

目次

1 高次脳機能障害を学ぼう

1. 高次脳機能障がいを学ぼう

第27回 遂行機能障害のトレーニングについて

【遂行機能とは】

物事を計画し、それを実際に行動に移す能力です。遂行機能が低下すると論理的に考えたり、問題を解決したり、推察することが苦手になります。遂行機能は、以下の4つの要素からなっています。

①目標の設定

動機づけや意図が必要で、未来に向けて思考し、これから何がしたいのかを構想する能力。

例】「東京ディズニーランドでミッキーマウスと写真を撮りたい！」

②計画の立案

目標を行うためにいくつかの段階を考えて行動をするための枠組みを決定する能力。

例】「日時を決める」→「仕事の休みをとる」→「行くための手段を考える」→「新幹線のチケットを買う」→「ディズニーランドのチケットを買う」等、具体的に計画を立てる。

③目標に向かって計画を実際に行うこと

一連の行動に含まれる各行為を順序よくまとめた形で、開始、維持、変換、中止する能力。

例】旅行会社へパンフレットをもらいに行く
盛岡駅へ新幹線のチケットを買いに行く 等

④効果的に行動を行うこと

常に目標を意識し、現在行っている行為がどの程度目標に近づいているかを評価する能力。

例】パンフレットを見て、一番お得なプランを探す
ミッキーマウスに会うのに「2時間待ち」と分かった時に予定を再検討する

どの段階で困難が生じているかを確認するためには対象者の行動をよく観察したり、じっくり話をすることが大事です。その上で、必要なトレーニングをすることが効果的です。また、遂行機能障害は注意障害や記憶障害等、他の障害の影響も受けやすいので、記憶力等、他の能力を向上させることが効果的な場合もあります。迷ったり、わからない時は、お近くの[専門機関](#)へ相談してみましよう。



もう少しでひなまつりで
すね。ひなまつりは、女
の子の成長・良縁・幸せ
を願う行事と言われてい
ます。