

## ミラーとロールニックによるいわゆるMI-3

代表理事 原井宏明



ミラーとロールニックによるいわゆるMI-3, *Motivational Interviewing, 3rd Edition, Helping People Change*の翻訳も最終コーナーに入りました。

9月末に再校を出版社に送りました。2013年に本を手に入れてから5年。レースに例えれば周回遅れも良いところですよ。私自身の翻訳業で言えば5年間に別の本の翻訳を3冊出しています。自分で自分を追い越して何をやっているのでしょうか？

一方、翻訳で読み返し、校正でさらに読み返しを続けているうちに次第にこの本が好きになってきました。翻訳の真っ最中は、用語のブレやミラーとロールニックの文章作法の違い、引用の出典の間違いなどに不満ばかりもらしていたことを考えると、何度も読むうちに本に対する私の評価が変わってきたこととなります。訳者は普通の読者よりも本を精読します。精読を繰り返して最初よりも良い本だと思えるようになることは、本が本当に良いからでしょう。

でも、なぜMI-3をいい本だと思うのでしょうか？日本語になったこの本を読んでふと気づいたことがあります。

1 MI-3は人間が癖のようにやる白黒、良い悪いのような二分法を避けるようにしています。動機づけの場合は動機づけあり・なしと分けます。動機づけ自体も外発的・内発的に分けます。MI-3は動機づけがあるかどうかは対人関係の文脈によるものであり、ある人を動機づけある・なしに分類すること誤りだとするのがMIの立場です。説明上、分類が必要な場合には二分するのではなく、指示一案内(ガイド)一追従のように3つに分けることもできる連続体としています。白黒にわけるのは人間が男女で成り立っているように当たり前の習慣になっていますが、本を読んでいくとその習慣から自然に開放されていくようです。

2 MI-3には大きな理論がでてきません。MI-2にはSelf-determination theory、いわゆるSDTなどの理論を取り上げていました。MI-3にはありません。この差がはっきりわかるのが索引です。

索引の中に頭文字だけの略称がどのくらいあるかをチェックしてみました。MI-3では6です。AA, やCAT, DARN, Project MATCHなどです。対してMI-2には14もあります。BASICSやAMI, CYT, DCU, GMI, ICT, Project CARES, Project MATCH, SDT, TTMなどなど。

MI-3はMI-1から始まったMIを普及させる努力の結果を取り込んでいます。それまでの版では両価性があることについて変化のプラス面とマイナス面の両方を聞くことやスケール質問、仮想的な質問(ミラクル・クエスチョン)、鍵となる質問などがいわばMIをするときの必需品、オールマイティーのようになっていました。私自身、MINT Forumで仲間のデモを見ていると決まりきったパターンになっているのをよく見かけました。MI-3では、このようなパターン化したものがMIだと読者が誤解しないようにする工夫があちこちにあります。

人が変わるための道筋は一つではありません。同じ相手に同じテーマで面接する場合、可能な対応はいくつもあるのです。“分かれ道に来たら、とにかく進め”。ヨギ・ベラの名(迷)言です。私の翻訳から、この名言の意味が読者に伝わればと心から祈っています。

MI-3の日本語版を皆さんのお手元に届けられるのは2019年1月になる予定です。詳しい内容について日本語で知りたいという方は原井までご相談ください。

## ■ 第7回年次大会及びワークショップ開催予定について ■

・ 2019年3月29日～31日 東京

<大会長> 村田千里先生

<海外招聘講師(予定)>

グループMI・依存症・健康科学を専門とする、バージニア大学のKaren Ingersoll教授

12月頃に正式発表及び参加受付を開始する予定で調整しております。

## 次回大会長からのご挨拶

村田 千里 ((株)野村総合研究所 産業医、東京都済生会中央病院 糖尿病・内分泌内科)

今年の日本は酷暑に続いて台風・地震など多くの自然災害に見舞われています。動機づけ面接を通して知り合った全国の方たちのご無事を祈るこの頃です。

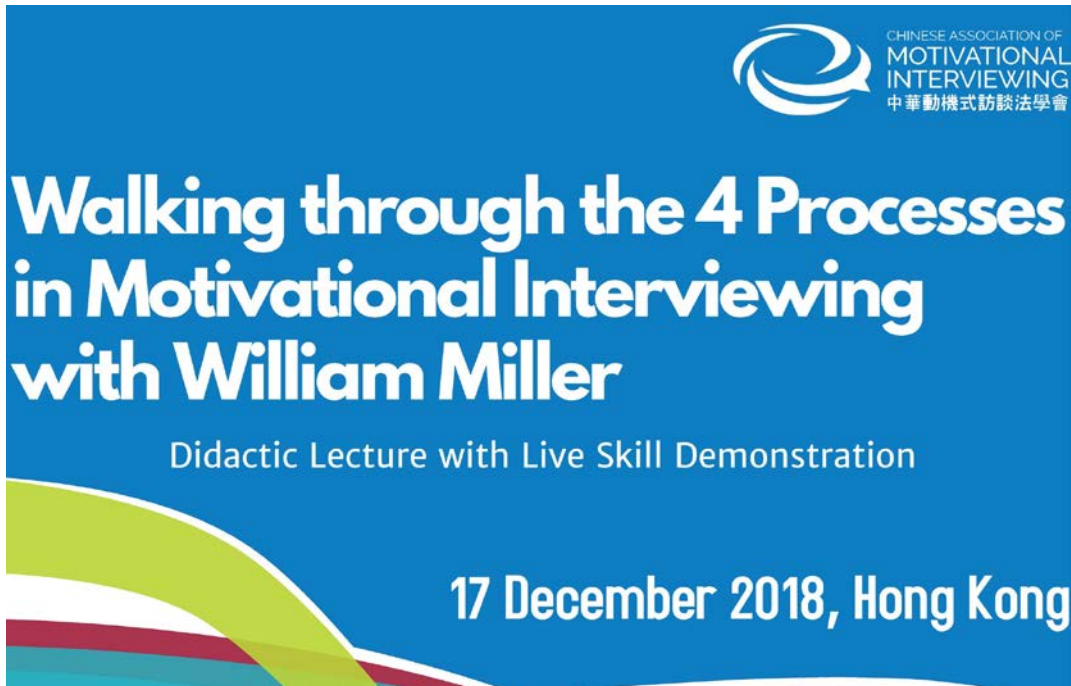
この度、社団法人日本動機づけ面接協会(JAMI)第7回大会の大会長を仰せつかりました。私は糖尿病を専門とする内科医で、現在は産業医としての業務が主になっています。禁煙治療にも注力していることから動機づけ面接を知りました。

私にとっての動機づけ面接の魅力はいろいろあります。端的に言えば「患者さんのためになる面談の方法を知ることができた」です。それは、MIのスピリットが深く根づいている方法であり、膨大な研究に基づいたエビデンスがあるのでMIを使う時は自信を持って自分の言葉を発することができる、面談での無駄な言葉がなくなり、自分が責任を負って一人で判断するストレスがない、私のような者でも身につけられるコンパクトな勉強法が確立されている、ということになると思います。また、ワークショップを受けるたびに異業種交流もあり、年代を超えたエクササイズも楽しくて自分の世界が広がることも何よりです。

JAMI第7回大会の詳細につきましては、ウェブサイトに順次掲示される予定です。今年の講師は動機づけ面接の世界的な権威であり、特にグループMI・依存症・健康科学を専門とする、バージニア大学Karen Ingersoll教授が招聘されています。2014年10月アトランタでのTNTで私はKarenがメイントレーナーのクラスにいました。寛容さ・多くの是認・ウィットにあふれた3日間でした。今回日本に居ながらにしてKarenのワークショップを受けられるのはなんと贅沢なことなのだろうと思います。私も本当に今から楽しみにしています。年度末の忙しい時期ではありますが、この貴重な機会を逃すことなく多くの方が参加できることを願っています。



提携先のCAMI(The Chinese Association of Motivational Interviewing) から、2018年12月17日にミラー博士を招請したワークショップ(香港)の案内が届きました。JAMIメンバーはCAMIメンバーと同じ割引料金で参加できるとのことです。詳細は、CAMIに直接お問合せください。WEBサイト: <http://cami.hk/Home.html>



The poster features a blue background with a white and green wave graphic at the bottom left. The text is in white and yellow. The logo of the Chinese Association of Motivational Interviewing is in the top right corner.

CHINESE ASSOCIATION OF  
MOTIVATIONAL  
INTERVIEWING  
中華動機式訪談法學會

## Walking through the 4 Processes in Motivational Interviewing with William Miller

Didactic Lecture with Live Skill Demonstration

17 December 2018, Hong Kong



Professor William Miller  
Founder of MI

### Walking Through the 4 Processes in Motivational Interviewing with William Miller

Date: 17 December 2018 (Monday)

Venue: Jockey Club Convention Hall,  
G/F, Hong Kong Red Cross Headquarters,  
19 Hoi Ting Road, West Kowloon,  
Hong Kong

(MTR Olympic Station Exit D3, please visit  
[www.redcross.org.hk](http://www.redcross.org.hk) for more transportation  
information)

Time: 9:00am – 5:00pm (Registration starts at 8:45am)

Language: English

Accreditation: Continuing Medical Education (CME),  
Continuing Nursing Education (CNE), Continuing  
Professional

Development (CPD) and Continuing Education (CE) will  
be applied from relevant Hong Kong colleges  
and associations.



# 神戸動機づけ面接(MI)研究会のご案内

芹澤 のり子(神戸動機づけ面接(MI)研究会 代表)

初めまして、神戸動機づけ面接(MI)研究会の芹澤と申します。まず初めに、このところ続く大雨や台風、震災等で多大な被害を受けられた方々にお見舞い申し上げます。そして、これまでの過程を支えてくださった全ての皆さんに、改めてお礼申し上げます。おかげさまで、私たちの研究会はこの9月、こちら動機づけ面接協会の認定教育団体に、加えていただけることとなりました。

さて、動機づけ面接(MI)をもっと学びたい、でもその場がなかったり、あっても遠すぎる・・・という方が、少なくともこの文章を読んでいらっしゃる方の中には、いらっしゃるのではないのでしょうか??ここ神戸も3年前まで、そうでした。当時の関西には、インターネットで気軽に検索して参加できる公開の研修会はまだありませんでした。

今回、私たちの取り組みについてご紹介の場を頂けるとのこと。何が立ち上げと継続の鍵になったのか振り返って見ました。もし少しでもどなたかの参考になることがあれば、幸いです。

立ち上げのきっかけの1つは、ある禁煙に特化した研修会でした。こちらの協会でもご活躍中の磯村 毅 先生が講師として、MIについてもご紹介下さいました。当時すでに学び始めていたメンバーのいたこともあり、自然と、次はMIを学びたいね、という流れになっていきました。研修会では、ある程度アウトラインは定める中、その時の参加者の知りたい内容やスキルを特に中心にしながらかつていただきました。何回か研修会をするうちに、学習を始めている人同士の交流と意見交換の場が必要という声が上がりました。これが、決定的な追い風になりました。

そういう訳で、神戸MIでは研修のご依頼を受けた場合、扱う内容は“共同で”選定します。また、初級編で講師を交代しながら行う際の、準備プロセスは私自身も含め中上級者の方にとって、異なる側面からのMIに触れ知識を再整理する場にもなると同時に、相互の専門性を発揮し複数人で協力しながら研修会を開催できる基盤になっています。

更に、似たような学習目標(TNTにエントリーしたい、指導者研修を目指したい)を持つ人が一定数いた場合、ピアグループを作り、学習や情報交換を促しながら相互交流が可能な場づくりを行っています。これは事例が必要な方の録音会、中級編研修会など要望があれば比較的スムーズに開催できる環境に繋がっています。以下、概要をまとめます。

1. 初級編WS:MIの基本を複数回シリーズに分けて学ぶ研修会

2. 企画研修会

① 中級者編:(希望者が一定数集まっている場合のみ, 不定期)

師匠や先輩トレーナーの先生方のお力添えを頂きながら開催しています。

—グループスーパービジョン, グループMI, 禁煙のMI, MIとコーチング, など

② 領域・対象者別MI導入編(依頼があった場合のみ) 看護師, 糖尿病領域, 社会福祉士, 市民セミナーなど(フォーカスをご依頼くださった方と相談しながら選定)

目的別ピアサポートグループの立ち上げ(前述参照)

英語でのMI実践トレーニング(MI in English) TNTのapplicantsを対象に、海外トレーナーの協力を得て、希望者にオンラインコーチング(若干名限定)

最近では、指導者やトレーナーを目指すわけではないが、ステップアップを目指したいと感じる方々からのご要望が少しずつ増えてきました。今後はこちらの協会の検定を受けたい人同士の交流の場も検討していくつもりです。また、WS準備プロセスに関わる十分な時間は確保できないような、中上級者の方のご要望も領域や力量に応じて多様化してきました。どのように進めていくのか、周囲の先生方と相談しながら、私たちにできることを少しずつ積み重ねていきたいと思います。

まだまだ力不足な私たちでもありますが、今後とも、どうぞよろしくお願い致します。

