

Step4. 具体的支援 4-4. 適切な伝え方（提案）

演習：アサーション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	自己表現の3つのパターン（攻撃的、非主張的、アサーティブ）を比較するために、ロールプレイングを行います。
演習の進め方	<ul style="list-style-type: none"> ① 隣どうしてペアになります（初めて会う参加者どうしがペアになる場合には、簡単に自己紹介をし合います）。 ② 「喫茶店でコーヒーを注文しました。店員は運んできたコーヒーをズボンにこぼしてしまいました。」という状況でロールプレイングします。 ③ 店員役、お客さん役を決めます。 ④ お客さん役を演じる人は、「洋服が汚れてしまって困ること」などを攻撃的に表現します。 ⑤ 店員役を演じた人に攻撃的に表現された際の感想を尋ねます。また、お客さん役を演じた人にも攻撃的に演じた際の感想を尋ねます。 ⑥ 同様に「非主張的な自己表現」「アサーティブな自己表現」でそれぞれロールプレイングを行います。
ポイント	<p>アサーティブに伝える方法として、「みかんでいいな」を活用しましょう。</p> <p><u>み</u>たこと（客観的な状況）</p> <p><u>か</u>んじたこと（主観的なこと：相手の言動に対する自分の考えや気分）</p> <p><u>て</u>いあ^んする（提案：相手に望む具体的な行動の提案）</p> <p><u>い</u>な（可否をたずねる：他の選択肢を再提案）</p>

Step4. 具体的支援 4-5. 安全性の確保

演習：安全性の確保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	自殺の危険性を察知し、適切な対処方法を学びます。
演習の進め方	① 隣どうしてペアになります（初めて会う参加者どうしがペアになる場合には、簡単に自己紹介をします）。 ② 下記図（自殺の手段や危険性のある状態の例をいくつか示す）を見ながら、危険性とその対処方法は何かを話し合い、書き出します。
ポイント	自殺が起こりうる危険性を早期に発見し、適切な対処方法を学ぶ機会を提供します。

自殺の危険性のある人がひとりで部屋にいます。
以下はどのように危険ですか？

危険な理由と対処をあげてください



演習では自殺の手段や危険性のある状態の例をあげてください

演習では自殺の手段や危険性のある状態の例をあげてください

演習では自殺の手段や危険性のある状態の例をあげてください

演習では自殺の手段や危険性のある状態の例をあげてください

Step4. 具体的支援 4-6. 連携

演習：情報提供および連携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	地域の相談機関と連携し、相談者を確実に支援に繋げるためのロールプレイングを行います。
演習の進め方	<p>① 隣どうしでペアになります（初めて会う参加者どうしがペアになる場合には、簡単に自己紹介をし合います）。</p> <p>② 相談者役、聞き役を決めます。</p> <p>③ 相談者：70代のおばあさん。 息子が消費者金融に借金をしており、その相談をしたいと思って市役所に来ました。 聞き役：市役所役員 2階の福祉課で相談を受けたあなたは、コミュニケーションスキルを活かしながら、相手が別棟にある「消費生活相談の窓口」に確実にいけるように支援してください。</p>
ポイント	相談者のニーズに合わせて、支援を提供することが大切です。相談先へ一緒に連れて行く、相談先へ電話をして今から相談者が向かうことを伝える等の直接的な支援が必要な場合もあります。また、アクセス方法（交通手段、経費、地図等）、金額（相談費用の有無等）、相談内容、相談後のフォローアップ等の情報を提供する間接的な支援でよい場合もあります。相談者を必要な支援に繋げることができるようになりますようにしましょう。

Step4. 具体的支援 4-7. 情報提供

演習：情報提供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	地域の社会資源を知り、相談者に的確に情報を伝えるためのロールプレイングを行います。
演習の進め方	<ul style="list-style-type: none"> ① 隣どうしでペアになります（初めて会う参加者どうしがペアになる場合には、簡単に自己紹介をし合います）。 ② 支援者役、相談者役を決めます。 ③ 支援者は地域の相談機関や相談方法が書かれたリーフレットを用いて、相談者の悩みに応じた相談機関に関する情報を提供します。 ④ ロールプレイング後、支援者の情報提供の仕方が分かりやすかったかどうかをフィードバックします。
ポイント	相談者のニーズに合わせて、情報（相談機関、問い合わせ先、問い合わせ方法等）を提供することが大切です。地域で作成したリーフレットをロールプレイングに用いることで、支援者自身が改めて相談機関に関する情報を確認し直すこともできます。

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）

