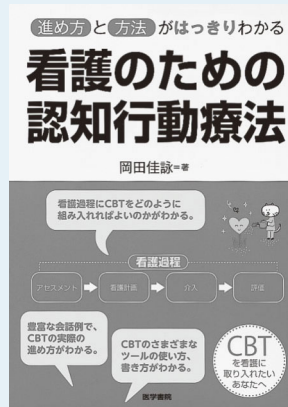


岡田佳詠＝著

『進め方と方法が
はっきりわかる
看護のための
認知行動療法』

定価 2,310円(本体2,200円+税5%)
ISBN 978-4-260-01482-3



千葉大学大学院
認知行動生理学分野博士課程
／千葉大学
医学部附属病院・看護師
吉永尚紀

まるでスポーツの試合を見ながら 名解説を聞いているような わかりやすさとライブ感

私たち看護職は、患者と接する機会が最も多く、生活のさまざまな場面にかかわるという特性を持つ。当然、精神的な悩み・課題をかかえる患者に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—評価までの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。これにより読む側は、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、「何がおこなわれていたか」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物として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等で実践しながら、患者さんの効果や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。

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五大疾患とされ、国として重点対策をおこ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。