

歯科保健指導はナラティブで展開

木戸 みどり

Dental health instruction and Narrative Approach

Midori Kido

歯科保健指導の目的は、対象者の習慣的な生活行動を健康の維持増進を目的とした保健行動へ変容することである。文字にすると簡単であるが、実際に相手を動かすのは大変な作業である。対象は妊産婦から高齢者まで、生活、年齢、風土や食文化などの環境、教育、経済状況、全身の健康状態など千差万別である。歯科疾患の多くは生活習慣に起因する内容であると言われている。日常の中でルーティン化されている生活習慣を変容させるためには対象者の主体性が必要となる。本人の気づきと変えようとする意志、そして自身の健康や生活内容を振り返る主体性が必要なのである。歯科保健指導を行うにあたり、対象者をよりよい歯科保健行動へと導くには、対象者を十分理解し、対象者と共によりよい方向に舵取りを行うことが望ましいだろう。当然、対象者の口腔の一部分だけを考えたのでは行動変容はうまくいかない。全身の健康状態との関係や生活そのものへのアプローチが不可欠となる。運よく感度のいい対象者に恵まれ、容易に口腔清掃等の改善がなされたとしても、継続的にその行為が実践され、生活行動

として定着できるのは大変まれである。筆者自身もこれまで幾度となく食生活や歯みがきについて、共に生活変容を行ってきたが、対象者が動くには多くの誘因の重なりが必要であった。もっと言えば、多くの誘因を仕掛けることが対象者を成功へと導く近道となることもわかってきた。

歯科保健指導が成功し、習慣が変容した対象者には必ずと言っていいほど人間的にも成長した様子がうかがえ、指導者自身も成長させていただくを実感する。すなわち成功した保健指導は、指導者—対象者の相互的な成長が伴っていると考えられる。それは、指導の過程において互いに対話的な関係性を築けた結果としての学びに他ならない。指導者の立場に立って考えてみると、歯科保健指導を行う際に必要な技術として、現在抱えている問題を解決するため、過去に向かって様々な事柄を掘り下げていくカウンセリング技術と未来に向けて行動変容を促すコーチング技術やアセスメント技術が求められる。これらは、いずれも心理学的・関係論的なアプローチに基づくものである。ゆえに、いずれの技術を駆使する場合にも対象者とのよき関係づくりが不可欠である。さらに言えば、コミュニケーションがとれないと関係が成立しない。保健指導の場においてコミュニケーション能力は指導の上で大きな役割を果たす。そこでコミュニケーションにおける相互作用について、ナラティブの観点から捉えてみたい。

ナラティブ（語り、物語）は、「広義の言語に

【著者連絡先】

〒767-8512 香川県三豊市高瀬町下勝間2379

四国学院大学専門学校歯科衛生学科

木戸みどり

TEL : 0875-72-5192

E-mail : kido@setouchi.ac.jp

よって語る行為と語られたもの」をさす概念であり、1990年代以降の複雑化した現代世界を捉える哲学や科学論と連動する世界観や人間観を含む。ナラティブ・アプローチは、生身の人間のリアリティやアイデンティティを、個人が身をおく有機的な関係性の網の目の中で相互作用のプロセスを重視しながら捉えるアプローチ方法である。語りは、それが行われるフィールド、社会・文化・歴史的な文脈と切り離せない。複雑な文脈の中で生成されるものである。したがって、ナラティブ的な視点に基づく事象の理解においては、相互行為的なやりとりによる語られ方、物語の構成の仕方や意味づけ方、語りの変化プロセスなどが重視される。

保健指導におけるナラティブは、対象者の行動変容という目的を達成するために、指導者—対象者という特殊な文脈の中で展開される。従来の保健指導では、歯科疾患がありその治療のために、指導者が医学的なエビデンスに基づき正しいとされる歯みがきや食習慣の改善を指示し、対象者にそれを守らせようと図ってきた。しかし、理論的に正しい、もしくは望ましいとされる習慣の改善をすべての人が実現できるとは限らない。対象者の習慣の改善には、生涯にわたり健康に対する自己管理をする能力を養うことを視野に入れた実現

可能な案を立てることが必要である。つまり、受動的に対象者を変えるのではなく、対象者の能動的な「健康を作り出す力」を引き出す援助が必要となるのである。このような対象者との関係を構築するためにナラティブ・アプローチの考え方が生きてくる。自分の気持ちを理解してもらえぬ関係、自己決定できる環境づくりこそが保健指導の鍵を握る。こうした関係性を築く経験は、ひいては保健指導従事者としてのアイデンティティ形成にも繋がる。対象者との関係を大切にしながら、コミュニケーションをしていくことで、自らの立ち位置や専門性が厳しく問われることになるからである。

これまで、医学的なアプローチの中で対象者と支援者の関係は、「してあげる—していただく」という上下関係が長く続いてきた。しかし、保健指導において、相手を動かすには対象者の権利や立場を尊重した上で、対等な関係を作り、寄り添うことが必要である。対象者との相互信頼を築く実践からこそ、その人らしい人生や生活を支援できるのである。

エビデンスを考えたクールな見立てとナラティブで醸し出す篤い心、これらを統合した資質が対象者に寄り添う保健指導者にとって不可欠だと信じる。