

リカバリーって何だろう？ ～意味ある作業と「WRAP®」～

講師：増川 ねてる

(アドバンスレベル WRAP® ファシリテーター／NPO 法人東京ソテリア・ピアサポーター)

要旨

先ずは、この場に呼んでいただいたことに感謝です！

私にとって作業療法士とは、リハビリテーションの分野において、「意味」を扱える唯一の職種。作業療法とは、「意味」にアクセスできるリハビリテーション。そして、ヒトというのは、「意味」なしには生きていけない生き物。そんな風に考えているので、この場で、「リカバリー」について、そして「WRAP®」について、みな様に話が出来ることを、光榮に、そして大きな好機と思って感謝です！

私は、精神疾患・精神障がい分野における、いわゆる「当事者」です。精神症状が日常的にあり、精神病院への入院体験があります。病気が元で差別偏見を感じたこともありますし、それがもとで居られなくなったコミュニティもあります。市役所でもいやな想いをしました。でも、一番ショックだったのは、「現代医学では解明されていないので、治らないかも知れません」と言われた時だったと思います。「これが、ずっと続くのか」と途方にくれました。19歳の時でした。

でも、今は、ほんといい時代になったと思います。なぜって？それは、メンタルヘルスのリカバリーに関して、「WRAP®」があるからです。「WRAP®」は、リカバリーした人たちが、自ら開発した、リカバリーのための系統だったシステムです。医学では治せないかも知れませんが、「リカバリーした人たちは、現実に存在しています。

そして、実体験に基づく知恵を般化させ、誰でも使えるようにしたもの（それが WRAP® です！）が、存在しています！！「メンタルヘルスのリカバリー」と「WRAP®」。その関係を、私自身や、仲間たちの体験と共にご報告いたします。

作業科学研究, 12, 40-49, 2018.

