

ナースの星 ACP WEBセミナー

ACPを実践する

JCHO横浜中央病院 総合診療科

小澤康太

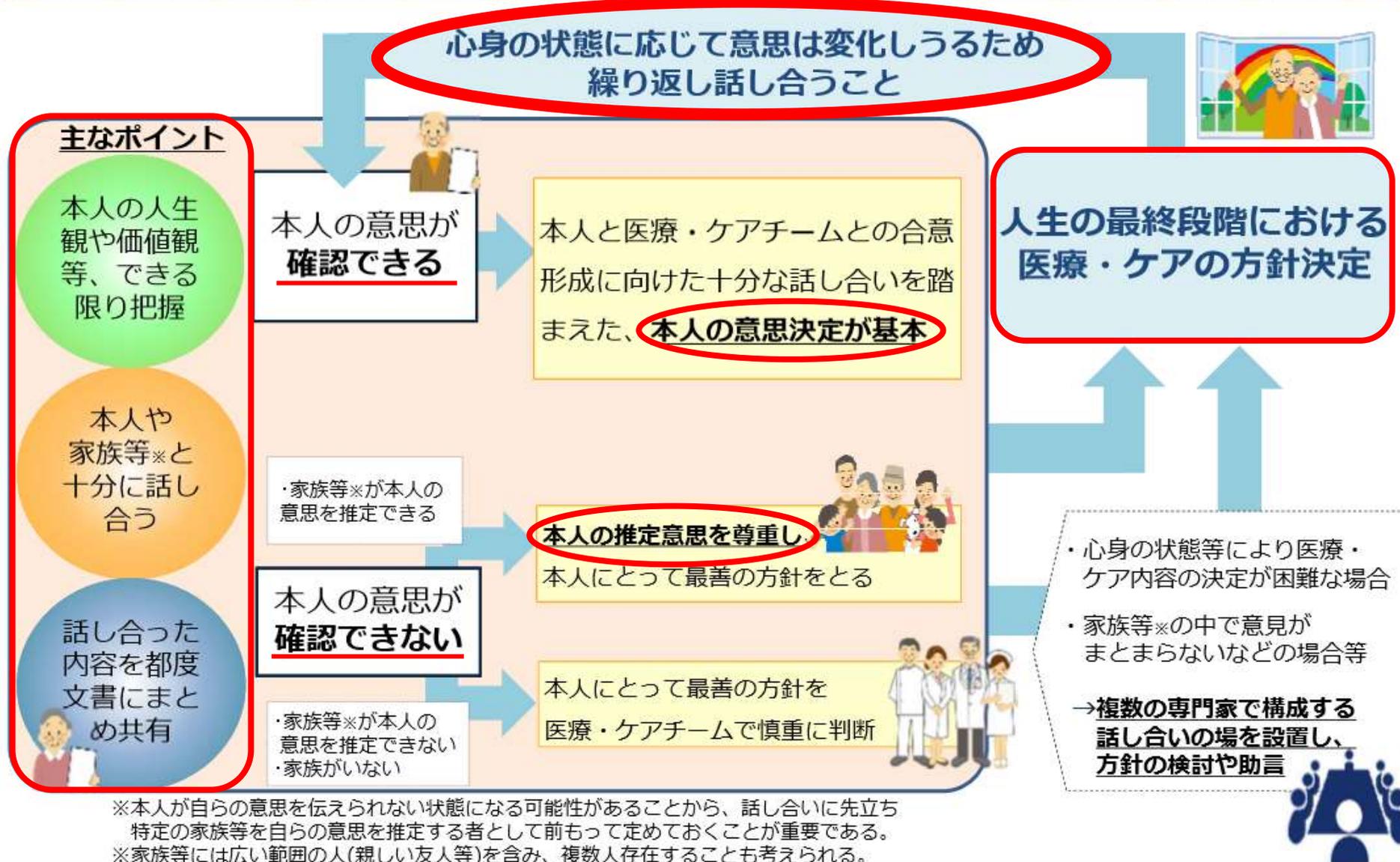
前回までの復習

ACPとは？

- 本人の意思を尊重できるようにするための話し合い
- 本人の意思を基本とする
- 本人の推定意思を考える
- 人生観や価値観を把握する
- 心身の状態により本人の意思は変化する
- 何度も繰り返して行う

「人生の最終段階における医療・ケアの決定プロセスに関するガイドライン」 における意思決定支援や方針決定の流れ（イメージ図）（平成30年版）

人生の最終段階における医療・ケアについては、医師等の医療従事者から本人・家族等へ適切な情報の提供と説明がなされた上で、介護従事者を含む多専門職種からなる医療・ケアチームと十分な話し合いを行い、本人の意思決定を基本として進めること。



SDMとは？

- 意思決定をするための話し合いのプロセス
- ACPはSDMの一部でしかない
- ACPを行うためにはSDMが必要不可欠
- 価値観や医療情報を分かち合い、認め合うことが大事
- 意思決定に寄り添って、支えることが必要
- 6つの条件が満たされていきながら、悲嘆過程を辿る

S
h
a
r
e

今の希望を表現する

病状を受け止める

人生の意味を考える

生き様を思い出す

これからの希望を表現する

Decision

M
a
k
e

支えを受け入れる

折り合いをつける

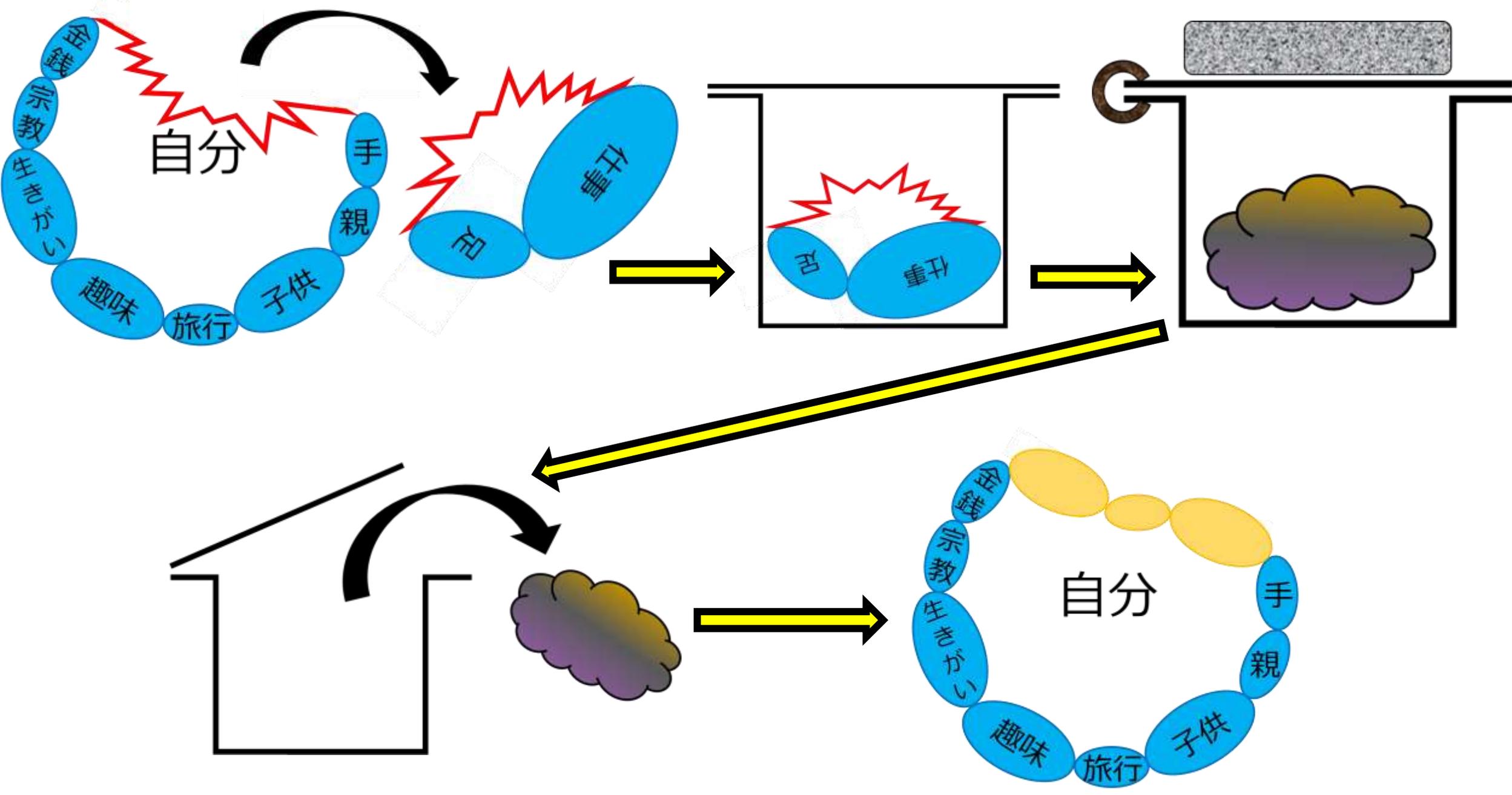
最期を迎える



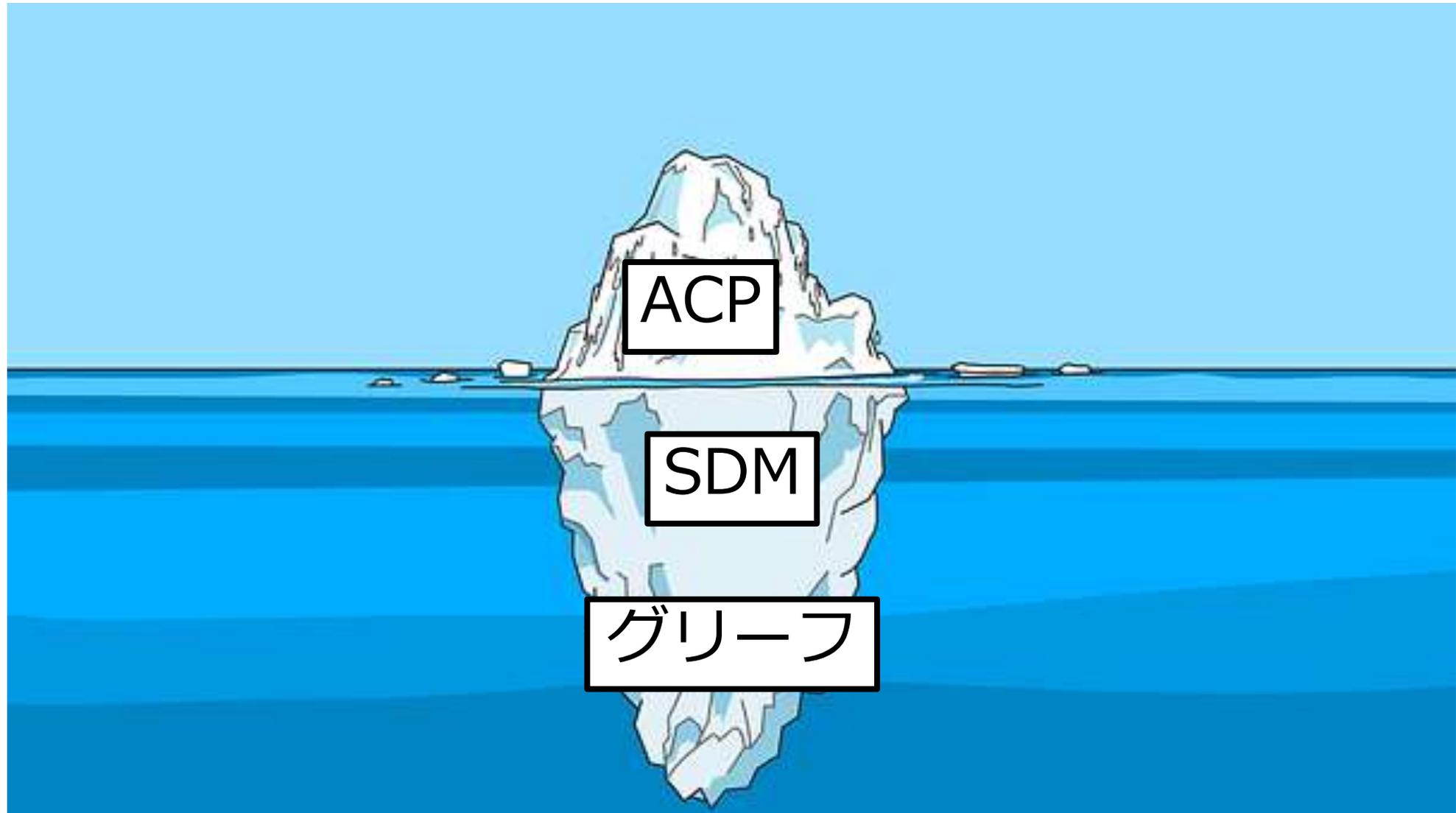
否認 ↔ 怒り ↔ 取引 ↔ 抑うつ → 受容

グリーフとは？

- グリーフとは、喪失＋悲嘆のこと
- 喪失した価値観の一部は、心の中で悲嘆となる
- 悲嘆が溜まったままだと心身に異常を来す
- 心の蓋が開いて悲嘆を吐き出せる状態をモーニングという
- モーニングに至るためには安心・安全な環境が必要
- 支えるためには、自分がしっかりと立っている必要がある



ACPは氷山の一角でしかない



ACPを実践する

S
h
a
r
e

今の希望を表現する

病状を受け止める

人生の意味を考える

生き様を思い出す

これからの希望を表現する

Decision

M
a
k
e

支えを受け入れる

折り合いをつける

最期を迎える

SDMを行う上で必要となる 4つの要素

- ① 受け止める
- ② 与える
- ③ 寄り添う
- ④ 支える

4つの要素を常に発揮し続けることで、SDMが上手くいく。

もくじ

- 受け止める （聞くを深掘る）
- 与える （話すを深掘る）
- 寄り添う （ACPを深掘る）
- 支える （マインドを深掘る）

もくじ

- **受け止める** （聞くを深掘る）
- 与える （話すを深掘る）
- 寄り添う （ACPを深掘る）
- 支える （マインドを深掘る）

S
h
a
r
e

今の希望を表現する

病状を受け止める

人生の意味を考える

生き様を思い出す

これからの希望を表現する

Decision

M
a
k
e

支えを受け入れる

折り合いをつける

最期を迎える

表現する
Expression

まずは、とにかく聞くフェーズ。
患者・家族のニーズは何か？
・現状をどう捉えているのか。
・どうなることをを望んでいるのか。
多くの場合は
・現状を楽観視している。
・検査して、治療して、治してもらいたい、と望んでいる。

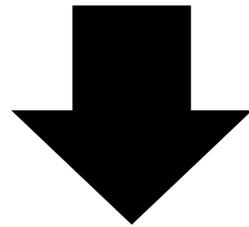
スタート地点を知っていないとサポートすることはできない。
ひたすら聞くことでスタート地点を知るとともに、信頼を得てラポールを形成する。

『聞く』 ≠ 傾聴

『聞く』 = 傾聴

と、簡単に片付けてしまっていないですか？

傾聴をきちんと説明することができますか？



『聞く』には4段階のレベルがあります！

『聞く』のレベル

- レベルⅠ：**聞く** 自分が聞いているだけ
- レベルⅡ：**聴く** 相手が聞いてもらえていると感じる
- レベルⅢ：**観察** 相手の表情や動作、行動から読み取る
- レベルⅣ：**洞察** 相手の考えていることを推測する

レベルI：聞く

自分が聞いているだけのレベル

- ・ 音声が入りに入り、情報が脳に取り込まれる
- ・ 一人称で完結 ≠ コミュニケーション
- ・ 忙しいときに男性がやりがち

具体例. パソコンの画面を見たまま返事をする
テレビを見ながら返事をする
「ねえ、ちゃんと聞いているの👂?!」

レベルⅡ：聴く

相手が聞いてもらえていると感じるレベル

- ・ 行動で聞いていることを示すことが必要
- ・ 一人称では完結しない = コミュニケーション
- ・ いわゆる傾聴

具体例. 目を見る、頷く、相槌を打つ、メモを取る、相手の言葉を繰り返す(オウム返し)、確認する、PCに打ち込む、質問する、話をまとめる、理解を示す、讃える、共感する (※「分かる」に要注意)

レベルⅢ：観察

相手の表情や動作、行動から読み取るレベル

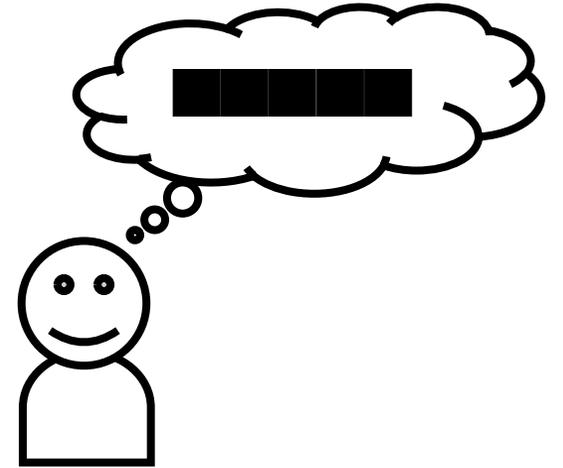
- ・ 姿勢、態度に気持ちが表示される
- ・ 行動心理学の分野
- ・ メンタリストDaiGo

具体例.
前のめり = 言いたいことがある
目線が上を向く = 考えている
腕組み = 心を許していない (癖?)
落ち着きのなさ = 他のことが気になる
涙ぐむ = 気持ちが吐き出せている

レベルⅣ：洞察

相手の考えていることを推測するレベル

- ・ 雲型の吹き出しを想像する
- ・ 繰り返し使う言葉に注目する
- ・ 考え方の癖を捉える
- ・ 力関係を考える



具体例. 依存（かまって、優しくして、見捨てないで）
共依存（私がいてあげないと、私頑張ってる、
頑張っている自分が好き、褒めて）
抑うつ（どーせ、良くならないし…）

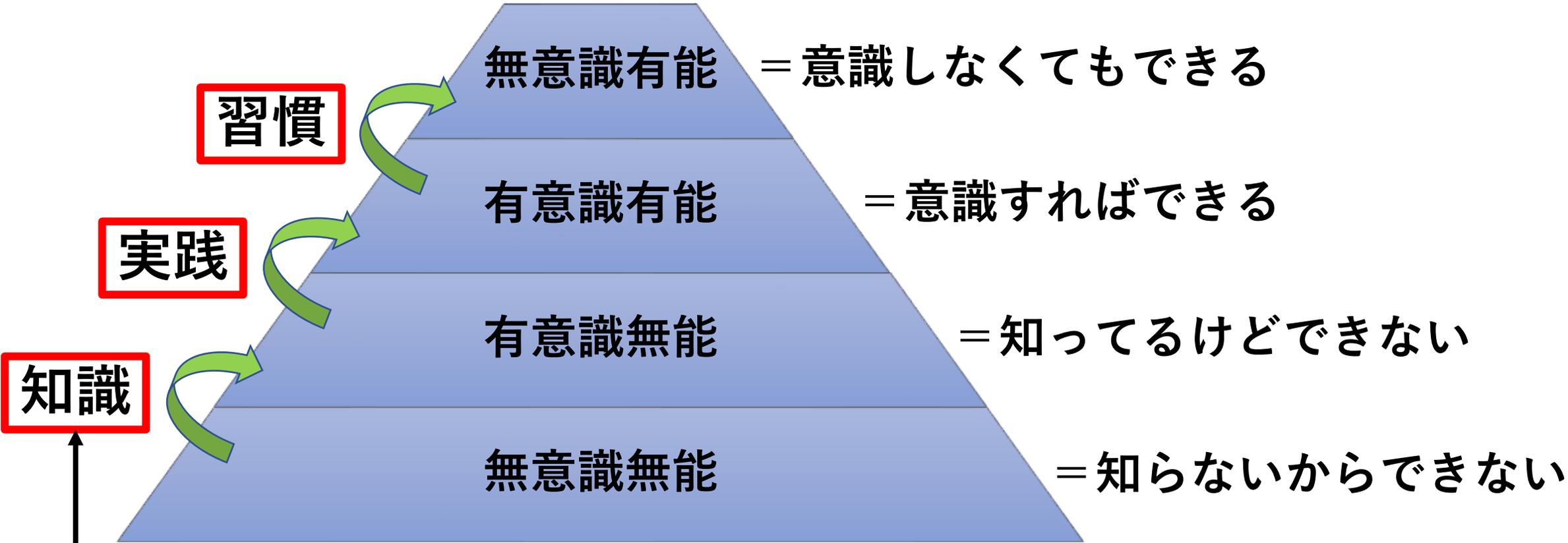
その他『聞く』のポイント、テクニック

- 座る位置を考える（斜めの位置関係）
- 「なぜ？」で深掘りする
- 話を整理して、一緒に振り返る（立ち位置の確認）
- 待ってあげる
 - ・ 話す速度を合わせる（ペーシング）
 - ・ 話を途中で遮らない
 - ・ 考える時間を与えてあげる
 - ・ 勝手に答えを想像しない

もくじ

- 受け止める （聞くを深掘る）
- 与える （話すを深掘る）
- 寄り添う （ACPを深掘る）
- 支える （マインドを深掘る）

成長の4段階



WEBセミナー

Thank you

