

自殺予防教育プログラム実施報告書

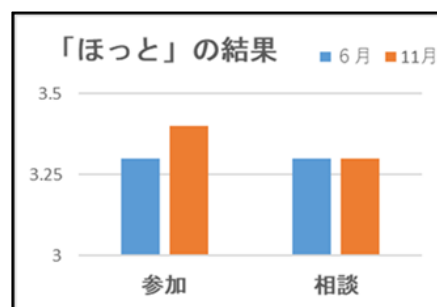
学校名	遠軽町立遠軽中学校
-----	-----------

(1) 教職員間の共通理解を図る研修等の実施

研修等の実施日	令和5年7月10日(月)、8月17日(木)	研修参加人数	16人
研修内容	<ul style="list-style-type: none"> ・学校の長期休業明け直後に自殺者が増える傾向について ・学校における自殺やその他の危険行為の早期発見に向けた取組について ・「SOSの出し方に関する教育」の概要ならびに指導例について 		
研修に参加した教職員の声	<ul style="list-style-type: none"> ・国における自殺に係る現状を踏まえ、教員として、何を生徒に伝えていくべきか理解することができた。 ・自殺予防教育の重要性及び外部講師と連携した取組の必要性を感じた。 		
研修等で使用した資料名	<ul style="list-style-type: none"> ・教職員向け資料「SOSの出し方に関する教育を始めましょう！」(令和2年10月) ・通知「児童生徒の自殺予防に係る取組について」(令和2年6月) 		

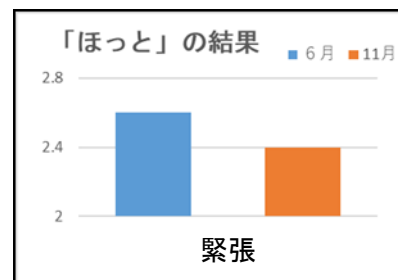
(2) 「自殺予防教育プログラム」の実施

	実施状況(主な実施内容、アセスメントツール等による生徒の変容、生徒の感想等)
A 援助希求的態度の育成	<p>○ 実践の概要</p> <ul style="list-style-type: none"> ・相談しやすい人間関係を形成することや、相談しやすい方法を身に付けることを目指し、第1学年の学級活動及び総合的な学習の時間において、学級担任や外部講師が、期待感や抵抗感等の相談する側の気持ちへの理解や、「上手な聴き方」「あたたかい言葉かけ」などの言語スキル・非言語スキル等について指導した。 <p>○ 生徒の変容を促す工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・年度当初、生徒同士の良好な人間関係が構築できていない状況であることを踏まえ、話しやすい雰囲気づくりに向け、アイスブレイク等、穏やかな雰囲気で生徒が主体的に活動できる場を設定した。 ・生徒が目的に迫ることができるよう、問題場面について個人思考を行った後、ペア学習や全体交流する場面を設定し、今後の行動につながる振り返りの時間を設定した。 ・生徒が話し役と聴き役の気持ちが理解できるよう、全員が両方の立場を経験するなど、ロールプレイングの方法を工夫した。 <p>○ 生徒の変容</p> <ul style="list-style-type: none"> ・6月と11月に実施した「ほっと」において、「仲間に加わる(参加)」の項目が増加した。 ・夏休み明けに実施した教育相談において、相談シートを活用し、話しやすい状況を意図的に作り出すことができた。「ほっと」の「悩みを相談する(相談)」の項目に変化は見られなかったが、学級担任や教科担任が、休み時間や放課後等の時間に、教室や廊下で積極的に生徒と交流することで、気軽に話しかけてくる生徒が増加した。 <p>○ 生徒の感想</p> <ul style="list-style-type: none"> ・あたたかい言葉かけと同じぐらい、「あいづちをうつ」や「相手を見る」ことを意識した聴き方も大事だということが分かった。 ・友達に悩み事を相談されたら、今回、学習した内容を生かして、接してあげたいと思った。



B 早期の問題認識（心の健康）

- 実践の概要
 - ・自殺に関する多くの情報を、インターネット等を使って容易に入手できることを踏まえ、生徒が中学校入学の早い段階で正しい知識を身に付け、自ら助けを求める大切さなどに気付くことができるよう、第1学年の保健体育科において、自殺予防プログラムを位置付け、心身が不調な時の対応や、「心の黄色信号」の具体及びその対処法について指導した。
- 生徒の変容を促す工夫
 - ・自殺予防の知識については、根拠となるデータを数多く提示し、視覚化することにより理解を促した。
 - ・心身が不調な時の対応については、グループ活動を取り入れ、互いに言葉をかけ合いながら目的に迫れるよう指導した。
- 生徒の変容
 - ・6月と11月に実施した「ほっと」において、「緊張して人前で話すことができないことがある」の項目が減少した。
 - ・年度当初、学校行事において、声掛けが強くなったり、できないことばかりに目がついてしまったりすること等、集団として課題が見られたが、自己理解を深めることや他者とのコミュニケーション能力を育む取組を実施したことにより、自分の気持ちの伝え方が改善され、不必要な人間関係のトラブルが大幅に減少した。
 - ・「心の黄色信号」を自ら発信する大切さを理解し、実際に相談しようとする態度を育成することができたが、生徒それぞれで個人差が見られることから、今後も自殺予防プログラムを活用した取組を継続する必要がある。
- 生徒の感想
 - ・今の自分のこころの状態はいい状態だけど、黄色信号になったときに自分から助けを求められるか自信がない。
 - ・こんなに自殺している人がいるとは知らなかった。悩んでいる友達がいたら、助けてあげられる人になりたいと思った。



C ストレス対処能力の育成

- 実践の概要
 - ・様々なストレスに対し、その事象を楽観的に考え直して肯定的に意味付けし、前向きに未来を創造できるような考え方や、悲観的な状況を思いつめるといった決めつけをしないような考え方を身に付けさせることを目的に、第1学年及び第3学年の学級活動において、学級担任が、欲求やストレスに適切に対処する方法や、たとえ失敗後であっても未来を前向きに創造する考え方について指導した。
- 生徒の変容を促す工夫
 - ・各指導項目において、生徒に自らの考えをもたせ、ロールプレイングによる体験活動を通して、さらに考えを深めるようにした。
- 生徒の変容
 - ・8月と12月に実施した「ほっとプラス」において、「将来期待」に関する項目の平均値が上昇した。
 - ・「ほっとプラス」の項目のうち、特に15「他人に迷惑をかけられたとしても、自分を気遣っての行為だったと考える。」について低い数値だったことは、たとえ失敗したとしても、生徒自身がその結果をしっかりと受け止め、原因を他人に転嫁せず行動していこうとする気持ちの表れと分析できる。
- 生徒の感想
 - ・学級がなかなかまとまらないときにでも、自分とは違う考えのよいところを少しでも見付けて取り組むことが大切だということを知った。
 - ・将来の進路を決めたけど、不安な気持ちはまだある。だけど、前向きな気持ちを持ち続け、頑張っていこうと思う。

