

他人の動きに影響される私たちの身体

林 哲弘

令和3年度に修士課程を修了した林 哲弘と申します。突然ですが、皆さんは他人の動きに自分の身体が影響されていると感じたことはありませんか？大半の方は、影響されたと感じたことがないと思っているのではないのでしょうか。ですが、思い返してください。多くの人が行き来する駅やショッピングモールなどで、周りの人の歩くスピードに合わせて、自分の歩くスピードも変わっていることはありませんか？人は無意識の内に他人の動きに影響を受け、自分自身の身体の動きを変化させているのです。私は、この無意識の内に起こる身体の反応をリハビリテーションに利用して、患者さんの身体の動きを良くすることを目的に研究を行っています。具体的な研究の内容としては、他人が運動しているところを観ている際に、筋肉に繋がる神経の活動がどのように変化しているかを検討しています。また、他人の運動を観て、その運動にどのような思いを持つかは人によっても違ってきます。例えば、同じリフティングをしている動きを観た時に、サッカーが上手な人にとっては下手な動きに見え、そうでない人にとっては上手に見えるかと思います。そこで、大学院在学中には、他人の動きを観て、その動きの「力強さ」を観た人がどのように思うかによって、筋肉に繋がる神経の活動が違ってくるのかを検討しました。結果としては、「力強い」と思って動きを観ていた方は、「力強くない」または、「そんなに力強くない」と思って動きを観ていた方よりも筋肉に繋がる神経の活動が高まっていました。

今回おこなった研究は、神経や筋肉に障がいを持たない人を対象におこなった研究であり、脳卒中や頸髄損傷または骨折後の患者さんにも同じ結果がでるとは限りません。そのため、今後は実際の患者さんでも同じ結果が出るのかを検討し、リハビリテーションとして患者さんの身体の動きを良くする手助けをしていければと考えています。

