの課題について、「SMART(Specific:個別の、Measurable:測定可能な、Agreed:合意を得た、Realistic:現実的な、Timed:期限を決めた)目標を策定する
- ✓ 具体的評価基準を選択する(案を提示)
- ✓ 情報源を特定する(案を提示)
- ✓ 変革を「共同で実現する」ために実行し、協力する
- ✓ 進捗状況の検証と目標の修正を繰り返す
- ✓ 別の目標を選択する

[注:本質的には、閉鎖式の「監査の繰り返し」、つまり「アクション・リサーチ」サイクルであり、組織的変革の最も効果的な手法である。

(Iles & Sutherland, 2001年)]

どのような支援を提供しようとしているのか?

- I. NHSトラストとその地域パートナーを支援するために、プロジェクトチームによる専門的技術アドバイス(1ヶ所あたり20日間を2年以上)を提供:
 - 初期評価の完了
 - 優先事項の選択
 - 目標の選択
 - 評価基準の合意
 - 実施と検証
- II. 地域のユーザー主導型トレーニングの取り組みを発展させるための専門的支援(職員または準職員によるもの:1ヶ所あたり5日間、および1ヶ所あたり10日間のサービスユーザー専門トレーナーによる支援)。その役割は以下の通り:
 - サービスユーザー主導型のトレーニングに向けた地域の能力形成
 - リカバリーに関するユーザー主導型のスタッフトレーニングの提供を支援
 - 「ピア専門家」向けのトレーニング開発への助言

意図する影響と利益

(a) 地域レベル

- リカバリー支援サービスの質の向上
- 個人に応じた対応の改善
- 満足度の向上
- コミッショナー(審議委員)と提供者のための「共通言語」の創造
- 地域の独立セクターとのより効果的な連携
- 社会的生活(住居、雇用など)に対する影響の軽減
- サービスユーザー主導型トレーニングの能力強化
- 人材の「再調整」に向けたピア専門家育成の基盤づくり

(b) 国家レベル

- 「リカバリー指向」のサービスに向けた組織的変革のための効果的モデルに関するデータの生成
- 「サービスレベル」の基準を設定するための基盤づくり(例:委託)
- コスト効率性に関する将来の研究に向けた情報提供

10の課題 ...

およびメンタルヘルス組織における リカバリー重視の進展

コミュニティメンタルヘルス「10のヒント」を元にした スタッフのスーパービジョン

以下の場合、リカバリー重視と言える:

- ユーザーがリカバリーに向けた個人的目標を見つけるのを手伝う
- ユーザーが既に持っている長所に信頼をおいていることを示す
- 「病気になる」という意識からユーザーを脱却させ、貢献する立場になれるような目標を優先させる
- これらの目標を達成するのに役立つ、メンタルヘルス以外の資源を特定する
- メンタルヘルス問題の自己管理を促進する
- ユーザーの希望に耳を傾け、受け止めていることを示す
- ユーザーを尊重する態度と、ユーザーと同等の関係を望んでいることを示す
- ユーザーの目標達成を支援するために、「一層の努力をする」
- 希望を持たせ、実現の希望が持てるような具体例を挙げる
- 先のことは分からないという現実を受け止めながらも、ユーザーが自分で決めた目標を達成し、希望を持ち続けられるように支援を続ける

(コミュニティメンタルヘルス(CMH)、2008年)

1. 日々の交流と体験の質を変える

例:

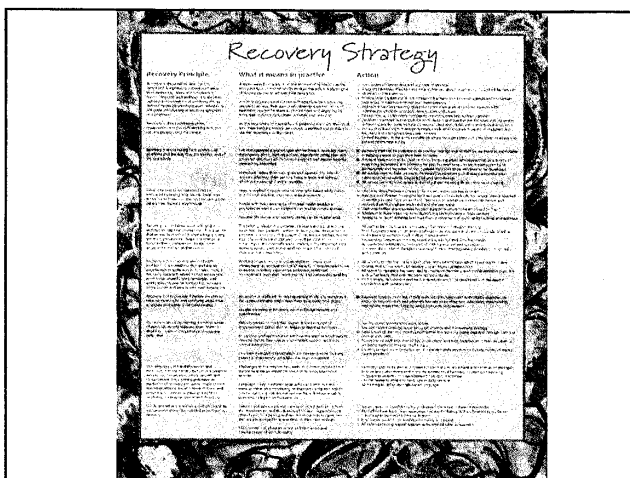
- 全スタッフがリカバリーに関するトレーニングを受けている
- スタッフのスーパービジョンはリカバリー重視
- 全サービスユーザーが個別のリカバリー計画を利用できる
- 全サービス、全チームを通じてリカバリーが優先される
- 全チームがリカバリーの行動計画を持っている
- 患者の体験に関する年次評価にリカバリーを反映させる
- 全方針と手順にリカバリーおよびリカバリーに注目した言葉を反映させる(問題ではなく強みに立脚し、前向き・非差別的で、目標に結びついていること)

2. 組織全体で取り組み、その「文化」を作る リーダーシップの重要性

例:

- リカバリー戦略
- 理事会の支援、リカバリーを事業計画の優先事項に
- 役員がリカバリー促進グループの責任者になる
- リカバリーが前進への道だと信じる
- 国内外で外部との連携を開拓する
- リカバリーをアカウンタビリティ(説明責任)の体制に反映させる

例: CPA(ケアプログラムアプローチ)



3. 総合的なユーザー主導型教育を提供し リカバリー教育部門を設立する

カレッジ

- 教室、図書館、個人的にも専門的にも経験を積んだトレーナーを備えたカレッジ施設を開設する
- トレーニング部門や外部の大学と協力し、リカバリー重視の様々なコースを提供する
- 全コースはサービスユーザーとスタッフが共同で設立し、共同で提供し、共同で受けられるものとする（スティグマや差別を打開するため）
- リカバリー・カレッジは共通の活動や社会的ネットワークのための基盤を提供する

急務から始める

4. 利用者参画の見直し

- 参画とは、「私たち」が「彼ら(ユーザー)」に声をかけて、私たちがしていることに対する意見をもらうこと
- 「私たち」が双方の知識を生かし、協力し合って方針、実践、経験を育み、共同作業することを目指す
- 参画は、「自分の経験を利用する」、「自分の体験を語る」、「自分のリカバリーを計画する」トレーニングを(できれば、リカバリー・カレッジにおいて)受けている場合にのみ可能になる

5. リスク評価・管理方法を変える

- 自傷他害のリスクを評価することから離れ、安全対策について話し合う
- 「安全でいられるためにどのような支援ができるか」を尋ねる
- 長期の施設入所や隔離に伴う安全問題、すなわちリスクを最小化することによる悪影響を考慮する
- リスクを恐れず人生を前進させるようにユーザーを励ます(雇用、教育などに挑戦する)

6. 個人に応じた対応と選択の拡大

- ・メンタルヘルス問題を抱えた人だけに特化したサービスを利用するのではなく、様々な施設を利用するように勧め、ユーザーが地域資源にアクセスできるよう支援する
- ・サービスユーザーにとって何が良い方法であるかを指図するのではなく、双方の知識と経験を生かし、協力して「共同決定」することを目指す

7. 人材改革

- ・高度の心理療法と治療を提供できる専門家を雇用する
- ・様々な人生経験を持つ人々を雇うことにより、サービスユーザーが社会で役割を担い、関係を築き、活動に携われるように支援する
- ・自身がメンタルヘルス問題を抱えた経験のある人々を雇い、ピアサポートを提供する
- ・ピアが労働体験を得られるよう、ボランティアの地位を設ける
- ・一部のユーザーにとって「友だち風支援者 (befrienders)」は仲間意識を持たせてくれる貴重な存在 (同じくボランティアベースで)

8. リカバリーにおけるスタッフ支援

- ・働き方を変えるために、スタッフへのトレーニングや支援が必要
- ・メンタルヘルス問題を抱えるスタッフには特別な支援が必要 (30%のスタッフが、メンタルヘルスサービスの利用経験があるか、サービス利用者である家族をケアしている)
- ・全スタッフが「業務計画に従う」
- ・全スタッフがカウンセリングとスーパービジョンを利用できる

9. 「病を超えた人生」への機会を増やす

- ・就労援助の専門家を各コミュニティ・チームに配置する
- ・アンチスティグマ・キャンペーンにより、地域住民の差別を低減する
- ・リカバリー・カレッジが、教育や社会との関わりへの経路を提供
- ・ピアサポートの地位を設け、トラスト内で雇用を提供
- ・新たな規定のもとで、社会での活動、関係、役割の評価を求める

心のケアの文書

10. 家族や友人のリカバリーのための支援を提供する

- 家族支援戦略
- 家族支援ワーカー
- 家族支援責任者
- 家族ピア・ワーカー
- 利益共同体(トラストの理事、管理者、臨床家、家族の参加)
- リカバリー・カレッジで家族向けのコースを提供

その効果は？

- モニタリング – サービスユーザーの年次インタビュー調査(ユーザー中心モニタリング)
- 定期的な転帰評価(患者満足度調査、NSR転帰評価)
- ピアサポートワーカー、リカバリー開発プログラム、学習支援者、文化的適性、コミュニティに関するパイロット研究
- 監査と評価 – 年間基準設定(戦略パンフレット(スライド21)参照)、個別プロジェクト
- 調査 – リカバリー教育部門の評価、ピアサポートとセルフスティグマに関する調査、IPS調査



年間のチーム基準設定と行動計画の基礎:

以下の場合、リカバリー重視のサービスとなる

- 利用者が近隣の方々との関わりを築くことを支援する
- メンタルヘルスに関する教育を地域に提供する
- 本人が望めば、重要な他者にケア計画に参加してもらう
- 利用者が自己の治療記録にアクセスすることを促す
- 利用者が決めた目標に対する進捗状況をモニターする
- 甘い言葉や無理強い・脅迫をして選択に影響を与えない
- リスクを恐れず、新しいことに挑戦する
- 利用者に、職員の採用とトレーニングに参加してもらう
- 地域に存在する資源と機会について知る
- ロールモデルとなりうるピアと利用者をつなげる
- 治療の選択肢を提供する
- 利用者がリカバリーでき、自分自身で治療し、自ら人生の選択ができると信じる
- 利用者、家族、スタッフがリカバリーについて学べる機会を提供する (Kiddら、2009年)

リカバリーの可能性

「リカバリー」の概念は、完全にうまく適用されれば、メンタルヘルスサービスを改革し、精神的苦悩を経験している多くの人々の可能性を解き放つことができる。メンタルヘルスサービスは、リカバリーを直接支援するようにすべきであり、専門家はユーザーがより質の高い生活を実現できるようにトレーニングを受けるべきだ。これにより、多くの組織や個人に大きな変化をもたらすことになるであろう。」

Future Visions Coalition (2009年7月).

...

リハビリ中心のメンタルヘルス・サービスへ ～英国での経験から学ぶこと～

▷日時 2月17日(金)18時半～

21時 ▷会場 調布市文化会館
たづくり 8階映像シアター

▷入場料 無料 ▷定員 80

名(先着順) ▷内容 ジュリー・
レパー氏(英国ノッティンガム
大学 教授/臨床心理士)による講演

▷申込方法 FAX、
郵送、電話、メールのいずれか

▷問合せ・申込先 社会福祉法
人 巢立ち会 こひつじ舎

☎/FAX 042(488)4433(平日のみ)

✉ kohitujiya@sudachikai.eco

.to

MA



平成22年度 東京都地域の拠点機能支援事業 講演会

英国での リカバリー支援

精神保健福祉先進国からの提言

講師 ジェフ・シェパード氏
(英国セインズベリー精神保健センター)



平成23年3月

社会福祉法人 巣立ち会 巣立ち風