

## 第5回高校生のための大学フェア大阪2010

実施日：2010年7月19日

主催：大学コンソーシアム大阪

場所：大阪府教育センター

テーマ：見えるものと見えないもの

講師：富樫誠二

### 1. 見えるものと見えないもの

私達が理学療法を行う上で、大切な点が2つあります。1つは見えるものとしての、からだの状態や動き（動作・行為）をとらえることです。これは見える現象そのものとして、観察や触診でとらえることができます。最近では高価な運動分析の機器（三次元動作分析装置）を用いたりします。あと1つは見えないものとしてのところです。どのような気持ちでいるのか、どのような感情をもっているのかを社会的背景や文脈、態度から推し測ることによってとらえていきます。どちらも大切な理学療法の世界ですが、今日は見えないもの（こころ）を対象とした理学療法のすすめかたについてお話します。

### 2. 心理学的理学療法のすすめ

からだだけを動かすよりこころが動けばからだはさらに動きやすくなります。からだを動かしたければこころをゆさぶることです。まさに気をとらえることが大切です。やる気、元気、そしてのん気という気が重要です。何事にも気を入れることが肝要です。

理学療法士は、介助をするときには、臍の下の丹田というところに力をいれて気合をかけ、呼吸をうまく利用すれば楽に介助することができます。例えば患者様を抱えあげなければならないときなど、腹圧をかけた状態で、お腹に力を入れ、気合を入れて持ちあげます。

理学療法を行う場合、理学療法士は、自分の気に配慮し、患者様のからだの動きを観察しながら、患者様のこころの動きに注意しなければなりません。

理学療法は人間と人間が関係する仕事です。最初は

見えなかったものが、人間と人間の関係性の中から見えてくる（顕在化する）ものがあります。見えない相手の心を理解（対人認知）し、自分に見えなかった自分のこころ（ジョハリの窓）にも気づかされます。そういったことが相乗の動機づけとなり、結果として理学療法の効果として現れてきます。相手を知り、己を知るといっていますが、つまりは自己のこころを磨くということです。それは、怯懦なこころや安きにつくこころを捨て、勇気と情熱をもって対峙することから始まるような気がします。

理学療法は患者様の病期（急性期・回復期・維持期・終末期）に応じた心理的対応をすることが大切です。患者様の心理的状況や心理的プロセスに応じた心理学的理学療法が重要です。今後、心理・精神領域での理学療法の発展が求められています。

### 3. 感情と理学療法

一般的に患者様は不安な気持ちでいます。不安な気持ちはどのように姿を変えて現れているのでしょうか？言葉として（言語化）、からだの不調（身体的愁訴）として、問題行動（攻撃的態度、ナースコール頻繁 etc）として現れることがあります。そういった不安という感情を共感的に理解し支えてやるのが根本的に大切なことです。ただし理学療法士が患者様の感情に巻き込まれないようなゆとりが必要となります。待つこと（待機性）の重要性がここにあります。

タイミングをはかり、卒啄の機をとらえることが大切です。常に目をはなさずのこころ構えが重要で、「見ぬ振りをして見る」というリハビリのこころが大切です。

### 4. おわりに

理学療法を行う上で大切なことは、患者様を全人間的に理解しこころとからだの両面を支えていくことです。