

アクセプタンス&コミットメント・トレーニング(ACT)による リハビリ支援と臨床行動分析

○加藤 宏公¹⁾, 柳澤 博紀²⁾, 大瀧 明子³⁾

1) 愛知県立大学 看護学部, 2) 医療法人桜桂会 犬山病院, 3) 香をり 訪問看護ステーション

リハビリとは、疾患を経験した人の回復の道程における継続的なプロセスであり、極めて個別的で主観的なものです。その後も続く、その人自身の人生のプロセスそのものであるため、その方向性を支援することが重要です。リハビリのプロセスを支援するには、このように極めて個別的な、人生においてその人が大切にす「価値」を掘り起こし、その掘り起こされた「価値」の方向性に向かって、その人自身の人生を生きることを支援することが求められます。アクセプタンス&コミットメント・トレーニング(ACT)におけるコミットメントの支援とは、支援する人の個別の「価値」にコミットし、その人自身が生きるプロセスを支援することであるため、リハビリ支援に適しています。ACTにおけるアクセプタンスのリハビリ支援については、昨年度の学術集会においても紹介させていただきましたが、いかに自身の思考を形作る人間の用いる言葉によって、人は縛られているかに気づき、そこから脱することで実際に起きている体験を重視し、苦痛を伴うものであっても回避することなく受け入れることを促進します。アクセプタンスとコミットメントをつなぐ介入のプロセスが、マインドfulnessの体験であるため、ACTは第三世代の認知行動療法の1つとして位置付けられますが、理論的基盤は、行動分析学によるものです。行動分析学は、人間を含む動物の行動の原理を分析しアセスメントすることができ、動物の中でも人間のみが用いる言葉による行動の原理をも分析できるようになったものが臨床行

動分析であり、対人支援の臨床現場において支援法としてまとめられている1つのものがACTです。臨床行動分析によるアセスメントは、看護でも活用されている行動分析学に基づくシングルケースデザインや、三項随伴性(先行刺激・行動・結果)による行動の前後の観察を用いることで、その場での短期的なプロセスをアセスメントすることに役立ちます。その上で、臨床行動分析では、行動の前後における個人の機能的な文脈を重視するため、個別的で主観的な文脈に沿った短期的プロセスのアセスメントと支援が可能となります。さらには、シングルケースデザインを用いることで、継続的な長期的プロセスを観察することで、リハビリの支援に伴走し、継続的なプロセスを評価しながら支援することができます。本ワークショップでは、その人自身の人生の方向性として、継続するリハビリのプロセスに対する看護支援の方法論として、この臨床行動分析を用いたアセスメントによる継続的プロセスへの方法と、支援法の1つであるアクセプタンス&コミットメント・トレーニング(ACT)を用いた支援を体験してもらい、今後のリハビリ支援について、交流を深めていきたいと思っています。みなさまのご参加をお待ちしております。

【倫理的配慮】本ワークショップ内で話し合われる内容は守秘義務を伴うものとし、参加者の個人情報およびプライバシーの保護に十分留意いたします。また企画者らは、ワークショップ自体が安全な場として機能するように配慮して進行をさせていただきます。