

今一度 傾聴について考える

—患者・家族への心理支援—

サポートセンター 臨床心理士 公認心理師 小川 万希子

心理士の勤務体制・業務

<勤務日> 週3日（基本的に月・火・木）

<業務内容> 患者及び家族への心理支援（面談）、心理アセスメント
他職種とのリエゾン、コンサルテーション

・介入依頼ケースへの心理支援

【外来】 外科外来、化学療法外来、症状緩和外来、透析外来など

【病棟】 緩和ケア病棟、回復期リハビリ病棟、その他依頼のあった各病棟

【その他】 がん相談支援センター 消化器センターなど

依頼元：医師、看護師、リハビリスタッフなどの医療者、MSW
患者本人、家族

- ・緩和ケアチームのメンバーとしての活動（カンファ/ラウンドなど）
- ・他職種とのリエゾン、コンサルテーション
- ・院内学習会、セミナーの講師

心理支援の内容

- 支持的な面接
- 心理教育---リラクセーション法 ストレスマネジメント
睡眠のコツなどの助言
- 心理療法的な関わり---認知行動療法 イメージ療法
描画 フォーカシング etc.
- 心理アセスメント

がん患者・家族の心理

- ・ 「がん＝死」を意識
- ・ 痛みや呼吸困難などの苦しみを伴うイメージ
- ・ 病気と共に、生きていくということ
- ・ 時間的な切迫性

がん患者・家族のこころの中

【病気がわかった時】

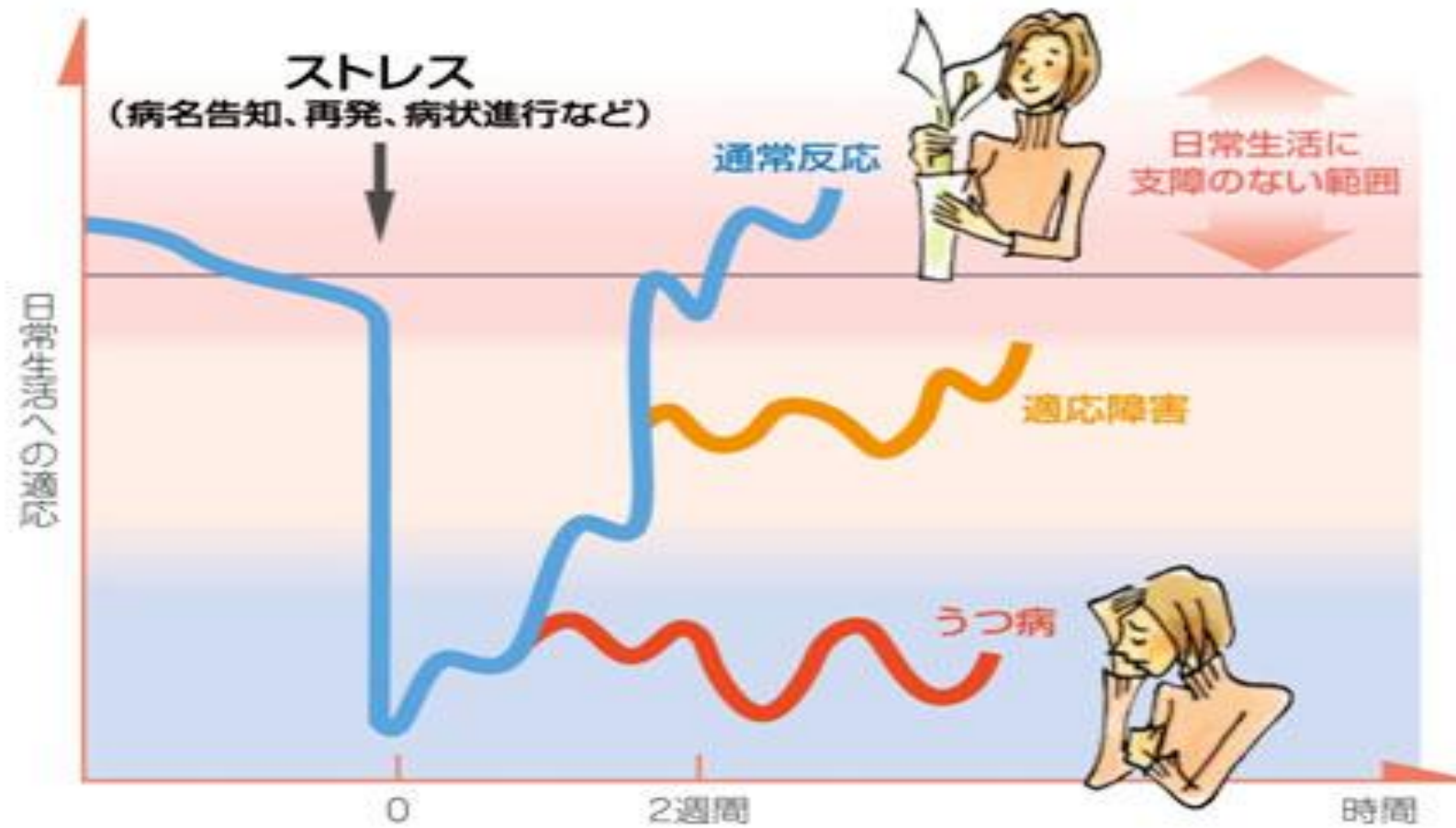
がんになってしまった…
治るのだろうか
有効な治療法はあるのか
いつまで生きられるのだろう

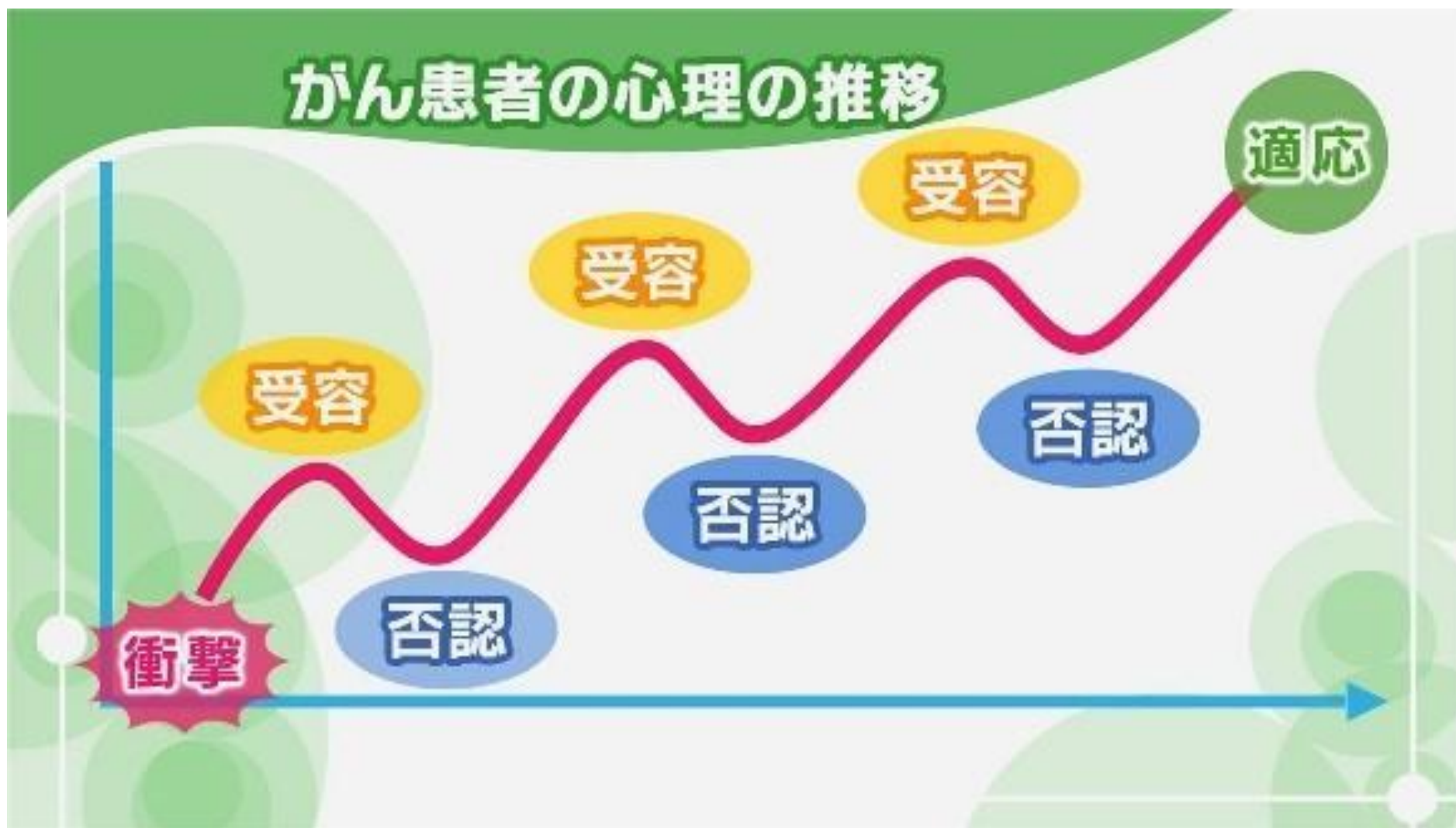


【心の反応】

受身的姿勢---医療者の指導やエビデンスに従う生活 主体性や意欲の低下
疲れ---心や脳が疲弊 機能低下
無力感---「あんなにがんばって化学療法したのに、効果がなかったって。」
絶望感---「積極的な治療はできないらしい…。もうおしまいだ。」

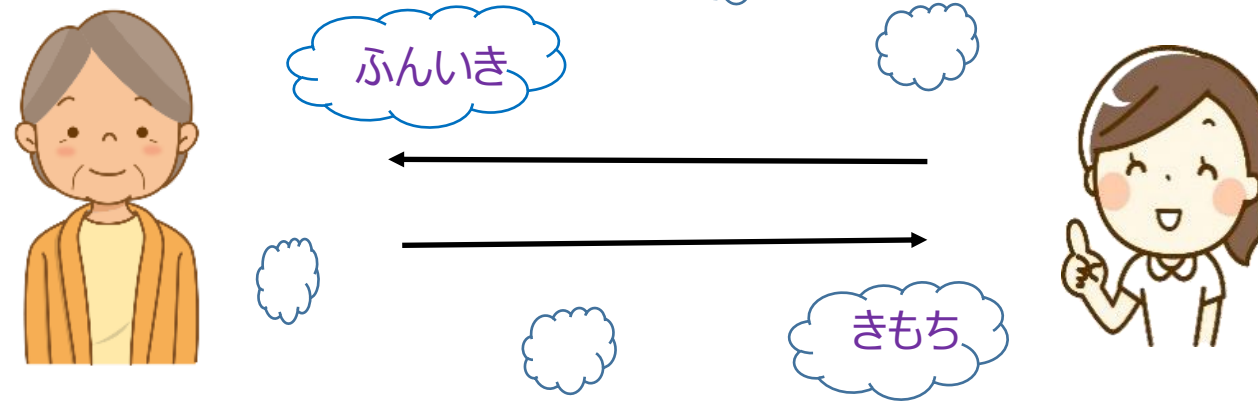
ストレスへの心の反応





心理支援で最も大切なこと

◎情緒的交流（＝傾聴？）



◆情緒をうけとめる（どんな感情であっても）

<今、〇〇さんは～な気持ちなんですね。>（傾聴）

<〇〇さんのお話をうかがって私は～な気持ちになりました>（自己開示）

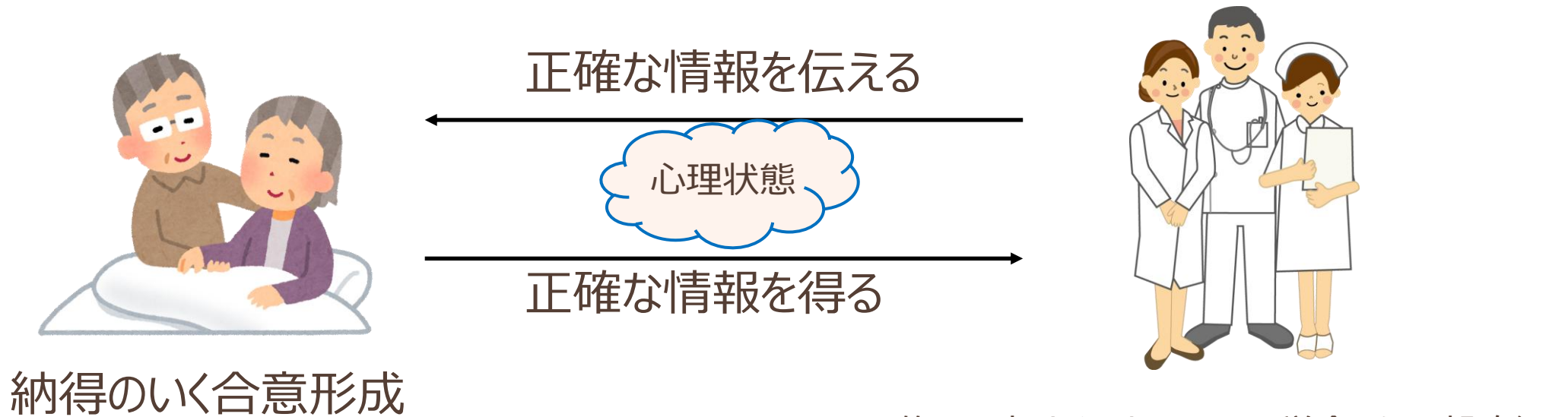
感情＝生命の維持、適応に必要な情報源

◆心的現実 > 客観的事実 [現象学的アプローチ]

⇒関わりの中で、こころの（健康な）力が賦活され、動き出す

(ご参考) 医療コミュニケーションの目的

- ・ 信頼関係を構築する
- ・ 双方納得のいく合意形成をして患者・家族に利益をもたらす



PEACE研修 日本サイコオンコロジー学会より一部改編

心理士による支援が有効と思われるケース

- ・ 表情が暗い、気分の落ち込みがある、希死念慮
- ・ 様々な思いや事情を抱えていて悩んでいる
- ・ 気持ちが不安定
- ・ 「病状に気持ちがついていけない」
- ・ ご本人が話したいと思っている
- ・ スタッフから見て気になる患者 etc.

**電カルメール or
PHS (7674)
一度ご相談ください**

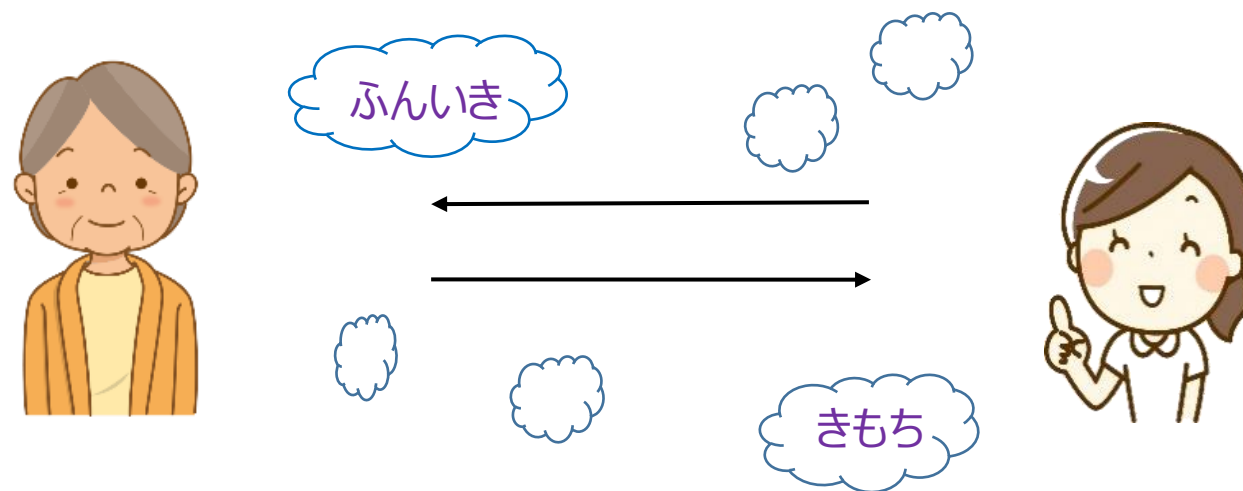
心理士が気をつけていること

- ・ 心理的な問題と身体症状との兼ね合い バランス
- ・ 過去の心理的課題をどこまで取り上げるか
- ・ 患者や家族の負担にならないこと
- ・ 依頼元スタッフのニーズに応えること

他職種による心理的支援（＝傾聴？）

客観性、正確さが重視される医療の現場において
情緒的な交流（コミュニケーション）

を＋ α の要素として取り入れることで、医療ケアの質は
さらに高まるのでは



心理的支援Tips

- ・メラビアンの法則 コミュニケーションに影響を与える割合は
言語情報7% 聴覚情報38% 視覚情報55%
- ・対面時のたたずまい、気配、姿勢、声のトーン
- ・あいづち ペーシング
- ・相手の気持ちは否定せずに、必ずいったんは、うけとめる
- ・具体的な助言を行った時は、相手の反応を丁寧にみておく
＜いかがですか？＞＜何か気になることはありませんか？＞etc.
- ・自分の気持ちを伝える際は、基本的に「I-message」で
＜私は○○と思うんですけど、いかがですか？＞

私が出会った素敵な人たち

* 私が家族の入院時に会った看護師さん

* 当院で患者さんが話されたエピソード

さいごに・・・

桜ひらり
無へ無へ無へと
消え入らん

ありがとうございました

