

「CADL」がケアマネジメントを変える!

CADLの視点で行う利用者情報収集とアセスメントの勘所は「本人らしさ」と本人が「やる気スイッチ」を見つけることです。

「利用者の意欲がうまく引き出せない」と悩む現場の声を聞きます。CADL理論で開発された意欲動機づけシートを使えば「していたこと」と「したいこと」を聞き取ることができます。

CADLとは?

文化的日常生活行為 (Cultural activities of daily living) のこと。ICF (国際生活機能分類) に依拠し、参加・活動を含む日常生活で行う本人の「文化的な生活行為及び要素」をいう。「自分らしさ」を尊重した「生きて在ることへの肯定」を、理論的に支えることを目指す。本連載の筆者高室しげゆき氏が提唱。



第4回 「逆ピラミッド型 欲求階層」と意欲動機づけシート

こころの支援～CADLは逆ピラミッド型 欲求階層～

CADL理論を考察するうえでアメリカの心理学者・マズローの欲求五段階説は示唆に満ちています。マズローは人間の基本的欲求には「階層的な構造」があり、基本階層の欲求が満たされると、より高次の欲求が生じるとしました。次にあげるのが5つの階層欲求(右図)です。

- ・**生理的欲求**: 生存に必要な欲求で食物、水、空気、睡眠、性欲など
- ・**安全の欲求**: 安全な環境や状況、住環境、仕事の安定性など
- ・**所属と愛の欲求**: 他者との関係や社会的なつながり、グループや家族を含めたコミュニティへの所属など
- ・**尊重・尊敬の欲求**: 自己及び周囲からの尊重と尊敬など

・**自己実現の欲求**: 自己成長や自己実現を追求する欲求。創造性、個人的な目標の達成など

欲求5段階理論では「低位の基本的欲求が満たされない限り、より高次の欲求は生じない」とされていますが果たしてそうでしょうか。

CADL理論では、ターミナル期のがん患者や難病の人たちが情熱的に旅行やスポーツ、講演、手記の出版などにチャレンジすることを「自己実現の欲求」ととらえます。

要介護状態のご本人が、生理的・安全の欲求が満たされなくとも自己の存在(生きて在ることの証明)に通ずる使命感に動機づけられ、SNSなどで積極的に発信するケースも増えてきました。まさにそれが「自分らしさ(本人らしさ)=人生の幸福感」です。CADL理論では「逆ピラミッド型欲求階層」をめざします。



高室しげゆき <https://caretown.com/>

ケアタウン総合研究所 代表 (ケアプラン評論家)
京都市出身。日本福祉大学社会学部卒業。2000年、ケアタウン総合研究所設立。ケアマネジャーを始め地域包括支援センター、行政、施設等に対してケアマネジメントを軸とした幅広いテーマで研修、コンサルテーションを行っている。主な著書に「新・ケアマネジメントの仕事術」(中央法規出版)、「地域ケア会議コーディネートブック」(第一法規出版)、「ケアマネ・福祉職のためのモチベーションマネジメント」(中央法規出版)など。著書多数。

個性とモチベーションポイント～やる気スイッチはどこだ～

ICFモデル(国際生活機能分類)の監訳代表の上田敏氏(リハビリテーション医学)は「ICFは生活機能とプラス面に注目した画期的なもの」と高く評価する一方で「客観的な分析にはいい枠組みを提供したが心の中(主観的次元: 障害を克服しようとする認知的・情動的・動機づけ的な心理状態)をまったく考えていない」と批判し、試案として「主観的満足度」や「人生と自己の価値・意味・目標、人間関係、集団への帰属感」などの重要性を提案しました。

CADLはマズローが行った「欲求階層論」ではなく「幸福度(well-being)」の体系化をめざしています。「なにを幸福ととらえるか」は個人の成育歴や価値観、経験、立場、環境、人間関係、文化性などによって多様(個性)です。

そのヒントが「その人が何にモチベーション(意欲・動機づけ)を抱くか」(motivation-point)です。思い浮かべる、手に触れる、身につける、操作することでワクワクと楽しくなる、その瞬間が心待ち遠しくなる、思っているこ

変わりゆく時代のケアマネジャー応援誌
月刊 **ケアマネジメント**
7月号

特集
ともに生きる社会へ
変わりゆく精神障害者支援

特別企画
在宅介護での褥瘡予防・ケアのポイント
～多職種連携とケア用品の活用～

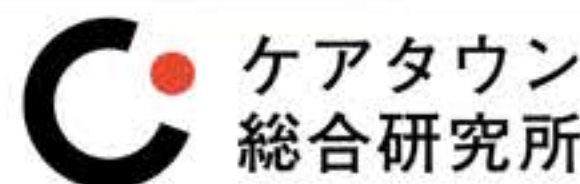
好評連載
4つの視点から考える 幸せのためのヒント
なんでも言葉で描写する
ある夫婦のコミュニケーション

視点
どうやってインフォーマルケアを
ケアプランに組み込むか(前編)

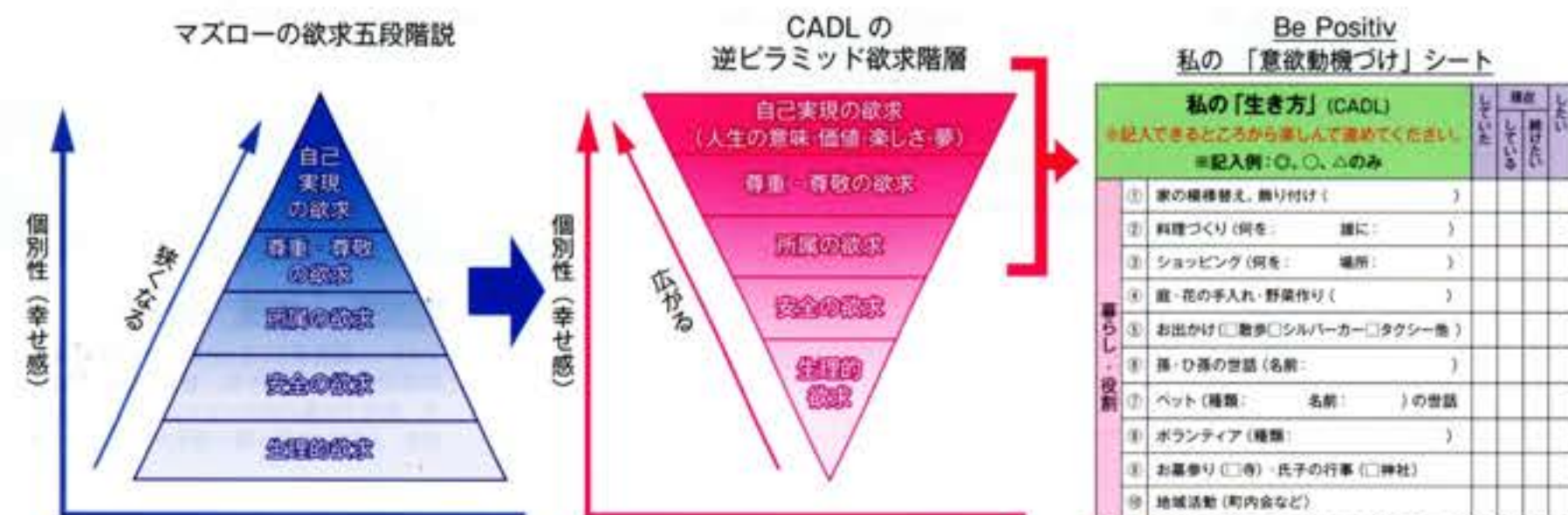
<https://www.care-m.net/> 環境新聞社



<https://caretown.com/> お問い合わせ



逆ピラミッド欲求階層と自己実現のための意欲動機づけシート



とで心満たされる「主観的感情・心的感覚」状態になること。その多様な「何か」をCADL理論では重視します。共通言語化と親しみやすさへの試みとして「やる気スイッチ」と呼称します。

幸福感の尺度にはさまざまな研究がありますが、今後は「CADLスケール(文化的な幸せものさし)」の開発も期待されます。

意欲動機づけシート～やる気スイッチの玉手箱の使い方～

CADLの定義を「本人の文化的な生活活動及び要素」とし、構成領域を「楽しみ、趣味、役割、関係、仕事、参加・体験、交流、学びなど」としています。これらはきわめて個性が高く、国別・地域別、年代別にその人の生活様式、生育歴・生活歴、生活習慣・価値観、生活行動(食事、身なり、話し方など)に色濃く表れます。これからは外国籍の高齢者支援にも重要な視点となってきます。

では個人の文化面に着目した「やる気スイッチ」をどのように効率的に引き出し深掘りするか。そのために開発したのが「意欲動機づけシート Ver2」。次の5つのポイントが勘所となります。

①過去・現在・未来で聞き取る

本シートでは「している(現在)」を基軸に質問を組み立てます。

・「していた(過去)」のみが○なら「始めたきっかけや状況」を質問し、なぜ「現在はしていないのか?(阻害要因)」「どういった条件ならやってみたいか?(意欲)」を聞き取ります。

・「している」が○なら「いつまで続けたいのか?」「そのために必要な条件は?」をともに考えます。

・「してみたい(未来)」のみに○なら、やりたい思いと理由、どうすればできるか、話し合うきっかけとしましょう。

②「○」のみでチェック、「×」はなし
本シートは10領域60項目で構成されますが、すべて○の人はいません。「×=ネガティブ」のイメージがあるので、「○=ポジティブ」のみの表記(コレ、肝心!)とします。本人には「該当する項目に○のみを入れてください」と伝えます。

③10領域60項目でやる気スイッチを深掘りする

意欲動機づけシートの構成は大項目で10領域(暮らし、仕事・役割、つながり、楽しみ、趣味(教養、運動、学び、手作り)、巡る・旅、心の支え)に整理。領域ごとには中項目を5～15に分類しています。やりとりのなかでさらに

小項目(例: 遊び→□室内、□野外、□その他)に深掘りし話題を広げる仕掛けになっています。

④やる気スイッチは「表情、声のトーン、身振り」でわかる

やる気スイッチの発見はノンバーバル・サインを見逃さないこと。表情や声が明るくなる、笑みが洩れる、話が弾みだすなどがサインです。ちょっとおおげさなりアクション(うなづき、相づち、前のめり)で高い関心を示すのが勘所です。

⑤話し合いにブレーキをかけない

「やれるかどうか」の不安でブレーキをかける、「よくわからない・共感できない」を理由に中途半端になることは注意しましょう。人は自分の好きな話題やコトに興味関心を持ってくれる人に好感を抱きます。好きな話題やコトがわかればコミュニケーションケアのネタ収集としてもとても貴重なチャンスになります。

※一方、触れてほしくない話題やコトをキャッチした時は配慮しましょう。

▶意欲動機づけシートはケアタウン総合研究所ウェブサイトよりダウンロードが可能
https://caretown.com/write/dl/bo_kaigoyobou.pdf

