

高次脳機能障害支援における
家族支援の考え方・ポイント

宮城県リハビリテーション支援センター
リハビリテーション支援班

本動画の内容

- (1) 高次脳機能障害の経過と家族の心境の変化
- (2) 家族支援の目的
- (3) 家族支援が大切となる理由
- (4) 相談対応のポイント
- (5) 家族のつながり・交流の場
- (6) まとめ

(1) 高次脳機能障害の経過と家族の心境の変化



(1) 高次脳機能障害の経過と家族の心境の変化

家族や本人は、事故や病気が起こったあと、いろいろな気持ちを体験します。でも、どんな気持ちも大切な気持ちです。こういった過程を通して、落ちついた生活を送っている人がたくさんいます。

今までできていたことができなくなりました。

脳を損傷しているので、再学習が必要になります。学び直しには時間がかかりますが、本人も家族もあせらずにチャレンジすることが大切です。

元の自分に戻りたい、元の家族に戻ってほしい。

元には近付けても、元に戻るのには難しいです。それでも、今の自分(家族)も大切な存在です。今の自分(家族)を受け入れることで、見えてくるものがたくさんあります。

いろんなことが覚えられないし、すぐに忘れてしまう。

記憶することが難しい場合は、それをカバーする方法を見つけます。メモやスマートフォン、カレンダーなどを使い、記憶を補うことで生活がしやすくなります。

ふと立ち止まると社会から孤立している気持ちになる。

本人を一人にしたら不安だろうし、心配という気持ちから、家族は自分そっちのけで一生懸命になりすぎてしまいます。ゆっくりできる自分の時間を作ったり、相談できる相手を作ることも大切です。

音に敏感になったのか、いろんな人の声が聞こえてくるようになった。

自分に必要な声や音の選択をすることが難しい状態になっています。会話している相手や今している作業に集中できていないということなので、集中できる環境調整が必要です。

仕事をしているとすぐ疲れてしまい、さぼっていると思われる。

易疲労性という症状で、脳が疲れやすくなっています。これは適度に休憩することで改善されますので、職場の人に理解してもらい、自分の疲労回復に合う休憩時間を設けてもらう必要があります。

すぐに怒るので、どう接していいのかわからない。

抑制が効かないので、ささいなことで怒ってしまうことがあります。必ず原因があります。原因を知り、対応すれば、怒ることは減ります。怒ってしまった場合は、落ち着くまでそっとしておくのもひとつの方法です。

中途障がいなので、元々障がいがあった訳じゃない。そこをわかってほしい。

高次脳機能障がいは、ある日突然、事故や病気で起こります。受傷による気持ちの変化や今まで生きてこられた経験なども背景にあることを忘れてはいけません。

(2) 家族支援の目的

目指すこと

- 高次脳機能障害の正しい理解と本人への適切な関わり方を学ぶ。
- 家族が本人にとっての一番の理解者に。
- 家族の疲弊を防ぎ、家族としての悩みや不安に「傾聴・共感」する第三者の存在。
- 家族の孤立防止。

(3) 家族支援が大切となる理由

1. 高次脳機能障害の相談は家族の「困った」から始まることも多い



やっと退院して、元通りの生活に戻れると思っていたのに、今までできていたことができなくなってしまった。
人が変わったように怒りやすくなってしまい、おかしい行動を指摘すると、逆上して収拾がつかなくなってしまふ。
何かとトラブルを起こし、家族としての事後対応に疲弊してしまい、困っている。

高次脳機能障害の正しい知識の習得
本人への適切な関わり方について創意工夫



家族の「困った感」の軽減

(3) 家族支援が大切となる理由

2. 高次脳機能障害の回復には長い時間と大きな労力を要する

家族が今までの考え方・関わり方を変える → とても大変なこと

個別相談・家族の交流の場への参加 → 本人への関わり方を工夫



試行錯誤しながら対応方法を変えていく

即座の状況好転は難しい
第三者が家族に伴走し家族の孤立と息切れを防ぐ
家族が本人への関わり方についての作戦を相談できる第三者の存在をつくる

(3) 家族支援が大切となる理由



適切な支援と関わりの継続

第三者(支援者)の伴走

(4) 相談対応のポイント

1. 家族自身が相談してくれたことを労うことから始める



何とかしたいけど、どこにどう相談すれば良いか…



今日のご相談いただきありがとうございます。
これから一緒に考えていきましょう。

家族の「相談しよう」という勇気と行動にさりげない声かけや配慮を

(4) 相談対応のポイント

2. 今後の関わり方・支援に役立つ材料探し、情報収集を行う

家族は本人の出来ていないことに目が向きがち



生活リズムや出来ていること、興味あること等本人の回復に役立つような情報を探る
悩みながらも家族が工夫してきた関わり方を評価・サポート



『傾聴・共感』と『ポジティブフィードバック』のスタンスで対応

(4) 相談対応のポイント

3. 家族自身が心身ともに健康であり続けてもらう



長期的な経過になりやすいがゆえに家族自身が疲弊し
心身の不調に陥りやすい



家族が元気でないとうまくいくこともうまくいかない
家族が第三者（支援者）を頼り、本人と適度な距離感を保つことが大事
家族だけで問題を抱え込みすぎない
家族のセルフコントロール

(4) 相談対応のポイント

4. 高次脳機能障害の特徴や回復に向けての道筋・ステップを共有



当センターパンフレットなどを活用しよう

高次脳機能障害の特徴や回復過程の共有

現在の状況の共有
 関わりの中での変化をフィードバック
 状況はその時々で行きつ戻りつしながら 徐々に右肩上がりで回復していく
 回復過程全体を俯瞰する視点を共有

(4) 相談対応のポイント

5. 関わり方のポイントを具体的に伝える



家族だけで関わり方を変えることは困難
場合によっては提案に抵抗を示す可能性も

家族の状況にあった関わり方の提案を心がける

「“今は” その関わり方は避けた方が良くもしいかもしれません」

継続した家族への関わりの中で粘り強く伝え続けることが大切
でも決して否定はしない

(4) 相談対応のポイント

6. 家族の関わりによって変化した本人の行動をフィードバック



毎日同じ時間に起きて、寝るようになってきた

表情が柔らかくなってきた

小さな行動の変化に見えても、本人の心境や状態には大きな変化

本人の行動が適応的に変化した点をフィードバックし家族の頑張りを労う
『日々の重荷を下ろせた』・『気持ちが整理できた』・『相談してよかった』
家族が前向きに・健康的に物事を捉えられるよう努めることがポイント

(5) 家族のつながり・交流の場

個別の継続した相談対応と並行して…

- ▶ 安心して話せる場
- ▶ ほっとする場
- ▶ 本人理解を深める場
- ▶ エネルギーチャージする場
- ▶ 関わり方の引き出しを増やす場
- ▶ 家族の心の健康を維持する場



(6) まとめ

家族を含めた周囲が本人の気持ちや主体性を大切にしながらも
高次脳機能障害の特性に応じた適切な関わりを続け、**試行錯誤しながら**色々やってみることが大事
長期的な経過になりやすいからこそ

関わり続けることに大きな意味がある

支援者も息切れしないよう
エネルギーチャージを！



悩んだら当センターも
一緒に考えます！

<監修>

東北医科薬科大学病院
高次脳機能障害支援センター