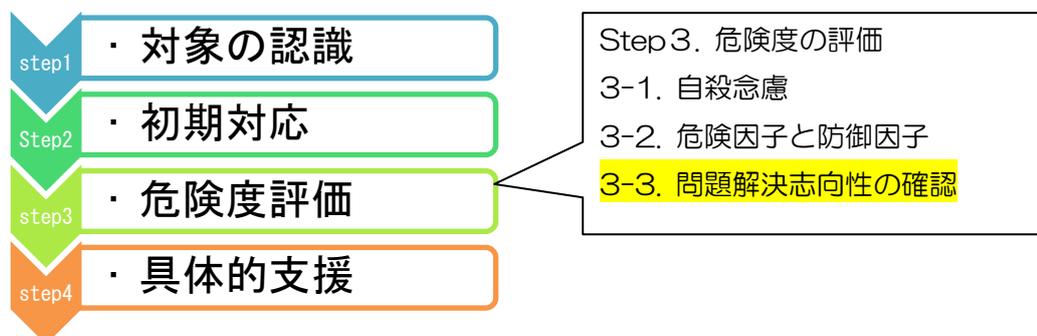


### Step3. 危険度の評価 3-3. 危険因子と防御因子

## 演習；危険度の評価：問題解決志向性



演習の目的	本人の問題解決志向性を踏まえて、現在の自殺の危険度を判断できるようになります。
演習の進め方	(危険度の評価：危険因子と防御因子) の続き 30 歳男性の事例を読み、この男性の問題解決志向性を評価しましょう。また、危険因子と防御因子も合わせて検討し、自殺の危険度を評価しましょう。わからない時には、ペアになった人同士相談し合いながらすすめましょう。
ポイント	自殺念慮が出現している状態では、「もう自殺しか解決の手段はない」と考えています。そのような気持ちが強固であるかどうかを確認することが大切です。

Step4. 具体的支援 4-2. 質問

## 演習：質問のロールプレイング



Step4. 具体的支援：適切な問題解決の選択

4-1. 支援の表明

4-2. 質問

4-3. 問題解決

4-4. 適切な伝え方（提案）

4-5. 安全性の確保

4-6. 連携

4-7. 情報提供

4-8. 家族等への働きかけ

4-9. 支援の継続

演習の目的	場面に合わせて、いろいろな質問の形式を使いこなせるようになりましよう。
演習の進め方	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 3名でグループを作ります（初めて会う参加者どうしがグループになる場合には、簡単に自己紹介をし合います）</li> <li>② 「話し役」「聞き役」「オブザーバー役」を決めます。</li> <li>③ 「資料；質問の形式チェックリスト」を用いて、「話し役」は「これからやってみたいこと」について話します。「聞き役」は色々な質問を上手に使い分けながら、話し役の話を引き出して聴いていきます。「オブザーバー役」は会話の中で出てきた質問の形式について、それぞれの出現数をチェックしていきます。</li> <li>④ ロールプレイング終了後、お互いにフィードバックし合います。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・どのような質問の形式が使われていましたか？</li> </ul> </li> </ol>
ポイント	<p>質問には以下の形式があります。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ Open（開かれた質問）⇔Close（閉じられた質問）</li> <li>・ Future（前向きな質問）⇔Past（後ろ向きな質問）</li> <li>・ positive（肯定型でおわる質問）⇔negative（否定型でおわる質問）</li> <li>・ 意見の表明（私は〇〇を知りたい）の有無</li> </ul>

資料 質問の形式チェックリスト

会話の中に質問の形式が出現する度に、その質問形式に着目して出現数をチェックしていきます。

質問形式	出現回数	出現回数	出現回数
開かれた・閉じた	Open (開かれた)	Close (閉じた)	
過去・未来	Future (未来)	Past (過去)	
肯定・否定	Positive (肯定)	Negative (否定)	
意見の表明 (例；私は〇〇を知りたい)	有		

Step4. 具体的支援 4-3. 問題解決

## 演習：問題の明確化



- Step4. 具体的支援：適切な問題解決の選択
- 4-1. 支援の表明
  - 4-2. 質問
  - 4-3. 問題解決
  - 4-4. 適切な伝え方（提案）
  - 4-5. 安全性の確保
  - 4-6. 連携
  - 4-7. 情報提供
  - 4-8. 家族等への働きかけ
  - 4-9. 支援の継続

演習の目的	問題を整理し、扱うべき問題を明らかにする方法を学びます（問題の明確化）。
演習の進め方	<p>① シナリオテキストの事例の困っている問題、抱えている問題を 「資料 問題解決リスト」の「①問題の整理」の欄に書き出してみましよう。シナリオテキストはゲートキーパー研修用テキストのシナリオテキストの事例や地域の事例を活用してください。</p> <p>② 今回 取り扱う問題を書き出してみましよう。</p> <p>③ いくつもの問題を抱えている場合にも、取り扱う問題を1つに絞りこみます（扱う問題の抽出）。「資料 問題解決リスト」の「②問題の明確化」の欄に書き出してみましよう。</p>
ポイント	<p>➤ 漠然とした問題が挙がっている場合には、現実的に問題解決に向けて検討していけるように問題を具体化していきます。</p> <p>【課題設定のコツ】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>× 他人の変化を望んでいる → ○ 自分で変えていける課題</li> <li>× 非現実的な課題 → ○ 現実的で具体的な課題</li> <li>× 自分にとってあまり重要でない内容 → ○ 優先度の高い内容</li> </ul>

**資 料** 問題解決リスト

<p>①問題の整理</p> <p>*困っている問題、抱えている問題を書き出してみましよう</p>		
<p>②問題の明確化</p> <p>*今回取り扱う問題を書き出してみましよう *具体的にはどんな問題が起きていますか？</p>		
<p>③解決策の案出 (ブレインストーミング)</p> <p>*考えられる解決策を書き出してみましよう</p> <p>*ブレインストーミングのコツ</p> <p>1) 数の法則 たくさんアイデアを出しましよう</p> <p>2) 判断延期の法則 こんなアイデアでは駄目だと決めつけないで</p> <p>3) 戦略と戦術 大きな目標と小さな目標を立てましよう</p>		
<p>④解決策の評価</p> <p>*長所と短所を書き出しましよう *役立ち度、簡単さ、スピードを0～10点で評価しましよう</p>	長所・短所	役立ち度・簡単さ・スピード (各0～10点)
<p>④ 決策の決定</p> <p>*うまくいきそうな方法、実行できそうな方法の一つを選びましよう。</p>		