

解決志向とヘルスプロモーション

壺井一彰

(NPO 法人ウェルビーイング)

1. 背景

論理実証主義に基づく伝統的な科学的方法論、問題志向アプローチ (図1) に対して、社会構成主義に基づくナラティブ・アプローチ、解決志向アプローチ (図2) がある。

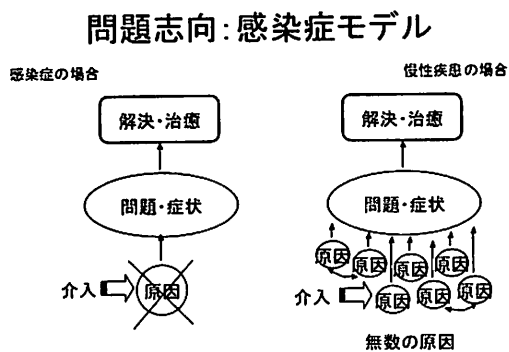


図1 問題志向のモデル 1)

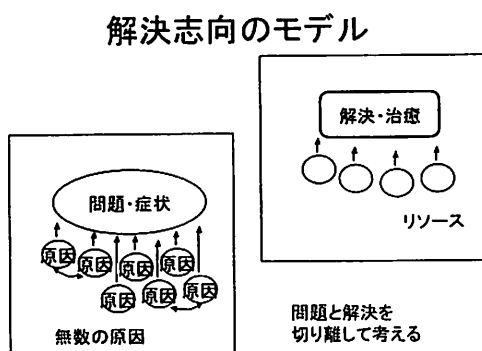


図2 解決志向のモデル 2)

市町村で住民参加のまちづくり・健康づくりの計画策定の支援をするとき、当事者とその関係者の問題のすべてを明らかにして進めることは時間をかけたとしても、ほとんど不可能に近い。また、問題点に注目する作業は苦痛を伴

い、しかも、作業から得られることは、そのままでは役に立たないものが多い。

健康づくり、まちづくりにおけるファシリテーターの役割は、当事者の問題を解決することではなく、当事者が満足な生活を送るようにエンパワメントすることである。

そのために、どのように当事者とその関係者に関わるかを考えたとき、強み・社会資源・その地域の文化や格差などのリソースや強みをひきだし、スタッフのモチベーションを高め、コミュニティをエンパワメントすることだとこれまでの経験から実感するようになった。

ここで、解決志向アプローチ (以下 SFA: Solution-focused approach) と多くの共通点があることに気がついた。

SFA は、アメリカのミルウォーキーの Brief Family Therapy Center で、スティーブ・ドゥ・シェイザーやインスー・キム・バーグラを中心に開発された手法である。ミルトン・エリクソン、ケイド・オハンロン、グレゴリー・ベイトソンの流れを汲む。このアプローチの一番の特徴は、当事者の問題ではなく、解決に焦点を当てる点である。多くのアプローチでは、問題の解決や軽減をするために、問題の明確化やその原因を探ることに長時間を費やす。しかし、SFA は解決の構築に最初から取り組む。

マイケル・J・ランバートら (1992.) の心理療法の効果研究「心理療法の何が効いているのか (寄与率)」では次の結果が示されている。治療外要因の寄与率は 40% である。偶然の出来事、クライアントの強さ・リソース・生活環境などがこれにあてはまる。治療関係の寄与率は 30% である。共感、尊敬、純粋性、客観性、

信頼、治療法への同意などがこれにあてはまる。プラシーボ要因(期待や希望)の寄与率は15%である。治療モデルや技法の寄与率は15%にすぎない。この結果からも、クライアントのリソースを重視するSFAが有効だと考える。³⁾

地域保健で使われているMIDORIモデルや地域づくり型モデル、コーチングで使われているコーチングフローは、解決志向アプローチに沿って考えやすい。

2. 目的

健康づくり、まちづくりにおけるファシリテーションを行う時に、SFAが有効な方法だと考えた。

事務局の打ち合わせから計画策定まで、解決志向に進めたときに、どのように進めるか、どのようなことが起こるか、実践例とともに紹介する。

3. 対象と方法

対象は、サポートの依頼を受けたA市町村の事例を紹介する。

右図の表1を意識して、サポートを行った。

4. 結果と考察

SFAは、地域など集団へも十分応用できるアプローチである。

当事者の問題や弱みよりも、リソースや強みに注目するため、実行しやすく効果の高い解決方法を見出しやすくする。

5. 結論

よりよい地域へのサポートや関わりを目指していくときに、どこまでSFAが応用できるか、今まで方法とどのような違いがあるか、今後もしばらく検証していく。

| | 解決志向 アプローチ (図1) | 問題志向 アプローチ (図2) |
|----|--|---|
| 適応 | 改革したい場合。 問題が多すぎる場合。 | 改善したい場合。 現在不都合なことを 解決する場合。 |
| 焦点 | 当事者の理念や方針 を実現する目指す 姿。 未来を志向する。 | 目標の実現を妨げて いる問題点。 過去を分析する。 |
| 流れ | 1) 理念・方針を明確 にする。 2) 理念をもって、目 指す姿について イメージする。 3) 目指す姿と現状と のギャップを明 らかにする。 4) 目指す姿を達成す るために、使える 資源や障害を把 握する。 5) アクションプラン を立てる。 6) 目指す姿に向かっ ているかを確認 しながら進める。 | 1) 目標を決める。 2) 現状と目標とのギ ャップを問題と して認識する。 3) 問題の原因をみつ ける。 4) 問題の原因を除去 する方法を考え る。 5) アクションプラン を立てる。 6) 問題解決に向かっ ているかを確認 しながら進める。 |

表1 解決志向と問題志向の比較

参考文献

- 1) 森俊夫・黒沢幸子(2002), 森・黒沢のワークショップで学ぶ解決志向ブリーフセラピー, ほんの森出版
- 2) 森俊夫・黒沢幸子(2002), 森・黒沢のワークショップで学ぶ解決志向ブリーフセラピー, ほんの森出版
- 3) スコット・D・ミラー他(2000), 心理療法・その基礎なるもの 混迷から抜け出すための有効要因, 金剛出版

(連絡先) 壺井一彰

〒810-0064 福岡市中央区大名1-15-24

Well-Being BLDG 2F

TEL:092-771-5712

FAX:092-741-8037

E-mail:tsuboi@well-being.or.jp