



図3 MI基本スキルのイメージ

話自体を持続させ、安定化させる働きがあり、複雑な聞き返しには、対話に弾みをつけて会話が進みやすくする働きがある。聞き返しにおけるポイントは、語尾に「？」をつけて上がり調子で聞かないで、「…（↘）」で示したように語尾を下げて（下がり調子で）表現することである。

2) Summarizing (要約)

要約は、患者がすでに述べた事柄を確認する役割を果たす。上述したような聞き返しを繰り返していくと、患者は自分の考えをより具体的に説明するように促され、その中に行動変容に向かう発言（チェンジトーク）も散見されるようになる。その情報の中から、チェンジトークの花束を作るようにキーワードを集めてまとめ、来談者にフィードバックするのである。なお、要約では前半に現状維持の（行動変容に向かわない）発言をまとめ、後半にチェンジトークをまとめるようにすると、その後の患者の発言でも続けてチェンジトークが引き出されやすい。

症例提示 1

患者 A：47 歳，女性。

主 訴：頸髄損傷（14 歳時）後の左上肢と腰背部の灼熱感と痛み。

問題点：オピオイド依存と過剰摂取，減薬へ

の不安，活動性の低下

（外来待合室にて）

Ns ①：「A さん，最近の調子はどうですか？」
（開かれた質問）

Pt ①：「同じ」

Ns ②：「リハビリは？」（開かれた質問）

Pt ②：「動くと言くなるから，リハビリも途中で具合悪くなったから終わった」

Ns ③：「リハビリも途中で終わった…（↘）」
（単純な聞き返し）

Pt ③：「うん，またモルヒネも使ってしまった」

Ns ④：「減らしたかったのに…（↘）」（複雑な聞き返し）

Pt ④：「依存している感じが嫌で，最近，少し飲む間隔は延びたかなと思ってたのに，やっぱり私には無理」

Ns ⑤：「少し間隔は延びた…（↘）」（単純な聞き返し）（選択的強化）

Pt ⑤：「うん，モルヒネ減らさなきゃと思って土日の休みは飲まないようにしているんだけど，飲まないと痛いからずっと寝てる」

Ns ⑥：「平日はモルヒネを使いながら仕事を続けてる…（↘）」（複雑な聞き返し）（選択的強化）

Pt ⑥：「うん，そう。」

Ns ⑦：「土日は薬を減らせるように自分なりに頑張っているんだね」（是認）