

平成 29 年度川崎市ネットワーク会議人材育成研修

## 『動機づけ面接』研修会

～どのように関われば、クライアントの意欲を引き出せるのか～

(日時・場所：平成 30 年 2 月 6 日 13:30～17:30 中原市民館視聴覚室)

### 研修会要旨

動機づけ面接 (Motivational Interviewing : 以下 MI) とは、対人援助における行動変化に対する動機づけと決意を強化するためのカウンセリング技法である。MI の特徴は、クライアント中心療法的 (非指示的で受容および共感を主とする) であると同時に、面接者が意識的に特定の変化の方向 (来談者の健康、回復、成長など) を目指して面接を行うことである。元々は、アルコールや薬物関連障害の援助のために開発された面接技法であるが、現在は、他の精神疾患の治療、一般医療、健康促進分野、ソーシャルワーク、更生施設関係など、多くの領域に幅広く適用されている。

MI が、様々な領域で適用されるようになった理由の 1 つに、そのわかりやすさと学びやすさが挙げられる。MI を行う面接者は、「一方的に解決策を指示するのではなく、来談者と協力して (協働)、面接者が訂正したい衝動に駆られても、来談者の考えや意見に耳を傾け (受容)、面接者の都合ではなく、来談者の回復を第一に考え (思いやり)、来談者の本来持っている前向きな考えや価値観を引き出すこと (喚起)、などによって問題解決にあたる」という MI スピリッツを持つ必要がある。そして、実際の面接では、「開かれた質問 (Open questions)」、「是認 (Affirming)」、「聞き返し (Reflecting)」、「要約 (Summarizing)」といった会話スキルを用いて、面接を進めていく。MI スピリッツを持ちながら、どのように会話スキルを使ったらよいかのインストラクションや習熟するための実践演習も MI では用意されており、このことが、MI のわかりやすさと学びやすさに繋がっている。

通常、MI の入門ワークショップは 2～3 日間で開催されることが多く、本研修会の 4 時間という時間では内容は限られたが、面接演習を交えながら、MI スピリッツや会話スキルの概要を学び、明日からの対人援助に少しでも役立てることができるよう、参加型の研修会を行った。