

# 子どもたちの大切な命を守るために!!



## 子どもの自死の現状

年齢	第1位	第2位	第3位
10～14	自死	悪性新生物	不慮の事故
15～19	自死	不慮の事故	悪性新生物
20～24	自死	不慮の事故	悪性新生物

令和元年度版自死対策白書（厚生労働省より）

10代の死亡原因の第1位が「自死」となっています。一般的に子どもは心の危機に直面した場合、視野が狭くなります。また、10代の自死原因・動機別の状況において「学校問題」は最大の件数を占めています。

## 心のSOSに気付いていますか？

子どものサインを敏感に感じ取れるよう、日頃から子どもの様子を十分に把握しましょう。そして変化を感じたら「どうしたの？」と声をかけてあげてください。

### SOSのサインの一つです

#### ①授業時や学級活動

- ・周りの子どもの反応に違和感がある。
- ・遅刻早退欠席が多くなる。
- ・アンケートや進路希望調査が未記入。
- ・成績が急に下がる。

#### ②休み時間や放課後

- ・ひとりぼっちで教室移動をしている。
- ・他人と時間をずらして、ひとりで下校する。

#### ③部活動・委員会

- ・当番や準備、片付けを押しつけられている。
- ・部活動や委員会の変更を申し出る。
- ・雰囲気や顧問の指導が合わず悩んでいる。

教員間で必ず共有・見守り



消えたい。  
相談できる友達  
がない。

信頼感のない人間関係では、子どもは心のSOSを出しません。子どもの中に「あの先生なら助けてくれる」という思いがあるからこそ救いを求める叫びを発しています。

**だからこそ先生が頼りです!!!**

## 子どものSOSに気付いたら……

自死の危険が高まった子どもへの対応は、次のような「TALKの原則」が求められます。



### TALKの原則

**TELL**：言葉に出して心配であることを伝える

→例)「死にたいくらい辛いことがあるのね。  
とてもあなたのことが心配だよ。」

**ASK**：「死にたい」気持ちについて率直に尋ねる

→例)「どんな時に死にたいと思うの？」

**LISTEN**：絶望的な気持ちを傾聴する

→徹底的に聞き役に回り、理解しようとする  
ことが大切

**KEEP SAFE**：安全を確保する

→ひとりにしないで寄り添い、他から援助を  
求める

### してはいけない対応と言葉

×安易な激励

→例)「頑張れ」、「そのうちどうにかなるよ」

×自らの価値観で相手を説得する

→例)「逃げてはダメ」、「命を粗末にするな」

×子どもの話をさせず、一方的に話す

→例)「ご両親や友達が悲しむよ」

×子どもの思いを批判・否定する

→例)「そんなこと考えちゃダメ」

## ひとりで抱え込まずに、チームで対応を



自死の危険の高い子どもはひとりで抱え込まず、チームによる対応をします。多くの目で子どもを見守る事で子どもに対する理解を深め、共通理解を得ることで教師自身の不安感の軽減に繋がります。

### (1)急に子どもとの関係を切らない

自死の危険の高い子どもに親身になって関わると、依存してくることも少なくありません。急に関係を切ってしまう態度をとると、子どもを不安にさせます。**継続的な信頼関係を築くことが大切**です。

### (2)「秘密にしてほしい」という子どもへの対応

子どもが「他の人には言わないで」と訴えてくると、ひとりだけで見守っていくような対応に陥りがちです。自死の危険を教員がひとりで抱えるには精神的負担が重すぎます。保護者にどう伝えるかを含め、他の教師とも相談してください。

### (3)手首自傷(リストカット)への対応

自傷行為は、将来起こるかもしれない自死の危険を示すサインです。慌てずに、しかし真剣に対応していくことが大切です。子どもははじめ関わることを拒否するかもしれませんが、自傷行為の原因を問うのではなく、**本人の対処行動や苦しい気持ちを認めるような姿勢で関わり、関係機関に繋げることが大事**です。

「教師が知っておきたい子どもの自殺予防」(文部科学省 H21.3)

## 子どもたちに自死予防の知識を

自死の危険の高い子どもへの対応をよりスムーズにするために、日常の教育活動の中で次のような取り組みを行うことが大切です。

### <自死予防教育の目標と内容>

目標：①早期の問題認識(心の健康)

②救助希求的態度の育成

内容：①長い人生において、問題を抱えたり、危機に陥ったりした時、問題をひとりで抱え込まずに乗り越える力を培う。

②自分自身や友達の危機に気付き、対処したり関わったりし、信頼できる大人に繋ぐことの重要性を伝える。



#### 自死予防教育

早期の問題認識

(心の健康)

援助希求的態度の育成

#### 下地づくりの教育

生命を尊重する教育

心身の健康を育む教育

温かい人間関係を気付く教育

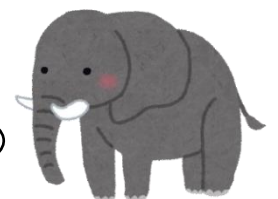
#### 校内の環境づくり

健康観察・相談体制・生活アンケート

「子どもに伝えたい自殺予防 学校における自殺予防教育の手引」(文部科学省 H26.7)

これまでの教師の「経験」や「勘」「思い込み」だけでなく、ひとりひとりの子どもの特性を十分に理解した上で、観察を行うことが大切です。

**大人側が SOS の受け止め方を十分に理解し、対応することが重要です。**



聴くぞう