

日本語版 Suicide Intervention Response Inventory

次の項目は、それぞれ別の相談場面での相談者と援助者の受け答えを表しています。各受け答えは、相談者が直面している何らかの局面についての感情表現で始まります。そして相談者が述べたことに対して考えられうる、援助者による二つの受け答えが続きます。

相談者のコメントに対して、その受け答えがどのくらい適切、または不適切と思うか、援助者A、Bそれぞれの受け答えについて評価してください。そして-3（とても不適切な受け答え）から+3（とても適切な受け答え）のうち、もっとも当てはまる数字に○印をつけてください。それぞれの項目に答え、記入漏れのないようにしてください。

1) 相談者： 今晚電話したのは、自分に対して何かやってしまいそうな気がすごくなるからです。……実は自殺について考えていたんです。

援助者A： 自殺しそうだとおっしゃいますけど、本当のところは何について悩んでいるんですか。

援助者B： 自殺したいという気持ちについてもう少し話していただけますか。

2) 相談者： 全てが悪い方向へ向かっていて、その上、今は自分の健康状態も悪くなっています。私のことを気遣ってくれていた夫がいなくなって、この世の終わりが来たみたいです。

援助者A： あまりそのことを心配しないようにしてください。全てはうまくいきますよ。

援助者B： それはさぞ孤独を感じていらっしゃるのでしょうか。そして何が起こるのだろうか、怖くもあるのでしょうかね。

3) 相談者： だけど私の考えていることは、あまりにも恐ろしかったので……誰にも話すことなんてできなかったのです。

援助者A： 私には話しても大丈夫ですよ。私は専門家ですし、このようなことに対して客観的になれるように訓練されてきましたので。

援助者B： それでは、あなたは自分の考えていることがひどく恐ろしいことであるように思えるんですね。そしてあなたがそういうことを考えていると他の人が知ったら、ショックを受けるだろうと想像しているのですね。

4) 相談者： 私が味わってきた苦しさを誰にもわかってもらえないんだと思えて、ときどき自分をむしように傷つけたくなくて、それで手首を切ってしまうんです。

援助者A： あなたはひどく苦しんできたので、手首を切るのが苦しみを紛らわす唯一の方法であるように思うわけですね。

援助者B： でもあなたはそんなに若いのに、生きていて価値のあることがたくさんあるでしょうに。どうして自殺なんてことを思いつくんでしょうか？

5) 相談者： あなた何様ですか？ 医者ですか？ 私の気持ちがどうしてわかるんですか？ たぶん相当お気楽な暮らしをしてきたんでしょうね。

援助者A： では、私があなただけの気持ちをわかるのかどうか疑問に思われるわけですね。

援助者B： あなたは私に機会すら与えてくださらないのですか。私もかなり辛い人生を送ってきました。苦しい時期を経験してきたのはあなただけではないですよ。

- 6) 相談者： 妻が四年前に亡くなってから私は生きる意味を見失ってしまいました。子供たちは、今はもう成長し、結婚していて、私は会社を退職してしばらく経ちます。なんだか死んだ方がましなような気がするんです。
- 援助者A： でも、考えてみてください。奥様はあなたにどうしてほしいと思うのでしょうか。あなたに生産的な人生を送り続けてほしいと思うのではないのでしょうか、そうでしょうか？
- 援助者B： 奥様が亡くなった時にあなたの周りの全てが崩れてしまったようですね……しかし、最近何があったのですか。状況がさらに悪くなるようなことが、あなたが死ぬことでしか楽になれないと考えるようになるまでのことがあったのですか。
- 7) 相談者： とにかく助けが必要です……なんだか…… {声が消える：沈黙}
- 援助者A： なにが自分を苦しめているのか口にするのは大変なことですよ。
- 援助者B： 続けてください。私がここにいるのはあなたの話を聞くためです。
- 8) 相談者： 私の悩みもそんなふうにとまとめてもらえると、頭がちょっとすっきりしたような気分で、そんなにこわくないように思えてきます。
- 援助者A： でしょう。結局、よく考えてみると、状況はそこまで悪くもないですよ。まして自殺するほどのことでもないでしょう。
- 援助者B： 話してみることで、問題がいくらかははっきりしてくることがときどきありますよね。自殺したいというお気持ちがいかに危険なものだったか、あなたはもう気づいていらっしゃるって、だからこそ私に連絡をしてこられたのだらうと思います。
- 9) 相談者： あなたは私を助けてくれるはずだったのに、事態をさらに悪化させただけです。
- 援助者A： ごめんなさい。私はあなたを助けようとしていただけです。
- 援助者B： あなたは相当怒っておられるようですね。
- 10) 相談者： あなたに私を助けることなんてできるんですか。あなたは自殺したいと思ったことなんてあるんですか。
- 援助者A： 私があなたのことを理解して助けることができるのか、と心配なさっているのですね。
- 援助者B： もちろん。私は、自殺のことについて何回か考えたことがあります。しかし、私はいつでも、自分の問題に対して、より現実的な解決策を見つけてきました。
- 11) 相談者： 分からないのですが……妻との一部始終を考えるとひどくこたえます。
{すすり泣く} 私は一生懸命我慢して、泣かないようにしているんですけど……。
- 援助者A： あなたは、男性だから泣いてはいけないと考えているのですか？
- 援助者B： そんなに痛みを感じているのであれば、涙をこらえるのは不可能でしょうね。
- 12) 相談者： もう神も仏も信じられません。神や仏がいたらこんなことが私の身に起こるわけない。私は何も悪いことなんかしてないのに。
- 援助者A： ものごとが悪い方へ悪い方へ行っているのです、ご自分の身に起きたことに対して意味をみつけるのがむずかしいのですね。
- 援助者B： 神仏のはからいには私たちの理解を超えたところがあります。もしかしたら今は、神様や仏様を信じる

あなたのお気持ちが試されているときなのかもしれませんよ。

13) 相談者： どうして電話しているのか分かりません。私の家族は経済的に恵まれていますし、夫は法律家として成功していて、仕事があるにもかかわらず、多くの時間を私と過ごしてくれます。子どもたちだってとても良くやっています。学校の成績は良いですし、友達と色々と課外活動もしています。でも、私は何に対しても興味を持っていないように思えるんです。生きることがただ、退屈で……

援助者A： 身の回りのものごとがみんなあなたのいいように動いていることを考えると、問題はそんなに深刻なはずはありません。あなたのおかれている状況の肯定的な面にもっと目を向けるようにしてください。

援助者B： それでは、ある面では物事が順調なように見えても、人生がとても憂鬱なもののようにも思えるのですね。つまり、あるレベルではものごとは順調に行っているように見えるのに、理由はうまく言葉にできないにせよ人生がかなり憂うつに見えるということですね。

14) 相談者： もう電話を切らなくちゃいけない。母がすぐ帰ってくるんです。そちらに電話していたことを母には知られたくないものですから。

援助者A： わかりました。でも、死にたいというお気持ちが続くようなら、いつでもまた電話できることを忘れないでください。

援助者B： わかりました。でも、まず1つ約束してもらえませんか。電話して私と話すまでは決して自分を傷つけるようなことはしないでください。そんなことはしないとってもらえますか。

15) 相談者： 本当のところ、こんなふうを感じる人はたくさんいるのでしょうか。そんな恐ろしい、ばちあたりなことを考える人間は、私だけだと思っていました。

援助者A： そうではなく、精神的な病を患っている人がたくさんいるということです。でも、専門の医者が適切に治療すれば、患者さんのなかには治る人もいます。

援助者B： その通りです。自殺を考える人はあなただけではありません。また、他の人がそうだったのと同じように、あなたもこの危機的な状況を乗り越えるために援助を受けることができます。

16) 相談者： 私はとても孤独で、とても疲れています{泣く}。もうどうしようもないんです。

援助者A： あなたはとてもひとりぼっちで、とても惨めに感じているようですね。自殺をしたいと感じていたのではありますか？

援助者B： それはないでしょう。状況がそんなに悪いはずがありません。

17) 相談者： {電話越しに}ここで話すことは難しいです、まわりにこんなに多くの方がいますので……

援助者A： 私から質問したら、少しは話しやすくなるでしょうか。

援助者B： もっと気軽に話ができる時に掛けなおしてくれませんか？

18) 相談者： 今、首に包丁を突きつけています。助けてくれないなら、首を突き刺します！

援助者A： かなり動揺していらっしゃるようですね。

援助者B： まず包丁を置いてください。そうすれば話し合いをすることができます。

19) 相談者： ところでどうしてあなたが私の心配をしなくてはならないんですか？

援助者A： 私は人の心配をするように訓練を受けてきました。それが私の仕事なのです。

援助者B： あなたが亡くなったらそれはとても大きな損失になると思いますし、それから私は、あなたが自殺を考
えるほど状況がひどくなっていることが気にかかるんです。この危機的な時期を乗り越えるのに、あなたには助け
が必要です。

20) 相談者： 私は本当に父親を憎んでいるんです！父は私に一度も愛情を示してくれたことはありませんし、いつ
も完全に無視されています。

援助者A： あなたが最も必要としている時に父親がそばにいなかったことに対して、あなたはとても怒りを感じる
のでしょうかね。

援助者B： そのように感じる必要はありません。結局は、あなたの父親なのですし、いくらかの尊敬に値する人な
のです。

21) 相談者： 誰も、私が生きているのか死んでいるのかなんて気にしているとは思えません。

援助者A： あなたは相当孤独を感じているようですね。

援助者B： 何故あなたは、もう誰もあなたのことを気にかけていないと考えるのですか？

22) 相談者： 私は前に一度、ためしにセラピストのところに通ってみたのですが、あまり役にはたちませんでした
……今の私が何をやっても何も変わりはないのです。

援助者A： もっと物事の明るい面に目を向けてみてくださいよ！ 今の状況をよくするためにあなたにできること
がきっとあるはずでしょう？

援助者B： なるほどね。つまり、セラピストすら助けにならなかったということもあって、絶望的な気持ちになっ
ておられるのですね。でも、以前には他の誰かで助けになった方はいらっしゃいませんか。たとえばお友達とか、
ご家族とか、先生とか、その他の信頼できる方とか。

23) 相談者： 精神科医が言うには、私は不安神経症なんだそうです。あなたも私がこの病気を患っていると思いま
すか？

援助者A： 私が知りたいのは、そのことが今の状況下であなたにどんな意味をもつのかということです。ご自分の
問題についてどんなふうに感じられますか？

援助者B： 私にはその診断が正しいとはあまり思えません。あなたは念のためにカウンセラーを探し出して、心理
テストを受けた方がいいかもしれません。

24) 相談者： 私は、自分の状況について誰にも話すことができません。みんな私の敵なんです。

援助者A： それは違います。あなたのことを気にかけてくれる人は、もしあなたがその機会を用意しさえすれば、
おそらくたくさんいるでしょう。

援助者B： 他人を信じるのがそんなに大変なことなら、助けてくれる人を見つけるのは難しいでしょうね。

25) 相談者： {もごもごとはっきりしない声が電話越しに聞こえてくる}

援助者A： あなたはとても疲れているようです。少し寝て、明日の朝かけなおしてみてもどうですか。

援助者B： 声がとても眠そうです。何か口にしましたか？