

質 問	回 答
<p>「TALKの原則」と本日のレクチャーとの関連があれば教えてください。</p>	<p>ミニレクチャーでお話した内容とTALKの原則は直接的な関係はありませんが、内容的には矛盾しないものだと考えています。実践場面ではどちらを使っても、また併用して頂いても特に問題ないと思います。</p>
<p>・学校内で情報を共有するのはOKでも、親に言うのはダメと言う子どもがいます。どう対応するとよいでしょうか。 ・死にたい気持ちを親御さんに伝えてはいけないケースはありますか。</p>	<p>最終的には親御さんに言うべきですが、その前に「この人は私の言うことを真摯に受け止めてくれる」「この人がしてくれた対策で事態がいい方向に進んだ」などと児に感じてもらい、児の信頼を得る必要があります。</p> <p>この時点で児は「親に言ったら悪いことが起こる」もしくは少なくとも「いいことは起こらない」と予測しているから親に言わないでと頼んでいます。児が予想している「起こりそうな悪いこと」を聞き取り、親御さんに言うときにはそれが実現しないように配慮する必要があります。またそのような親子関係それ自体も希死念慮の一つの背景と言えるでしょうから、そのような親子関係を修正することも1つの介入(解決策)になっていきます。</p> <p>かなり専門的な対応になりますので、何とか専門家につなぐ許可までは児に取り付けて、うまく親に伝えるところまでは専門家に頼んでしまうのがよいかも知れません。逆に言えば、スクールカウンセラーや児童精神科医などの専門家はこのような対応ができなければならないと(個人的には)考えています。</p>
<p>子どもがリスタカットしているようだが、それを聞くことができないという保護者がいました。ストレートに聞いたほうがよいか、聞いたことでこじれると、隠すようになるのではないかと心配していました。</p>	<p>そこで迷っている親御さんは児への対応の覚悟が決まらず、逃げ腰あるいは自信がない状態と思われる。この場面で必要なのは専門的な知識などではなく、「どんな答えが返ってきても真正面から受け止める」という覚悟だけです。専門的な知識や対応は専門家に頼ればよく、親御さんはシンプルに「最後まで真正面から向き合う」という覚悟だけ持ってもらえばよいです。逆に言えば、専門家に頼ると決めればこの覚悟もできやすくなると思います。</p> <p>ミニレクチャーでお話したことを要約すると、解決すべきはリスクではなくトリガーや背景です。それをこの問題に当てはめて考えると、リスクについて聞くかどうかではなく、そこで迷っているような親子関係自体を見直す必要があります。覚悟を決めて対応すれば、その親子関係にも必ず変化が起きます。</p>
<p>・自殺リスクの重症度の評価について詳しく聞きたいです。 ・自殺への気持ちが高まっている時のサインはどのようなものか教えてほしいです。</p>	<p>自殺リスクを詳細に評価しようとすると、自殺の背景にある疾患(うつ病、統合失調症など)の重症度評価など、かなり専門的な内容になってしまいます。専門家でない方々には、ミニレクチャーの中でお伝えした、自殺企図と自傷行為の区別や、既遂率の高い方法などについての一般的な知識を覚えておいて頂くのが良いかと思います。最終的に重要なのは、今、危険が高まっているのかどうかのサインを逃さないように意識することになります。</p> <p>今、危険が高まっているサインとして、希死念慮を口にする(メール、ライン、SNS発信も)、自傷行為をする、自殺企図をする、死の準備をする(遺書、身辺整理など)、ふさぎ込んでいる、落ち込んでいる、様子や態度がいつもと違う、焦燥感(異様に落ち着きがない、そわそわしている)、イライラしている、トラブルを頻回に起こす、支離滅裂なことを言う、意味不明な言動、など様々なものがあります。</p>
<p>医療機関につなぐ場合、つなぐ先について教えてください。</p>	<p>専門医療機関としては県HPで、発達障害の診療等を行っている医療機関 (https://www.pref.niigata.lg.jp/sec/shougaifukushi/1356781309174.html)や、精神疾患別の医療機能一覧(https://www.pref.niigata.lg.jp/sec/shougaifukushi/iryoukinouitiran.html)で児童・思春期精神疾患に対応できる医療機関を紹介しています。それぞれの医療機関で予約方法が異なりますが、ひとまず電話すればどのように予約すればよいか教えてくれます。</p>
<p>地域で困った事例に対応するには、多職種連携を作るには、どうしたらいいでしょうか。誰が音頭をとれば良いでしょうか。</p>	<p>誰が音頭を取るべきという決まりはありませんが、そのケースについて最も多く情報を持っていて、危険性を最も認識している機関がイニシアチブを取らなければ、誰も気づかずそのままケースは埋もれてしまいます。専門機関がケースに関わっている場合には専門機関が音頭を取る場合も多いです。</p> <p>理想的には、子どものころに関わる職種の誰もが、多機関連携の音頭を取ることができる知識と経験を有している社会になっていければよいと考えています。にいがた子どものメンタルケア・ネットワーク事業も目指すところはそのような社会だと思っています。</p>

質 問	回 答
<p>親御さんは子どもを大切にしていると思っ ているのに、子どもはそう捉えていない、親子の 思いにギャップがある場合はどうしたらいいで しょうか。</p>	<p>少なくとも両者に認識のずれがありますので、コミュニケーションの不足は明らかです。恐らく親子 だけでコミュニケーションを増やせと指示してもうまくできない(できるならやっている)ので、間に入る 第三者が必要と思われます。その間に入るスキルを持っている対応者であれば、対応者が間 に入ってもらうのがよいと思いますし、そうでなければ専門家に対応をお願いするのがよいと思わ れます。スクールカウンセラーから親子セラピーをしてもらい、親子セラピーができるカウンセリン ググループや医療機関を紹介する、などの方法が考えられます。</p>
<p>親御さんが子どものために良かれと思ってい ても、そのかかわり方は良くないと思うことが あります。それを親御さんに気づいてもらうに はどうしたらよいか。</p>	<p>よくやる方法としては、親御さんの困り感を引き出して、親御さんの困っているポイントに絡めてこ ちらが修正したいポイントも提案してしまう、というのがあります。うまく絡められない場合には、少 し時間はかかりますが、ひとまず親御さんの困り感に関わるポイントを支援して信頼を得てから、 こちらが修正したいポイントをチャンスを見てさりげなく指摘する、という方法もあります。いずれに せよ親御さんから信頼されることが必要になってきます。</p>
<ul style="list-style-type: none"> ・本人、家族と関係を築く際の注意点を教え てほしいです。依存させてしまう可能性はな いのでしょうか。 ・本人、家族が外部とのつながりを拒否する 場合、つながるメリットを伝える他に何か方法 はありますか。 ・拒否された場合、どのようにつながっていけ ばよいでしょうか。 	<p>真摯に話を聞く、何かしら困りごとの進展があるように支援して信頼を得ましょう。信頼を得られな ければ本人も家族もこちらの修正指示には応じてくれません。逆に、得られた信頼が多ければ 大きな修正にも応じてくれるようになります。依存させないためには、あくまで職務として関わって いるという態度は崩さない方がよいです。具体的には、個人の連絡先を教えない、時間外は対応 しない、個人的な感情は言わない、などです。それでも十分信頼を得ることはできます。</p> <p>医療機関であれば、特別児童扶養手当など、つながる具体的なメリット(お金)がある場合があり ます。また、拒否の原因(人混みがいや、待つのがいや、男性がいやなど)を特定して、それを避 けられるように配慮することで拒否が弱まる場合もあります。対応者を変える、対応機関を変える 、なども手です。</p>
<p>新潟県内でトラウマ治療のできる医療機関を 教えていただきたいです。</p>	<p>トラウマ治療技法(EMDRやTFTなど)の治療者は、各学会HPの治療者リストから見ることができます。 https://www.emdr.jp/ https://www.jatft.org/</p>
<p>子どもの自傷行為は生育歴、家庭環境等 様々な要因が複雑にかかわっているとは思 うが、傾向等があるのか知りたいです。「死にた い」思いを抱えている保護者もあり、子どもの 成長にどのような影響があるか知りたいで す。</p>	<p>傾向については、インターネット等に豊富に情報が 있습니다。自殺の危険因子、防御因子などの ワードで検索してみてください。</p> <p>希死念慮のある親の子は、そうでない子に比して希死念慮を持つ可能性が高いという研究結果 があります。個人的には、親が希死念慮を持つ児は他の児よりも、ずっと死を身近なものに感じ ていると思います。育ってきた環境の中で、選択肢として身近にある、というイメージです。</p>