

Dealing with the daily reality of veterans in Ukraine

<ウクライナの退役軍人の日常的現実と取り組む中で>

今回のニュースレターでは、ウクライナの退役軍人のメンタルヘルスと健康を支援する重要な活動を取り上げる。戦争が長期化する中で、最前線から疲弊した退役軍人たちは、多大な課題に直面する。すなわち、トラウマや依存症とのコーピング、また家族やコミュニティに再び溶け込んで生活をしていく際に感じる困難などである。

GGZ Noord-Holland-Noordは SOFT TulipやPath of Life、 the All Ukraine Mental Health Programと協力して、これらの問題に対処する包括的なトレーニングプログラムを立ち上げた。この4ヶ月間のプログラムは、家庭医、ソーシャルワーカー、教育者、メンタルヘルスの専門家に退役軍人を支援するための技能を提供する。カバーされるトピックスは、トラウマからのリカバリー、自殺防止、そしてコミュニティメンタルヘルスである。

私たちは、上記のプログラムのファシリテーターをしていた心理学者Tetiana Hoidosh氏からも話を伺う。彼女は退役軍人が自らの経験を通して互いを支え合うピアトゥーピアサポート (peer-to-peer support) の力について振り返る。Tetiana氏は共同作業(コラボレーション)、積極的な傾聴(アクティブリスニング)と共感が戦争の影響を受けたコミュニティのレジリエンスを向上させるために大切であると強調する。

Topics

Comprehensive Training for Professionals Supporting Veterans

Peer-to-Peer Support and Collaborative Learning

Facilitation and Mental Health Focus

Seminar in Lisbon on November 21/22 on Sustainable Mental Health in the Community

November Webinar: Social Value of Peer Support in Prisons

Dealing with the daily reality of veterans in Ukraine



René Keet

**Psychiatrist. Director FIT-Academyn NHN
Chair of EUCOMS Network**

René Keet氏
精神科医、FIT-Academyn NHNのディレクター
EUCOMS Network Chair

ウクライナの戦争は、退役軍人や彼らの愛する人たちの日常にある現実課題や、それらの社会への影響（impact）を取り扱う必要を生んだ。

ユーコムズの参加者であるThe FIT-academy、GGZ Noord-Holland-Noordは、退役軍人の置かれている状況に最初に取り組むことになった人々、すなわち、家庭医、ソーシャルワーカー、そして教育者たち向けの実践的なトレーニングを作成した。

これは、ウクライナのZakarpattya Oblast地域の日常生活への戦争の影響に取り組んでいる専門家、退役軍人、家族のメンバーのレジリエンスを強化するためにデザインされたオンラインのトレーニングプログラムである。このプログラムは、SOFT Tulip, Path of Life and the All Ukraine Mental Health Programによって作成されたものである。

このトレーニングは、2週間に1度の90分のZoomセッションを合計10回で構成され4ヶ月間のコースである。このコースは退役軍人とその家族が直面する心理的また社会的な課題を取り扱う。特にサードフロント（Third Front）、すなわち、戦場から帰還した後の状況に着目しており、家族やコミュニティ生活に再び溶け込む（リインテグレーション）際の困難についても取り扱われている。

このトレーニングは医療、社会、教育と様々なセクターのプロフェッショナルを招集することで、社会的学習を促し、知識を共有させ、これらの課題と付き合うための新たな戦略を開発することを目的としている。

このコースは、2つのフェーズに分けられている:「トレーナーを育てる」コースと、「10回のオンラインセッションをオーガナイズする」ためのコースである。

最初のフェーズでは、10から12人のウクライナのプロフェッショナルらをファシリテーターへと育成することが含まれている。育成されたファシリテーターたちは、ブレイクアウトセッションをリード（moderate）し、ビデオ会議での議論を取りまとめられるようになる。

2つ目のフェーズは、コミュニティメンタルヘルスの原理、リカバリー、トラウマ、退役軍人のメンタルヘルス、自殺防止などを含む10のテーマを取り扱うセッションが含まれる。

各セッションには、専門家によるプレゼンテーション、実際の経験、ファシリテーターが配置されたビデオ会議での議論が含まれる。

このトレーニングでは、参加者はこれまで（訳者注：戦争前のknow-howを含む）のコミュニティの知識や各専門性を持ち込んで協力的かつ社会建設的なアプローチで学ぶことを大切にしている。このプログラムは、Incident Methodと呼ばれるビデオ会議のためのメソッドを採用しているが、それは、専門家同士の思慮深くかつ支援的なディスカッションを応援するピアコンサルテーションプロセス（peer consultation process）である。このイニシアチブは、戦争で影響されたウクライナ人のコミュニティのメンタルヘルスとレジリエンスを支援するための広範（broader）な取り組みの一環である。

このニュースレターでは、このトレーニングのファシリテーターの1人である心理士Tetiana Hoidosh氏が、このトレーニングで得た彼女の経験を振り返る。

Tetiana Hoidosh
Psychologist in Uzhorod
Training Facilitator

< トレーニングについての一参加者の振り返り >

Tetiana Hoidosh氏

Uzhorodの心理士

トレーニングファシリテーター

12月から6月かけて私は、プロフェッショナル、退役軍人、日々戦争の影響を受けた人々に向けて開催されるトレーニングに参加する機会を得た。このトレーニングはTranscarpatia地域の方々を対象にしていた。

このコースはZoomを使った2週間に1回の合計10回のセッションで構成されていた。これらのミーティングの目的は、戦争から日常へ戻ってきた人々の行動 (behaviour) を話し合うものである。戦争から日常へ戻ってくる際には、彼らの攻撃性が増すリスクがあり、アルコールや物質依存のリスクが増加し、家族や社会からの誤解が生じ、また様々な感情から逃避するリスクが上がる。ロシアのウクライナへのフルスケールの軍事進行は、ウクライナの軍人数の大幅な増加のみならず、一般市民が第一線で戦うあるいは戦渦に住まうという結果を産んだ。

退役軍人とその家族、雇用機関、ローカルコミュニティ、社会全体と、関わるプロフェッショナルは退役軍人を迎える準備が必要であり、平和な生活に適応できるように支援し、彼らの生活環境の社会構造に再び溶け込むことができるよう手助けする準備が必要である。



Print screen of one of the weekly Zoom meetings

私はファシリテーターとして招待された。ファシリテーターの役割は、議論を導き、参加者が知識を得られるように、共に働けるようにすることであり、そして自己実現 (self-realization) や自己改善 (self-improvement)、個人の成長 (personal growth) への欲求を促すことである。

最初のセッションは、そのような専門家によって行われた。Mr. René Keet と Malou Basselink は、これらのスキルを実践で獲得できるように私たちの役割をわかりやすく説明した。その際に、中立性、客観性、そしてコミュニケーションの実践の開発に関わる複数のケース(症例)を紹介した。この役割に慣れることは、確実にチャレンジであったが、同時に興味深い経験であった。



ミーティングのプログラムはよく考えられており、このコースに関係のあるトピックスが十分にカバーされていた。プログラムは、わかりやすく、ロジカルに構成されていた。10回のセッションを通して、以下の様々なトピックスを私たちは学んだ。ピアトゥピアインタラクション（peer-to-peer interaction）モデル、心理的トラウマとは何か、どのようにトラウマを経験した人々を助けられるか、トラウマ体験を有する学童児の支援、依存症（アルコールや物質）の課題への取り組み、自殺念慮のある人への支援などである。

メンターに加えて、心理士、精神科医、家庭医、ソーシャルワーカー等を含む様々なフィールドからのプロフェッショナルが議論に加わった。退役軍人の方々には特別に参加の場も用意されており、彼らは積極的に議論に加わり、すべてのセッションに参加した。彼らの経験はこのグループの活動を理解するためにはとても大切であり、助けとなる。

私にとって最も関係のあったトピックは、ピアトゥピアインタラクション（peer-to-peer interaction）であった。私の経験からは、ウクライナのプロフェッショナルの間（実践）では、このモデルはまだ十分に普及していない。このトレーニングは退役軍人たちが互いに助け合うため、また家族のメンバー、近い友人たちが彼らを支援するための、ベーシックなレベルでのベーシックな支援に必要なアイデアを得るための良いトレーニングであった。彼らはこのトレーニングを受けたことで支援についてよりよく理解できるようになった。また、危機的な状況の中で最初に見渡したときに感じた印象よりもはるかに多くの資源やツールがあることに気づけたことは本当に価値があった。さらに、この活動に興味があり支援に回りたいと考えている人たちは多く存在し、ジョイントアクション（joint action）を適切にコーディネートすることで（翻訳者挿入：活動や支援に）参加いただける。



現在の状況下であるから、開催されたすべてのセッションを通じて、心理的トラウマが主要なトピックとなった。このプログラムのおかげで、多くの聴衆は退役軍人とどのように対話を行えばよいかを理解することができた。さらに、何人かの参加者たちは、特定の状況下で、なぜ彼らが第三者の介入も度々必要となるような特定の反応の仕方をしていたかを知ることができた。

このトレーニングのオーガナイザーらは様々なフィールドの専門家を含み、精神科医、ピア専門家（peer expert）、臨床心理士、精神療法家（psychotherapist）、児童心理士、児童精神科、家庭医の育成者などである。

その他の参加者同様に、私はこのようなインタラクティブなミーティングに参加する機会を感謝している。私はファシリテーターとして新たな経験を得ることができた。私の考えでは、人々に関わるこの活動では傾聴する力や正しい質問をし建設的な仕方（format）で議論を建て上げる能力が必要であると思う。

これは、中立的な立場を持ち、様々な考え方の間でバランスを取る能力である。ファシリテーションは、例えば積極的な傾聴、共感、ネゴシエーション、紛争(葛藤、議論)などの大切なコミュニケーションスキルを得る役に立つ。

まとめると、トレーニングの目的は達成されたといえる。私の考えでは、上級（応用）トレーニングと様々な分野の専門家とプロフェッショナルたちの質を上げることは、戦禍にいる人々、特に退役軍人の被った破壊的な結果（destructive consequence）を最小限にするために役立ち、社会的空間、特に生活と日常の最も基本的な環境であるコミュニティを調和（harmonise）させるために役立つ。もちろん、現在の私たちの現状がどのように発展していくかは予測ができないことが多く、（翻訳者挿入：戦禍が続く）現状は私たちをトラウマにさらし、様々な意味で日常生活から私たちを奪う新たな状況を作り出している。しかし同時に、私たちが持続的に直面している戦時下の中の数々のチャレンジで使用するために、私の過去の経験をまとめ、深め、応用することができた。



Join us on 21 and 22 November in Lisbon

2024年11月21-22日にリスボンで開催される下記のミーティングに皆様をご招待いたします。開催場所はFundação Oriente Museum, near Tejo / Tagus riverであり、EUCOMSとポルトガルのPortuguese National Mental Health Coordinationによって主催されます。

ミーティングでは次の複数の関連あるトピックスを取り扱います。CMHTのトレーニングと導入、ポルトガルのメンタルヘルス改革、グローバル社会でのサステナブルな健康とメンタルヘルス、グローバルメンタルヘルスと持続的開発、異なるヨーロッパの国々の症例によるサステナブルなCMHTの開発、コミュニティメンタルヘルスプロジェクトへの訪問と革新的な介入(innovative interventions)、持続可能なリカバリー(sustainable recovery)、ピアサポート(peer support)とリカバリーカレッジでの経験、ファミリーサポートと家族参加(involvement)、持続可能な包括性(sustainable inclusion)、雇用サポートとその他雇用に関わるイニシアチブ、住居の確保(housing first)、社会的処方を取り扱う。

リスボンでお待ちしております。

Joaquim Gago - CMHT training coordination and member of Portuguese National Mental Health Coordination

[Click here to register for the seminar](#)



Seminar agenda

Sustainable Mental Health in Community

21 - 22 November 2024 | Lisbon, Portugal

Wednesday 20th
Arrival Day

Activities location: Fundação Oriente Museum, Lisbon
(Edifício Pedro Álvares Cabral, Doca de Alcântara - Norte)
(<https://www.foriente.pt/>)

Thursday 21st

09:30	Opening Ceremony Miguel Xavier - <i>President of the Scientific Council at NOVA Medical School, National Coordinator of Mental Health Policies in Portugal</i> René Keet - <i>Chair of EUCOMS Network, Directeur of FIT Academy, GGZ-NHN</i> TBC - <i>Representative of the Ministry of Health</i>
10:00	Mental Health reform in Portugal: achievements and challenges Miguel Xavier - <i>National Coordinator of Mental Health Policies</i>
10:20	Training and implementing CMHT in Portugal: update and future directions Joaquim Gago - <i>Psychiatrist Consultant, Psychiatry Teacher and Member of National Coordination of Mental Health Policies</i> Coffee break
10:40	CMHT in Portugal: research and follow-up
11:00	Maria João Marques - <i>Researcher at NOVA National School of Public Health, Member of the National Coordination of Mental Health Policies</i> Diogo Francisco Rodrigues - <i>Psychiatry Resident at ULS Lisboa Ocidental</i> 3 CMHT in clinical practice: challenges, sustainability and development
11:15	To Be Confirmed from Beja, Ourense and Viseu CMHT Feedback and discussion
12:15	Rene Keet, Manuel Franco, Miguel Xavier and Joaquim Gago Lunch
13:00	Sustainable health in a global world chaired by Caldas Almeida (TBC)
14:00	Sustainable health and environment - Luis Campos (Portuguese Council for Health and Environment) Sustainable mental health - Tânia Dinis and Teresa Pereira - (ECOPSI) Mental health service working on sustainability - Freddie Ong (Advisor on property and sustainability, GGZ Noord-Holland-Noord)

15:00	Sustainability of Mental health service in Lille; French local challenges <i>Alain Dannet (WHO Collaborating Centre in Mental Health, Lille Metropole)</i>
15:15	Sustainable community mental health teams Zamora “Reticular” mental health community model - <i>Manuel Franco (Universidad de Salamanca, Spanish National Health System)</i> CMHT in Netherlands - <i>Niels Mulder (Erasmus University, Dutch Psychiatric Association)</i> CMHT in Norway - <i>Tor Helge Tjelta (Norwegian Association for Mental Health & Addiction Care)</i>
16:15	First day comments and conclusions followed by city walk
19:30	Dinner and Cultural Activity

Friday 22nd

09:00 - 13:00	Visits to innovative community mental health projects and CMHT Participants are separated in 4 or more groups a) CMHT from Hospital Fernando-Fonseca b) CMHT from ULSLO - West Lisbon / Oeiras c) Social prescribing project and community involvement d) MAAT Museum visit (near Tejo River) and innovative mental health interventions
13:00 - 14:00	Lunch
14:00 - 14:30	Questions and discussion about morning visits
14:30 - 15:30	Sustainable recovery Pilot peer support project in Portugal - <i>Manuela Silva (TBC)</i> and a Peer Support expert Recovery college experience - <i>Beverley Rose (Projectleader, Consultant, Researcher)</i> Families support and involvement (EUFAMI Portuguese representative)
15:30 - 16:30	Sustainable Inclusion Support employment - <i>Jaap Van Weeghel (Board Member at MIND, Emeritus Professor of TRANZO, Tilburg University)</i> Housing first - <i>AIEPS (Portuguese NGO)</i>
16:30 - 17:00	Coffee break
17:00 - 17:45	Feedback, proposals and closing remarks

「刑務所・拘置所内外でのピアサポートの社会的価値」というタイトルで、11月20日にEUCOMSネットワークウェビナーを開催する。

このウェビナーは、北ヨーロッパの刑務所・拘置所での活動例を取り上げ、特に経験者の視点や同じ経験をした者同士の活動という意味で良い実践が行われている例に着目する。刑務所・拘置所内外で暮らす刑務所・拘置所生活経験者の生活水準を改善させようと組織や個人が活動的に働いている。このウェビナーは私たちに、閉じた世界についての洞察を与え、インスピレーションや希望を作り出し、ネットワーキングやソーシャルプロジェクト、資金源についてのアイデアを創り出すために役立つであろう。

ウェビナーのプログラムは以下。

オープニング

Thoodor Smith氏, member of Bataakadímían in Iceland or Recovery Academy.
刑務所・拘置所から出所した男性が、お互いを助け出来上がったコミュニティー。

囚人から政策決定者へ

Guðmunur Ingi Þóroddsson氏, Chairman of Afstaðaは、20年前に囚人たちによって作られたNGOとその感動的な歩みをシェアする。彼らがどのようにピアサービスを創り、ファミリーサポートを提供し、政策決定に関わったかを探りましょう。

ノルウェーの囚人たちのピアサポート

Johan Lothe氏, Managing Director of Wayback
このセッションではWayBackのノルウェーの刑務所内外でのピアサポートに関する洞察を提供する。

交換訪問 (Exchange Visit):EUCOMSメンバーの交換訪問からの洞察

EUCOMSのメンバーである**Traustur Kjarni**氏(Iceland)と**Erfaringsentrum**氏(Norway)とそのプロジェクトパートナーであるSinnisbati (Faroe Islands)がリトアニアのPerspectivesへの交換訪問について話す。この交換訪問はEEAプログラムによって資金援助された。リトアニアのヘルスシステムと刑務所・拘置所におけるピアサポートの立ち位置を理解することができる。

前進：囚人のピアサポートネットワークを作ること

University Inland Norwayのポスドク生であり社会企業家 (social entrepreneur) である**Ann-Mari Lofthus**氏は、北欧諸国の囚人ピアサポートネットワークの複数のプロジェクトの発展について述べる。彼女は将来のイニシアチブのためにこのことに関心のあるヨーロッパ各国の人々とのコラボレーションの機会についても話される。

[Click here to register for the webinar on November 20th](#)

Upcoming on-location EUCOMS meetings

Sustainable Mental Health in the Community | Lisbon, Portugal

21 - 22 November 2024

Dealing with crisis. A community mental health response to natural disasters | Alexandroupoli, Greece

27 - 28 March 2025



Upcoming EUCOMS webinars

Social value of peer support in and out of prisons

20 November 2024



[Click here to review the previous webinars](#)

DO YOU WANT TO BECOME A PARTNER?

EUCOMSのパートナーになりたい方は登録できます！メンタル不調（mental illness）を抱える人々を支援するサービスを提供している個人や組織は私たちのパートナーまたはコラボレーターになることができます。詳しい情報はホームページをご参照ください。(英語版ニュースレター（原本）にはパートナー登録やウェビナー情報へのリンクが貼られています。よろしければご利用ください。)

[CLICK TO SUBSCRIBE TO OUR EMAIL NEWSLETTER](#)

[CLICK TO JOIN OUR NETWORK](#)

Find us on social media:



Our mailing address is:

info@eucoms.net

Copyright © 2024 EUCOMS Network. All rights reserved.