



# さぎょうかがく

湘南OT交流会

藤本一博

# お品書き

1. 作業科学の位置づけ
2. 作業科学とは？
3. Well Elderly Study
4. チクセントミハイのフロー
5. 首尾一貫感覚(SOC)
6. 2つの事例報告

# 作業科学の位置づけ

WFOT 声明書に  
明確に書かれています

# WFOTとは

世界作業療法士連盟

World Federation of Occupational Therapists  
(WFOT)

1952年に設立され、70年の歴史がある

WFOTは1951年6月に28の国の代表会議で始まり、

- ① 作業療法推進の国際組織
- ② OT同士や他職種との国際協力
- ③ OTのスタンダード議論
- ④ 倫理を維持し、利益を高める
- ⑤ 学生の国際交流
- ⑥ 教育の促進
- ⑦ 国際会議(学会)

上記を行う機関として発足。1959年WHOに認められる。

# 作業療法士発展の知識とは？

**【要約】WFOTは作業療法の為、**作業科学**の重要性を認め、作業科学の成長と発展をサポートする。**人間作業**の理解と可能化についての知識と技能は作業療法実践で必須である。**

じつは近年のOT聖書には  
作業科学に大きく紙面を割いている。  
作業の知識と技術がここに集約され  
作業療法の独自性はここから生まれる  
とされ、世界に発信されています



# そして

**【要約】WFOTはOTの教育最低基準を2014年に更新し、学士同等のレベルとした。**  
**今後専門卒の人に対しては、サポートプログラムが用意され、その教育を受けなければ、作業療法士として名乗る事を許可しない**



OS教育が受けられる学校教育を求め、  
未収得のOTに対しては、  
サポートプログラムが用意されるそうです。  
今のうちに・・・  
**大学院**に行けるならば行っておいた方が良い。

いや～大変ですね～



**続いて作業科学とは？**

# 作業科学とは

作業療法は治療のために**作業を使う知識や技術**ですが、1980年代後半から治療として作業を使う前に、**作業そのものについて**、もっと考えてみようという動きが、世界のあちこちで起こり、誕生したのが**作業科学**である





# どんな位置づけなのかを調べると

Reedの分類

作業療法で使われる理論例

メタ理論

作業科学, 作業療法の統合理論

大理論の分類

人間作業モデル, 目標指向型アプローチ,  
カナダ作業遂行モデル, 国際生活機能分類ICF

中範囲理論の  
分類

感覚統合理論, 神経発達学的アプローチBobath,  
認知障害Allen, 感覚運動療法Rood

実践理論

生体力学モデル, 物理療法,

(小理論)

リハビリテーティブ(代償)モデル

# めた？

**「メタ」とは、一つ高い次元からの視点を言います。  
「高次の～」 「超～」 みたいな意味**

# 以前の作業療法の作業は

**作業は機能を回復する目的だけで  
使用されていた。**

**後にこれは  
作業を不当に  
単純化していた  
と  
表現されている**

# 作業は主観的意味を持つ

水泳は  
みなさんにとって  
どのような意味を  
持ちますでしょうか



仕事

業務として  
授業として

余暇

遊びとして  
交流として

休息

リラックス  
として

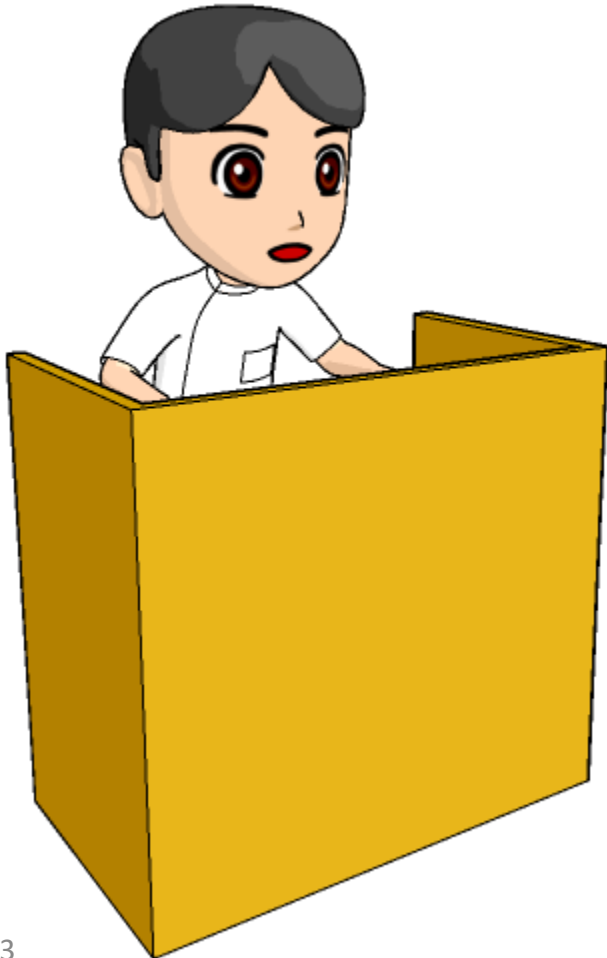
セルフケア

日課として

以前は作業 = 同効果と考えていたがそうでない

# そして作業は文脈を持つ

人前で話をする

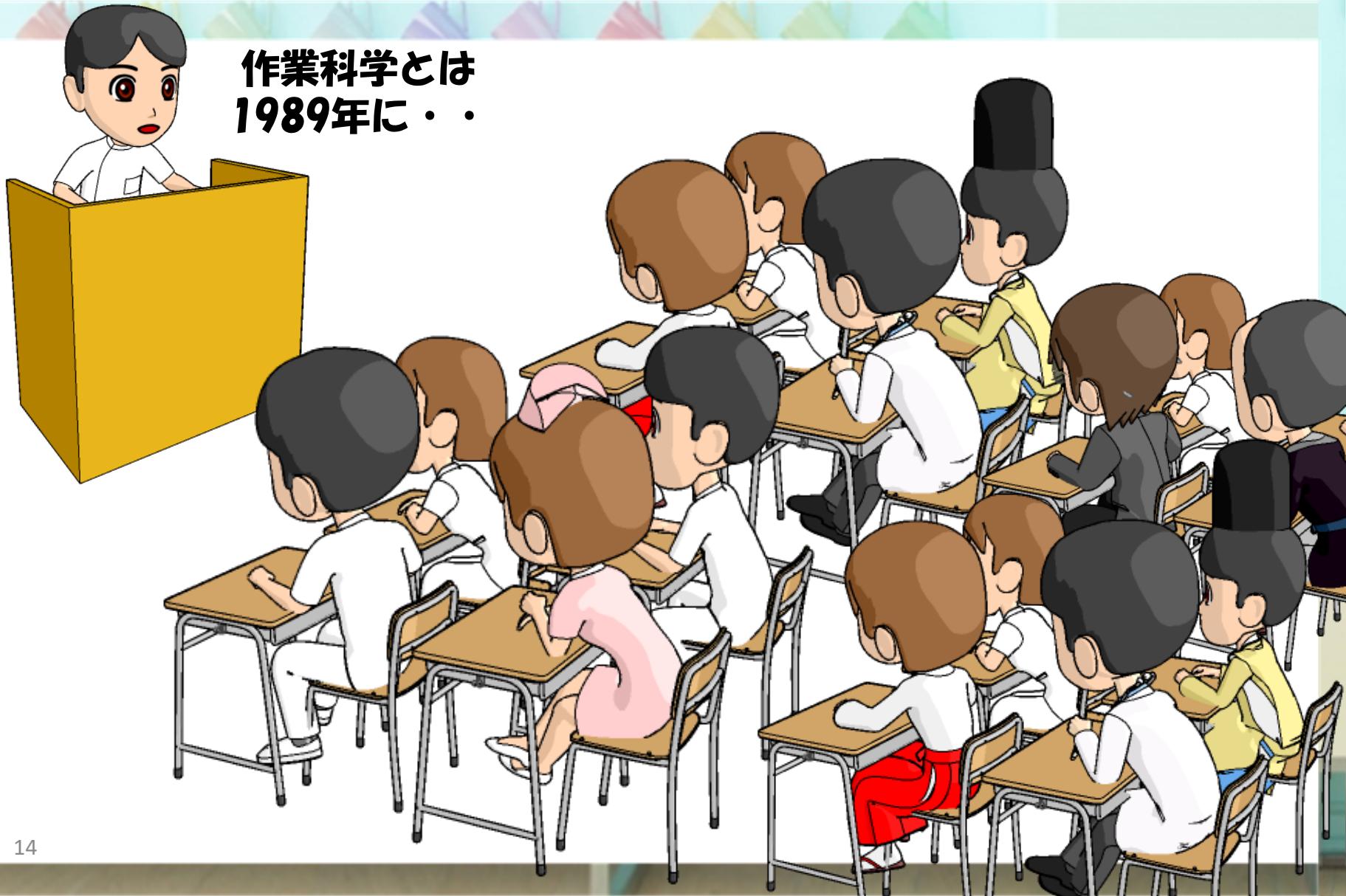


好きですか？  
嫌いですか？

90%以上の方が  
嫌いと答えます

でもそれって本当？ 確かにこれは緊張しますが

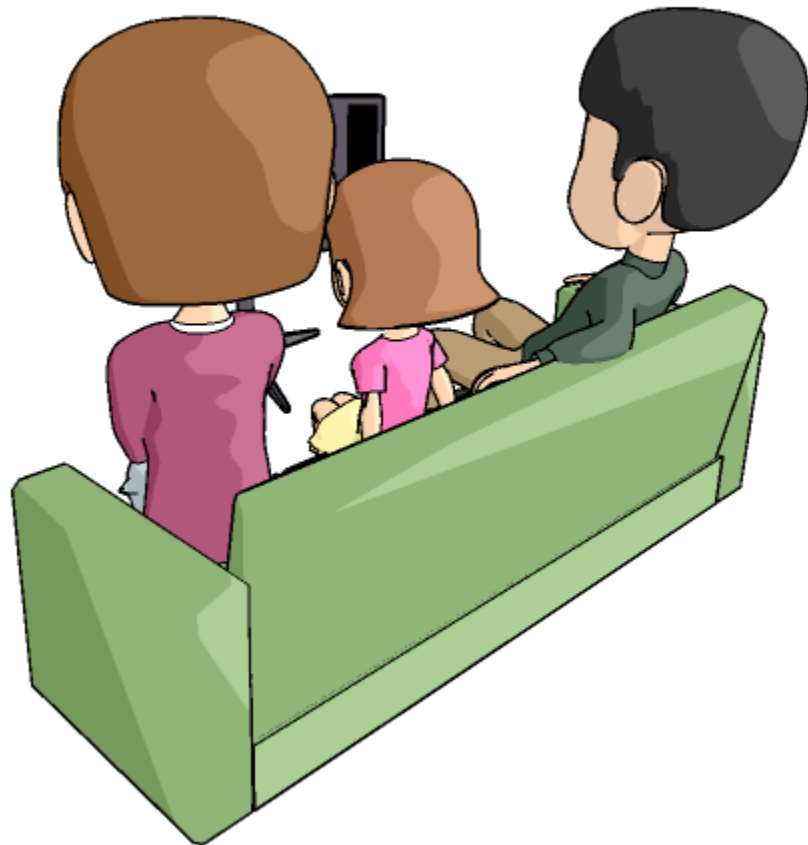
作業科学とは  
1989年に・・・



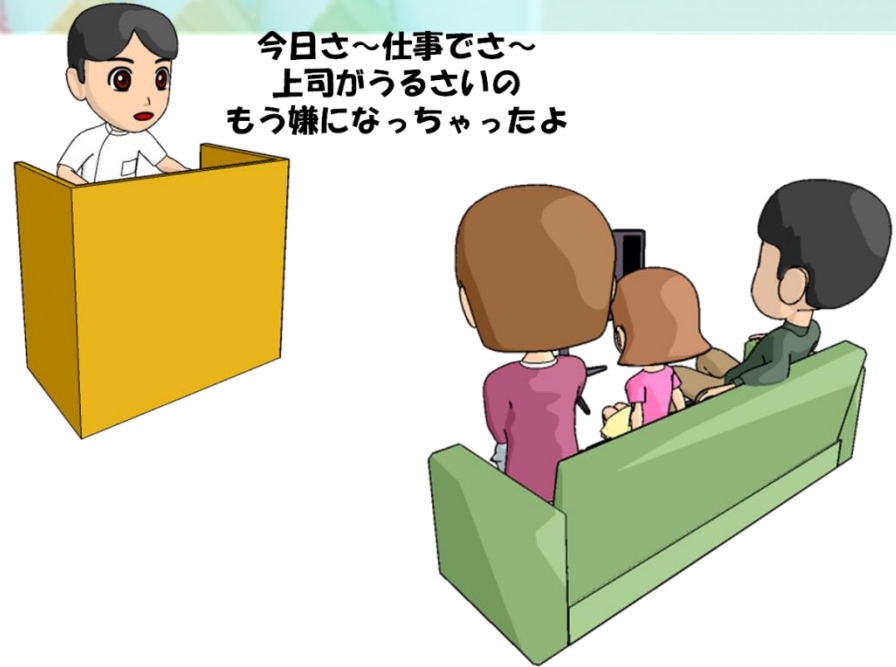
# 別に家族や友人の前で話すのは・・・嫌いじゃない



今日さ～仕事でさ～  
上司がうるさいの  
もう嫌になっちゃったよ



# なにが言いたいかと申しますと



作業の**空間**や**時間**などの  
**文脈**によって  
作業の意味が異なるということ！  
よってこれは違う作業なのです！



# 作業科学は

**作業について考えよう**という  
**メタ理論**であり  
**作業の力を証明**してくれる  
**学問領域**である！

続いては

臨床で知って頂きたい3つの概念を説明します

# Well Elderly Study

**(健康高齢者研究)**



**OT世界最高のエビデンス**

# 研究者は

Ruth Zemke

Florence Clark

**作業科学を作った  
南カリフォルニア大  
教員たち**

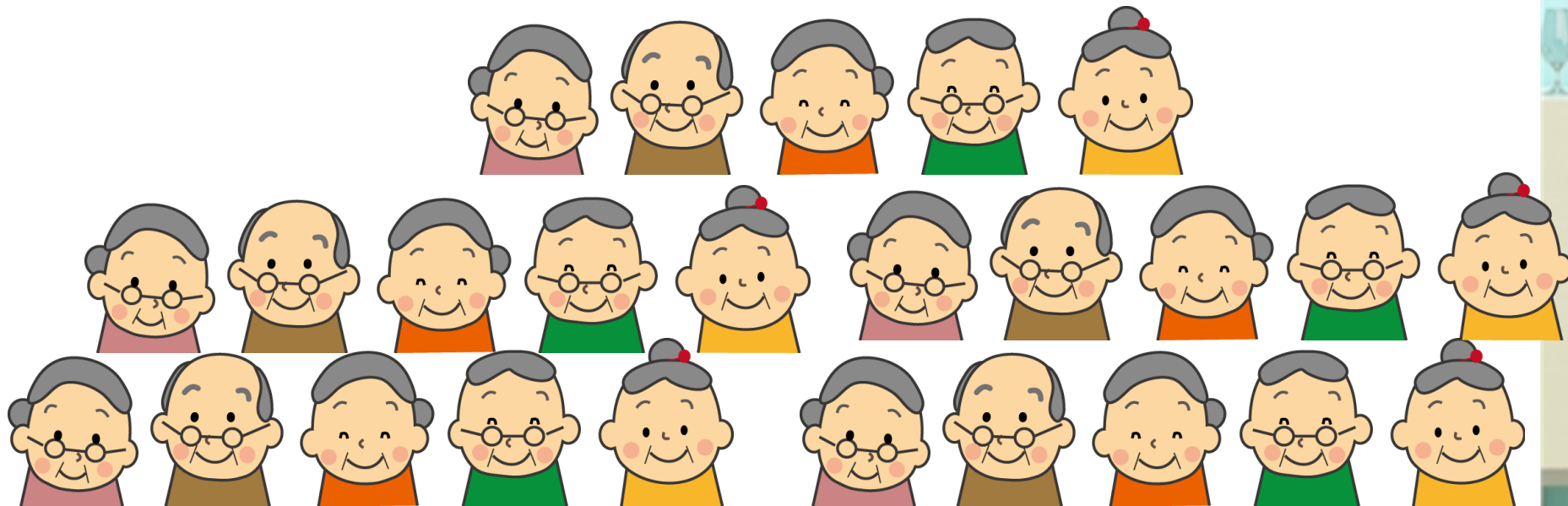
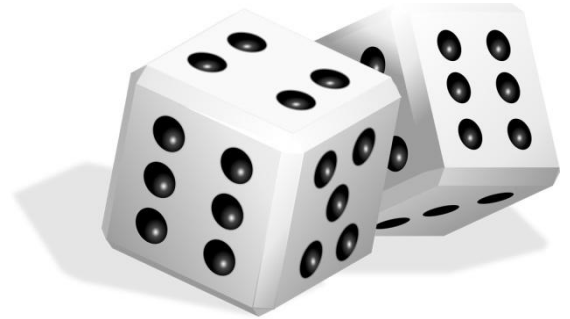
その研究の対象者は

**低所得の高齢者用  
公営アパートに住む  
361名の高齢者**



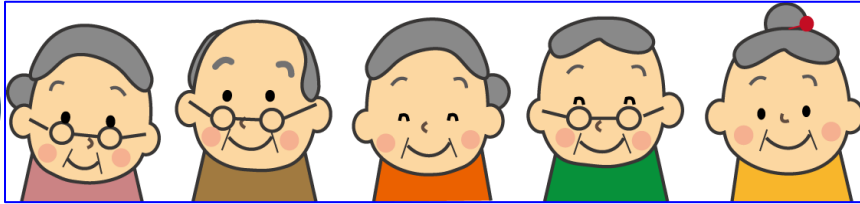
# 研究の手続き①

**361人の高齢者を  
ランダムに  
3つに分けます！**



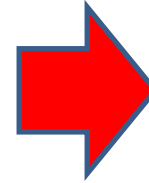
# 研究の手続き②

A



**OTが介入**

B



**高齢者を  
指導経験がある  
非専門職が介入**

C



**非介入**

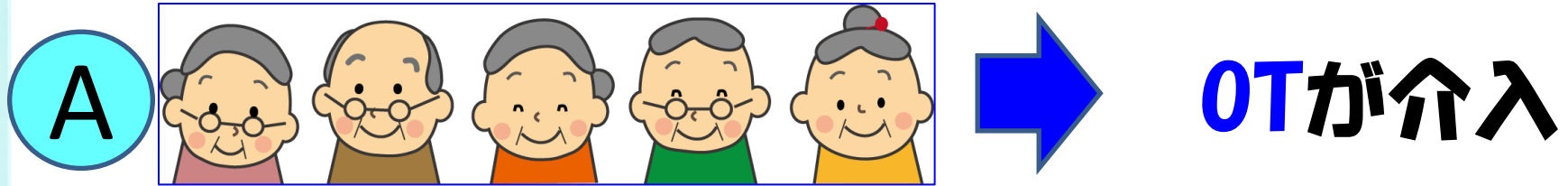
# 測定内容は15項目

基本的ADL  
手段的ADL  
社会的活動  
対人交流の質  
生活満足度

抑うつ症状  
健康度の自覚  
身体的痛み  
身体機能  
役割(身体)

全般的健康  
活力  
社会的機能  
役割(精神)  
全般的精神

# 介入内容は



## **Lifestyle Redesign Program** **(ライフスタイル再構築プログラム)**



# ライフスタイル再構築プログラムとは？

- ① テーマについて**勉強**する(講義)
- ② 自分の経験を仲間と**分かち合う**(情報交換)
- ③ 実際に**体験**する(体験)
- ④ 体験したことを生活に**定着**させ**発展**

(生活での発展)

週2時間の  
集団セッション

+

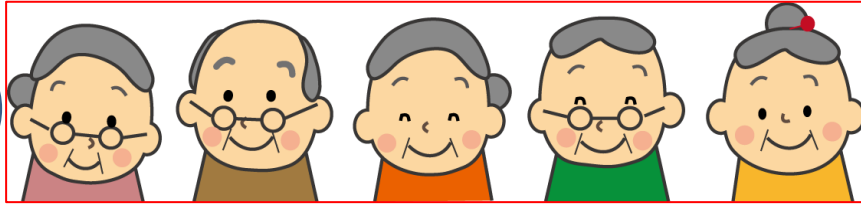
月2時間の  
個人セッション

週**2.5**時間

これを**9カ月**実施したのです

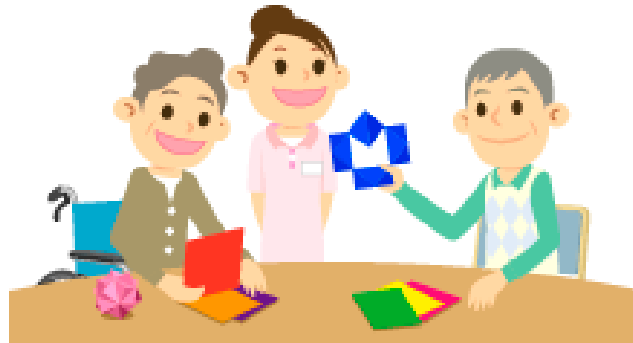
# 他の群では

B



高齢者を  
指導経験がある  
非専門職が介入

ダンス、手工芸、外出などを週**2.5**時間



これを**9カ月**実施したのです

# 非介入群では



**普通に生活してもらいました**

さて9ヶ月後、どうなったのでしょうか？  
OT群が他群よりQOLが高まったのです！！

		介入前後の平均変化点		差(OT - 対象群)
		作業療法介入群	対象群	
生活機能	基本的ADL	-0.41	-0.5	0.09
	手段的ADL	0.4	-0.2	0.6
	社会的活動	-3.2	-0.8	-2.4
	対人交流の質	1.6	-0.3	1.9
生活満足度		1.3	0.9	0.4
抑うつ症状		-0.1	-0.2	0.1
健康度の自覚		1.6	-1.1	2.7
健康関連QOL	身体的痛み	-3.9	-5.6	1.7
	身体機能	-4.1	-11.1	7
	役割(身体)	-3.6	-10.7	7.1
	全般的健康	-0.5	-2.6	2.1
	活力	4.1	-0.8	4.9
	社会的機能	-0.5	-4.2	3.7
	役割(精神)	-5.4	-12.9	7.5
	全般的精神機能	-0.9	-3.6	2.7

これで

**作業科学すげー**って  
なりました！

他にも心理学者が  
**作業の楽しみ**についてなど  
多くの研究がされています

# たとえば

Mihaly  
Csikszentmihalyi

---

**ミハイ・チクセントミハイ**

**彼の研究は**

**フロー理論！**

**楽しみの現象学で知られている様に  
「没頭」や「のめり込む」状態を定義した！**

初代Flow

縦軸  
・  
課題



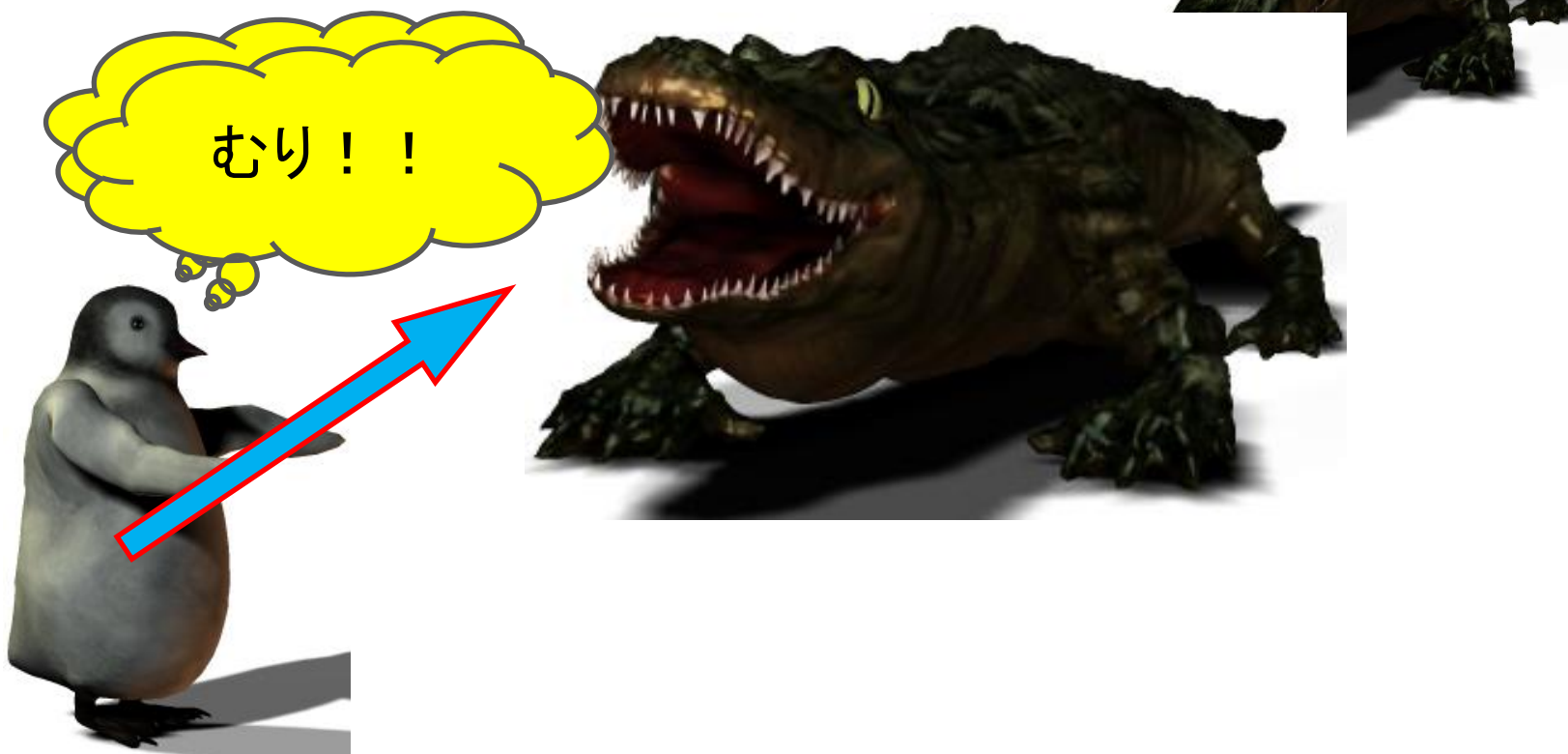
横軸：能力

## Flowの状態にあるときの8つの特徴

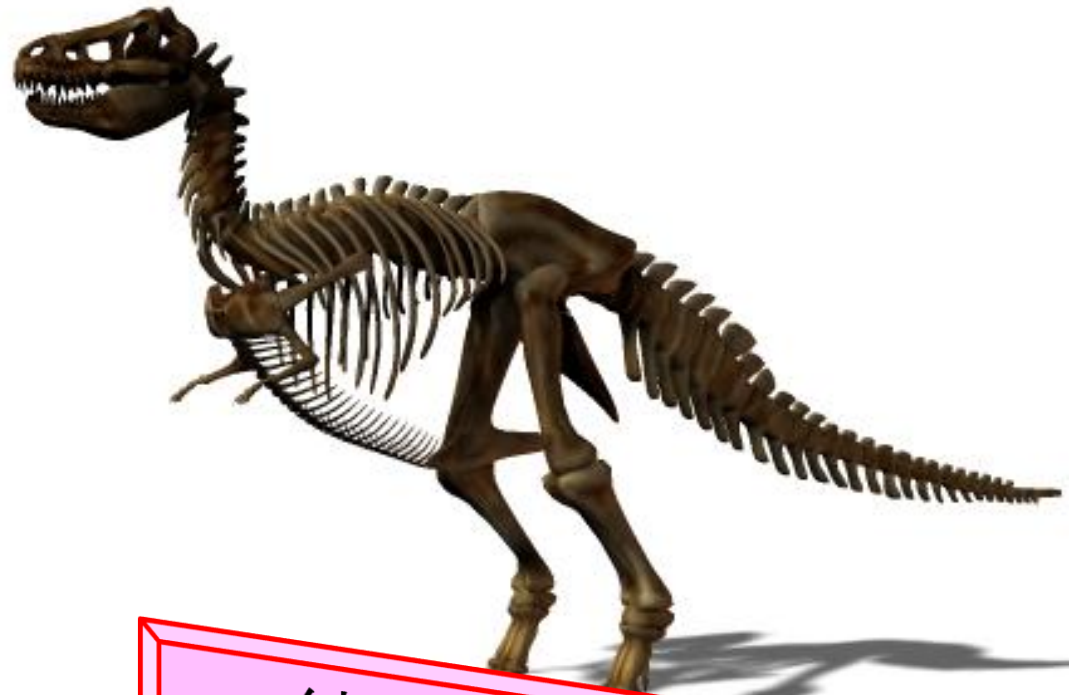
1. **ゴールが明確**である。瞬間瞬間のゴールのこと。  
例: 将棋の次の手を考える. ギターの次のコードを考えるなど
2. やっていることの**フィードバック**が即座にある。
3. 行っていることの難易度が自分の**能力と釣り合っている**。
4. 今行っていることに完全に**集中**している。
5. 日常生活の雑事やフラストレーションがまったく**気にならない**。
6. 人生・行動をコントロールできているという**実感**がある。
7. **自己意識がなくなる**。他人が自分をどう見ているかという思いから無縁の状態になる。
8. **時間の感覚**がまったく変わってしまう。1時間が数分に感じられたり、あるいは逆に長時間に感じられたりする。



課題の難易度が高い場合！



課題の難易度が低い場合！



練習用！



不安・回避

Flow

退屈・逃避



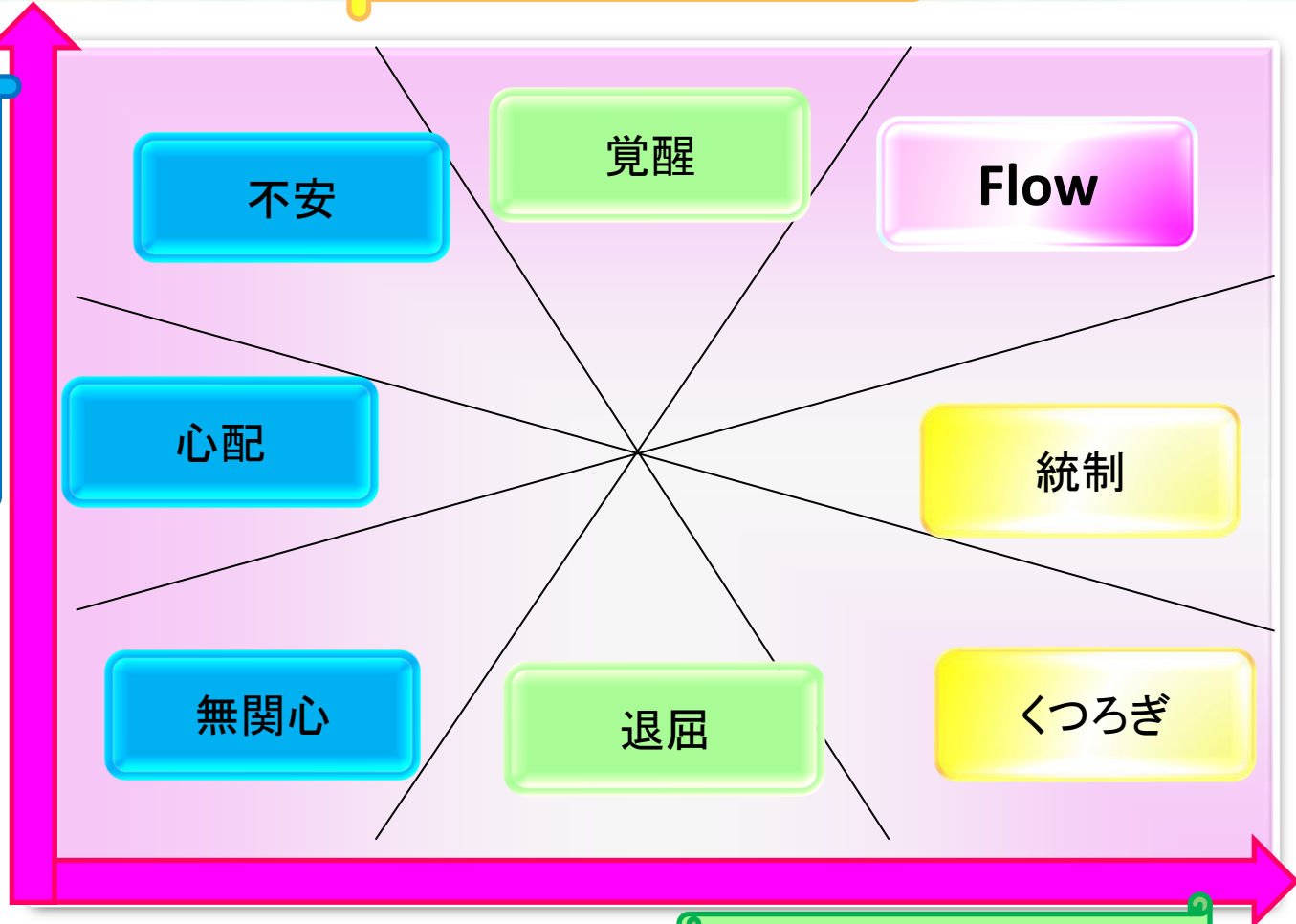
縦軸  
・  
課題

横軸：能力

研究の末 Flow8分図 に進化！

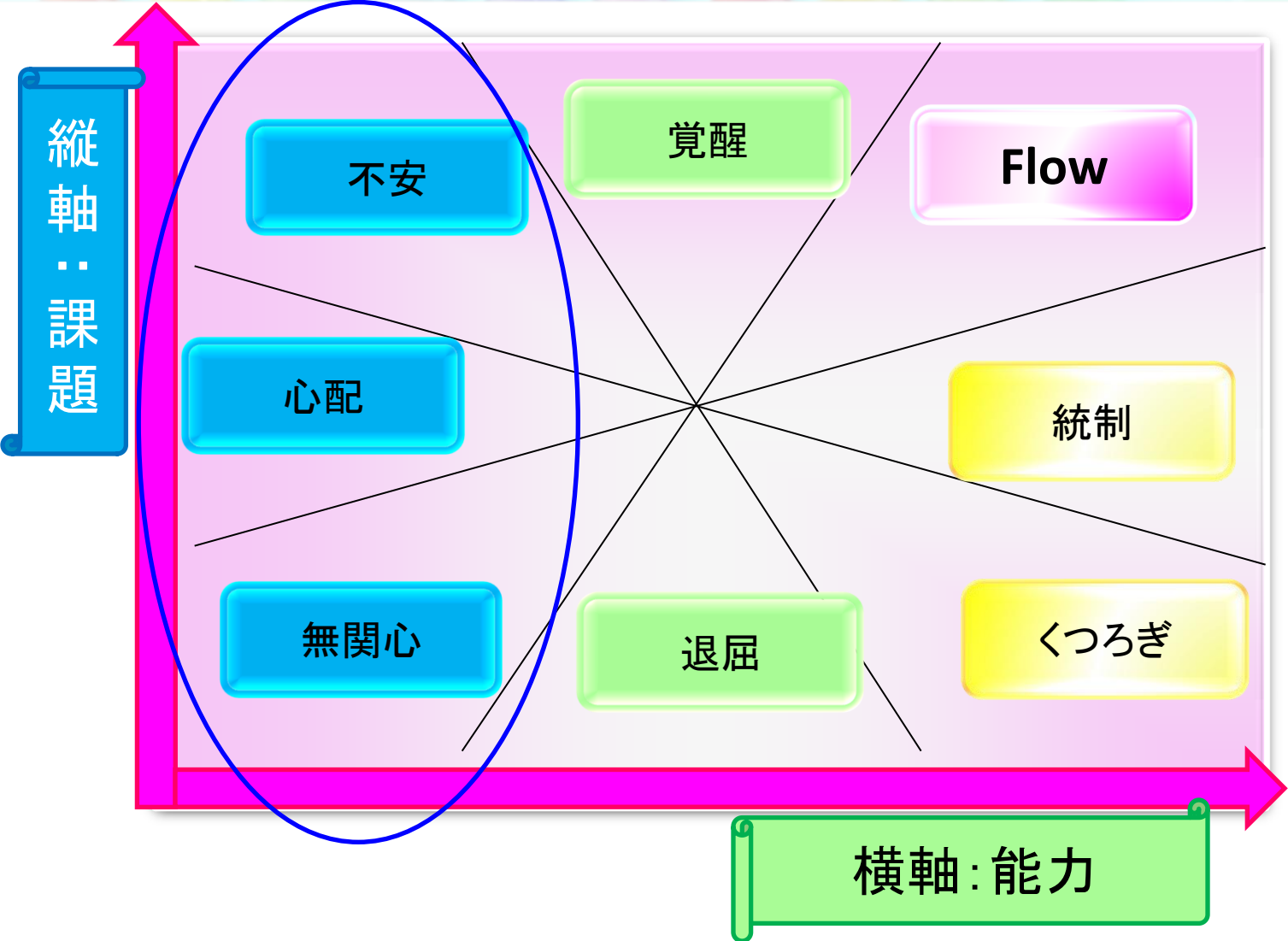
Flow

縦軸  
課題



横軸: 能力

能力が低いと調整をしても  
FLOWにはならない！



# フローって

ほんっと  
大事ですね



# では次に健康を生成するSOCについて

生活することは  
ストレスとの戦い！



様々なストレスが  
常に皆さんを襲います

# 人は常に健康破綻領域へ引っ張られている

健康への  
扉



それに逆らう力！  
それがSOC

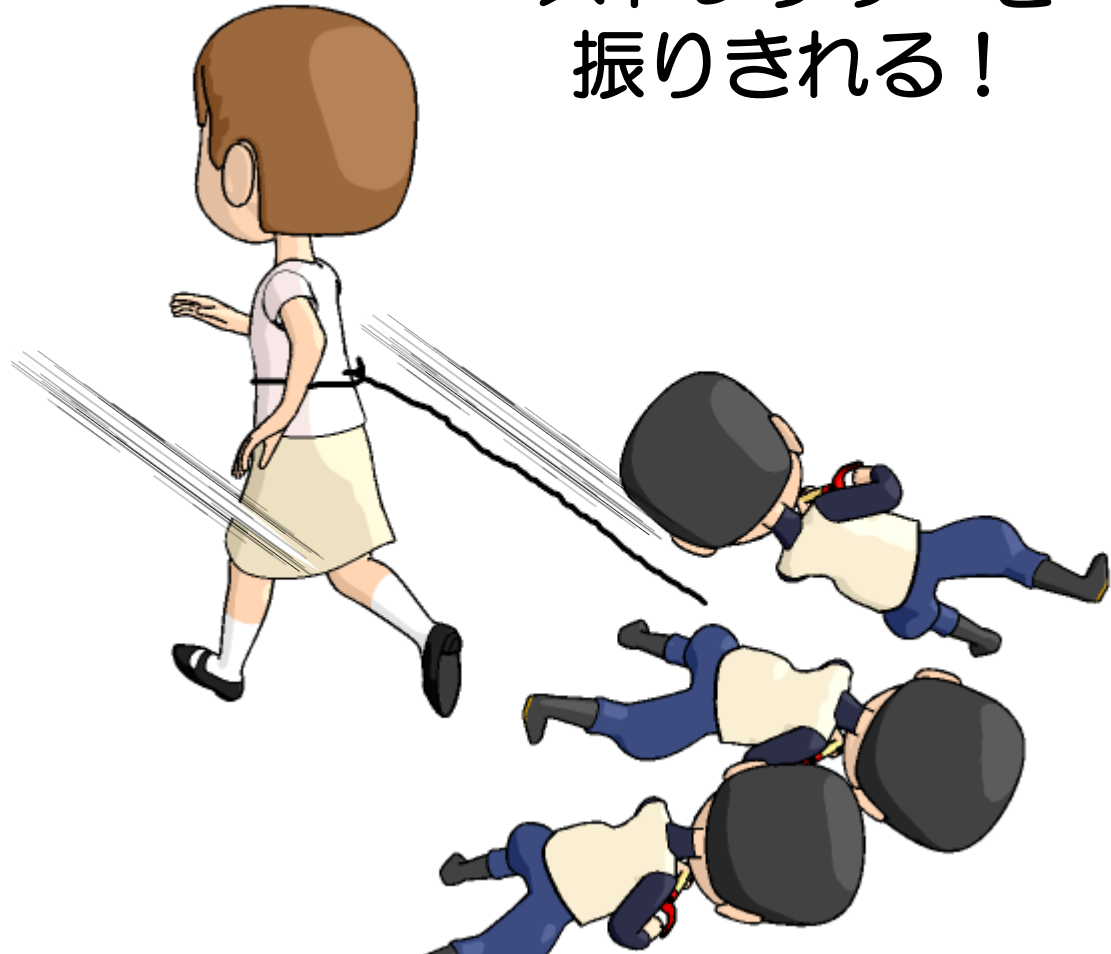
健康破綻  
領域



# なのでSOCが強いと

健康への  
扉

ストレッサーを  
振りきれる！



# 逆にSOCが弱いと

健康への  
扉

ストレッサーに  
競り負ける！



健康破綻  
領域

# SOCが足りないと



どんどん  
不健康になる

ではSOCとは  
何なのでしょう？

# SOC 首尾一貫感覚

人はSOCを備えることで  
健康に向けての力が自然と強まり  
健康的な行動, 健康的な思考, 健康感と  
健康な状態に自然と向かっていきます。



把握可能感

処理可能感

有意味感

# まず

## 把握可能感

環境からストレス的な刺激を受けた時、その刺激をどの程度理解できているかの意味理解能力である。



自分の能力は〇〇  
だから外で運転はしない  
でも畑なら大丈夫  
30分ごとに休憩をすれば  
集中も保てる！

## 処理可能感

自分が持っている**対処能力**及び、自由に使える人やモノなどの**資源的なサポート力**である。



私に畑を耕す能力はない  
でも耕運機がある！  
全部できないけど  
後は息子が手伝ってくれる  
私はまだ畑に出られる！

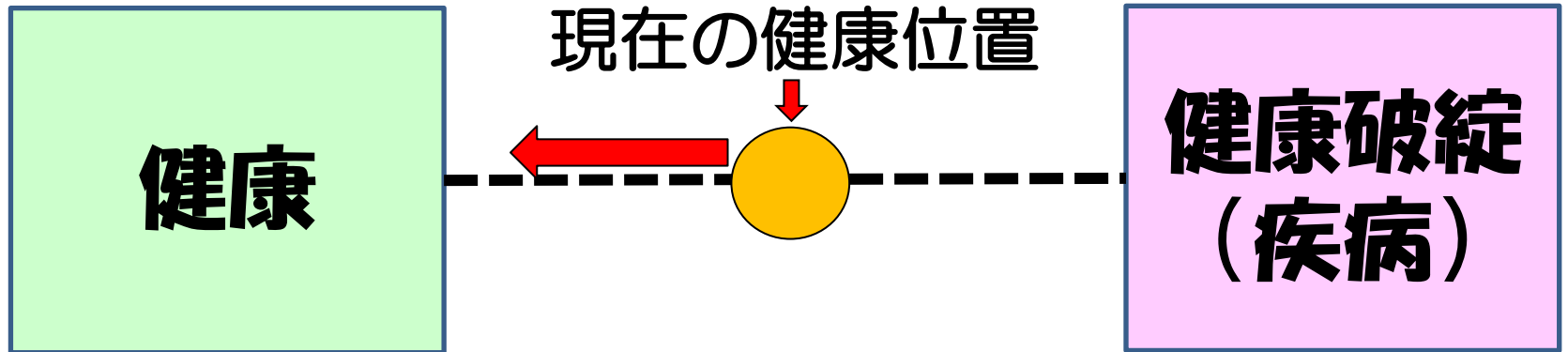
## 有意味感

自分の人生に意味を見出している感覚や、問題に挑戦する価値があると考えられる能力である。

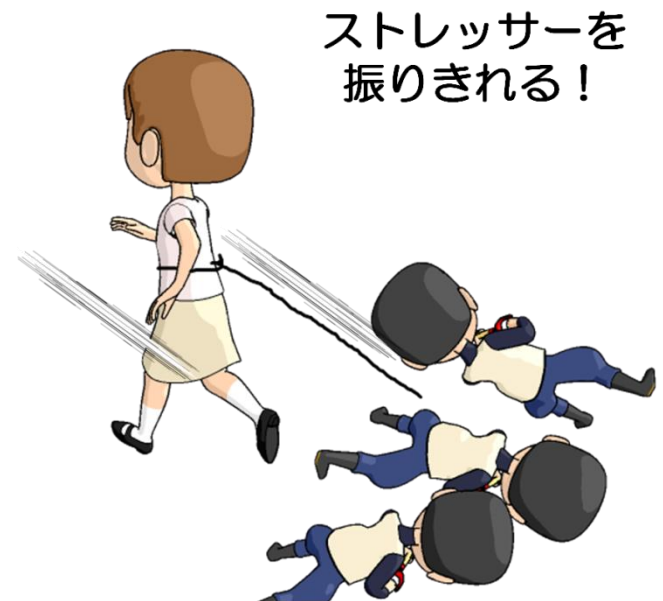


まだ私の知識は家族の役に立っている！  
頼ってくれる！  
ご近所さんも野菜を待っていている！  
私は畑に出なければ！！

# これらの感覚が



強ければ強いほど  
健康へ向かう力が強まる





なのでSOCの3要素が高められると

把握可能感

処理可能感

有意味感

自己の課題を理解し  
自己の力を把握し  
生きる意味を持っている事！  
という意味になります。

その力の付与は**健康的な思考**  
**健康的な行動**にOTが導いた  
**効果と判断できる**と思います

# ではこれを踏まえて

2人の猛者に  
事例報告をして頂きますので  
一緒に消化をしていきましょう！

圧迫骨折で最低限の生活を選択していたのに  
え？積極的に旅行に行くようになった??  
いったいどんな魔法を使ったんですか??



転びそうだからできない！が  
楽しくてもっと！もっと！に変わったって！？  
いったい、なにをしたんですか？？？

