

2024.10.09

# オンライン講座

精神医学（各論）\_9\_自傷・自死\_5



もりさわメンタルクリニック

# 自殺の危険性が高い患者への対応②

- ・選択肢を入念に調べる。（こうなったらこうなると一緒に選択肢を検討する。共同作業に持ち込む。）
- ・生きた場合の生活をイメージできるか、別の可能性を開けるか試みる（それほど悪くない、少なくとも死ぬよりましな、今後の生活をイメージできるか）
- ・具体的な解決策をつくる（具体的な解決策がありそうな問題ならば）
- ・切迫している時は、危機介入の方法を検討する。（警察に通報するか、精神科に紹介するか、入院が必要か）
- ・一人で抱え込まない（自分自身も相談相手を見つけておく）

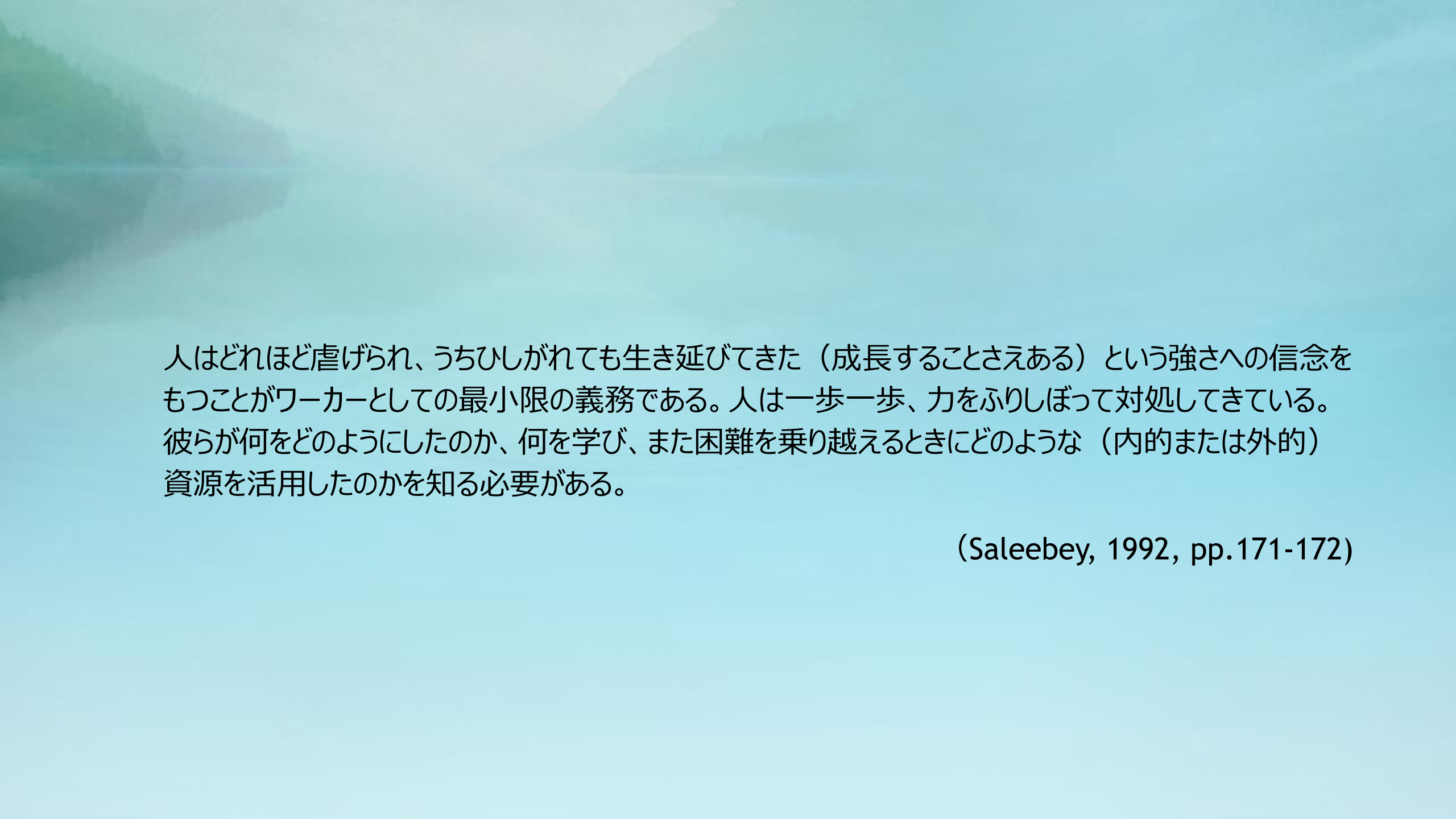
# コーピングトーク（対処行動の対話）

（『解決のための面接技法』ピーター・ディヤング／インスー・キムバーグ著 より一部改変して抜粋）

初心の臨床家はほとんどの場合、自殺すると話すクライアントには薬物療法や入院のような思い切った解決が必要だと信じる。そういう場合もあるだろうが、このような手段を勧める前に、クライアントとコーピング（対処）の対話をするべきである。

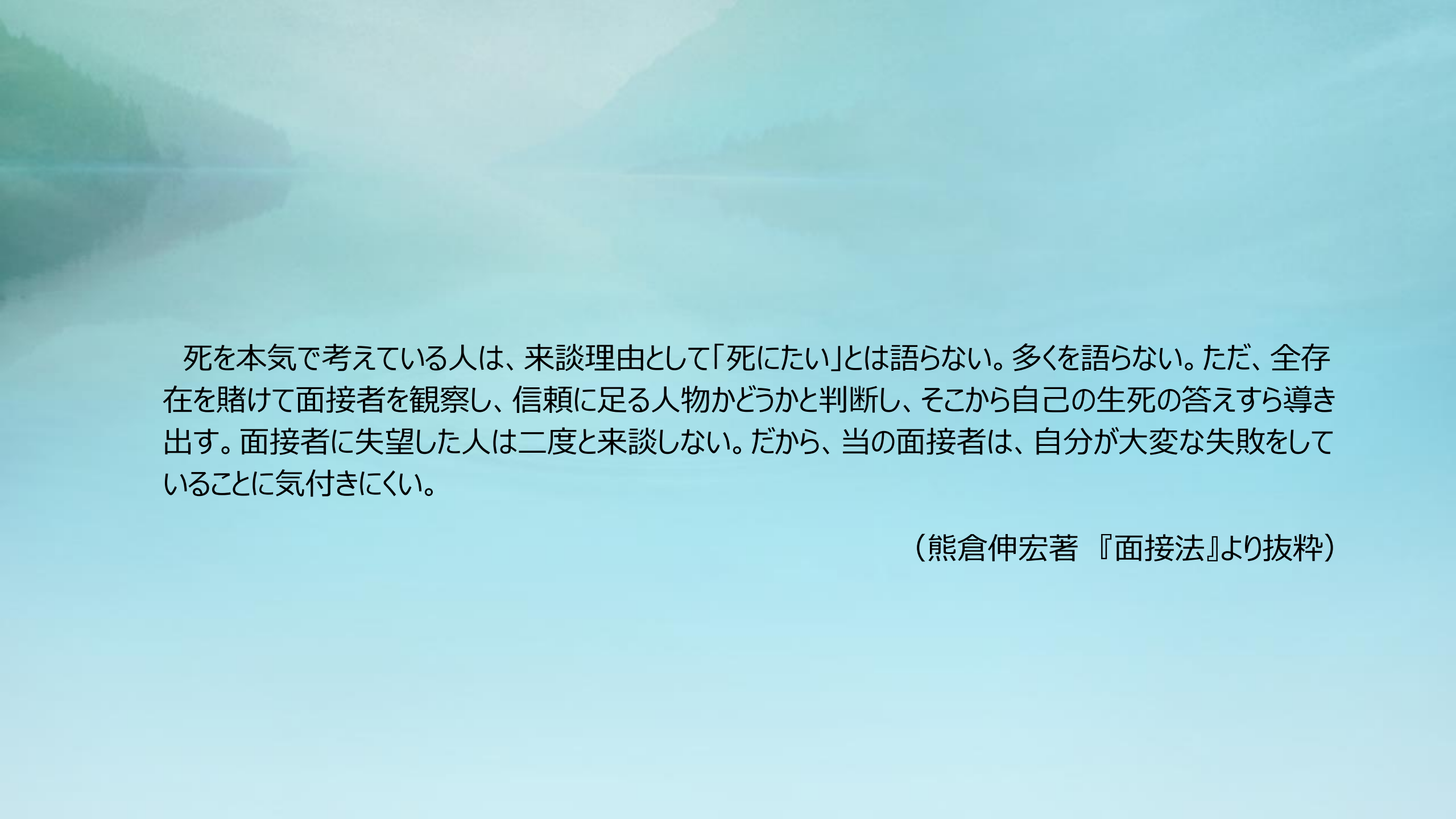
（1）例外に関していつもとどのように違っていたのか詳しく尋ねる。（2）これまでのひどい日とクライアントの対処のしかたについて尋ねる。（3）今すぐ自殺をすることは愚かなことであると思わせた彼（彼女）のなかの何かについて尋ねる。

- ・「どうやって今朝ベッドから出ましたか」
- ・「ここに来るまでどのようにして生き延びたのですか」
- ・「どのくらいの頻度でそんなことを考えるのですか」
- ・「こんなに長い間どうやって切り抜けてきたのですか」
- ・「どうやってもっと悪くならずにすんでいるのですか」

A misty, teal-toned landscape with mountains and a lake. The scene is hazy and atmospheric, with soft light filtering through the mist. The mountains are in the background, and a calm body of water reflects the surrounding environment. The overall mood is serene and contemplative.

人はどれほど虐げられ、うちひしがれても生き延びてきた（成長することさえある）という強さへの信念をもつことがワーカーとしての最小限の義務である。人は一步一步、力をふりしぼって対処してきている。彼らが何をどのようにしたのか、何を学び、また困難を乗り越えるときにどのような（内的または外的）資源を活用したのかを知る必要がある。

(Saleebey, 1992, pp.171-172)

A misty, teal-toned landscape with mountains and a lake. The scene is hazy and atmospheric, with soft light filtering through the mist. The mountains are in the background, and a calm body of water reflects the surrounding environment. The overall mood is serene and contemplative.

死を本気で考えている人は、来談理由として「死にたい」とは語らない。多くを語らない。ただ、全存在を賭けて面接者を観察し、信頼に足る人物かどうかと判断し、そこから自己の生死の答えすら導き出す。面接者に失望した人は二度と来談しない。だから、当の面接者は、自分が大変な失敗をしていることに気付きにくい。

(熊倉伸宏著 『面接法』より抜粋)