

作業療法のかたち

「ひとと作業・生活」研究会主宰 山根 寛

遊びあそびをせんうまとや生れうまけむ

戯たわぶれせんうまとや生れうまけん

遊ぶあそ子こどもこえきの声聞こえきけば

遊びをせんうまとや生れうまけむ (「梁塵秘抄」三五九)

ひととからだ身体

メルロ・ポンティが”I'm my body”(わたしはわたしの身体である)と言ったように、私たち一人ひとは、ただ一つの身体をもって生まれ、ただ一つの身体として存在する。その身体を通して、世界(自分以外の対象)と向き合い、世界を知り、自分自身を知る。その身体を通して、自分と世界との関係を知り、今何をすればよいかを判断し、自分の思いを他者に伝え、思いを実現する。

自分の思いを他者に伝え実現する、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。身体は自分の状態や自分以外の環境の情報を脳に伝え、脳は身体から得た情報により、自分や自分以外の対象(ひとや環境)との関係を判断し、どのように対処するかを決める。病いや事故は、その私と私の身体に乖離を引き起こし、日々の生活や社会生活に支障をきたす。

ひとと作業・生活

ひとは自らの命を支え、種を護る(命をつなぐ)。生きるために作業することで生きる術を身につけ、不安を乗り越え、生活を楽しみ、暮らしを豊かにする。ひとが作業的存在と occupational being と称される所以である。

作業療法における作業とは

作業はひとが生きることそのもの、ひとが生きるために行う、目的と意味を持った作業

(生活行為)には、苦しくても少し努力が必要なものもある。作業療法は、楽しい作業を提供することより、病いや障害がある人たちの暮らしに寄りそい、日々の作業(生活行為)が楽しくできるようにし、生活の再建を支援する。そうした視点から、作業療法における作業は、下記のように分類することができる。通常の作業療法の作業分類は①から③に分類されていることが多いが、ここでは④、⑤を加えることで、生活行為全体を視野に置くことにする。

- ①生活の維持 - ひとの毎日の生活に必要な「いきる・くらす」という基本的な生活の維持に関連するもの
- ②仕事と役割 - 生活を支えるために必要なものを生産する「はたらく・はたす」という生産的活動やその準備にあたる学業に関するもの
- ③遊びと余暇 - 直接生存に必要ではないが、「あそぶ・たのしむ」という発達や生活の質としての豊かさに関連するもの
- ④参加と交流 - 社会の一員として様々な社会活動に参加したり、社会資源を活用する「まじわる・ひろがる」ということに関するもの
- ⑤回復と熟成 - 活動で消費したエネルギーを回復し、食べたものや経験、学習したことを消化し心身に収める「やすらぐ・みにつく」とことに関するもの

作業療法^{ことわり}の理

作業療法の特性は表に示すように、対象の状態(生活機能)ニーズに応じて、作業の種類やもちい方、医療者との個別の治療からグループダイナミクスを利用する集団療法など治療構造を組み替え、急性期から緩和治療まで支援する、システムプログラムが他の療法と大きく異なることである。

そしては、具体的な生活行為を介して、対象者個々の生活機能を評価し、急性期の病状の軽減と慢性化を防ぐ早期作業療法から地域生活への移行と生活に必要な技能の習得汎化、さらにリカバリーの支援まで、システムプログラムという特性を活かして関わるものが役割となる。

その関わりにおける機能は、対象者自身が生活に必要な作業(生活行為)を主体的に体験する過程に寄りそい、その体験を活かす「ことば」のかけ方により、脳の機能を適切に働かせることにある。「作業を活かすことば、ことばを活かす作業」と称しているが、具体的な体験による心身機能の維持・回復、対象者自身の自己認識に基づく行動の変容を図ることが作業療法の機能と言えよう。

特性	対象の状態とニーズに応じて作業の種類や治療構造を組み替える
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, 生活技能の習得汎化 リハビリ支援) → 社会脳の働きup
機能	ことばと作業により脳機能を直し, 再学習 具体的な体験による心身機能の維持・回復自己認識と行動変容
手段 領域	生活行為をもちいるコミュニケーション 医療, 保健, 福祉, 教育, 就労, 他

表 作業療法の理(ことわり)

作業療法のかたち-作業・身体・脳-

ひとが生きるには適応的な対処行動が必要になる。それにはまず自分の身体を適切に操作できることが必要で、身体が思うように動かすことができれば、その身体をもちいて対象(自分以外の物・他者・環境)を操作することで目的の対処行動をおこなうことが可能になる。そうした意味で作業するということは対象を操作することと言える。

対象を操作することにより、自分と自分が置かれている状況を把握し、把握した状況に対して適応的に対処(適応的対処行動)することが可能になる。そのとき適応的な対処の働きをするのが社会脳のはたらきである。

対象操作は正しい身体図式が元になっており、身体図式は日々身体を使うことで少しずつ修正される、自分の身体の空間的イメージを成立させる身体の基本データである。ひとが身体を使う、何か道具を使う時に身体図式を元に身体像が立ち上がり適切な作業をすることができる。

はいはいをはじめた赤ん坊が部屋中を這いまわり、なにか見つけて触ったり舐めてみる。二本の足が身体を支えるようになると立ち、自由になった手が物をあつかう。歩けるようになれば、興味のある対象に近づき、身体を使って、対象を確かめ、ひとは世界を知り、自分と世界との関係をつかむ。こうして「からだ」が憶えたことは、身体図式や行動の予測のデータとして意識の下に刻みこまれひとの行為を支える。ひとの「こころ」や「からだ」のはたらきに歪みが生じたとき、この意識の底の「からだ」の憶えが歪みを糺すはたらきをする。

今、あらためてひとが作業するとはどういうことなのか、その作業とひとの関係、作業と脳や身体との関係知ることにより、生活行為を通して意図の暮らしに寄りそう作業療法のかたちが見えてくる。

山根 寛(やまねひろし) (認定作業療法士, 博士(医学), 登録園芸療法士)

1972年、広島大学工学部卒。船の設計の傍ら病いや障害があっても町で暮らす運動「土の会」活動に携わり、1982年作業療法士の資格取得。精神系総合病院の勤務を経て、京都大学大学院医学研究科教授。「こころのバリアフリー」「リハビリテーションは生活」「ひとが補助具に」「こころの車いす」を提唱し、精神科急性期リハと地域生活支援のシステムに関する臨床研究。

現在、「ひと作業・生活」研究会主宰、市民学習会「拾円塾」主宰、京都大学名誉教授、広島大学医学部客員教授、日本精神障害者リハビリテーション学会理事、日本認知症コミュニケーション協議会常務理事、日本園芸療法学会理事ほか

著書

『精神障害と作業療法』『ひとと作業・作業活動』『ひとと集団・場』『治療・援助における二つのコミュニケーション』『作業療法覚書』(以上三輪書店)、『臨床作業療法』『作業療法の知・技・理』(以上金剛出版)、『ひとと植物・環境』『ひとと音・音楽』(以上青海社)ほか