

**JAMI**  
**MI 実践 2DAY ワークショップ**  
**アジェンダ (予定。一部変更する場合があります)**

	1 日目	配布資料
10:00 - 10:10	挨拶と紹介	
10:10 - 10:40	<b>全体グループ:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• MI とともに私がいるべき場所は？(やりたいことリスト)</li> <li>• デモビデオ(動機づけとは何か)</li> <li>• 実践の指針になるメタファーを探してみよう: <ul style="list-style-type: none"> <li>- グループの参加者からアイデアを引き出す.</li> <li>- 二人組みになりメタファーを活性化させる経験的エクササイズ(結び目エクササイズ)</li> </ul> </li> <li>• 基本概念 – MI の定義, 間違い指摘反射、MI のスピリット (間違い指摘反射抵抗エクササイズ)</li> </ul>	間違い指摘反射抵抗エクササイズ
10:40 - 10:45	休憩	
10:45 - 12:00	<b>全体グループ:</b> 4 つのプロセス (MI を俯瞰して見る) <ul style="list-style-type: none"> <li>• 全体像 (配布資料を見直す)</li> <li>• 4 つのプロセスがどう実践をガイドするのか?</li> </ul> 基本的なスキルのあらし(OARS-I) <ul style="list-style-type: none"> <li>• これはなにか?</li> <li>• これが 4 つのプロセスにどうマッチするか?</li> </ul>	4 つのプロセスの配布資料
12:00 - 1:00	昼食	
1:00 - 2:40	<b>小グループ</b> OARS-I (それぞれ一つずつ): <ul style="list-style-type: none"> <li>• パワフルな開かれた質問エクササイズ</li> <li>• 是認エクササイズ</li> <li>• 聞き返しエクササイズ</li> <li>• サマライズ(復習; ワークショップの後半で二人組エクササイズ)</li> <li>• 情報提供/アドバイス("確認-ひとかたまり-確認"エクササイズ)</li> </ul>	それぞれのエクササイズに一つの配布資料
2:40 - 2:55	休憩	

<p><b>2:55 - 3:10</b></p>	<p>他のツールについての簡単なまとめ:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 決断バランス</li> <li>• カード並べ替え(是認と価値)</li> </ul>	
<p><b>3:10 - 3:55</b></p>	<p>全体グループ:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• OARS-I を統合的に使いながら双方向的デモンストレーション: <ul style="list-style-type: none"> <li>- グループ ロールプレイ/シナリオを設定した"金魚鉢練習"(OARS をチェックしながら行う)</li> </ul> </li> </ul>	<p>グループ ロールプレイ 配布資料</p>
<p><b>3:55 - 4:15</b></p>	<p>小グループ:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 二人組でサマライズのエクササイズ(今日、学んだことの中で最も有意義なことと二日目に扱いたいことを二人の間で引き出すようにする - その内容を要約して用紙に記入する).</li> </ul>	<p>サマライズの エクササイズ 配布資料</p>
<p><b>4:15 - 4:30</b></p>	<p>振り返り, 質問セッション</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 二日目にやりたいことも記入したフィードバックカードを集める("開始, ストップ, 継続")</li> </ul>	

	Day 2	Handouts
<p><b>9:30 - 9:45</b></p>	<p>おかえりなさい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 一日目の復習、フィードバック、二日目の課題</li> </ul>	
<p><b>9:45 - 10:45</b></p>	<p>小グループ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 聞き返し練習でウォームアップ.</li> </ul> <p>全体グループ:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• チェンジトークと維持トークのあらし.</li> <li>• チェンジトークを認識するエクササイズ</li> </ul>	
<p><b>10:45 - 11:00</b></p>	<p>休憩</p>	
<p><b>11:00 - 12:00</b></p>	<p>小グループ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• チェンジトークを引き出すエクササイズ</li> <li>• 維持トークに対応するエクササイズ</li> </ul>	<p>それぞれの エクササイズ の</p>

		配布資料
12:00 - 1:00	昼食	
1:00 - 2:45	<b>全体グループ:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>難しいケースを取り上げ、このような場合に MI がどう使えるかを双方向的に話し合う.</li> <li>いくつかのケースを取り上げてロールプレイ</li> </ul>	
2:45 - 3:00	休憩	
3:00 - 3:30	<b>全体グループ:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>MI の習得に関する研究のまとめ</li> <li>MITI の紹介</li> </ul>	
3:30 - 4:10	<b>小グループ:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>二人組みになり、重要性和自信スケールを使って MI の学習を継続することへの動機づけを評価する</li> <li>時間があり、参加者の希望があれば MI 学習プランを充実させることをお互いでサポートする</li> </ul>	MI 学習プランの配布資料
4:10 - 4:30	<b>振り返り, 質問セッション</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>ワークショップ評価用紙の配布</li> </ul>	

**学習目標:**

- 動機づけ面接の原理とスキルのまとめ(第3版に基づく).
- MI がどのようなものかを実際に観察する(デモンストレーション)
- MI がどのように感じられるかを体験する(スキルの練習を含む)
- 難しいケースに関する双方向的なディスカッションに参加する
- 実践に組み込むために必要なフォローアップのステップとして何ができるかを話し合う