

京都府士会2015年度第3回研修会



ひとと作業・生活

-作業療法における作業とは-

*Hiroshi Yamane ; OTR, PhD
Chairman of Society of Human and Occupation-Life:SHOL
Professor Emeritus of Kyoto University*



まず作業療法とは何か？
そしてひとにとって作業とは？



作業療法の対象:病いや障害とは

ひとの一日は
さまざまに作業のいとなみ
そのいとなみを積みかさね
一人ひとりの生活や人生が
風合いの異なる織物のようにつむがれる
作業をいとなみ 作業がつむぐ
ひと その作業的存在
思わぬ病い
こころやからだの障害は
日々の作業のいとなみの障害となり
生活や人生のつむぎにほころびをつくる
ひとにとって病いや障害とは
日々の作業のいとなみの障害
生活や人生のつむぎのほころび
失いそこなわれた日々のいとなみ
その再びのこころみが
ほころびを繕い
あらたな人生をつむぎなおす
作業をいとなみ 作業がつむぐ
ひと その作業的存在

青海社 作業療法の詩」

ひとにとって病いや障害はその原因が何であれ
日々の生活に必要な作業の障害

ひとと生活行為(目的と意味のある作業)

ひとは自分の身体や対象(もの、道具etc.)を操作することで、生活に必要な目的と意味ある作業(生活行為)を行う。そのプロセスに必要な精神認知機能と感覚運動機能、脳・身体・作業の関連を読み解き活かす。それが作業療法であり、作業療法士の役割

作業と結果

- 価値, 意味をともなう : 意味性-モチベーション, 自己愛, 拡張自我
- 目的に導かれる : 目的性-注意, 集中, 自動
- 過程, 結果があきらか : 具体性-現実検討, 表現, 具現化, 積極的自閉
- 気持ちがあられる : 投影性-非言語的メッセージ, 共感, カタルシス, 己洞察

ひとが作業する

- 意志がはたらく : 能動性-主体性, 中枢神経系の使用
- からだを使う : 身体性-心身諸機能の賦活, 快の情動, 感覚入力, リズム, 身体エネルギー
- 素材, 道具をもちいる : 操作性-現実検討, 有能感
- 我を忘れる : 没我性-没頭, フロー体験

ともに作業する

- 体験をともにする : 共有制-二社関係, 集団内相互作用, 間身体性

ひとと身体

私たちが一人ひとり
ただ一つの身体をもって生まれ
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
乖離を引き起こし
生活に支障をきたす

私である身体と私が意識している身体の乖離

身体が自己内外の情報を脳に伝える

身体なしには私の思いは形にならない

身体なしに私はあり得ない

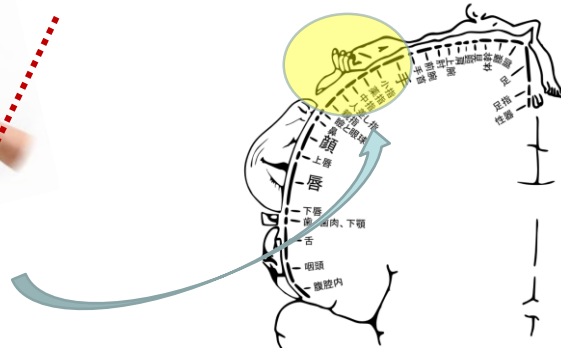
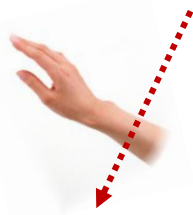
ひとと身体

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
私が或るということ
それは
私という身体を
私が生きているということ

青海社 作業療法の詩ふたびより

私である身体と私が意識している身体の乖離の修復への道は、身体が生活行為を通して脳に再学習させることである

身体からの情報が絶たれたとき脳は



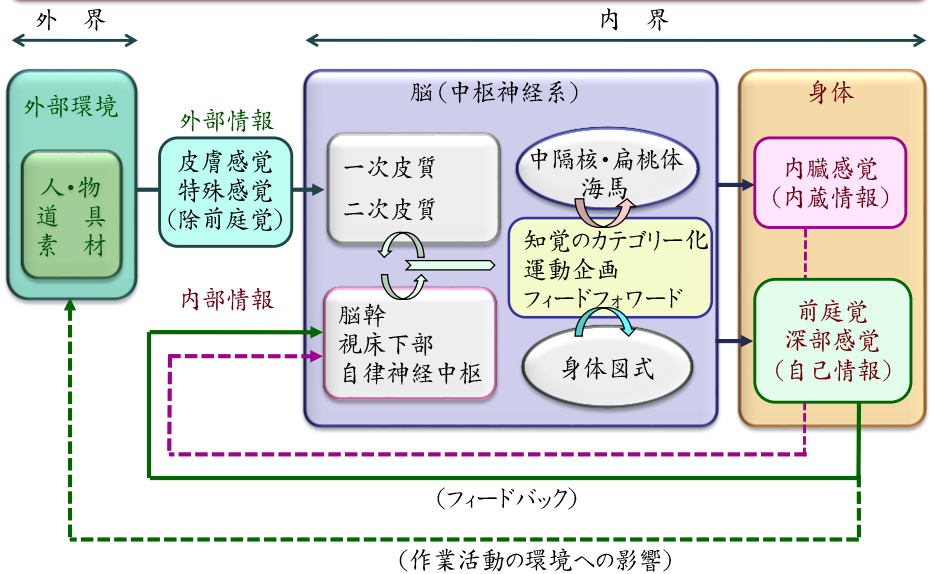
切断で手が失われたとしても
脳の機能地図はそのまま

- 切断面の神経腫の刺激で判断
 - 近隣の刺激や雑刺激から判断
 - 脳が情報を創る
- 幻肢、幻肢痛

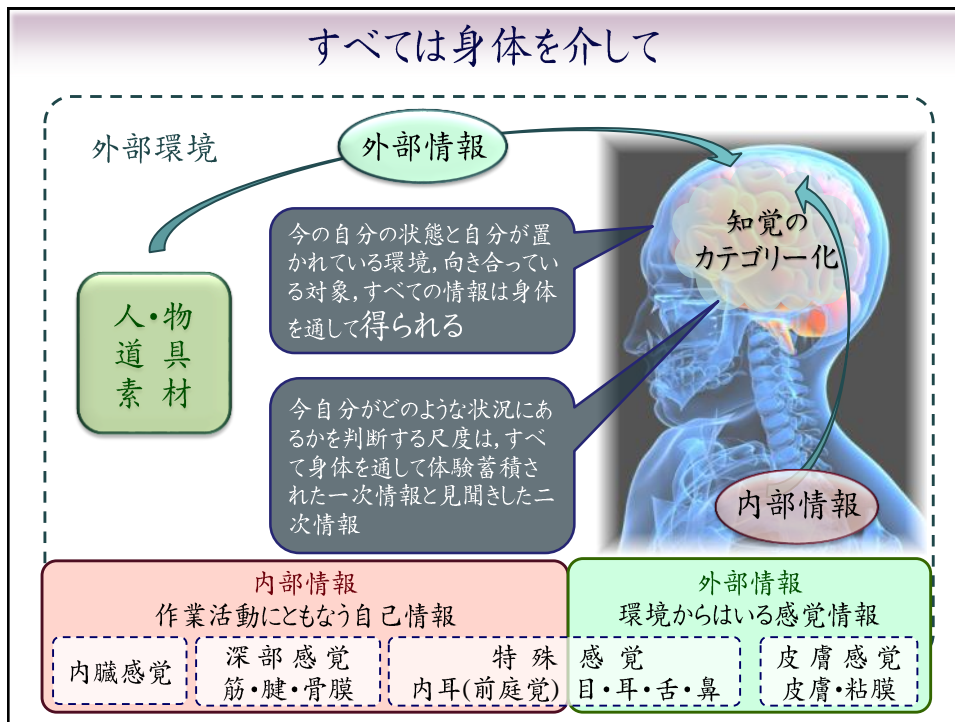
脳地図や身体図式の修正は、目的と意味ある生活行為を身体を駆使して行うことでしかされない。

脳と身体

自分の状態、自分が置かれている環境、すべての情報は作業する身体を介して脳に伝えられる。



すべては身体を介して



作業療法の特性

特徴 対象の状態とニーズに応じて作業や治療・援助構造を組み替える

役割 生活機能評価 (心身機能、活動・参加状態、そして生活環境など)

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
リハビリー支援) → **社会脳の働きup**

機能 対象者自身が自分の身体を操作し、自分が置かれている状況や対象との関係を理解し、判断し、適切に対処することによる心身機能の維持・回復
自己認識 (自己の現実検討) と行動変容

手段 ひとが生活する必要な生活行為

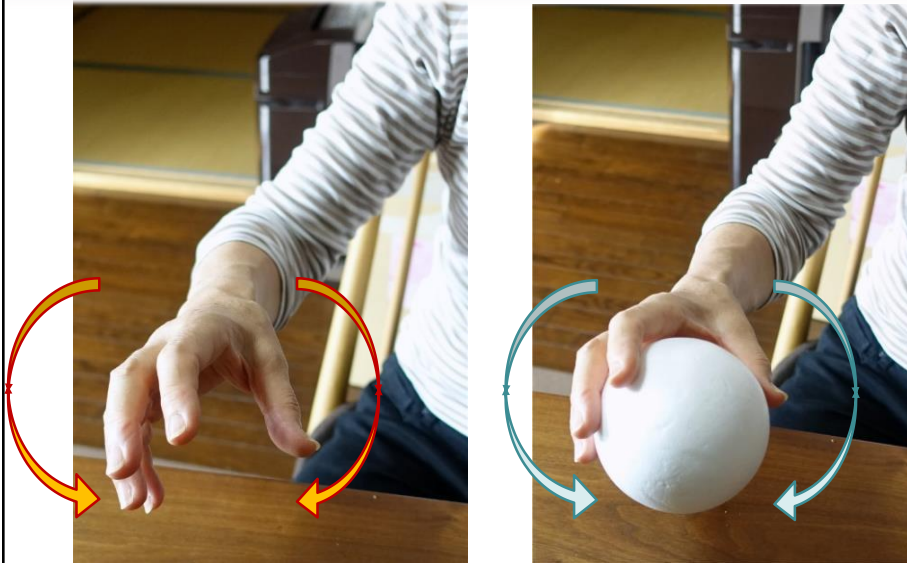
領域 医療、保健、福祉、教育、就労、他

ストレングスマデルに基づき
個々の生活機能を評価し

具体的な生活行為を通して
急性期はリハビリネス

回復期は生活とリハビリー支援 → **社会脳の働きup**

身体と対象操作



何も持たずにノブを回す動作をゆっくり繰り返す。
 発泡スチロールのボール(10cm \times 12.5g)を持って同じ動作をする。

関連療法との相違

種類	介入手段	特性
身体療法 [薬物療法 外科的療法]	薬物 手術など	physical
精神療法 [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)]	言語	human verbal
作業療法 作業は広義の意味 OT、PT、園芸療法や芸術療法など	作業 + 言語	non-human non-verbal physical + verbal

作業療法は、身体療法による症状の軽減・安定を基盤に、他の治療や援助と相補し、作業の非言語特性と具体性、現実性などの特性を活かし、対象者に寄り添い、その人なりの生活の支援をおこなう。



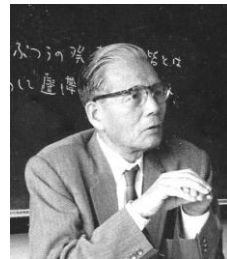
作業療法における 作業とは



ZI-YAMA WORLD

歴史的航跡:管修はすでに気づいていた

管 修(1901~1978)東京府立松沢病院で作業をもちいた治療を実施し、戦後は神奈川ひばりヶ丘学園長、日本精神薄弱者愛護協会会長をつとめ、国立秩父学園、国立コロニーのぞみの園の開設運営につくした。



作業療法の奏効機転要約 (1975, 精神誌77)

1. **作業欲**は本来人間の**基本的欲求**の一つ
心身の健康や障害に大きな影響がある
2. 適度であれば心身諸機能の**活動促進**, 機能低下防止
3. 新陳代謝増進、食欲、便通、睡眠その他体調をととのえ、基礎気分を**快適**に維持
4. **生活のリズム化**をはかるのに有効
5. 病的概念より**正常概念**に注意をむける
6. 病的な意志行為にむけられるエネルギーを**正常行為**におきかえる
7. 支離滅裂な行動を**正常な軌道**にのせる
8. 意志減退した患者の**活動性**を徐々に恢復
9. その成果が**満足感**を味わわせ、**自信**をとりもどさせ、劣等感を弱めさせる
10. 他人との**連帯感**を養わせ、**社会性**を回復、**他人への寄与的生活**を可能
11. 感染症や**疾病**に対する**抵抗力**をたかめる

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)



作業療法においてもちいる作業は、ひとの暮らしに必要な目的と意味ある作業＝生活行為 そのすべてから対象者に応じて治療・援助に必要なものを選択し、adaptationし、gradingしてもちいる

作業療法でもちいる作業

生活維持活動	〔 身辺処理 (ADL) 生活管理 (IADL)
仕事活動	職業 学業 家事 育児
遊び・余暇活動	〔 原初的遊び 余暇 社会的活動
社会生活関連活動	移動 情報伝達
休養・熟成	消化 精神身体的再生産

作業療法における作業の意義

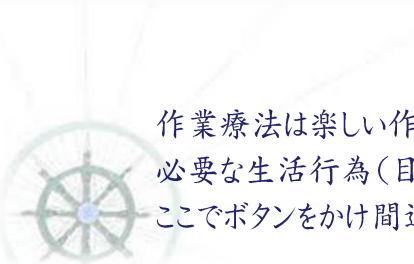


作業療法における作業の意義は？
作業をすることではない

治療者と対象者が作業を介して関わる。そのプロセスを経て得られる
対象者の生活行為における満足感や心地よさといった感覚的变化、
それこそが作業の意義

その意義が形になるかわかり
それこそが作業療法における「かかわりのコツ」

作業を楽しむ



作業療法は楽しい作業を提供することではなく
必要な生活行為(目的と意味のある作業)を楽しむこと
ここでボタンをかけ間違えると

みんなが落ちる 落とし穴



生きるには多少努力してもしなければならないことがある
必要なのはそうした生活の行為を楽しむこと
日々の作業(生活行為)として楽しむことができること

作業を楽しむ 作業することを楽しくとは？

もちいる作業は生活に必要な目的と意味のある行為
食事、入浴、整容、散歩、買い物、交流など
日常生活に関するものをまず
そして仕事、余暇など
生活を豊かにする作業へ



作業(生活行為)をもちいるには
まず作業療法の機能を
作業をすることが意味ある体験として残る関わり
作業を生かすことばとことばを生かす作業が必要

 ZI-YAMA WORLD

作業の用い方を考えよう

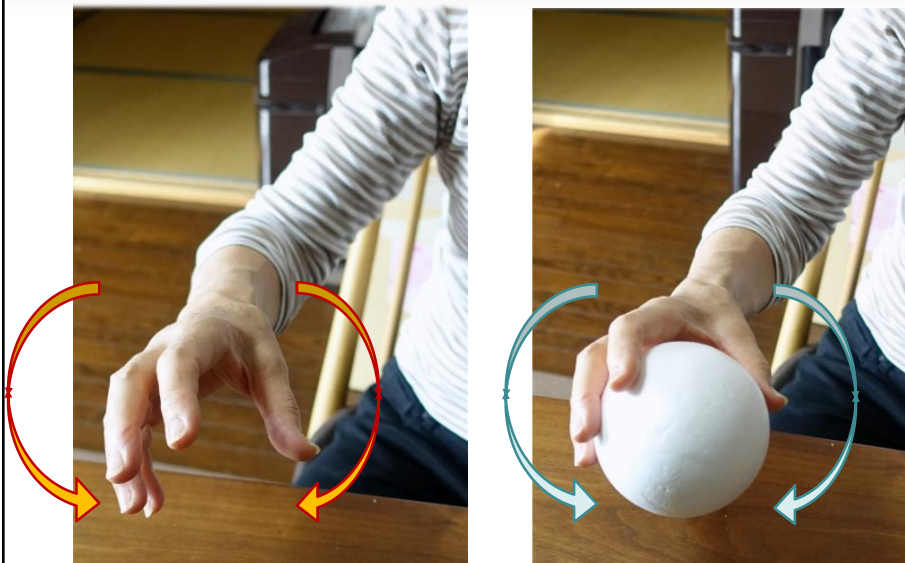
ある作業をもちいるとき
その作業に含まれる生活技能がどのくらいあるかを考えよう
生活に必要な社会脳の働きの要素は
すべての作業の中にある
たとえばレクや手工芸であっても



その作業をもちいるとき
作業療法士がどのように言葉をかけるか
たとえば他動運動を、生活において目的と意味を持った
生活行為にするには、あなたはどの言葉をかけますか？

 ZI-YAMA WORLD

どのように言葉をかけますか？



何も持たずにノブを回す動作をゆっくり繰り返す。
発泡スチロールのボール(10cm \times 12.5g)を持って同じ動作をする。

どのように言葉をかけますか？



拘縮予防、肩関節肘関節の可動域の改善で他動運動を行う時
意味と目的のある行為するにはどのような言葉をかけますか？

どのように言葉をかけますか？



書字を行っているとき、言葉のかけ方と脳の働き
うまく書けるかどうかというストレスを与えない言葉のかけ方

「何もできない、でも何かしないと落ち着かない」という人その1



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。手指の屈伸にともなう深部覚、触覚からの感覚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
素焼きにし、釉をかけて焼成



離人感があるので何もせずに
休みますとっていた少年に
粘土による脳機能課題を



30分後
何か作ってみたいけどいいです
かと初めてというシーサー



「何もできない,でも何かしないと落ち着かない」という人その2



手で一握りできるくらいの粘土を手渡し、粘土の
片方が親指と人差し指から2~3cm頭が出るよう
にしてギュッと握ってもらう



粘土をり回しながら正面を決め、正面が決まったら、
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



モデルとツーショット



何もする気がないと見ていた人が、いつの間にか粘土を
握っている。一つ二つとできるにつれて話の輪が

作業を適切な体験にすることばの括り

作業はその行為をただでは適切な体験として残らない
同じ作業をしても同じ体験にはならない
ことばだけでは生活行為は改善されない
作業が適切な体験として残るにはことばの括りが必要
ことばを活かすには具体的な作業が必要

作業を活かすことば
ことばを活かす作業



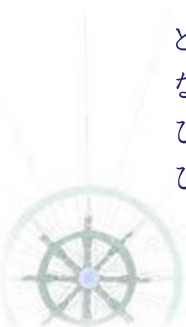
ZI-ZI-YAMA WORLD

作業は一人でするか、誰かとするか？

ある作業を行うとき
一人でするか？
誰かとするか？
一人でしかできないのか？
人がいないとできないのか？



どちらを選んでも
なぜそうするのか？ そうしかできないのか？
ひとと場を共にすることの効用
ひとと共に行くことの効用



ZI-ZI-YAMA WORLD

作業体験を活かす:ことばで括る

ことばの括り
 これでもいいのか
 ほんといいのか
 試みは消えていく
 消えていく
 これでもいいのか
 ほんとにいいには
 試みの括りが必要
 括りが必要
 試みに
 (いまのでもいいですね
 (できましたね
 (きょうはごくろうさま
 のことばの括り
 あなたがかけられる
 ことばの括りが
 消えていく
 試み
 試みを
 確かな体験
 よりよい経験として
 からだに刻む

青海社「作業療法の詩・ふた

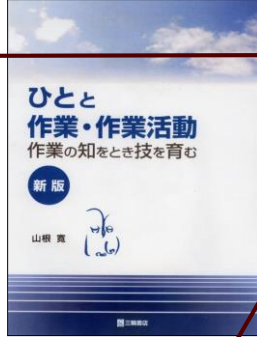
作業がその人にとって意味ある体験として残るには、
 作業を活かすことばの括りが必要
 そのことばの括りをするのが作業療法士の役割



2000年～2009年の主な言語化の試み



2010年以降の主な言語化の試み



2010年3月刊行

2015年4月刊行

2013年7月刊行

2014年6月刊行

