

共感性を評価する

周産期メンタルヘルスの臨床において援助者が持つべき技法として、援助者が患者の思考の枠組みに入り、患者の経験について自分が理解したことを正確に患者に伝えることは大変重要である。患者の体験に対する援助者の共感、感受性、理解の具体性、明確性が存在することで、患者は自己探索を促進し、洞察を深めることができる。これらの技法は、来談者中心療法の基礎である。心理援助を求めている人と援助者との信頼ある対人関係を作っていく技法は、看護職者に求められる能力であると言える。そこで、医療者の発言の共感性の程度を測定する尺度が必要となる。そのひとつに Carkhuff (1969) の *Empathic Understanding in Interpersonal Processes* という評価方法がある。この評価法は医療者の発言の共感性を 5 段階で評価し、得点が高いほど、その反応の共感性が高いと評価されている。

- レベル 1: 看護職者は、患者のコミュニケーションに関心を向けないもしくは、著しく注意をそらすという方法で患者の感情に傾聴している。
- レベル 2: 看護職者は、患者が表現する感情に反応するものの、患者のコミュニケーションから感情を目立って差し引くような方法で反応する。
- レベル 3: 患者が表現する感情に応じた看護職者の反応は、両者が基本的に同じ感情と意味を表現している。
- レベル 4: 看護職者は、患者自身が表現できるよりも更に深い水準の感情を表現するような方法で、患者の感情を表現する。
- レベル 5: 看護職者は、患者の表面に現れた感情だけでなく、より深い感情の全てに正確に反応する。

次の事例をもとに共感性を 5 つのレベルに分けてみると表のようになる。

【事例】

A 子さん 28 歳 初産婦 妊娠 18 週

今回は、妊娠とわかって最初はとてうれしかったんです。でも夫からは、「オレは本当は子どもは欲しくない。子供を育てる経済的余裕がない」と言われて…。

この一カ月、体がだるくて腰や肩も痛くてとても辛いんです。何をしてもすぐ疲れてしまいます。「ア～ア」って感じなんです。こんな感じが毎日続いていて今まで楽しかったテレビもぜんぜん楽しくないんです。実家の母も私のことを心配して時々様子を見に来てくれるんですけど…。母からは最近、「あなた、なんだか最近しゃべり方がゆっくりになったわよ。どうしたの？」って言われるんです。まだつわりのような感じも残っていて、食欲もぜんぜんないんです。夜も何度も目が覚めてぐっすり寝れません。こんな状態では完璧に家事をこなすことも出来ないし、100 点満点の母親にもなれない。私の母はひどかったから……あんな母親にはなりたくないんです。

夫とは、3 年間交際して 22 歳のとき結婚したんです。翌年、妊娠に気づきましたが、夫も会社に入ったば

かりで、夫から「子供はまだ早い」と言われたんです。私も、どうしてもしたかった旅行代理店の仕事を、その段階で諦める気持ちになれなかったので、2人の合意で中絶を選択したんです。その時は、気持ちに迷いはなく、仕事に没頭していました。

埼玉医科大学総合医療センター周産母子センター

小澤 千恵

文献

Carkhuff, R. R. (1969). *Helping and human relations: A primer for lay and professional helpers*. New York: Holt, Rinehart and Winston.

共感性のレベル分け一覧

	水準	例文
レベル1	援助者の言語表現および行動表現が、患者の言語表現および行動表現に対して <u>関心を向けない</u> か、あるいはそれから <u>著しく注意をそらし</u> 、患者の諸感情を、患者自身が伝えたよりも <u>著しく減じて伝える</u> 。	「お母さまが話を聞いてくださるんですね」 (クライエントの感情と反対のコメント) 「何がつらいのですか」 (クライエントの感情に関心を向けていない) 「妊娠するとホルモンの変化で体調も変わるものです」 (クライエントの訴えとは無関係のコメント) 「妊娠中はご主人の協力が不可欠です。よくご主人と話してみてください」 (クライエントの感情に関心を向けない) 「次は避妊しましょう」 (セラピストの価値観の押し付け)
レベル2	援助者は患者が表現する感情に <u>反応するもの</u> の、患者のコミュニケーションから感情を <u>目立って差し引くような方法で反応する</u> 。	「辛かったですね」「体がだるいんですね」 (さまざまな感情を「辛かったですね」という一言に矮小化している)
レベル3	患者が表現する感情に応じた援助者の表現は、両者が <u>基本的に同じ感情と意味を表現する</u> という点で、基本的に患者の表現と置き換えても変わらない。	「妊娠と分かって嬉しかったけれど、ご主人からは『欲しくない』といわれ、それで、体もだるいし、何も楽しくない、という感じなのですね」 「あなたのお母さまってどんな方ですか」 (感情表現に興味を示し、探索しようとしている)
レベル4	患者が自身で表現できるよりも <u>更に深い水準の感情を表現するような方法で</u> 、援助者の反応が患者の表現に <u>目立って付け足す</u> 。	「『これでは100点の母親にはなれない』と思う一方で、ご自分のお母さまがひどかったので、『自分はそのお母様にはなりたくない』と感じられるのですね」
レベル5	援助者の反応が、患者自身が表現できるよりずっと深い水準の感情を正確に表現する、または患者側で深い自己探索が進行中である場合には、最も深い時にある相手と完全に共に在るといった方法で、患者の表現の感情と意味に著しく付け足す。	「今回は産もうと思っていたのにご主人には「欲しくない」と言われ、前回の妊娠を思い出されたのですね。今回の赤ちゃんは産もうと思っている一方で、『前回の赤ちゃんは、パスしてしまった。あの時の赤ちゃんに悪い』という感じですか」