

三重県介護支援専門員協会 松阪支部
～権利擁護・虐待防止研修～

「バリデーションとは」 ～認知症の人への援助法～

特定医療法人暁純会 榊原温泉病院
介護福祉士
介護支援専門員
バリデーションティーチャー
宮本 務

バリデーション認定レベル

レベル1バリデーションワーカー



レベル2グループバリデーションプラクティショナー



レベル3バリデーションプレゼンター



レベル4バリデーションティーチャー

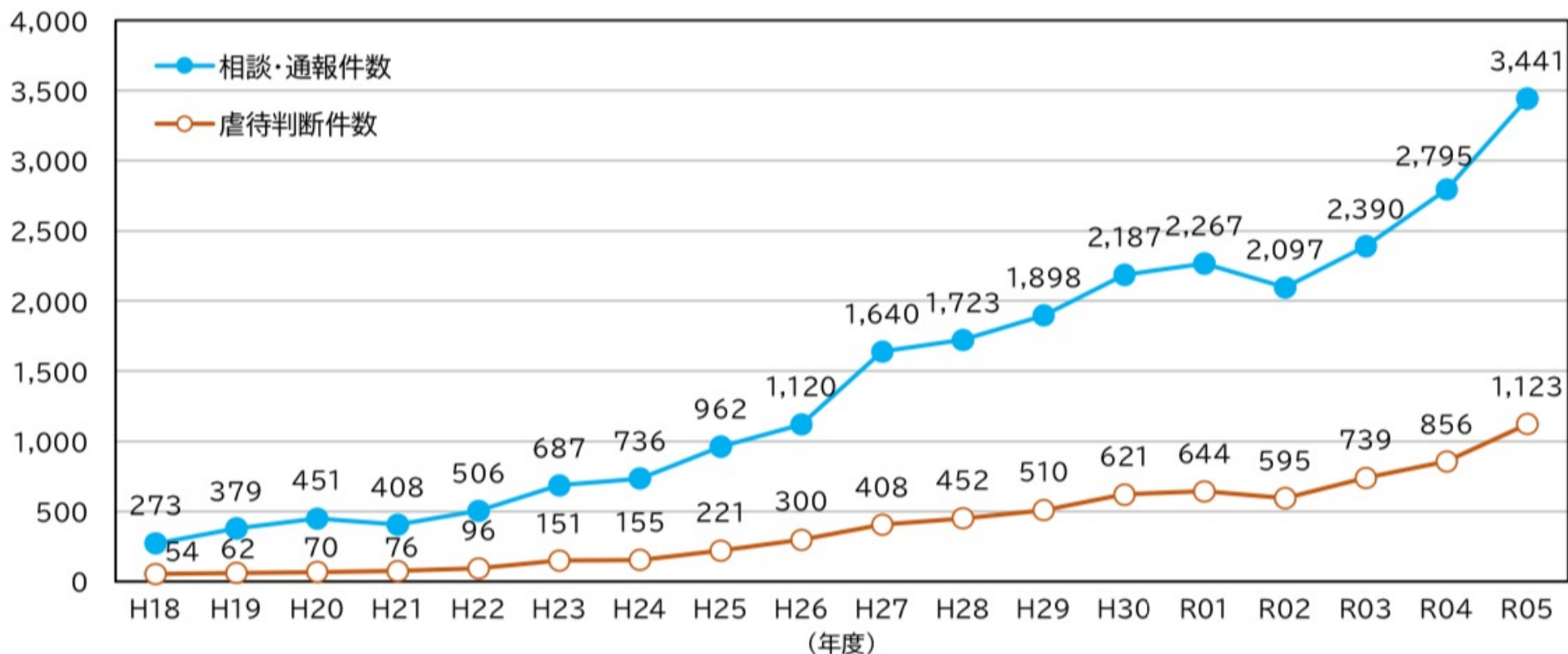


レベル5バリデーションマスター

高齢者虐待の現状

図1 養介護施設従事者等による高齢者虐待の
相談・通報件数と虐待判断件数の推移

(件)

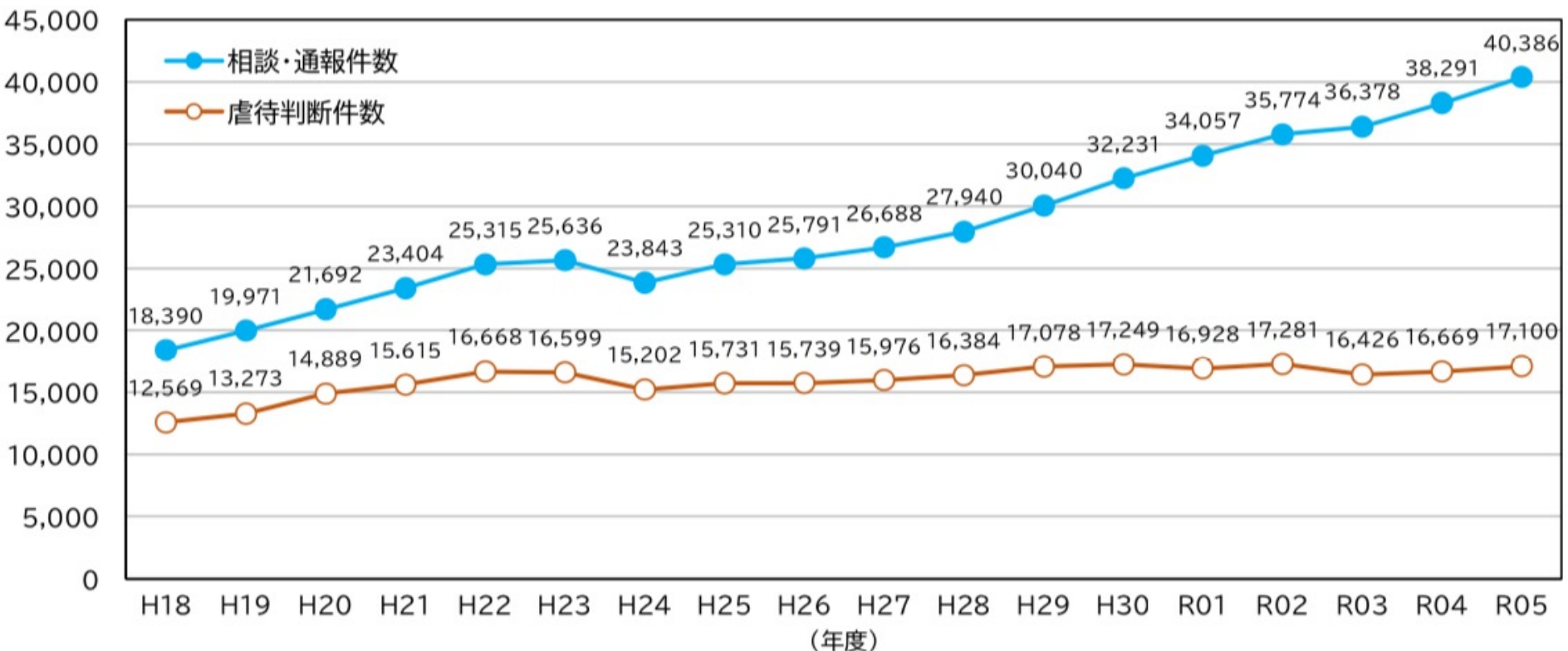


出典：令和5年度「高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律」に基づく対応状況等に関する調査結果
(厚生労働省)を加工して作成(令和7年2月15日作成) <https://www.mhlw.go.jp/content/12300000/001366828.pdf>

高齢者虐待の現状

図2 養護者による高齢者虐待の
相談・通報件数と虐待判断件数の推移

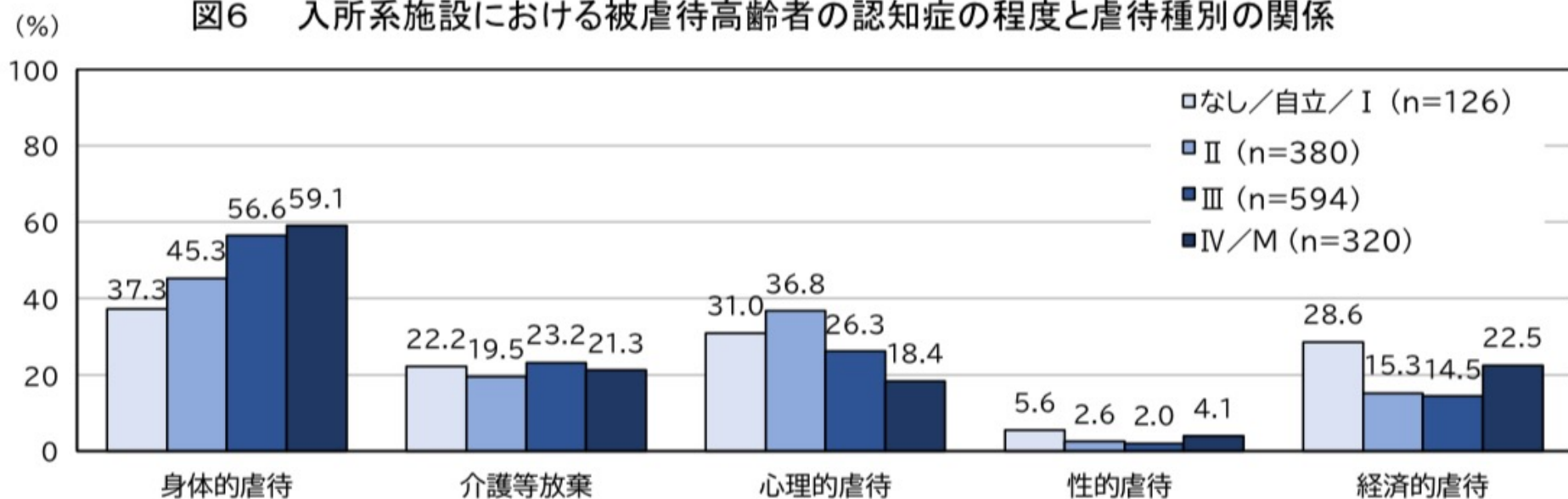
(件)



出典：令和5年度「高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律」に基づく対応状況等に関する調査結果
(厚生労働省)を加工して作成(令和7年2月15日作成) <https://www.mhlw.go.jp/content/12300000/001366828.pdf>

高齢者虐待の現状

図6 入所系施設における被虐待高齢者の認知症の程度と虐待種別の関係



※「入所系施設」は介護保険施設、認知症対応型共同生活介護（グループホーム）、小規模多機能型居宅介護、有料老人ホーム、軽費老人ホーム、養護老人ホーム、老人短期入所施設をさす。虐待種別は複数回答形式で集計。認知症の有無・程度が不明のケースを除く。

養介護施設従事者等による 高齢者虐待の発生要因

「虐待を行った職員の課題」区分に含まれる項目が
上位を独占

- ・職員の虐待や権利擁護、身体拘束に関する知識・意識の不足…77. 2%
- ・職員のストレス・感情コントロール…67. 9%

養介護施設従事者等による 高齢者虐待の発生要因

- ・職員の倫理感・理念の欠如…66. 8%
- ・職員の性格や資質の問題…66. 7%
- ・職員の高齢者介護や認知症ケア等に関する知識・技術不足…63. 6%

介護に関わる専門職の人が バリデーションから受ける恩恵

- ・フラストレーションの緩和
- ・燃え尽き症候群、極度の疲労の防止
- ・コミュニケーションの楽しさの促進
- ・仕事の満足度の増大

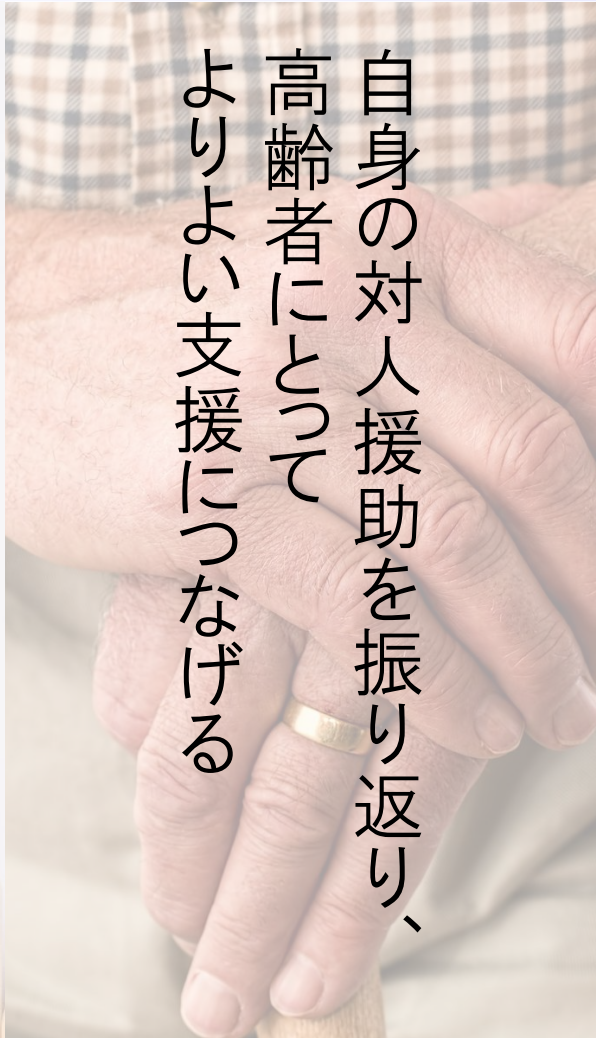
本日の研修の狙い



バリデーションとは
どういうものか



少しずつ
取り込んでいく



自身の対人援助を振り返り、
高齢者にとって
よりよい支援につなげる

本日の研修のフレーム



バリデーションとは

共感



ゴール



3つの柱



原則



対象者



基本的態度

バリデーションとは

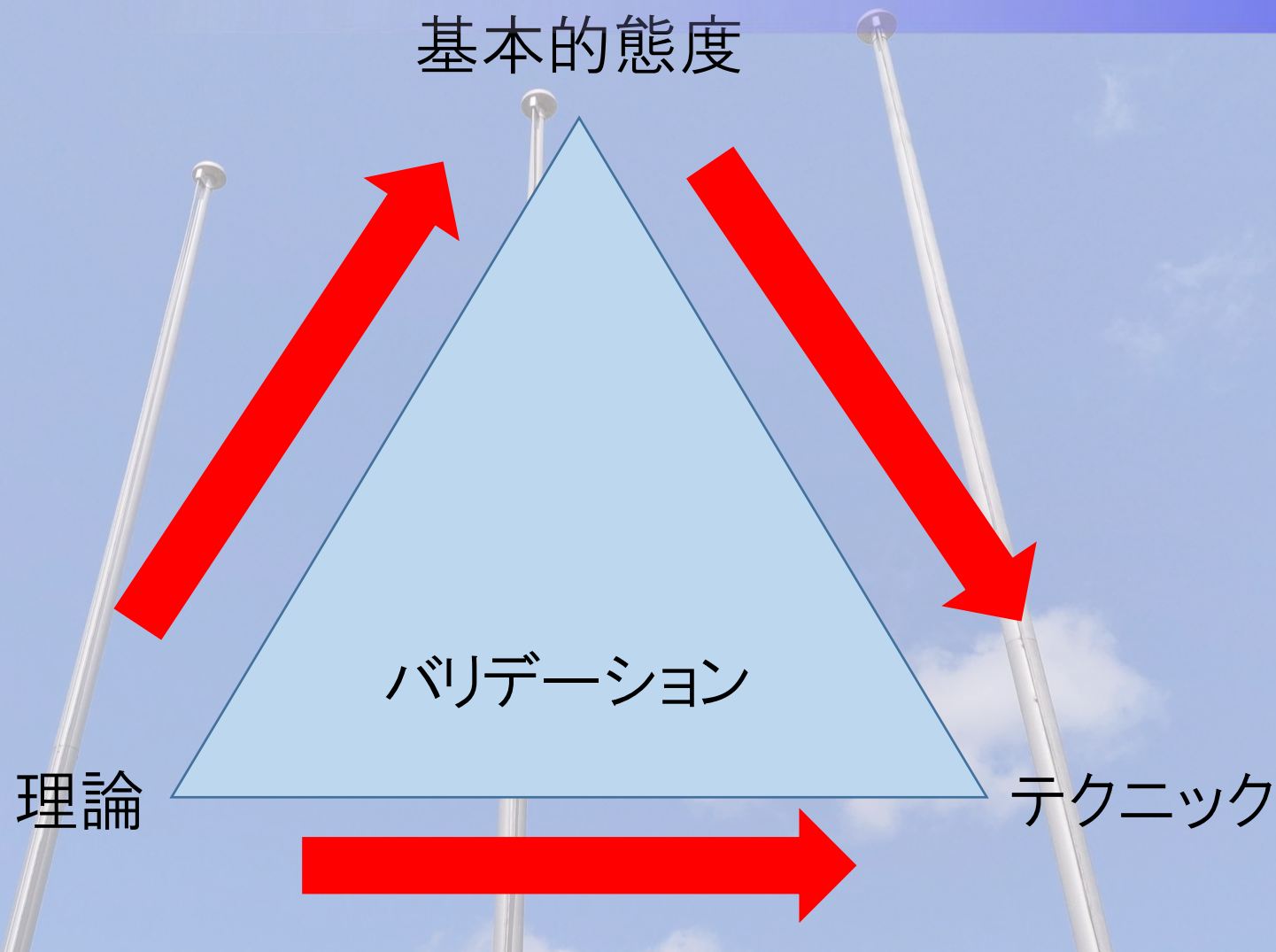
ナオミファイル氏が、老人ホームで働く中で考案。

見当識障害のあるお年寄りの感情や行動を共感や尊厳をもって受け入れる

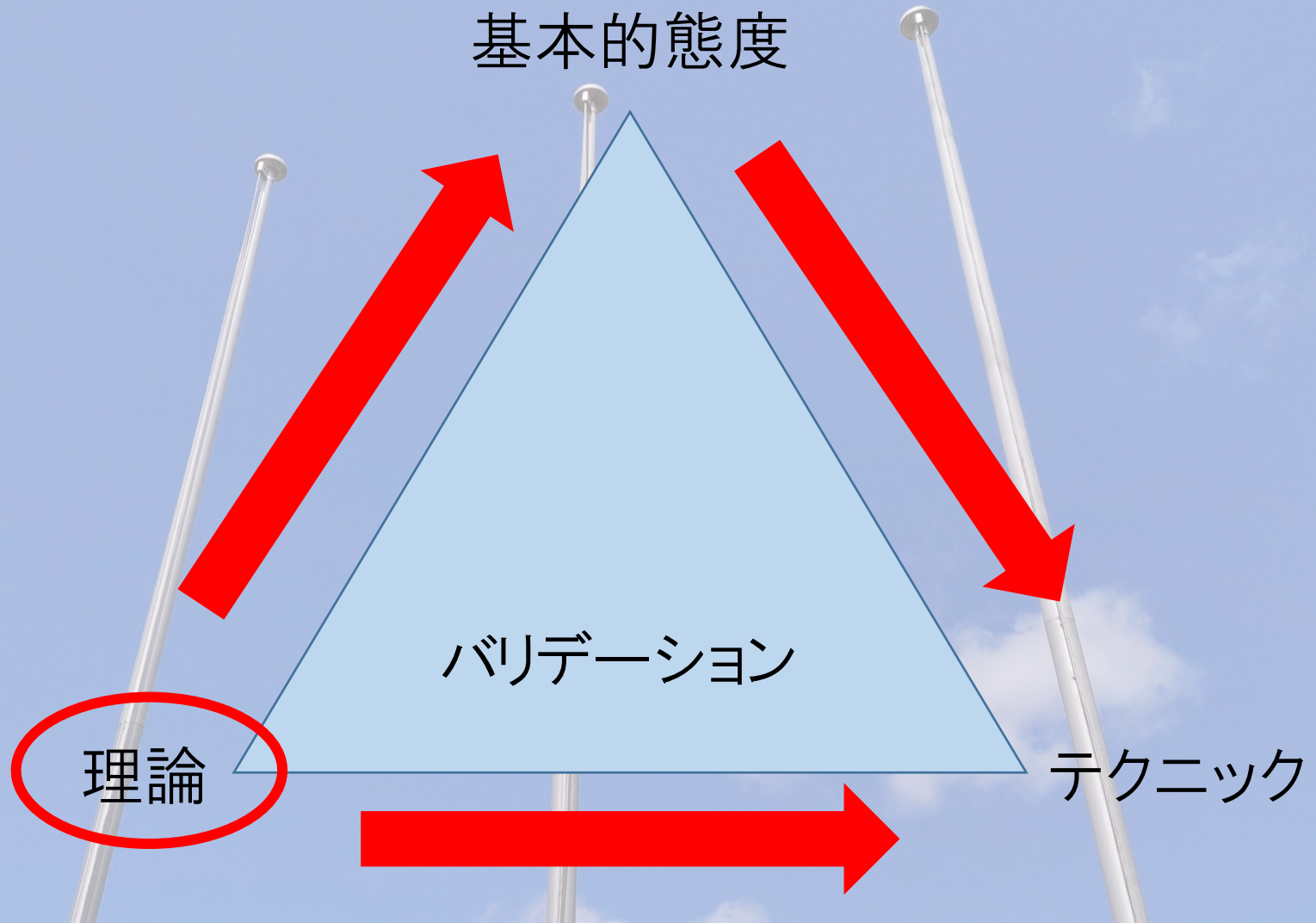
見当識障害のあるお年寄りとのより良い関係を築くためのコミュニケーション法



バリデーシヨンの3つの柱



バリデーシヨンの3つの柱



理論（バリデーシヨンの11の原則）

ナオミファイルが提唱する基本的理念。
私たちの行動を導き、
バリデーシヨンの姿勢や態度を形成します。

バリデーシヨンの11の原則の背景には、行動、
分析及び人間心理学などの
理論的前提があります。

バリデーシヨンの原則

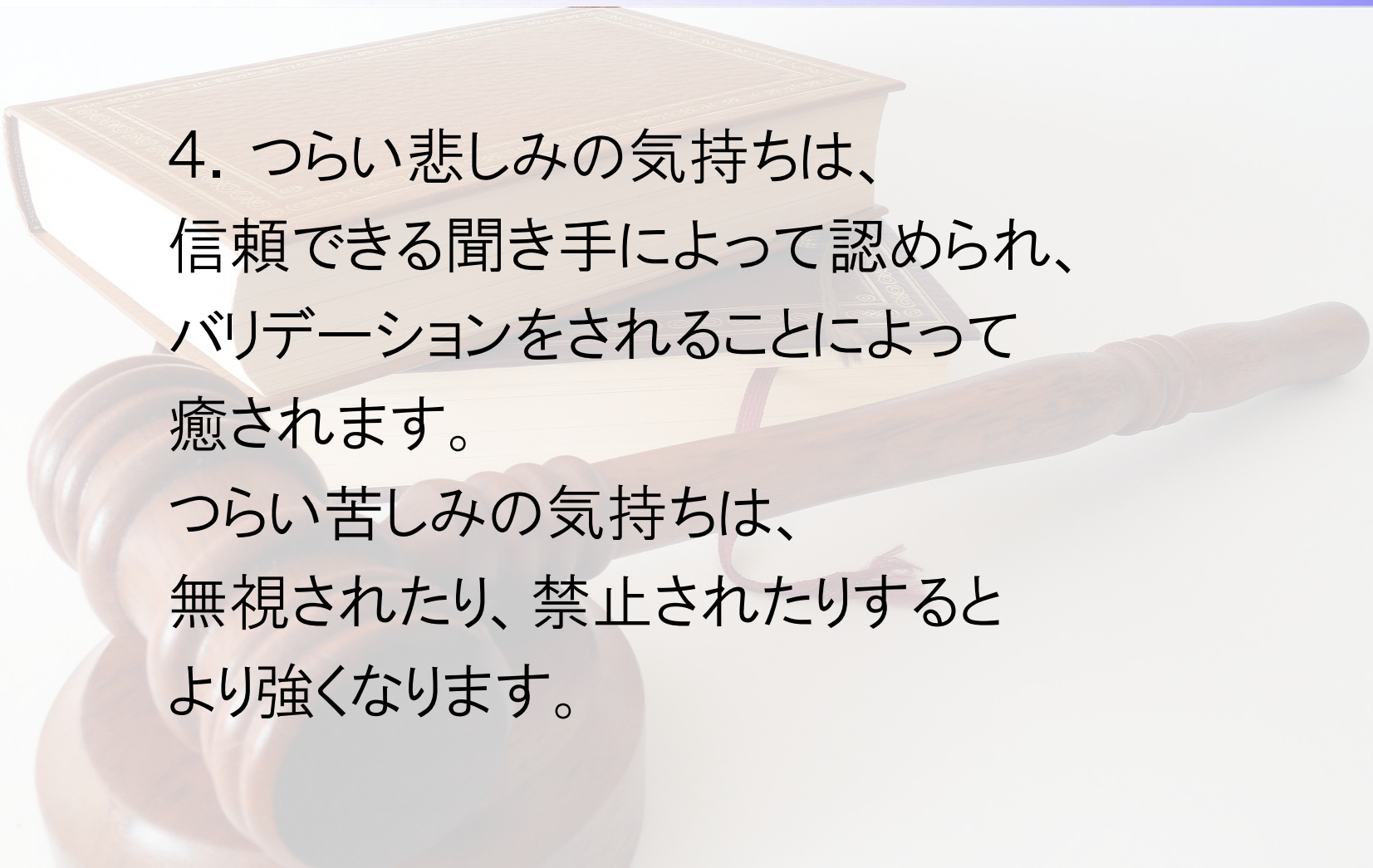
1. すべてのお年寄りは、
一人ひとりが**唯一価値のある存在**です。
2. フェーズ1にいるお年寄りも見当識障害のある
お年寄りもあるがまま受け入れます。
お年寄りを変えようとしてはいけません。
3. **共感**を持って聞くことによって、信頼が生まれ、
不安が減り、尊厳が回復されます

共感とそれ以外の対応の違い (実践)

ありがちな以下の対応とどう違うのか体験
してみましょう

現実をつきつける
気晴らし(気をそらす)
元気付け
「療養上」のうそ

バリデーシヨンの原則



4. つらい悲しみの気持ちは、
信頼できる聞き手によって認められ、
バリデーシヨンをされることによって
癒されます。

つらい苦しみの気持ちは、
無視されたり、禁止されたりすると
より強くなります。

バリデーションの原則

5. フェーズ1のお年寄りや、見当識障害のあるお年寄りの行動には理由があります

6. フェーズ1のお年寄りや見当識障害のあるお年寄りの行動の根底にある理由は以下の基本的欲求(ひとつまたは複数)である可能性があります

バリデーションの原則

- ・安らかな死を迎えるためにまだやり終えていないことを解決する欲求
- ・平和に暮らす欲求
- ・視力、聴力、身体的自由、記憶力が低下したとき、バランスを保とうとする欲求
- ・忍び難い現実を納得のいくものにする欲求。なじみのある人間関係をもち、居心地がよいと感じられる場所を見つける欲求
- ・承認、地位、アイデンティティ、自尊心への欲求

バリデーシヨンの原則

- ・役に立ち、有益でありたい欲求
- ・傾聴され、尊重されたい欲求
- ・感情を表現し、聞いてもらいたい欲求
- ・愛されたい欲求、所属欲求：人と接したい欲求
- ・動けなくさせられたり、拘束されたりすることなく、温かく育まれ、守られ、安全で安心していられる欲求
- ・感覚刺激欲求：触覚、聴覚、嗅覚、味覚、性的欲求
- ・苦痛や不安を軽減したい欲求

バリデーシヨンの原則

【基本的欲求】

安全で、愛されること

役に立つこと

感情を表現すること

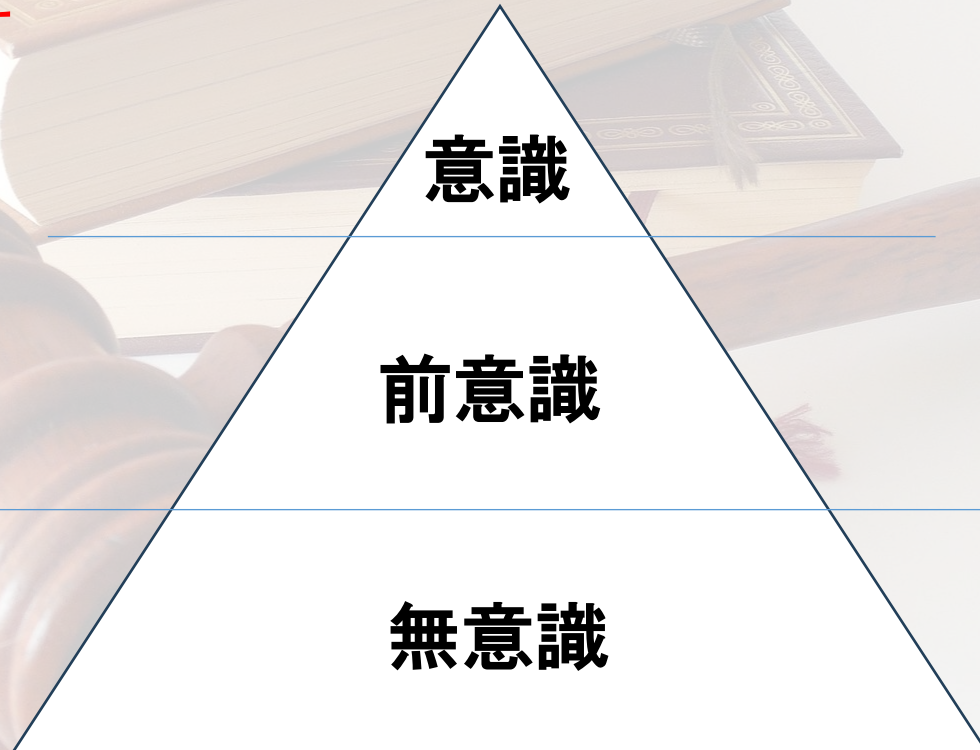
バリデーシヨンの原則

7. 言語能力や最近の記憶が失われると、若い時に身につけた行動がよみがえります

8. フェーズ1や見当識障害のあるお年寄りが使う個人的シンボルとは、思いの詰まった過去の人、物、概念の代わりとなる(現在の)人または物です

バリデーションの原則

9. フェーズ1にいるお年寄りや見当識障害のあるお年寄りは、しばしば同時にいくつかの気づきのレベル(意識レベル)にいます



意識

前意識

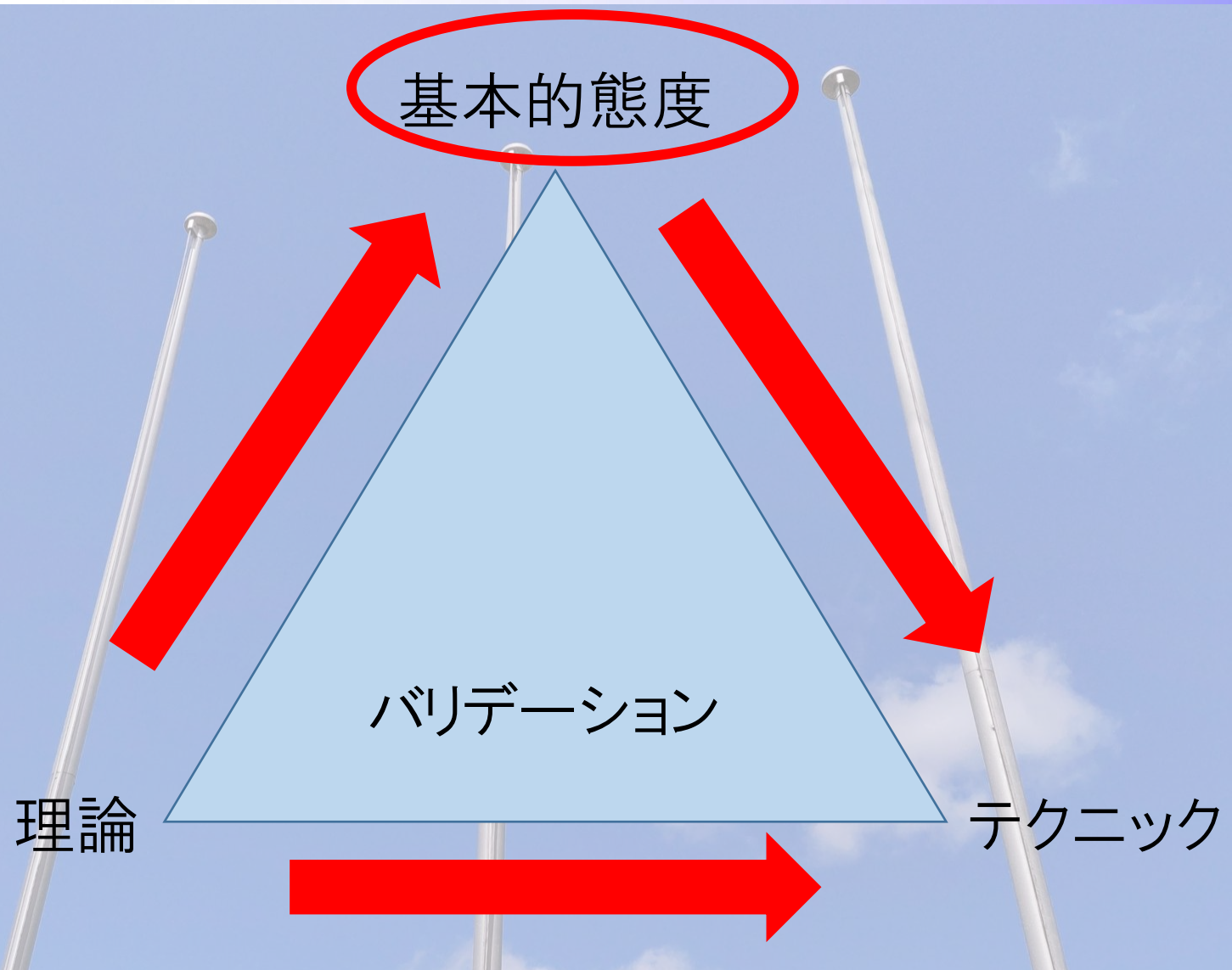
無意識

バリデーションの原則

10. 五感が衰えてくると、フェーズ1にいるお年寄りや見当識障害のあるお年寄りは「内なる感覚」を刺激して使います。お年寄りは「心の目」を使って過去のことを見たり、過去の音を聞いたりするのです。

11. ある出来事、感情、色、音、匂い、味、映像によってある感情が湧きあがり、それが引き金となって過去経験した同じような感情がよみがえります。お年寄りは、今も過去と同じような反応の仕方をします。

バリデーシヨンの3つの柱



バリデーシヨンの基本的態度

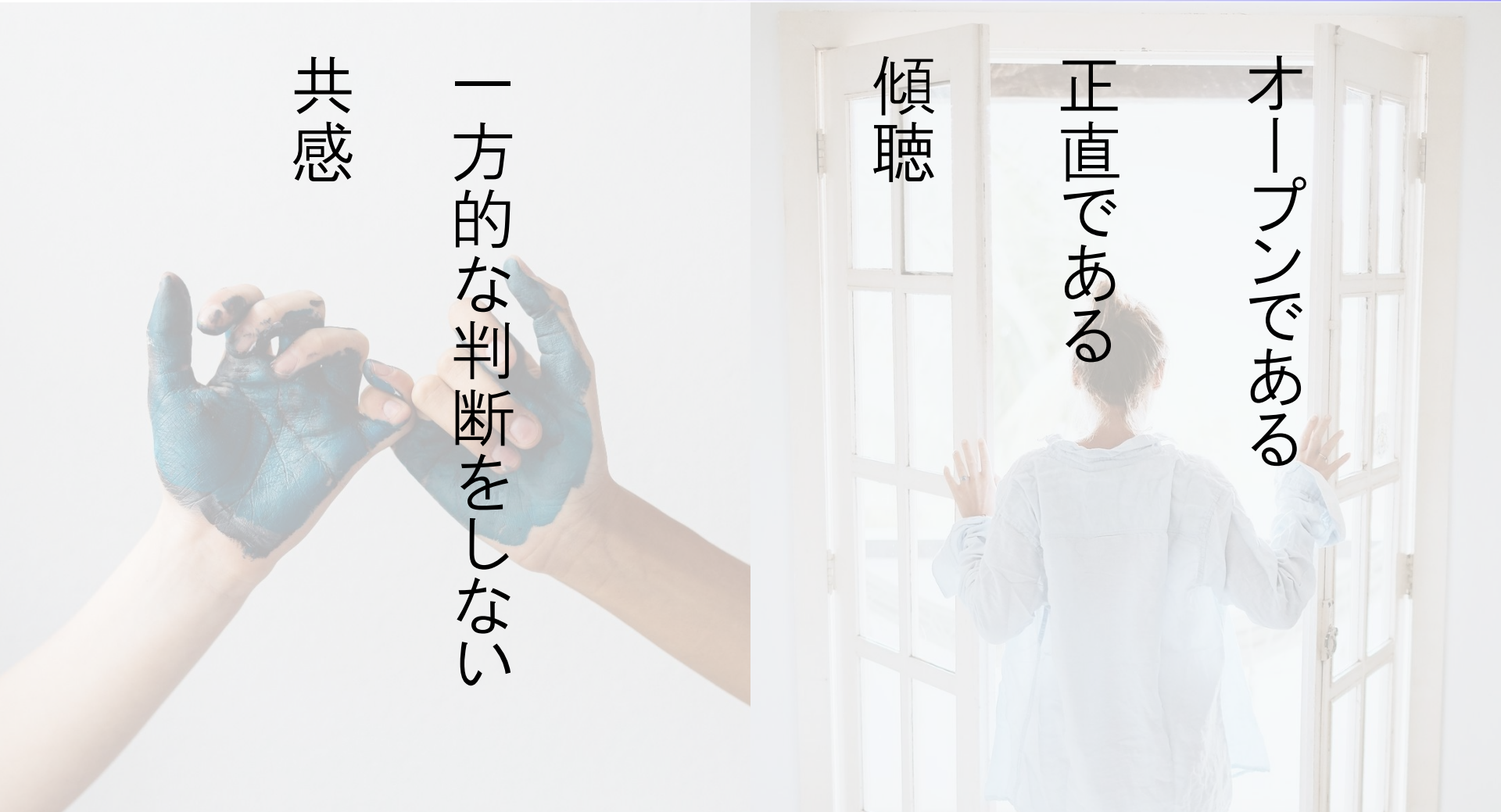
共感

一方的な判断をしない

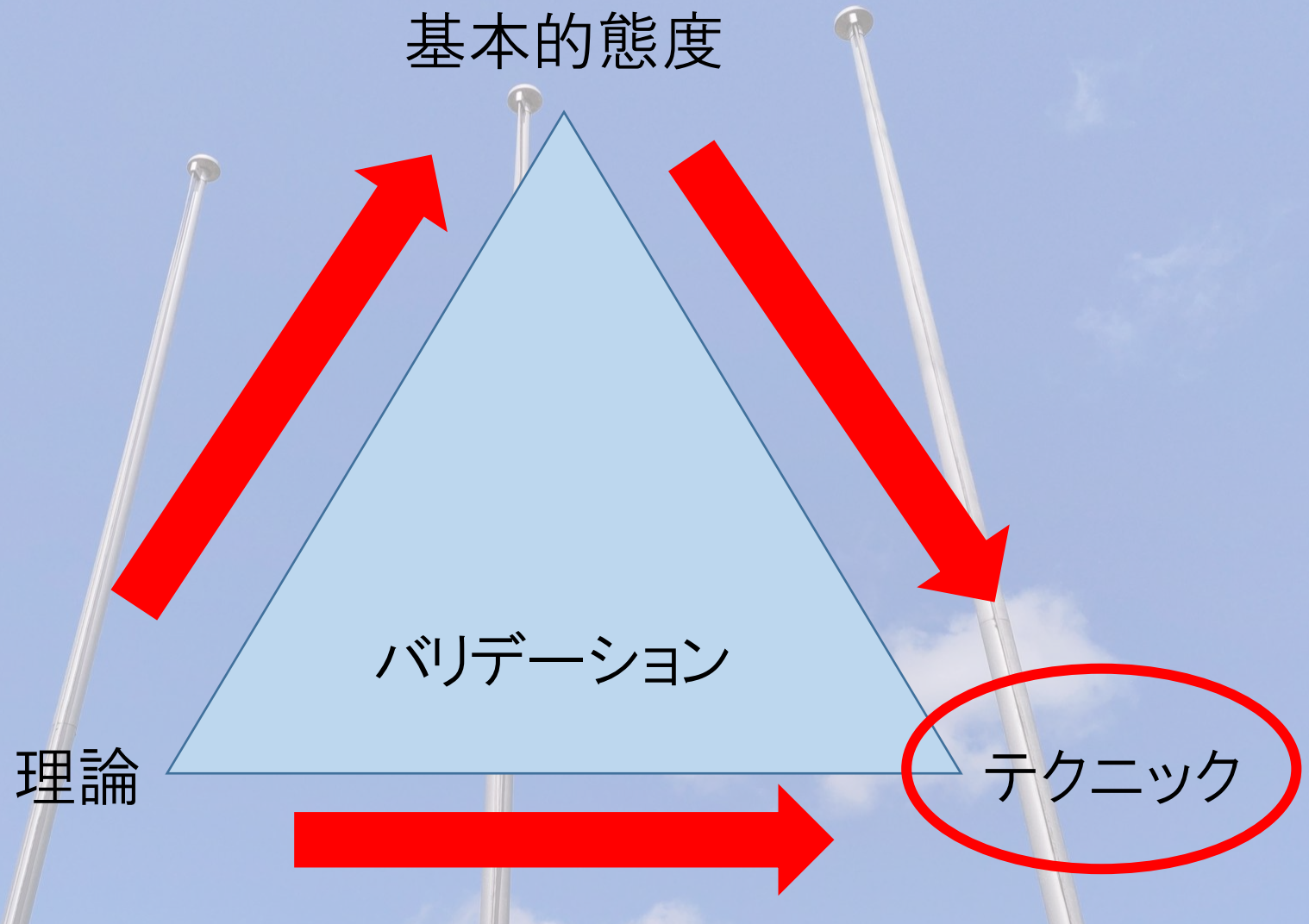
傾聴

正直である

オープンである



バリデーシヨンの3つの柱



バリデーションのテクニック

・センタリング

- ・「誰、何、どこ、いつ、どのように」の質問を使って探索する

・リフレージング

- ・極端な表現を使う
- ・反対のことを想像させる
- ・レミニシング（思い出話をする、なじみのある対処法を見つける援助をする）
- ・好みの感覚をつかう

・アイコンタクト

- ・曖昧な表現を使う

- ・低くはっきりとした愛情のこもった声で話す

・ミラーリング

- ・満たされていない人間的欲求と行動を結びつける

・タッチング

- ・音楽を使う

・カリブレーション

共感を表現する方法

確認：観察する

統合：カリブレーションする

反響：映し出す

離脱：自分自身に戻る

センタリング

自身の呼吸に焦点を合わせて、
「イライラ」を体から追い出す

他の人に対して共感して傾聴するためには、自分
自身の感情を解き放つことが大切

意思疎通を図りたい相手の気持ちを心
から感じ取ることができる

センタリング

ンハウツー動画シリーズ — 色を使ったセンタリング Validation 'How to' Video Series Centering with Color JP 4 17 20



・YouTubeで
「バリデーション センタリング」と
検索してください

<https://youtu.be/LbeKeM-i3nY>

家や仕事で使えるハウツー動画

センタリング

- ・おへそから5cmぐらい下の1点に神経を集中します。
ここがあなたのセンター、重心です
- ・鼻から深く息を吸い、あなたの体を息で満たしましょう
- ・口から息を吐きましょう
- ・心の中の自分との対話をやめ、すべての意識を呼吸に集中します
- ・心の中で息を追いかけてみましょう。あなたのセンターから弧を描くようにして鼻へと戻っていきます
- ・息を体の中に入れ、体をその息でいっぱいにしましょう
- ・センターから息を洗い出し流しましょう

観察、カリブレーション

- ・お年寄りの表情や姿勢、息遣いやエネルギーを観察する（目、鼻、口、あご、肩、胸、体の様子、表情、姿勢、動き、呼吸など）
- ・自分自身に映し出す（お年寄りの体、姿勢、表情、呼吸やエネルギーに同調する）

アイコンタクト

ンハウツー動画シリーズー色を使ったセンタリング Validation 'How to' Video Series Centering with Color JP 4 17 20



youtubeで「バリデーション アイコンタクト」
と検索してください

<https://youtu.be/82qhFoD-ZPU>

家や仕事で使えるハウツー動画

適切な距離を見つける

ンハウツー動画シリーズー色を使ったセンタリング Validation 'How to' Video Series Centering with Color JP 4 17 20



・youtubeで「バリデーション 距離」と検索してください

<https://youtu.be/6SaBDLCLWQQ>

家や仕事で使えるハウツー動画

低くはっきりとした 愛情のこもった声で話す

- ・とげとげしい声は、認知症のお年寄りを怒らせたり、引きこもらせたりする可能性があります。
- ・高くて小さな声は高齢者には聞き取りづらいので、はっきりした思いやりに満ちた低い声で話すことが大切です。

リフレージング

- ・相手の方が言ったキーワードを使って要点を繰り返す
- ・カリブレーションができていない言葉だけのオウム返しにならないように注意

オーブンクエスチョン (言語的テクニック)

- ・「誰が、何を、どこで、いつ、どのように」の質問を使って探索する
- ・「なぜ」という質問はつかわない
- ・カリブレーションを忘れないように注意、質問してるだけだと尋問のようになります

バリデーションの 対象となる人

80歳以上

今まで精神的問題があると
診断されたことがない

見当識障害の原因が、
以下のような疾患によるものではない
パーキンソン、早発性アルツハイマー、
薬物アレルギー、脱水、ビタミン不足、etc…

バリデーションにおける 見当識障害とは

身体的喪失

脳、感覚(五感)の損傷
動く能力が低下している

喪失体験およびその喪失に
対応できないことが複合して起こります。

バリデーションにおける 見当識障害とは

社会的喪失

社会における地位の喪失
重要な役割を失った（母親、教師、家の所有者）

喪失体験およびその喪失に
対応できないことが複合して起こります。

バリデーションにおける 見当識障害とは

精神・心理的喪失

人生を通し、重篤な喪失を否定してきた。

対応すべき未解決のままの人生の課題や危機がある。

最近の記憶が昔の記憶にすり替わってしまっている。

喪失体験およびその喪失に
対応できないことが複合して起こります。

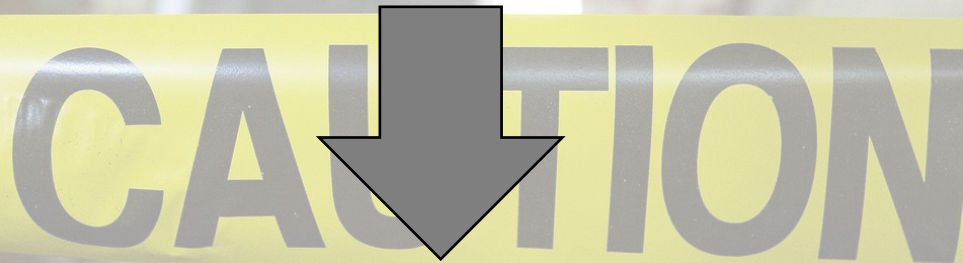
バリデーシヨンの目的と効果(短期)

言語的・非言語的
コミュニケーションを増やす
より覚醒した状態になる
動く能力やウェルビーイングを
改善する

喜びとエネルギーを与える
ストレスを軽減する

バリデーションの目的と効果（長期） の注意

ゆくゆくは不安や怒りが軽減される



問題行動をなくすためにあるのではない。

バリデーションの目的と効果(長期)

自尊心が高まる

過去の未解決の問題を解決する過程を援助する

フェーズ4まで悪化することを防ぐ

ゆくゆくは不安や怒りが軽減される

社会習慣に従い自己抑制する能力が増す

薬の使用や身体拘束を減少させる

ウェルビーイングの増進

お年寄りが自宅で生活が続ける

家族が見当識障害のあるお年寄りやフェーズ1にいるお年寄りとコミュニケーションをとる手助けをする



参考・引用文献

- ・ナオミファイル著/ビッキーデクラークルビン改著/稲谷ふみ枝監訳/飛松美紀訳 「バリデーションファイル・メソッド 認知症の人への援助法」 全国コミュニティライフサポートセンター 2016
- ・ナオミファイル、ビッキーデクラークルビン著/高橋誠一、篠崎人理監訳/飛松美紀訳 「バリデーション・ブレイクスルー 認知症ケアの画期的メソッド」 全国コミュニティライフサポートセンター 2014

参考・引用文献

・ナオミファイル、ビッキーデクラークルビン著/稲谷ふみ
枝監訳/飛松美紀訳 「バリデーション入門 認知症の人の
想いを傾聴・共感するコミュニケーション法」 中央法規
出版株式会社 2023

ご清聴ありがとうございました

