

自傷行為や自殺について、若者がオンライン上で安全にコミュニケーションできるように支援するには

日常的に、スマホなどで、自傷行為や自殺に関する情報にふれている若者たち。危険もある一方で、役立つ情報を見つけたり、自分の気持ちを表現したり、助けを求めたり... オンライン上でのコミュニケーションによって、救われることがあるのも事実です。

「自傷行為や自殺について話すと、かえって行為を助長するのでは・・・」と心配になるかもしれません。しかし、若者の多くは、自傷行為や自殺について、オープンに大人と話し合いたいと思っています。

オンライン情報による若者への影響について先進的な研究を行うオーストラリアのチームが、日本の保護者や専門家の意見も取り入れて作成・公開したガイドライン『保護者のための #chatsafe 第2版』には、科学的な研究成果や若者たちの生の声に基づいた、若者をサポートするための方法やコツがたくさん紹介されています。あなたも、できることから始めてみませんか？

批判せずに 聴く

その場に一緒にいて、話を聞くだけでも救われるから解決策を持っていなくて大丈夫

心配な時は 尋ねる

「死にたい」という気持ちを抱えているかもしれない場合率直に尋ねることが大切

情報を 伝える

セルフケアのコツ、色々なサポートサービスなど役立つ情報を教えてあげて

保護者のための #chatsafe
自傷行為や自殺について、若者がオンライン上で安全にコミュニケーションできるように支援する

第2版



#chatsafe 0rygen

上の表紙画像をタップ(クリック)、あるいは右のQRコード読み取りにより、「保護者のための #chatsafe 第2版」にアクセスいただけます

