

## (7) 情報提供

具体的な支援の一つとして、相談者が必要とする情報を適切に提供することが挙げられます。情報を提供することで相談者の問題解決志向が高まります。

また、自らが問題解決のプロセスに主体的に関わることができます。適切な情報を提供するためには、支援者は常日頃から地域の関連機関の最新の情報を確認しておく必要があり、リーフレット等のように活用できる媒体を常に揃えておくようにします。



## (8) 家族等への働きかけ

家族や周囲に安心を与え、信頼関係を構築し、さらに支援への協力体制を構築することが大切です。

### ○家族・周囲の者に安心を与える

家族やその周囲は本人の心理状態や困難さに直面して悩みを抱えていたり、心理的に動揺している場合が多いため、支援者は家族やその周囲に安心を与えることが大切です。具体的には、温かみのある、そしてゆっくりと落ちついた対応を心がけるとよいでしょう。家族やその周囲が本人と一緒に相談に訪れている場合には、これまでの経緯や相談内容、地域で活用可能な社会資源、支援の方針等について適切に情報提供

しましょう。

#### ○家族からの情報収集

家族から本人に関する情報を収集して、経緯を確認しましょう。

#### ○家族・周囲が抱く悩みの受容

家族・周囲も悩みを感じている場合も多く、家族自身の悩みにも焦点を当てるとよいでしょう。また、これまで支援してきた家族やその周囲へ承認、ねぎらいの言葉をかけましょう。

#### ○本人に対する支援の要請

家族やその周囲と協力体制を構築できるように支援を要請します。

#### ○本人と家族・周囲の者の両者に対して中立的立場が原則

家族や周囲と本人の間に意見の相違がある場合には、しばしば対立的になってしまう場合があります。支援者は対立する問題に対して、中立的立場から両者の相互理解につながるよう働きかけを行います。

### (9) 支援の継続

上記のような支援を提供した後、実際に適切に支援に繋がれたかどうかを確認する必要があります。関係機関が複数関与する場合には、支援全体をコーディネートしマネジメントする責任者を決めます。そして、関連機関ごとにどのような支援を提供したかをフィードバックし合い、更なる支援計画を立てるようにします。

支援する上では、「自殺しない」約束をすることが大切であるといわれています。「自殺しない」という約束を行えない人は、現在の状態では未だ問題解決に至っていないリスクが高いと捉えるべきです。しかし、「自殺しない」と約束をした人の全てのリスクが減じたわけではないことも心に留めておく必要があります。

## Step4.9 支援の継続

- 支援の継続性
  - 支援の計画が適切に実行されたか
  - 障壁はないか
  - 計画の修正やあらたな計画の必要性はないか
- コーディネートの必要性
  - 他機関の支援による全体計画の修正等
  - 支援の優先順位等
  - 各機関への支援の進行状況のフィードバック

- 1) 岡田佳詠、田島美幸、中村聡美：第2章 職場復帰のための集団認知行動療法 2-h 第7セッション 自分を伝え相手の気持ちを知ろう～アサーショントレーニング～。（監修 秋山剛、大野裕）さあ！はじめよう うつ病の集団認知行動療法。医学映像教育センター，東京，pp76-81，2008
- 2) 大塚耕太郎：5. 社会資源活用のための連携。自殺予防の基本戦略 専門医のための精神科臨床リユミエール 29, 148-157, 中山書店, 2011

監修・作成：大塚耕太郎（岩手医科大学医学部災害・地域精神医学講座/神経精神科学講座）  
田島美幸（慶應義塾大学医学部ストレス・マネジメント室）

