



## 看護師のためのアドラー心理学： 人間関係を変える、心に勇気のひとしづく

岩井俊憲, 長谷静香共著. -- 日本医療企画, 2017.  
-- (看護師のしごとと暮らしを豊かにする ; 2).  
ISBN: 9784864396165

REVIEWER

医学部 人間健康科学科 4回生

### 読むカウンセリング

ベストセラーとなった書籍や、TVドラマでも話題となった「アドラー心理学」。本書はアドラー心理学の考え方を人々に伝える活動を行うカウンセラーによって記されています。

アドラー心理学なんて全くの初対面だ、という方にとっては、どこか堅苦しい印象を与えるかもしれません。この本は、アドラー心理学について本当にわかりやすく説明してくれます。事前に知識を持っていなくてもかなりスラスラ読み進めることができます。ただし、すでになんらかの知識を持っている人にとっては少し物足りない印象も受けました。深掘はせず、広範的に理解することのできる、入門書的な要素の強い本です。

ほかのアドラー心理学関連の書籍との大きな違いは、タイトルにもあるように「看護師のため」に書かれた本であることです。著者の長谷氏には看護師経験があるため、本書には、看護師として働く中で役立ちそうな具体的な事例が数多く登場します。

「こういう時、患者さんになんて声をかけたらいいのかな…」

「わたしは将来看護師としてやっていけるのかな…」

「看護師は女の園って言うけど、人間関係が心配だな…」

こうした疑問や不安は、看護師のみならず、看護学生にも共通のものだと思います。

(裏へ続きます)

492

9014

I 93

医人健開架

⇒⇒⇒

とはいえ上記のような疑問や不安は、必ずしも明確な答えのあるものではないと思います。本書においても、そんなの綺麗事じゃないか、と思う箇所がいくつもありました。

そんな中でわたしが面白いと感じたのは、この本を読んでいくと知らない間に自分がカウンセリングを受けてしまうことです。非常に読みやすい、語りかけるような文体で書かれているため、まるで実際にカウンセラーの話を聞いているような気分になります。そして、明確な答えは得られないとしても、その問題への向き合い方や、気をつけておくべき思考パターンなどを知ることができます。こうした知識は、将来どの分野で働くにしても大切な力になるはずです。

将来のこと、人間関係のこと、たくさん考えることも大切ですが、時には新しい切り口の解決策と出会って、思考の引き出しを増やすことも同じくらい大切だと思います。ぜひあなたの思考の引き出しにも、入れてみてください。

受理：2018-04-20