

作業療法士のメンタルヘルスについて

～作業療法養成校における卒前のメンタルヘルス支援の構築にむけて～

藤田さより^{*,1)}

¹⁾聖隷クリストファー大学

1. 研究目的

日本におけるうつ病等の精神疾患の増加に伴い、感情労働といわれる医療従事者の精神疾患の罹患率も向上しているといわれる。作業療法士についても、不安を抱える患者やその家族と接する機会が多い対人援助職であり、感情労働の一つの職種といえる。しかしながら作業療法士自身のストレスについて調査したものは少なく、また作業療法士のメンタルヘルスの支援方法についての研究報告も見あたらない。そこで作業療法士のストレス状況について把握し、主たるストレス要因を明らかにしたいと考えた。ストレス要因を明らかにすることにより、作業療法士のためのストレス軽減方法の検討・提案を行い、最終的にバーンアウトを防ぎ、ワークライフバランスを可能とする卒前教育として「作業療法士のためのストレスマネジメントプログラム」を開発したいと考える。

2. 研究方法

「作業療法士として働く上でのストレス」をテーマとした半構成的インタビューを作業療法士に実施した。

3. 研究結果

今回、16名の作業療法士に協力を得た。協力者の内訳は、男性4名、女性12名。経験年数は、1年目3名、2年目3名、3年目3名、5年目1名、7年目1名、8年目1名、9年目3名、11年目1名で、平均4.8年。勤務先は回復期リハ病院が7名、急性期病院が2名、精神領域2名、高齢者施設3名、児童発達施設が2名であった。4名が育児経験者である。

インタビューで得られたデータを全て逐語録に起こし、ストレスについて述べられている箇所を抽出し、経験年毎に整理分類した。その結果、経験3年未満の作業療法士のストレスとして多く述べられていたことは、「常に周囲からみられているプレッシャー」「自分自身の経験・知識不足からくる自信のなさ」「上司・指導者との関係性」「職場の人間関係」「事例報告の負担」「報告連絡相談の不十分さから生じる問題」「休日に余暇活動できないことのストレス」であった。経験3年以上になると「業務量の多さ」、「他職種との関係性」「理想とする治療をできないことへのジレンマ」「後輩・先輩との狭間で感じるストレス」が挙げられた。育児経験の作業療法士では、「会議、研修等でられないことからくる周囲との距離感」「家庭との両立の困難さ」「周囲のサポートに対する申し訳なさ」等述べられていた。

4. 考察および今後の方向性

今回、作業療法士が抱えるストレスがどのようなものであるか把握することができた。それらは経験年数によって異なっており、また患者との関係性に関するストレスは少なく、多くは上司や指導者との関係性、自己の仕事に対する捉え方が大半であった。今後経験年数やストレスの内容に応じたストレス対処方法を検討して行きたいと考える。