

# 自殺未遂者への対応の基本とカードの使い方

自殺念慮を確認することは、自殺未遂者のケアで最も重要なことの一つです！

## ◆ TALK(トーク)の原則 ◆

… 自殺したいという思いに傾いている人や自殺の危険の高い人への対応

Tell	・ 誠実な態度で話かける 「死にたいと思うほど、辛かったんですね。」
Ask	・ 自殺について、はっきりと尋ねる 「いつどのように実行するか考えていますか？」
Listen	・ 相手の訴えや絶望的な気持ちを傾聴する 「話せる範囲でいいので、ご事情を話していただけませんか？」
Keep Safe	・ 危ないと思ったら、その人を決して一人にしない 安全を確保した上で、必要な処置を行います

## ◆ 専門機関へのつなぎ

… 専門相談・支援機関は自殺未遂者にとって、保護因子となり、再企図のリスクを下げる方向に働きます。ご本人やご家族と相談し、丁寧につなげることが重要です。

しかし、忙しい救急搬送、救急医療等の現場では、以下のような状況も…

- 本人の気持ちを確かめられないまま処置が終わってしまった
- 誰に相談したらよいかわからない
- 自殺未遂者や家族も気になるが、次の処置に追われ、なかなか聞き出せない



**そんなときは、声をかけながら相談窓口カードを手渡してください。**

(表)



(裏)



～声かけの例～

- 「もし話しにくいことがあれば、ここに相談してみたいかがありますか？」
- 「苦しい気持ちや辛い気持ちを聴いてくれる窓口がありますよ」

渡すことだけでも、混乱しているご本人やご家族にとっての支援になります！

