



「こころ」をキーワードに支援の実践に取り組む ー精神認知機能の障害からアスリートまでサポートするー

保健福祉学部 作業療法学科
助教 織田 靖史（おりたやすし）

連絡先 県立広島大学 三原キャンパス 3406 号室
Tel 0848-60-1245 Fax 0848-60-1245
E-mail yasushiorita@pu-hiroshima.ac.jp



専門分野： 精神科作業療法、精神療法、スポーツ精神医学
精神科リハビリテーション

キーワード： マインドフルネス、感情調節困難、アスリート
障害者スポーツ、就労支援、ストレスケア

● 主な取り組み・活動

精神認知機能に障害がある方のリハビリやリハビリテーションなどの支援、障害者スポーツ、スポーツ選手のメンタルヘルスなどを通して、ひとがそのひとらしく、当たり前前に生きることをサポートすることを目指しています。

①マインドフルネス作業療法の効果と臨床応用

疾患の影響や生き方の変化や出来事、他者への過敏性など様々な理由から感情調節が困難となったひとに対する、「すること＝作業」のマインドフルネス要素を用いたマインドフルネス作業療法（*Mindfulness Based Occupational Therapy: MBOT*）の開発や効果検証に取り組んでいます。また、弁証法的行動療法（DBT）、信念対立解明アプローチなどの他の介入法と併せたパッケージプログラムの開発をしています。

MBOT は、自傷や自殺企図、暴力行為などの激しい行動化をマイルドな行動に変えたり、回数を減らす効果があることが分かりました。

②スポーツによる（精神）障害者のリハビリや社会資源としてのスポーツチームの活用

社会資源の少ない地方都市において、医療から独立したクラブチームとしての（精神）障害者スポーツチームが、参加者自身に与える影響や家族や友人など周りの人、地域の住民や専門家などにどのような影響があるかを実際の活動を通して調査しました。社会資源の少ない地方都市においては、地域生活を送る上で医療を補完する重要な役割を担える可能性があることが分かりました。

③アスリートのメンタルサポート

アスリートのメンタルサポートを、マインドフルネスや MBOT などの講義と実技を中心に行いました。選手のパフォーマンスが向上し、苦しい試合でも粘れるようになったという評価をいただきました。今後、発展させていく予定です。

④気分障害等の作業療法

臨床では、うつ病などの方へリワークプログラムや就労支援、リハビリテーションに従事していました。

● 今後の目標・抱負

1. ストレスケアセンター構想

勤労者や学生を中心に一般市民が対象のストレスケアプログラムの開発による、ストレス性疾患や精神疾患の予防に関する研究と実践を行う。また、ストレスやトラウマという観点から子どものこころのケアも行う。

2. アスリートのメンタルサポートチーム構想

アスリートに対するメンタルサポートを行うチームを結成し、アスリートに対する介入方法の開発と実践を行う。

3. マインドフルネス作業療法の臨床応用

MBOT のマニュアルの作成と臨床応用性の向上。

● 地域・社会と連携して進めたい内容

- ・ストレスケアセンター設立のためのプログラム開発
- ・スポーツ選手のサポートチームの結成及びサポート
- ・（精神）障害者スポーツの普及促進

● これまでの連携事例・実績

- ・社会人スポーツチーム（実業団）のサポート
- ・マインドフルネス作業療法の講演やワークショップ
- ・障害者スポーツ活動の普及、関係団体役員、等