

科学研究費助成事業（科学研究費補助金）研究成果報告書

平成 25 年 5 月 31 日現在

機関番号：14503

研究種目：基盤研究 (C)

研究期間：2010～2012

課題番号：22530740

研究課題名（和文） 教員養成段階における包括的自殺予防プログラムの開発的研究

研究課題名（英文） Research on Development of Inclusive Suicide Prevention Program at Teacher Training Stage

研究代表者

新井 肇 (ARAI HAJIME)

兵庫教育大学・大学院学校教育研究科・教授

研究者番号：60432580

研究成果の概要（和文）：教師の自殺の背景について、1）促進要因として考えられるバーンアウト（teacher burnout）と、抑止要因としてのソーシャルサポート（social support）及びレジリエンス（resilience）との連関構造を明らかにし、そのうえで、2）将来教師をめざす学生を対象に、援助希求性とレジリエンスの向上をめざした包括的自殺予防プログラムを開発することが本研究の目的である。平成 24 年度に教員養成学部 3 回生（140 人）を対象にプログラムを実施した結果、自殺予防に関する認識の深化がみられ、一定の効果が確認された

研究成果の概要（英文）：The first purpose of the present study is to clarify the link structure of the social support, resilience and burnout. The former two is a control factor of the suicide, and the latter is a promotion factor. The second purpose is to develop the inclusive suicide prevention program that aims at the improvement of help desire and resilience for the student who will become a teacher in the future. The deepen of recognition concerning the suicide prevention was seen as a result of executing the program for the third teacher training faculty grader(2012), and the effect of the program was confirmed.

交付決定額

（金額単位：円）

| | 直接経費 | 間接経費 | 合計 |
|---------|-----------|---------|-----------|
| 2010 年度 | 1,300,000 | 390,000 | 1,690,000 |
| 2011 年度 | 800,000 | 240,000 | 1,040,000 |
| 2012 年度 | 1,000,000 | 300,000 | 1,300,000 |
| 総計 | 3,100,000 | 930,000 | 4,030,000 |

研究分野：臨床心理学

科研費の分科・細目：心理学・臨床心理学

キーワード：自殺予防，教員養成，バーンアウト，レジリエンス，ソーシャルサポート，援助希求性

1. 研究開始当初の背景

近年の子どもの自殺の増加を受けて、学校における自殺予防教育の必要性が叫ばれながら、児童・生徒を対象にした自殺予防プログラムは実際にはほとんど実施されてい

いのが現状である。背景には、実施可能なプログラムが極めて少ないこととプログラムの担い手となる教師自身が自殺予防に対する知識や理解を十分にもっていないことが考えられる。また、児童生徒に生命の尊さや

生きる価値を教える教師が、自らの手で生命を断つほどに衝撃的なことはない。実際には、年間70～100人の教師の自殺が生じている。

しかし、これまでに自殺予防プログラムを教員養成段階で実施した例は極めて少ない（実施例としては得丸，2009）。そこで、将来教師となり子どもの自殺予防のゲートキーパーともなる教員養成課程の学生を対象とする「教師自身のための自殺予防プログラム」を開発し、自殺親和意識を低め、危機に際して自殺に結びつかないような心理的態度を育成することをめざした。

米国のカリフォルニア州では、学校のカリキュラムのなかに自殺予防教育を組み入れることの必要性が強調され、1980年代に入ると公立学校の9学年から12学年までを対象とした自殺予防教育が実施されるに至った。その際、教師が自殺予防教育の実施主体となる前提としての教師研修の重要性が指摘されている（Poland.S.1989）。一方、バーンアウト研究においても、教師バーンアウトは構造的に生じる深刻な教育病理としてとりあげられ、その最悪の事態としての自殺の問題にも目が向けられるようになった。

日本でも、米国の研究を受けて80年代から教師バーンアウト研究がはじめられ、同時期に勝俣・佐々木ら（1983年）は「教師の自殺」に焦点をあてた研究を発表したが、その後の進展はほとんどみられない。わずかに、学校現場から教師向け自殺予防プログラムの開発に取り組んだ阪中の研究（1999）や、大学生を対象に「いのち教育」として自殺予防教育を実施した得丸の研究（2009）のなかで、教師の自殺への言及がなされている。

そこで、これまでの教師の自殺に関する研究で有機的に結びつけられることのなかった、社会学・教育心理学などからの統計的な実態調査と因果分析、臨床心理学や精神医学

分野からの事例研究的なアプローチの両者を視野に入れ、その統合を図ることをめざした。学校現場においては、教師集団が自助グループ的な側面を果たしうるという視点から、自殺予防を学校外の専門家に委ねるだけでなく、職場及び学校内外のネットワークにおける相互サポートシステムの確立を可能にするようなプログラムを開発することも重要である。教師の自殺の問題は個人のメンタルヘルスという問題にとどまらず、組織に波及する問題であると考えからである。

以上二点をふまえ、教師個人および学校組織の状況に対応した体系的・包括的な自殺予防プログラムを開発し、プログラムを実施するファシリテーター養成も視野に入れたシステムの構築を図ることを課題とした。

2. 研究の目的

教師の自殺の背景に自己および教職に対する否定感情を伴うバーンアウトの存在が少なくないことから、その抑止要因としてソーシャルサポートとレジリエンスに着目することにした。バーンアウト予防におけるソーシャルサポートの重要性については夙に指摘されているところであるが、最近ではレジリエンスと自殺との関連性についてとりあげる研究も行われ（Fraser Mark W, 1997など）、レジリエンスの高い人ほど精神的健康度が高く、うつになりにくいと指摘する実証的な研究もみられる（中谷・小塩・金子・長峰，2002）。また、オーストラリアでは、青少年の自殺予防教育としてレジリエンスを育むプログラムが実施され、その効果が実証されている（松本，2008）。そこで、ソーシャルサポートの受けやすさを示す被援助志向性（田村，2008）とレジリエンス（精神的回復力尺度，小塩ら，2001）を高める内容を含んだ、効果的な自殺予防プログラムを開発することをめざした。

本研究の目的は、教師の自殺の背景について（１）統計的因果分析と個別的な事例研究とを有機的に結びつけることで捉え直し、（２）教師の自殺の促進要因として考えられるバーンアウトと、抑止要因として考えられるソーシャルサポート及びレジリエンスとの関連構造を明らかにする。そのうえで、自殺予防の具体化に向けて、（３）被援助志向性とレジリエンスを高めるにはどのような側面への働きかけが有効であるかを明確にし、（４）将来教師をめざす学生に有効な教員養成段階における包括的自殺予防プログラムの開発・実施・効果検証することである。

3. 研究の方法

本研究は、（１）教師の自殺の現状把握と学校における自殺予防教育の実施状況、及び教員の自殺予防に対する意識に関する調査（２）教員養成段階の学生のための包括的自殺予防プログラムの開発（３）包括的自殺予防プログラムの実施と効果検証という３段階で進めた。現地調査・フィールドワーク、教師・院生・学生の自殺予防に対する意識調査、自殺念慮を抱いた教師へのインタビューなどを行い、それに基づいて開発した自殺予防プログラムを教員養成段階の学生を対象に実施し、自殺親和度、レジリエンス、援助希求性の変化から効果分析を行い、「教師のための包括的自殺予防プログラム」の具体化をめざした。

まず、（１）教師の自殺の現状把握のために、①教師の自殺に関する米国、日本などの先行研究の分析に基づき、教師という職業に由来する自殺の背景を検討した。②小中高の教師を対象に質問紙調査を実施し、自殺予防教育に対する意識の現状を明らかにした。③バーンアウト度が高い教師に無力感や無意味感あるいは否定的自己概念を抱かせるような要因・メカニズムはい

かなるものかを自殺親和性との関連から分析した。個人の性格特性とともに、職場の状況的要因にも着目し、ブレーキ要因としてのレジリエンスとソーシャルサポートを受け入れる援助希求性との関係について検討を行った。使用した主な尺度は、自殺親和性尺度としては大塚・上里ら（2001）を一部修正したもの、バーンアウト尺度としては、マズラックのMBI尺度を用いた。レジリエンスの測定については小塩ら（2002）の精神的回復力尺度を、ソーシャルサポートについては藤崎・越（2008）の尺度を用いた。③バーンアウト経験をもつ教師を対象に半構造化面接を実施し、自殺念慮や抑うつに陥る心理的・社会的要因について検討を加えた。④悩みを抱えた教師を対象に、学校外で継続的にセルフヘルプグループ（10人程度）を実施し、そこで語られる内容や集団の力動について検討を行った。

次に（２）教師のための包括的自殺予防プログラムの開発に向け、①先進的な取り組みを行っている米国における、教師のための自殺予防プログラムの実施状況について現地調査を行った。②日本における教師のための自殺予防の取り組みや教師のメンタルヘルス教育の実施状況を調査し、自殺予防教育につながる先進的な取り組みに関する情報収集と分析を行った。③理論研究と調査研究、及びフィールドワークの結果をふまえて、教員養成学部学生を対象に自殺予防に関する授業を試行的に実施し、自殺予防プログラムのモデル開発を行った。

そのうえで、（３）包括的自殺予防プログラムの具体化（教材開発）を図り、効果検証を行うため、（２）で開発した自殺予防プログラムを教員養成学部の授業、及び学校現場や教育委員会での教員研修において実施し、その予防効果についての分析を行った。

4. 研究成果

(1) 教員の自殺予防教育に関する意識

①調査の概要：a.調査対象：A 県及び B 県公立学校教員（517 人）b.調査期間：2010 年 7 月～8 月 c.実施方法：無記名式質問紙法，A 県，B 県教育委員会主催の自殺予防研修会実施前に参加者に手渡しで配布し，記入後に直接回収 d.主な質問項目：死や自殺に関する認識及び自殺予防教育の必要性や課題など。

②調査結果：小・中・高いずれの教員も自殺予防教育に対して「関心がある」と「やや関心がある」を加えると 70%に達し，全般的に関心の高さがうかがえた。必要性に関しても同様であるが，関心と比べると若干比率が下がる。教員自身の死や自殺に対する不安の投影や実際に自分が実施主体になることへの躊躇いが影響していると考えられる。実施には 80%以上の教員が困難であると回答している。主な理由としては，「自殺予防教育の知識や経験を持つ教員が少ない」「カリキュラムや教材がない」「死別体験を持つ子どもへの配慮が難しい」などがあげられた。

(2) 教員を対象とする「レジリエンス」及び「ソーシャルサポート」が「自殺親和性」に及ぼす影響に関する調査

①調査の概要：a.調査対象：C 県内の小学校 1 校，中学校 2 校，高校 2 校の教師 153 名（性別：男性 96 名，女性 57 名）年齢構成は，20 代 37 名，30 代 39 名，40 代 29 名，50 代 47 名）b.調査期間：2011 年 11 月～12 月 c.実施方法：無記名式質問紙法，各学校に郵送で配布し，2 週間後に郵送にて回収 d.質問紙の構成：フェイスシートは，性別・校種・教職経験年数・勤務校クラス数・担任の有無・校務分掌を記載。使用した尺度は，自殺親和性尺度（大塚・上里，2001），MBI 尺度，精神的回復力尺度（小塩ら，2002），ソーシャルサポート尺度（藤崎・越，2008）

②調査結果：バーンアウト高群（平均以上）の教師において，レジリエンス及びソーシャルサポートの違い（高・中・低群）が自殺親和性にどのような影響を及ぼしているかを分散分析により検討した結果，レジリエンス高群は低群に対して有意に自殺親和性が低いことがわかった（ $p<0.5$ ）。また，ソーシャルサポート高群も，低群に対して有意に自殺親和性が低いことがわかった。バーンアウト低群においては，両者とも自殺親和性に影響を与えていないことが確認された。教師の仕事がきつい状態にあるとき，レジリエンスが高く，ソーシャルサポートがある教師は，自殺親和性を下げることができると確認された。自殺親和意識を低め，危機に際して自殺に結びつかないような心理的態度を育成する「教師のための自殺予防プログラム」を開発するうえで，個人のレジリエンスを強化し，職場のソーシャルサポートを高めることの重要性が示唆された。

(3) セルフ・ヘルプ・グループのバーンアウト予防効果の分析

教員のバーンアウトを予防するために 2007 年からセルフ・ヘルプ・グループを企画・運営している。

①グループの概要：a.参加者：近隣の小・中・高校特別支援学校の教師 3～20 名 b.ファシリテーター：3 名（新井他 2 名）c.時期：2007 年 5 月～現在，夏・冬・春の休みを除いて月 1 回実施，d.時間：約 2 時間半 e.グループの形態：個人参加のオープンなグループ

②グループのバーンアウト予防効果
セッションのテーマや語りの分析から，教師のバーンアウトは，メンタルヘルスという個人的な問題にとどまらず，教師であることや，学校という組織，教育をとりまく状況と密接につながった総合的な問題であることがわかった。同時に，教師の多くは日常的に

はそれらの問題について語る場を持たないことも示された。学校外のグループでより深く語ることは、新たな気づきや対処の方向性を見いだしたり、参加者の共通性を確認したりすることにつながり、参加者相互のエンパワーメントが行われていると考えられる。自殺予防プログラムの開発において、参加者が相互に語り合うようなセッションをとり入れることの重要性が示唆された。

(4) 教員養成段階における自殺予防プログラムの概要

①プログラムの構成

ここまでの調査結果や米国の先進的なプログラムを参考に、次のような内容から構成される自殺予防プログラムを作成した。

- 1 自殺予防に関する Q&A (導入)
 - 2 青少年の自殺の実態
 - 3 青少年の自殺の原因
 - ・子どもの自殺が起こるのは? (グループワーク)
 - 4 思春期青年期のストレスとその影響
 - 5 自殺の危険の高い児童生徒の見きわめ方
 - ・直前のサインの気づき (グループワーク)
 - 6 自殺の危険の高い児童・生徒への援助方法
 - ・受けとめ方・聴き方・話し方
 - ・適切な対応とは (ロールプレイ)
 - 7 児童・生徒に伝えたいこと
 - ・リフレーミング (グループワーク)
 - 8 自殺予防のための学校内外の連携
 - ・関係機関の認知度調査
 - 9 不幸にして自殺が起こったときの対応
 - ・いじめ自殺の事例 (シミュレーション)
 - 10 日常の教育活動における自殺予防の取組
 - ・今すぐにやれること (ディスカッション)
 - 11 質疑応答・グループでの振り返り・まとめ
- ##### ②プログラムの特徴

上記プログラムは、教員養成段階の学生及び学校現場の教師の自殺予防に対する意識

啓発を主眼におき、大学での授業や校内研修等で実施することを想定して作成した。本プログラムにおいて、グループワークを中心に据えたのは①子どもに関わる者の連携を強化するために、相互の親密さを増す、②自殺の危険の高い児童生徒との関わりへの意欲を高めるため、関わる者自身の所属欲求や承認欲求を充たす、③自殺予防に関する問題解決能力を高める、という理由からである。

また、自殺に関することは重い問題であるため、グループワークを通して、集団で取り組むことで、一人一人の心理的負担を軽くすることも考慮した。

(5) 教員養成段階における自殺予防プログラムの有効性

(4) で示した自殺予防プログラムを、D 大学教員養成学部 3 回生 (145 名) を対象に実施し、その有効性の検証を行った。

①調査の概要：a.調査対象：D 大学教員養成学部 3 回生 (145 人：性別：男性 96 名，女性 57 名) b.調査期間：2012 年 11 月上旬 c.実施方法：無記名式質問紙法，授業前と 2 時間の授業実施後に手渡しで配布し，その場で直接回収 d.質問紙の構成：フェイスシートは，性別・対応がわかるように任意の数字を記入。使用した尺度は，自殺親和性尺度 (大塚・上里，2001)，精神的回復力尺度 (小塩ら，2002)，ソーシャルサポート尺度 (藤崎・越，2008)。授業の感想という形で自由記述を求めた。

②調査の概要：開発した自殺予防プログラムについて，教師を対象に実施することの必要性を尋ねたところ，78%が「必要である」と答え，「どちらかと言えば必要だ」を加えると，90%に達した。自由記述の感想においても，自殺予防教育の必要性を感じたと述べる参加者が大半であったことから，教師をめざす学生の意識啓発という点では成果があつ

たと思われる。自殺予防ということではなじみが薄く、授業に対する心理的な抵抗もあったと思われるが（受けたくない者は出席しなくてもよい。ただし、補講の時に別の内容の授業を受けるように指示した）、自殺問題を身近なこととして受けとり、あらためて児童生徒の自殺の実態や背景にある心理について考えるきっかけになったことは確認できた。

授業内容がどれだけ学生に浸透したかを確認するために、導入の「自殺予防 Q&A」を3か月後の授業で実施した。正答率を比較すると次のような結果となった。

1 自殺者と交通事故死者とを比べると？

58% → 78%

2 死にたいと言っている人は言っているだけで自殺はしない

49% → 82%

3 自殺は突然おきる

33% → 76%

4 死にたいと思うほどのひどい落ち込みは治療できない

50% → 89%

5 自殺は止められない

84% → 94%

さらに、レジリエンスと自殺親和性の変化を見るために対応のあるt検定を行ったところ、有意な変化は見られなかった。知識や認知に働きかけるプログラムによって、短期間でレジリエンスや自殺親和性を高めることは難しいことが示された。日常的な体験活動や実感を伴う取組の重要性が示唆される結果となった。

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)

[雑誌論文] (計2件)

①西康滋, 新井肇, 教師の使命感とバーンアウトの関連についての研究—ソーシャルサポートとレジリエンスの抑止効果に着目して—, 生徒指導学研究第10号 pp.36-46 2011年 査読有

②新井肇 管理職のメンタルヘルスマネジメント・形だけでない実際的な支援の在り方

月刊教職研修 9月号 pp.42-43, 2012年, 査読無

[学会発表] (計5件)

①新井肇, 自殺予防教育の現状と課題 (フォーラム子どもの自傷行為と自殺—現状と予防教育—において), 日本生徒指導学会第11回大会, 2010年11月7日(日), 文教大学越谷キャンパス

②新井肇, 森谷寛之, 高野久美子, 森崎美奈子, 阿部雅俊, 田中幸子, 木下浩 日本心理臨床学会第30回秋季大会 職能委員会企画シンポジウム 自殺対策に関する本学会の取り組みを考える(5)—自殺対策基本法制定から5年目の現在—(指定討論) 日本心理臨床学会, 2011年9月2日, 福岡国際会議場

③新井肇, 教員の自殺予防に関する意識の現状 (フォーラム学校における子どもの自殺予防教育の現状と課題において) 日本生徒指導学会第12回大会2011年11月6日, 香川大学

④新井肇・阪中順子・古谷大輔, 教員の自殺予防に関する意識の現状—アンケート調査から見えてきたもの—, 日本自殺予防学会(一般演題) 2011年12月17日, 沖縄コンベンションセンター

⑤新井肇・小田切倫子, 自殺予防教育の必要性と具体化に向けての課題 (フォーラム自殺予防教育の実践—生命尊重教育の取組—において), 日本生徒指導学会第13回大会 2012年11月11日, 国立オリンピック記念青少年総合センター

[その他]
ホームページ等

教師のためのセルフ・ヘルプ・グループ

www.homepage3.nifty.com/knckkansai/gakkouno.htm

(学校の人間関係研究会, 兵庫教育大学教職大学院生徒指導実践開発コース内)

6. 研究組織

研究代表者
新井 肇 (ARAI HAJIME)
兵庫教育大学・大学院学校教育研究科・教授
研究者番号: 60432580