

意思決定支援の具体的な方法

ナレーション: アセスメントを経て、妊婦の状況を把握したうえで、では次に、具体的な意思決定支援の「方法」についてです。

オタワ個人意思決定ガイド

ナレーション:ここでは、妊婦がよりスムーズに意思決定ができるように、「ガイドする」オタワ個人意思決定ガイドを紹介します。

オタワ個人意思決定ガイド

- ・「オタワ個人意思決定ガイドの枠組み」から、作成された、「**実践的**」な意思決定支援ツール。
- ・これまでの「**知識(情報)**」の提供を中心とした支援のみではない「**包括的な意思決定支援**」
- ・よりよい意思決定を導く「**意識化**」のプロセスの支援であり、段階的な5つのステップを踏むことにより、支援が行われる。
- ・当事者が、用いてもよいし、医療者が支援を行う際に用いてもよい。

ナレーション: オタワ個人意思決定ガイドとは、より実践的な意思決定支援のツールであり、知識や情報の提供を中心とした支援のみではなく、より良い意思決定を導く「意識化」のプロセスの支援です。

ステップを踏むことにより段階的に支援を行なっていきます。
このガイドは、会話を通じて行ってもかまいませんが、紙に記入するという行為を通して、妊婦がより自覚するという場合もあります。

「決定の支援」としての包括的支援ツール
オタワ個人意思決定ガイドの5段階

ナレーション: 具体的に、オタワ個人意思決定ガイドの5段階ステップを見ていきます。

「決定の支援」としての包括的支援ツール
オタワ個人意思決定ガイドの5段階

1: 意思決定を明確にする

2: 意思決定における自分の役割を特定する

一人で決めたいのか、誰かと決めたいのか

3: 自分の意思決定のために必要なことを見極める

選択肢に関する情報の不足、価値観の再確認

4: 選択肢を比較検討する

選択肢をあげメリットデメリットを検討する

5: 次のステップを計画する

ナレーション: 意思決定を明確にする、
意思決定における自分の役割を特定する、
自分の意思決定のために必要なことを見極める、
選択肢を比較する、
次のステップを計画する、

といった5つのステップを順番に行うのが望ましいですが
時間的な制約がある場合は、必ずしもこのとおりにしなくても構いません。

しかし、4番目のステップは、選択肢のメリットデメリットを比較して、当事者自身が
重要に感じていることを明らかにするステップなので、是非行ってみてください。

オタワ個人意思決定ガイドの5段階

4: 選択肢を比較検討する

「(例) 栄養方法選択時のメリット・デメリットの比較」

	長所 (メリット)	重要性	短所 (デメリット)	重要性
第1 選択肢 完全人工栄養	母乳感染の 予防には最も確実	★★★★★	母乳栄養の 利点を活かさない	★
第2 選択肢 短期	母乳栄養の	★	・ <u>確実な</u> 予防方法ではない	★★★★★
第3 選択肢 凍結	母乳栄養の 利点を	▽	・リンパ球の不活化により 受動免疫付与できない	★ ★ ★ ★ ★

**母子感染をさけることを最優先し、
母乳栄養には価値を置いていない**

**現在の妊婦の意思決定は、
第一選択肢ということを確認できた**



ナレーション: 選択肢を比較検討する4番目のステップでは、「今、思いつく選択肢は何がありますか？ 思いっただけ上げてみてください」などとたずね、選択肢の欄に記入していきます。次に「では、その選択肢を選んだ場合のメリットとデメリットは何でしょうか？ 思いっただけ上げてみてください」などと導きます。そしてその長所とする事柄は、あなたにとってどれくらい重要か、ホシ5つが最も重要として、いくつくらいになりますか？」というように妊婦さんと一緒に整理をしていきます。

記入は、看護職が行ってもよいですし、妊婦さんに記入してもらってもかまいません。この用紙を記入したからといって、自動的に望ましい選択肢が導かれるわけではありませんが、この作業を通して、妊婦自身は自分の価値観を再認識し、自分の価値観にあった選択肢を想定しやすくなります。

The Ottawa Personal Decision Aids

<http://www.ohri.ca/home.asp>

Ottawa Personal Decision Guide



For Health or Social Decisions

The Ottawa Personal Decision Guide is for people who are facing tough decisions. It will help you identify your personal needs, plan the next steps, track your progress, and communicate your views to others involved in the decision. The skills you learn here will also help you make other decisions in the future.

You will be guided through 5 steps:

- 1 Clarify the decision.
- 2 Identify your role in decision making.
- 3 Assess your decision making needs.
- 4 Weigh the options.
- 5 Plan the next steps.

The guide can be used more than once to track your progress in decision making. The first time you use the guide, please place your answers in the first column. The next time, please use the second column.



© 2004 O'Connor, Jacobson, Storey, University of Ottawa, Ottawa Health Research Institute, Canada

1 Clarify the decision.

What is the decision you face? _____

What is your reason for making this decision? _____

When does this decision have to be made? Date: _____

How far along are you with your decision? [Check the box that applies to you].

- a. I have not yet thought about options
- b. I am considering the options
- c. I am close to choosing an option
- d. I have already made a choice

First Time Date: _____ mm/dd/yy	Changes Date: _____ mm/dd/yy
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Yes <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>	Yes <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>

Are you leaning toward a specific option?

If yes, which one? Specify: _____

2 Identify your role in decision-making. [Check the box that applies to you]

- a. I prefer to decide on my own or after considering the opinions of others.
- b. I prefer to share the decision with: _____
- c. I prefer that someone else decides for me, namely: _____

First Time Date: _____ mm/dd/yy	Changes Date: _____ mm/dd/yy
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ナレーション: オタワ個人意思決定ガイドについては、のウェブサイトです。

〈有森科研ポータルサイト〉

<http://narimori2.jp.org/>

意思決定支援 自分で決めた生き方を実践するために

看護ネット

あなたの生きる道について、
もっと考えよう。

遺伝医療と意思決定 Project Information	医療専門職 Medical Contents	市民向け Public Contents
<p>私達の研究は 明日の未来を築いていきます。</p>  <p>意思決定支援プロジェクトは、看護ネットの 遺伝看護の研究より決定されたプロジェクト です。これからの医療と看護を選択する のは、皆様ご自身のものです。</p> <ul style="list-style-type: none">▶ 出生前検査と意思決定支援▶ 有森博士論文の要旨▶ 決定に必要な知識▶ 出生前の遺伝的リスクアセスメント 医療者向けガイドブック	<p>論文や学会など、 医療者に向けての活動もしています。</p>  <p>意思決定支援に関する医療者向けの教育 や学会も行っています。様々なアシステ ムや文化差もつ国々に関するレポート、誌 聞記などご紹介しています。</p> <ul style="list-style-type: none">▶ Decision aid▶ オタワ個人意思決定ガイド▶ 決定に関する基礎知識▶ 意思決定の教育・学会▶ 学会の紹介: ISDM▶ OHRGを訪問して▶ リンク	<p>自分で決めた生き方をするために、 今だからこそ知っておきたい。</p>  <p>人生で起る難しき決断の際に、この「意 思決定の支援ツール」をお使い下さい。今 の自分を理解し、それぞれの満足の決 断ができることが私達の願いです。</p> <ul style="list-style-type: none">▶ 意思決定の支援ツール▶ オタワ個人意思決定ガイド▶ 意思決定を助ける医療専門職▶ 意思決定関連の学会紹介▶ オコーナー先生の講演内容▶ リンク

Copyrights St. Luke's College of Nursing. All Rights Reserved.

聖路加看護大学 看護実践開発研究センター 有森 直子

ナレーション: または、

聖路加看護大学 有森科研ポータルサイトでも詳細を確認することができます。

オタワ個人意思決定ガイド

健康・社会上の意思決定向け

オタワ個人意思決定ガイドは、難しい決断を迫られている人のためのガイドです。このガイドは、個人のニーズを確かめ、次のステップを計画し、進み具合を把握し、意思決定に関わる人たちに自分の考えを伝える際の手助けをします。ここで身につけた能力は、今後の意思決定の時にも役立ちます。

このガイドは次の5つのステップからなっています。

1. 意思決定を明確にする。
2. 意思決定における自分の役割を特定する。
3. 自分の意思決定のニーズを見極める。
4. 選択肢を比較検討する。
5. 次のステップを計画する。

このガイドを複数回使用して、意思決定の進み具合をみることができます。初めてこのガイドを使用する時は第一欄に回答を書き込み、次回は第二欄に書き込んで下さい。

1. 意思決定を明確にする。

あなたが下すべき決定は何ですか。

なぜ決定しなければならないのですか。

いつ決定しなければならないのですか。 日付 _____

決定までどのくらい進んでいますか。(該当するボックスに印をつけてください)

- a. 選択肢についてまだ何も考えていない。
- b. 選択肢について考えている最中である。
- c. もう少しで選択肢を選ぶところまできている。
- d. すでに選び終わっている。

初回 日付： 年 月 日	変更 日付： 年 月 日
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

具体的に特定の選択肢に傾いていますか。
そうであれば、それはどれですか。
具体的に書いて下さい。

はい <input type="checkbox"/> いいえ <input type="checkbox"/>	はい <input type="checkbox"/> いいえ <input type="checkbox"/>
--	--

2. 意思決定における自分の役割を特定する。

(該当するボックスに印をつけてください)

- a. 自分自身で、あるいは他の人の意見を検討した後に決定したい。
- b. _____と一緒に決定したい。
- c. 誰か他の人に決定してもらいたい。
具体的には _____

初回 日付： 年 月 日	変更 日付： 年 月 日
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ナレーション: このポータルサイトでは、ガイド資料や、医療従事者向けのワークシートをダウンロードすることができますので、ご活用ください。

オタワ個人意思決定ガイド

健康・社会上の意思決定向け

3. 自分の意思決定のニーズを見極める。

次の4領域で自信を持てれば、よりよい意思決定ができます：1. すべての選択肢を知っている、2. 自分にとって何が重要であるかがはっきりしている、3. 意思決定において他の人から十分な手助けを受けている、4. 最善の選択ができるという自信がある。

下記の質問によって、その4領域でのあなたの自信の程度がわかります。該当する回答に○をつけ、各欄に日付を記入して下さい。

領域		初回 日付： 年 月 日	変更 日付： 年 月 日
何を知っているのか	意思決定にあたって、自分が置かれている状況に関する情報を十分得ていますか。	はい いいえ わからない	はい いいえ わからない
	自分にはどの選択肢があるか知っていますか。	はい いいえ わからない	はい いいえ わからない
	各選択肢の長所を知っていますか。	はい いいえ わからない	はい いいえ わからない
	各選択肢の短所を知っていますか。	はい いいえ わからない	はい いいえ わからない
自分にとって何が重要か	どの長所が自分にとって最も重要かがはっきりしていますか。	はい いいえ わからない	はい いいえ わからない
	どの短所が自分にとって最も重要かがはっきりしていますか。	はい いいえ わからない	はい いいえ わからない
他人の手助け	選択するにあたって、他の人から十分な手助けを受けていますか。	はい いいえ わからない	はい いいえ わからない
	他の人からプレッシャーを受けずに選んでいますか。	はい いいえ わからない	はい いいえ わからない
	選択するにあたって、十分なアドバイスを受けていますか。	はい いいえ わからない	はい いいえ わからない
自信の程度	自分にとって何が最善の選択であるかがはっきりしていますか。	はい いいえ わからない	はい いいえ わからない
	何を選ぶべきかがはっきりしていますか。	はい いいえ わからない	はい いいえ わからない

Decisional Conflict Scale ©1999 A. O'Connor

1つの領域内の質問に対してすべて「はい」と回答していれば、自信があることを表しています。1つの領域内で「いいえ」や「わからない」の回答が多ければ、意思決定に時間がかかったり、選択に迷ったり、自分が行った選択を後悔したり満足しなかったりする可能性が高くなります。このような理由から、ステップ4と5に進んで、各領域における自信の度合いを高めることが重要です。

このポータルサイトでは、ガイド資料や、医療従事者向けのワークシートをダウンロードすることができますので、ご活用ください。