

# 自殺防止について

近年、児童生徒の自殺が大きな社会問題となっております。そのような現状の中で、教員は、自殺防止に向けた正しい知識を持つとともに、時に、自殺の危険を示すサインに気付き、寄り添い、児童生徒の孤立を防ぎ支援する「ゲートキーパー」としての重要な役割を担う可能性があることを意識して対応することが必要です。

## 自殺の心理

一見何の前触れもなく起こったように見える自殺でも、実際には徐々に危険な心理状態に児童生徒は陥っているものです。自殺にまで追いつめられる児童生徒の心理には、以下のような共通点を挙げることができます。

**ひどい孤立感:**「居場所がない」「皆に迷惑をかけるだけだ」「誰も自分のことを助けてくれるはずがない」などとしか思えない心理状態に陥り、頑なに自分の殻に閉じこもってしまう。

**無価値感:**「私なんかいない方がいい」「生きていても仕方がない」など生きている意味など何もないという感覚にとらわれてしまう。

**苦しみが永遠に続くという思いこみ:**自分の苦しみはどんなに努力しても解決せず、永遠に続くという絶望的な感情に陥る。

**強い怒り:**自分の置かれているつらい状況へのやり場のない怒りが自分自身に向けられる。

**心理的視野狭窄:**自殺以外の解決方法が全く思い浮かばなくなる。

## 自殺のサイン

自殺のサインは多様です。児童生徒の小さな変化を把握することが大切です。

不安やイライラが増し、  
落ち着きがなくなる

投げやりな態度が  
目立つ

自傷行為

自殺の具体的な  
計画を立てたりする

家出や放浪を  
する

大切な人の  
最近の自殺

自殺のほのめかし

最近の喪失体験

別れの準備

Point

### 本人に寄り添った個人の対応 ~自殺の危機に気づいたときの対応法~

深刻な相談を児童生徒が持ちかける際、その初期対応のほとんどは担任などの個人が担うこととなります。その際に「大丈夫、頑張れば元気になる」などと安易に励ましたり、「死ぬなんて馬鹿なことを考えるな」などと叱ったりしがちですが、一番大切なことは児童生徒の悩みをしっかりと受け止め、寄り添うことです。そのためには「TALKの原則」を知っておくことが大切です。

T  
ELL

A  
SK

L  
ISTEN

K  
EEP SAFE

言葉に出して心配していることを伝える

「死にたい」という気持ちについて率直に尋ねる

絶望的な気持ちを傾聴する

安全を確保する

# ○ サインに気づいた際の対応の流れ

## 児童生徒の危険サインや自殺危機を認知



### 1 「TALKの原則」に基づき、児童生徒本人に寄り添う

#### 【留意点】

- 児童生徒を一人にしない
- 急に児童生徒との関係を切らない
- 一人で抱え込まない
- 秘密にしてほしいと言われた場合、児童生徒のつらい気持ちを尊重しつつ、
- 学校が組織として対応する必要があることを丁寧に説明し、理解を得る

個人対応

### 2 児童生徒の安全を確保する

- ① 管理職、生徒指導主任、学年主任、養護教諭等に報告する
- ② 生徒指導部会等や学年会等、校内組織で情報共有し、対応策を検討する
- ③ 事案に応じた組織を編成し、SC、SSW、学校医等の助言を得ながら対応する

組織対応

### 3 保護者との連携

- ① 情報共有と相談を並行して行う
- ② 学校の対応方針を示す
- ③ 家庭における児童生徒の見守りを依頼する

### 4 関係機関との連携

- ① 警察との連携
- ② 医療機関への相談（主治医との連携）
- ③ 児童相談所等、福祉機関との連携

## 保護者との連携

児童生徒の命に関わることについて、学校だけで抱えるのは禁物です。万が一のことがあった場合、後で学校が保護者に何も伝えていなかったことがわかると、トラブルになることは必至です。

医療への受診を保護者に勧める場合、受診に抵抗感を持つケースもあります。例えばSCと連携を図り、SCの見立てを伝えたり、SCも同席して保護者と面談したりするなどの対応も考えられます。また、家庭的背景がある場合は、SSWの力を借りてアプローチすることも検討しましょう。



## 関係機関との連携

学校は医療、福祉、警察との連携が必要になる場合があります。

本人が精神科等受診している場合で、危険性が高い場合には、保護者の了解を得て、学校が医療と連携し、学校として心配な点や本人と関わる際の留意点等について相談したり助言を得たりすることが大切です。

背景に虐待が考えられる場合は、児童相談所や市町村の児童福祉担当課等に通告したり、具体的に相談したりすることも重要です。その他の家庭的な問題についてアプローチが難しい場合、SSWを活用することもできます。

