

*Collaboration 2015 HAYAMA and ZIZI in Kumamoto*

-生活に必要な意味と目的のある作業(生活行為)を使いこなそう!!-

## 社会脳という視点

*Viewpoint of social brain*



「ひとと作業・生活」研究会主宰, 山根 寛

*Hiroshi Yamane ; OTR, PhD*

*Chairman of Society of Human and Occupation-Life: SHOL*

*Professor Emeritus of Kyoto University*

*Now begins*

*Occupational therapy rethinking time*

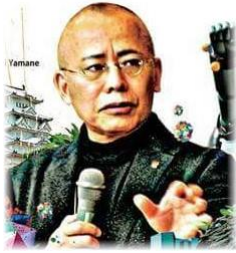
*with HAYAMA & ZIZI*

今日からあなたは

「ある・ない *being*・*nothing*」思考から

「なる・なす *becoming*・*doing*」思考へ





生活行為を使いこなすために  
なぜ社会脳なのか？

要素還元的な見方から全体を見る見方へ



社会脳とはの前に

まずお復習<sup>さら</sup>い:脳そして私と身体



## まず脳の基本

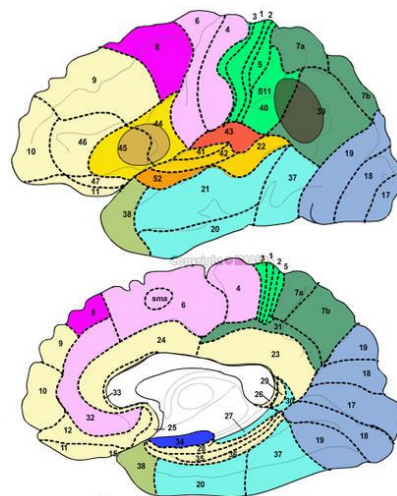
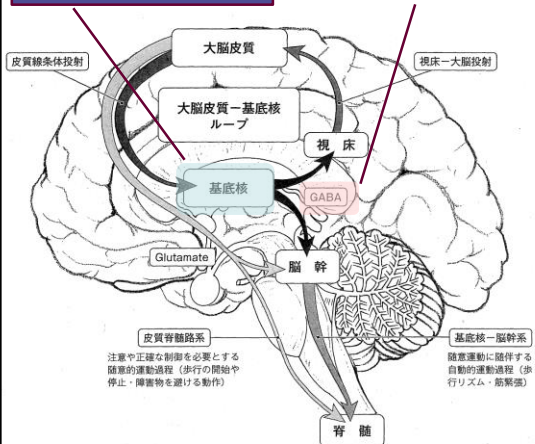
質量	: 誕生時は男女ともに370~400g 成人男性は1350~1500g、女性1200~1250g 体重の2%程度
血液の循環量	: 心拍出量の15%
酸素の消費量	: 全身の20%
ブドウ糖消費量	: 全身の25%
脳が使うエネルギー	: 意識活動5% 脳細胞の維持・修復20% 無意識活動に75%

運動・知覚など神経を介する情報伝達の最上位中枢  
感情・情緒・理性などヒトの精神活動においても重要な役割

## 脳は要素還元的にみても全体の機能は見えない

大脳皮質と視床、脳幹を結びつけている神経核  
運動調節、リズム形成、認知機能、感情、動機づけ、学習などに関係

抑制性ニューロンの神経伝達物質  
興奮を抑え安定させる  
不要な運動の制御



Brodman area

## ここでティーブレイク



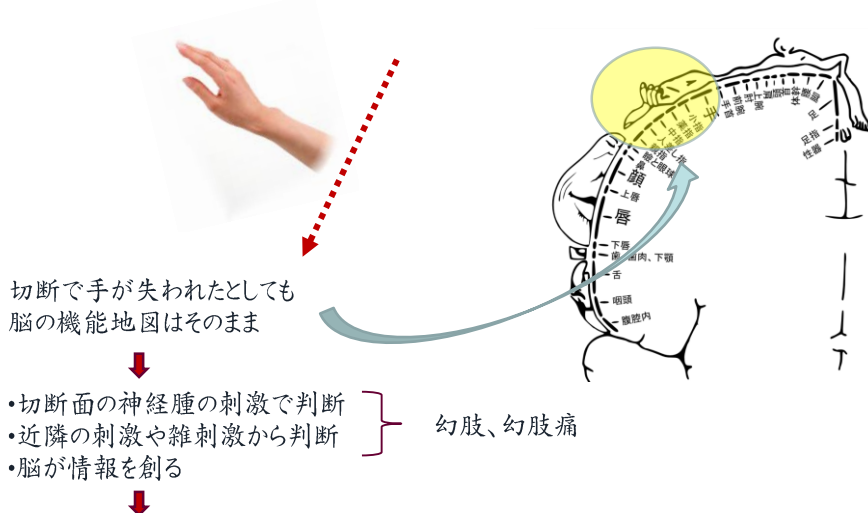
### デフォルトモードネットワーク

ぼーっとしているとき(現象学におけるエポケー状態)には、無意識の世界が機能し、目の前の作業とは無関係なことを考え始める。このときの脳活動は意識しているときの20倍。常識や既成概念にとらわれない本当の認識、記憶の洗い出し、情報の統合処理など重要な機能を担う。

ただ、防衛で自己内外の情報を脳が遮断している状態ではデフォルトモードネットワークは機能せず、脳は予期不安をなくすため現実とは無関係な幻覚妄想状態に陥る。

バイタルサインが身体機能の危険を知らせるサインなら、精神症状は精神機能の危険を知らせ危機から護るころの防波堤。

### 感覚の遮断＝身体情報が絶たれたとき脳は

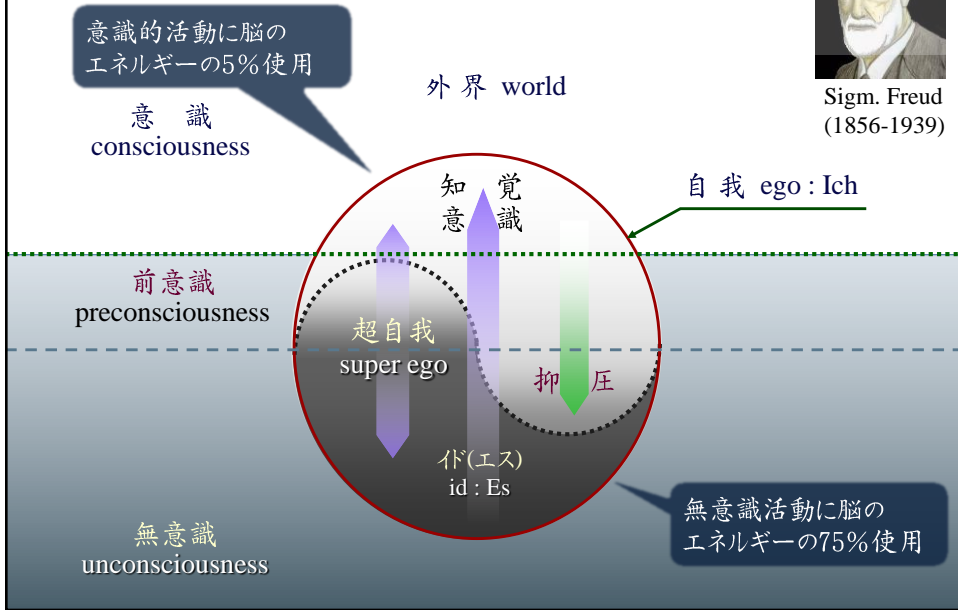


ここに何が入るか？ 後は会場で

## 脳と意識:自我構造(Self-structure)



Sigm. Freud  
(1856-1939)



## 私と身体

私たち一人ひとり  
 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

私の思いは身体なしには形にならない

身体なしに私はあり得ない



# 私と身体

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

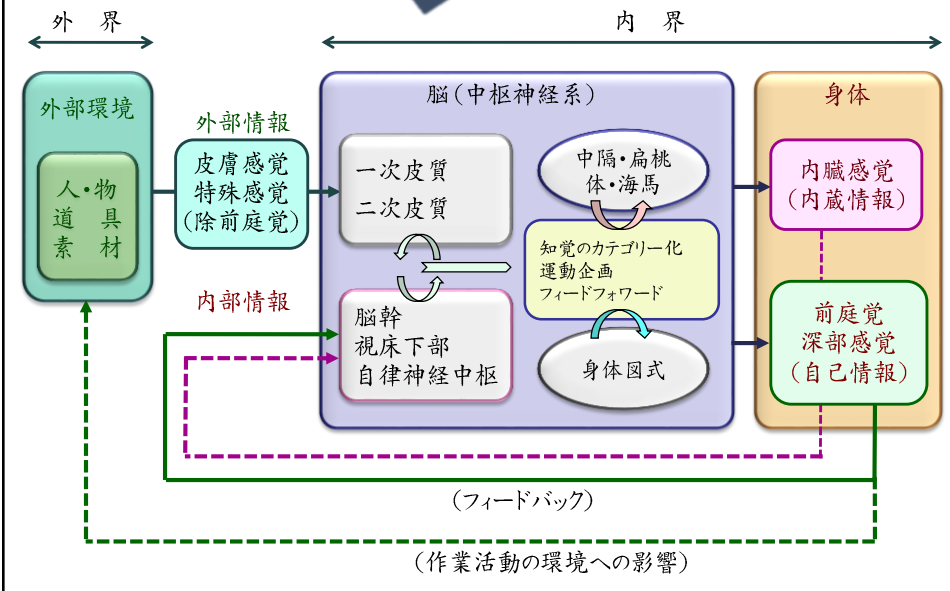
青海社 作業療法の詩ふたたび」より



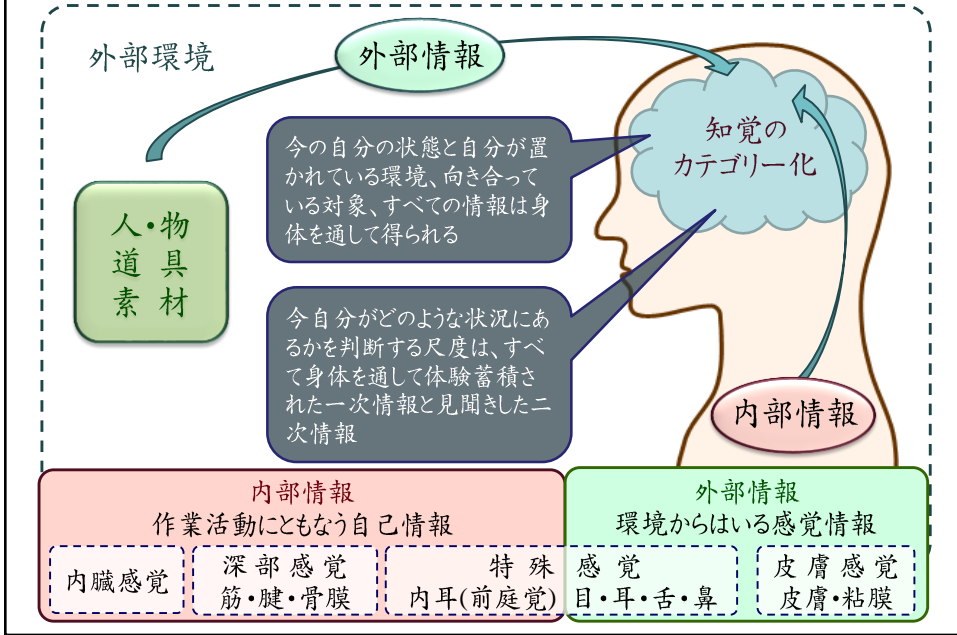
私である身体と私が意識している身体の乖離の修復への道は、身体が生活行為を通して脳に再学習させることである

# 脳と身体

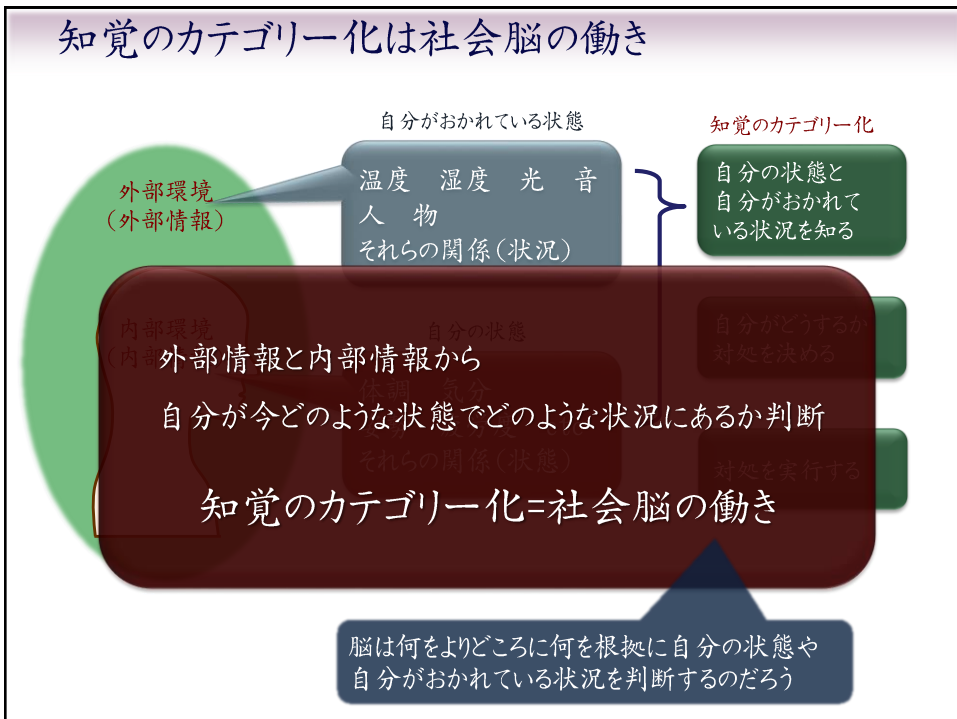
自己内外のすべての情報は身体により脳に提供される



## 判る・行う → すべては身体を介して



## 知覚のカテゴリー化は社会脳の働き



## ここでティーブレイク



### 社会脳 social brain

1990年アメリカの生理学者Leslie Bが、社会的認知能力に必要な脳部位に対してsocial brainという用語を使用したのが始まり。

(扁桃体は情動認知、眼窩前頭野は意思決定、側頭葉下面は相貌認知)

1998年イギリスのRobin Dが、霊長類の新皮質の進化は集団生活、社会的環境に適応するために進化したという社会脳仮説を発表。

fMRIなどの非侵襲的脳機能画像や心理パラダイムの進歩により、2005年前後から従来の脳科学では扱いきれなかった情動、意思決定、意識などが脳神経科学と融合し社会的意思決定にかかわる神経基盤の研究、社会脳研究がはじまった。

ひとが生きること、必要な生活行為をすることは社会脳の働きそのもの



生活行為を使いこなすために

## なぜ社会脳なのか？





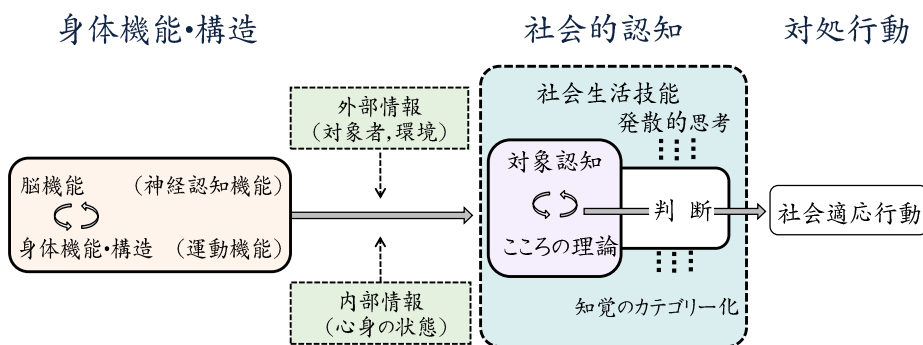
## ひとと作業・生活

ひとの一日は  
 さまざまな作業のいとなみ  
 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  
 その再びのころみか  
 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」

ひととは生きるために作業をする  
 作業をすることで生きている  
 その作業を営みつむぐ行為は社会脳の働き

## 生活行為が社会脳social brainを育てる



社会脳の機能：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、適切に対処する社会的認知機能

社会脳は目的のある作業(生活行為)を通して育つ

## 生活行為の特性

### 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
- 気持ちがあらわれる : 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

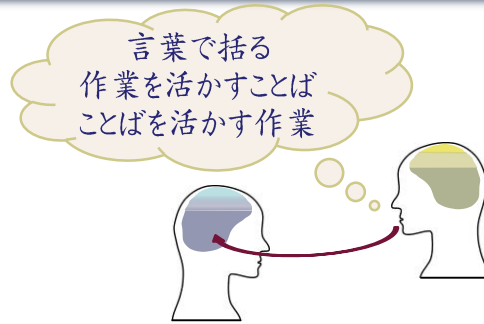
## 生活行為を活かすためのキーワード

- あらためて、ひとは自分という身体を生きている
- 生活行為は身体によりなされ、ことばで括られることで残る(学習)  
(括られない体験は風化したり美化されたり)
- 作業(生活行為)を活かすことば、ことばを活かす作業
- ことばは思いを伝え、交わりを助けるが、最大の防衛手段でもある  
(記憶の変容と美化)
- ひとは生きるために作業する、作業をすることで生きている  
そして作業をすることで元気になる

生活行為を用いる作業療法の意味と使い方再考  
作業療法士は淘汰される時代

## 社会脳を活かす:ことばで括る

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は残らない  
 作業が適切な体験として残るにはことばの括りが必要  
 そして、ことばだけでは生活行為は改善されない  
 ことばによるコミュニケーションの限界は作業が補う



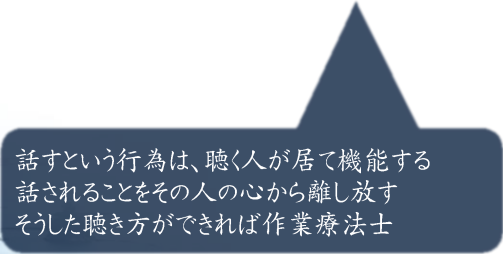
## 社会脳を活かす:ことばで括る

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

生活行為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  
 そのことばの括りができれば作業療法士

## 社会脳を活かす:話すこと(聴く)の意味

はなす  
どうにもならない  
思いを  
話す  
どうにもならない  
と  
話して  
離して  
聴いてもらう  
それだけで  
すこし  
こころの重荷が  
軽くなる  
話して  
離して  
聴いてもらって  
どうにもならない  
思いが  
放れる  
話すことが  
どうにもならない  
思いを  
離して  
放す



話すという行為は、聴く人が居て機能する  
話されることをその人の心から離し放す  
そうした聴き方ができれば作業療法士



**Be Good! Do Good!**

Do not do what you cannot do.  
Do what you can do as it is.

*Are you ready to face Hayama and ZIZI?*