

女性のメンタルヘルスとエンパワーメント のための概念的フレームワーク

メンタルヘルスを通じたエンパワーメントに関するレポート：

女性と女の子をエンパワーする取り組みの一環としてケイト・スペード ニューヨークが資金提供





この研究に貴重な洞察、指導、専門知識を提供してくださった研究アドバイザーの皆様に、深く感謝と謝意を表します。

タリン・バード：ケイト・スペード ニューヨーク財団ディレクター、ソーシャルインパクト エグゼクティブディレクター

アルファ・デメラッシュ：ライジングタイドキャピタル 共同創業者兼CEO

ヘレン・ハーマン：医学博士、オーストラリア勲章、メルボルン大学若年層メンタルヘルスセンター精神医学名誉教授

熊平 美香：昭和女子大学キャリアカレッジ学院創設校長

ミシェル・ミルフォード・モース：国連財団 ガールズ・アンド・ウーマン・ストラテジー バイスプレジデント、シニア・ノロジ（国際的なジェンダー平等、人権、性暴力の問題に関与する活動家および専門家）少女と女性対策 シニアディレクター

アンタ・ラージ：博士、ルイジアナ州ニューオーリンズ チュレーン大学 公衆衛生学教授およびナンシー・リーブス・ドルー寄付教授、ニューカム研究所エグゼクティブディレクター

シェカール・サクセナ：医学博士、マサチューセッツ州ボストン ハーバード大学 ハーバードTH チャン 公衆衛生学部 プラクティス・オブ・グローバル・メンタルヘルス教授

S.モナ・シンハ：ウーマン・ムービング・ミリオンズ会長、イクオリティ・ナウ グローバルエグゼクティブディレクター

キャサリン・ティンズリー：博士、ワシントンD.C. ジョージタウン大学ラファイア二経営学教授

ルレット・トゥリムチ：ナヤコンサルティング創設者兼CEO

女性のメンタルヘルスとエンパワーメント のための概念的フレームワーク

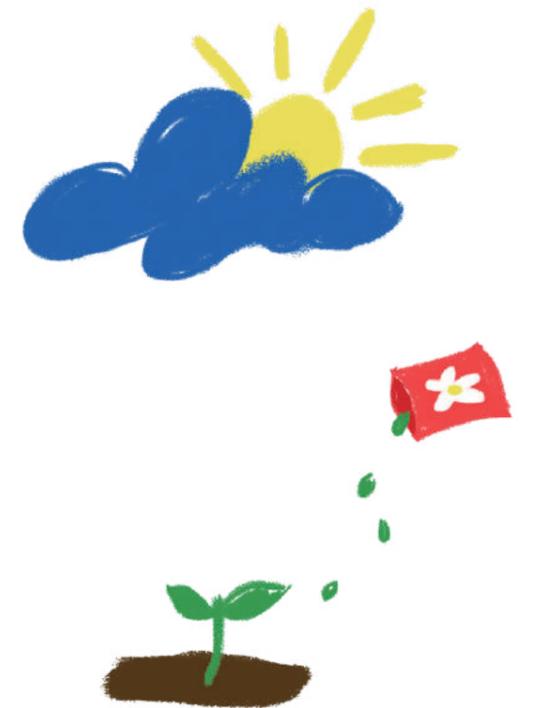
女性のエンパワーメントに対する現在のアプローチにおいて、メンタルヘルスは明確な役割を持っておらず、研究や実践において軽視されてきました¹。

研究者たちは、メンタルヘルスとエンパワーメントが女性の人生に密接に結びつく側面があることを指摘していますが²、これに関する大規模な、もしくは綿密な研究や立証は行われてきませんでした。このフレームワークでは、メンタルヘルスが、女性のエンパワーメントにおいて果たす極めて重要な媒介的役割を示すことを目指しています³。

このフレームワーク⁴になぞらえると、メンタルヘルスは女性のエンパワーメントの基礎となります。それは、エンパワーメントが成長するための根源です。たとえ花の根が見えなくても、根は花の成長の基礎となります。花と同じように、女性のメンタルヘルスにも、エンパワーメントの土台となる 栄養が必要なのです。

エンパワーメントに向けた成長は、良好なメンタルヘルスなしには不可能であり、良好なメンタルヘルスを実現することはエンパワーメントなしには困難なのです。

メンタルヘルスは、社会的包摂、経済的資源へのアクセス、教育、差別や暴力からの解放など、広く概念化できる社会的・経済的な決定要因によって大きく形作られます⁵。これらの決定要因は土壌に栄養を与え、良好なメンタルヘルスを根付かせることを可能にします。



不十分なエンパワーメントと同様に、これらの決定要因は社会的・経済的な現実と根本的に繋がっており⁷、しばしば女性が自身の状況を変えることができる好循環、またはその状況にとどまる悪循環を形成します。

このフレームワークにおいて、エンパワーメントとは次のように定義されます：選択肢を拡大し、発言力を強化することで、女性が自分の人生と未来をよりコントロールできるようにすること³。

これは“ボイス・チョイス・パワー”に簡略化できます

引用・参考文献

1 ザ・センター・フォー・ハイ・インパクト・フィランソロピー (2017). ヘンシルベニア大学 The XX Factor: 女性と少女の生活を改善する包括的なフレームワーク <https://www.impact.upenn.edu/toolkits/the-xx-factor/>

2 カーモードM、ハーマンH、アールR、ホワイトJ、フレムクマールR & バテル V (2007). 女性のエンパワーメントとメンタルヘルス促進：インド・マハラシュトラ州農村部における定性的研究。BMC公衆衛生、7(1), 1-10. <https://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/1471-2458-7-225>

3 ヴァン イアデワイク A. H. J. M. ウォンF、ヴァーストC、ニュートンJ、ティッシュラーM & ベントンA (2017). ホワイトペーパー：女性と少女のエンパワーメントに関する概念モデル。アムステルダム：ロイヤル トロピカル インスティテュート (KIT) <https://repository.uibn.ru.nl/bitstream/handle/2066/169223/169223.pdf>

4 ジョーンズC. P. (2000) 人種差別レベル：理論的な枠組みと医師の話。アメリカ公衆衛生雑誌、90(8), 1212-1215. <https://www.health.state.mn.us/communities/practice/resources/equitylibrary/docs/jones-allegories.pdf>

5 世界保健機関&カールスト・グルベンキアン財団 (2014). メンタルヘルスの社会的決定要因,ジュネーブ https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/112828/9789241506809_eng.pdf 6 既出。カーモードおよびその他(2007)

7 既出。世界保健機関&カールスト・グルベンキアン財団 (2014)

社会的、政治的、構造的、生物学的なさまざまな問題が、特に制度的に不利な立場に置かれ、社会から疎外されたコミュニティの女性のメンタルヘルスに悪影響を及ぼしています。また、世界中で進行中の危機がこれを一層悪化させているのです。



女性は、明らかに社会的・経済的な不平等にさらされる機会が多く、外部からの影響や攻撃に対してより影響を受けやすいため精神障害へのリスクも高まります⁹ ¹⁰。

メンタルヘルスが支援されなかったり、トラウマが生じたりすると女性は苦しむことになります¹¹。

なぜなら、種が根を下ろす肥沃な土壌が存在しないからです。これは回復をも困難にし、悪循環を生み出す可能性をもたらします。

促進と予防活動を通じてリスクや社会的な決定要因が適切に対処されれば、メンタルヘルスの大切さが評価され、メンタルヘルスリスクにさらされる頻度は減少し、集団や個人のメンタルヘルスは改善します¹² ¹³。また、手頃な価格で利用できる適切なメンタルヘルスサービスのシステム¹⁴が精神疾患の回復と治療のための効果的なツールとなります。

これらのアプローチは、共に土壌に栄養を与え、女性のエンパワーメントと平等への道のりにおいてメンタルヘルスの強い根を支えるための、多様な介入策を形成しています。

様々なメンタルヘルス介入策を活用することは、女性のメンタルヘルスの支援を通じて土壌に栄養を与え、良好なメンタルヘルスの基盤を築くことに繋がります¹。良好なメンタルヘルスは、女性がよりポジティブなアティチュードとマインドセットを持つこと¹⁵ ¹⁶ ¹⁷、そしてより健康的な行動へと繋がります¹⁸ ¹⁹ ²⁰。これらの強い根は、最終的にエンパワーメントが芽吹く支えとなるでしょう。

良好なメンタルヘルスは、個人、コミュニティ、社会的レベルにおいて女性がより自分の人生に参加しやすくなるよう支援し、最終的にはコントロールと主体性を高め、それが結果的に良好なメンタルヘルスのサポートになります。

女性が自分の人生に完全に参加するための主体性、回復力、自己効力感を持つとき、女性はエンパワーメント²¹ ²²の重要な前提条件である自尊心と自信を育むことができます。

その結果、力関係の変革を通じて選択肢が広がり、発言力の強化につながり、女性は人生と未来をよりコントロールできるようになるのです²³。



これらアプローチを採用し、メンタルヘルスを女性のエンパワーメントの基礎として統合することは、特にコミュニティレベルで行われる場合により持続可能なエンパワーメントの成果をもたらします。

また、花がその根を強くするために必要な栄養を吸収するように、女性のエンパワーメントとメンタルヘルスの間には双方向の関係があります。エンパワーメントの向上はメンタルヘルスの改善を促し²⁴、すべての女性が持っている良好なメンタルヘルスの権利をサポートする重要な要素となります。

8 ベンシルベニア大学ヘルスイクイティ&ポリシーラボ、系統的に不利な立場にある人口、地域、施設<https://www.healthequityandpolicylab.com/underserved-populations-areas-and-facilities>系統的に不利なコミュニティとは、人々が生まれ育つ環境が健康的に繁栄する機会が保証されていない場合を指します。彼らは疾病や機能不全の環境、そして貧困などに過剰に影響を受けています。支援を受けておらず軽視された人々は、あらゆる種類の差別を経験し、公共の財やサービスへのアクセスに障壁（人種、民族、性別、性的指向、経済的、文化的、言語的など）を受けています。

9 世界保健機関。(2001)。世界保健報告書2001：メンタルヘルス - 新たな理解、新たな希望、ジュネーブ。 https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42390/WHR_2001.pdf?sequence=1&isAllowed=y

10 2018年発表 "メンタル障害の社会的決定要因と持続可能な開発目標：レビューの体系的なレビュー"論文著者名：クリック・ランド、クレア・ブルック・サムナー、ファウスティン・バインガナ、エリザベス・C・バロン、エミリー・ブローイアー、ブレイブ・チャンドラ、シェカー・サクセナ。学術雑誌 "ザ・ランセット・サイキアトリー"第5巻第4号P357-P369 https://haushofer.ne.su.se/publications/Lund_et_al_LancetPsychiatry_2018.pdf

11 世界保健機関(2022)世界メンタルヘルス報告書：すべてのためのメンタルヘルスの変革、ジュネーブ。 ライセンス：CC BY-NC-SA 3.0 IGO <https://www.who.int/publications/item/9789240049338>

12 ウォーカー・L、ヴェリンズ・I、ムーディー・R、ウェブスター・K (2005) メンタルヘルスの社会的および経済的決定要因への対応。ハーマンH、サクセナS、ムーディーR(編著) による『メンタルヘルスの促進：概念、新たな証拠、実践』(pp.89-106)。世界保健機関。 https://personalevolutionllc.com/wp-content/uploads/2021/03/MH_Promotion_Book.pdf#page=110

13 フリーマンM。(2022)。世界メンタルヘルス報告書：すべてのためのメンタルヘルスの変革。世界精神医学21巻第3号 P391-P392 <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/pdf/10.1002/wps.21018> 14サクセナS.&瀬戸谷 Y (2014)。世界保健機関の包括的なメンタルヘルス行動計画2013-2020 [編集]。精神医学と臨床神経科学 第68巻第8号 P585-P586。

15 既出。カーモードおよびその他(2007)

16 ウォーカー・L、ヴェリンズ・I、ムーディー・R、ウェブスター・K (2005)。メンタルヘルスの社会的および経済的決定要因への対応。ハーマンH、サクセナS、ムーディーR (編集)、メンタルヘルスの促進：概念、新興の証拠、実践 (89-106ページ)。世界保健機関、ジュネーブ。 https://personalevolutionllc.com/wp-content/uploads/2021/03/MH_Promotion_Book.pdf#page=110

17 世界保健機関。メンタルヘルスのWHOウェブサイト：世界保健機関；2022年 [更新日 2022/06/17]。以下よりアクセス：<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>。18 既出。世界保健機関。(2001)

18 ハーマン H、サクセナ S、ムーディー R、ウォーカー L：公衆衛生の優先事項としてのメンタルヘルスの促進。ハーマン H、サクセナ S、ムーディー R (編集)、メンタルヘルスの促進：概念、新興の証拠、実践 (2-17ページ)。世界保健機関、ジュネーブ。 https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/43286/9241562943_eng.pdf?sequence=#page=23

19 ニューベギング、K。(2017)。イングランドにおける女性のメンタルヘルス向上のためのジェンダー平等の主流化。『性別と健康の心理学』(343-361ページ)。学術出版社。

20 既出。ニューベギング。(2017)

21 ICRW (国際女性研究センター) (2019)。声と選択、そして力 - アメリカの対外支援を通じた少女と若い女性の主体性と意思決定の拡大のための証拠と推奨事項。 <https://www.icrw.org/wp-content/uploads/2019/08/Voice-Choice-and-Power.pdf>

22 既出。ヴァン イールデワイクおよびその他(2017)

23 既出。カーモードおよびその他(2007)

良好なメンタルヘルスの基盤をサポートすることは、一人の女性に影響を与えるだけでなく、すべての女性にとって良好なメンタルヘルスとエンパワーメントの向上を可能にするプラスの効果を生み出します。メンタルヘルスを女性のエンパワーメント支援に取り入れることは、より包括的で持続可能な影響をもたらす助けとなるでしょう。

女性が共に集まり、経験を共有し、連帯を示すことで²⁵、彼女たちが自身や社会における位置を見直すきっかけとなり、エンパワーメントとメンタルヘルスの両方をさらに育むことができます。メンタルヘルスのサポートを提供できるコミュニティ（学校、職場、家族など）に所属できているということは、ポジティブなメンタルヘルスの確立に不可欠であり、より持続可能なエンパワーメントの成果へと繋がります²⁶。



25 コーンウォールA (2016). 女性のエンパワーメント：何が効果的か？ 国際開発ジャーナル, 28(3), 342-359. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/pdf/10.1002/jid.3210>

26 既出. 世界保健機関 (2022)

変化のセオリー

インプット：女性のエンパワーメントと平等の枠組みと実践にメンタルヘルスを組み込みます。

アウトプット：メンタルヘルスをサポートするプログラムや介入策を利用することで、女性の人生に影響を与える状況が改善されていきます。

成果：女性は自己に対するより肯定的な態度と考えを身につけ、より健全な行動を取るようになります。女性は自分の人生に完全に参加し、その結果、より高い自尊心と自信を育みます。

影響：エンパワーメントの基盤にメンタルヘルスを据えることで、最終的には持続可能な選択肢の拡大と発言力の強化を実現し、これによって女性は自分の人生と未来をよりコントロールできるようになります。



参考文献

- 1 センター フォー ハイ インパクト フィランソロピー (2017) .The XX Factor® (ザ エックスエックス ファクター) : 女性と少女の生活を改善する包括的な枠組み.ペンシルベニア大学.
<https://www.impact.upenn.edu/toolkits/the-xx-factor/>
- 2カーモードM,ハーマンH,アロールR,ホワイトJ,ブルムクマーL & バテルV (2007) .女性のエンパワメントとメンタルヘルス促進：インド. 農村部における定性的研究. BMC公衆衛生. 7 (1) .1-10.
<https://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/1471-2458-7-225>
- 3 ヴァン イアーデウイクA. H. J. M,ウオンF,ヴァーストC,ニュートンJ,ティシュラーM & ベントンA (2017) .ホワイトペーパー：女性と少女のエンパワメントに関する概念モデル.アムステルダム：ロイヤル トロピカル インスティテュート (KIT) . <https://repository.ubn.ru.nl/bitstream/handle/2066/169223/169223.pdf>
- 4 ジョーンズ,C. P. (2000) . 人種差別のレベル：理論的な枠組みと庭師の話. アメリカ公衆衛生雑誌,90 (8) ,1212-1215.
<https://www.health.state.mn.us/communities/practice/resources/equitylibrary/docs/jones-allegories.pdf>
- 5 世界保健機関&カールスト・グルベンキアン財団 (2014) .メンタルヘルスの社会的決定要因,ジュネーブ. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/112828/9789241506809_jpn.pdf
- 6 世界保健機関 (2022) .世界メンタルヘルス報告：すべての人のためのメンタルヘルスの変革,ジュネーブ. ライセンス：CC BY-NC-SA 3.0 IGO.
<https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338>
- 7 世界保健機関 (2001) .世界保健報告書2001：メンタルヘルス - 新たな理解,新たな希望,ジュネーブ.
https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42390/WHO_2001.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- 8 ルンドC,ブルック=サムナーC,バインガナF,パロンE. C.,プロイアーE,チャンドラP,... & サクセナス (2018) .メンタル障害の社会的決定要因と持続可能な開発目標：レビューの体系的なレビュー.ザ・ランセット・サイキアトリー. 5 (4) ,357-369. https://haushofer.ne.su.se/publications/Lund_et_al_LancetPsychiatry_2018.pdf
- 9 ウォーカーL,ヴェリンズI,ムーディーR,ウェブスターK (2005) .社会的および経済的決定要因への対応. ハーマンH,サクセナス,ムーディーR. (編) ,メンタルヘルスの促進：概念,新興の証拠,実践 (pp. 89-106) .世界保健機関,ジュネーブ. https://personalevolutionllc.com/wp-content/uploads/2021/03/MH_Promotion_Book.pdf#page=110
- 10 フリーマン,M (2022) .世界メンタルヘルス報告：すべての人のためのメンタルヘルスの変革. ワールド・サイキアトリー,21 (3) ,391-392. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/pdf/10.1002/wps.21018>
- 11 サクセナス & 瀬戸谷Y (2014) .世界保健機関の包括的なメンタルヘルス行動計画2013-2020 [編集]. 精神医学と臨床神経科学, 68 (8) ,585-586.
- 12 世界保健機関. 世界保健機関ウェブサイト：世界保健機関；2022 [更新日：2022/06/17]. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>.
- 13 ハーマンH,サクセナス,ムーディーR.ウォーカーL：メンタルヘルスの促進としての公衆衛生上の重要性.ハーマンH,サクセナス,ムーディーR. (編) ,メンタルヘルスの促進：概念,新興の証拠,実践 (pp. 2-17) .世界保健機関,ジュネーブ. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/43286/9241562943_eng.pdf?sequence=#page=23
- 14ニュービギングK (2017) .女性のメンタルヘルス向上のためのジェンダー平等の主流化. ジェンダーと健康の心理学 (pp. 343-361) .学術出版
- 15 ICRW (国際女性研究センター) (2019) .声と選択,そして力 - アメリカの対外支援を通じた少女と若い女性の主体性と意思決定の拡大のための証拠と推奨事項. <https://www.icrw.org/wp-content/uploads/2019/08/Voice-Choice-and-Power.pdf>
- 16 コーンウォールA (2016) .女性のエンパワメント：何が有効か？国際開発ジャーナル, 28 (3) ,342-359. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/pdf/10.1002/jid.3210>

その他の参考資料

- 1 フォックスL, ロメロC. (2017) . それはマインドか、家庭か、または市場か？世界銀行.
<https://openknowledge.worldbank.org/server/api/core/bitstreams/3b27a521-c35c-5e4a-898c-b6238682b54e/content>
- 2 カピールN. (2005) . ジェンダー平等と女性のエンパワメント：サドミレニアム開発目標. 1.ジェンダー&開発, 13 (1) , 13-24.
https://www.ripeers.com/sites/default/files/uploads/pages/collection_of_data/2019-04/Gender%20equality%20and%20women%27s%20empowerment.pdf
- 3 グイドFS. N., ロジョンP. A. (2020) . 女性のメンタルヘルスへのジェンダー差別の影響. 電子臨床医学, 20 (2020) , 1-2. [https://www.thelancet.com/pdfs/journals/eclinm/PIIS2589-5370\(20\)30055-9.pdf](https://www.thelancet.com/pdfs/journals/eclinm/PIIS2589-5370(20)30055-9.pdf)

