

年 月 日  
認定 NPO 法人  
国際ビフレンダーズ  
大阪自殺防止センター 御中

担当部署名

〇〇講演会、〇〇研修会 研修講師（依頼）

日頃から、〇〇にご理解、ご協力いただき誠に有難うございます。

このたび、〇〇対象に、標記講座を開催する運びとなりました。

氏を講師として派遣していただきますようお願い申し上げます。

なお、当日配布の資料等ありましたら、 月 日までに、担当者〇〇まで郵送、  
もしくはメール添付にて送信いただきますようお願い申し上げます。

- 1 日時： 年 (R 年) 月 日
- 2 場所：
- 3 内容： 貴団体の活動及び自殺の現状、課題、自殺念慮のある方への対応の仕方等  
(研修でロールプレイを取り入れる場合はその旨ご連絡ください)
- 4 受講者：〇〇職員等 約〇〇名
- 5 問い合わせ先

団体名

住所

TEL

FAX

E-mail

## 【講師派遣】

自殺防止センターの活動内容の紹介や自殺防止対策、自殺防止相談員研修の講師派遣をします。

講師依頼書に必要事項を記載し、FAXにてご送信ください。(FAX 06-6260-2157)

ご希望の日程に合わせられるよう日程調整をして、追ってこちらから連絡させていただきます。

講師料等は大阪自殺防止センターの活動費用として活用させていただきます。講演内容、講師料はご相談に応じます。

講師：自殺防止センタースタッフ（自殺防止対策、現状、死にたいほどの苦しみを訴える人からの相談の受け方、大阪自殺防止センターの活動内容など）

相談員研修は当センターの養成講座の内容の一部をアレンジして行います。主にロールプレイをとり入れた体験実習を中心に研修を行います。特に「気持ちを聴く」ことに主眼を置いています。

様々な具体解決策を提示することも必要ですが、死にたいほどの気持ちを抱えてられる方はまず、死にたいほどに辛く、苦しくなっているその「気持ち」を受け止め、理解し、寄り添ってほしいと思われてられる方が多いです。まず、孤独感、絶望感を和らげることから信頼関係ができ、その後の必要な手続きや、具体策に繋がれると考えます。体験研修では、このことを体感していただくことに努めます。（自殺防止ゲートキーパーとして大切なスキルです）

その他ご要望があれば講師依頼書にご記載下さい。

**自殺防止センターの相談の特徴は、相談員の方から「自殺の問い」をすることです。**

「自殺の問い」とは、こちらから「死にたいと思われてませんか？」「自殺を考えてられません

か？」という具体的な言葉で質問をすることです。「死にたい」「自殺」の言葉にしっかり向き合うことです。

WHOによる「自殺予防の手引き」に

①自殺について語る人は滅多に自殺しない。――― 誤解

自殺する人は普通前もって何らかのサインを発している。自殺をするとほのめかすような

場合は真剣に受け止めるべきである。

②自殺について質問すると、かえって自殺行動を引き起こしてしまう。――誤解  
自殺について質問するとしばしばその感情に伴う不安感が和らいでいく。相談者は安心し、  
理解されたと感じる。  
と記載されています。

このことを踏まえ、死にたい気持ちのある方にどのように話を聴くのかをロールプレイで  
研修します。