

2016年2月21日 日本生殖心理学会

「傾聴とは」

～生殖医療相談士の立場から～

HORAC グランフロント大阪クリニック 杉本朱実

抄録

生殖医療を受ける患者の心理は、挙児希望に対する想いの強さや、夫婦の関係性や治療に対する想いの差、患者の年齢や家庭の経済状況、夫婦の取り巻く社会状況などに影響され、一人一人異なる心理的感情をもつ。また、繰り返される治療は、努力が報われない虚しさや先の見えない不安から、自尊感情を低下させ、精神的健康の基盤を揺るがせるような特徴的な心理過程もある。患者は、このような心理的問題を抱えつつ治療に向き合うことになる。

日本生殖心理学会では、心理職以外の医療スタッフなどを対象とした生殖医療相談士を養成し、現在232名が認定を受けている。その職種は看護師が75%、培養士が10%、受付事務が4%、鍼灸師が3%で、その他検査技師、医師等である。このように心理職以外の医療スタッフにも心理的支援の必要性が高まっている。

患者に対する心理的支援の第一歩は、話を聴くこと「傾聴」から始まる。アメリカの臨床心理学者C・R ロジャーズは、「人は、感情を受容的に傾聴されると、次第に自分自身の心に耳を傾けるようになっていく。そして自己受容が得られ、自己効力感を安定させることにつながる。」と述べている。傾聴とは、相手の想いに善悪の価値判断をすることなく、感情や欲求、葛藤などの内面をそのまま受容し、共感的に理解することである。傾聴は、相手に何かを気づかせるためでもわからせるためでもなく、傾聴により相手が心の奥にある想いに気づき、心の変容が起こるとされている。

看護師は、患者の治療過程を傍で見守るなかで、患者の想いに寄り添い声かけを行うことができる。こうした日常的な気持ちへのアプローチは、患者の心をゆるめ、「想いを話してみよう」と感じてもらうことにつながる。そして、患者は看護師相談室の場や、日常の看護師説明の場で話されることになる。看護師の業務には、2つの“きく”がある。1つ目は、情報収集を目的とした“訊く”で、2つ目は、傾聴の“聴く”ことである。どちらも丁寧に聴くという看護師の重要な役割であるが、聴き方は大きく違う。前者は、脳を働かせ、医学的な判断を必要とすることもある。後者は、価値判断をせず気持ちのキーワードに意識を集中し、脳と心を響かせて共感的に聴くことである。そこで看護師は、日常の説明の場であっても患者からの想いの表出をキャッチし「傾聴のスイッチ」を切り替えるような意識で丁寧に聴くことが肝要である。

このように生殖医療相談士は、心理士の行う傾聴技法を真似てそのまま取り入れるのではなく、職種としての必要な役割に意識を向け、それぞれの職種におけるアイデンティティを崩すことなく、患者の心の声に耳を傾ける意識と、相手の想いを理解したいという熱い想いで傾聴し、よき理解者でいることが心理的支援につながると考える。