

# ひもときシート

## A 課題の整理Iあなた(援助者)が感じている課題

事例にあげた課題に対して、あなた自身が困っていること、負担に感じていることを具体的に書いてください。

- 夕食準備の時間帯、人手も少なく繰り返し帰宅の訴えがあり、その都度対応することが困難。
- 他者へのおせっかいがトラブルの原因となり、注意しても言うことを聞かない。
- 洗濯物や箸、コップなど施設の備品を勝手に自分の部屋に持ち帰ってしまう。

## B 課題の整理IIあなた(援助者)が考える対応方法

①あなたは本人にどんな「姿」や「状態」になってほしいですか。

- 夕食時、食堂でみんなと落ち着いて過ごしてほしい。
- 他者との関係にトラブルを起こしてほしくない。特に世話を焼くことで混乱する認知症の人との関係はスムーズになってほしい。
- 自分の物と施設の物、他者の物の区別がついてほしい。

②そのために、当面どのようなことに取り組んでいこうと考えていますか?あるいは、取り組んでいますか。

- 夕食前に何か作業をしてもらい、時間を過ごしてもらおう。
- 他者、特にみえ子さんからのおせっかいに過敏に反応する男性利用者とはなるべく近づけないように配慮する。もし、その場面に遭遇したら、職員が間に入ってその場の対応をする。
- 箸やコップ類は施設の名前を記入し、本人の品物にも見えるように大きく名前を書いておく。食事が終わるとすぐに片付ける。
- 頻繁に入室する人の部屋は施錠し、本人が入れないようにガードする。
- 定期的に居室の整理整頓をし、他者の物をその都度引き上げる。また、再度持ち出さないように、その品物は目に付かないように隠しておく。

(1) 病気の影響や、飲んでいる薬の副作用について考えてみましょう。

アルツハイマー型認知症  
HDS-R 11点  
薬の副作用はありません。

※ここでは、副作用の有無を聞いているのではなく、認知症や既往症の進行や服薬状況、服薬に関する医師からの指示、留意点など再度薬の特性や効果について専門家などから話を聞くこと、など再点検を求めています。

(2) 身体的痛み、便秘・不眠・空腹などの不調による影響を考えてみましょう。

水分・食事とも取れている。夜間も熟睡している。排泄も自立している。身体的痛みなどの訴えも聞かれない。

※体内環境は刻々と変化しています。時間と体調の関係について捉え直してみましょう。また、評価が量に偏るのではなく質についても考えてみましょう。食事量、睡眠時間、入浴回数ではなく、おいしく食べている、ぐっすり寝ている、ゆっくり入浴するなど。また、だるさなど疲労の感じ方も人によっては違ってきます。

(3) 悲しみ・怒り・寂しさなどの精神的苦痛や性格等の心理的背景による影響を考えてみましょう。

夫に会えない悲しさ、夫への愛情、人に何かをしてあげたい気持ちが高い。

※ここでは、認知(知覚、記憶、思考、判断、推論、計算)、感情、本人の性格や気質、対処スタイルなど心理学的な理解を求めています。その上で起きる精神的な苦痛とその解決は、特に行動と心理状態の関係が密接に関係していますのでじっくりと捉えてください。行動の背景に心が動いています。

## D 課題の背景や原因を整理してみましょう

思考展開エリアに記入した内容を使って、この課題の背景や原因を本人の立場から考えてみましょう。

- 本人が求めているものが分かること。その上で現実置かれている状況との落差を埋める方法を考える。
  - ・夕方の過ごし方
  - ・本人の体調や生活リズムの捉え直し
  - ・ショートステイでの人間関係の構築
  - ・自分らしさを発揮できるようなアクティビティ
- 例えば三度の食事(配膳、盛り付け、後片付けなど)に関わる
- ・みえ子さんの大切なものが周囲にない(衣類、家具、アルバムなど)

## E 「A課題の整理I」に書いた課題を本人の立場から考えてみましょう

「D課題の背景や原因の整理」を踏まえて、あなたが困っている場面で、本人自身の「困り事」「悩み」「求めていること」は、どのようなことだと思いますか。

- ・夕方の時間の過ごし方が、みえ子さんのこれまでとは違い、手持ち無沙汰になっている。
- ・そのため、本人の性格から役に立ちたい、何かしたいという気持ちが強く表れる。
- ・まだ利用して数日しか経っておらず、ここでの自分らしさを出すすべがない。

## F 本人にとっての課題解決に向けてできそうなことをいくつか書いてみましょう

このワークシートを通じて気づいた本人の気持ちにそって⑦今できそうなことや⑧試せそうなこと⑨再度の事実確認が必要なこと等をいくつか書いてみましょう。

- ・夕方の過ごし方を見直す。
- ・みえ子さんの話をよく聴くことで、みえ子さんの持っている力が活かせる生活が送れるようにする。
- ・午前中のレクリエーションでの人間関係作りを支援する。

## C 課題に関連しそうな本人の言葉や行動を書き出してみましょう

あなたが困っている場面(Aに記載した内容)で、本人が口にしていた言葉、表情やしぐさ、行動等をありのままに書いてください。

- ・「夕飯を作らなきゃ。旦那に叱られるから帰ります。」と言って家に帰ろうとする。
- ・人への世話焼きがあり、トラブルになる。
- ・箸、茶碗、他者の物を持って行ってしまう。

※ここには(1)～(8)の要因と関係がありそうな本人の言葉や表情、行動を一つだけ書いてみてください。もちろんいくつでも結構ですが、数が多いからいいということではありません。その人を象徴するような言動をあげてください。

(4) 音・光・味・におい・寒暖等の五感への刺激や、苦痛を与えていそうな環境について、考えてみましょう。

特になし

※各項目では影響の有無を聞いているわけではありません。本人の言動と感覚的な刺激の関係を考えてください。刺激は苦痛を与え、混乱や不安を誘発します。うるさいだけではなく静かすぎる、明るいだけでなく暗いなど、さまざまな方面から捉えてみましょう。

(5) 家族や援助者など、周囲の人の関わり方や態度による影響を考えてみましょう。

養子、夫ともに死亡。独り暮らし。本人の兄弟との関係は不明。

※言動とこの項目の関係をじっくり考えると、言動の中にあるキーワードとの関係や家族のみならず新しい環境(施設やGH等)での他利用者との関係や職員、これまで暮らしてきた地域の人間関係等広範囲に捉えてみてください。人は人と関わることで「人間」になると言われますが、人と関わっていききたい、人から関わられたいという気持ちを持つことで「自分らしさ」が見えてくると考えています。

(6) 住まい・器具・物品等の物的環境により生じる居心地の悪さや影響について考えてみましょう。

特になし

※各項目では影響の有無を聞いているわけではありません。問いを通じて考えていただきたいのです。特に職種ごとに専門的領域がありますのでチームで考えることがいいかもしれません。

(7) 要望・障害程度・能力の発揮と、アクティビティ(活動)とのズレについて考えてみましょう。

施設内行事やレクリエーションなどには積極的に参加する。特に午前中のレクは大好き。

※この項目でも本人が暮らしの中で、何を求め、どう実現すれば自分らしい暮らしが保てるのか模索している部分を考えていただきます。特に「アクティビティ」は活動全般を指し、レクリエーションや趣味活動など狭い捉え方ではありません。IADLを含めて「自分らしい過ごし方」全般を指します。

(8) 生活歴・習慣・なじみのある暮らし方と、現状とのズレについて考えてみましょう。

尋常小学校卒業後に製糸工場に勤め、19歳で結婚。養子を取るが亡くなり、夫との二人暮らしが続く。5年ほど前に夫が死亡し独居となる。

※BPSDなどは中核症状に対して様々な要因が関係して起きます。そのひとつに、ライフスタイルが違うこと、これまでこだわってきたことがなくなることで、つまり生活の落差によって引き起こされる混乱があります。高齢者の場合は特に長年に培われた生活習慣などがベースにありますので、施設入居やショートステイなど新しい環境や施設の日課などは落差を生む根拠になるかもしれません。その違いを探ることなども考えてみましょう。

### STEP 1 評価的理解

援助者として感じている課題を、まずはあなたの視点で評価します。

### STEP 2 分析的理解(思考展開エリア)

根本的な課題解決に向けて、多面的な事実の確認や情報を整理します。

### STEP 3 共感的理解

本人の視点から課題の解決を考えられるように、援助者の思考展開を行います。