

分科会5

「WRAP®」って何? ～今、改めて、WRAP®について考える～

出演: <WRAP®ファシリテーター>
増川ねてる(ねてる)
片山理(理～)

① はじめに

初のオンライン開催。私たちにとっても、準備段階から手探り状態で、何度もオンライン打ち合わせを重ねました。Zoomを使うということでしたので「ミーティング」形式を想定し、ブレイクアウトルームを使った例年のリアルな分科会に近い対話（グループワーク）中心の構想を練っていましたが、「ウェビナー」形式でブレイクアウトルームが使えないと分かり、1から構想を練り直しました。

② コンセプト

「WRAP® (Wellness Recovery Action Plan®: 元気回復行動プラン) を含むメンタルヘルスのリカバリー」の、今迄あまり知られていなかった部分（注意を払う必要があること、リカバリー・トピック、「EBP」としてのWRAP®等）などを、最新の情報と共にご紹介する事に重点を置きました。

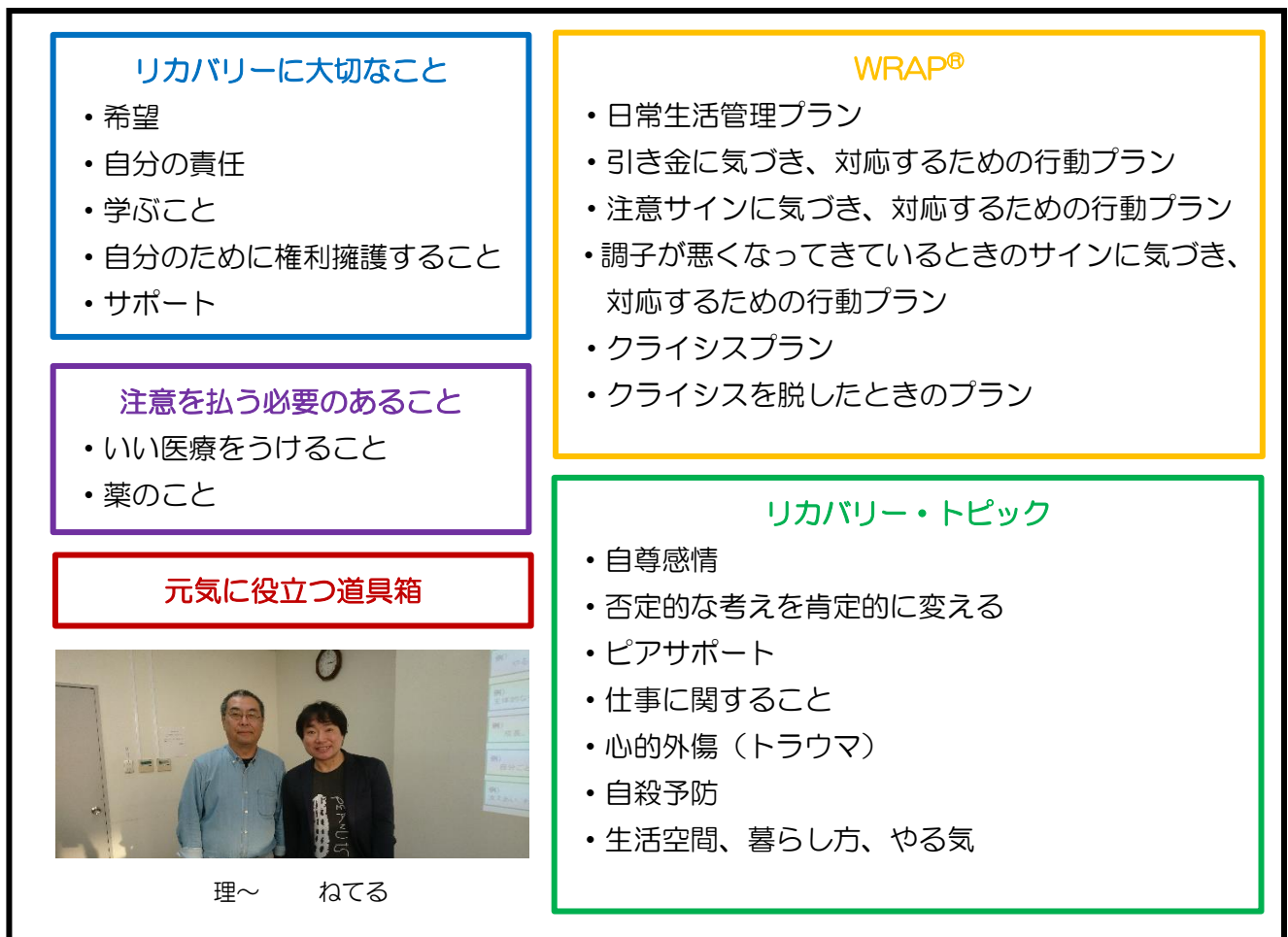
「ウェビナー」形式である事から、参加者の皆さまとの対話形式ではなく、参加者の皆さま同士の対話（グループワーク）形式でもなく、「WRAP®ファシリテーター二人の対話」というコンセプトを立ち上げました。イメージは、パーソナリティー2人で行う「ラジオ番組」。リスナーの皆さんが、それぞれのスタイルで自由にお聞きになって、それぞれ自由に得るものを得て頂けたらと考えました。

③ 開催報告

WRAP®の概要、WRAP®の歴史、「EBP（科学的根拠に基づく実践）」としてのWRAP®、「WRAP®を含むメンタルヘルスのリカバリー」の全体像等の、今迄あまり知られていなかった情報を、スライドと二人のWRAP®ファシリテーターの対話で紹介しました。

分科会の時間が、例年の約二分の一の80分間でしたので、二人の対話とスライドによる情報紹介に多くの時間を使いました。これまであまり語られてきていなかった事をお伝えすることを意識しました。約300人の参加者の皆さまのご質問に十分にはお答え出来なかったかと思っておりますが、考えるヒントになっていたら幸いです。「Q&A」機能では多くの質問を頂き、私たちにとっても学びになりました。ありがとうございます。

④ 「WRAP®を含むメンタルヘルスのリカバリー」の全トピックを簡単に説明した図



⑤ おわりに

コロナ禍。 オンライン開催。 「ウェビナー」形式。

この困難で未体験の状況の中、メンタルに不安を抱えつつも、参加して下さった大勢の皆さま。

皆さまこそが「メンタルヘルスのリカバリー」への「希望」に思います。

「WRAP®を含むメンタルヘルスのリカバリー」に興味をお持ち頂き、参加して下さった皆さまがいてこそ、この分科会が開催出来ましたし、これから始まっていく未来が明るく感じます。

皆さまのご参加に、心より御礼申し上げます。

そして、初のオンライン・フォーラム運営に携わって下さった方々にも、御礼申し上げます。

私達も、共に学び、共に成長する一人の人として、次回また、皆さまにお目にかかりたいと思います。

お元気で。

《増川ねてる（ねてる）・片山理（理～）（WRAP®ファシリテーター）》