


# ペインリハビリテーションについて



# ペインリハビリテーションとは

ペインリハビリテーションとは、  
「身体」だけでなく「考え方（マインドセット）」にもアプローチをする考え方です。

痛みの改善には、運動そのものだけでなく、  
「なぜこの運動を行うのか」「どのような変化が期待できるのか」を理解し、  
前向きに取り組める状態をつくることが重要です。

そのため当院では、患者さまとの対話を通じて想いを丁寧にくみ取り、  
一人ひとりの葛藤や不安に寄り添いながら、  
\*\*運動への意欲を引き出す関わり（動機づけ）\*\*を行っています。

私たちの役割は、心理的に「治す」ことではなく、  
患者さまが自ら動ける状態へと導き、運動を継続できるよう支えること。

こうした関わりを通じて、  
患者さまが主体的にリハビリへ取り組み、  
「体が変わっていく実感」を得られる支援を行っています。

# 「技術」と「対話力」の掛け合わせが、 痛みを乗り越える行動を生み出す

身体機能への的確な  
アプローチ

不安に寄り添い  
意欲を引き出す



技術

行動を  
変える  
リハビリ



対話力

# 痛みの改善には「身体」と「考え方」の 双方向からのアプローチが不可欠である



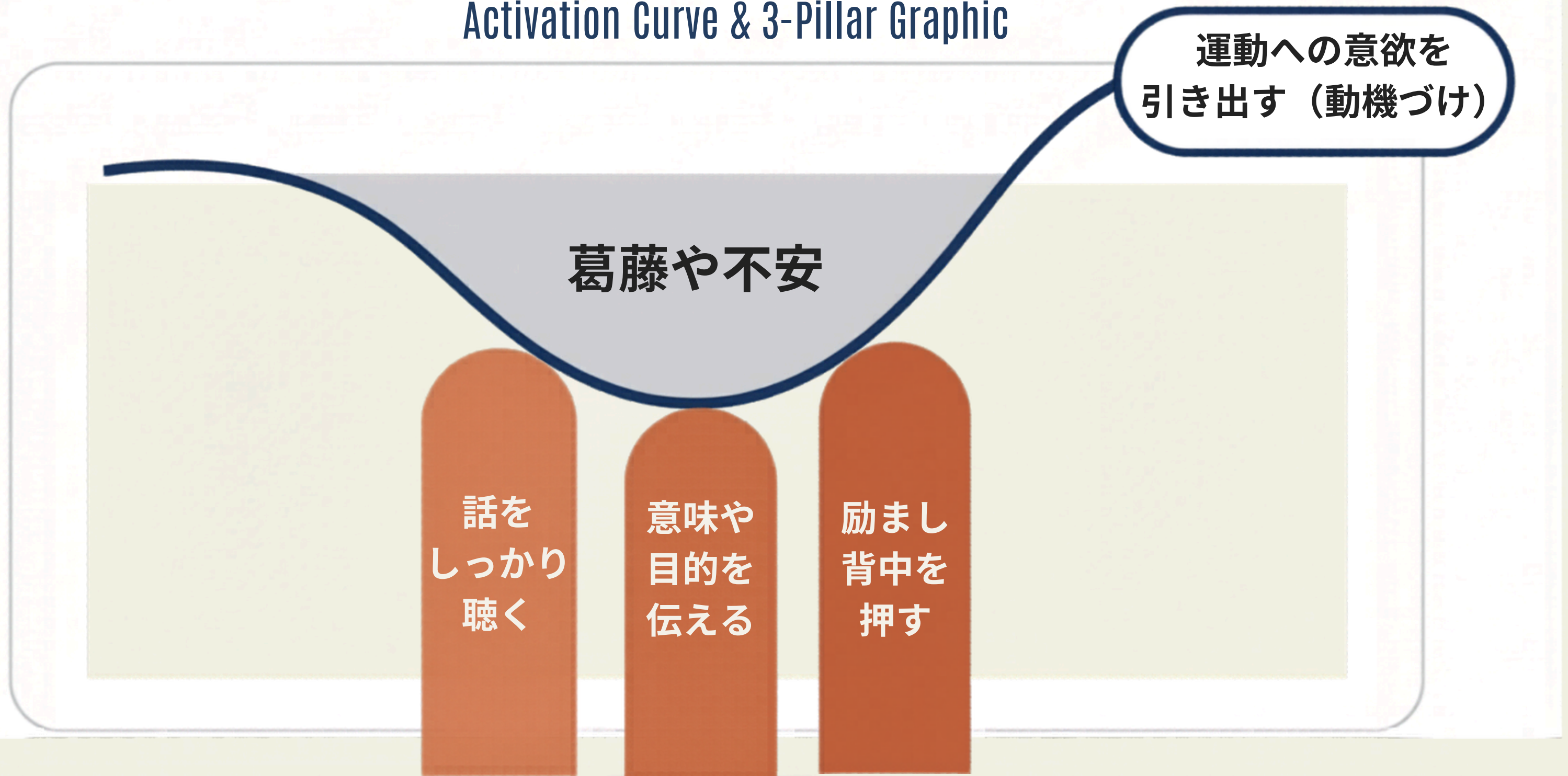
「なぜこの運動を行うのか」  
「どのような変化が期待できるのか」  
目的と変化への理解が、身体的改善の  
前提となる。

# 従来の受動的な訓練から、主体的な ペインリハビリテーションへのパラダイムシフト

比較軸	従来のリハビリ	当施設のペインリハビリ
アプローチ領域	身体機能のみ	身体＋マインドセット
目的の理解	指示通りに動かす	「なぜやるか」「どう変わるか」 を理解する
患者の姿勢	受動的・受け身	主体的・前向き
理学療法士の役割	身体を「治す」技術者	自ら動けるよう「導く」 伴走者

# 特別な心理技法ではなく、 理学療法士としての「3つの対話」が運動への意欲を引き出す

Activation Curve & 3-Pillar Graphic



# 理学療法士の役割は心理的に「治す」ことではなく、 自ら動ける状態へと「導く」ことである

~~心理的に「治す」~~

特別な技法を要する介入

主体的に動けるよう  
「導き、支える」

理学療法士としての関わりの中で実践し、  
運動を継続できるように支える。

# 対話から生まれる主体的行動が「体が変わっていく実感」を生み、 好循環を回し続ける

