

Book Review

評者：瀬在泉 防衛医科大学校医学教育部看護学科

患者指導に困ったら読む本

まず、医療者が変わる動機づけ面接

著：藤澤雄太／発行：医学書院

定価：2530円（本体2300円＋税10％）



「どうして伝わらないのか」という悩みに、具体的なスキルで答える

「何度説明しても行動が変わらない」「熱心に指導しているのに患者が動かない」——医療者であれば、誰もが一度はこの壁にぶつかったことがあると思います。本書は、そんな悩みを抱えるすべての医療者に向けられた、実践的なコミュニケーションの手引きです。

本書の核心にある考え方は、非常にシンプルかつ深く考えさせられるものです。「患者を変えることはできない。でも、医療者である私たちの関わり方は変えることができる。関わり方を変えることで、患者が自分自身の力で変わり始める」。この前提の転換こそが、本書が提示する「動機づけ面接」の出発点です。動機づけ面接とは、患者さんが本来持っている「変わりたい気持ち」や「よりよい人生を送りたい気持ち」を丁寧に引き出し、患者自身が自分の力で選択・行動できるよう伴走者となるコミュニケーションの方法です。1980年代に欧米で生まれたこのアプローチは、現在では世界中の医療・福祉現場で活用されており、エビデンスに基づく支援技法として確立されています。

本書では、理論だけでなく「使えるスキル」として動機づけ面接を丁寧に解説されています。オープン・クエスチョン、是認、聞き返し、要約という4つのスキルは、いずれも明日からの臨床で実践できるよう、具体的な会話例とともに紹介されています。また、患者の「変わりたいという言葉（チェンジ・トーク）」をどのよ

うに拾い、どう育てるかという視点は、これまでの指導観を更新するものとして受け取れるでしょう。

看護教員の方々にとっても、本書はさまざまな視座を提示してくれます。コミュニケーション教育はしばしば「センス」や「経験」に頼りがちですが、本書は「スキルとして学ぶことができる」という姿勢を一貫して示しています。学生が患者との関わりに困ったとき、「どうすればよかったか」を一緒に考えるための枠組みとして、動機づけ面接の視点は有用です。また、指導者自身が「正したい反射」に気づくきっかけとしても、本書は力を発揮します。学生それぞれが持つやる気の芽に太陽を当て、少しずつ水をやり、大切に育て、花開くまで根気よく待つ……。私自身、特に学生との関わりに迷いが生じているとき、動機づけ面接が助けになることを実感しています。

著者の藤澤雄太氏の、看護師、看護教員として豊富な経験が随所に感じられ、読者である看護師に対して「あなたの悩みはよく分かる」と平易な言葉で語りかけるような温かさがあります。動機づけ面接を初めて学ぶ方でも無理なく読み進めることができます。

「患者が変わらないのは、指導が足りないからではない」——この言葉を、ぜひ本書を手に取り、じっくりと味わってみてください。看護の現場に、新たな対話の息吹をもたらしてくれる一冊です。