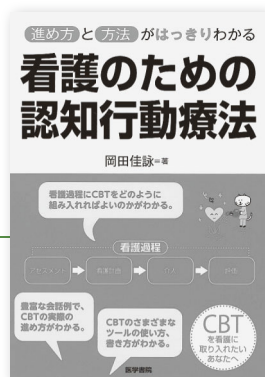


進め方と方法が はつきりわかる 看護のための認知行動療法

著 岡田佳詠

定価 2310 円 (本体 2200 円 + 税 5%)

医学書院



傾聴・受容・共感の先にある 「問題解決」のための看護実践

私たち看護職は、患者と接する機会が最も多く、生活のさまざまな面に関わるという特性をもつ。当然、精神的な悩み・課題を抱える患者へ対応しなければならない場面も多く、そんなときは行き詰まりを感じたり、陰性感情を抱いてしまうこともある。

「傾聴・受容・共感」は看護の基本姿勢だが、その先にある「問題解決」に向かうための看護実践の方法が、本書には具体的に示されている。認知行動療法に関しては多くの書籍が出版されているが、「看護実践」の切り口から書かれたのは本書が初めてといえる。

特徴は、看護過程に沿った認知行動療法の展開が示されている点。そしてアセスメント－看護計画－看護介入－評価という一連の流れにおける患者－

看護師間での会話が生き活きと描かれている点だ。これにより、看護実践場面をリアルに想像しつつ、認知行動療法の展開を理解することができる。こうした形は、著者が看護師として認知行動療法を実践した経験が豊富であるからこそ可能なものだ。

さらに、文字ばかりの難解な専門書が苦手な方でも、この本は太字、下線、色分けにより重要な箇所が強調されているので、読書感覚で読み進めつつエッセンスがとらえやすい。

さらに感動を覚えたのは、面接内での会話に並行して、「何が行なわれていたか」という著者による解説が、同じページの下段に記されている点だ。多くの本で、方法論と実際のやり取りが別々に示されているなかで、実際の会話と解説を同時に読み進められる臨場感は、まるでスポーツの試合を観戦しながら、名アナウンサーの解説を聞

いているかのような。

「認知行動療法で多くの患者さんが回復している姿を見ると、看護師冥利に尽きる」と著者は書いている。評者自身も大学病院の外来などで実践しながら、治療効果や患者さんの満足を自分の目で確かめられるのが認知行動療法の魅力だとつねづね感じている。この本により、多くの認知行動療法実践者が生まれることを望みたい。

全人的アプローチの 新たな方法として

2011 年、日本ではがん、脳卒中、急性心筋梗塞、糖尿病に並んで精神疾患が 5 大疾患とされ、国として重点対策を行なう方針が示されている。精神的な問題を有する多くの患者には、エビデンスにもとづく高い治療効果が立証されている治療介入を提供することが求められている。看護職は、全人的なアプローチに主眼を置いていることと、より患者に近い存在であることにより、「There & Then (そのとき、そこで)」だけでなく「Here & Now (いま、ここで)」の問題に対応することが可能であるため、認知行動療法の新たな担い手として期待が高まっている。認知行動療法と看護実践が融合された本書が、この期待を現実のものにするための好著であることは間違いない。

認知行動療法を「看護師が実践する」ために 書かれた初の本

〔評者〕 吉永尚紀 千葉大学医学研究院 子どものこころの発達研究センター行動医科学部門 特任研究員
同 医学部附属病院 精神神経科 看護師