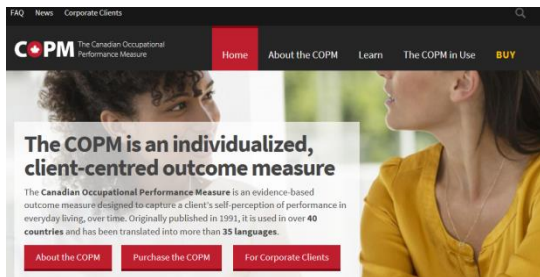


COPMニュース 第28号

発行日：2018.6.12 発行者：吉川ひろみ
県立広島大学保健福祉学部 〒723-0053 三原市学園町1-1
TEL 0848-60-1236 FAX 0848-60-1134
E-mail yosikawa@pu-hiroshima.ac.jp

久しぶりのCOPMニュースです。前号から3年4か月も経ってしまいました。

COPMマニュアル第5版の日本語版の案内がなかなかできなかったのですが、先日COPMの専用ウェブサイトから購入できることがわかりました。http://www.thecopm.ca/



右上のBUYをクリックすると、下の方にTranslationがあるので、クリックしてください。現在33言語があり、日本語は真ん中くらいにあります。研究など公式に使用する場合は、購入する必要があります。著作権のルールを守って、ダウンロードして使います。印刷はマニュアル1部、評価表100部で40ドルです。

このサイトには、COPMのさまざまな情報が掲載され、更新されています。

先月、「作業とストーリー」と題したホームページを作ってみました。

<https://hiromiosotpb.jimdofree.com/>

作業科学と作業療法 → 作業療法 にCOPM関連情報があります。

COPMのサイトには、COPMの活用例が記載されています。

- 母親に聞いた例が載っています。9歳の男児、二分脊椎による麻痺があり、学校で作業療法を受けています。作業療法士は母親にCOPMを行い、次の問題があるとわかりました。
 1. 自己導尿のとき、清潔に注意する。
 2. 学校の課題をしたり、先生の指示に従ったりすることが難しい。

3. 校庭で安全に遊ぶことができない。特に冬の数か月の間。

作業療法士は、この結果を基に、学校の先生たちと話し合って計画を立てたそうです。

作業遂行	第1回		第2回	
	遂行	満足	遂行	満足
清潔に導尿	6	3	8	10
学校の課題	3	2	5	8
校庭で安全に遊ぶ	8	6	4	4
合計	17	11	18	22
平均	5.7	3.7	5.7	7.3
変化	遂行		満足	
	0		+3.6	

この結果から、導尿と学校の課題は、もう少しうまくできるようになって、母親の満足は少しぶん上がっていることがわかります。校庭で遊ぶことのスコアが下がっているのは、冬になったからかなと予想しました。

- 6歳の子どもの、重要度などの概念を教えるときに、「お母さん、お父さん、〇〇遊びは大事だよね」、「ブロッコリを食べるとか、お部屋の掃除は大事じゃないね」などと言うそうです。スコアを決めるときに、このような物を作って、〇を付けてもらいます。



- 集団プログラムを決めるときに使う例もあります。多発硬化症47名のCOPMの結果から366種類の活動があがり、もっとも多かったのは家事や移動だったそうです。男性はセルフケアが多かったけれど、レジャーでは男女差がありませんでした。この情報を基に、集団プログラムを計画できます。Månsson Lexell E, et al. (2006). The

complexity of daily occupations in multiple sclerosis. *Scandinavian journal of occupational therapy*, 13(4), 241-248.

- 多職種チームでCOPMを活用している例もあります。クライアントの個別の作業遂行ニーズを知り、個別の目標を立て、チームで共有します。

Stukstette, MJPM, et al (2012). A multidisciplinary and multidimensional intervention for patients with hand osteoarthritis. *Clinical rehabilitation*, 26(2), 99-110.

- COPMは、プログラム評価としても使えます。慢性精神疾患の人たちの自立生活支援でCOPMを使いました。集団で参加するプログラムが成果をあげるかどうかを、プログラム前後の変化スコアの平均でみていきます。COPMは2点以上変化があることが意味のある変化だとマニュアルに記載されているので、これを基準に判断できます。

日本作業療法士協会の作業療法の定義がやっと改定されたそうです。「作業活動」ではなく「作業」という用語が、作業療法において使われ普及しつつあります。わかりやすくなります。

カナダ作業療法士協会は、1980年代に「作業遂行 (occupational performance)」という言葉を選びました。COPMにも含まれている言葉です。ところが、2007年のガイドライン「続・作業療法の視点 (Enabling Occupation II)」では、「作業との結び付き (occupational engagement)」を選びました (実際には追加しました)。最初から「作業との結び付き」と言っていればどうなったかなあと思っているようです。遂行 (パフォーマンス) と結び付き (エンゲージメント) という言葉を使って伝えたい概念の違いを理解しましょう。

パフォーマンスは身体動作をイメージさせます。エンゲージメントはつながりをイメージさせます。エンゲージメントを選んだのは、作業と人とのつながりが重要だと伝えたかったのです。作業をしているとき、その作業と自分がどれほど深いつながりをもっているのか考えてみましょう。時間や場所が変わっても、他の人が

いてもいなくても、ゆるぎない強いつながりを感じる作業、こうした結び付きが強い作業のある人は、その作業を通して自分自身を作り上げ、世界と関わり、社会を創っていく可能性が高まります。

パフォーマンスをまったく伴わないエンゲージメントはないかもしれませんが、エンゲージメントが伴わないパフォーマンスはあると思います。家事動作が重要な作業なのではなく、大事な人のために心を込めて作る料理が重要な作業なのです。日常生活のすべての諸活動、生活行為が、健康と幸福を運ぶわけではなく、その人が重要と認めることが、上手にできたと思ひ、それに満足することが、健康と幸福をもたらすのです。

COPMは、重要な作業を知るための手段の一つです。1点から10点までの幅で何点かをクライアントに決めてもらうことは、作業療法の成果を可視化したり、プログラムの効果を検証するための手段です。COPMは、クライアント中心の作業療法を実現するための道具なのです。

COPMをするときに、自分の関心がクライアントにあるかどうかを、もう一度考えてみましょう。「クライアントから聞き出す」「作業を引き出す」と思っていたなら、再考の必要があります。クライアントの姿勢、声の調子、言葉から発せられるメッセージを手掛かりに、クライアントがどんな人なのか、クライアントが今何を思っているのか、想像しながら、クライアントとの関係を築いていきましょう。クライアントに作業療法士としての自分が、どう映っているかを想像しましょう。クライアントの気持ちを想像しながら関わり続け、示された行動をつなぎながら考えを深めていきましょう。

最近必要だと思うことは、自分を知ることです。自分は誰なのか、相手にどう見られているのか、自分には期待されていることは何か、その期待に応える必要があるのか・・・日常の自分と周囲の環境に関心をもつことも大事だと思うようになりました。

私は嫌われても平気だと思っていますが、目的達成のためには、嫌われると不都合なことが起こるなと思ひ始めています。好かれなくても嫌われない努力はしようと思ひます。