

## 基礎情報編・ロールプレイ編の内容

テキスト	パート	内容	時間
基礎情報編	初級	自殺について正しい知識を持ち、自殺の危険性に気づき声かけが出来るようになる。	30分
	中級	自殺について考え正しい知識を持ち、自殺の危機にある人への対応方法を学ぶ	1時間
	若年者支援編	自殺について正しい知識を持ち、自殺の危険性に気づき声かけが出来るようになる。 若者のこころの特徴を理解し、対応方法を学ぶ。	1時間
ロールプレイ編	傾聴技法 初級	傾聴の基本的な技法を学習する。 声や姿勢などことば以外の傾聴技法とことばによる傾聴技法を練習する。	1時間
	傾聴技法 中級	自殺の危機にある50代の男性と民生委員の会話という具体的な設定の下で、参加者が自分でセリフを考えるとという演習形式でことばによる傾聴技法を練習する。（*24人まで）	1時間
	見るロールプレイ	「悩みのある人に気づく→話を聞く・傾聴→リスクアセスメント→適切な機関や支援者につなぐ→見守る」というゲートキーパーの一連の役割を、ロールプレイを見ることによって学習する。 ロールプレイ全体を見て流れをつかみ、その後解説を加えながらもう一度ロールプレイを見る。最後にもう一度全体を見てゲートキーパーの役割を確認する。 「必要な場合は悪いやり方のロールプレイ（悪い例）を加えて理解を深めることも可能。	1時間
	シナリオ ロールプレイ	ゲートキーパーの一連の役割をシナリオに沿って参加者が実際にロールプレイを行うことで学習する。 一般編、民生委員編、相談窓口編の3種類があり、対象者によって選択する。	各30分
	実践ロールプレイ	傾聴技法とゲートキーパーの一連の役割を、参加者が自分でセリフを考えるとという演習形式によって学習する。（*24人まで）	2時間 30分
	シナリオ ロールプレイ2	メンタルヘルス・ファーストエイドの考え方に基づくゲートキーパーの役割を、シナリオに沿って参加者が実際にロールプレイを行うことで学習する。学校編、職場編、民生委員編、相談窓口編の4種類があり、対象者によって選択する。	各30分

## 組合せ例

レベル、研修のねらい、時間などによって組合せを考えます。下記はあくまで参考例ですので、実際に研修を行うときには適宜変えてください。(GK：ゲートキーパーの略)

### 初級レベル

\*対象者の例：一般市民、学生、行政機関事務職員等

研修のねらい	テキスト			合計時間	
	基礎情報編	ロールプレイ編			
基礎知識を学ぶ	初級			30分	
基礎知識とGKの役割を学ぶ	初級	30分	シナリオロールプレイ（一般編）	30分	1時間
			見るロールプレイ	1時間	1時間30分
基礎知識と傾聴技法、GKの役割を学ぶ	初級	30分	傾聴・初級	1時間	2時間
			+シナリオロールプレイ（一般編）	30分	
			傾聴・初級	1時間	2時間30分
			+見るロールプレイ	1時間	

\*対象者の例：一般市民（PTA等）、教職員、就労支援相談員等、若年者の支援を行う方

研修のねらい	テキスト			合計時間
	若年者支援編	ロールプレイ編		
基礎知識と、若者の自殺対策について学ぶ	1時間			1時間
基礎知識と、若者の自殺対策、傾聴技法を学ぶ	1時間	傾聴・初級	1時間	2時間
		傾聴・初級	1時間	2時間30分
		+シナリオロールプレイ2 （学校編、職場編）	各30分	

### 中級レベル

\*対象者の例：相談窓口職員、民生委員、精神保健福祉・障がい福祉等領域の専門職等

研修のねらい	テキスト			合計時間	
	基礎情報編	ロールプレイ編			
基礎知識を学ぶ	中級			1時間	
基礎知識とGKの役割を学び、実践できるようになる	中級	1時間	シナリオロールプレイ （民生委員編、相談窓口編）	各30分	1時間30分
			シナリオロールプレイ2 （民生委員編、相談窓口編）	各30分	1時間30分
			見るロールプレイ	1時間	2時間
基礎知識と傾聴技法、GKの役割を学び、実践できるようになる	中級	1時間	傾聴・中級	1時間	2時間30分
			+シナリオロールプレイ （民生委員編、相談窓口編）	各30分	
			傾聴・中級	1時間	3時間
			+見るロールプレイ	1時間	
			実践ロールプレイ	2時間30分	