

# 動機づけ面接とは ～患者さんの強みを引き出す、動機づけ面接～

福島県立医科大学疼痛医学講座  
東京大学附属病院麻酔科痛みセンター

笠原 諭



本事業の締めくくりとして、札幌学院大学人文学部こども発達学科 教授・動機づけ面接調査研究所 代表 北田雅子先生をお招きし、郡山市にて追加講演を行いました。

動機づけ面接法とは、米国のミラー (Miller, W.R.)と英国のロールニック(Rollnick, S.)によって開発された対人援助のための対話技法です。医療の現場で我々は「血糖値を下げるために間食を控えてほしい」「炎症を抑えるための薬をきちんと飲んで欲しい」と医学的に正しいアドバイスをしますが、「はい、分かっているんです。でも、今はちょっと…」と抵抗を示される場面にしばしば遭遇します。この時、患者さんに対して“やる気がない”とか、“問題を否認している”と責めたくなる気持ちが生じ、それが態度に出てしまうと患者さんとの関係をむしろ悪化させてしまいやすくなります。このような「変わりたい、でも変わるのも難しい」という両面的な状態にある患者さんに対して、その人の“長所”や“価値感”、“目標”を引き出して動機づけを高め、患者さん自身が語る言葉によって適切な行動に導いていく。これが動機づけ面接の特徴です。この技法は、アルコール依存症患者さんの飲酒行動を変えるのが“上手な医者”と“下手な医者”の会話を比較する実証的な研究から確立された科学的な対話技法です。慢性疼痛の患者さんも、休職や家族の過保護、鎮痛薬に依存しがちで、「治りたい。でも治るのも大変だ…」という状況に置かれやすく、医療者の指導に対して否認や抵抗を示すことが少なくないため、この動機づけ面接による関わりが重要であると国際的にも認識されています。しかし、

わが国において慢性疼痛における動機づけ面接の重要性は、まだまだ十分に認識されていないのが現状です。そこで、慢性疼痛診療体制の構築のためにも、これらの知識や技術の習得は必要だと考え、今回の追加公演を企画致しました。

厚生省 平成30年度  
慢性疼痛診療体制構築モデル事業 追加講演

## 患者さんの 前向きな気持ちを引き出す 面談スタイルとその評価方法

～動機づけ面接: Motivational Interviewingの紹介～

**講師** 北田 雅子 先生

北田 雅子  

- 札幌学院大学 人文学部 prof. PhD.
- 国立研究開発法人国立がん研究センター  
がん対策情報センター たばこ政策支援部 審判員
- 動機づけ面接調査研究所 代表
- Member of Motivational Interviewing Network of Trainers (MINTトレーナー)

講演「医療スタッフのための動機づけ面接法 逆引きMI学習編」は、2018年9月に発行されてから、初版は第4刷。現在もベストセラーとして多くの方に読まれています。

**日時** 平成31年  
**3月1日(金) 18:00～19:30**

**場所** ポラリス保健看護学院 3F会議室  
(公益財団法人 聖総合病院敷地内)

**対象** 医療従事者 **参加費** 無料

**申込** 参加者氏名・ご所属、職種を明記の上、  
[kozumage@fmu.ac.jp](mailto:kozumage@fmu.ac.jp) までご連絡ください。  
[締切] 2月25日(月)]

**動機づけ面接とは**  
動機づけ面接法(以下MI)は、肥満・飲酒・薬物などの依存症治療から実証研究を経て開発された面談スタイルです。  
MIにおける「動機づけ」は動機づけではなく、変化のための動機づけはクライアント自身から引き出します。MIの特徴は、人の行動が変わる理由にある問題意識を共有し、その問題意識を「自分ごと」として受け止める。個人個人の動機や価値観を引き出し、行動変容の準備段階に合わせ、変化の方向へ導く「聴き取り」のスタイルであり、話し手側からの価値観を押し付けるような指導、強制や説教という「指導型」とは異なります。米国家中心療法と目的論的性を併せ持ち、なおかつクライアントとの協働的なスタイルであること、これらでの実証的なエビデンスの集積結果から、指導者よりも本人の動機が引き出されています。

**問い合わせ先** 福島県立医科大学 疼痛医学講座 担当:高橋  
TEL-FAX 024-547-1987 E-mail [kozumage@fmu.ac.jp](mailto:kozumage@fmu.ac.jp)