

臨床精神科作業療法研究会

設立20周年記念研修会

ひとと作業の
関係を通して見える
精神科作業療法のコツ



京都大学大学院医学研究科
人間健康科学系専攻
山根 寛

母ミツコ 90歳

「今日はええ天気よ,おとうさん」

.....

神棚の榊の水を替え
部屋の掃除をし
庭の草花に水をやり
一人で食事をすませた



ひとは習慣化された役割(生活行為)により
日々いとなみ
人生をつむぐ 作業的存在

家の横にある小さな菜園には
 年中神棚に絶やさぬようにしている花々
 昨年まではキュウリとナスの苗が植えられ
 一夏新鮮なキュウリやナスが食卓にのぼったが
 今年はもう自分で世話をすることができなくなった

日々家の周りの草木の手入れは娘婿やシルバーセンターにお願いし、50年あまり絶えることがなかった菜園の野菜作りは終わった



それでも老母にとって
 ここには自分の一生のすべてがある
 小さな家の中は目をつむってでも歩くことができ
 いつも使っている生活道具は
 身の一部のようになじんでいる

日々のいとなみで構築された身体図式が
 なじみの生活道具や環境を取り込んで
 身体像が立ち上がる



この地に生まれ、働き、嫁ぎ、子どもを育て
父や母、夫を看取った

.....

何十年も目にしてきた風景
すっかり身体になじんだ家と道具と
毎日の家の中の仕事、夫の墓、なにやかやと
季節々々の行事や隣近所とのつきあいがある
親戚もいる

ひとは自分が生きてきたさまざまな関係性の中で暮らしている。老いはこの関係性を日々奪う。



脳梗塞で倒れ
最後には子どもの顔も
分からなくなった夫を看取り
一人暮らしになって20数年
毎日繰り返してきた日々のいとなみ

.....

昨年の夏前から認知症の症状が見られるようになった
普通にできていたことができなくなった

そのことを悔やむ

今年90歳 要介護1

老いはさまざまな関係の喪失
わが身・生活・社会との関係をうばう
老いの課題はわが歩みの確認(人生の同一性)



母ミツコ 90歳 彼女にとって作業とは

典子(嫁いだ娘)の所には行かん・・
 京都(長男寛の家)にも行かん・・
 ここ(今すんでいる家)がええ・・
 それでも、一人じゃあ食事も作れん・・
 夜何か起きたらと思うと心配で・・
 寂しい・・怖い・・



母にとって作業とは何か・・
 生活とは何か・・
 彼女のQODとは・・ 息子64歳 OT歴31年

作業の意義
 作業療法と作業



ひとと作業

ひとは生きるために作業し
作業することで 楽しみ 困難や不安を乗り越える

| | |
|---------|---|
| 命を保つ | 日常の自立に必要な作業(日常生活行為) |
| 生きる | 生きるための作業(採り、育て、料り、食べ、働く) 生き延びるための作業(神頼みのトランス、協働) |
| うまく生きる | 自分の考えや気持ち表し伝える作業 |
| ゆたかに生きる | 豊かに生きるための作業(遊ぶ・楽しむ) |

作業療法において作業の意義とは何か？
それは作業をすることだろうか・・・

治療者とクライアントが作業を介して関わる。
そのプロセスを経て得られる

その人の生活行為における満足感や
心地よさといった感覚的な変化

それこそが作業療法における作業の意義

その意義が形になるプロセスが作業療法

作業療法というかわり

| | |
|-----------|--|
| 特性 | 対象の状態とニーズに応じて組み替えるシステムプログラム |
| 役割 | 生活機能評価(心身機能, 活動状態, 生活環境, 他) 生活支援機能(機能障害の軽減, リハビリネス, 生活技能の学習汎化 リハビリ支援, 他) |
| 機能 | ことばと作業により脳機能を糾す 具体的な目的行動・体験による自己認識と行動変容 |
| 手段 | 生活行為, 創作表現活動, 身体活動, 他 |
| 領域 | 医療, 保健, 福祉, 教育, 就労, 他 |

ストレングスモデルに基づき 具体的な生活行為を通して
 個々の生活機能を評価し
 訓練・指導・環境調整により 生活全体をマネジメントします

作業療法の特性

| 種類 | 介入手段 | 特性 |
|------|---|--|
| 近代医療 | 薬物 外科的介入 | <i>physical</i> |
| 精神療法 | 言語 (精神分析療法 小精神療法 一般精神療法 認知療法 行動療法 家族療法) | <i>human verbal</i> |
| 作業療法 | 作業 + 言語 | <i>non-human non-verbal + verbal</i> |

薬物や外科的介入のような身体療法は生理的侵襲性のリスク, 言語を主媒介とする精神療法は対人的な侵襲性のリスクが伴う
 作業療法は, *non-human non-verbal* な具体的な体験が媒介のため, 対人的侵襲性は低い, その体験を生かす関与の仕方は問われる

ひとと作業と身体と

心味世



私たち一人ひとりは

ただ一つの身体をもつて生まれ
ただ一つの身体として或る

その身体を通して

世界と向き合い

世界を知り

私を知る

その身体を通して

私と世界との関係を知り

なすべきことを判断し

自分の思いを他者に伝え

その思いを実現する

病いや事故は

自己と身体との


乖離を引き起こし

生活に支障をきたす

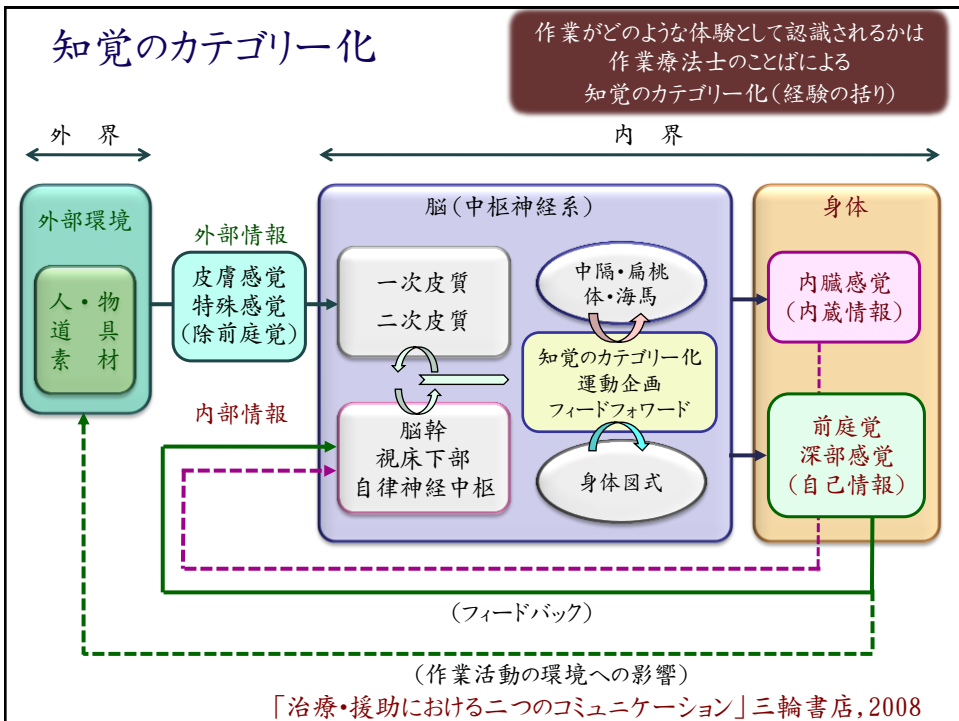


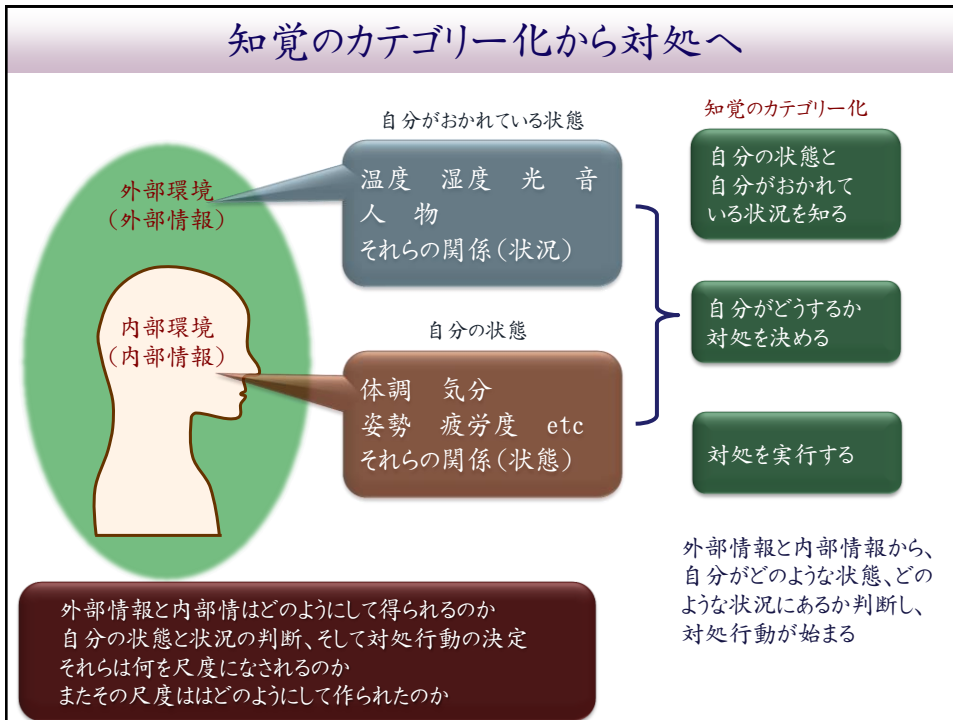
自分の思いを他者に伝え
 その思いを実現する
 そのすべては
 だれのものでもない
 私という
 ただ一つの身体を通して成りたつ
 私という
 身体を通してしか成りたない
 私が或るといふこと
 それは
 私という身体を
 私が生きていくといふこと

青海社「作業療法の詩ふたたび」より



脳は身体から得る情報により考える
 身体は作業により情報を確かめる





かかわりのコツ

作業療法は
私という一つの身体がもう一人の身体に
かかわりはたらきかける相互行為
ひととひとがそれぞれの身体による出会い
双方の身体性により成り立つ



まずかかわる者のありようが問われる

とらわれない知識と自身の身体によって確かめられた技術、
豊かな体験に裏打ちされた確かな主観(OT Sense)
そして、自分自身や人を思いやるころ(OT Mind)



このOT Sense と OT Mind をもつ者が
なすこと、それが精神科作業療法のコツの
すべてを語る

だれも知らない秘密のコツなんてない

「……と言われている」と、聞いたことはある、知ってはいるが、試みていないこと、よくわからないこと、それを淡々とする。まずはそれが大切なコツ

たとえば

- 全体像を観るって何だろう
- 不参加の保障、見物効果を活かしていますか
- できるADLしているADLというけれど
- できないことよりできることは大切ですが

意欲や主体性は

- 育てるものではない
- 引き出すものでもない



意欲や主体性は奪わないもの

楽しい作業？

- 楽しい作業を提供することが作業療法ではない
それが大きな落とし穴
- 生活行為は楽しいものばかりではない



作業することを楽しく
日々の作業(生活行為)を楽しく

作業体験は

- 作業体験は作業が終われば多くは消えていく
- 作業体験がよい体験として残るには人の目が必要



ことばで括る
よい体験として残るかかわり

作業は
ことばを
意味あるものにし
腑に落とす

ことばは
作業を
意味あるものに括り
腑に落とす

ことばを
括らす作業と
作業を
括らすことば

作業療法士は作業とことばを使い
クライアントの生活行為に
満足感や心地よさをもたらす

たとえば「何もできない、でも何かしないと落ち着かない」



ピンポン球大の粘土の塊

「何も作らなくていいので、この粘土をできるだけ薄くおなじ厚さになるようにしてみましょう」

特定の脳機能課題

- ・新しい知識や技術, 作業遂行時に判断を要さない
- ・手順が明確
- ・適度な繰り返しとリズム



指先で粘土を摘むという単純な動作の繰り返し、粘土を薄くおなじ厚さにする(特定の脳機能課題)ための手指の屈伸にともなう深部覚、触覚からの感覚(身体の使用に伴う現実的感覚刺激)に意識が向けられる。



自分の身体から生じる現実的な感覚が脳にフィードバックされ、運動企画が見直され手指の動きが修正される。そのシンプルで感覚のフィードバックによる修正を繰り返すことだけが、必要な脳機能課題が遂行される。



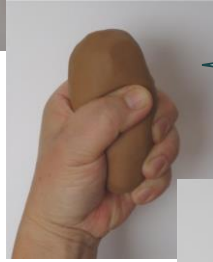
「何も作らなくていいので、この粘土をできるだけ薄くおなじ厚さになるようにしてみましょう」という課題に、手指の屈伸にともなう深部覚、触覚からの感覚(身体の使用に伴う現実的感覚刺激)だけに意識が向けられる

作品を作るためではない作業の結果としてできたものを素焼きにし、釉をかけて焼く。

たとえばあなたならどう使いますか？



一握りの粘土を手渡し、粘土の片方が握った親指と人差し指から2~3cm頭が出るようにします



気持ちを込めてギュッと握ってもらいます



握った粘土の底の部分をトントンたたいて据わりをよくします。そして、その粘土をゆっくりと回しながら正面を決め、正面が決まったら、頭の部分をつまんだり指を押しつけて耳や鼻を作り、目や口を竹串で描きます。



何もする気がないと見ていた人が、いつの間にか粘土を握っていた。そんな思わず手を出してみたくなる。そんな状況をつくるのも作業療法

作業を介した機能評価とリハビリティネス



もし、作業療法にコツがあるとするなら

それはあなたの

OT Sense OT Mind

