

# バリデーション

## バリデーションとは？

○バリデーションとは、アルツハイマー型認知症

および類似の認知症の高齢者とコミュニケーションを行うための方法の一つです。

死が訪れる前に、やり残した事を片付けてしまおうと、一生懸命に奮闘している認知症高齢者に対して、尊敬と共感をもって関わることを基本とし、彼らが尊厳を回復し植物状態にならないようにコミュニケーションを通して感情レベルに訴える方法論です。

認知機能が低下し、言語的な表出が出来なくなると、感情がないもののように見られる事があります。。



- ・人間の認知機能が低下したり、身体の状態が植物状態になっても最後に残るもの...それは感情です。 ➡人間は感情の生き物

認知症で生きること...  
→果てのない不安をいだいて生活していくこと。 } マイナスの感情(++)  
→自分の存在そのものがわからなくなる。 }

## 共感とは？

As If ○○  
自分に置き換えて考えることはイコールではない。

○共感している状態とは、その人の内なる視点・枠組みを、性格に、あたかも自分がその人であるかのように、しかも、“あたかも～であるように”という性質を失うことなく、感情的な要素や手段まで、感じる事である。 カール・ロジャース

- ・相手の気持ちを100%理解する事は困難。
- ・限りなく相手に近づいて、分かるうとする姿勢が大事。また、認知機能の低下から言語的なコミュニケーションが困難になってくると全身を使った非言語的なコミュニケーションが大事になってくる。

## ◎バリデーション

認知症高齢者が人生における未解決問題を解決しようとして奮闘している姿が現在の姿(行動)である。



「その奮闘を受けれる」

## バリデーションの基本的態度

○傾聴する | 言葉の裏にある感情に耳を傾ける、➡耳を閉ざす。

○共感する

○評価しない

○誘導しない(ペースを合わせる)

○嘘をつかない } 何か違う事言われているという、嫌な感情だけが残る。  
○ごまかさない } その表出されている言語に反応するのではなく、その奥にある何故その言葉を出さないといけないのか？を考慮することが大事。

## バリデーシヨンのゴール

- ☆お年寄りの感情・欲求を表出させる。
- ☆人生の未解決問題の解決を手助けする。



「コミュニケーション」そのものがゴール

## \* 解決の4つの段階 \*

認知症のお年寄りの人生における  
4つの課題解決プロセス

- ① 認知の混乱 (第1段階)
- ② 日時、季節の混乱 (第2段階)
- ③ 繰り返し動作 (第3段階)
- ④ 植物状態 (第4段階)

※配布資料参考※

## バリデーシヨンの原則

①

全てのお年寄りとはユニーク  
(個性があり個別)で、価値  
ある存在です。

② 全面受容

認知の混乱や見当識障害のお年寄りは、一個人としてあるがまま受け入れられる必要があります。私たちは決してお年寄りを変えようとはしません。

《事例》

「お腹がすいた。ずっとなにも食べてない」と、訴えるお年寄り。

×「さっき食べましたよ。」

×「そうですね。では、何か食べましょう。」

○「(お年寄りの後く裏失態を理解して)あなたは何が必要ですか？」

③ 共感的理解

共感をもって聞くことによって、信頼関係を築き、不安感を減らし、尊厳を回復させる事ができます。

《事例》

毎朝ヘルパーに服をびしょぬれにされると訴えるお年寄りへの焦点の当て方。

事実とは異なる内容  
[失禁をしているのに服を濡らされたという訴え]

<

お年寄りの感情  
[失禁を怖れている]

濡れたんですね。  
気分が悪いですよ。  
自分で出来なくなることはつらいですね。

④ 感情表出

つらい悲しみの気持ちは、信頼できる聞き手によって認められ、バリデーションをされる事によって癒されます。つらい苦しみ悲しみの気持ちは、それを無視されたり禁止されたりすると、より強くなります。

《事例》

「家に帰らせてほしい」と毎日訴え続けるお年寄り  
 その都度散歩に連れ出す⇒ますます訴えが強くなり、暴力をふるうようになった。  
 バリデーションを試みる⇒涙を流し、若かりし頃の話を語り感情を表出する。

⑤ 認知症であるから そういった行動をとるのではない

認知の混乱にいるお年寄りや見当識障害のお年寄りの行動には理由があります。

食事は母親のシンボル・役割

《事例》

「誰かが毒を入れた」と訴え、食事を拒否するお年寄りの行動に対する焦点の当て方

- × 食事には毒が入っていない事を伝えようと考え  
 「大丈夫、何も入っていませんよ」と食事を一緒に食べる
- 子供の頃、食事の際に母親に厳しくしかられていたのかもしれないと考え  
 「彼女は食事の度にあなたに何を言いましたか？」と問いかける。

⑥ 認知症高齢者の基本的欲求

認知の混乱にいるお年寄りや見当識障害のお年寄りの行動の根底にある理由は、以下の基本的人間の欲求(一つor複数)の可能性にあります。

- 安らかな死を迎えるためにまだやり終えていない事を解決する欲求
- 平安に生きる欲求
- 視力・聴力・身体的自由、記憶力が低下しても、平常な気持ちを取り戻す欲求
- 我慢できない現実を納得する欲求、なじみのある人間関係を持つ、居心地がよいと感じられる場所を見つける欲求
- 認識、地位、アイデンティティー、および自尊心への欲求

- 役に立ち有益でありたい欲求
- 傾聴され、尊敬されたい欲求
- 感情を表現し、聞いてもらいたい欲求
- 愛されたい欲求、所属欲求：人間関係欲求
- 動けなくなったり、拘束されることなく、守られ、安全で安心してられる欲求
- 感覚刺激欲求：触覚・視覚・聴覚・嗅覚・味覚、性的欲求
- 苦痛や不快を軽減したい欲求

可能性の高い3つの欲求として...

- ☆愛情
  - ☆役割
  - ☆感情表出
- の欲求

欲求を満たすために...

- ◎心の目を使ってものを見る。
- ◎昔聞き慣れた音、声を過去から聞く。
- ◎仕事で役にたっていた感覚を思い出すためにその時と同じように手足を動かす。
- ◎感情を表出するために言葉にならない音を混ぜる

《事例》

両手で自分の洋服の端を一日中なぞり続けるお年寄り

↓  
 洋服の仕立て屋をひとりで切り盛りしていた

※洋裁師としてのアイデンティティーを維持するための行動

⑦ コーピング(対処法)

言語能力や最近の記憶が失われると、若いときにみにつけた行動が甦ります。

《事例》

自分の指を吸い続けているお年寄り

- ・赤ちゃんの時に安心や喜びを感じるために行っていた行動と同じ
- ・「生きている」という刺激を手に入れている

⑧ シンボル

「あたかも○○である」のあたかもを失いそれが意味そのものになる。  
 EX:あたかも赤ちゃんのような手⇒赤ちゃんの手

認知の混乱や見当識障害のお年寄りが使う個人的なシンボルとは、思いのこもった過去の人、物、概念の代わりとなる(現在の)人または物です。

《事例》

- 指輪:愛情、配偶者の象徴
- 財布:力、地位などの象徴
- かばん:自分自身、アイデンティティーなどの象徴
- ハンカチ:自分の子供、自分自身、仕事などの象徴

⑨ 認知症高齢者は真実をしっています

認知の混乱や見当識障害のお年寄りは、同時にいくつかの気づきのレベルにいます。

《事例》

「家に帰りたい」と訴えるお年寄りは、いずれかのレベルで「決して帰れない」という真実を知っています。

- ▶「明日になったら帰ろう」「この電話は故障しているから出来ないの」と伝える事は無意味

⑩ 過去への逃避

五感が失われると、認知の混乱や見当識障害のお年寄りは「内なる感覚」を刺激して使います。「こころの目」を使って過去を見、過去の音を聞きます。

《事例》

お年寄りが私たちにはわからないことを見たり聞いたりしている場合

お年寄りの置かれた個人の現実の一部であると受け入れる  
 お年寄りは人間欲求を満たそうとしているのだと理解する

⑪ 引き金

できごと、感情、色、音、匂い、味、映像によって、感情がわき上がり、それが引き金となり、過去経験した感情と似た感情が甦ります。お年寄りは、現在において、過去と同じような反応の仕方をする。

《事例》

皆で元氣よく宴を飲んでいたお年寄りが、歌い終わると涙を浮かべ「戦争で兄を亡くし、巡母も戻らなかったこと」「兄の子のためにお乳をもらいに奔走したこと」など、辛かった体験を語り始めた。

テクニック:言語的

× YES or NO  
 × A or B

☆センタリング

☆オープンクエスチョン

「誰が、何を、どこで、いつ、どうやって」

☆リフレージング(反復する)

キーワードを反復する

認知症高齢者がどこに感情を込めて言っているのか。

・好みの感覚

☆極端な表現:最高と最悪の場合を聞く

☆反対の事を想像させる

・レミニシング(思い出話):過去を探索する

## テクニック：非言語的

☆タッチング

☆アイコンタクト

心からアイコンタクトをし、はっきりと、低く、暖かく愛情を感じる声のトーンで話す。

- ・感情を観察する
- ・感情を含めてお年寄りの感情を表現する
- ・曖昧な表現を使う(彼、彼女、それ、誰か、何か)
- ・お年寄りの行動をお年寄りの欲求(ニーズ)に結びつける音楽や、動作(ミラーリング)を使う。

## 実際に演習してみましょう。

☆相手との距離感を感じる

☆アイコンタクト

☆オープンクエスション・極端な表現・反対のこ  
と想像する

## \* 事例 \*

施設内における認知症高齢者

「家へ帰らなあかん。

はよう、連絡してくれ。」

と毎日、幾度となく訴える認知症高齢者



これまでの多くの対応は???

- ・「はいはい、あとでね。」
- ・「まずは、お茶でも飲んで、それから帰ろうか。」
- ・「あなたの家はここなの。もう帰るところはないの。」
- ・「ここの電話、全部線が切れてるから、連絡がとれないわ」
- ・「(いつものこと。と聞き流し何も対応しない)」

## 最後に...

いいケアを行うためには認知症高齢者の行動や言動を変えようとはせず、私たちがあがるがままの全てを受け入れていくことで、認知症高齢者はその人なりの絆(関係性)を作りあげていくことができるのだと感じました。また、受け入れるプロセスを学ぶ事で自分自身閃く際に心に余裕をもって接することが出来るようになりました。

認知症高齢者と関わる私たちスタッフは感性を磨くことが大事だと思います。

①認知症の方ときちんと向き合い、②他者(家族・友達...)との絆を豊かに保つ、③余暇活動を楽しむ、④ケアの心(感性)、知識そして技法を日々努力していくことを心がけ、よいケアを目指していきましょう!



ご清聴ありがとうございました。