

認知症予防支援サービス「ふれあい共想法」における 社会的知性に基づく人材の養成

Human Resource Development Program for Coimagination towards Support Service for
Prevention of Dementia based on Social Intelligence

蓼沼 芳保*¹ 鵜目 勲勇*¹ 鳩原 吉也*¹ 長井 瑛*¹ 佐藤 由紀子*¹ 中村 一廣*¹
Yoshiyasu Tadenuma Isao Unome Kichiya Nyuhara Akira Nagai Yukiko Sato Kazuhiro Nakamura
鵜目 美智子*¹ 坂西 美知子*¹ 豊嶋 尉史*¹ 田口良江*¹ 鶴岡 実*¹ 鶴岡 恭子*¹
Michiko Unome Michiko Sakanishi Yasushi Teshima Yoshie Taguchi Minoru Tsuruoka Kyoko Tsuruoka
根岸 勝寿*¹ 長谷川 多度*¹ 大武美保子*²*¹
Katsutoshi Negishi Yoshinori Hasegawa Mihoko Otake

*¹NPO 法人ほのぼの研究所
Fonobono Research Institute

*²東京大学
The University of Tokyo

This paper proposes human resource development program for coimagination, a promising method for prevention of dementia. Instructors of the program were elderly people in Kashiwa city, who have been working with the inventor of the method. The curriculum of the program was designed so as to bring out social intelligence of the students. The program is divided into two parts. In the first half of the program, students participated in the coimagination sessions, and practiced interactive conversations. In the last half of the program, students conducted coimagination sessions as hosts, evaluators, or observers. We found that social intelligence of the students improved through attending and conducting coimagination sessions during the program.

1. はじめに

認知症の症状のない一般高齢者において認知症を予防するためには、軽度認知症において低下するエピソード記憶、注意分割力、計画力を含めた思考力の三つの認知機能を維持する知的活動が有効である [矢富 08]。特に会話は、この三つの認知機能を必要とする活動である。共想法は、認知機能を集中的に活用するよう会話を支援することで認知症予防を目指す。認知症予防支援サービス「ふれあい共想法」は、2007年1月より、東京大学 柏市民産官学連携研究拠点 ほのぼの研究所において、高齢者と、手法を創案した研究者がコラボレーションしながら、実施、改良されてきた [大武 09]。しかし、参加者が実施者になる割合は、必ずしも高くはなかった。そのような折、2008年10月より半年にわたる共想法連続講座開催の要請を、千葉県より受けた。そこで、参加者が実施者となる仕組みを作ることを目標に定め、近年注目を集めている「社会的知性」に着目し、実施者に必要とされる社会的知性を整理しながら、人材養成の要件として導入を試みた。共想法の実施者となった場合、とかく癖の多い高齢受講者から発生する人間関係の諸問題の解決方法を知る必要が大であったためである。

2. 共想法における社会的知性

社会でよりよく生きるための社会的知性は、他人について何を感じ取れるか（社会的意識）、その上でどう動くか（社会的才覚）の大きく二つに分類できる [ダニエル 07]。共想法は、他者を感じし他者に働きかけることを、参加者が意識的に行う仕組みを備えた会話支援手法である。共想法では、テーマを決めて写真などの素材と共に話題を持ち寄り、話し手と聞き手が交互に交代しながら会話し、想いを共有する [大武 09]。標準

的な共想法において、参加者は6名、持ち時間は一週一人あたり5分である。一周目には参加者に持参した写真を用いて話題提供をしてもらい、二周目にはそれぞれの参加者が持ち寄った話題及び写真について、参加者全員で質疑応答を行う。通常の会話では、話し手と聞き手が固定しがちである。これに対し共想法においては、口数の多寡によらず、他者の想いを受け止め、他者に想いを伝える機会が均等に与えられる。認知症予防には、多くの社会的接触をもつことにより、様々な認知機能を活用することが効果的であることが知られている [矢富 08]。社会的接触を円滑にする社会的知性は、認知症を予防する上で極めて重要であると考えられ、共想法の参加と実施を通じて、参加者、実施者が社会的知性を高めあうことが期待される。

3. 社会的知性に基づく共想法実施人材の育成

共想法を実施する人材育成には、社会的知性に相当する仕組みを手順の中に取り入れた。受講者の気持ちや行動を受け止める仕組み、即ち、共感する仕組みとして、グループ分けや役割分担、発見カードを用意した。また、気持ちや行動を変化させる仕組み、即ち、共感させる仕組みとしては、実際にやって見せる、気持ちや行動を客観的に説明するなどを行った。

3.1 講座の構成

講座は大きく、前半と後半に分かれる。前半で、受講者は6人程度のグループに分かれて、共想法に参加する。チューターとなる市民研究員もグループに分かれ、受講者がスムーズに参加出来るようアシストする。すなわち司会、記録、観察等、後半、受講者が実施者となる際に行う作業を、全て実践してみせる。後半では、前半で共想法に参加した受講者が、実施者となり共想法を実践する。新たに共想法参加者を募集し、新参加者を同じく6人程度のグループに分ける。以下、これを参加者と呼ぶ。受講者、チューターもグループに分け、それぞれの役割と記録の分担を決める。セッションを通じて受講者の担当業務が一巡するよう配慮する。

連絡先: 大武美保子, 東京大学人工物工学研究センター, 〒 277-8568 柏市柏の葉 5-1-5, 04-7136-4248, 04-7136-4248, otake@at'race.u-tokyo.ac.jp

3.2 役割分担

実施者の担当業務には、司会者用パソコンの操作と会話の進行をする司会者、記録者用パソコンの操作により発話頻度を記録する記録者、参加者の会話内容を簡潔に記録紙に記録する観察者があり、更に気付いたこと、印象に残ったことを記入する「発見カード」を参加者に配り、記載された情報を纏める。講座前半では、これらの役割をチューターである市民研究員が務め、講座後半では、受講者が務める。講座後半において、チューターである市民研究員は、共想法を実施する受講者と参加者の両者に目配りするため、さらに役割分担をする。具体的には、受講者担当、参加者担当、実施担当、技術担当の四つの役割を担った。受講者担当は、「受講者業務分担表」と、受講者の実施状況、問合せなどを「受講者記録表」にまとめる。参加者担当は、参加者のアテンドと「参加者会話記録表」を作成する。実施担当は、パソコン、プロジェクター、ビデオカメラなど機器の準備、受講者の実践の手助けをし、その状況を「実施記録表」にまとめ、かつ、受講者に配られた「発見カード」により情報を収集し纏める。技術担当は、新参加者の持参する画像をパソコンに入力する事前の準備から、実施時のシステムの稼働状況まで、各グループを横断的に見る。

講座後半において、それぞれのグループに参集した共想法参加者、共想法を実施する受講者、チューターの配置を図1に示す。スクリーンの前に参加者6人、その後方に受講者が、司会者、記録者、観察者となり座る。更にその左右に各担当研究員が座る。

4. 生涯学習施設での実施評価

4.1 講座の実施

千葉県生涯学習センター「さわやかちば県民プラザ」で、2008年10月から2009年3月まで全15回の連続講座を、共想法の創案者を講師とし、共想法を初期段階から一緒に実践・研究してきた平均年齢70歳の市民研究員14名がチューターとなって開催した。連続講座のうち、前半は、受講者18名が、3部屋、3グループに分かれて共想法に参加した。後半は、共想法への参加者18名が新たに加わり、同じく3部屋、3グループに分かれて共想法に参加、前半参加した受講者は共想法を実施する側に回った。

4.2 受講者の特性と変化

今回の連続講座で、多様な受講者、参加者が参集したが、高齢から来る考え方や、思い込み、頑固、攻撃的な姿勢、学究的な講義に馴染まないなどの姿勢が見られた。このような態度に起因するとみられる不安や寂しさ、後ろ向きなどの否定的な気持ちを受け止めた上で、受講者、参加者の気持ちを安心、楽しさ、挑戦、前向きなど肯定的な方向へ変えるための工夫を必要とした。開講当初は、孤立や威嚇、大声で文句を言うなど望ましくない行動も見られたが、「発見カード」に意見を書いたり、後からじっくり話を聞いたり、上手に周囲に頼るよう勧めるなどして、行動を変容させることが出来た。

毎回、受講者、参加者から講座終了後に集めた「発見カード」に現れた社会的知性に関連する記述の変化を見てみると、前半、自分の話に熱中し、人の話をあまり聞かなかったA氏は、後半では「常々楽しむ環境を作り、自分が笑うと相手も笑う」と話し相手を思いやる考えに共感するようになった。また、自慢話と聞こえる話し方をしていたB氏は、グループメンバーに合わせた話し方に変わり、「他の人の人生経験や思い出に感動し、興味深く聞けるようになった」と自分の中での変化

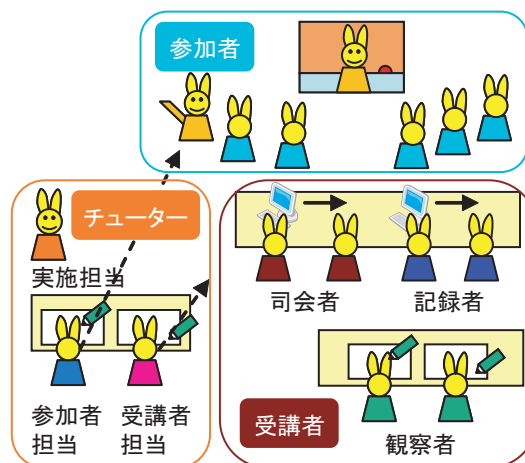


図1: 共想法参加者、実施者、チューターの配置

を認めている。即ち、受講者、参加者の社会的知性の向上を、共想法の状況と「発見カード」から読み取ることができた。

5. 考察

認知症予防支援サービスを提供する人材の育成では、実施者と参加者が共に社会的知性を磨きあっていくことが重要であると考えられる。連続講座では、参加者、実施者の中に高い社会的知性を有する者が存在していた。このため、会話の輪の中に入って内側から実感したり、会話の輪の外側から観察することを通じて、周囲の参加者、実施者が、社会的知性を暗黙のうちに学び取ることができたと考えられる。

6. おわりに

本研究では、サービスを受ける側である共想法参加者が、次にサービスを提供する実施者に回るという循環により、社会的知性を考慮した人材育成が、高齢者自身の手で実施可能なこと、参加と実施を通じ、社会的知性の向上が見られることを明らかにした。人は一人では生きられず、人の輪、コミュニティーの中で生きている。認知症対策においても、コミュニティーの重要性と、実際の人間関係構築の場で社会的知性を磨く具体策、活動を提案していきたい。今後は、受講者のそれぞれの特性を生かして、柔軟に参加できる仕組みづくりを整備するとともに、受講者と連携をはかり、老人保健施設やデイケアなど、多様な場面への展開を進めていきたい。

謝辞

連続講座開催にあたり、主催して頂いた「さわやかちば県民プラザ」のスタッフの皆様、ご協力頂きました受講者、参加者の皆様、関係者の皆様に深く感謝申し上げます。

参考文献

- [ダニエル 07] ダニエル ゴールマン：SQ 生きかたの知能指数、日本経済新聞出版社 (2007)
- [大武 09] 大武 美保子：認知症予防回復支援サービスの開発と忘却の科学、人工知能学会論文誌, Vol. 24, No. 2, pp. 295-302 (2009)
- [矢富 08] 矢富 直美, 宇良 千秋：「地域型認知症予防プログラム」実践ガイド、中央法規出版 (2008)