

■ 書 評



動機づけ面接(第3版)上, 下

ウィリアム・R・ミラー,
ステファン・ロールニック 著,
原井宏明 監訳,
原井宏明, 岡嶋美代,
山田英治, 黒澤麻美 訳
星和書店

2019年1月

上 424頁

本体価格 4,400円+税

下 312頁

本体 価格 3,600円+税

本書は原著第3版の翻訳である。動機づけ面接(motivational interviewing: MI)は当初嗜癖の患者向けに開発された技法だが、徐々により広い範囲の領域に応用されるようになり、多くの研究が積み重ねられた結果、初版から内容が大きく変わったという。そのため、訳者はすでにMIを知っている者にも新しい学びがあると述べている。

本書は、読み手を自然にMIに導入しそのプロセスに投じていく構成となっており、章末にキープポイントをまとめ、MIによる面接の具体例を詳細に提示するなど、理解を助けるさまざまな工夫がなされている。MIの初学者である評者にも、上・下巻で600ページ以上と大部であることがまったく苦にならないほど読みやすかった。

評者は何よりも、次のようなMIの徹底したperson-centeredの基本姿勢に心打たれた。「治療者は、人の役に立ちたいという思いから、自分がおかしいと思う部分を修正し、ただちにより方向へ向けようとして指示してしまう『間違い指摘反射』という専門家の罠に陥りやすい。変わる必要がある人の多くは変化に対して両面的で、内部で変化への賛成論(『チェンジトーク』)と反対論(『維持トーク』)がせめぎ合っているため、治療者が『間違い指摘反射』によって賛成論に肩入れすれば、反対論の側について防衛的になってしまう。これは両面性と議論することによって起こる正常な反応で、『否認』や『抵抗』と決めつけることは誤りである。『否認』はクライアントの問題ではなく、むしろ多くの場合治療者の技能の問題である。MIは、両面性が自然に解消していくよう、変化への動機づけ、チェンジトーク、コミットメントを誘発・強化するために、治療者とクライアントが協働的に行う会話であり、“レスリング”で

はなく“社交ダンス”のようなものである。」「治療者は、いつも自分が正しい答えをもってそれを提供することが役割だ、という思い込みを捨てるべきだ。動機づけや変化のためのリソースは外から植えつけられるのではなく、クライアントの中にすでに存在している。MIはそれを引き出し活性化させる技法であり、クライアント自身が考える解決策を信じ、自律性を尊重する姿勢を基本としている。」

間違い指摘反射に陥って患者とのレスリングのような面接になり、失敗した数々の経験を思い出して苦笑しつつ、本書を読んでいる間じゅう、評者はずっと何か開放されるような心地よい感覚を味わっていた。それは、人は誰でも自身が真に望んでいなければ変わらない、治療者が力づくで正しい方向に変えられるなどと思いがつてはいけない、という(ある意味当然の)ことを再確認したためだけでなく、MIのスピリットの根底にある、どの人もよりよい人生を生きたいという深い望みをもっており、そのために変わろうとする力を備えているのだという揺るぎない確信、徹底して肯定的な人間観に評者自身が力づけられ、希望を与えられたからではないかと思う。

MIの基本的なプロセスは、Engaging(協働的な作業同盟を結ぶ)、Focusing(ともに向かっていく変化のゴールを明確にする)、Evoking(クライアント自身からチェンジトークを引き出し変化への動機づけを強化する)、Planning(変化のための具体的な計画作りをする)の4段階である。すべての段階で使われるコミュニケーション技法は、Open question(クライアント自身が考えられる自由度のある質問)、Affirmation(ポジティブな部分の強調)、Reflection(さらに深く考えてもらうための聞き返し)、Summary(クライアントの話のまとめ)で、いみじくも略してOARS(「変化への経路を案内する舵取りのツール」と呼ばれる。こうした面接技法を各段階でどのように用いるかについて、豊富な具体例が示されているため、読み手はまるで面接場面に立ち会っているかのように感じられる。

MIの本格的な習得には継続的な訓練を受けなければならないが、真に有効な支援をするために必要な治療者の姿勢、コミュニケーションのあり方が示されているため、本書は対人援助にかかわるあらゆる人にとって示唆に富み、日々の臨床に役に立つだろうと考える。

(田口寿子)