

リカバリーと表現活動 ～アートを通じた体験談～

○藤澤 希美¹⁾、石川 恵己²⁾、稲垣 麻里子³⁾、鈴木 叶⁴⁾、丹羽 俊樹²⁾

1) 横浜市立大学 医学部 看護学科、2) 特定医療法人共和会 共和病院、

3) 一般社団法人 北海道ピアサポート協会、4) なし

【目的】

精神保健医療福祉領域において、リカバリーは重要な概念の一つです。リカバリーとは、疾患を経験する前の状態に戻るのではなく、「困難な中にも夢や希望を携え、自分の送りたい人生やありたい姿に向けて生きるプロセス」をさします。精神疾患を経験する人のリカバリーに影響を与える要素の一つとして、アート（表現すること）が挙げられます。アートは、芸術療法として古くから実践されており、絵画、音楽、ダンス、演劇、物語や詩などの創作活動を通して心の内面を表現し、癒しや自己成長、自然治癒力を高める取り組みの一つです¹⁾。アートを用いた活動は、病院内で行われる作業療法での創作活動から住民と協働して地域の活性化を目指すアール・ブリュットまで幅広く存在しています。

私たちはこれまで精神疾患を経験する人のアートを自己表現の方法の一つのとして認識し、その作品に込められた思いを聴くことで、回復を実感してきました。しかし、アートを通してその人がどのようにリカバリーしてきたのか、当事者の視点から知る経験は少なかったことに気づきました。

そこで、今回は実際にアートを通してリカバリーしてきた当事者やアートを用いてリカバリーを支援した体験談を共有し、リカバリーに役立つアートの力について一緒に考える機会にしたいと思います。

【方法・内容】

1. 趣旨説明、表現活動によるリカバリーの説明
2. 体験談の共有
 - ・アートによるリカバリーの体験談（叶）
 - ・あるA氏のリカバリー物語（丹羽）
 - ・アートを用いた地域における取り組み（石川）
3. 実際のアートに触れてみよう

4. 参加体験の振り返りと質疑応答

5. まとめ、アンケート

【倫理的配慮】

本ワークショップに参加する当事者および体験談に登場する当事者に対しては、事前に企画の目的および内容について十分に説明を行い、参加の意向を確認したうえで企画しました。さらに、心理的負担を伴う可能性のある内容については無理に開示する必要がないこと、発言内容は本人の意思に基づいて選択できることを説明し、当事者の負担軽減に配慮しました。また、本ワークショップで語られた内容については、ワークショップ内だけの扱いとし、外部へ情報を漏らさないこと、個人情報やプライバシーの保護に努めるよう、開始時に参加者へアナウンスします。同時に、企画者は、ワークショップ自体が安全な場として機能するように、十分配慮の上、進行を行います。

【利益相反（COI）】

開示すべきCOIはありません。

【引用文献】

1. 藤澤三佳（2018）生きづらさの自己表現-アートによってよみがえる「生」-, 晃洋書房, 京都