

認知矯正療法NEARについて

認知矯正療法とは？

- 記憶、集中力、問題解決などの認知機能を回復する手法です
- 就労、復学や、今と少し違う生活をしたい方のスキルを伸ばすお手伝いをします



認知機能障害を回復することが 大切なのはどうして？

- 注意、記憶、処理速度、遂行機能などの障害は、生活の中の様々な場面で困難をきたし、QOL低下の原因になっていることがあるからです
- 例えば・・・

注意障害がある場合

- 会話についていけない
- 説明が理解できない
- 読書に集中できない
- 話の要点がわからない
- 気が散りやすい
- 複数のことに注意できない



記憶障害がある場合

- 指示を忘れる
- 日常生活でのルーチンには問題がない
- 新たな情報を保てない



処理速度障害がある場合

- 理解・反応に時間がかかる
- 語流暢性の低下→
会話がとぎれる



遂行機能障害がある場合

- 料理ができない
 - 材料をそろえる【計画】ができない
 - 献立を同時にそろえて仕上げられない【計画】
 - 材料や調理器具が足りないときに対応できない【問題解決】



では、認知機能障害の改善
を目指す認知矯正療法
NEARとはどのようなもの
でしょうか？



認知矯正療法の内容について

- 少人数グループでパソコンを使った課題をしたり、話し合うことで、少しずつ得意なスキルを伸ばし、苦手なスキルを回復します



課題の例

- ・ オフィスの事務職になったつもりで、書類を一定の規則に沿い、時間内に分類

注意、集中、
識別、処理速度
を訓練します



利用者の声

人に言われたことを忘れないようになりました！



バイトの仕事内容を覚えるコツがわかりました！



治療期間について

- 週2回、半年間行うことで効果があると報告されています
- できるだけ休まず、コツコツ続けることが大切です



認知矯正療法NEARにみなさまが
興味をもってくださいれば幸いです

鳥取大学大学院医学系研究科
臨床心理学専攻 最上多美子

