

ココロとカラダと 行動変容

有限会社 セラ・ラボ
安里 和也

「セラ・ラボ」について

~ Therapy laboratory ~

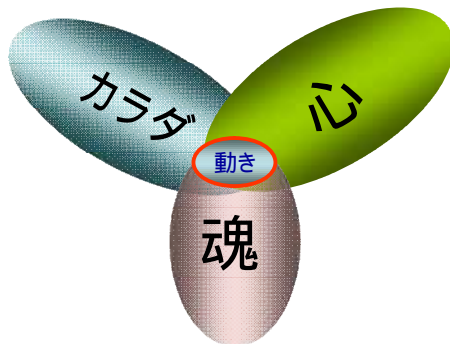
心身の“元気”へのお手伝いを目的として

- ⇒ コンディショニング (Conditioning)
- ⇒ エクササイズ (Exercise)
- ⇒ シェアリング (Sharing)

を通して、アプローチを行う場です。

メデイ・オリ at 2010.6.5 - 6

“動き・仕草”の解釈モデル



メデイ・オリ at 2010.6.5 - 6

はじめに

- 我々が対象とする患者・クライアントは何らかの訴えを抱え、理学療法などの Therapy を受けに来院してくる。しかし、実際はクライアント自体もその訴えの根本は何なのか？を把握していることはそう多くはない。
- その訴えが何を起因として起っているかを目の前のカラダや仕草を通して、感じ、考え、仮説を立て、それに働きかけ、さらに情報を得ること（アプローチ）が重要だと感じている。

メデイ・オリ at 2010.6.5 - 6

はじめに

- また、来院された背景を探るにあたり、カラダから推論を立て、アプローチを試みるのが重要であるのはもちろんであるが、その導かれた推論に至った「その人」を観ていくことが最も重要であると考え。
- そのためにも我々セラピストと患者・クライアントさんとの関係性を見直してみたい。

メデイ・オリ at 2010.6.5 - 6

今日のお話

Introduction ~ 身体心理について ~
なぜ今、ココロとカラダなの？

実際の臨床場面での 行動変容

- ⇒ 第一印象・顔色・声・カラダの向き
- ⇒ そのための“自分”への意識

検査・仮説・検証 作業の遵守(メタ認知?)

Conclusion ~ 心とカラダを含む関係性 ~

従来の理学療法の考え方の基盤

原因 → 結果

生物医学的アプローチ

メデイ・オリ at 2010.6.5 - 6

多次元モデル

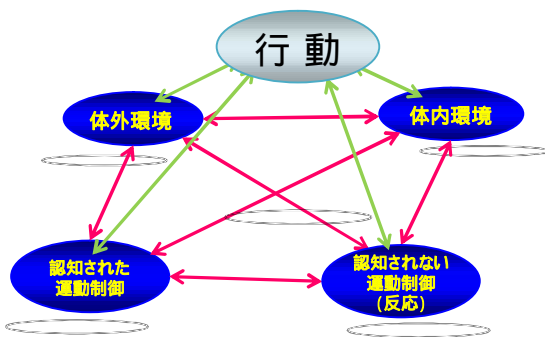
- 生物心理社会的アプローチ
- 共同的推論
- メタ認知
- 診断的推論 と 物語的推論
- 思考法 (演繹法 と 帰納法)
- Abductive Reasoning or Logic etc...

なぜ今、生物心理社会的... ?

自分の「思い込み」にならないように...

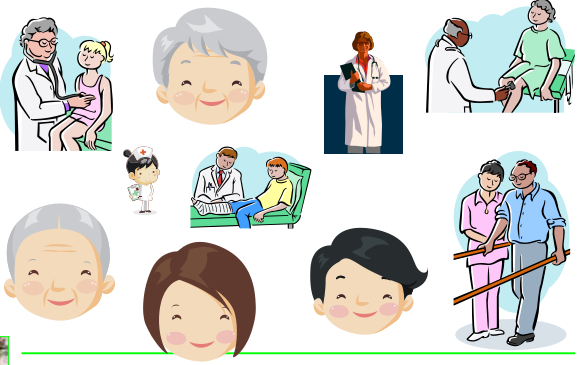
メデイ・オリ at 2010.6.5 - 6

行動変容相互決定主義



山口光國 1st.step & 2nd.step セミナー 資料より引用 (2009)

行動変容相互決定主義



行動変容相互決定主義

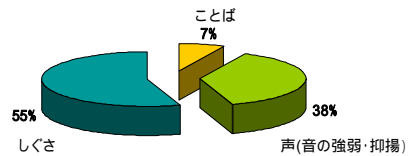
自分 ← 他者

生物心理社会的アプローチの意義

- 一番大切なことは...

患者の診かた？

意思・感情・思考の受け渡しは



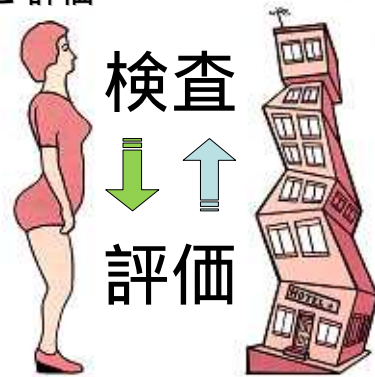
- 対人場面でのメッセージは言葉よりしぐさからの影響を受けやすい。
- 言葉としぐさとの差が強いときは、しぐさが優先

メディ・オリ at 2010.6.5 - 6

その「ヒト」に問うッ！

- 問診： 主訴（部位、範囲、圧痛、時期、出現動作、need、現病歴、誘因）
仕事（座り作業？重労働？通勤？）
重い物・子孫
趣味（動くもの、動かないもの）
手術歴・既往歴
（幼少時からで病院行って無いもの）
利き手 寝る姿勢

検査と評価



Posture makes perfect - Dr. Victor Barker

Tensegrity

<http://japanese.engage1.com/2006/07/29/tensegrity-table/>



30本の丸棒を正12面体の対称性に基づいて空間配置し、それぞれの棒同士は全く接触していないけれど、糸（張力部材）が全体をバランスよく引っ張り、個々の棒（圧縮部材）がその力を受け止めるようになっているため全体は統合されて極めて安定でしている。ボールのようにバウンドしても、すぐにもとの正12面対体に復元します。

<http://www1.ttcn.ne.jp/~a-nishi/tensegrity/tensegrity.html>



ヒト vs ヒト として・・・

- 同じような手技、同じような *touch* をしているつもりなのに・・・
 など思ったことはありませんか？
- 実は、理学療法は運動を用いて治療しているの、治療という直接行動以外の側面も多大な影響を及ぼしている。

そのヒトとはそこに存在した瞬間に関係性が始まっている。



愁訴 = ?

日本式

$$\begin{aligned} 6 + 3 &= \\ 6 - 3 &= \\ 6 \div 3 &= \\ 6 \times 3 &= \end{aligned}$$

英国式

$$\begin{aligned} + &= 9 \\ - &= 3 \\ \div &= 2 \\ \times &= 18 \end{aligned}$$

臨床

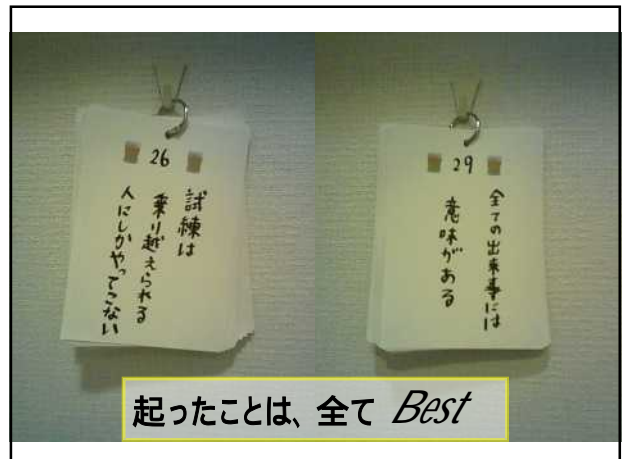
$$\begin{aligned} 9 &= \\ 3 &= \\ 2 &= \\ 18 &= \end{aligned}$$

Conclusion

- 臨床家とは、目の前の患者・クライアントが訴える症状に対し、その背景をも含めたクライアント像を創り、そこから考えられる根本的な因子を導き出す作業が必要と考える。
- “人間としての反応” は心身で影響しあい、バランスを取っていることが多く、様々なルール形成（対応）をする事が多い。
Tensegrity 的関連
- 「ヒト vs ヒト」である “Therapy” は、セラピストの考え方、生き方がその対応・しぐさに表れ、それがヒトとの繋がりとして Therapy の “結果” に表れてくる事が多い。



メールアドレス asato18@thera-labo.com



ホームページ

- セラ・ラボ
<http://www.thera-labo.com>
- コロカラ
<http://www.korokara.jp/>
- ジャパンライム
<http://www.japanlaim.co.jp/PTSA/>



ご清聴ありがとうございました。

m(_ _)m



有限会社 セラ・ラボ 安里 和也

URL : <http://www.thera-labo.com>
E-mail : asato18@thera-labo.com