

自殺予防教育プログラム実施報告書

学校名	北海道釧路江南高等学校
-----	-------------

(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4月4日(火)	研修参加人数	30人
研修内容	<ul style="list-style-type: none"> ・ 予防的教育相談体制構築のために、アセスメントを活用した生徒理解について ・ 今年度導入の「心と身体のチェック」の活用方法と導入目的の理解を深める ・ QUなどアセスメント結果から生徒理解を深める方法や実践的な面談方法などの理解を深める 		
研修に参加した教職員の声	<ul style="list-style-type: none"> ・ QUの結果をどのように活用すればよいか、理解できた。学級経営に役立つ実践的な内容であった。 ・ 心と身体のチェックの必要性が理解できた。援助希求的態度が低い生徒でも、早めに対応できる可能性があることに気付くことができた。 		
研修等の実施日	令和5年7月20日(木)	研修参加人数	45人
研修内容	<ul style="list-style-type: none"> ・ 自殺予防教育プログラムを実施するにあたり、計画、実施内容の確認について ・ 自殺予防教育の必要性について 		
研修に参加した教職員の声	<ul style="list-style-type: none"> ・ コロナ禍で、当たり前できていた人間関係構築のスキルなどが身に付いていない生徒が多くいる。実際に児童生徒の自殺者数を目の当たりにして、危機感を持ち、生徒達に接する必要があると感じた。 ・ 3年間を見通した計画的な実施が必要になる。今後、学校全体で援助希求的態度の育成にも力を入れていく必要性を感じた。 		
研修等で使用した資料名	<p>「児童生徒の自殺を予防するためのプログラム」</p> <p>「自殺予防教育の実施に向けて(その1)」</p> <p>「自殺予防教育の推進に向けて」</p>		

①構成的グループエンカウンター（全年次）担当：保健相談部

- 実践の概要（目的、対象学年、実施教科等、実践者、指導内容）
 - ・クラス替え直後のLHRを各年次体育館にて、クラスの仲間との交流を目的として実施。
- 生徒の変容を促す工夫（授業における工夫、他教科等との関連、事前・事後指導、外部人材の活用など）
 - ・活動の前に、「否定しない」などの安心を担保するルールを提示する。安心感の中で、4～5名グループでの活動を複数行い、多くの人と話したり、交流したりする活動を行った。
- 生徒の変容（アセスメントツール「ほっと」等による生徒の変容）
 - ・クラス替え直後の緊張感が和らぎ、仲間づくりのきっかけとして効果的であった。
- 生徒の感想
 - ・いろいろな人と出会って、話すことができて良かった。実際話してみると、楽しかった。
 - ・共通の話題を探したり、話そうとする気持ちが伝わると会話が弾む。
 - ・この活動のおかげで、結構話せる人が増えた。



【クラスの仲間との交流の様子】

②ピアサポート（全年次）担当：スクールカウンセラー

- 実践の概要（目的、対象学年、実施教科等、実践者、指導内容）
 - ・特別活動（LHR）の時間に年3回実施（6月、9月、1月）。
 - ・集団のなかで豊かな人間関係をつくり、温かなコミュニケーションがスムーズに行われるようにすることを目的として実施。また、温かい学校や学級づくり・人間関係づくりを目指し、問題が生じる前の予防開発的な役割を担っている。
- 生徒の変容を促す工夫（授業における工夫、他教科等との関連、事前・事後指導、外部人材の活用など）
 - ・普段の友人以外と、グループを作成し、多くの生徒と交流できるように工夫した。
- 生徒の変容（アセスメントツール「ほっと」等による生徒の変容）
 - ・コミュニケーションスキルが高まり、自然とクラスでの会話や交流が増えていた。学校祭前にクラスでの話し合いなどで、温かな雰囲気を作れていた。
- 生徒の感想
 - ・相手の話を否定しないで聞くことが大切だと学んだ。
 - ・聞き手の態度によって、こんなにも空気感が変わるものなのかと体験できたので、今後気を付けたい。



【スクールカウンセラーによる説明】

1年次の活動の様子

そう、オウム返し

相手の言ったことをそのまま返すという会話の方法（テクニック）。オウム返して聞いてもらい、どんな感じでしたか？



オウム返しやあいづちするだけですごい仲良くなれた気がするし聞いてくれる感じがして嬉しかった！

無関心な返事をする、相手側は嫌な気持ちになることを実感したので、返答は気を付けて言おうと思いました。

相手の気持ちを考えた返し方がわかった！

話を聞くには、相手の目を見て「何でも聞くよ～」という態度を示し、相手の言いたいことを「あいづち」「オウム返し」をしながら聞く事で、相手も話しやすくなるという事を体験しました。（ポイントとは相手に関心を持ちながら聞くこと、です）

【生徒へ配布した事後プリント（一部抜粋）】

<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">B 早期の問題認識（心の健康）</p>	<p>①年5回の心と身体のチェック</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 実践の概要 <ul style="list-style-type: none"> ・自己の心と身体の健康状態に気付き、対応できる力を育成するために朝のSHRなどで実施。グループフォームで回答し、保健相談部が結果をまとめ、全教職員へ情報共有。生徒へも個別に結果を印刷して、手渡す。ストレス度が高い生徒を、教育相談委員会でピックアップし、年次で面談、カウンセリングを実施する。 ○ 生徒の変容を促す工夫 <ul style="list-style-type: none"> ・援助希求的態度が低い生徒でも、ストレスの度合いで変化を見て取れるので、担任なども声を掛けやすく、早い段階で対処できる。 ○ 生徒の変容 <ul style="list-style-type: none"> ・部活動や家庭で悩みを抱えている生徒も、発見されやすい。生徒も担任などから、声を掛けられることが分かっているので、聞いてほしい場合には、しっかりと相談事を教えてくれるようになった。 ○ 生徒の感想 <ul style="list-style-type: none"> ・たまたま、時期的（大会前など）に、ストレス度合いが高いことがあったが、先生方から声を掛けられ、その時期の事だけだったが、気に掛けてもらっているのだと感じた。 <p>②精神の健康</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 実践の概要 <ul style="list-style-type: none"> ・1年次保健の授業内で、「精神疾患への対応」を学習。誰もが精神疾患になる可能性があること、思春期に患うことが多いことを学習し、それに対処する方法、周囲の理解、医療・専門機関への相談などを学習する。 ○ 生徒の感想 <ul style="list-style-type: none"> ・精神疾患を学び、身近な病気であることを理解した。また、自分では気付かないことが多いので、周囲で困っていそうな人を見つけたら、しっかり話を聞いてあげるなどしたいと思った。
--	---

<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">C ストレス対処能力の育成</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ストレスマネジメント講座（スクールカウンセラー） ○ 実践の概要 <ul style="list-style-type: none"> ・ストレスについて正しい知識や対処方法を身に付け、セルフケアができる力を育て、困難な状況を乗り越える力を養い、不適応問題及び心身の症状の改善・予防につなげることを目的として、特別活動の時間において、スクールカウンセラーを講師として実施。 ○ 生徒の変容を促す工夫 <ul style="list-style-type: none"> ・実際にストレスと感じることを書き出したり、共有したりすることで、ストレスの感じ方は人それぞれということを知り、それぞれ対処方法も様々あることを理解し、自分自身にあった、ストレス解消方法を見付けることを大切にしました。 ○ 生徒の変容 <ul style="list-style-type: none"> ・7月実施、12月実施の「ほっとプラス」結果を比較すると、楽観的思考において、2・3ポイント上昇。全体では1.9ポイントの上場が見られた。 ○ 生徒の感想 <ul style="list-style-type: none"> ・ストレスを感じやすい社会で生活しているので、自分のストレスの要因をしっかりと知って、適切にストレス解消しようと思った。
--	--



【講座の様子】