


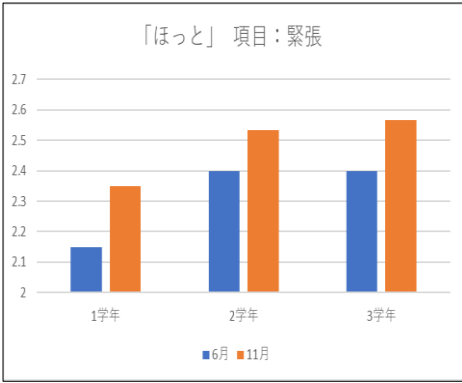
# 自殺予防教育プログラム実施報告書

学校名	根室市立光洋中学校
-----	-----------

## (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8月16日(水)	研修参加人数	28人
研修内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>自殺防止教育と生徒指導提要の改訂の関連について</li> <li>自殺予防教育プログラムの実際について</li> </ul>		
研修に参加した教職員の声	<ul style="list-style-type: none"> <li>自殺のリスクが高い生徒に対する指導だけではなく、未然防止の観点から、全ての生徒に「傾聴」や「援助希求行動」のスキルを身に付けさせる必要がある。</li> <li>年間指導計画に位置付けている「ピア・サポート」との関連が深いことから、どのようなスキルを身に付けさせたいのか、明確な意図をもつことが大切である。</li> </ul>		
研修等で使用した資料名	<ul style="list-style-type: none"> <li>「児童生徒の自殺を予防するためのプログラム」(平成30年3月 道教委)</li> <li>「自殺予防教育の実施に向けて(その1)」(平成29年3月 道教委)</li> <li>「自殺予防教育の実施に向けて(その2)」(平成31年3月 道教委)</li> </ul>		

## (2) 「自殺予防教育プログラム」の実施

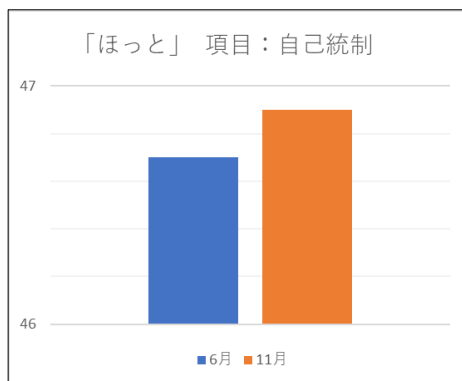
	実施状況(主な実施内容、アセスメントツール等による生徒の変容、生徒の感想等)	
A 援助希求的 態度の 育成	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 実践の概要 <ul style="list-style-type: none"> <li>援助希求的態度の育成を目指し、全学年を対象として、総合的な学習の時間において、学級担任が、生徒同士のペアで対話するなどの体験を通して、他者にとって話しやすい聴き方を考えさせる授業を実施した。</li> </ul> </li> <li>○ 生徒の変容を促す工夫 <ul style="list-style-type: none"> <li>教員が見本を示すことにより、生徒がロールプレイングに取り組みやすくなった。</li> <li>多様なグループ活動を位置付けることにより、多くの考えに触れることができた。</li> <li>すぐに使える明確なモデル(FELORモデル)を提示するとともに、実際に傾聴し合う体験活動を実施した。</li> </ul> </li> <li>○ 生徒の変容 <ul style="list-style-type: none"> <li>「ほっと」における「緊張」の項目が、6月と11月を比較すると、全学年ともに上昇しており、第1学年においては、0.2ポイント上昇した。</li> </ul> </li> <li>○ 生徒の感想 <ul style="list-style-type: none"> <li>相手にとって話しやすい聴き方を知ることができたので、今後やってみようと思った。</li> <li>グループで考えを交流したことにより、色々な考え方を知ることができてよかった。</li> <li>今日学んだコミュニケーションスキルは、他者との適切な関わり方につながると思った。</li> </ul> </li> </ul>	 <p style="text-align: center;">【授業の様子】</p>  <p style="text-align: center;">【ほっと結果】</p>

B 早期の問題認識（心の健康）

- 実践の概要
  - ・ 早期にストレスを自覚し、自殺の未然防止を図ることを目指し、第1学年を対象として、保健体育科において、保健体育科担当教員が、生徒にストレスを感じた際の対処法を考えさせたり、リフレッシュ法を体験させたりする授業を実施した。
- 生徒の変容を促す工夫
  - ・ 生徒がストレスを感じそうな事柄を予想し、いくつか例示した事柄について、グループで交流したことにより、生徒は、ストレスを自覚した際に自分がどんな反応をするかについて及び早期からのストレスへの対処が心の健康を保つことについて理解を深めることができた。
- 生徒の変容
  - ・ 「ほっと」における「自己統制」の項目が、6月と11月を比較すると、第1学年では0.2ポイント上昇した。
- 生徒の感想
  - ・ 自分がどんなことに怒りを感じるか分かった。
  - ・ 自分なりのリフレッシュ法を確認できた。特に、落ち着くための呼吸法や、気持ちのいい場所をイメージすることが参考になった。
  - ・ どうすれば嫌な気持ちを鎮めることができるかについて、理解することができたので、これから実践したい。



【授業の様子】



【ほっと結果】

C ストレス対処能力の育成

- 実践の概要
  - ・ ストレス対処能力の育成を目指し、全学年を対象として、総合的な学習の時間において、学級担任が、生徒にストレスを楽観的に考え直させたり、考えたことを交流させたりする授業を実施した。
- 生徒の変容を促す工夫
  - ・ グループで自分の意見と他の生徒の意見を交流することにより、悲観的な考え方から脱却することができない生徒に対して、「こういう見方もあるよね」というような前向きな助言をし合うなど、生徒は、多様な考え方に触れることができた。
- 生徒の変容
  - ・ 「心と身体のチェック」における「何かよくないことが起こりそうで心配だ」のスコアが、8月と12月を比較すると、学校全体で改善傾向が見られた。
- 生徒の感想
  - ・ みんなとストレスを感じる場面が似ていたり、逆に違ったりしていることが分かった。
  - ・ 案外捉え方次第でストレスは減ると思った。また、ストレスの溜めすぎは良くないと思った。

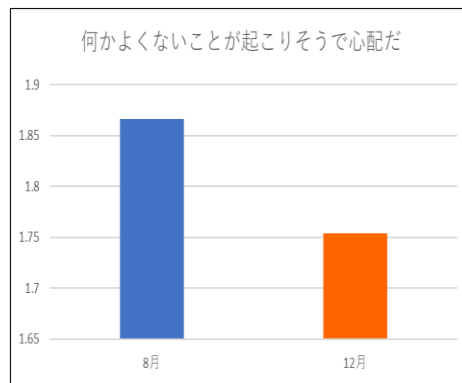
2 ストレスを感じる場面が増えてしまいがちな、悲観的な表現にはどのようなものがあるだろうか？

<自分の意見> いやだ <友達の意見> だる、うざい、どつき回すぞ 黙って、ほんとにやめてほしい、もういいよ
--

3 楽観的な表現にはどのようなものがあるだろうか？

<自分の意見> 宇宙規模で考えたらそうでもない <友達の意見> そういう奴だったか、俺なんだな、喋りたいのかな、頑固くなっちゃうな、 最高だ、こういう日もある、まあいいや、これも経験かな
---

【生徒のワークシート】



【心と身体のチェック結果】