



精神疾患をもつ人々のパーソナル・リカバリー

千葉理恵

京都大学大学院医学研究科

日本地域看護学会誌, 26 (2) : 34-40, 2023

I. はじめに

かつての精神医療は、サービス利用者の精神症状の改善や社会機能の向上に着目した医学モデルによる支援が中心であったが、近年の精神医療や精神保健福祉の分野では、医学モデルの視点だけではなく、対象者が望む地域生活を実現するための目標志向で個別的な支援がより重視されるようになってきている。本稿では、精神医療・保健福祉分野における「パーソナル・リカバリー」の概念について概説し、精神疾患をもつ人々のパーソナル・リカバリーを評価できる日本語尺度の例を紹介する。また、地域看護実践のなかでそのような尺度をどのように活用できるかについて述べる。

なお本稿は、筆者らが2009年に『日本看護科学会誌』に発表した「精神疾患を有する人のリカバリーに関連する尺度の文献レビュー」¹⁾、2020年に『精神障害とリハビリテーション』に発表した「パーソナル・リカバリーおよびリカバリー志向性を評価する日本語尺度の系統的レビュー」²⁾、ならびに2011年に『精神科看護』に発表した「地域で生活する精神疾患をもつ人の、ピアサポート経験の有無によるリカバリーの比較」³⁾の一部を引用し、大幅に加筆修正を加えたものである。

II. 概念の定義

「パーソナル・リカバリー」とは、精神疾患をもつ当事者の手記を発端として1980年代からアメリカを中心に広がった概念であり⁴⁾、精神疾患をもつ人が疾患によ

る影響を乗り越え、自身で決めた意味のある人生を取り戻していく過程を表す。精神症状が改善することや社会機能が回復することを意味する客観的な臨床上の回復（クリニカル・リカバリー）とは異なり、必ずしも疾患になる前の状態に戻ることを意味するのではなく、発病前の自身を超える成長をも含む主観的な概念である⁵⁾。

パーソナル・リカバリーの唯一の操作的定義は確立していないが、さまざまな構成概念が含まれることを多くの研究が論じており、たとえばLeamyら⁶⁾はシステムティック・レビューをもとに、Connectedness（人とのつながり）、Hope and optimism（希望をもち楽観的であること）、Identity（自分らしくあること）、Meaning and purpose（人生の意味や目的をもつこと）、Empowerment（エンパワーメント）からなるCHIMEモデルを構築している。その後、さらなるシステムティック・レビューによって、パーソナル・リカバリーの道のりのなかで生じるDifficulty（困難）を含むモデルが提唱されている⁷⁾。

III. パーソナル・リカバリーを評価する尺度

長期的に経過することも多い精神疾患においては特に、その客観的な回復のみに焦点を当てるのではなく、対象者の主観的な回復や変化も包括的に理解して支援することが不可欠であり、精神医療・保健福祉サービスのなかでパーソナル・リカバリーを評価することの重要性が認識されてきている。日本で独自に開発された尺度はまだ報告されていないが、本稿では、日本語版が作成さ

れている，サービス利用者が自己評価する4つのパーソナル・リカバリー評価尺度を紹介する。

1. 日本語版 Recovery Assessment Scale (RAS)⁸⁾ (資料1)

Recovery Assessment Scale (RAS) は，精神疾患をもつサービス利用者のパーソナル・リカバリーの語りのナラティブ分析や参与観察をもとに，サービス利用者も関与してアメリカで開発された24項目の尺度である^{9,10)}。「まったくそう思わない」～「とてもそう思う」の5件法により評価し，スコアが高いほどパーソナル・リカバリーのレベルが高いことを表す。これまでに，日本語版⁸⁾のほか，ポルトガル語¹¹⁾，中国語¹²⁾，ドイツ語¹³⁾，ノルウェー語¹⁴⁾，イタリア語¹⁵⁾，スペイン語¹⁶⁾などの翻訳版が作成されている。日本語版を含むRASを用いた研究のレビューの結果，信頼性と妥当性が十分高いことが確認されており，精神保健サービスの研究での使用に有用であると評価されている¹⁷⁾。これまでに，リカバリー志向の介入研究を含む多くの研究に用いられている。

原著者らによる英語版のRASの5つのドメインは，personal confidence and hope, willingness to ask for help, goal and success orientation, reliance on others, no domination by symptomsの5つであった¹⁰⁾。一方，日本語版のドメインは，先行研究と類似するgoal/success orientation and hope (目標/成功志向・希望) (付録1の項目番号：1,6,7,8,10,11,12,13,18)，reliance on others (他者への信頼) (項目番号：16,17,19,20)，personal confidence (自信をもつこと) (項目番号：2,3,4,5,9)，no domination by symptoms (症状に支配されないこと) (項目番号：23,24)，willingness to ask for help (手助けを求めるのをいとわないこと) (項目番号：14,15,21,22)の5つであった⁸⁾。

2. 日本語版 Questionnaire about the Process of Recovery (QPR-J)^{18,19)} (資料2)

Questionnaire about the Process of Recovery (QPR-J) は，研究者や専門職者らにより，サービス利用者へのインタビューをもとにイギリスで作成された22項目の尺度である²⁰⁾。原著者らによる英語版には，個人内下位項目と対人間下位項目の2つのドメインがある。「全くそう思わない」～「とてもそう思う」の5件法により評価し，スコアが高いほどパーソナル・リカバ

リーのレベルが高いことを表す。これまでに，日本語版^{18,19)}のほか，スウェーデン語版²¹⁾，スペイン語版²²⁾，ドイツ語版²³⁾が作成され，日本語版を含むそれぞれの尺度の良好な信頼性・妥当性が明らかになっており，多くのリカバリー研究に用いられている。

3. 日本語版 Self-Identified Stage of Recovery Part-A (SISR-A)²⁴⁾ (資料3)

Andresenらは，サービス利用者の手記や，手記に関連する論文をレビューした結果をまとめた知見から，パーソナル・リカバリーのプロセスが5つのステージ (1. モラトリアム, 2. 気づき, 3. 準備, 4. 再構築, 5. 成長) から成るとするモデルを提唱している²⁵⁾。SISR-Aはこのモデルに基づいてオーストラリアで開発された尺度であり，各ステージを表す5つの文章のなかから，あてはまると思うものを選択することで，サービス利用者のステージを評価する尺度である²⁶⁾。たとえば「いまは，わりとうまく病気に対処することができます。調子がよく，将来についてはかなり前向きに感じています」は，再構築期を著す文章となっている。日本語版の信頼性・妥当性は確認されており，これまでに，介入研究をはじめとしてさまざまな研究に用いられている。

4. 日本語版 Self-Identified Stage of Recovery Part-B (SISR-B)²⁴⁾ (資料4)

サービス利用者の手記や手記に関連する論文のAndresenらによるレビューからは，パーソナル・リカバリーの4つの重要な構成要素として，finding hope (希望を見出すこと)，re-establishment of identity (アイデンティティの再確立)，finding meaning in life (人生の意味を見出すこと)，taking responsibility for recovery (リカバリーの責任をもつこと)が抽出されている²⁵⁾。SISR-Bは，これらの構成要素からパーソナル・リカバリーを評価することを目的として開発された尺度であり，1つの構成要素を1つの項目により評価する。「まったくそう思わない」～「とてもそう思う」の6件法で評価する。SISR-Aと同様に，これまでにさまざまな研究に用いられている。

紙面の都合により本稿では紹介できないが，サービス利用者のパーソナル・リカバリーを評価する尺度のほかにも，パーソナル・リカバリーをさまざまな視点からとらえる尺度が開発されている。たとえば，サービス利用

者や支援者などがパーソナル・リカバリーへの考え方を自己評価する尺度としては、日本語版 Recovery Attitude Questionnaire (RAQ)²⁷⁾がある。また、専門職が自身のリカバリー志向の実践への知識・考え方を自己評価する尺度としては日本語版 Recovery Knowledge Inventory (RKI)^{28, 29)}、専門職者のリカバリー志向性をサービス利用者が他者評価する尺度としては日本語版 INSPIRE³⁰⁾、専門職者がパーソナル・リカバリーを支援する自身の能力を自己評価する尺度としては日本語版 Competency Assessment Instrument (CAI)³¹⁾などがそれぞれ作成されており、信頼性・妥当性が検討されている。

IV. 活用できる地域看護実践例

わが国の精神医療・精神保健福祉をめぐる状況は欧米とは異なり、今日もなお入院患者数が多いことや、強制入院を含めたサービス利用者の権利擁護の課題があること、そうしたなかでパターンリスティックな精神医療中心のサービスが長く行われてきたことが指摘されている³²⁾。サービス利用者の自己決定が尊重されにくい風土が続いてきた現状を改善するために、サービスを地域中心に変革し、専門職者がサービス利用者の視点に立ち、意思決定を支える支援を行っていくことが求められている。

パーソナル・リカバリーの評価尺度の多くは主に研究に用いる目的で開発されているが、支援の場において評価尺度をツールとして使い、サービス利用者との対話をすることは、専門職者がサービス利用者を全人的に理解することにつながると考えられる。さらには、個々のサービス利用者の希望や目標・ニーズを明確にして共有し、よりよい地域生活に向けて支援することや、パーソナル・リカバリーの経時的な変化を共有して支援の効果を評価することにも有用である。精神保健相談や訪問看護、精神科デイケア、精神科外来、福祉サービス事業所など地域のさまざまな場で、そうした利用者中心の支援がさらに広がっていくことが期待される。

V. おわりに

本稿で紹介した4つの日本語版パーソナル・リカバリー評価尺度はいずれも、わが国の地域看護実践に活用可能であると考えられるものである。そのなかでも、パー

ソナル・リカバリーの構成要素のスコアから連続的変数により評価するRAS, QPR, SISR-Bは、パーソナル・リカバリー概念モデルのひとつであるCHIMEの構成概念との共通性が高いことが示されている³³⁾。一方で、パーソナル・リカバリーのプロセスでは、ときに困難や痛みも経験され、それらもまたパーソナル・リカバリーの一側面であると論じられているが⁷⁾、これらの尺度ではそうした変化を評価することはできない。個別性が高く、ときには後戻りしたり困難を経験したりする複雑なプロセスをどこまで量的に評価しえるのかについては、今後のさらなる検討が必要であると考えられる。また、4つの尺度はいずれも原著者らによる英語版を日本語に翻訳したものであり、わが国の精神医療・精神保健福祉の背景や文化的な側面を考慮した日本独自の尺度はまだ開発されていない。そのため、今後はさらにこれらを考慮した評価方法が検討されることにより、地域での看護実践により活用しやすいパーソナル・リカバリーの評価が可能になると考えられる。

【文献】

- 1) 千葉理恵・宮本有紀：精神疾患を有する人のリカバリーに関連する尺度の文献レビュー。日本看護科学会誌, 29 (3) : 85-91, 2009.
- 2) 千葉理恵・金原明子・山口創生他：パーソナル・リカバリーおよびリカバリー志向性を評価する日本語尺度の系統的レビュー。精神障害とリハビリテーション, 24 (1) : 60-71, 2020.
- 3) 千葉理恵・宮本有紀・川上憲人：地域で生活する精神疾患をもつ人の、ピアサポート経験の有無によるリカバリーの比較。精神科看護, 38 (2) : 48-54, 2011.
- 4) Deegan PE : Beyond the Coke and Smoke Syndrome : Working with people who appear unmotivated. National Empowerment Center, Lawrence, MA, 1998.
- 5) Anthony WA : Recovery from mental illness : the guiding vision of the mental health service system in the 1990s. *Psychosocial Rehabilitation Journal*, 16 (4) : 11-23, 1993.
- 6) Leamy M, Bird V, Boutillier CL, et al. : Conceptual framework for personal recovery in mental health : systematic review and narrative synthesis. *British Journal of Psychiatry*, 199 (6) : 445-452, 2011.
- 7) Stuart SR, Tansey L, Quayle E : What we talk about when we talk about recovery : A systematic review and best-fit framework synthesis of qualitative literature. *Journal of Mental Health*, 26 (3) : 291-304, 2016.
- 8) Chiba R, Miyamoto Y, Kawakami N : Reliability and

- validity of the Japanese version of the Recovery Assessment Scale (RAS) for people with chronic mental illness : Scale development. *International Journal of Nursing Studies*, 47 (3) : 314–322, 2010.
- 9) Corrigan PW, Giffort D, Rashid F, et al. : Recovery as a psychological construct. *Community Mental Health Journal*, 35 (3) : 231–239, 1999.
 - 10) Corrigan PW, Salzer M, Ralph R O, et al. : Examining the factor structure of the recovery assessment scale. *Schizophrenia Bulletin*, 30 (4) : 1035–1041, 2004.
 - 11) Jorge-Monteiro M F, Ornelas J H : Recovery Assessment Scale : Testing validity with Portuguese community-based mental health organization users. *Psychological Assessment*, 28 (3) : e1–e11, 2016.
 - 12) Mak W W S, Chan R C H, Yau S S W : Validation of the Recovery Assessment Scale for Chinese in recovery of mental illness in Hong Kong. *Quality of Life Research*, 25 (5) : 1303–1311, 2015.
 - 13) Cavelti M, Wirtz M, Corrigan P, et al. : Recovery assessment scale : Examining the factor structure of the German version (RAS-G) in people with schizophrenia spectrum disorders. *European Psychiatry*, 41 (1) : 60–67, 2016.
 - 14) Biringer E, Tjoflåt M : Validation of the 24-item recovery assessment scale-revised (RAS-R) in the Norwegian language and context : A multi-centre study. *Health and Quality of Life Outcomes*, 16 (1), 2018.
 - 15) Boggian I, Lamonaca D, Ghisi M, et al. : “The Italian Study on Recovery 2” Phase 1 : Psychometric Properties of the Recovery Assessment Scale (RAS), Italian Validation of the Recovery Assessment Scale. *Frontiers in Psychiatry*, 10, 2020.
 - 16) Saavedra J, Vázquez-Morejón AJ, Vázquez-Morejón R, et al. : Spanish Validation of the Recovery Assessment Scale (RAS-24). *Psicothema*, 33 (3) : 500–508, 2021.
 - 17) Salzer MS, Brusilovskiy E : Advancing Recovery Science : Reliability and Validity Properties of the Recovery Assessment Scale. *Psychiatric Services*, 65 (4) : 442–453, 2014.
 - 18) Kanehara A, Kotake R, Miyamoto Y, et al. : The Japanese version of the questionnaire about the process of recovery : Development and validity and reliability testing. *BMC Psychiatry*, 17 : 360, 2017.
 - 19) Kanehara A, Kotake R, Miyamoto Y, et al. : The Japanese version of the questionnaire about the process of recovery : Development and validity and reliability testing. *BMC Psychiatry*, 20 : 12, 2020.
 - 20) Neil ST, Kilbride M, Pitt L, et al. : The questionnaire about the process of recovery (QPR) : A measurement tool developed in collaboration with service users. *Psychosis*, 1 (2) : 145–155, 2009.
 - 21) Argentzell E, Hultqvist J, Neil S, et al. : Measuring personal recovery : Psychometric properties of the Swedish Questionnaire about the Process of Recovery (QPR-Swe). *Nordic Journal of Psychiatry*, 71 (7) : 529–535, 2017.
 - 22) Goodman-Casanova JM, Cuesta-Lozano D, Garcia-Gallardo M, et al. : Measuring mental health recovery : Cross-cultural adaptation of the 15-item Questionnaire about the Process of Recovery in Spain (QPR-15-SP). *International Journal of Mental Health Nursing*, 31 (3) : 650–664, 2022.
 - 23) Elhilali L, Burr C, Rabenschlag F, et al. : Psychometric assessment of the German version of the Questionnaire about the Process of Recovery. *International Journal of Mental Health Nursing*, 32 (1) : 314–322, 2023.
 - 24) Chiba R, Kawakami N, Miyamoto Y, et al. : Reliability and validity of the Japanese version of the Self-Identified Stage of Recovery for people with long term mental illness. *International Journal of Mental Health Nursing*, 19 (3) : 195–202, 2010.
 - 25) Andresen R, Oades L, Caputi P : The experience of recovery from schizophrenia : Towards an empirically validated stage model. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 37 (5) : 586–594, 2003.
 - 26) Andresen, R : The experiences of recovery from schizophrenia : Development of a definition, model and measure of recovery. PhD thesis, School of Psychology, University of Wollongong, 2007. <http://ro.uow.edu.au/theses/814> accessed
 - 27) Chiba R, Umeda M, Goto K, et al. : Psychometric properties of the Japanese version of the Recovery Attitudes Questionnaire (RAQ) among mental health providers : A questionnaire survey. *BMC Psychiatry*, 16 : 32, 2016.
 - 28) Chiba R, Umeda M, Goto K, et al. : The property of the Japanese version of the Recovery Knowledge Inventory (RKI) among mental health service providers : A cross sectional study. *International Journal of Mental Health Systems*, 11 : 71, 2017.
 - 29) Chiba R, Umeda M, Goto K, et al. : Correction to : The property of the Japanese version of the Recovery Knowledge Inventory (RKI) among mental health service providers : A cross sectional study. *International Journal of Mental Health Systems*, 12 : 34, 2018.
 - 30) Kotake R, Kanehara A, Miyamoto Y, et al. : Reliability and validity of the Japanese version of the INSPIRE measure of staff support for personal recovery in

- community mental health service users in Japan. *BMC Psychiatry*, 20 : 51, 2020. <https://bmcp psychiatry.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12888-020-2467-y>
- 31) 田端一成・菅谷智一・森 千鶴：日本におけるCAIの因子構造の探索と信頼性・妥当性の検討. *精神障害とリハビリテーション*. 26(2) : 173-182, 2022.
- 32) 寺澤法弘：我が国の精神保健福祉領域におけるリカバリー概念の展開と今後に向けて. *社会問題研究*, 67 : 171-184, 2018.
- 33) Shanks V, Williams J, Leamy M, et al. : Measures of personal recovery : A systematic review. *Psychiatric Services*, 64 (10) : 974-980, 2013.

資料1 日本語版24項目版Recovery Assessment Scale (RAS)

次の文章は、自分自身や自分の人生について、どのように感じていらっしゃるかを表したものです。それぞれの文章を読み、もっともあてはまると思う番号1つに、○をつけてください。

	1 まったく そう 思わない	2 そう 思わない	3 どちらとも いえない	4 そう思う	5 とても そう思う	
1	生きがいがある	1	2	3	4	5
2	不安があっても、自分のしたい生き方ができる	1	2	3	4	5
3	自分の人生で起きることは、自分で何とかできる	1	2	3	4	5
4	自分のことが好きだ	1	2	3	4	5
5	人々が自分のことをよく知ったら、好ましく思ってくれるだろう	1	2	3	4	5
6	自分がどんな人間になりたいかという考えがある	1	2	3	4	5
7	自分の将来に希望を持っている	1	2	3	4	5
8	いつも好奇心がある	1	2	3	4	5
9	ストレスに対処することができる	1	2	3	4	5
10	成功したいという強い願望がある	1	2	3	4	5
11	元気でいたり、元気になったりするのための、自分なりの計画がある	1	2	3	4	5
12	到達したい人生の目標がある	1	2	3	4	5
13	現在の自分の目標を達成できると信じている	1	2	3	4	5
14	手助けを求めた方がよいのがどのような時か、知っている	1	2	3	4	5
15	手助けを求めてもかまわないと思う	1	2	3	4	5
16	必要な時には、手助けを求める	1	2	3	4	5
17	たとえ自分で自分のことを気にかけていなくても、他の人は私を気にかけてくれる	1	2	3	4	5
18	何か良いことが、いつかは起きるだろう	1	2	3	4	5
19	頼りにできる人がいる	1	2	3	4	5
20	たとえ自分のことを信じていない時でも、他の人が信じてくれる	1	2	3	4	5
21	さまざまな友達を持つことは、大切なことだ	1	2	3	4	5
22	精神の病気に対処することは、いまでは私の暮らしで最も重要なことではない	1	2	3	4	5
23	症状が私の生活の妨げとなることは、だんだん少なくなっている	1	2	3	4	5
24	私の症状が問題となる時間の長さは、毎回短くなっているようだ	1	2	3	4	5

出典) Chiba R, Miyamoto Y, Kawakami N : Reliability and validity of the Japanese version of the Recovery Assessment Scale (RAS) for people with chronic mental illness : scale development. *International Journal of Nursing Studies*, 47 (3) : 314-322, 2010.

資料2 日本語版Questionnaire about the Process of Recovery (QPR-J) 2020/1/9版

この調査では「リカバリー」についてお聞きします。「リカバリー」は、「精神的健康に困難を抱えながらも、夢や希望をもち、社会の中で自分の人生に新たな目的や意義を發展させ、主体的に生きることをさし、個人的で独自の過程」といわれています。リカバリーについて、現在、特にここ7日間のあなたの状態を思い浮かべてください。あなたの体験を最も表している番号に○をつけてください。

リカバリーについて、現在、特にここ7日間のあなたの状態を思い浮かべてください。あなたの体験を最も表している番号に○をつけてください。		全く そう 思わない	そう 思わない	どちらとも 言えない	そう 思う	とても そう 思う
1	自分自身のことを以前よりも良く思える	0	1	2	3	4
2	人生で思い切って何かをやってみようと思える	0	1	2	3	4
3	周りの人とプラスになる人間関係を築くことができる	0	1	2	3	4
4	社会とのつながりが無いというよりも社会の一員だと感じている	0	1	2	3	4
5	自分の意見をちゃんと伝えることができる	0	1	2	3	4
6	自分の人生には意味があると感じている	0	1	2	3	4
7	これまでの経験で成長することができた	0	1	2	3	4
8	これまで自分に起きたことを受け入れて、前に進めるようになった	0	1	2	3	4
9	もっと元気になりたいと強く思っている	0	1	2	3	4
10	自分がしたよいことを思い返すことができる	0	1	2	3	4
11	自分自身のことを以前よりも理解することができるようになった	0	1	2	3	4
12	自分の生活に責任を持つことができる	0	1	2	3	4
13	支援機関(就労支援施設・相談支援機関など)を利用することができる	0	1	2	3	4
14	精神科での治療のメリット・デメリットを比べて選ぶことができる	0	1	2	3	4
15	自分の経験を通して、以前よりも思いやりのある人間になったと感じる	0	1	2	3	4
16	似たような経験をした人たちと会うと気持ちが良いになる	0	1	2	3	4
17	私の「リカバリー」体験は元気になることに対する周りの人のイメージを変える一助となった	0	1	2	3	4
18	自分のつらかった経験の意味を見出すことができる	0	1	2	3	4
19	前向きに人生に取り組むことができる	0	1	2	3	4
20	専門職(医師・看護師・心理士・精神保健福祉士など)の見方が、物事 の考え方のすべてではないと思う	0	1	2	3	4
21	自分の様々な生活場面を自分でコントロールできる	0	1	2	3	4
22	楽しいことをする時間をつくることができる	0	1	2	3	4

日本語版尺度作成者である金原明子氏の許可を得て、Kanehara A, Kotake R, Miyamoto Y, et al. : The Japanese version of the questionnaire about the process of recovery ; development and validity and reliability testing. *BMC Psychiatry*, 17 : 360, 2017. Kanehara A, Kotake R, Miyamoto Y, et al. : The Japanese version of the questionnaire about the process of recovery ; development and validity and reliability testing. *BMC Psychiatry*, 20 : 12, 2020. のAdditional fileより転載

資料3 日本語版Self-Identified Stage of Recovery Part-A (SISR-A)

病気のある人は、時に、人生について異なる感じ方をすることがあります。次の5つの文章は、精神の病気と共に生きていて、感じるかもしれないことを表しています。5つ全ての文章(ア～オ)を読んでから、質問にお答え下さい。

ア	「精神の病気から回復できるとは思いません。人生は、自分ではコントロールできないもので、困難を乗り越えるためにできることは、何もないと感じます。」
イ	「つい最近、人は精神の病気から回復できるということに気づきました。ちょうど今、自分にも何かできるかもしれないと、考え始めているところです。」
ウ	「どのようにして病気を乗り越えていけるか、学び始めているところです。自分の人生を前向きに進んでいこうと、決めました。」
エ	「今は、わりとうまく病気に対処することができます。調子が良く、将来についてはかなり前向きに感じています。」
オ	「今は、自分の健康や人生をコントロールしていると感じています。とても調子が良く、将来は明るく見えます。」

この1ヶ月で、病気と共に生きる人生についてあなたが感じていたことについて、上記の中で、最も近いものはどれだと思いますか。

ア～オの記号の中から1つだけ選び、○をつけてください。

ア	イ	ウ	エ	オ
---	---	---	---	---

出典) Chiba R, Kawakami N, Miyamoto Y, et al. : Reliability and validity of the Japanese version of the Self-Identified Stage of Recovery for people with long term mental illness. *International Journal of Mental Health Nursing*, 19 (3) : 195-202, 2010.

資料4 日本語版Self-Identified Stage of Recovery Part-B (SISR-B)

次の4つの文章は、自分の人生について人々が感じるかもしれないことを表したものです。

それぞれの文章について、この1ヶ月のあなたの考えにどれくらい一致するか、あてはまる番号1つに○をつけてください。

		1 まったく そう 思わない	2 あまり そう 思わない	3 どちらかと いうと、そ う思わない	4 どちらかと いうと、そ う思う	5 わりと そう思う	6 とても そう思う
1	自分の人生の目標を達成する方法を、見つけられるだろうという自信がある	1	2	3	4	5	6
2	自分がどんな人間で、自分の人生にとって何が大切なのかを知っている	1	2	3	4	5	6
3	自分が人生でしていることは、意味があり、価値のあることだ	1	2	3	4	5	6
4	自分の人生や幸せに、全面的に責任をもっている	1	2	3	4	5	6

出典) Chiba R, Kawakami N, Miyamoto Y, et al. : Reliability and validity of the Japanese version of the Self-Identified Stage of Recovery for people with long term mental illness. *International Journal of Mental Health Nursing*, 19 (3) : 195-202, 2010.