

Brief Interventionの特徴は、

- ①断酒ではなく、**飲酒量の減量を目標**にする。
- ②依存症の専門家ではなく、**ヘルスケアの従事者によって行われる**。
- ③依存症の患者でなく、**依存症でない患者を対象とする**。

アルコール問題の早期介入とは・・・ Screening and **Brief Intervention**

ブリーフ・インターベンションの概要 (1)

ブリーフ・インターベンションとは、生活習慣の行動変容を目指す短時間の行動カウンセリングである。カウンセリングでは、「健康」を主なテーマとして、飲酒量低減の具体的目標を自ら設定してもらう。飲酒問題の直面化は避け、「否認」などは介入時に扱うテーマとしない。実際、「健康」をテーマとして早期介入を行うことにより、クライアントが示す否認や抵抗も比較的少ない。動機付け面接やコーチングといった面接(介入)技法を用いるが、介入の**3つのキーワード**は、「**共感する(empathy)**」、「**励ます、元気づける(empowerment)**」、「**誉める、労う(compliment)**」である。**18**

上手な誉め言葉？ 高級クラブのママに盗め！



容姿・態度

- いつもお洋服のセンスが素敵ですね。
- お顔のつやが良いですね。
- ますますエネルギーに became ましたね。
- いつも生き活きと輝いていらっしゃいますね。
- メタボと無縁のご様子、体を鍛えていらっしゃるんですね。
- お若く見えますね。

節酒について

- 素晴らしい成果ですね。私もうれしく思います。
- すごい努力をされたのでしょうか。私も見習いたいですね。
- 周囲の方も驚いているでしょう。
- 有難うございます。お忙しいのに毎日日記を付けて下さいます。
- 私も大変よい勉強をさせていただきました。

19

Hizen Psychiatric Center

アルコール問題の早期介入とは・・・ Screening and Brief Intervention



ブリーフ・インターベンションの概要 (2)

主な3つの構成要素は、「Feedback(フィードバック)」、「Advice(アドバイス)」、「Goal Setting(ゴール・セッティング)」である。

フィードバックとは、スクリーニングテストなどによって対象者の飲酒問題及びその程度を客観的に評価し、このまま飲酒を続けた場合にもたらされる将来の危険や害について情報提供を行うことを指す。

また、アドバイスとは、飲酒を減らし(節酒)たり、止めれ(断酒)ばどのようなことを回避できるかを伝え、そのために必要な具体的な対処法についての助言やヒントを与えることである。

20

Hizen Psychiatric Center



ブリーフ・インターベンションの概要 (3)

ゴール・セッティングとは、「目標設定」で、クライアントが7～8割の力で達成できそうな具体的な飲酒量低減の目標を自ら設定してもらうことである。

このように、ブリーフ・インターベンションとは、従来型の指示的・指導的な保健指導とは異なり、クライアントの自己決定を重視し、自ら進むべき道を選択してもらい、介入者はそれに寄り添ってエンパワーし、サポートするという患者中心の行動カウンセリングを指す。

この早期介入を始めるに当たって、アルコール専門医療機関との連携を予め準備しておくことも重要である。



長所志向のエンパワーメントの基本仮説

1. 生活と闘いながらも、全ての人が生活の質を改善する力を持っている。臨床家はこの資質とクライアントが望む方向を尊重すべきである。
2. クライアントが自分の長所を述べるたびにその長所を強調すると、クライアントの意欲が増す。
3. 長所を見つけるには、クライアントと援助職が協力して探す。何を変えるかを決定するのは、臨床家ではなくクライアントである。
4. クライアントの長所に目を向けると、臨床家はクライアントがどうやって困難を切り抜けてきたかを見るようになる。

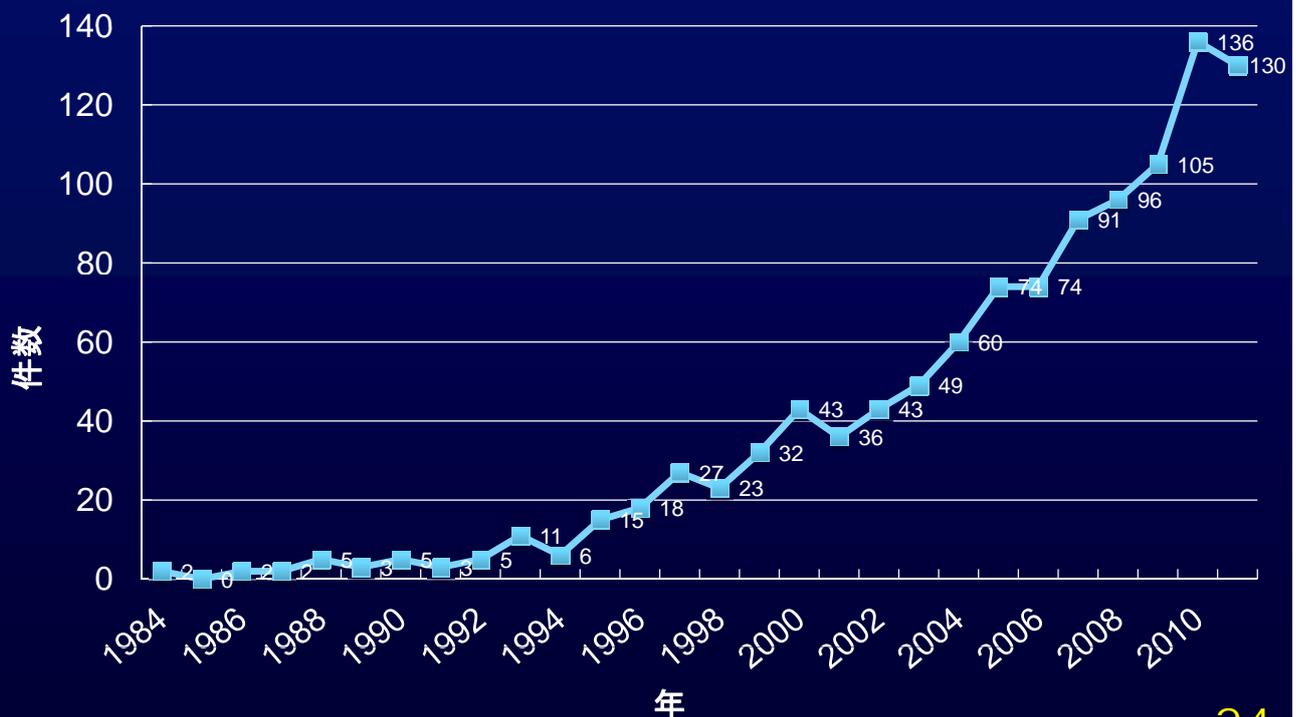
Brief Interventionの有効性を示す 欧米でのエビデンス



23

Brief Interventionの発表論文数 年別発表論文件数

alcohol, brief interventionをkey wordにPub Medで検索(2012.1.25)



24