

# 児童・生徒を自殺等の深刻な事態に至らせないために ～まわりにこのような児童・生徒はいませんか～

いじめをはじめとした人間関係の難しさなどを要因の一つとして、児童・生徒が自殺など深刻な事態に至ってしまう痛ましい事故がこれまで報告されている。

本資料は、児童・生徒が深刻な事態に至る前に学校がどのように対応することが必要かを考え、適切に対応するための参考としていただくものである。

## I 自殺を予防するための基本的な考え方と基礎知識

### 1 自殺の危険因子

自殺につながりやすい危険因子というものがある。以下のような因子(背景)をもつ児童・生徒(特に複数もつ児童・生徒)には普段から特に注意が必要である。

- (1) 自殺未遂歴、自傷行為
- (2) 心の病  
…うつ病、統合失調症、摂食障害、パーソナリティ障害、解離性障害、薬物乱用、アルコール依存など
- (3) 家庭環境 …家族に心の病、自殺未遂歴・自殺歴、経済的困窮、DV(歴)など
- (4) 周囲からのサポートが受けられず「孤立」  
…親の離婚、転居を伴う転校が多い、学校に友達がいないなど
- (5) 被虐待(歴)、いじめられ(歴)
- (6) 喪失体験 …離別、死別、失恋、病気、けが、急激な成績の低下、予想外の失敗など
- (7) 他者の自殺 …学友の自殺、精神的に強いきずなをもつ人の自殺、有名な芸能人の自殺など(後追い自殺、群発自殺にもつながる。)
- (8) 独特の性格傾向  
…未熟・依存的、衝動的、完全主義・二者択一的、思い込みが激しい、エスカレートしやすい、反社会的、孤立・抑うつ的、無気力、過剰適応など

### 2 児童・生徒の様子の変化

自殺の危険因子を多くもつ児童・生徒に、以下のような様子の変化が現れたら、「どうした?」とさりげなく声をかけ、注意深く見守り続けることが必要である。

#### 様子の変化

- 寝不足のように見える。疲れてだるそうに見える。
- 痩せてきたようだ。体重が減少している。食欲がなさそうに見える。
- これまで関心のあったことに興味を失う。全てに無気力・投げやりな態度になる。
- 集中力が落ちている様子で、今まで楽にこなしていたことができなくなる。
- 急に成績が落ちる。急に提出物等を出さなくなる。
- 部活動に出なくなる。
- 不機嫌でイライラが増し、落ち着きがなくなる。キレやすくなる。
- 突然泣き出すなど、気分が変わりやすく情緒不安定になる。
- うつむきがちで、視線を合わせなくなる。
- 友達との関わりが減り、休み時間や掃除の時間に一人でいることが多くなる。
- 仲間はずれ、いじめられ、ネットでのトラブルが疑われる様子である。
- 小さい子をいじめる。動物虐待をする。
- 身だしなみを気にしなくなる。だらしなくなる。
- うつ向きがちで、視線を合わせなくなる。
- 急に不自然なほどに明るくなったり、素直になったり、よい子に振舞ったりする。

## 5 自殺の危険が高まった児童・生徒への対応

### 対応の原則（TALKの原則）

- Tell …… 言葉に出して心配していることを伝える。  
Ask …… 「死にたい」という気持ちについて率直に尋ねる。  
Listen …… 絶望的な気持ちを傾聴する。  
Keep safe… 安全を確保する。危険と判断したら一人にせず、他から援助を求める。

### 対応の留意点

- (1) 一人で抱え込まない  
チームによる対応は、多くの視点から児童・生徒を見ることで、児童・生徒に対する理解を深めるとともに、共通理解を得ることで教員自身の不安感の軽減にもつながる。
- (2) 急に子供との関係を切らない  
初めは昼夜分かたず関わっていたが、疲れてしまって急にその児童・生徒との関係を切ってしまうといったことにならないようにしなければならない。児童・生徒は、見捨てられたように感じ、今までの人間不信の増幅に陥ることがある。
- (3) 「秘密にしてほしい」という児童・生徒への対応  
児童・生徒が恐れているのは、自分の秘密が知られることではなく、それを知った際の周りの反応であり、児童・生徒は、大人の過剰な反応にも、そして、無視するような態度にも、どちらにも深く傷つく。  
児童・生徒のいるところで、保護者に、過剰な反応やその正反対に無視するような態度をとらずに児童・生徒の心の内を理解してほしいと伝えると児童・生徒は安心する。
- (4) 手首自傷（リストカット）への対応  
リストカットなどの自傷行為は、次に起こるかもしれない自殺の危険を示すサインであるということを強く心に留めて、あわてず、真剣に対応していくことが大切である。  
関係機関と連携がとれた場合でも、任せきりにするのではなく、情報を共有しながら、長い関わりが可能なような関係を作っていくことが必要である。

## II 児童・生徒が深刻な事態にならないための取組

### 1 児童・生徒と面接をする時の留意点

#### 面接の設定について

- 場の大切さ…児童・生徒が安心して話すことができるために、静かな、扉の閉まる場所で行う必要がある。
- 座る位置の配慮…通常は机をはさんで斜めに座るのがよいと考える。向かい合って座るとは、緊張感を生み、尋問調の雰囲気になってしまいがちである。
- 長すぎない時間…長く話しすぎることによって後から不安になってしまうこともある。一度に話しきるのではなく、次回につなぐことが大切である。

## 2 児童・生徒に必要な自殺予防の知識

### (1) ひどく落ち込んだときには相談する

ひどく落ち込んで解決が難しいと思われる問題が起こったときも、自分の力で乗り越えようとするのは大切だが、人に相談できることも生きていくうえで素晴らしい能力だということ普段から伝えておくことも大切である。

### (2) 友達に「死にたい」と打ち明けられたら、信頼できる大人につなぐ

「死にたい」と打ち明けられたら、その友達の気持ちを大事にしながら話を聴いて、信頼できる大人につなぐことがとても大切であることを強調する。

### (3) 自殺予防のための関係機関について知っておく

自殺予防のための相談機関や医療機関にはどんなものがあるか普段から知っておくことが必要である。

## 3 自殺予防のための校内体制作り

### 《予防活動》

自殺予防教育、子供の心の安定

【対象】 全ての児童・生徒

【学校の対応】

○日常的教育相談活動

【具体的な取組】

○生と死の教育 ○相談週間

○アンケート調査の実施 など

### 《事後対応》

自殺発生後の周囲への心のケア（後追い自殺、群発自殺の予防）

【対象】

遺族と影響を受ける児童・生徒・保護者・教員

【学校の対応】

校内危機対応チーム（区市町村教育委員会、学校経営支援センター・教育相談センターとの連携）

【具体的な取組】

・ケア会議

・周囲の児童・生徒・保護者・教員へのケア

・保護者会 など

### 《危機対応》

#### (1) 自殺の危険の早期発見とリスクの軽減

【対象】

自殺の危険が高いと考えられる児童・生徒、その保護者、また、影響を受ける児童・生徒・教員

【学校の対応】

校内危機対応チーム（区市町村教育委員会、学校経営支援センター・教育相談センターへ支援要請）

【具体的な取組例】

・緊急ケース会議（アセスメントと対応）

・本人の安全確保とケア

#### (2) 自殺未遂後の対応

【対象】

自殺未遂者及び保護者、また、影響を受ける児童・生徒・保護者・教員

【学校の対応】

校内危機対応チーム（区市町村教育委員会、学校経営支援センター・教育相談センターへ支援要請）

【具体的な取組例】

・緊急ケース会議

・本人・保護者及び周囲の児童・生徒

・保護者・教員へのケア

### Ⅲ 日常の教育活動を自殺予防の視点から見直した実践例

#### 《多面的に子供の変化を捉える取組（小学校の事例）》

##### (1) 子供の心の安定を図る

- 「朝の健康観察」…一日一回以上はどの児童とも触れ合いをもつ（会話や一緒に遊ぶなど）。
- 「児童理解」…学習や友人関係等の状況を把握し、児童の変化を見逃さないようにする。
- 「生活指導連絡会」…児童の情報交換・共通理解の場を定期的に設定し、組織的に児童を観察する。

##### (2) 家庭の安定を図る

- 「何でも相談日」…学級担任との連絡帳、保護者会・面談のほかに、教職員の誰とでも話したり相談したりできる日を設定し、保護者が話しやすい環境を作る。
- 「井戸端会議」…地域のベテランお母さんが相談役となり、気軽に子育てについて相談できる場を設定する。
- 「親子体験教室」…児童と保護者が一緒に取り組む活動をPTAと連携し実施する。

#### 《道徳的な価値「生命尊重」を要とした取組（中学校の事例）》

	第1学年	第2学年	第3学年
自殺予防との関連	周囲の目を気にしてしまい、自分の個性を抑えて迎合したり、相手や自分を否定したり、自己嫌悪に陥る傾向がある。	学校生活の多くの場面で中心となって活躍できるようになるが、その一方で中学校時代一番不安定な時期で、自分に自信をなくし、否定的に考える傾向がある。	人生の岐路に立ち、将来を見据え、自分と向き合っていく時期であり、誰もが希望を抱く。
生徒に求める行動や態度	他人の声に励まされ、自信をもち、自分の個性を大切にし、よりよい自己を生かしていこうとする意識をもつ。	立志にあたるこの学年で「命を大切にしていこうと生きたい」という意識をもつ。	自分の個性や可能性を信じ、夢や希望をもち、粘り強く生きていこうとする意識をもつ。
月	道徳の項目		
	校長講話「命に関わることを最優先で対応する」		
4月	道徳1-(5) 自己を見つめ、自己の向上を図るとともに、個性を伸ばして充実した生き方を追求する。	道徳3-(1) 生命の尊さを理解し、かけがえのない自他の生命を尊重する。	道徳1-(2) より高い目標を目指し、希望と勇気をもって着実にやり抜く強い意志をもつ。
5月			
6月			
7月			
8月			
9月			
	道徳2-(2) 温かい人間愛の精神を深め、他の人に対して思いやりの心をもつ		
10月	特別講演「夢をあきらめない」講師：パラリンピック金メダリスト ※四つのテーマで生徒、教職員、保護者を対象に60分間の講演 ①障害のある人が日常どのように見られているのか ②健常者からの嫌がらせに対してどう対処したか ③自分の生命について深く考える時間が多かった人生について ④どのような過程で金メダルをとるに至ったのか		
11月	道徳2-(3) 友情の尊さを理解して心から信頼できる友達をもち、互いを励ましあい、高めあう。	道徳2-(5) それぞれの個性や立場を尊重し、いろいろなものの見方や考え方があることを理解して、寛容の心をもち謙虚に他に学ぶ。	道徳2-(6) 多くの人々の善意や支えにより、日々の生活や現在の自分があることに感謝し、それにこたえる。
12月			
1月			
2月			
3月	校長講話「安全で楽しい学校を生徒と教師と保護者でつくりあげられたことへの感謝」		