

弱視者に対するカウンセリング的指導

日本ライトハウス

芝 田 裕 一

1. 弱視者の定義

「弱視」は非常に範囲の広い用語で一概に定義できない。リハビリテーションの分野で一般的によんでいる「弱視」(Partially Sighted, Low Vision)は、どちらかと言えば社会的、教育的見地からの弱視で、それとは別に医学の分野でいう「弱視」(Amblyopia)がある。

医学的な弱視とは、視覚が発達していく過程でなんらかの発達障害が生じて低視覚になったものをいう。社会的、教育的な弱視はなんらかの眼疾患によって視覚障害(全盲は除く)になったものをいい、教育では弱視は矯正視力0.04以上0.3未満(0.04未満は準盲)と定義されている。

しかし、弱視者の視力は、その日の心身の状態、明度によって変動し、また、認知力の問題等もあり、明確に測定するのは重度になればなるほど困難である。そして、それと共に信頼度も低くなる。また、視力だけでなく、視野に問題があっても視覚障害となることから、文章で定義しても実際にそのケースが「弱視」の範疇に入るか入らないかの断定はむつかしい。

医学的に言う全盲以外はなんらかの視覚刺激に反応し、それを利用できるため、リハビリテーションの分野では全盲以外の視覚障害者は、程度の差はあるが、すべて弱視と理解してよいであろう。本稿でいう弱視者はそのなんらかの視覚刺激を認知できる者を意味している。

2. 弱視者の視覚

一般に見えの状態は視力、視野、色覚の3つから測定される。よく、視力だけが視覚を代表するように考えられがちだが、これはあやまりである。たとえば、弱視者の見えの状態を、保有視覚あるいは残存視覚というが、これを、保有視力、残存視力という用語で表現してしまっていることがある。視力はあくまで視覚の一部を測定によって表わしているにすぎないことを理解しておかな

ければならない。

さて、弱視者には上記のように保有する視覚が程度の差はあれ、存在するわけだが、この視覚は個人差が大きく、全く同様の視覚を有する弱視者は、特に身体障害者障害程度等級の1～2級程度では存在しないと思われる。つまり、それ程、千差万別なのである。例をあげると、測定の結果、視力0.01、視野、色覚に異常がないというような視覚を有する弱視者が2人いても、見えの状態が異なることが非常に多いものである。

結局、弱視者の視覚は、数字で表わせる程単純なものではないため、眼科医の方で測定された視力、視野等だけに頼るのでなく、そのケース1人1人に対して、その見えの状態をそのケースの行動力、読書（文字）力等を観察することにより把握しておくことが必要である。つまり、機能的視覚の把握である。

この機能的視覚は、今後、視覚訓練、社会適応訓練、職業訓練を実施するための基礎になるものであるため確実に把握しておかなければならない。だから、弱視者の訓練は、この機能的視覚の把握に充分時間をかけることから始まるのである。

3. カウンセリング的指導の必要性

① 視覚への依存

一般的に、弱視者は、視覚依存傾向が強い。視覚だけでは日常生活が営めないような視力、視野であっても、自からの情報だけに固執し、それですべてを判断しようとしてしまう。

これは、我々が通常、視覚をチェック機関として使用していることに由来している。目は物を見るだけでなく、聴覚情報、皮膚感覚情報等の確認という仕事をも受けもっている。たとえば、ポケットに入った小銭は、いくら入れてあるかわかっていても一応、目で見て確認しているし、背後から呼ぶ声が知人だとわかっていても一応、ふり返って確認するのである。つまり、目で確認することによって一つの安心感を得ていることになる。我々は、知らず知らずのうちにこのような総検閲の作業を視覚に行なわせているのであるが、弱視者もそ

の例外ではない。

しかし、晴眼者ほど有効に視覚が使えない弱視者は、前述の傾向に抵抗して程度は各々異なっていても、他の感覚、主に、聴覚、皮膚感覚にもっと依存しなければならないのである。言葉では理解できいていても、これはなかなかむつかしい。最初は自分が、よほど注意し、意識して、「ここは耳でよくきいて判断しなければならないところだ」と自分に言いきかせるような態度で行動しなければ、少しの油断で、気がつくと一生懸命、目で見ようとし、結局なんらかのミスを犯してしまうことになるからである。

② 弱視者の指導方法

弱視者の訓練の基本は、目、耳、手を必要に応じて使いわけさせる、あるいは、目で行動したことについて手で確認させる等、保有視覚を充分に使用させながら、その不足分を他の感覚で補完していく方法を、そのケースに応じて指導していくことである。それもその保有視覚の状態は常に一定とは限らず、光量や光源の位置（天候、時間帯による太陽の位置、屋内の電燈等）、眼疾の状態等により変化するのが普通であるから、その各状況に応じた指導が必要となる。保有視覚の向上訓練や視覚以外の感覚による補完の訓練を中心に指導はすすめられるが、忘れてはならないのが、前述のように知らず知らずのうちに視覚に依存してしまうという弱視者の注意の問題である。

③ 注意

注意は、意識の中の明瞭な部分、または明瞭に意識することと説明されている（今田、1958）。注意は選択的であり、意識して注意する有意的注意と、無意識のうちに注意してしまう無意的注意がある。弱視者の場合、容易に視覚に依存してしまうことが多い。だから、弱視者にとって、感覚の中で視覚は比較的、意識しなくとも注意できる無意的注意の部類であり、他の感覚、たとえば聴覚や皮膚感覚は、どちらかと言えば意識して注意を集中しなければならない有意的注意の方に属するものと考えられる。

また、脳生理学から言えば、脳が一つの刺激に強く反応している時は、外制止によって他の脳活動を低下させ、なおかつ、その際、大脳皮質からの信号に

より、網様体から下位脳にマイナス信号が送られ、他の刺激を途中でシャットアウトしてしまうのである。つまり、弱視者が視覚に注意を集中すればするほど、他の感覚からの刺激は大脳まで信号として送られず、途中で遮断されるわけである。

弱視者は、前述のように、一般的に視覚に注意を集中しがちである。視覚への集中度は、当然晴眼者以上である。そうなると、視覚情報だけでは安全かつ能率的な行動がとれないにもかかわらず、必要な他からの情報には全く反応できない結果となってしまう。この脳生理面からの注意集中のメカニズムを指導員はよく理解しておかねばならない。

ただ、注意は知覚の一部として考えられるので学習による効果は期待できる。注意の集中度とその範囲は反比例の関係にはあるが、学習により、ある程度の範囲を保持しながら集中したり、また、短時間に、集中のスポットをあちこちに移動させることが可能である。

④ 弱視者への指導

以上のようなことから、弱視者に対しては、保有視覚以外の聴覚、皮膚感覚等へその状況に応じて注意を向けさせることが何故、必要か、どのような効果があるかを明確に説明し、自分が意識して、複数の感覚をその場に応じて使いわけるよう、カウンセリング的にじっくり説明し、指導しなければならない。結局、弱視者自身がそのことを理解し、自ら努力して、主に、目、耳、手の使いわけを行なわないと、訓練の効果はみられず、指導員が、各種の指導を行なっても、それは訓練のための訓練、つまり、その場限りのことになり、実生活に生かされないものとなってしまう。もちろん、弱視者の視覚はさまざまであるため、他の感覚への依存度は個人によって、大なり小なり異なり、ほとんど視覚のみで生活できる者から、大部分を、聴覚、皮膚感覚等に依存し、保有視覚は補助的に使うだけといった者まで存在する、ということは理解しておかなければならぬ。

弱視者の訓練は、本人の理解、努力、意識が基盤となってすすめられるものであるため多少、時間がかかるとしても

- ①必要に応じて各種の感覚の使いわけが必要であること
 - ②最初は自分が常に意識して使いわけること
 - ③注意の問題点 — 一つに集中してしまうと他の刺激には反応できにくいくこと
 - ④自分が努力してその感覚の使いわけを習慣化すること
- を弱視者に対して説いておくことが重要である。

これらを理解させた後、あるいは理解させながら、指導員は、そのケースの機能的視覚を把握し、それによって、いつ、どのような場面でどのような感覚を使えばよいか、その方法等の指導を実施していく。

4. 場面による感覚の使い分け

それでは、現実場面ではどのような時にどのような感覚を使うよう指導すればいいのであろうか。ここではなんらかの視覚を保有している身体障害者障害程度等級の1～2級程度の弱視者を対象に指導する場合の一般的な例を示す。

① 歩行訓練

1) 白杖による確認 — 屋外歩行した際、視覚によって認知した物を白杖、あるいは手によって確認し、自分が認知した物であったかどうかを同定する。たとえば、駐車している黒っぽい車を何かの影と思ったり、また、影を水たまりと感違したり等、あやまって認知していることが多い。ふだんは誤認しないような視覚でも光の加減やコントラストによってはまちがえてしまうケースもいる。このような時、白杖によって確認すると共に、視覚刺激の微妙な差異を知覚し、「このような見え方の時は車なんだ」というように視覚的再学習をしておくことが大事である。

2) 道路横断 — 前を横ぎる車は、ある程度近づかないと視認できないため、横断はすべて聴覚依存で行なう。信号も同様である。ただ夜間は、ヘッドライトや信号の色が見えるため、視覚によって行なうケースもある。

3) 階段昇降 — 階段はコントラストが弱く、駅や屋内など光量が不十分なこともあります、弱視者が困る場面の一つである。ここは、白杖を主体にして、全盲同様の操作をする。そして、かえって白杖操作の集中度を阻害する結果を招きやすい視覚刺激には反応しない方がよい。つまり、目はほとんど使わない方

が望ましい。

4) タッチテクニック — 通常の歩行は、そのケースの視覚の程度により、常時、タッチテクニック、あるいはスライド法を使用するか、または、部分的に使用するかを決定する。ただ、止めてある自転車がわからなかつたなど、思わぬ事態になることもあるので1～2級では常時使用が望ましい。

5) 電車乗降 — これは、プラットホーム上の歩行も含めて、非常に重要な訓練課題である。いくつかの調査によても、弱視者の事故は数多く報告されている(面高、1984。中尾、1985)。つまり、プラットホームからの転落である。ホーム上の歩行、乗降共、白杖を使用し、全盲同様の操作をして確認を怠らないようにしなければならない。実例として、視力0.1、視野求心狭索5度の者が、白杖を携帯せず、電車の連結器を乗降口と思い込み、転落したケースがある。このケースは即死であったが、一つまちがえば落命する場面であるだけに、少々、保有視覚がよくても曖昧な視覚に頼らず、白杖主体の行動をしなければならない。

② 日常生活訓練

日常生活諸動作は屋内で行なわれることが多い。屋内は一般的に屋外に比べて光量が不足している。つまり暗いところが多い。だから、屋外での行動は比較的、視覚に依存できていたケースでも屋内ではそれほど保有視覚が有効でない場合が出てくる。また、たとえ視覚を利用しても、かなりその対象に顔を近づけないと見えないと見えたという事態になり、姿勢や見栄えの点で望ましくないし、調理の場面では、火や油を使用することが多く、目を近づけることは非常に危険である。そのため日常生活訓練面の動作は、触覚、聴覚に、より依存的にならざるをえない。特に、各種の動作が確実に行なわれたかどうかを判断、確認するための触覚の利用は欠くことができないものである。

A. 触覚、利用場面

歩行訓練では白杖を介しての触覚の利用であったが、日常生活訓練では、直接、手で触れることが主になる。日常生活訓練では、ほとんどが触覚中心の動作であるが、ここではその主なものを例として取り上げる。

- 1) 金銭弁別 — 紙幣はその幣種により折り方をかえたり、可能であれば、触覚的表示を利用する。硬貨では大きさ（直径）や表裏の模様の違い、側面の凹凸（ギザギザ）の有無などで判断する。
- 2) テーブル上の手指動作 — テーブル上のコップ、皿、灰皿等の位置は、ファミリアリゼーションを受けるなどあらかじめ手で確認し、定位しておく。その後の動作もあわてたりせず、確実に行なうようにする。
- 3) 調理 — 盛りつけやあとかたづけの時など物がこぼれていないか、コンロに鍋ややかんが確実にのっているか等を手により確認する。また、じゃがいも等の皮むきなどもコントラストの関係上視覚だけではむけたかどうかの確認ができず、手によって判断する。
- 4) 洗濯 — 洗濯機内の衣類は、コントラストの関係上、視覚だけでは全部取り出せないことがあり、手による確認が必要である。

B. その他の感覚の利用場面

1) 聴覚

日常生活訓練では、歩行訓練ほど聴覚利用場面は多くないが、やはり、その場に応じて視覚を補完したり、あるいは、視覚にかわって利用しなければならない。

たとえば、湯が沸騰している時、火にかけたフライパン等の油が適温になっている時（塩をひとつまみ入れると高温ほどバチバチと音がする）などがそれである。

2) 筋運動感覚

全盲の場合、この感覚は非常に重要であるが、弱視者でも必要に応じて利用させるとよい。

たとえば、液体を容器に注ぐ時、その液体と容器の色合いがよく似ておれば、つまり、コントラストが明確でなければ、重度の弱視でなくとも視覚では認知できず、重さを認知して判断しなければならない。

③ コミュニケーション訓練

コミュニケーション訓練は、そもそも、一感覚、主に触覚を中心に指導され

ていくものであるため、前述の2つの訓練とはやや、趣を異にしている。つまり、弱視者であっても当初から、触覚中心の学習がなされ、2訓練での主題であった注意の分散や、視覚の補助的使用はそれほど、弱視者に意識、学習させる場面は多くない。

1) タイプ — 各キーによる印字を確実に行ない（触覚、筋運動感覚）、後で、確認しなくてもよいようにする。また、バックする時、視覚によって、確認するのではなく、キーを何回、押したか（筋運動感覚）を数えておくことにより判断する。

2) 点字 — 視覚中心で打とうとすると姿勢が前かがみとなり、見栄えがわるく、また、確実に打てなくなる。触覚中心の学習に徹するようにさせる。

引用・参考文献

今田 恵 1958、現代の心理学、岩波全書

荻原令子 1985、視覚障害者の調理訓練、視覚障害研究第21号、日本ライトハウス

面高雅紀 1984、視覚障害者の交通機関（電車）利用における問題点 — アンケート調査より — 視覚障害研究第20号、日本ライトハウス

芝田裕一 1984、歩行訓練第2版、日本ライトハウス

東京都心身障害者福祉センター 昭和53年、盲人の家庭生活動作、日本盲人福祉研究会

中尾格二郎 1986、視覚障害者の歩行中の事故 — 定位・移動と事故との関係 — 視覚障害研究第23号、日本ライトハウス

藤原静江 1984、日常生活訓練の実際問題 — 食事に関する指導を通して — 視覚障害研究第20号、日本ライトハウス