

リハビリコーチング

治療より快復を目指す

オルタナティブ協議会のリハビリコーチング

目指すのは、「治療ではなく快復」。ストレンスは誰にでもあって、障がいがあっても無くても、どんな状況であってもリハビリ（自分の人生は自分で決める）できるということを信じる。自己否定から自己肯定へ、自分が生きていることを実感すること。

今起きている人生の危機をどうしていこうかと考える時間があり、病気としても捉えない場があることは、心強く、回復への一歩と繋がる。お薬は単なる対症療法。症状を抑えることより、症状を自分自身で管理することを目標にします。

リハビリコーチの役割

本人とリハビリコーチの役割は、スポーツ選手とコーチの関係に似ています。あくまでも主役は本人、リハビリコーチは本人の自己決定のサポート役です。リハビリコーチの最初の仕事は、本人にサポーターとして選ばれることです。

本人が、自分の意思で生活や治療の選択をするとき

本人が変わりたいと強く願っている時、従来の治療とは別の方法を求めている時。自己決定の為に必要な情報を提供し、決定を促す。リスクを取る。

本人が、自分自身のクライシスプランと治療プランを立てるとき

急性症状（クライシス）が起きた時にどうしたいか、セルフケアとしてどう対処するか、周囲の人間にどう振舞ってほしいのか、などクライシスに対する本人の希望を記録する。服薬（減薬）に対してどうしたいのかの確認。病院や医師との関係改善（関係性の悪化を避ける）についての取り決めをする。

本人が、カルテなど、自分の記録を集めることができるようにするとき

自分が受けてきた治療歴の確認、カルテ開示・レセプト開示手続きの補助、必要であれば同行する。

本人が、薬の副作用について情報収集するとき

自分の飲んでいた薬の効能・副作用、処方の問題点を明らかにする情報の提供。処方の分析。

本人が、治療（特に危害を加えるおそれのあるもの）を拒否するとき

本人とともに作成した治療プランの病院・クリニックへの提示。医療保護入院の場合には、退院の為の治療計画会議への参画。退院支援。

本人が、自らの選択による人生を築き上げていくとき

本人のストレンクス（強み）を生かしたリカバリープランの作成、利用できる福祉サービス、施設といった資源の紹介。

ご家族の皆さんへ

本人にとって、一番のリカバリーコーチはご家族であるべきです。ご本人がパワーレスである場合には、一部の決定をご家族が代わりに行わねばなりません。その場合は、ご家族とリカバリープランを作成します。もし、ご家族もパワーレスであった場合には、まずご家族のリカバリーを考えていきます。

ただし、本人が如何にコミュニケーション不能と思われたとしても、本人に意思決定を確認する手間を省くべきではありません。決めつけはリカバリーの妨げになります。

リカバリーコーチの流れ

初回相談	ご家族だけの相談、対応可能かの判断を行います。場合によっては一回だけで対応可能なケースもあります。コーチングの説明、手順、方法などを説明します。
インテーク面接	本人やご家族とお会いして、コーチとの相性をみます。また本人の希望を確認します。
アセスメントシートの作成	本人と一緒に、生育歴、治療歴、服薬歴、リカバリープラン、減薬プラン、クライシスプランを作っていきます。決して本人のいないところで、何かの決定をしません。この作業がすでにリカバリーの第一歩となります。
フォロー	メールや電話でのフォローを行います。
フォロー面接	実際にお会いしてフォローを行います。

リカバリーコーチ利用料（案）

初回相談料	10000 円（出張費実費）
インテーク面接 本人、ご家族との面接	10000 円（出張費実費）
アセスメントシート作成	30000 円（生育歴、治療歴、リカバリープラン、減薬プラン、クライシスプラン）
フォロー（メール・電話）	5000 円（月 1 h 相当）
フォロー面接 1 回	10000 円（出張費実費）

退院支援・治療計画参画

費用は別途（行政）（医療保護入院の場合）

カルテ開示・レセプト開示支援

10000 円（出張費実費）

現在対応可能な地域 神奈川、東京、埼玉、愛知、滋賀、京都、大阪、兵庫、岡山、広島、山口、福岡、佐賀、熊本、その他の地域はご相談ください。