

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 28 年 6 月 22 日現在

機関番号：23503

研究種目：挑戦的萌芽研究

研究期間：2013～2015

課題番号：25590246

研究課題名(和文)山梨県内の高校生に実施する自殺予防教育とその成果

研究課題名(英文)Effects of Suicide Prevention Education for High School Students in Yamanashi Prefecture

研究代表者

清水 恵子(shimizu, keiko)

山梨県立大学・看護学部・教授

研究者番号：10381708

交付決定額(研究期間全体):(直接経費) 2,900,000円

研究成果の概要(和文):本研究は、山梨県内の4高校の2013年度入学生に、3年間実施した自殺予防教育成果の縦断的検討であり、データ収集には一年目教育後、二年目教育前後、三年目教育前後の5時点で、教育が「普段の生活に役に立つ」程度を4件法で評定し、理由を記述する質問紙を用いた。結果は自死遺族の体験談を用いた三年目教育後の肯定的回答率に注目した。A校93.8%、B校87.6%、C校87.8%、D校72.5%で、教育前より20.9～30.3ポイント増加した。理由の上位は[自殺予防の対処法を活用したい]、[いい話を聞いた・いのちの大切さを学んだ]、[自殺予防の対処法を活用しよう]で、意欲や志向性の向上が見られた。

研究成果の概要(英文):This is a longitudinal study, effects of Suicide Prevention Education for four high schools students who entered in 2013 year in Yamanashi Prefecture, for three years. Data was collected at five points: after First education, before/after Second education, and before/after Third education. Students were given questionnaires to evaluate the education on its "usefulness to usual life" on a four-point Likert scale, and to provide an explanation. The results, we focused on the positive response rate after Third education, in which the personal experiences of bereaved family members due to suicide were used. The response rate was 93.8% at school A, 87.6% at school B, 87.8% at school C, and 72.5% at school D, 20.9 to 30.3 points increase in before the education. The most common reasons were "I want to use the way of suicide-prevention", "They gave a good talk/I learned the value of life," and "I will use the way of suicide-prevention". As seen here, there were increased in desire and intentionality.

研究分野：社会科学

キーワード：高校生 学校 自殺予防教育

1. 研究開始当初の背景

(1)平成 24 年の青少年の自殺の現状

日本の「平成 24 年中における自殺の状況」は、自殺者数 27,858 人で、前年に比べ 2,793 人(9.1%)減少し、14 年連続した年間 3 万人台の自殺者数が 2 万人台に減少という大きな変化が見られた。青少年に焦点をあてると、年齢別自殺者数 19 歳以下は 589 人で、前年に比べ 35 人(5.6%)減少したが、他の年代の減少率(8.6%～15.1%)に比べ低かった。職業別自殺者数「学生・生徒等」は、971 人(男性 718 人、女性 253 人)で、前年に比べ 58 人(5.6%)減少した。これらより青少年を取り巻く自殺問題は、対策が急務であることに変わりはない。

(2)自殺予防教育に関する研究の動機

研究者らは、平成 21 年度～所属教育機関の助成を受けて「青少年を対象とした自殺予防教育の推進に関する研究」に着手した。きっかけは、平成 19 年度山梨県が 12-23 歳 2000 人を対象に実施した「青少年の生活意識調査報告書」に衝撃を受けたことであった。そこには約 8 割が将来や勉強について悩みを抱え、「死にたいと思ったことがある」32.3%、この内「相談した」人は 4 分 1 に過ぎなかった。ただし、相談相手は「親友」が半数と最も多かった。

ここから、生徒や学生が深く悩んだ時に、周りにいる同級生や友人に気軽に相談ができる力や校風を育てること、同時に同級生や友人が『いつもと違う』と気づいた時には声をかけたり、友人から悩みを打ち明けられた時には話を聴いたり、自分の力を超える相談には、周りの教員や大人につなぐ力を育てることが、自殺予防の課題解決につながると考えた。

2. 研究の目的

本研究の目的は、山梨県内の 2013 年度に入学した 4 高校の生徒に、3 年間にわたって実施した自殺予防教育の成果を縦断的に検討することであった。

3. 研究の方法

(1)対象者

研究協力が得られた 4 高校、すなわち A 校、B 校、C 校、D 校をモデル校とした。2013 年度に入学したモデル 4 校の生徒のうち、一年目教育、二年目教育、三年目教育を継続して受講した生徒とした。

(2)データ収集期間

平成 26 年 1 月 14 日～平成 27 年 12 月 17 日

(3)自殺予防教育

予防教育のねらいは、「a 深く悩んだ時には周りの友人や教師に相談することができる。b 身近な友人の『いつもと違う』に気づいた時には声をかけることができる。c 友人からの深刻な相談にはじっくり耳を傾けることができる。d 自分の力を超える相談には周りの大人やいのちのセーフティネットにつなぐことができる。」これら 4 つの力を育てるとした。

一年目教育のポイント

生徒が、「予防教育の 4 つのねらい」を知ること、自殺についての自分の認識を知り修正すること、H24 の日本及び山梨県の自殺の現状を知ること、自殺のサインは同時に自殺予防の 10 か条として活用できることを知ること、その自殺予防の対処法は普段の生活の中での自分や友達が困った時の対処行動の中にもあり、「T・A・L・K」のそれぞれを頭文字とする 4 つの対処法「TALK の原則」を知ることであった。

二年目教育のポイント

生徒が、「予防教育の 4 つのねらい」を確認すること、自殺についての自分の認識を再修正すること、H25 の日本及び山梨県の自殺の現状を知ること、一年目教育で学んだ「TALK の原則」の「T」・「L」について状況設定し、友人が『いつもと違う』時の声のかけ方や話の聴き方を生徒相互にロールプレイを通して体験学習すること、「TALK の原則」の「A」・「L」・「K」についても状況設定し、研究者らが講師となってデモンストレーションし、見学を通して疑似体験学習することであった。

三年目教育のポイント

生徒が、「予防教育の 4 つのねらい」を確認すること、自殺についての自分の認識を再修正すること、H26 の日本及び山梨県の自殺の現状を知ること、「自死遺族の体験談」を通して自分の率直な感想や考えをまとめたり、小グループで意見交換したりして仲間の中にも多様な考えがあることを知り・認め合うことを通して、自殺予防を身近な課題として考えることであった。

それぞれのモデル校が予防教育を受け入れた科目は、A 校が「保健体育」(ただし、三年目教育は「体育」)、B 校と C 校は「ロングホームルーム」、D 校が「総合的な学習の時間」で、実施の場所は、A 校は一年目教育、二年目教育、三年目教育の全てを 4 クラスそれぞれで実施した。一方、B 校・C 校・D 校は一年目教育、二年目教育は視聴覚教室で、三年目教育は体育館で一斉に実施した。

三年目教育のグループ編成については、モデル校の研究窓口担当教員に一任して実施した。

(4) データ収集方法

自殺に関する認識

一年目教育前、二年目教育前、三年目教育前の3時点での「自殺に関する10の問い」を多肢選択あるいは二者択一回答法を用いた。

予防教育が「普段の生活に役に立つ」程度一年目教育後、二年目教育前後、三年目教育前後の5時点で、予防教育が「普段の生活に役に立つ」と認識した程度を「大変そう思う」「そう思う」「あまり思わない」「全く思わない」の4件法で評定し、その理由を自由記述とした。

「予防教育の4つのねらい」の達成状況

三年目教育後の時点のみ、それまでに受講した予防教育を踏まえて、「予防教育の4つのねらい」に対する自己の達成状況を「そう思う」「ややそう思う」「どちらでもない」「あまりそう思わない」「そう思わない」の5件法で評定した。

これらは全て研究者らが作成した無記名式の質問紙を用いて調査し、任意回収とした。

(5) 分析方法

自殺に関する認識

モデル校毎に3時点の正答率を単純集計し、三年目教育前の生徒の自殺に関する認識の傾向をまとめた。

予防教育は「普段の生活に役に立つ」程度まずモデル校毎に、それぞれの評定の割合を単純集計した。次に「大変そう思う」「そう思う」を肯定的回答とし、「あまり思わない」「全く思わない」を否定的回答として、5時点での肯定的回答率の推移をまとめた。

そして、モデル校毎それぞれの肯定的回答理由の自由記述及び否定的回答理由の自由記述について、研究者らで協議し、これまでの研究成果²⁾で得られたカテゴリーを用いて内容分析を実施した。データ分析の信頼性は研究者らで協議することで確保した。

「予防教育の4つのねらい」の達成状況

モデル校毎に、それぞれの評定の割合を単純集計し、「予防教育の4つのねらい」について、生徒の傾向をまとめた。

(6) 研究における倫理的配慮

研究倫理審査について

モデル4校に一年目教育、二年目教育、三年目教育の実施及びデータ収集にあたっては、平成25年度、平成26年度、平成27年度毎、山梨県立大学看護学部及び大学院看護学研究

科研究倫理審査委員会の承諾を得て実施した。

予防教育開始時の心理的支援ならびに予防教育終了時の心理的支援について

予防教育は有益であるが、「自殺」や「自殺予防」という言葉は重く、特別な体験を持たない生徒も正常な反応として、軽い不安感を感じることもある。よって、予防教育の導入時、こころの揺らぎについて、「受講中にざわざわとした不安な気持ちになったり、特に身近な人を自殺で亡くした経験があると痛みを感じたりすることは誰にでも起こる当り前の感覚・感情であり、こころが敏感に働いているからこそ起きること」と説明し、必要以上に不安を増強させないようにした。こころの揺らぎへの対処法については、不安な気持ちは友人に打ち明けることで軽減することを説明した。不安が軽減しない場合は、クラス担任や養護教諭への相談を勧めた。

また、予防教育終了時、緊張感や疲労感を軽減するためその場で1~2分程度であるが、呼吸法・筋弛緩法を用いてリラクゼーション体操を行った。

養護教諭への心理面フォロー依頼について

予防教育をきっかけに不安を示す生徒がいることは予想されることから、モデル校管理者の承諾の下で、養護教諭にも心理面のフォローを依頼した。

4. 研究成果

一年目教育、二年目教育、三年目教育を継続して受講した生徒のうち、予防教育の事前ならびに事後調査に同意した生徒は、A校: 97名、B校: 193名、C校: 221名、D校: 244名、計755名であった。

(1) 自殺に関する認識の変化

これについて、特に三年目教育前に実施した調査「自殺に関する10の問い」のうち7つの設問の回答に注目して、分かったことは次の5点であった。

日本における年間の自殺者数については、正答の「約3万人」と回答した生徒がB校、C校、D校は7割程度であったが、自殺者数を交通事故死者数と比較した「約6倍」の正答率は1割前後にとどまった。一方、A校の生徒の年間自殺者数の正答率は6割程度で、交通事故死者数と比較した正答率は3割弱であり増加が見られた。

同世代の自殺者数については、誤答の

「5000人」と回答した生徒がA校、B校、C校、D校とも共通して最も多く5割~6割代であった。また、同世代の自殺の死因順位についてはA校、B校、C校、D校の生徒とも共通して正答の「1位」が最も多

かったことから、モデル校の生徒は同世代の自殺者数は多いというイメージを持っていることが分かった。

自殺をするという人の言動と実際の自殺行為との関係については、A校、B校、C校、D校の生徒とも共通して正答率は増加したが、7割弱～9割弱と幅が見られた。多量の薬を飲んだことと自殺行為との関係については、B校、C校、D校の生徒の正答率は少しずつ増加し7割代であったが、A校の生徒の正答率は逆に少しずつ減少し6割代であり、相違が見られた。

自殺を話題にすることと自殺願望の助長との関係については、A校、B校、C校、D校の生徒とも共通して正答率は増加したが、6割弱～8割強と幅が見られた。

「自殺に関する認識の10の問い」の正答と解説や自殺についての自分の認識の修正等は、一年目教育、二年目教育、三年目教育のそれぞれの中で、例えば交通事故死者の具体的な数値(平成26年の場合は4113人)を示してきた。しかし、日本の自殺が深刻な問題であることを印象的に説明できたかについては言及できていないので、今後の課題である。

(2) 予防教育の「普段の生活に役に立つ」程度

これについて、まずモデル4校の一年目教育後、二年目教育前後、三年目教育前後の5時点における、予防教育は「普段の生活に役に立つ」程度の肯定的回答率の推移を図1に示した。続いて、これらの推移から分かったことを3点にまとめた。

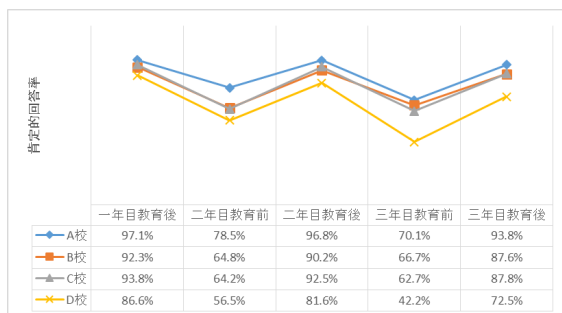


図1 予防教育の「普段の生活に役に立つ」程度

一年目教育後の予防教育は「普段の生活に役に立つ」程度の肯定的回答率は、A校、C校、B校、D校の順に高かったが、これを基準にすると、モデル校の二年目教育前の肯定的回答率は全て減少した。二年目教育後の予防教育は「普段の生活に役に立つ」程度の肯定的回答率も、A校、C校、B校、D校の順に高かったが、これを基準にすると、モデル校の三年目教育前の肯定的回答率は全て減少した。

三年目教育後の予防教育は「普段の生活に役に立つ」肯定的回答率についても、A校、C校、B校、D校の順に高かった。これを三年目教育前の肯定的回答率を基準にして変化を見ると、D校30.3ポイント、C校25.1ポイント、A校23.7ポイント、B校20.9ポイントの順で、全て増加した。

これらの共通点や相違点は、モデル校それぞれの校風や教育課程の特性をはじめ、予防教育を受け入れた科目、教育の時期や次の教育までの期間、授業形態等の違いが影響していると思われる。しかし、二年目教育後、三年目教育後の肯定的回答率がモデル校全てにおいて増加したことから、予防教育を複数回、繰り返し実施することにより、生徒が予防教育を「普段の生活に役に立つ」ものと認識できたことは、大きな成果といえる。

(3) 予防教育の「普段の生活に役に立つ」程度の理由の内容分析

これについては、モデル校毎の予防教育後の「普段の生活に役に立つ」程度の肯定的回答理由、及び予防教育前の否定的回答理由の内容分析に注目した。

A校における回答理由の内容分析

肯定的回答理由の上位は、一年目教育後は[自殺を身近なことから認識した](24名)、[自殺予防の対処法が分かった](18名)であった。二年目教育後は「TALKの原則」の体験学習を取り入れたこともあり、[自殺予防の対処法が分かった](36名)、[自殺予防の対処法を活用したい](24名)が上位であった。三年目教育後は「自死遺族の体験談」を教材として小グループで意見交換を行ったが、[自殺予防の対処法が分かった](16名)、[自殺を身近なことから認識した](15名)、[いい話を聞いた・いのちの大切さを学んだ](15名)が上位であった。

また、否定的回答理由の上位に注目すると、二年目教育前では[自分の周りに自殺をしそうな人はいない](7名)、[自殺を日常的なことと感ぜない](6名)であった。三年目教育前では[自分の周りに自殺をしそうな人はいない](14名)に理由が集中する傾向が見られた。

B校における回答理由の内容分析

肯定的回答理由の上位は、一年目教育後は、[いい話を聞いた・いのちの大切さを学んだ](43名)、[自殺予防の対処法を活用したい](39名)、[自殺を身近なことから認識した](38名)、[自殺予防の対処法が分かった](37名)であった。二年目教育後は、[自殺予防の対処法が分かった](57名)、[自殺予防の対処法を活用したい](50名)、[(包括的に)予防教育は

役に立っている](35名)が上位であった。三年目教育後は、[(包括的に)予防教育は役に立っている](35名)、[自殺予防の対処法を活用しよう](32名)、[いい話を聞いた・いのちの大切さを学んだ](27名)、[自殺予防の対処法を活用したい](26名)が上位であった。

また、否定的の回答理由の上位に注目すると、二年目教育前では[自殺を日常なことと感じない](22名)、[自分は自殺を考えたりしない](16名)、[自分の周りに自殺をしそうな人はいない](12名)であった。三年目教育前では[自分は自殺を考えたりしない](24名)、[自殺を日常なことと感じない](23名)、[自分の周りに自殺をしそうな人はいない](18名)が上位であった。

C校における回答理由の内容分析

肯定的回答理由の上位は、一年目教育後は、[自殺予防の対処法を活用したい](64名)、[自殺予防の対処法が分かった](40名)、[自殺を身近なことと認識した](30名)、[自殺予防の対処法を活用しよう](32名)であった。二年目教育後は[自殺予防の対処法を活用したい](60名)、[自殺予防の対処法が分かった](55名)、[(包括的に)予防教育は役に立っている](28名)が上位であった。三年目教育後は、[自殺予防の対処法を活用しよう](45名)、[自殺予防の対処法を活用したい](33名)、[いい話を聞いた・いのちの大切さを学んだ](28名)、[(包括的に)予防教育は役に立っている](27名)が上位であった。

また、否定的回答理由の上位に注目すると、二年目教育前では[自分の周りに自殺をしそうな人はいない](26名)、[自殺を日常なことと感じない](16名)、[自分は自殺を考えたりしない](11名)、[授業内容を忘れている](11名)であった。三年目教育前では[自分の周りに自殺をしそうな人はいない](39名)、[自殺を日常なことと感じない](23名)が上位であった。

D校における回答理由の内容分析

肯定的回答理由の上位は、一年目教育後は[自殺予防の対処法を活用したい](62名)、[自殺を身近なことと認識した](60名)、[自殺予防の対処法が分かった](37名)であった。二年目教育後は[自殺予防の対処法が分かった](65名)、[自殺予防の対処法を活用したい](40名)、[いい話を聞いた・いのちの大切さを学んだ](27名)、[(包括的に)予防教育は役に立っている](25名)が上位であった。三年目教育後は[自殺を身近なことと認識した](32名)、[自殺予防の対処法を活用したい](29名)、[自殺予防の対処法を活用しよう](45名)、[いい話を聞いた・いのちの大切

さを学んだ](25名)が上位であった。

また、否定的回答理由の上位に注目すると、二年目教育前では[自殺を日常なことと感じない](43名)、[自分の周りに自殺をしそうな人はいない](41名)であった。三年目教育前では[自分の周りに自殺をしそうな人はいない](59名)、[自殺を日常なことと感じない](30名)、[学んだことが役に立ったりしない](26名)、[自分は自殺を考えたりしない](20名)が上位であった。

ここで、最終年度すなわち三年目予防教育後のモデル4校全体の肯定的回答理由に注目した。[自殺予防の対処法を活用したい](104名)、[いい話を聞いた・いのちの大切さを学んだ](98名)、[自殺予防の対処法を活用しよう](97名)が上位を占めたことから、自殺予防教育を縦断的に実施した成果として、自殺予防に対する意欲や志向性の向上が見られたといえるのではないだろうか。

(4)「予防教育の4つのねらい」の達成状況

最終年度である三年目教育後に実施した「予防教育の4つのねらい」調査の肯定的回答に注目して分かったことは、次の4点であった。

「c 友人からの深刻な相談にはじっくり耳を傾けることができる」の肯定的回答の割合は、A校99.0%、B校95.1%、C校93.6%、D校93.0%の順で、共通して最も高かった。「b 身近な友人の『いつもと違う』に気づいた時には声をかけることができる」の肯定的回答の割合は、A校89.6%、B校88.1%、C校85.4%、D校81.6%の順で、共通して2番目に高かった。

「a 深く悩んだ時には周りの友人や教師に相談することができる」の肯定的回答の割合は、B校83.8%、D校76.2%、C校74.4%、A校74.0%の順で高かった。また、B校、D校、C校においては3番目に高かったが、A校においては4番目であった。

「d 自分の力を超える相談には周りの大人やいのちのセーフティネットにつなぐことができる」の肯定的回答の割合は、A校78.1%、D校73.8%、B校72.4%、C校71.7%の順で高かった。また、A校においては3番目に高かったが、B校、D校、C校においては4番目であった。

これらの共通点や相違点も、モデル校それぞれの校風や教育課程の特性をはじめ、予防教育を受け入れた科目、教育の時期や次の教育までの期間、授業形態等の違いが影響していると思われる。しかし、「予防教育の4つのねらい」の4項目が、モデル校全てにおいて

て7割以上の達成状況であったことから、生徒が自己評価する達成状況は高いといえる。

また、「予防教育の4つのねらい」4項目間の比較では、「c」・「b」はモデル校の生徒の8割以上が肯定的に回答していることから、身近な友人からの深刻な相談や友人が『いつもと違う』と気づいたときは対応するという認識は高いといえる。これに比べ、「a」・「d」は一校を除き肯定的に回答した生徒は7割代であったことから、生徒は自身の問題を表出することには苦手意識をもち、友人からの相談に対しては抱え込む傾向があるのではないだろうか。あらためて生徒には自分の問題や友人からの相談において、自身の力を超えたと判断した場合は、周りの信頼できる人に援助を求める力も身につけて欲しいと願わずにはいられない。

平成28年3月18日、「平成27年中における自殺の状況」が公表され、自殺者の総数は24,025人で、前年度に比べ1,402人(5.5%)減少し、18年ぶりに2万5千人を下回った。

しかし、同統計の年齢別自殺者数19歳以下は554人と、平成26年に比べ16人(3%)増加している。これらの実態を踏まえてか、国は平成28年4月1日から施行の自殺対策基本法の一部を改正する法案には、「心の健康保持に係る教育・啓発の推進等」(第17条)が挙げられている。

これからの青少年を対象とした予防教育は、特別講義のような扱いではなく教科科目の中に位置づけることが必要である。今後とも、全ての生徒が学校教育において等しく予防教育を受けられるよう推進していきたい。

<引用文献>

内閣府・警察庁：平成25年3月14日発表「平成24年中における自殺の状況」,2013.

清水恵子他：青少年を対象とした自殺予防教育の推進に関する研究1,山梨県立大学地域研究交流センター2009年度研究報告書.

清水恵子他：青少年を対象とした自殺予防教育の推進に関する研究2,山梨県立大学地域研究交流センター2010年度研究報告書.

清水恵子他：青少年を対象とした自殺予防教育の推進に関する研究3,山梨県立大学地域研究交流センター2011年度研究報告書.

清水恵子他：青少年を対象とした自殺予防教育の推進に関する研究3,山梨県立大学地域研究交流センター2012年度研究報告書.

山梨県教育庁社会教育課：平成19年度山梨県「青少年の生活意識調査」,2008.

高橋祥友編：青少年のための自殺予防マニュアル新訂増補,金剛出版,2008.

木下貴志：自死遺族の体験談,平成21年版自殺対策白書,p87-88,内閣府,2009.

内閣府・警察庁：平成28年3月18日発表「平成27年中における自殺の状況」,2016.
厚労省：自殺対策基本法の一部を改正する法律 概要,2016年4月.

5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

[学会発表](計4件)

清水恵子,清水智嘉,山中達也,大塚ゆかり：

A県B高校生を対象に継続して実施した自殺予防教育三年目の成果,第40回日本自殺予防学会総会,抄録集p240,2016年5月21日,東京コンベンションホール(中央区).

清水恵子,清水智嘉,山中達也,大塚ゆかり：

A県B高校生に継続して実施した自殺予防教育二年目の成果,第39回日本自殺予防学会総会,抄録集p96,2015年9月12日,青森県立保健大学(青森市).

清水恵子:A県D高校生に実施した自殺予防教育の成果,第25回日本精神保健看護学会学術集会・総会,抄録集p130,2015年6月28日,つくば国際会議場(つくば市).

清水恵子,山中達也,大塚ゆかり,中村智嘉,

三澤みのり:A県B高校生を対象に実施した初年度自殺予防教育とその成果,第38回日本自殺予防学会総会,抄録集p109,2014年9月13日,北九州国際会議場(北九州市).

6. 研究組織

(1)研究代表者

清水 恵子 (SHIMIZU,Keiko)
山梨県立大学・看護学部・教授
研究者番号：10381708

(2)研究分担者

清水 智嘉 (SHIMIZU,Tomohiro)
山梨県立大学・看護学部・助教
研究者番号：80735621

渥美 一恵 (ATSUMI,Kazue)
山梨県立大学・看護学部・助教
研究者番号：90468231

(3)連携研究者

山中 達也 (YAMANAKA,Tatsuya)
山梨県立大学・人間福祉学部・准教授
研究者番号：10626485

大塚 ゆかり (OTSUKA,Yukari)
山梨県立大学・人間福祉学部・准教授
研究者番号：20386296