

第2部 事例で考える、悩んでいる人への対応

事例

職場の後輩とお昼休みに話をしていると、思い詰めた様子で『死にたいくらい辛いです。仕事も辞めようと思っています…』と打ち明けられました。その際に①～⑤は適切な対応でしょうか？

- ①『何言っているの？死んじゃダメだよ。』
- ②『私も仕事、死にたいくらい辛い時あったよ。でもさ、いつまでも辛いのは続かないしさ。大丈夫だよ。』
- ③『話してくれてありがとう。死にたいくらい辛いんだね。どうしたの？』
- ④『何が問題なの？』
- ⑤『そうなんだ。ただお昼休みがもうすぐ終わって、今は時間もないから話きくの今度でいい？』