

脳性まひ者のあぐら座位の姿勢変容過程

～一週間キャンプにおける動作法の効果の検討～

藤河如民¹・千川 隆

Posture Transformation Process of Person with Cerebral Palsy in Cross Leg Sitting

— Effects of Dohsa-hou at One Week Training Camp —

Yukumi FUJIKAWA and Takashi HOSHIKAWA

(Received October 1, 2010)

The effects of Dohsa-hou were examined through case study of person with cerebral palsy at one week training camp. The trainee had difficulty in sitting posture at flour. This study examined how approach to “intention” and “effort” influenced posture transformation of trainee. As a result, the trainee’s posture has changed and the trainee was able to control her body movement with her intention. Therefore, Dohsa-hou was effective for person with cerebral palsy. In addition, this study was discussed about the transformation process of posture and changing trainer’s strategy. The strategy was taken by describing the viewpoint of trainer. In the result, the trainer’s strategy was changed by such as follows: 1) Understanding that the trainee was not able to control her body movement with the intention. 2) Small step training was effectively. 3) Setting the situation that trainee can train easily was effectively. The trainer’s strategy has changed and Dohsa-hou was more effectively.

Key words : Dohsa-hou, trainer strategy

1. 問題と目的

1) はじめに

肢体不自由の特別支援学校において、脳性まひ児の占める割合は高く、対応が求められている（愛知県教育センター, 1999）。厚生省（1968）は脳性まひを「受胎から生後4週以内の新生児までの間に生じた、脳の非進行性病変に基づく、永続的な、しかし変化する運動および姿勢の異常である。その症状は満2歳までに発現する。」と定義している。このような脳性まひ者の運動障害の改善に対し、筋・骨格系や脳・神経系の立場から様々なリハビリテーションが行われてきた。しかしそのような従来のリハビリテーションを問題視する指摘がある。リハビリテーションを実際に受けてきた立場である熊谷（2009）は、従来のリハビリテーションが、障害の機能と構造レベルの回復を目指しており、脳性まひという身体を「克服すべきも

の」として捉えているという問題点を指摘した。熊谷（2009）は、今後のリハビリテーションの在り方として、身体と動きについての多様性を認める寛容で柔軟な態度が求められると指摘している。

本研究で検討する動作法は、「動作」を「意図→努力→身体運動」として捉え（成瀬, 1973）、脳性まひ者が自分の身体を自分で動かそうとするという「意図」の存在を想定している。訓練者は脳性まひ者に対して機械的にリハビリを行うのではなく、「身体運動」の背景にある、脳性まひ者の「意図」を大切にする。この点で、動作法は熊谷（2009）の指摘にある、「多様性を認める寛容で柔軟な態度」と合致するのではないか。そこで本研究では、臨床的に実証されている動作法の一週間キャンプでの実践を記述することで、その姿勢変容過程について分析することとした。

2) 動作法の歴史

動作法の起源は、催眠法による脳性まひ者の心理リ

¹ 熊本大学大学院教育学研究科

ハビリティーション研究として出発した(木村, 1964; 小林, 1965). 小林(1965)は脳性まひ者を催眠状態に誘導すると, 今まで動かなかった腕が動いたことを報告した. このことから, それまで生理的な障害であると捉えられてきた脳性まひが, 心理的な要因と深い関係があるということがあきらかになった. また, 成瀬(1968)は脳性まひ児が空のコップを持ち上げるときと水が入ったコップを持ち上げるときでは, 水の入ったコップを持ち上げるほうが難しく, その背景に心理的な緊張があると指摘した. このことを踏まえ成瀬(1973)は, 人が身体を動かす際には, 動きをしようという「意図」が生じ, それを実現しようとする「努力」がなされ, その結果として「身体運動」が生起すると提唱した.

糸永(1979)によれば, 脳性まひ者には運動に関係する肢体そのものには本来的には障害は存在せず, 自分の意図どおりに肢体を動かそうとしても思うように出来ず, 意図に合致しない身体運動が実現されてしまう「動作不自由」が脳性まひの本質的な障害であるとしている. また, 成人の脳性まひ者には, この「動作不自由」のために蓄積されてきた身体の動かし方の誤学習のために, 局所に慢性的な緊張が残るとされている. 成瀬(1968)は乳幼児期にはかたいというよりは力が入らないため動けないのに対し, 児童後期になるとどうにか動かせるようにはなるが, 局部的に誤った力を入れて頑張っているために, かたくなったりするものが多いとしている.

以上を踏まえ動作法は, 援助者であるトレーナーが適切な援助をしながら, 脳性まひ者が自分の身体を自分の意図した通りに動かすことができるように訓練することを目的として開発された. 原口(1979)は, 不当緊張は脳性まひ者がそれをうまくコントロールできていないあり方として捉えるため, 動作法ではその不当緊張をうまくコントロールしていくための学習を行うとしている. つまり, 不当な緊張を他動的に機械的に弛緩するのではなく, 本人が緊張をコントロールする, つまり自分で自己を弛緩することを大切にしているといえるだろう.

3) 理学療法や作業療法との違い

脳性まひの理学療法で代表的なものに, ボイタ(Vojta)法とボバース(Bobath)法がある. ボイタ法とは, 日本ボイタ協会によれば, 「一定の姿勢と誘発帯を用いて, 生後から歩行に至るまでの運動パターンを促通する方法」である. 原田ら(1993)は脳性まひ児14名に対しボイタ法を用い, 筋腱移行部という誘発帯を刺激することで, 応答運動が良く生起することを報告した. また, ボバース法の基本は異常な姿勢反応を抑制し, 正しい姿勢反応を引き出すことにより,

正しい動きの感覚を学習し, 正常な運動パターンを学ばせていくことである(栗原, 2004). 梶浦(1975)はボバース法の成果として, 痙直型の痙性の増強を防ぎ得ることなどを報告した. 栗原(2004)は, ボイタ法もボバース法も, 脳性まひの小児がもっている運動能力を環境からの感覚刺激によって最大限に引き出すことが基本であるとしている.

しかし, ボイタ法もボバース法も刺激とそれに対する反射にのみ焦点が当てられており, 動作をコントロールしている脳性まひ者の意図は考慮されていない. 原口(1979)は, 理学療法や作業療法では, 脳性まひ者の身体そのものを対象としており, その身体を動かす, コントロールしている脳性まひ者の主体的なはたらきかけは対象外に置かれていると指摘している. さらに原口(1979)は, 反射運動自体が脳性まひ者の心理的な要因によって強化したり消滅したりするという知見から考えると問題があると指摘している. 以上を踏まえると, 刺激と反射によって動作をコントロールするだけではなく, 動作の背景にある「意図」や「努力」の過程にもアプローチしなければならないだろう.

4) リラクゼーション訓練とタテ系動作法

従来, 動作訓練の基本をなしていたのは, リラクゼーション(弛緩)訓練であった. 清水(1999)は, リラクゼーション訓練を, 不要不当な緊張を, いったん崩して白紙の状態にし, あらためて適切な力の入れ方や緊張の配分を学ばせるために行うと表現している. さらに清水(1999)は, このリラクゼーション課題においてもっとも留意すべき点は, 自己弛緩という点と, 緊張を緩めるその過程の主体的な努力活動であるとしている. しかしこのリラクゼーションを中心としたアプローチの限界も指摘されるようになってきた.

リラクゼーション課題の中心となる仰臥位や側臥位などの二次元姿勢から, 座位や膝立ち, 立位などの三次元姿勢へと変化するときには緊張の変化があることが注目されている(安好, 1982, 1986). また, 干川(1987)は, 三次元姿勢では自体の操作に加え重力に抗して自体を世界に位置付けるという課題が加わるため, 二次元姿勢で緊張が十分弛緩したとしても, 三次元姿勢をとると二次元姿勢では見られない緊張が出現し, 二次元姿勢での弛緩が必ずしも姿勢の変化に直結しないことを指摘した.

そこで注目されたのがタテ系動訓練法である. 成瀬(1998)は, タテ系動作訓練というのは身体を反ったり, 屈にしたりするような無意識の努力を抑えて, タテに力を入れるように意識努力ができるようにする援助法であると述べている. つまりタテ系動作訓練というのは, タテになるための力の入れ方を訓練する方法

であるといえる。このタテの力の出現による姿勢の改善例が報告されている（山内，1992；谷，1992；谷，1996）。

谷（1996）は、側彎を有するトレーニーにタテ系動作訓練を用いた結果、トレーニーがタテの力を入れることができるようになり、側彎の突がゆるやかになることを報告した。清水（1999）は、障害児のための動作法は、リラクゼーション訓練とタテ系動作訓練の二つが、大きな核となっていると述べている。以上のことから、ヨコの姿勢（二次元姿勢）で不当緊張を弛めるリラクゼーション訓練と並行して、タテの姿勢（三次元姿勢）でも不当な緊張を入れずに、正しい力を入れて姿勢を保持するタテ系動作訓練が、脳性まひ者には必要であるといえる。また、座位の姿勢で頸や背、腰などの適切な部位に適切な力を入れて、上体を真っ直ぐに保持できるようになると、安定して座っていることができるようになるだけでなく、肩や腕などにみられた不当緊張が弛んでくることが明らかになっている（東海北陸心理リハビリテーション研究会，2000）。このことからタテ系動作法を並行して行うことの重要性がうかがえるだろう。

5) トレーナーの訓練方略

これまで述べてきたように、動作訓練は動作の主体である脳性まひ者の「意図」や「努力」にアプローチする心理的技法である。心理的な働きかけである以上、そこにはトレーニー（脳性まひ者）とトレーナー（援助者）との心理的な相互作用が存在する。

成瀬（1985）は、身体運動をしようとする動作訓練は、生きた人間の意志や活動に働きかけていくところに基本的特徴があり、訓練を受けるものとしてのトレーニーと、援助をするものとしてのトレーナーによって構成されていると述べた。干川（1987）は、トレーナーの設定する具体的な課題は、目に見えるトレーニーの動作状況に加えて、トレーナーの技能や自信などのあらゆる要因を合わせ決定されると述べている。トレーナーはただ機械的に課題を設定するのではなく、トレーニーとの関係の中で課題設定の仕方を変えていく。干川（1987）は、トレーナーが訓練課題を設定する際の方略を訓練方略と定義し、訓練方略の変容を促す要因として、①トレーニー・トレーナー関係、②スーパーバイザーからの助言があり、逆に妨げるものとして、①トレーナーの先入観、②トレーナーのあせり、③トレーナーの不安があると指摘した。つまり、トレーニーが課題を達成するためには、トレーナーが訓練を組み立てる際の気づきや心理的な状況も大きく影響してくると考えられる。

よってトレーニーの姿勢変容に及ぼす動作法の効果を検討する際に、トレーナーの訓練方略の変容も合わ

せて考察する必要があるだろう。

6) 一週間キャンプの構造

脳性まひ者の動作訓練でどうしたらよい効果をあげられるか、いろいろ試みられた結果ゆきついたのが、キャンプ方式による一週間の集団集中訓練である（安中，1979）。動作法の一週間キャンプは、一般に行われているレクリエーションを主体としたキャンプではなく、動作訓練がプログラムの中心になっている。安中（1979）は、一週間キャンプのメリットとして、集団で集中的に行うことでトレーニーもトレーナーも訓練に対する動機付けが高まり、集中できること、そのため分散的な方法よりも短期間で動作学習が成立することを挙げた。

大人の脳性まひ者の場合緊張が強いため、ある程度継続して訓練を行わなければ、訓練効果がなかなか現れにくいという面もある。成瀬（1973）は、脳性まひ者の動作困難に伴う歪んだ運動習慣が、脱臼や間接の拘縮、側彎などの二次障害につながることを踏まえ、正しい動作の仕方を学習・定着させるためには継続した訓練が重要であると指摘している。一週間キャンプは継続して訓練を行う場として最適であろう。

7) 本研究の目的

これまで動作法が従来のリハビリテーションとは異なり、動作主体の「意図」や「努力」を想定しそこにアプローチできる方法であることを述べてきた。そこで本研究では、一名の脳性まひ者に対し一週間キャンプで動作訓練を行い、動作主体の「意図」や「努力」にアプローチすることが、その後の姿勢変容への影響を検討することとした。また、これまでの事例報告では、トレーニーの姿勢変容に影響を及ぼすトレーナーの訓練方略について検討した研究はほとんどない。よって本研究では、姿勢の変容過程を検討するにあたって、トレーナーの訓練方略の変化が訓練にどのような影響を及ぼしたかを合わせて考察することとした。

2. 事例概要

1) 対象者（トレーニー）

トレーニーは38歳の女性（以下Aさん）である。食事・着脱衣および排泄はすべて介助を必要とする。食事に関しては噛むことが難しく、きざみ食である。移動は車いすを押してもらって行っている。小さいころから動作法の訓練会に参加してきた。

2) 実施期間と手続き

200X年8月に行われた5泊6日のキャンプ方式による宿泊集団集中訓練であった。一回の訓練時間は60分で原則として一日3回の計16回であった。Aさんの

トレーナーは筆者が担当した。ひと班5組のトレーナーとトレーナー、1名のスーパーバイザー（以下、SV）で構成されており、全体では4班構成のうえに総合指導が1名でキャンプが構成されていた。

3) 動作状況

(1) 言語面

言葉の発声はないが、痛い時などに声をあげたり、首を振って訴えることができる。

(2) 動作面

・あぐら座位

Aさんのインテーク時のあぐら座位の姿勢を Fig.1 に示す。Fig.1 に示すように、Aさんは右の股関節に亜脱臼があり、あぐら座位の姿勢で右のお尻に体重をかけて座ることが難しく、左のお尻に体重をかけて座っていた。また左側の躯幹に突の側彎が見られた。また、腰が後傾しており、Aさんは頭を伏せて背中を丸めたままの姿勢でいることが多かった。頭を起こすよう指示すると、Aさんは肩や指、手首、肘にもぎゅっと力を入れて、肘を後ろに引いて、頭を起こすこようと頑張っていた。腰の動きは小さく、Aさんが自分で起こすことは難しかった。トレーナーが腰を起したまま止めておくと、Aさんが上体を上に伸びあげる動きが見られた。

4) 見立てと動作課題の手続き

(1) 見立て

以上のAさんの様子から以下のような見立てを行った。

Aさんはあぐら座位において、右股関節の亜脱臼のために左のお尻に体重をかけて座っていた。そのため

左に上体が倒れないように左躯幹を屈方向に曲げる力を入れていた。その誤った力の入れ方のために、左側彎部の緊張が慢性化していると考えた。また、腰が後傾したまま自分で起こすことが難しかったために、Aさんは後ろに倒れないように頭を伏せ、首や背中を丸めてバランスをとっていると考えた。

そこで、キャンプでの最終目標をAさんが腰を起こし、背中をタテ方向に伸ばしてバランスよくあぐら座位ができるようになることと設定した。

まずは腰周りの動きが出るように腰周りの緊張を弛めていくことと同時に、左の側彎と丸まっている背中の中の緊張を弛めていくこととした。また、ヨコの姿勢で弛めてもタテの姿勢（あぐら座位）に戻すと緊張が出てしまうことも踏まえて、リラクゼーション訓練とタテ系動作訓練を並行して行うことを主な方針とした。

(2) 動作課題の手続き

①左側彎・背中の中の弛め

ヨコの姿勢では側臥位での躯幹のひねり課題で緊張を弛め、タテの姿勢では背反らせ課題で弛めを行うこととした。

②腰周りの弛め

ヨコの姿勢では、側臥位での躯幹のひねり課題や脚の曲げ伸ばし課題で弛めを行い、タテの姿勢では、あぐら座位での腰の前後の動き、そしていすに肘を突くような四つ這いの姿勢で緊張を弛めていくこととした。

③タテ系動作訓練

腰周りや背中・側彎を弛めた後にタテ系の姿勢の中でAさんが自分で使う練習を行った。具体的な課題としては、あぐら座位で腰を起したまま、上体を上に伸

Schema of Body Dynamics

記録年月日 200X年 8月 日 年 月 日

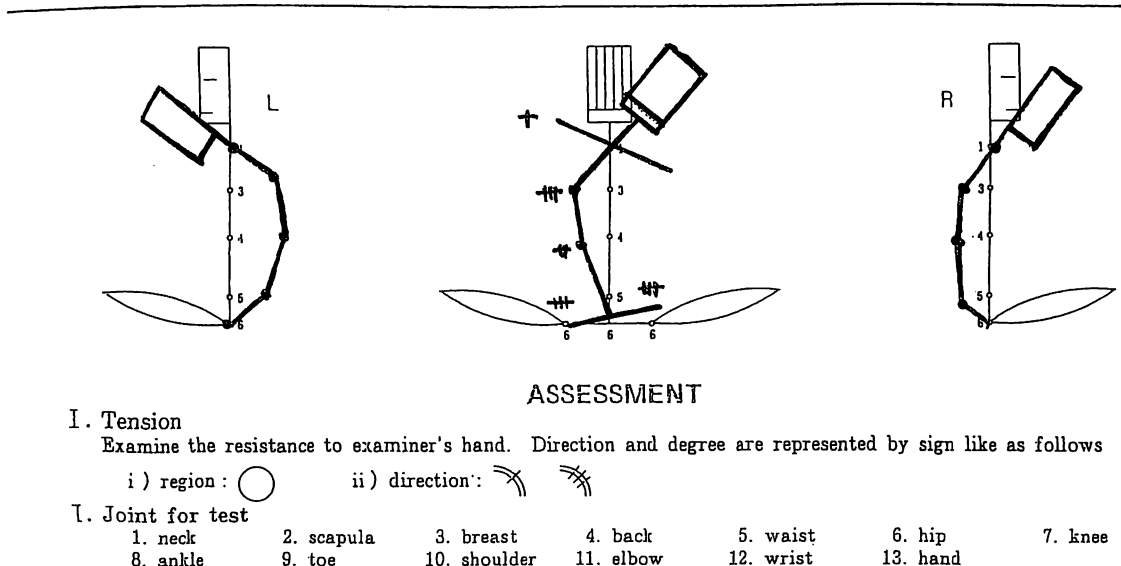


Fig.1 キャンプ開始時におけるボディ・ダイナミクス票

びあげる練習と、膝立ちで腰を使う練習と上体を上に伸び上げる練習、膝で地面を踏みしめる練習を行った。

(3) トレーナーの訓練方略

セッション中の課題設定のねらいや気づき、ミーティングでのSVからの助言はその都度記録用紙に書き込むこととした。

3. 動作訓練の経過

以下に6日間実施した動作課題を(1)訓練部位および変化として示し、重点課題や変化のあった課題について詳述する。また1日のトレーナーの方略や気づきを(2)トレーナーの訓練方略とし報告する。

1) 1日目

(1) 訓練部位および変化

①左側彎・背中の弛め

側臥位で躯幹のひねり課題を行おうとしたが、Aさんは躯幹をひねろうとすると肘を曲げてしまった。そこで肘の曲げ伸ばし課題に切り替えた。Aさんの手の指を開き、手首を反らせた状態で繰り返し訓練すると、トレーナーの声かけに応じてAさんが自分で動かすことができた。

あぐら座位での背そらせ課題を行おうとしたがAさんはトレーナーに体重を預けることが難しかった。

(2) トレーナーの訓練方略

SVより、肘には普段は緊張が入らないのに、躯幹のひねり課題で肘が曲がってくるのはなぜか考えるようにとの助言を得た。Aさんは躯幹のひねり課題を行うときに、手を握り締めて、手首も内転させていた。その緊張が抜けないため肘にも力が入ると考え、指を開き手首を反らせるという方法をとった。Aさんの緊張がどこからきているかを考え、どう援助するとAさんは緊張を弛めやすいのかを細かく分析して課題を設定することが必要である。

2) 2日目

(1) 訓練部位および変化

①左側彎と背中の弛め

1日目と比べて、躯幹をひねるときにAさんは肘を曲げることがなくなり、力をすっと抜くことができるようになった。しかし躯幹部には緊張が残っており、Aさんが自分で躯幹をひねるのは難しかった。

あぐら座位での背そらせ課題を行ったが、Aさんは首を振って拒否をした。

②腰周りの弛め

Aさんは四つ這いの姿勢をとることが難しいので、低い椅子に肘をつく形での肘這いの姿勢(以下、椅子肘這いとする)で腰の反らしと丸める訓練を行った。

腰を反らせる動きが出にくいと感じた。

(2) トレーナーの訓練方略

肘の動きに関しては、Aさんは肘に不当な力を入れずに曲げ伸ばしをコントロールすることができるようになった。トレーナーはAさんが力を抜きやすいポイントを掴めたと感じた。

しかし、Aさんの主動的な動きを感じ取れず、トレーナーが他動的に課題を行っていた場面もあった。あぐら座位での背そらせ課題や、肘這い姿勢での骨盤を動かす課題で他動的な援助をしてしまった。SVより、Aさんは頑張ろうとしているので、本人の主動的な動きを待つようにとの助言を得た。また、背そらせの課題でいきなり角度をつけて背中を反らせるのではなく、まずはトレーナーに体重を預けるだけの簡単な課題から、徐々にレベルアップしていくようにとの助言を得た。

Aさんはトレーナーの声かけにあわせて動こうとしているが、「意図」し「努力」する段階がうまくいってないと考えた。Aさんの主動的な動きに気付くためには、トレーナーがAさんに動かしてほしい所ばかりに注意を向けるのではなく、他のところに力を入れて頑張っていないかを見ることが大切であろう。また、トレーナーはAさんにとって難しい課題をいきなり設定していた。Aさんに合わせてよりスモールステップで課題を組み立てていかなければならないと考えた。

3) 3日目

(1) 訓練部位および変化

①左側彎と背中の弛め

側臥位での躯幹のひねり課題では、トレーナーが後ろにひねるよう声をかけると、Aさんは肘を後ろに引いて躯幹をひねろうとした。しかしそれ以上ひねることは難しかったのでトレーナーが援助した。

あぐら座位での背そらせでは、トレーナーに体重を預けるだけの簡単な課題から行った。Aさんは、倒れてすぐは肩や背中に力を入れていたが、少し待つておく力を抜くことができた。

②腰周りの弛め

椅子肘這いの姿勢で骨盤を動かす訓練では、トレーナーが腰を反らす方向に少し力を加えた状態で、Aさんの動きを待つておくと、Aさんは自分で腰を反らせる動きをすることができた。右の亜脱臼を考慮して、右の股関節には常に手を当てて援助を行った。

③タテ系動作訓練

膝立ちの姿勢ではAさんは腰を引いて、背中を丸めるように力を入れていた。Aさんは自分で腰を前に出す動きをするときに、肩や腕にも力を入れた。腕、背中などの上体に緊張を入れてしまい、肝心の腰の動きはまだ出にくいようだった。トレーナーも上体と腰を

支える援助を外せなかった。そのためトレーナーがAさんの腰をぐいぐい押してしまう訓練となった。ヨコの姿勢で弛めを再度繰り返しても、もう一度膝立ちに戻すと緊張が出てしまった。

(2) トレーナーの訓練方略

2日目の気付きを生かして、3日目ではAさんの頑張りに気付き動きを待つことと課題をスモールステップで提示することを心がけた。その結果、トレーナーのAさんへの働きかけが変化し、課題の達成度も大きく変化したと感じた。

躯幹のひねり課題ではAさんが自分で肘を引いて頑張っていることに気付いた。トレーナーはAさんが自分で動かせる位置まで、Aさんの腕を持っていき、後はAさんが自分で動かすことができるようにAさんの動きを待つこととした。椅子肘這いの課題でもトレーナーがAさんの動きを待ったのでAさんも動かしやすかったと考える。また、あぐら座位での背そらせ課題もスモールステップで行うことでAさんは緊張を弛める感じを掴みやすかったと考える。

膝立ちの課題では援助の仕方に課題が残った。SVより、トレーナーはAさんが一人でできることまで援助をしすぎているとの指摘を受けた。トレーナー自身がAさんの身体を支えきれぬか不安で、援助の手が離せなかった。Aさんが力を入れやすいポジションをトレーナーが掴み、Aさんの力で頑張ってもらおうことが大切であろう。

5) 4日目, 5日目

(1) 訓練部位および変化

①腰周りの弛め

躯幹のひねり課題では、Aさんは腰周りに力を入れて、膝も曲げて頑張ろうとしていた。トレーナーが膝を伸ばすように斜め下に引くとAさんは膝と腰に入る力を抜くことができた。脚曲げの課題でもAさんは曲げる方と反対の足も一緒に曲げてしまった。反対の足を伸ばすようにトレーナーが援助すると、Aさんは力を抜くことができた。椅子肘這いの課題では、Aさんの動きを待つと、自身で腰を動かしている感じがあり、援助をする時にも力があまりいらなくなってきた。

③タテ系動作訓練

膝立ちの課題では、トレーナーがAさんの力が入りやすいポジションに体重をかけるように援助すると、Aさんは腰を前に出そうと自分でタテに伸びあがる動きをした。トレーナーが腰を支えておくだけでAさんは上体をタテに保持することができた。また、椅子肘這いの課題をしているときにAさんが自分で上体を起こしてきて膝立ちをしようとした。上体と腰周りが弛んで動かしやすくなったためと考えられた。

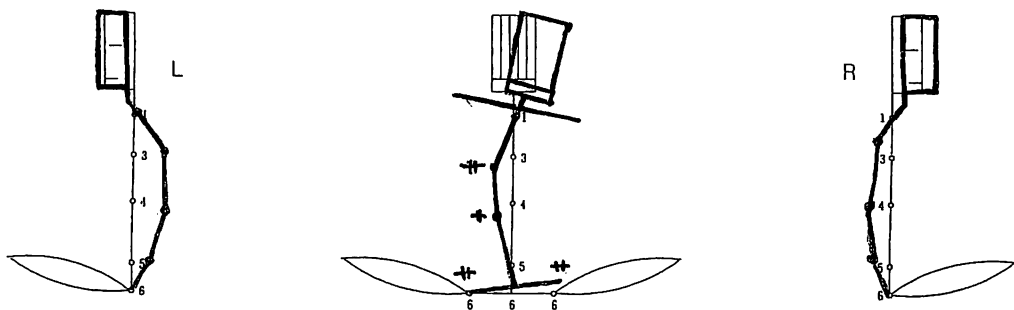
あぐら座位で前傾した姿勢からAさんが起き上がるという課題を設定した。Aさんは背中を丸めずにタテに伸びあがる動きをした。

(2) トレーナーの訓練方略

膝立ちの課題では、トレーナーはAさんの力を入れやすいポジションを意識した。Aさんの右股関節の脱臼を考慮して左の脚に体重をかけ、膝の前のほうでは

Schema of Body Dynamics

記録年月日 200x 年 8 月 日 年 月 日



ASSESSMENT

I. Tension

Examine the resistance to examiner's hand. Direction and degree are represented by sign like as follows

- i) region: ○
- ii) direction: ↗ ↘

1. Joint for test

- 1. neck
- 2. scapula
- 3. breast
- 4. back
- 5. waist
- 6. hip
- 7. knee
- 8. ankle
- 9. toe
- 10. shoulder
- 11. elbow
- 12. wrist
- 13. hand

Fig.2 キャンプ終了時におけるボディ・ダイナミクス票

なく、脚全体に体重がかかるように援助した。そうするとAさんはタテへの力を入れやすいようで、トレーナーは援助が楽になったと感じた。タテの姿勢でAさんが不要なところの力を抜いて、必要なところに力を入れることができるためには、Aさんの身体の使い方が上手になることも大切だが、トレーナーがAさんが訓練しやすい状況を設定することも大切であると感じた。

4. 一週間での主な変容

以上のリラクゼーション訓練とタテ系動作訓練を行った結果、あぐら座位の姿勢変容がみられた。キャンプ終了後の変化をFig.2に示す。

Fig.2に示した通り、Aさんは腰を起こせるようになり、背中も丸めずにタテの方向に伸びあがる力を入れることができるようになった。そうすると伏せていた頭が起きるようになり、肩や背中に不当な力を入れることなく楽に座れるようになった。

キャンプ後にAさんの母親は、家であぐら座位の姿勢で頭が上がっていることが多くなったと報告した。

5. 考察

本研究ではあぐら座位が安定していないトレーニーに対して動作法を行い、上述したような姿勢の変容が見られた。その効果について、1)「意図」や「努力」へのアプローチ、2) トレーナーの訓練方略の2点から考察する。

1) 「意図」や「努力」へのアプローチ

本研究では、動作法を用いて動作の主体であるAさんの「意図」や「努力」にアプローチすることが、Aさんの姿勢変容にどう影響するかを検討した。

「意図」や「努力」にアプローチする援助とはどのような援助だろうか。筆者は動作法で訓練をする中で、それは、①Aさんの動かせない様相を、Aさんが意図した通りに身体を動かすことができない（動作不自由）であると捉えること、②Aさんの意図した通りに身体が動くように、トレーナーが援助をすることで、正しく「努力」することができるようにすることで捉えた。

具体的には、4、5日目の躯幹のひねり課題において、Aさんは腰周りに入ってくる不当な緊張を抜くことが難しく、膝を曲げて力を入れるという誤った努力をしていた。トレーナーがそのAさんの動作不自由に気づき、膝に力を入れて頑張らなくてもいいように、膝を

伸ばす援助をすると、Aさんは緊張を自分で弛めた。このことから、Aさんの腰周りがかたく動かないのは、その筋肉や骨格に問題があるのではなく、誤った努力のせいで、不当な緊張を抜くことができないことが問題であるといえるだろう。そのため、弛まないからといって腰周りを他動的に押し付けて弛める援助をするには限界がある。動作法で力の抜き方、入れ方をAさんが気付けば、自分で腰周りの緊張を弛めることができる。

また、動作主体の「意図」や「努力」をもっとはっきりさせる訓練がタテ系動作訓練であろう。清水(1999)は、座る、立つという三次元姿勢は、横たわっている姿勢よりも重力に対して自らの身体を倒れないように、崩れ落ちないように位置付けると意識的努力を刻々と要求されると述べている。さらに清水(1999)は、その意識的な努力過程が自己活動を活発化させ、座れない子が座れるようになるとしている。

本研究でも、膝立ちやあぐら座位においてタテ系動作訓練を取り入れたことで、上述したような姿勢変容が見られた。このことから、Aさんのタテに力を入れるという努力過程にアプローチし、正しい力の入れ方を訓練するタテ系動作訓練は有効であったといえるだろう。

以上のことから、刺激を与えて筋肉運動を促したり、他動的に力を加えるだけでは限界があることが示唆された。動作法は「意図」や「努力」へのアプローチを中心に行っている点で、脳性まひ者に有効である。

2) トレーナーの訓練方略

また本研究では、トレーナーの訓練方略の変容がトレーニーの姿勢変容にどのように影響しているか検討した。上記に動作法がいかんしてトレーニーの「意図」や「努力」の過程にアプローチしているか述べた。しかし、トレーニーの「意図」や「努力」に本当に目を向けているかは、トレーナーの訓練技術や気づきにかかっているのが現状である。動作訓練とはトレーニーとトレーナーとの相互作用によって成り立っているため、トレーナーの技術や気づき次第で訓練方法も全く異なり、よって姿勢の変容などの結果も変わってくるだろう。よって、本研究で改めてトレーナーの訓練方略を合わせて検討することは意味がある。

具体的に、本研究では2日目と3日目の間でトレーナーの捉え方が変わり、訓練方略や訓練の成果も大きく変容した。

1日目と2日目ではトレーナーがAさんの主体的な動きに気付くことが出来ず、他動的な援助になっていた。しかし2日目以降は、①Aさんは自分で意図した通りに身体を動かさない、動作不自由の状態にあること、②Aさんのできることに合わせて、課題をスモー

ルステップで提示すること、4・5日目では、③Aさんが訓練しやすい状況をトレーナーが設定することに気がつけた。その結果、前述したようなAさんの変容が見られたことから、トレーナーはAさんの「意図」や「努力」にアプローチすることができ、Aさんは緊張を抜きやすくなったり、必要なところに力を入れやすくなったと考えられた。

以上にあげた3点は「意図」と「努力」の過程にアプローチするためには必要な気づきであった。これより、トレーナーの訓練技術や気づきが、トレーニーの訓練のしやすさやその後の姿勢変容に大きく影響することが明らかであろう。このように、トレーニーの姿勢変容を検討する際に、トレーナーの訓練方略と一緒に検討することは、臨床的活動において今後も必要とされるだろう。

謝辞

キャンプ中一週間にわたりスーパーバイザーとしてご指導頂いた、山田正三先生に深くお礼申し上げます。また、今回本稿をまとめるにあたって、報告を快く承諾して下さったAさんと、Aさんのお母様に心より感謝いたします。

文献

- 愛知県教育センター(1999) 特殊教育における生涯体育に関する研究。愛知県教育センター研究報告書, 149.
- 原田省吾・上村公子・島中裕幸・森本典夫・福本安甫・吉元洋一(1993) ボイタ法における筋腱移行部での誘発帯刺激。リハビリテーション医学, 30(11), 799.
- 原口芳明(1979) 心理リハビリテーションの進歩。心理リハビリテーション研究会。
- 干川 隆(1987) 一週間キャンプにおける膝立ち姿勢の獲得過程-トレーナーの訓練方略の変容に

- 伴って-。リハビリテーション心理学研究, 15.
- 糸永和文(1979) 心理リハビリテーションの進歩。心理リハビリテーション研究会。
- 梶浦一郎(1975) ポバース法について(脳性麻痺の早期療育)。日本リハビリテーション医学会誌, 12(1), 35-37.
- 木村 駿(1964) 全生活史健忘の臨床的研究。精神神経学雑誌, 66, 800-817.
- 厚生省(1968) 厚生省特別研究「脳性小児麻痺の成因と治療に関する研究」。昭和43年度第2回班会議。
- 熊谷晋一郎(2009) リハビリの夜。医学書院。
- 栗原まな(2004) 眼で見る小児のリハビリテーション。診断と治療社。
- 成瀬悟策(1968) 脳性まひ児の心理学的リハビリテーション(1)。教育と医学, 16(1), 65-71
- 成瀬悟策(1973) 心理リハビリテーション。誠信書房。
- 成瀬悟策(1985) 動作訓練の理論-脳性まひ児のために-。誠信書房。
- 成瀬悟策(1998) 姿勢のふしぎ。講談社。
- 清水良三(1999) 臨床動作法による新しい非言語的心理治療。福岡国際大学紀要, 1, 1-6
- 谷 浩一(1992) 脳性まひ児のための動作法。現代のエスプリ別冊教育臨床動作法, 至文堂, 183-194.
- 谷 浩一(1996) 側彎を有する肢体不自由児・者に対する臨床動作法の効果-適切にタテの力を入れることに気づくための体験の重要性-。特殊教育学研究, 34(3), 55-62.
- 東海心理リハビリテーション研究会(2000) 動作法テキスト。東海心理リハビリテーション研究会
- 山内隆久(1992) 動作法による脳卒中者のリハビリテーションの試み。現代のエスプリ別冊健康とスポーツの臨床動作法, 至文堂, 248-256.
- 安中康子(1979) 心理リハビリテーションの進歩。心理リハビリテーション研究会。
- 安好博光(1982) 脳性まひ児の座位保持に至る学習プログラム。国立特殊教育総合研究所研究紀要, 9, 47-53.
- 安好博光(1986) 脳性まひ児の姿勢変換-立ち上がり動作訓練プログラムの作成-。国立特殊教育総合研究所研究紀要, 13, 107-114.