

書 評

樋口貴広 (著)

運動支援の心理学 — 知覚・認知を活かす

高 橋 栄 子
(富士温泉病院, 作業療法士)



本書は、リハビリテーション従事者やスポーツ指導者等、人間の運動支援に携わる読者諸氏に対し、知覚や認知機能がいかに運動の学習や制御に貢献しているかを紹介している。運動支援の実現では、運動生理や機能解剖、運動力学が中心となって取り扱われることが多いが、それら身体的要因と等しく、知覚と認知の機能は、身体運動に欠くことのできないものとして重要な要因となる。著者の樋口氏は、実験心理学者という立場から、人間の主観的反応や行動指標に立脚した研究を中心に紹介し、加えて運動支援の現場に関連する情報を具体的に組み込むことで、私たち臨床家に多くのメッセージを発している。

第1～6章で構成されている本書は、すべての章に臨床現場で遭遇する問題や問いかけが具体的に含まれているため、どの章からでも読み進められ、「そうそう!」とついつい大きくなずいてしまう内容となっている。私は、脳損傷者の治療に携わり久しいが、脳損傷による問題は本書で強調しているような知覚と認知、そして身体運動との不可分性を明確に提示してくれる。臨床において最も多く遭遇する脳損傷の症状は片麻痺であるが、その障害像は一側上下肢の麻痺にとどまらない。突然の身

体の二分化による安定状態の喪失は、重力環境下での姿勢と運動の自律的調節を低下させ過剰な代償活動を構築化する。高い緊張を伴った代償活動は、適切に感覚情報を取り込む機会を奪い、知覚と運動システムの悪循環を形成してしまう。そのため対象者は、さまざまな知覚、認知の変化を余儀なくされ、戸惑いをもち続けながら生活している。医療従事者は、脳損傷に伴って引き起こされる知覚や認知の問題は知識として知っている場合が多い。しかし、表出されている対象者の不適応行動の背景にある身体と知覚、認知の相互依存的な関係に着目して理解を進められるスタッフはそう多くはないのではないかと不安になる。

本書を読み進めると、まず第一に臨床家としての問題意識を強く駆り立てられる。本書の前半では、視知覚や身体感覚の生成について、そして視知覚と運動制御についてまとめられているが、知覚系は単に現実を模写したものではなく、揺れ動く心をもった一人間としての体験や文脈、予測に依りて変容するもので、その変化はそのまま身体運動にさまざまな影響を及ぼしていることが理解できる。本書の後半では、効果的な運動学習の支援につながる要因として、運動支援者のトピックスと

なっている注意、運動イメージと観察、コミュニケーションについてまとめられている。ここでは、日ごろ私たちがセラピストとして何気なく実践している関わりや、セラピストが提示している運動支援の介入について、その意義をあらためて考え直す機会を与えてくれる。そして、より効果的な運動学習に向けてセラピストが何をどう考え実践すべきか、実に多くのヒントが提示されている。

近年、科学的、エビデンスという言葉が蔓延している。科学的ということに否定的なわけではないが、そこに潜む危険性に強い懸念を抱いていた。しかし、対象者の心の状態に気づき適切な共感を示すこと、対象者の主観的反応を大切に感じ取り理解を推し進めるといった基本的な姿勢が、運動支援にとって不可欠であることを一貫して明示している本書に触れると、臨床家としての意欲が高まってくる。そして“主観的”に含まれる多くの真実を、私達運動支援者が大切にとらえなければと強く思う1冊となっている。

〔 A5判 260頁 3,200円 + 税 〕
三輪書店 刊
☎ 03-6801-8357