

**高次脳機能障害研修会・相談会
報告書**

平成21年 8月

目 次

1 , はじめに	・ ・ ・ ・ ・ 1
2 , 企画内容および方法	・ ・ ・ ・ ・ 2
3 , 症例に対する評価と支援内容	・ ・ ・ ・ ・ 4
4 , 結果および考察	・ ・ ・ ・ ・ 1 5
5 , 全体のまとめおよび今後の展開	・ ・ ・ ・ ・ 1 8
6 , 終わりに	・ ・ ・ ・ ・ 1 9
7 , アンケート結果	・ ・ ・ ・ ・ 2 0
8 , 添付資料	・ ・ ・ ・ ・ 2 6

研修会資料

相談記録用紙等

1 , はじめに

滋賀県においてここ数年、高次脳機能障害 の理解や周知・啓発を目的に、従事者および家族を含めた関係者向けの研修会が、高次脳機能障害支援センターをはじめとする県内関係機関によって多く開催されている。しかし、研修内容については、本人・家族の生活場面での問題解決に向けた内容までには広がっておらず、十分な当事者・家族支援には結びついていない。

(ここでは主に外力によって脳がび慢性に損傷された場合の障害として、記憶障害、注意障害、遂行機能障害、社会的行動障害等を指す)

現状での各関係者の認識および状況としては、

当事者：当事者の中には、高次脳機能障害として診断を受けている人と受けていない人がいる。診断を受けている人でも、その後の治療に関しては、専門的に診療できる医療機関が少ないことにより、十分な支援が受けられていない。よって、問題が起こっても相談できる場所もなく、かなり苦勞されているようである。また、当事者自身、「生活のしづらさ」が高次脳機能障害に起因しているということを認識していない場合も多く、診断を受けていない人も含めると、かなりの人が高次脳機能障害によって苦しんでいるものと推定される。

家 族：診断を受けられた家族については、高次脳機能障害の特性を理解されつつあるが、社会・生活場面での対応方法については、十分な知識を提供されていないことにより、未だに苦勞されている現状がある。例えば、当事者とその障害により近隣住民に迷惑を掛けてしまう場合などでは、家族は本人の行動の管理監督のため一時も目が離せなくなり、家族自身もある意味被害者になるということがある。家族としては、自分達の生活を守るためにも、日中の生活支援を行ってくれる交流会や、サロンの役割を持つ居場所、または専門的に治療・訓練する場所を求めているといった現状がある。

支援者：支援者の中には、セラピスト（理学療法士、作業療法士、言語聴覚士等）も含め、関係者における高次脳機能障害の知識はまだ十分とはいえない。市町担当窓口においても障害の知識は十分ではなく、対応についても高次脳機能障害の特性や家族の思いに応じるために、かなりの時間を割かざるを得ない状況や、次に繋ぐところや専門的に適切な相談のできる場所がないということで苦勞されている。

そこで、今回一つの試みとして、本人・家族向けに「自己理解によって社会生活（職業生活）での適応能力は向上する」といった仮説のもと、相談会をとおして個別支援の可能性を探ることを目的に、高次脳機能障害の研修会・相談会を考え、脳外傷友の

会「しが」(以下、友の会)と協働で本企画を実施した。このことにより、本人・家族への生活場面に生かされた支援方法を模索することとあわせて、今後の高次脳機能障害への支援体制の構築に対しての一助となることを目指す。

2 , 企画内容および方法

(1) 研修会内容(別添資料)

「高次脳機能障害と生活」(3 0 分)

県立リハビリテーションセンター 作業療法士

「自分をわかる(自己理解)ことと生活」(3 0 分)

県立リハビリテーションセンター 作業療法士

(2) 相談会内容および方法

本人・家族は、生活場面での困りごとの体験を問題場面記録用紙(様式1)に記載する。それをリハビリテーションセンター職員(以下、リハセンター職員)が分析し、相談会で本人特性説明書(様式2)・現状調査および助言指導内容(様式3)にて、本人・家族同席の場で助言・指導を行う。助言指導内容については、必ず本人に説明した後、当日の助言も含め文章(記録のコピー)にして渡す。そして、お互いに相談会をとおして生活状況の変化の有無を確認することとあわせて、本人・家族に対しては、各自の障害特性の理解が進むよう支援する。また、相談時間を一組40分~1時間程度に設定することにより、相談する側の課題として、相談内容の焦点化などを行うための体験機会とした。

1 回目 研修会・相談会オリエンテーション

研修会終了後に今後の進め方などのオリエンテーションを実施する。(30分程度)本人・家族に対し、生活上で起こった具体的な問題場面を2~3事例提示していただく。{問題場面記録用紙(様式1)}

2 回目 相談会 1 回目

分析した結果を本人・家族に説明する。今後の生活上の注意点や起こりうる事態などを仮説として伝え、自己の特性を本人・家族に意識して生活を送っていただけるよう助言・指導を行う。{本人特性説明書(様式2)}

3 回目 相談会 2 回目

助言・指導に対しての1ヶ月間の現状調査を実施し、再度本人の特性を押しさえる。そして、現状調査の結果において必要であれば助言・指導を行う。{現状調査および助言指導内容(様式3)}

4回目 相談会 3回目

相談会 2 回目の助言・指導に対しての現状調査を実施し、最終的な助言・指導を行う。最終アンケートにより、研修会および相談会についての意見・感想を聞き終了とする。{ 現状調査および助言指導内容 (様式 3) }

(3) 場所・実施期間および対象

1) 場 所 : 長浜保健所 2 階会議室。

2) 事業展開 : 友の会を主体にリハセンターが協働して実施する。

3) 実施期間 : 平成 2 1 年 2 月 ~ 5 月 (4 ヶ月、月 1 回開催) で実施する。

4) 対 象 : 病気や事故などによって脳に損傷を受け、日常生活や職業生活において問題を感じている人。家族が同伴でき協力が得られる人。
(研修会 : 人数制限無し、相談対応数 : 4 ~ 5 名程度を予定)

5) 費 用 : 無料

(4) 協力機関および団体

脳外傷友の会「しが」、高次脳機能障害支援センター、長浜保健所 など。

3 , 症例に対する評価と支援内容

(1) 症例 1 (20 歳代 女性)

1) 提出された問題場面

問題場面 1 (母親談)	
どんな事で？	他の家族がいても本人を家に残し、私 (母親) が 1 人で外出する事を嫌います。外出する理由は話すのですが、何かと疑います。
どんな気持ちになって？	私がいないと不安だと言います。
どうなった？どうした？	私が帰宅した後もしばらくは機嫌が悪いが、放っておくと治まります。
問題場面 2 (母親談)	
どんな事で？	絶えず身体の不調を訴え、病院をはしごする。 以前、骨折した右足首が痛い、子宮ガンではないか、胃ガンではないか等・・・。
どんな気持ちになって？	現在、支援センターに通所しているが「疲れる」と。
どうなった？どうした？	支援センターと話し合っ、月 日から午前 10 : 30 から 12 : 00 の 1 時間半の作業にしていたが、やはり不調を訴える。 言い聞かせても納得しないので病院行きを止めません。
問題場面 3 (本人談)	
どこで？	自宅で。
相手は？	両親に。
どんな事で？	普段の会話、私の事、将来について、家族について。
どんな気持ちになって？	最初は普通だったが (自分自身)、会話の中で段々イライラしてきます。 怒るときも少しあるが、現在は少ないです。
どうなった？どうした？	以前は口ごたえする時もありました。今は殆どなく、自分でもよく押さえていると思います。
行動した後、 どんな気持ちになった？	自分の意見 (気持ち) が言えて、すがすがしい気持ちになったり、また後悔したりする時もあります。

2) 評価

問題場面から見えてきたこと

- ・身体の不調に敏感になる。
- ・原因を知りたくて仕方がなくなる。
- ・気になってしまうと、しなければいけないことの優先順位が逆転してしまう。
- ・一人で不安を処理できず、母親がそばにいないと更に不安になる。
- ・話しを聞いているうちに意味理解が追いつかなくなり、イライラしてしまう。
- ・イライラすると怒りっぽくなる。

本人特性のまとめ

- ・自分一人で問題解決をすることに自信がなく、母親に頼ってしまう。
- ・問題そのものについても、自分と周囲の人との認識に違いがあり、わかってもらえている感覚がなく、わがままになっているように思われてしまう。
- ・不安に対して耐える力が弱く、不安が起こるかもといった予期不安もあり、気持ちが落ち着かない。

症例に対する助言・指導内容

- ・どんな不安があるか整理する。(毎日記録しておく)
- ・不安の対処方法を家族と一緒に考える。(実行しなくても良い)

3) 相談会 (本人特性説明書により助言指導の実施後の感想)

相談会 1 回目	
本人はお休みという事で、母親に前述評価および助言を説明し、本人特性説明書(別紙1)にて自宅で説明していただくようお願いする。	
相談会 2 回目	
助言の記憶はありますか?	ない。記憶が押しだし式で、気にとめていらなかった。 助言が完全に自分にフィットしない内容だった。
助言内容	自分の心の勉強をする。(ご自身からの提案)
相談会 3 回目	
助言の記憶はありますか?	ある。
何故だと思えますか?	お母さんに確認した。
助言を意識して生活をしましたか?	しなかった。
何故しなかったと思えますか?	毎日の事をこなすことだけで意識できなかった。 でも、以前から言われていた事もあったから。 (意識していたと判断し、次の質問を進めた)
意識した結果、何か感情面や行動面に変化はありましたか?	感情面：自分の心を意識するようになった。 行動面：二十歳の頃からの約束事(公文式)に、また取り組むようにした。
最終助言内容	お母さんと二人で支え合っているところから、少しずつお互いが自立していけるような関係性を目指す。 今後は、心配しすぎている自分がある事や、自分をわかるという事を続けていく。 疲労は天敵、疲労についてはお母さんのアドバイスを聞く。

(2) 症例2 (30歳代 男性)

1) 提出された問題場面

問題場面1 (家族: 本人の代弁)	
時間帯	午後5:00~午後6:00
どこで?	2月末より新居のアパート
相手は?	本人と両親
どんな事で?	新生活を始めていたが、本人が必要となった買い物を私達がした。使い方や今後の生活について話をしていた。疲れていたため早く休みたかった。
どんな気持ちになって?	疲れてきてイライラしてきた。面倒臭くなってきた。
どうなった? どうした?	面倒なので、「うん、うん」と相づちを打っていたが、話の内容がわからないと、言う事も面倒になり最初はにらみつけていたが、そのうち「やかましい」と大きな声で怒鳴ってしまった。
問題場面2 (家族: 本人の代弁)	
どこで?	自宅。
相手は?	父親。
どんな事で?	仕事を辞めると言って家に帰り、ゴロゴロしていた。父親に将来の夢とか希望などについて等話しかけられた。
どうなった? どうした?	仕事はしない。しなくても生活は出来る。理由は彼女と結婚し養ってもらおう。自分は会社を立ち上げたから金持ちだと捲し立てる。父親が言いかけると暴言を吐き、怒鳴りつける(殴る)。興奮して震えが止まらなくなる。
問題場面3 (家族: 本人の代弁)	
どこで?	自宅。
相手は?	母親。
どんな事で?	少しくつろいでいたいと思った時に、仕事帰りの母親に夕食の用意の手伝いを頼まれた。自分の仕事ではないと思った。
どんな気持ちになって?	結構する事があるなあと思った。
どうなった? どうした?	夕食に同席する家族は? 用意する食器は? 矢継ぎ早に用を言いつけられているように思える。
問題場面4 (本人談)	
どこで?	妹が母と会話している時です。
どんな事で?	妹が母の僕に対する接し方に対し「甘い」と言った事です。
どんな気持ちになって?	妹は小遣いを貰っていたが、自分は大学生の時も仕送りがありませんでした。現在も障害年金をもらっていないので、それは言い過ぎだと感じました。
どうなった? どうした?	聞き流そうとしています。
行動した時、どんな気持ちになった?	今も、頭や心の奥底に響いてこびりついています。

2) 評価

問題場面から見えてきたこと

- ・自分のペースで何かを考えていたり、何かをしている時に、家族や他から話しかけられたり、用事を頼まれたりしても、自分の考えていたことや行っていたことを止める事が難しい。
- ・聞くというスイッチの切り替え無しに話を聞くため、自分の考えや言われていることがグチャグチャになってしまう。
- ・段々と攻められている気持ちになって、イライラし爆発してしまう。
- ・時には、過去の体験が思い浮かび、現実では無理なことをイメージし、言葉として表に出してしまう。
- ・妹さんにも自分の苦しさをわかって欲しいと思っている。

本人の特性のまとめ

- ・聞いて、整理して、話すといった流れの中で、それぞれのスイッチの切り替えが難しい。
- ・考えることや、考えながら行動するとき、かなりの脳のエネルギーを使わなければならないため疲労しやすい。
- ・疲労が高まると感情のコントロールが効かなくなり、暴言・暴力が出やすくなる。
- ・自分のペースが狂い始めるだけでも疲労する。
- ・他者との比較に敏感になり、寂しく思えたり、腹立たしく思えたりする。

症例に対する助言・指導内容

- ・聞く、整理する、話すときの自分の意識を確認する。(今は聞く、今は整理、今は話す)
- ・自分の疲れ具合を感じるようにする。疲れているときは無理に考えたり、行動したりしない。

2) 相談会 (本人特性説明書により助言指導の実施後の感想)

相談会 1 回目	
本人	まとめにあるとおりだなと思う。親が言い過ぎでないかと思うことがある。今日みたいに自分は聞くことができるのだと思う。助言をまず実践してみたい。
父親	この子と一番接する時間が長いのだが、まだ理解できない部分がある。この面接のように、いつもこうだとよいですね。私が学ばなければいけませんね。
相談会 2 回目	
助言の記憶はありますか？ (記憶していた2週間は)	ない。最初の頃は紙を見て確認していたが、2週間程たつと確認しなくなった。
助言を意識して生活を送っていましたか？	した。助言の内容が自分に合っていた。後々、確認が面倒くさくなった。
意識した結果、何か感情面や行動面に変化はありましたか？	感情面：積極的に相手の話を聞くよう意識した。 行動面：特になかった。
助言内容	聞く、話す、整理するを(前回の2週間より長い)3週間意識してみる 積極的に聞いた事を正しい行動に移していく。 わからない事があれば、わからないことに気付いて周囲に聞く。 方法と手段をメモに書く。メモの確認は仕事を始める時と仕事の合間に行う。
相談会 3 回目	
助言の記憶はありますか？	ある。
何故だと思えますか？	携帯電話の助けもあって。(メモの代用として)
助言を意識して生活しましたか？	した。
何故できたと思えますか？	相談会で強く言われたから。
意識した結果、何か感情面や行動面に変化はありましたか？	感情面：「やれた」という達成感はあった。 行動面：もっと早くできるといいなぁと思う事はあった。
最終助言内容	仕事上「こうしないといけない」と思った時は携帯電話に記録して、仕事を始める前に確認するようにする。自分自身をわかるようにすると、自分が損をしなくて済む。(5分しか集中できない、相手の知りたい事を伝えられていない、自分で気付けない事がある。 など)

(3) 症例3 (40歳代 男性)

1) 提出された問題事例

問題場面1 (家族自身談)	
どんな事で?	メールの返信が遅いと、「レスポンスが悪い」「もう連絡しないで」「疲れた」と落ち込みのメールを送信してくる。
どんな気持ちになって?	親としてドキドキする。しかし、ご機嫌を取るための連絡をすると強気になって愚痴が多くなる。
どうなった? どうした?	数日間放っておくとまた色々連絡してくる。過去の完全な仕事が出来た心が、周囲に不快感を与える。
行動した後、どんな気持ちになった?	自己中心的でないと落ち込む。アドバイスしても聞く耳を持たない。
本人談 (所定の書式での提出ではなく、ご自身で文章を作成し持参される)	・出かける前の準備がかなりかかる。
	・握力の違いと障害により、右手と左手を使った作業が非常に困難。
	・人が集まる場所にいると非常に疲れる。
	・口からポロポロとこぼれてしまうために、人前での飲食が辛い。
	・「喜怒哀楽」に対する感情が激しく出てしまう。
	・考えばかりが多すぎて、何を相談すればよいかの定的が定まらない。
	・自分の脳とそれぞれの情報が一致しないと不眠になり、パニック状態になる。
・自分の予定が少しでも狂うとパニック状態になりかける。	
・無理に話している自分がいる。	

2) 評価

問題場面から見えてきたこと

- ・身体機能面において不自由を感じ、精神的なストレスになっている。
- ・自信をなくさないように、人前で失敗しないように、といった気持ちがかかなり強い。
- ・段取りを組むことや手順を間違わないようにと、心がいっぱいになり疲れている。
- ・行動に移す前に、かなり疲れてしまっている。
- ・社会に適応しようと努力を惜しまず、かなり無理をして生活している。
- ・行動する際、事前の準備通りに物事が進まないパニックになってしまう。
- ・自分の辛さをわかってもらおうと、家族を試したり甘えたりしているかも。

本人の特性のまとめ

- ・行動するまでの事前準備にかなりの時間を必要とし、同時にかなりのエネルギーを消費しているため疲労が大きい。
- ・行動中も失敗しないか? といった予期不安に襲われ、自信を持って日々の生活が送れていない。
- ・何とか人の手を借りずに、過去にできていたことを実践しようと努力はしている。
- ・努力したことを自分の力として認めてもらうため、自己中心的主張になっているかも?

症例に対する助言・指導内容

- ・少しでも無理をしていることを止める。(無理をすることにより、自信をなくしたり、周囲に迷惑を掛けたりすることが多い)
- ・準備の量を減らすために、またエネルギー消費を少なくするために、行動時間をできるだけ短縮する。

3) 相談会 (本人特性説明書により助言指導の実施後の感想)

相談会 1 回目	
本人	おっしゃるとおりです。当てはまっているが、準備時間などを短縮するとすごく自分が不安になる。中途半端にすると「なぜこうしなかった」と思い後悔する。自分を責めてしまう。責めると疲れてしまう。その気持ちをずっと引きずってしまい、その疲れも続いてしまう。今一番無理をしていることは、自立しようとして色々なことをたくさん調べているので結構こたえる。取り組みについては努力してみます。
相談会 2 回目	
助言の記憶はありますか？	ある。何回か助言を確認した。自分自身が常に思っていることだから。
助言を意識して生活をしましたか？	した。助けてほしいという思いがあったから。
意識した結果、何か感情面や行動面に変化はありましたか？	感情面：軽い鬱になった。普段からわかっている事を更に言われたから。 行動面：努力はしたが、思ったようにはいかなかった。
助言内容(会話の中で他者に合わせ過ぎている傾向が感じられたため「自分のお世話」に焦点を当てた助言とした。	<ul style="list-style-type: none"> ・鬱を自分自身で実感すること。 ・自分の行動は人のお世話をしているかもしれない意識をもつこと。 ・自分のとっている行動は自分のお世話か人のお世話か人の手伝いかを意識すること。
相談会 3 回目	
助言の記憶はありますか？	ある。
何故だと思えますか？	言われた通りだったから。
助言を意識して生活しましたか？	した。
何故できたと思えますか？	言われたとおりだったが、なかなか難しい面もあった。
意識した結果、何か感情面や行動面に変化はありましたか？	感情面：対人になると難しい。 行動面：デイケアに通う時間を調整できるようになった。
最終助言内容	自分自身をわかり続けることで、対処方法を身につけていくこと。

(4) 症例4 (20歳代 男性)

1) 提出された問題事例

問題場面1 (家族: 本人の代弁)	
時間帯	午後9:00~午後11:00
どこで?	自宅マンション(1人暮らし)
相手は?	電話先の両親
どんな事で?	買い物から帰宅後、財布がないことに気付いた。 相談する人がいない。(実家は遠方)
どんな気持ちになって?	不安、焦り、パニック状態。誰かに助けて欲しい。
どうなった? どうした?	実家にも電話で話すが、励まし・慰めの言葉が耳に入らず興奮状態になる。自分で落とされたと思われるスーパーに行くが、閉店だったので警察に連絡。上手く伝えられず途中で知り合いに電話をかけてもらう。更にイライラが増し、実家に興奮状態の電話を5~6回する。(父親が深夜、2時間近くかけ本人のマンションへ行き、泊まる)
行動した後、どんな気持ちになった?	薬を飲み、人の話を聞けるようになると落ち着いてきて、失敗は仕方ないと思えるようになった。
問題場面2 (家族: 本人の代弁)	
時間帯	午前11:00~午後5:00
どこで?	仕事先と住み込み先
相手は?	仕事先のご家族
どんな事で?	欲しいものやこうなって欲しいという要求が通らず、イライラが溜まっていた。 我慢していた気持ちや要求を拒否された事をきっかけに爆発した。
どんな気持ちになって?	やけくそ気分、暴れたら要求が通るという気持ち。
どうなった? どうした?	怒鳴る、暴言、人に対する暴力。ガラス等を割る。
行動した後、どんな気持ちになった?	とんでもない事をしたという気持ちと、こうなったのは周囲の責任という気持ち。

2) 評価

問題場面から見えてきたこと

- ・何なりかの問題が発生するとパニックに陥りやすい。
- ・パニックになると、したい事・して欲しい事に気持ちが向いてしまう。
- ・したい事・して欲しい事の要求が通らないと興奮状態に陥ってしまう。
- ・興奮状態になると、周囲の人の話が聞けなくなり怒りばかりが出てしまう。
- ・最終的に、暴言・暴力が出てしまい物を壊したりもする。

本人の特性のまとめ

- ・自分が行動することで、起こるかも知れないことを予測することが難しい。
- ・起こったことでパニック状態に陥ってしまうと、解決に至る手順を考えることができなくなる。
- ・手順を考えず、最終的な結論に直結した欲求で行動してしまう。
- ・マイナスの行動を取った後反省はあるが、手順を取って行動していないため、原因は他者の問題になってしまう。

症例に対する助言・指導内容

- ・喜怒哀楽を感じたら、深呼吸をして一息つくことを習慣化する。
- ・行動を起こす前に手順を考えメモに書き留める。

3) 相談会 (本人特性説明書により助言指導の実施後の感想)

相談会 1 回目	
本人	まさにその通りということが書かれていた。 暴力については、約束として守れているが、暴言は出ることがある。 できないのではと課題があると不安になる。
父親	喜怒哀楽の度が過ぎることが確かにある。 私がして欲しいのは「深呼吸」である。一息おくことで一度考える時間ができる。
相談会 2 回目	
助言の記憶はありますか？	ある。実体験が伴ったから。
助言を意識して生活をしましたか？	した。自分自身で何とかしたいと思っていたところだから。
意識した結果、何か感情面や行動面に変化はありましたか？	感情面：我慢するようになった。 行動面：我慢して考えが改められることがあった。
助言内容	今と同じように自分の喜怒哀楽を感じて、高まりそうな時に深呼吸をすること。 今、何をすべきかを考えて即した行動に移すこと。
相談会 3 回目	
助言の記憶はありますか？	ある。
何故だと思えますか？	自分で自分自身を何とかしたかった。
助言を意識して生活しましたか？	した。
何故できたと思えますか？	何とかしたかった。精神的に強くなりたかった。
意識した結果、何か感情面や行動面に変化はありましたか？	感情面：自分自身に気付けた部分があった。 行動面：何でも一生懸命にしてしまう。加減できない。
最終助言内容	喜怒哀楽を感じながら、両親や会社の方の指示に従う。 指示された時に自分が納得できるかどうかを感じる。

(5) 症例5 (20歳代 男性)

1) 提出された問題事例

問題場面1 (家族自身談)	
時間帯	午後6:30~午後7:30
どこで?	食堂で食事をしていた。
相手は?	本人(家族全員、父親もいた)
どんな事で?	昼間、作業所であった事や、自分の読んだ本の内容の事でダラダラ話したり(例:去年のと言えればいいのを2008年の)、言ったりするので。
どんな気持ちになって?	イライラして聞いているのがつらくなり、食事が喉に詰まりそうな気がしていた。
どうなった? どうした?	「気分が悪いから・・・」と別室へ向かった。
行動した後、どんな気持ちになった?	自分の子供の事だからゆっくり聞いてやればと思いつつ限界だと感じた。
問題場面2 (家族自身談)	
時間帯	午前7:45~午前8:00
どこで?	食堂で食器を洗っている時
相手は?	本人
どんな事で?	甘えたくて(?)女性を求めて(?)すり寄ってくる、頬を寄せてくる(父親が来ると止める)
どんな気持ちになって?	嫌な気がする、うっとうしい、こんなことさせておいていいのかと思う。
どうなった? どうした?	「こんな大きくなったお兄さんが甘えてたらおかしいよ」と言ったり、「さわらないで」と言う。
行動した後、どんな気持ちになった?	これでいいのか複雑な気持ちになる。
問題場面3 (家族自身談)	
時間帯	午前6:50~午前7:10
どこで?	食堂
相手は?	本人
どんな事で?	何度も起こす為のチャイムを押しても起きて来ず、注意されても三日坊主。
どんな気持ちになって?	イライラしてもう25歳にもなって、どうしてももう少し自覚がないのかと思う。
どうなった? どうした?	起きてきた時、小言を言ってしまう。
行動した後、どんな気持ちになった?	朝食時、嫌な気持ちのまま食べてしまう。

2) 評価

問題場面から見てきたこと

- ・相手の状況を見たり、感じたりすることが苦手である。
- ・自分の言いたいこと、伝えたいことが優先されやすい。
- ・自分の気持ちに関しても、したい事・して欲しい事が優先されてしまう。
- ・今の自分で、しても良いこと、してはいけないことの判断が難しい。(相手によって甘えもある)
- ・自分の言動についての善し悪しの基準がよくわからない。
- ・周囲からの関わりが禁止や小言になっているため、社会的ルールなどを学ぶ機会がない。

本人の特性のまとめ

- ・自分のしたい事などが優先されやすいため、他の状況や相手の気持ちに配慮した言動にはなりにくい。
- ・人と話す際の手順がよくわかっていないことにより、周囲にストレスを感じさせてしまう。
- ・行動に関して自分の満足度が優先され、その行動の善し悪しも含め、相手に与える印象まで考えられない。

症例に対する助言・指導内容

- ・話してもいいのか？聞いてもいいか？という内容には、事実であっても良いこと（ ） どちらとも言えないこと（ ） 悪いこと（×）があるということを知る。
- ・言葉を発する際には、 ×という判断をするということをいつも意識する。

3) 相談会（本人特性説明書により助言指導の実施後の感想）

相談会 1 回目	
本人	正直であることが、いい人と悪い人（嫌われる人）の二つがあることはわかったが、まあまあということもあるのではないかと時には、 ×があることはわかっている。
父親	言いたいことがたくさんあって溜まっているのに、うまく言葉が出ないことで吃音があるのかと思うが、何かよい方法はないですかね？
相談会 2 回目	
お休み	
相談会 3 回目	
助言の記憶はありますか？	ある。
何故だと思えますか？	お父さんがわかりやすく伝えてくれた。
助言を意識して生活をしましたか？	した。
何故できたと思えますか？	小さな頃から言われていた内容と同じだった。
意識した結果、何か感情面や行動面に変化はありましたか？	感情面：良い事 ゲームとかして良い気持ちになった。 悪い事 仕事仲間に靴を踏まれたり、もたれかけられたりする。
最終助言内容	自分が判断に迷った時は、お父さんやお母さん、作業所の職員さんに相談するようにしてはどうか。（行動パターンや思考のパターンを作業職員さんに知って頂く。）

(6) アンケート結果のまとめ

1) 研修会後のアンケート結果

本人からの回答(2/6)

回答数は少なかったが、お二人の方から内容の理解およびリハセンター職員の話し言葉について意見をいただき、いずれも「わかりやすかった」等の高評価を得た。また、お二人とも今後も引き続き本研修会の開催が必要であるといった回答であった。

家族からの回答(5/7)

本人の回答と同じく、内容および話し言葉についてはいずれも高評価を得た。本研修会の必要性に関しても同様の回答であった。更に家族からは、幾つかご意見を戴いたので以下に列挙する。

- ・ 様々な問題に相對した際に、よりよい方向に一緒に考えていただける場所があれば助かります。
- ・ 疾患や障害などの講演は必要だが、本人にとっては疾病利得として都合よく利用している場合があり、自分の行動を正当化しようとする傾向になる。

2) 相談会終了後のアンケート結果

最終アンケートでは、本人5名、家族6名より回答が得られた。(詳細は別添アンケート結果参照) 本人・家族のいずれも、こちらが問題場面から導いた本人特性の提示については「よく当てはまる」が大半を占める結果となり、助言を意識した生活に関する質問項目では、「変化した」「少し変化した」との回答が多かった。また、本企画の仮説「自己理解によって社会生活での適応能力は向上する」に関連した質問項目でも、自己理解の必要性やそのことによる自己のコントロール力の有無について、「よく学べた」「少し学べた」「かなりついた」「少しついた」といった回答がほとんどであった。

最終アンケートの回答結果は、本人・家族のいずれも主観的体験による回答であり、統計的な処理は行えず、あくまでも各個人の印象としての記載であるように思われる。しかしながら、各個人の印象であっても、リハセンターの仮説に対して有効な回答が得られていたことは事実である。その中で、家族の回答は本人の回答と比べると、若干客観的な視点で本人たちの様子を観察しているといった内容として受け止められた。

4 , 結果および考察

ここでの結果および考察については、本来個別の症例の経過から支援方法の妥当性や問題点・課題等を整理・考察すべきところだが、今回は本事業の運営にかかるリハセンター職員の行ってきたことと、その中での支援構造や支援者の対応過程等に関する考察を主とした。

すなわち、今後この事業を地域展開してもらえるよう、今回どのように関係団体との協力体制を作ってきたかや、どのような支援の流れであったか、また、支援者としてどういった対応能力が必要であったか等について明確にする必要があると考え、以下のような考察とした。

(1) 脳外傷友の会「しが」との協働について

本企画を立案した段階で、友の会の協力を得るために相談をさせていただいたところ、“ 当県では今までにない当事者向けの企画 ” ということで、積極的な協力を約束していただいた。その後、友の会によるチラシの配布、研修会・相談会参加者の勧誘、当日の運営協力、相談者の時間調整など、リハセンター職員が相談会の実施に集中できるよう環境を整えていただいた。

また、後々の考察とも関連するが、今回の参加者の全員が友の会の会員であったことにより、高次脳機能障害に関する知識はもとより、当事者支援に向けて何なりかの手立てを探索されている方が多かったように思われた。よって、参加者本人および家族ともに本事業の内容に賛同しやすかったこととあわせて、“ 共によいものを作り上げていく ” といった共通目標を持って取り組めた事業のように思われた。

(2) 研修会内容について (別添スライド資料参照)

研修会内容の「高次脳機能障害と生活」(30分) については、友の会においても過去に幾つかの研修会を開催していたことにより、聞き手にとっては聞き慣れた内容のように思われた。しかし、本企画を実施するに当たり、再度高次脳機能障害の特性を本人・家族が同じ状況で確認し合うことの意味や、後半の研修内容に繋げる意味においても必要な研修であったと考える。

二つめの「自分をわかる (自己理解) ことと生活」(30分) については、本人・家族とも今までに聞いたことのない内容として受け止めていただき、以降の相談会に向けての心構えができたのではないかと考えられた。また、今までは「誰か」、「何処か」、「どのような支援があるのか」等と受動的な姿勢が先立ち、家族自身も困窮していた状況が推察されるが、この研修内容は、本人・家族自身への課題として“ 自分をわかる ” ことをテーマにしたことで、「自分自身ができること・しなければいけないこと」に視点が向き、積極的な相談会への参加に結びついたのではないかと考えられた。

(3) 相談会開催頻度および相談時間について

開催頻度および相談時間については、月1回(1回40分程度)を3ヶ月で実施した。高次脳機能障害の一つの特性でもある記憶障害を考えた場合、かなりの期間を置いての開催としたが、それを補う方法として本人特性説明書(様式2)や毎回の現状調査および助言指導内容(様式3)をその都度コピーし、本人に渡すことで対処した。しかし、そうしたことが、課題意識の継続につながっていたかどうかは確認しておらず、客観的評価はできていない。よって、今回の開催頻度が妥当であるかどうかは、不明であった。

一方、40分という相談時間については、リハセンター職員が主導となり、現状調査および助言指導内容(様式3)を埋めることで相談を進めたことで、こちらが時間をコントロールしながら現状確認を行うことができ、時間内で収められた。また、研修会において参加者に示した共通課題“自分をわかる”“相談内容の焦点化などを行うための体験機会”や、それを基にした相談内容の絞り込みが可能となったことも、双方にとっては時間を意識できた一つの要因として考えられた。

(4) 問題場面からの本人特性の抽出および助言内容について

本人・家族に書いていただいた問題場面記録用紙(様式1)より、本人の特性および助言内容を抽出したが、それを導き出す上での問題や難しさが何点かあった。

まず、本人・家族においては記録用紙への記載そのものに混乱があったようで、問われていることの意味理解が人によってはバラバラになってしまったり、こちらの求めている意図に沿っていない内容となっていたり、記載中に主語が不明確になってしまう、などがあった。記載について例示はしてあったものの、こちらの印象としては、とにかく“このことをわかって欲しい”“こんなに辛い思いをしているんです”といった本人・家族の強い思いを感じさせられた一方で、記載方法の説明が不十分であったと反省させられた。

本人特性の抽出については、まずは評価として、問題場面での出来事を“始まり”から“終わり”までの過程を一つの仮説として表現してみた。次に本人の特性のまとめとして、どのような条件下でも起こるパターンとして、上記仮説を更に思考機能や思考・行動の特徴といった面で分析し、整理・記載した。

助言については、本人特性の中で第一に改善が必要と思われる仮説に対して、そのことを意識することや感じることを最優先の課題とした。すなわち、行動を変容させるのではなく“している行動”への自己認識を重要視した助言を行った。

{この方法については、精神科領域における患者の行動分析や思考過程分析、認知行動理論の観点を用いて行ったものであり、仮説の域を出ていないのが現状ではあるが、できるだけ客観的な内容に近づけるために、思考・行動過程(知覚 感覚 認知 企画 思考・行動)により仮説を立てたものである。}

助言指導を行った結果、本人・家族の反応としては、アンケート結果にもあるように、ほとんどの方から「よく当てはまる」との回答が得られ、以降の相談会やり

ハセンター職員に対しての信頼性の高まりに繋がったのではないかと考えられた。

一方、問題場面記録用紙（様式1）から見えてきたことは、「時間帯」「どこで？」「相手は？」に関しては、記載者が本人・家族ということで当然の結果ではあるが、家族と一緒にいる時間帯「朝方、家で、家族と」あるいは「夕食時間帯、家で、家族と」がほとんどであり、1件「就寝前、家で（一人暮らし）、家族と電話中」とあったが、いずれも一番近い存在である家族との間で何らかの問題が発生していた。また、問題が起こる原因の傾向は、本人の生活態度や生活思考、本人の興味・関心事、本人から家族への要望、家族から本人への要望といった内容となっていた。その結果、お互いもしくは一方が不愉快になったり、揺さぶられたり、振り回されたり、といったことで本人・家族の関係性が崩れ、本人においては見捨てられ感が強まったり、被害感が起こったり、攻撃的な対応を取ったりしてしまい、家族においては、本人の感情に更に振り回され、どうしようもできない事による絶望感や相手になりたくないといった拒絶感、うまく治まらない事による攻撃的感情などが起こっているようであった。

このような傾向に対して、今回の仮説である「自己理解によって社会生活での適応能力は向上する」を「自分をわかる」という呼び方に置き換えて、本人だけではなく必要に応じて家族に対しても、抽出した本人特性の理解を進めていった。

（5）現状調査および助言指導内容について

2回目以降の相談会では、先にも記したように現状調査および助言指導内容（様式3）に添って、リハセンター職員が主導権を握り、提案させていただいた助言の妥当性を吟味しながら現状調査を行った。40分という時間枠についても、大きく課題変更の必要性がある場合以外は、現状調査に関連したやり取りを中心に行うことにより、変に話が脱線したり横道に逸れたりしないよう配慮ができ、時間内で収めることができていた。しかし、その場での助言指導は、先の助言の導き方法を即座に行わなければならない、即時的に問題・課題を整理しながら助言を行うことにかかなりの苦勞を要した。

最終の相談会では、1, 2回目と同様の手順を踏み助言指導をすることとあわせて、ほぼ全員の方に今後の生活場面での課題として「引き続き、何か困ったり苦しくなったりした際には、“自分をわかる”ことに気持ちを向けてください」と伝え、相談会を終了した。

今回の月1回40分、計3回の相談会をとおして、本人・家族の様子で感じられたことは、開催当初では相談構造に馴染めない様子や理解に困っている印象を受けたが、会を重ねることで本人は、リハセンター職員と直接会話をすることで相談会の体験を実感として味わい、“自分をわかる”ことの大切さを徐々にではあるが認識していったように思われた。一方家族においても、間接的な関わりではあったが、本人とリハセンター職員とのやり取りを参考に“自分をわかる”“相手をわかる”ことの認識が徐々に深まっていったように思われた。そういった中で家族によっては、我が子の相談過程を目の前で観察したことで、自分のことや自分の変化に気づき、

言葉にしていた家族もあった。

(6) 本人・家族からの評価について(アンケート結果より)

本来ならばもう少し相談会を継続することで、その後の変化や自己理解度を追えたであろうが、今回はあくまでも研修会を含め4回で、仮説である「自己理解によって社会生活での適応能力は向上する」を実証することが目的となっていた。また、変に相談機会を延長することは、悪い意味で依存の場を提供してしまうことに成り兼ねないとも考えた。よって、こちらとしては、自己理解により少しでもよい方向に変化した体験があっただけでも、自分で問題解決する一つの手段を身につけたことになるのでは考え、今回の事業展開で一つの結果が得られたと判断した。

また、今回の事業は、今後の地域での展開も含め、事前に各個人の現病歴などの医療情報や家族からの生育歴を含めた病前病後の情報を一切戴かない形態で、まさに今困っている事態に対してどのようにその事実を知り、そして分析し、対処していくかということで相談会を行ってきた。よって、リハセンター職員は、本人の持っているコミュニケーションスキルや対人関係上の特性、興味・関心事など、その場での相談過程より理解しなければならなかった。そうした中で、本人・家族からは、リハセンターに対しても様々な意見を戴いた。相談会を開催したことに関しては、高い評価を得たことも事実だが、今までにこのような場がなかったということ事態、我々としても反省すべきことのように思われた。また、当然のこととして、相手をわかろうとする姿勢を常に持ちながら、相手の聞く力、話を整理する力、話す力、言葉を理解する力等々をしっかりと受け入れながら、個人の能力に合わせた相談会を行わなければいけないということを教わった。

本事業により今後考えなければいけないこととして、高次脳機能障害になった人に対しては、十分な疾患に関する教育や障害特性に関する教育、対人関係に関連した教育等、知識や能力の再教育といったプログラムの必要性を感じた。家族に対しても同様、生活場面で起こりうる事態に対応していくため、具体的な内容での研修会や個別相談会のようなものを提供するべきだと感じた。今回の参加者は、これまでの友の会の活動によりある程度の力を持っていたように感じられたが、全ての障害のある人がこのレベルに達しているとは言い切れない。よって、今後ここまで到達する前段階として、上記内容のプログラムをしっかりと提供する場が必要になると考えられた。

5 , 全体のまとめおよび今後の展開

今回、相談する側に対して一定の条件設定をした企画を試みた。すなわち、“自分をわかる”という課題に取り組みながら、生活場面で起こる様々な出来事とおして、自分の高次脳機能障害からくる特性を知り、対処方法など周囲の助言を仰ぎながら生活をするということを体験し、「自己理解によって社会生活(職業生活)での適応能力は向上する」という仮説を実証する企画であった。実証については、参加者各自の主

観的体験による評価（アンケート結果）しか得られていないが、一応の成果があったのではないかと考えている。加えて、今回の取り組みを多少乱暴に表現するならば、“権利（様々なサービスを受けること）と義務（自分をわかること）”という構造化において行った事業とも言える。すなわち、本人や関係者が“権利を主張することと同様に義務を果たす”ことによって、本人を含め関係者一同が支え合いながら生活をするということに繋がると考えられた。

また、今後の展開については、本事業で見出した構造や方法論等を関係機関や支援団体等との間で協働し、その地域で必要なシステムに適応させることにより、有効に地域展開できればと考える。

6 , 終わりに

本事業に協力して下さった脳外傷友の会「しが」ならびに高次脳機能障害支援センター、長浜保健所に感謝の意を示すとともに、今回の相談会に参加・協力して頂いたご本人ならびにご家族の方々に対しては、リハビリテーションセンターの企画に賛同し、お付き合いいただいたことに、更なる感謝の意を示したい。ご本人ならびにご家族におきましては、今後も“自分をわかる”ことを追求していただければと思います。陰ながら応援させていただきます。

7 , アンケート結果

(1) ご本人

1. 個別相談会の全体を通して
示された特性について

	良く当てはまる	だいたい当てはまる	あまり当てはまらない	殆ど当てはまらない
2				
3				
4				
5				

示された助言の記憶について

	いつでも思い出せる	だいたい思い出せる	あまり思い出せない	全く思い出せない
2				
3				
4				
5				

相談会を通して示された助言を意識して生活をしましたか？

	意識して生活をした	だいたい意識した	あまり意識しなかった	全く意識しなかった
2				
3				
4				
5				

・「意識して生活をしていた」・「だいたい意識をした」をチェックされた方へ
意識した事により生活に変化はありましたか？

	変化した	少し変化した	あまり変化しなかった	全く変化しなかった
2				
3				
4				
5				

・「変化した」・「少し変化した」をチェックされた方へ
相談会を通して気持ちに変化はありましたか？

	変化した	少し変化した	あまり変化しなかった	全く変化しなかった
2				
3				
4				
5				

具体的に気持ちがどう変化しましたか？

2	聞くという自覚が出来た。
3	本当の自分を知るべきだと考えました。
4	良い方向に
5	自分の気持ちを冷静に見れる部分もあったし、自分を「感情」の中に入れない(置かない)部分もありました。私はこれで良かったなと、後でですが思っています。

相談会を通して何か行動に変化はありましたか

	変化した	少し変化した	あまり変化しなかった	全く変化しなかった
2				
3				
4				
5				

具体的に行動がどう変化しましたか？

2	聞く、話すという自覚が出来た。
3	人との交流の方法、自分の行動。
4	良い方向にと思います。
5	温和なイメージになりました。(分かりづらい言葉になってすみません)

今回の相談会を体験して自己理解をする必要性がわかりましたか

	良くわかった	何となくわかった	あまりわからなかった	全然わからなかった
2				
3				
4				
5				

今回の体験を通して自分をコントロールする力はつきましたか

	かなりついた	少しついた	あまりつかなかった	全然つかなかった
2				
3				
4				
5				

2. 全体について

今回のような研修会は今後も必要ですか？

	必要	不要	別の内容で必要
2			
3			
4			
5			

今回のような個別相談会は今後も必要ですか

	必要	不要	別の内容で必要
2			
3			
4			
5			

(2) ご家族

1. 個別相談会の全体を通して(相談者について)

相談者に示された特性について

	良く当てはまる	だいたい当てはまる	あまり当てはまらない	殆ど当てはまらない
1				
2				
2				
3				
4				
4				
5				

相談者に示された助言の記憶について

	いつでも思い出せている	だいたい思い出せている	あまり思い出せていない	全く思い出せていない
1				
2				
2				
3				
4				
4				
5				

助言を意識して生活されていたか

	意識していた	だいたい意識していた	あまり意識していなかった	全く意識していなかった
1				
2				
3				
4				
4				
5				

・「意識していた」「だいたい意識をしていた」をチェックされた方へ

意識した事により生活に変化はありましたか

	変化した	少し変化した	あまり変化しなかった	全く変化しなかった
2				
3				
4				
5				

具体的に何がどう変化しましたか

気持ちの面	2	自分の行動を意識するようになっている。
	3	自分をわかってもらえる事に安心したようで落ち着いてきた。
	4	問題行動(言葉や暴力)を無くしたいという気持ち。
	4	一人暮らしの不安(食事、時間の過ごし方、日常の話し相手)要素が大きく、一日の仕事が終わった後、精神的に不安になってしまう。
行動の面	2	自分の行動を分析する所まではいかないが、助言を少しずつ心がけようとしている。
	3	言葉遣いに変化。(自分を知らる事が理解できているのかはわからない、自分をわかってもらえたと勘違いしているようにも思います。)
	4	エスカレートの程度が軽くなった。
	4	趣味が見つけれられない様で、買い物をする事が多くなった。外出するとお金を使う。

2. ご家族の方に伺います

ご家族自身が相談会を通して何か気持ちに変化はありましたか

	変化した	少し変化した	あまり変化しなかった	全く変化しなかった
1				
2				
2				
3				
4				
4				
5				

具体的に気持ちはどう変化しましたか

1	自分がやってきた事が「ああ、これで良かったのか」と再確認する事があり、気持ちが楽になり、さらに理解する事に努めようと思うようになった。
2	一緒に生活していた時は、いつの間にか彼中心の生活となっていたのですが、気持ちの中に余裕ができたような気がします。
3	本人なりに考えている事がわかり、対応しやすくなった。
4	言いたい事をわかって欲しい事について、つい性急になっている事に気づいた。諦めず根気よくを改めて意識しようと思った。
4	精神科医は薬を処方してくれる存在という考えが強く、社会生活の面では親が最善の医者。今回の相談会で出会った 先生は過去に居なかった存在に見えた。
5	相手の立場になって考える事をするようになりました。

ご家族自身が相談会を通して何か行動に変化はありましたか

	変化した	少し変化した	あまり変化しなかった	全く変化しなかった
1				
2				
2				
3				
4				
4				
5				

具体的に行動がどう変化しましたか

1	様子をよく見てから動き出すようになった気がする。
2	彼の将来に少し明るくなったような気がします。彼の事をわかって頂ける、自分の事をわかるようにしなければならぬ。
2	子供の話を聞くように努めようと思うようになります。
3	同居ではないが、当事者宅に足が運べるようになった。
4	押しつけがちな、決めつける話し方に気をつける。本人が不安定になった時、こちらも深呼吸をする。
4	仕事を始めて半年が経過したが、マンション生活を支える事が精一杯であった。他人に迷惑を掛けない事の思いに必死であり、甘えを許している実態。
5	自分の考えを押しつけないように努力しています。

今回の相談会を体験してご家族自身も自己理解をする必要がわかりましたか

	良くわかった	何となくわかった	あまりわからなかった	全然わからなかった
1				
2				
2				
3				
4				
4				
5				

今回の相談会を体験してご本人への理解の仕方や応援の仕方が学べましたか

	よく学べた	少し学べた	あまり学べなかった	全然学べなかった
1				
2				
2				
3				
4				
4				
5				

3. 全体について

今回のような研修会は今後も必要ですか

	必要	不要	別の内容で必要	例・備考
1				先生の方も、相手の力(言語能力・話す力)等をもう少し考えながら話して頂けると、さらに効果が上がると思う。
2				
2				
3				今回と同じ
4				障害と向き合う時、色々なアプローチ方法があれば良かったなど、今思います。脳の機能が損なわれる事と「心」の関係等は知りたいと思います。
4				
5				

今回のような個別相談会は今後も必要ですか

	必要	不要	別の内容で必要	例・備考
1				
2				
3				今回と同じ
4				(個人的な希望として)時間をおいて経過を見て頂く機会があれば嬉しいです。
4				
5				心の疲れが取れる所でした、大変有り難かったです。

8 , 添付資料

研修会資料

- ・『高次脳機能障害と生活』

県立リハビリテーションセンター 作業療法士 松本 美穂子

- ・『自分をわかる (= 自己理解) ことと生活』

県立リハビリテーションセンター 作業療法士 中田 和範

相談内容記録書式

- ・様式 1 問題場面記録用紙
- ・様式 2 本人特性説明書
- ・様式 3 現状調査・助言指導用紙
- ・様式 4 研修会アンケート
- ・様式 5 相談会アンケート (ご本人用)
- ・様式 6 相談会アンケート (ご家族用)

高次脳機能障害を知った上で、

自分をわかって (自己理解の重要性)



『高次脳機能障害と生活』

滋賀県立リハビリテーションセンター
松本 美穂子

高次脳機能障害って...



- ☞ 交通事故等の外傷性脳損傷や脳梗塞やくも膜下出血等の脳血管疾患を原因として、脳が損傷されたことによって起こる障害。



『見えない障害』 『隠れた障害』

- ☞ 身体的後遺症がない場合、外見からは分かりにくく、本人も自分の症状を自覚しにくい。

- ☞ 一番身近にいる家族の方から、変化や症状を理解することから対応は始まる。



🐼 主要な症状 (行政的な定義)

🐼 記憶障害

物事が覚えにくく、思い出しにくい。等

🐼 注意障害

集中できないことで、物事のはかどりにくい。等

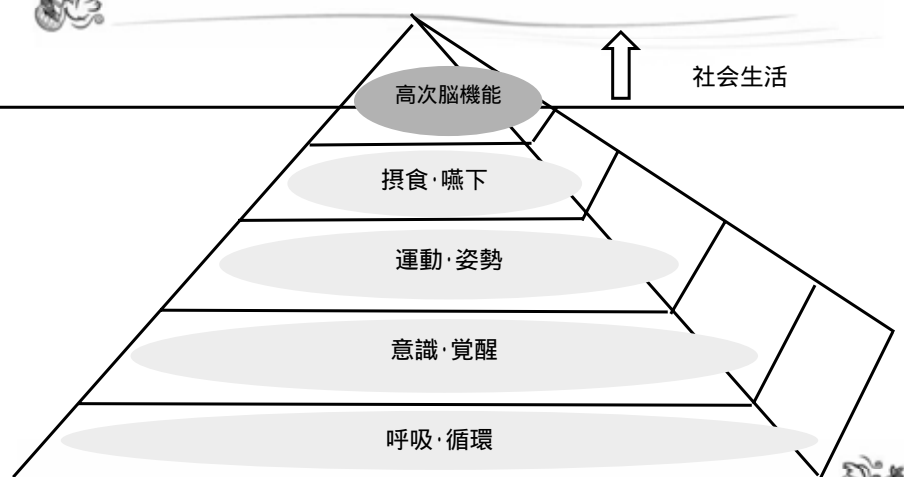
🐼 遂行障害

目的にかなった計画や段取り、行動が出来にくい。等

🐼 社会的行動障害 (行動と情緒の障害)

状況に適した行動が取れない。

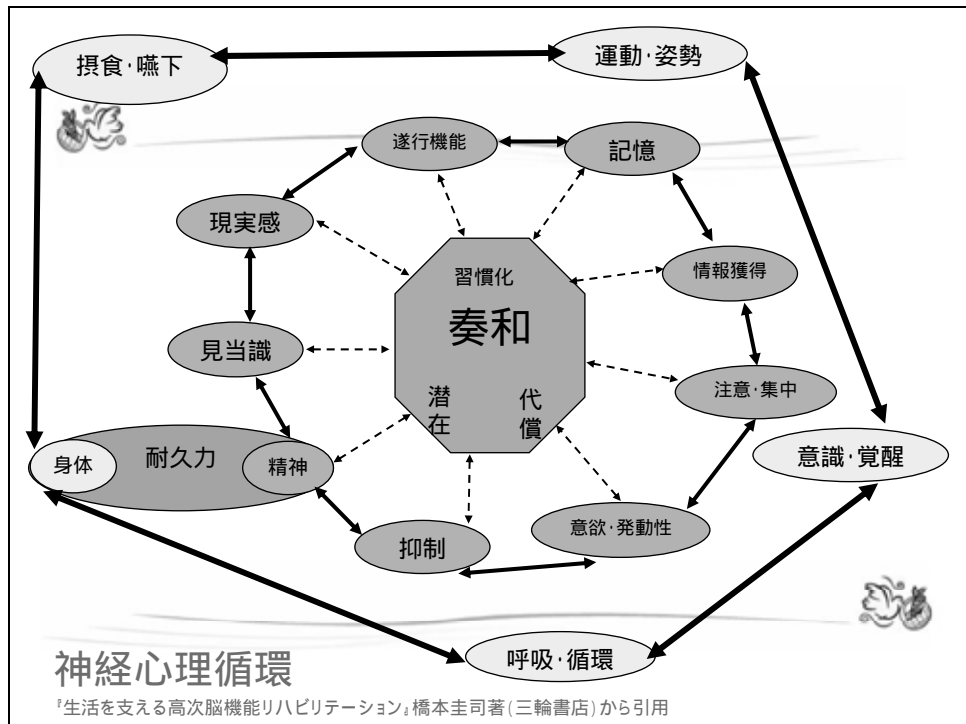
感情のコントロールが上手く出来ない。等



高次脳機能リハビリテーションピラミッド

『生活を支える高次脳機能リハビリテーション』橋本圭司著(三輪書店)から引用





神経心理循環って...

- ☞ 呼吸・循環がおぼつかない：意識・覚醒が低い
- ☞ 意識・覚醒が低い：姿勢が悪く、運動機能も低い
- ☞ 姿勢が悪い：摂食・嚥下機能が不安定、誤嚥、栄養状態が悪い
- ☞ 食事や栄養が安定していない：身体的耐久力が低い
- ☞ 身体的耐久力が低い：精神的耐久力が低い
- ☞ 耐久力が低い：その場に留まることが難しい、辛抱できない
- ☞ 辛抱できない：(多くの場合)やる気がでない
- ☞ 集中力がない：話が理解できない、情報が右から左に抜けていく
- ☞ 話が理解できない：物事を憶えることができない

🍌 神経心理循環って...

- 🍌 憶えられない：物事を段取りよく進めることができない
- 🍌 物事を段取りよく進めることができない
：生活の現実感(リアリティー)がなく、病識が持てない
- 🍌 現実感がない：自分のいる時間や場所が認識できない



それぞれの機能を上手く調和させ、奏和する！

奏和を維持するためには、潜在する機能障害を他の機能で代償し、それを習慣化する！



🍌 易疲労性 (精神疲労・神経疲労)

- 🍌 覚醒し続けていることができない
- 🍌 長い間、座っていることができない
- 🍌 1点を見つめたまま動かない、動けない
- 🍌 常に眠い、あくびばかり出る
- 🍌 何事にも余裕がない
- 🍌 動きや反応が遅い

体の循環を良くする！
(アクティブ・レスト:動いて休む)

抗てんかん薬を服用されている方が多い！
医師に服薬方法(時間帯や量等)について相談する。
疲れたらまめに休む習慣をつける！
睡眠では疲労は解消されにくい。
姿勢を正しくする。深呼吸をする。
ストレッチをする。
水分を取る。



意欲・発動性の低下 (うつ症状)

- ☞ 物事を始められない ← 抗うつ剤を服用している方が多い。
- ☞ 何事にも意欲が持てない
- ☞ ポーツと固まっている、表情が硬い
- ☞ 前向きに物事が考えられない
- ☞ 他人に興味がない
- ☞ 自分から会話が始められない

自分から始められることから！
出来る事、出来た事は褒める！

当事者に「怠けている」と言わない！

本人は「分かっているけど出来ない」ことを理解する。

当事者に何事もなるべく始めるきっかけを与えてあげる！

喜怒哀楽を大げさに表現する。

キーワードで抑揚をつけて話す。

難しいことは、順序立てて伝える。チェックリスト作成し、習慣化へ。

一つ事を無理強いせずに、いくつかの選択肢を用意する。

脱抑制 (待つことが苦手)

- ☞ 衝動的な行動をしてしまう
- ☞ その場に長いこと座っていられない
- ☞ じっとしていられない、イライラしている
- ☞ すぐに腹を立てる
- ☞ 人を許すことができない
- ☞ してはいけない行動と

リラックス方法教える！探す！

分かっているけど抑えられない

不適切な行動は、はっきりと指摘するが、責めない！

感情的にならず、その行動や発言がどう思われるのかを
淡々と伝える。


嫌がること無理強いしない！批判したり、否定したりしない！

本人の言うことは最後まで聞く。イライラしたら周囲が気づく。

行動する前に、心の中で1秒ぐらい「待って」、「考えて」から

行動する癖(習慣)をつける。

生活の中での対応 (おさらい)

- ☞ 家族や周囲の人が障害を理解する。
変化や症状を理解することから始める。
- ☞ 目に見えない障害を想像する。
「どうしてそのような行動をするのか、反応するのか」等を想像する。
- ☞ 根気(忍耐力)を持って接する。
直ぐに結果を求めて、本人を追い込んでしまわない。
- ☞ 環境を整える。
生活環境を整える。
対応する人(家族、関係者等)が適切な声かけや支援を統一する。
- ☞ 代償手段を身につける。
脳の失われた機能を他の方法(タイマー、手帳、作業の手順表、チェックリスト等)で置き換える。

自分をわかる(=自己理解) ことと生活

滋賀県立リハビリテーションセンター
作業療法士 中田 和範

何で自己理解？

自分の特徴をわかっていないと



成功・失敗の原因かわからず



原因追及で混乱？ or 無視？



パニック状態？



他罰的問題処理？

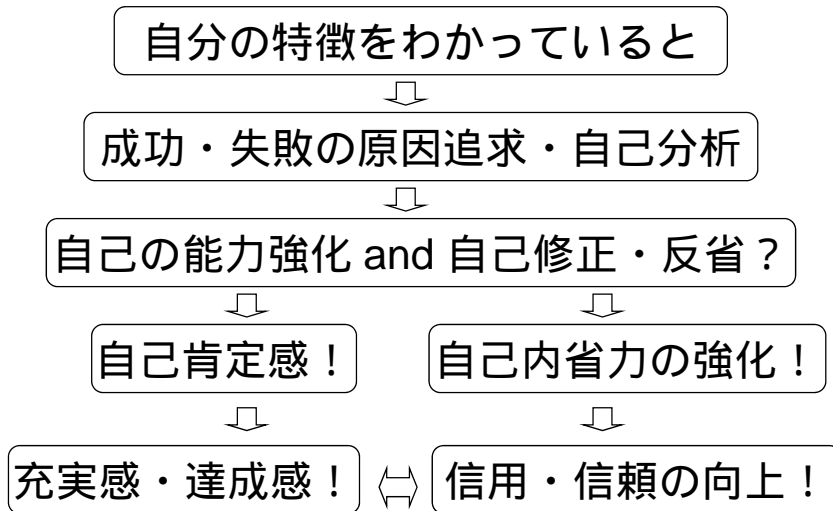


落ち込み・挫折感



信用・信頼の低下？

何で自己理解？



何を自己理解？

- 記憶をする力
- 記憶を呼び覚ます力
- 今ある感情を理解する力(喜怒哀楽)
- 感情をコントロールする力(抑制と解放)
- 注意・集中を維持・持続する力
- 注意・集中を解放する力
- 状況を正しく掴む力
- 状況を受け入れる力
- 見通しを立てる力

何を自己理解？

- 身体の動きを自覚する力
- 人と接する力
- 話を聞く力
- 話しを整理する力
- 話す力
- 手続きや手順通り物事を行う力
- 行動に移す力
- 「しながらの活動」ができる力
等々

どの位の自己理解を？

「わかり方」のバランスが重要

$$\begin{array}{c} \text{自己理解度} \\ 58\% \end{array} + \begin{array}{c} \text{他者理解度} \\ 42\% \end{array} = 100\%$$

相手や場所によって内容が違う



自己理解で目指すこと

自己理解を進め
状況(自分、他者)を正しくわかり
自分も含め
周囲にも
被害者を作らないよう
生活すること

鏡(カガミ)理論(仮説)

自分の言動・感情は、他者の言動・感情により
引き出されたもの

他者の言動・感情は、自分の言動・感情により
引き出したもの



すなわち、自分や他者に対して
どのような言葉や行動に影響を受けたか？・与えたか？
どのような感情が起こったか？・起こさせたか？



上記をわかろうとすることにより
自己理解や他者理解につながる

自己理解の弊害

事実を知ること起こること

誰かに寄り添ってもらおう

ショック(衝撃)を受ける

否認や抵抗をしてしまう

不安になってしまう



受容できるようになる

適応できるようになる

自分をわかることと生活

相手や場面によって意識すべき
自分の特徴に注意を向ける

どのような特徴か・どのような援助が
必要かを早めに伝える

何なりかの感情が起こってきたら
深呼吸をする

相手の話しを謙虚に聞いてみる

喜怒哀楽が起こり過ぎるときは
要注意と心得る

家族をわかることと生活

家族が一番の理解者になろうと
していることを知っておく

家族が一番心配していることを知っておく

家族もどう接していいか迷っていること
を知っておく

家族の思いを謙虚に聞いてみる

家族の感情とどう付き合えるかが
大切な練習の機会であることを心得る

おしまい

問題場面 記録用紙 (例) 氏名:		(記載: 本人 家族)	
・時間帯	AM (PM)	7:30	~ 8:00
・どこで?	家でテレビを観ながら食事をしていた。		
・相手は?	家にいた家族全員		
・どんな事で?	テレビを観ていたのに周りがうるさくて、テレビの音が聞こえなかった。		
・どんな気持ちになって?	いらいらしてきた。茶碗を投げたくなった。家族に怒鳴りたくなった。		
・どうなった? どうした?	怒鳴りながら、茶碗を壁に向けて投げた。 家族から叱られた。 その後、無視された。		
・行動した後、どんな気持ちになった?	またやってしまったと思い後悔したけど、なかなかいらいらは収まらなかった。		

問題場面 記録用紙 氏名:		(記載: 本人 家族)	
・時間帯	AM PM	:	~ :
・どこで?			
・相手は?			
・どんな事で?			
・どんな気持ちになって?			
・どうなった? どうした?			
・行動した後、どんな気持ちになった?			

本人特性 説明書 氏名:	日付 H 年 月 日
・問題場面から見えてきた事	
・本人特性のまとめ	
・助言	

現状調査および助言指導内容 氏名:	日付 H 年 月 日
・助言の記憶はありますか？ ある 何故だと思えますか？ ない 何故だと思えますか？	
・助言を意識して生活をしましたか？ した なぜできたと思えますか？ しなかった 何故しなかったと思えますか？	
・意識した結果、何か感情面や行動面に変化はありましたか？ 感情面： 行動面：	
・助言内容	

高次脳機能障害 研修会

アンケート

今回の研修会についてのご協力、誠にありがとうございました。
つきましては、この取り組みに關しましての皆様率直なご意見、ご感想をお聞かせ願えればと思っております。

なお、今回のアンケート内容を当方で整理し、今後の様々な企画作成のための材料とさせていただきますことをご了解の上、ご提出の協力をお願いいたします。

記入者：（ ご本人 ご家族 ）

1. 今回の研修会について

内容について

（ わかりやすかった あまりよくわからなかった どちらともいえない ）

言葉について

（ わかりやすかった あまりよくわからなかった どちらともいえない ）

理解について

（ よく理解できた 少し理解できた あまり理解できなかった ほとんど理解できなかった ）

2. 今後のについて

今回のような**研修会**は今後も必要ですか

（ 必要 必要なし 別の内容で必要 ）

今後どのような研修があればよいかご意見を下さい。

ご協力ありがとうございました

高次脳機能障害 相談会

アンケート (ご本人用)

今回の相談会についてのご協力、誠にありがとうございました。
つきましては、この取り組みに関しましての皆様率直なご意見、ご感想をお聞かせ願えればと思っております。

なお、今回のアンケート内容を当方で整理し、今後の様々な企画作成のための材料とさせていただきますことをご了解の上、ご提出の協力をお願いいたします。

1. 個別相談会の全体を通して

示された特性について

(よく当てはまる だいたい当てはまる あまり当てはまらない ほとんど当てはまらない)

示された助言の記憶について

(いつでも思い出せる だいたい思い出せる あまり思い出せない 全く思い出せない)

相談会を通して示された助言を意識して生活をしましたか？

(意識して生活をした だいたい意識をした あまり意識をしなかった 全く意識をしなかった)

・「意識して生活していた」・「だいたい意識をした」をチェックされた方へ

意識したことによって生活に変化はありましたか？

(変化した 少し変化した あまり変化しなかった 全く変化しなかった)

・「変化した」・「少し変化した」をチェックされた方へ

相談会を通して何か気持ちに変化はありましたか？

(変化した 少し変化した あまり変化しなかった 全く変化しなかった)

具体的に気持がどう変化しましたか？ (いくつかご記入お願いいたします)

[]

相談会を通して何か行動に変化はありましたか？

(変化した 少し変化した あまり変化しなかった 全く変化しなかった)

具体的に行動がどう変化しましたか？ (いくつかご記入お願いいたします)

[]

今回の相談会を体験して自己理解をする必要性がわかりましたか？

(よくわかった 何となくわかった あまりわからなかった 全然わからなかった)

今回の体験をとおして自分をコントロールする力はつきましたか？

(かなりついた 少しついた あまりつかなかった 全然つかなかった)

2. 全体について

今回のような**研修会**は今後も必要ですか？

(必要 必要なし 別の内容で必要 例:)

今回のような**個別相談会**は今後も必要ですか？

(必要 必要なし 別の内容で必要 例:)

ご協力ありがとうございました。

今回の相談会についてのご協力、誠にありがとうございました。
つきましては、この取り組みに関しましての皆様率直なご意見、ご感想をお聞かせ願えればと思っております。

なお、今回のアンケート内容を当方で整理し、今後の様々な企画作成のための材料とさせていただきますことをご了解の上、ご提出の協力をお願いいたします。

1. 個別相談会の全体を通して(相談者について)

相談者に示された特性について

(よく当てはまる だいたい当てはまる あまり当てはまらない ほとんど当てはまらない)

相談者に示された助言の記憶について (一緒にお住みでない方は、相談会時の様子から)

(いつでも思い出せている だいたい思い出せている あまり思い出せていない 全く思い出せていない)

相談者は助言を意識して生活をされておりましたか？(一緒にお住みでない方は、相談会時の様子から)

(意識していた だいたい意識をしていた あまり意識をしていなかった 全く意識をしていなかった)

・「意識していた」、「だいたい意識をしていた」をチェックされた方へ

意識したことによって生活に変化はありましたか？

(変化した 少し変化した あまり変化しなかった 全く変化しなかった)

具体的に何がどう変化しましたか？ (いくつかご記入お願いいたします)

気持の面:

行動の面:

2. ご家族の方に伺います。

ご家族自身が相談会を通して何か気持ちに変化はありましたか？

(変化した 少し変化した あまり変化しなかった 全く変化しなかった)

具体的に気持ちがどう変化しましたか？ (いくつかご記入お願いいたします)

ご家族自身が相談会を通して何か行動に変化はありましたか？

(変化した 少し変化した あまり変化しなかった 全く変化しなかった)

具体的に行動がどう変化しましたか？ (いくつかご記入お願いいたします)

今回の相談会を体験してご家族自身も自己理解をする必要性がわかりましたか？

(よくわかった 何となくわかった あまりわからなかった 全然わからなかった)

今回の相談会を体験してご本人への理解の仕方や応援の仕方が学べましたか？

(よく学べた 少し学べた あまり学べなかった 全然学べなかった)

2. 全体について

今回のような研修会は今後も必要ですか

(必要 必要なし 別の内容で必要 例:)

今回のような個別相談会は今後も必要ですか

(必要 必要なし 別の内容で必要 例:)

ご協力ありがとうございました。

高次脳機能障害研修会・相談会
報告書

編集発行	滋賀県立リハビリテーションセンター 〒524-8524 滋賀県守山市守山五丁目4 - 30 TEL 077 - 582 - 8157 FAX 077 - 582 - 5726 http://pref-shiga-rehabili-c.hs.plala.or.jp/
発行日	平成 21 年 8 月