医療タイムス　2002年（平成14年）7月20日（土曜日）

「ユーモア」とコミュニケーション

北村　豊

患者さんとのコミュニケーションは、医療者と患者さんという上下的な構図や、多忙という時間的制約の中で、ともすれば無味乾燥で潤いの無い会話がかわされた結果、不十分な成果に終わることが懸念される。

専門家によれば、日々のコミュニケーションの八〇％以上は、無言のコミュニケーションであると言われている。すなわち、その場に漂う雰囲気や、会話は無くとも私達のちょっとした仕草や行動によって伝わるものがいかに大きいかを示しているといえよう。

しかし、外来のような限られた時間の中では、より良いコミュニケーションをとるには「ことば」が大切な意味を持ってくることは言うまでもないことではあるが、その中でもユーモアは大きな効果を発揮してくれることが多い。

笑いやユーモアが健康に良いということは、古くから経験的にいわれてきたことであるが、最近では、免疫学的にもその事実が証明されつつある。臨床のコミュニケーションにおいても、それらがカードのトランプ（切り札）のような絶大な効果を発揮してくれることはよく経験するところである。

しかし、この両者の「トランプ」には大きな違いがあり、カードでは、相手を窮地に立たせ、自分が優位に立つ効果がある。一方、ユーモアの「トランプ」は自己開示と思いやりを示す表現方法であり、このカードが出されると上下関係を忘れて緊張が緩和され、その「場」になごやかな雰囲気が漂い、お互いの距離が近くなるのを感じる。

コミュニケーションは、「対面通行」であることが重要で、その目的地は、お互いの心の中にあるとも言えよう。「一方通行」では、コミュニケーションは成り立たない。

すなわち、コミュニケーションとは、お互いの共同作業によって成り立つものであり、その結果が不十分であるとすれば、その担い手である両者に責任があるのではないだろうか。

日本では、沈黙は金、出る杭は打たれる、などの諺があるように、上下関係や、弱者・強者の構図のもとでは、不十分なコミュニケーションに終わることも多いと考えられる。

医者と患者さんのコミュニケーションも多分にその傾向があるのではないだろうか。十分とはいかないまでも、より良好なコミュニケーションを図るには、強者である医者がいたわりの心を持った優れた「司会者」でもあることが求められる。

寄り道をし、道草を食いながら不器用に人生を歩んできた私だが、これからの残り少ないかもしれない人生を心豊かに送るためにも、ユーモアのセンスを磨いて持ち続け、自分の心に誠実に生きてゆきたいと願っている。

（新生病院歯科口腔外科医長）