臨床行動分析を用いたリカバリー支援と看護への応用

○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)滋賀県立精神医療センター

リカバリーとは、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るため、プロセスを捉える視点からのアセスメントと支援が必要です。この継続のプロセスをアセスメントするために有用なものが臨床行動分析による機能的アセスメントです。機能的アセスメントでは、なぜその行動や習慣が強化されているのかを、行動の前後を捉えた3つ（先行刺激・行動・結果）のプロセスからアセスメントします。このように行動の前後のプロセスを観察することによって、人間を含む動物の行動の原理から、その機能をアセスメントすることができます。さらに人間のみが用いる言語行動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、言語行動による悪循環のプロセスに対する支援法としてまとめられているものが、アクセプタンス&コミットメント・トレーニング（またはセラピー、以下ACT）です。例えば、「どうせ自分にはできない」といった言語行動の“先行刺激”によって、実際にはやるべき“行動”が回避されている場合に、その“結果”として、より一層「自分にはできない」思いは確かなものとなり、やるべき行動を回避するという機能が強化されていくというプロセスを辿ります。このように誰もが体験する言語行動の悪循環を、臨床行動分析では機能的アセスメントによって捉えて支援することができます。

臨床行動分析を用いたリカバリー支援では、リカバリープロセスとしての行動や習慣を機能的アセスメントした上で、より当事者の生きたい人生の方向性に向かって歩いていけるように、日常生活の行動や考え方（当事者自身の言語行動）をACTによって支援することができます。機能的アセスメントにおいては、主観的な当事者自身の言語行動による文脈

が何より重要となります。この主観的でナラティブな文脈を捉えることは、看護行為における傾聴や共感から得られる体験と共通のものであり、聴取された文脈は、そのまま機能的アセスメントに応用することができます。

ACTは臨床行動分析に基づく支援プログラムであり、その名の通りに大きくはアクセプタンスとコミットメントの支援法に分けられます。アクセプタンスの支援においては、いかに自身の考え方（言語行動）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の現実体験を重視し、回避することなく受け入れることを促進します。コミットメントの支援においては、当事者の生きたい人生の方向性を言語化した「価値」にコミットし、その「価値」に結びついた行動や習慣を促進します。リカバリー支援においては、自身の考え方に縛られない心理的柔軟性を促進すること、その上で当事者の生きたい人生の方向性を「価値」として明確化し、その行動習慣を促進することが、リカバリープロセスにつながっていきます。

本ワークショップでは、リカバリー支援における臨床行動分析を用いた機能的アセスメントとACTの支援を体験してもらい、今後の看護への応用について、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させていただきます。