

 評価のポイント

CL-Ⅱ.ケアする力（精神科）

〔24-2〕 認知行動療法 2

① 協同関係とはどのような関係なのか、説明してください。

協同関係とは、資料 3 のように、患者の主体性やペースを尊重し、実証的な視点から、患者と治療者側（医師、看護師等）が一緒になって取り組む関係のことです。認知行動療法を進めるときの基盤になります。

② 面接を構造化することの意義を説明してください。

資料 13 のように、面接を構造化することで、限られた面接時間を有効に活用することができます。また目標に沿った話題に集中でき、目標を見失わずにすみます。また面接ごとに達成感を得られるのも特徴です。

③ 看護場面で認知行動療法を実施する場合、どのような方法があるかを話し合しましょう。

資料 14 のように、認知行動理論に基づきアセスメントと目標設定、計画立案、実施、評価を行う看護過程の展開を行うことができます。また毎日のケアの一部に、目的をもって構造化面接を組み込むことができます。毎日の短時間のかかわりのなかに CBT の知識スキルのエッセンスを活用することも可能です。チーム医療の一環として、外来うつ病患者等に対して医師と共同で CBT 面接を実施すること、多職種協働で集団認知行動療法を実施し、そのなかでメインまたは一部の役割を担うこともできます。その他、訪問看護場面に短時間の CBT を導入することもできます。