



2014年2月入職

なかにしのぶみつ
中西延光

理学療法士は、モチベーターでもある

気持ちがポジティブだと、リハビリの効果は高くなる

心と体は密接につながっています。単にメニューに沿って体を動かすだけでは、効果を最大化させることはできません。半ば強制的にリハビリを行っている、一つひとつの動作が緩慢になり、量をこなす意欲も薄れていきます。私はこちらから一方的に指導するのではなく、患者さまと双方向でのコミュニケーションを図り、ポジティブな気持ちで体を動かしてもらうことを常に意識しています。その方が高い効果が生まれるので、いかにしてやる気を引き出すかは、理学療法士の仕事において重要なポイントです。

他職種に比べて患者さまと接する時間が長いため、コミュニケーションを通してその日の体調や心理状況を推測するのはもちろん、あまり乗り気でないのなら、世間話で気分転換を図ることもあります。それでもモチベーションが上がらないときは、目標までの道のりを分割し、クリアできそうな目の前のゴールを設定しています。例えば、ご自宅に帰ることを最終的なゴールとして掲げられている場合、歩行が困難な方であれば、「道のりが長くて自分には無理だ」という諦めが顔を覗かせがちです。そんなときは、まずは自力で起き上がるといった短期的な目標を設けます。それによって、これならできるかもしれないというやる気が駆り立てられるだけでなく、目標をクリアすることによって達成感も得られます。つまりところリハビリとは、成功体験の繰り返しだと私は思っています。



本当の思いやりを、自分の深層に染み込ませる



思いやりエキスパートに選ばれたときは、思わず身が引き締まりました。日々の業務の中では、自分の未熟さをまだまだ感じることがあり、研修の中でもそれを実感しました。患者さまとの距離の取り方にしても、親しく接している方にはどうしても馴れ馴れしさが出てしまうことに気づかされました。しかし、言葉遣いから所作に至るまでの全てに丁寧さを行き届かせながら、本当の思いやりを持って患者さまと接しなければならぬと改めて感じ、これからは今まで以上に自分を厳しく律していきたいと思っています。

研修を受けている段階から自分が成長している感覚はあります。今はまだ頭で考えてから体を動かしているのですが、これからは意識しなくても自然と体が動くように、学んだことを自分の深層にまで染み込ませていかなければなりません。そんな自分の背中を見せながら、まわりのスタッフに良い影響を与えていくことも、私にとっての大きな目標です。

患者さまの笑顔のために
心に寄り添うリハビリを
提供します!

中西延光