

# SOS の出し方教育の対象は子どもだけか？ — Work Discussion 法による教師への支援 —

## Is the “SOS Education” for children only? Supporting teachers by “Work Discussion” method

松本拓真（岐阜大学）

MATSUMOTO Takuma Gifu University

### 要旨

子どもへの自殺予防として SOS の出し方教育の推進が求められているが、本論ではその現状と課題を検討する。文献研究から、SOS の出し方教育の実践は徐々に蓄積されていっているものの、その効果への評価は十分に検討されていないという課題が明確となった。SOS を出すことを援助要請と考えることで、援助要請研究が SOS の出し方教育の計画にも評価にも援用可能ではないかと考えられた。しかし、援助要請研究にも発達的な観点、縦断的な観点からの検討が不十分だという課題が浮き彫りとなり、その研究の発展により、早期の介入の必要性や、どの学年にどんな介入をするかの理解を洗練できると考えられた。また、SOS の受け手としての教師や学校も意識を変えていく必要性も文献研究と事例研究から示された。そして、教師・学校への介入として Work Discussion 法の可能性について提案したが、これらはまだ発展途上の領域であり、今後の研究が望まれる。

キーワード：SOS の出し方教育、自殺予防、Work Discussion 法、援助要請

### 1. SOS の出し方教育の背景

一人の人が自らの意志で自分の人生を終える選択をすること、特に子どもがそのように死んでいくことが残された者にもたらすインパクトは非常に大きい。「なぜ死んでしまったのか」

「これほど悩んでいることになぜ気付いてあげられなかったのか」「なぜ辛いと言ってくれなかったのか」「自分たちがいる世の中に希望を見いだせなかったのか」「私たちが恨んで死んでいったのではないだろうか」といろいろな思いが生じることであろう。自殺への対策は一人の人間の命を守るだけでなく、その人を取り巻く多くの人を守るためにも必要なことである。

学校の中での自殺予防教育は、2000 年代から見られはじめ（阪中、2003 など）、最近でも多くの実践が報告されている（窪田ら、2016；川野・勝又、2018 など）。しかし、自殺予防教育プログラムを保護者等との合意形成を図った上で実施した割合は日本の学校全体の約 1.8% に留まることから、2018 年 1 月 23 日に文部科学

省・厚生労働省共管で「児童生徒の自殺予防に向けた困難な事態、強い心理的負担を受けた場合等における対処の仕方を身に付ける等のための教育の推進について」、いわゆる SOS の出し方教育の推進に関する通知がされた。その背景には、自殺予防の対策が進んだことで日本の自殺は減少傾向にあるとはいえ、若者の自殺はほとんど変化していないことがある。2018 年に厚生労働省より発表された自殺対策白書によれば 15 歳～34 歳の若い世代の死因の第 1 位が自殺になっているのは先進国では日本のみである。岐阜県においても、10 代の自殺による死亡率は 10 万人当たり 2～3 人程度で全国平均と同じではるものの、平成 24 年から 28 年の合計で、10～14 歳の 3 人、15～19 歳の 32 人が自殺で亡くなっていることがわかっている（岐阜県、2018）。これは自殺率という数値で考えればそれほど高くないと感じられるかもしれないが、岐阜県内で中学生以下の子どもが 1 年に約 1

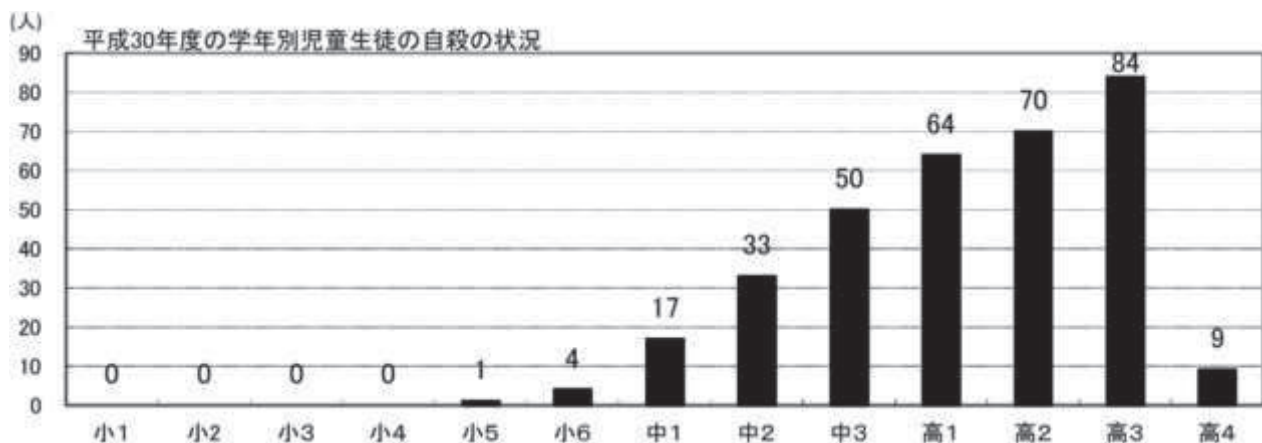


図1. 平成30年度の学年別児童生徒の自殺数 (文部科学省, 2019)

人、自殺で亡くなっていることを思えば、悲痛なデータといえるのではないだろうか。

そのようなことを予防していくために、SOSの出し方教育が求められたのだが、その通知の内容は主に以下の4点である。

1. 養護教諭, SC (スクールカウンセラー) などがTT (ティームティーチング) で入るメリットはあるが担任教師主体で行われることが望ましい。保健師, 社会福祉士, 民生委員なども活用することも有効である
2. 相談窓口 (24時間子供SOSダイヤルやチャイルドラインなど) を周知する
3. SOSの受け止め方教育とセットで行う
4. 地域自殺対策強化事業を活用する

そして、「各学校や地域の実情を踏まえつつ、各教科等の授業等の一環として、SOSの出し方に関する教育を少なくとも年1回実施するなど積極的に推進していただくようお願いします」と通知されている。これによって各地の学校においてSOSの出し方教育が推進されることとなった。

## 2. 自殺対策としてのSOSの出し方教育

自殺予防としての教育でありながら、なぜSOSの出し方教育となったのだろうか。もっと自殺を防ぐことに直接的な介入をするべきではないだろうかという疑問が生じる。例えば、自殺の発生の原因となるものを積極的に減らしてい

く、なくしていくという方法は取れないのだろうか。また、図1.の統計にあるように、自殺者数は小学校・中学校を合わせてもせいぜい30%ぐらいであり、圧倒的に高校が多いことを考えれば、自殺予防教育は高校にのみ行えば十分ではないかということもできるだろう。これらの疑問が自殺の特徴と深く関わっていると考えられるため、その特徴を明らかにしていく。

まず自殺の予測に関して、代表的なものにJoiner (2009)の自殺の対人関係理論 (Interpersonal theory of suicide) が挙げられる。図2に示すように自殺願望は、現実にと人のつながりがなく、孤立している状態である「所属感の減弱」と、自分が生きていることが周囲の迷惑になっている、自分がいなくて周囲は幸せになれるという認識である「負担感の知覚」が重なることで生じる。しかし、それがすぐに自殺の実行につながるわけではなく、人が自殺行動を起こすには自殺へのハードルが下がることが重要である。それが「後に獲得された自殺潜在能力 (acquired capability for suicide)」である。それはリストカットのような非致命的な自傷行為、摂食障害やアルコール・物質乱用、慢性疼痛を抱える病気、手術、格闘技やけんか等といった身体的な痛みの経験によって高まり、死に対する恐怖感が減り、身体を傷つけることに慣れたり、疼痛に鈍感になったりすることで自殺の準備状態を整えてしまうと考えられている。自殺のリスクは、様々な要因が挙げられている中で、この自

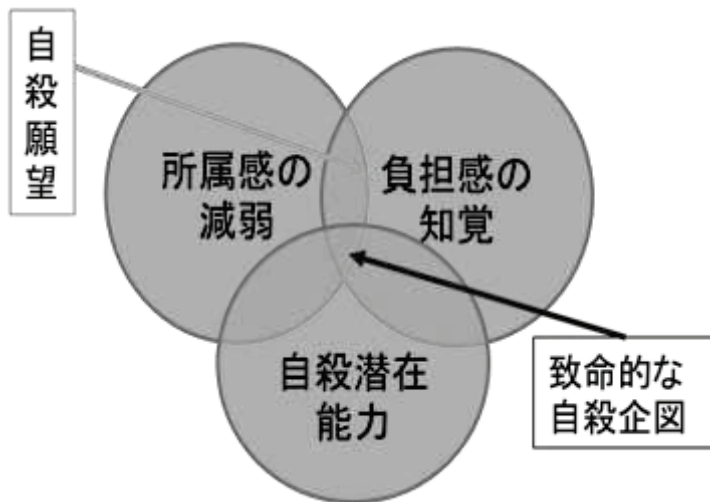


図2. 自殺の対人関係理論 (松本, 2015 より)

自殺の対人関係理論は将来の自殺関連行動を予測するエビデンスを示している (Christensen et al., 2013)。しかし、説明する分散は 30%程度で限定的であり、自殺を予測することがいかに困難であるかを示しているともいえる。なぜなら、全く予兆もない突発的な自殺も一定数見られることや、自殺を完遂してしまった者にインタビュー調査などをすることができないため、その原因を特定するという研究は原理的に不可能だからである。

自殺の原因の特定が難しく、そこにアプローチすることが困難であるとするならば、自殺予防は何を対象にすればよいだろうか。末木 (2017) は自殺とその予防に関する文献をレビューする中で、「自殺死亡の予防ではなく、自殺念慮の予防が大事」という方向性を提起している。ここには、自分で死ぬことを選ぶことは本人の自由意志だから尊重すべきではないかという意見に対する反論が含まれている。確かに、想像を絶するぐらい辛く、誰も助けにならない、助けを求めることができない状況に置かれている人が自殺に救いを求めることを誰が非難できるだろうか。しかし、自殺は通常の心の状態として決断しているわけではなく、何らかの精神疾患などの病的な状態によって決断されると理解できるため、そのように自殺したいという気持ちに至るプロセスを予防することが求められるのである。松本 (2015) は自殺を考える人は「死にたい」ので

はなく、「自分が抱えている困難な問題を解決したい」のだが、現状ではなかなか建設的な解決策が見つからず、「死ぬしかない」と考えているという。さらに、「死にたい」と誰かに告げることは「死にたいくらいつらい」ということであり、「もしもこのつらさを少しでもやわらげることができれば、本当は生きたい」という意味であり、援助者が自殺そのものではなく、その背景の困難の解決を考えていくことを提案している。

このことは学校の中での自殺は小学校・中学校よりも高校の方がはるかに多いのだから、高校にだけ介入した方がよいではないかという疑問への答えでもある。自殺を止めるのではなく、自殺をせざるをえないと感じるようになってしまふことを止めることを自殺予防の目的とするならば、実際に自殺を企図する年代よりも前からアプローチすることが不可欠である。SOS の出し方教育が自殺予防であるのはそのためだと理解できる。自殺をしたいという気持ちが生じてしまう前に、誰かに助けを求めることができる、誰かから助けてもらうことができる、そのような環境を作っていくことが SOS の出し方教育の狙いなのである。これは厚生労働省 (2017) の自殺総合対策大綱のサブタイトルが、「自殺をなくす」ではなく、「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して」であることにも表れている。

### 3. SOS の出し方教育の研究の現状と課題

SOS の出し方教育は 2018 年に通知が出たばかりであり研究数は少ないものの、現在は実践が蓄積されつつある。その代表的なものは東京都教育委員会 (2018) の「SOS の出し方に関する教育」を推進するための指導資料だろう。授業で活用できる教材を DVD として配布しているため、学校現場ですぐに活用できるという利点があり、ストレスマネジメントの方法や相談機関の紹介といった必要な情報が含まれていることに加え、ワカバという歌手の「あかり」という曲と映像のインパクトが強いために、児童生徒の心に残りやすい内容となっている。「小学校」「中学校」「高等学校」編があり、基本的な内容

は一緒ではあるが、各学年で理解しやすいように表現が異なっている。岐阜県においても、東京都教育委員会の指導資料を参考にした形で授業が行われており、例えば山県市中学校への実践は2019年9月5日の朝日新聞の地域欄にて紹介されている。

実践の蓄積をさらに洗練させていくためには、その実践を何らかの方法で評価し、効果を検証し、改めるべきところを改めていくというプロセスが必要である。末木(2017)が指摘するように、自殺死亡率はそもそも少数であるために、それをアウトカムとした効果検証を行うためには膨大なサンプル数が必要になるために、そのような研究は行われてきていない。ただ、SOSの出し方教育は、自殺自体を止めるのではなく、自殺せざるをえないと感じるようになってしまう前段階で止めることを目指した教育であるわけなので、それに即した効果の検証が必要である。井門・梅村・川俣(2019)は中学生にSOSの出し方教育の授業を行い、その直前・直後で自尊感情には変化は見られなかったものの、SOSを出すことが有益と思う割合が有意に変化したという効果検証を報告している。学校における自殺予防プログラムであるGRIPも授業後に大人への相談へのポジティブな態度や被援助欲求に実施前後で有意な差があったと報告している(川野・勝俣, 2018)。しかし、授業前後の評価は授業実施者の期待が児童生徒の回答にバイアスとして混入しやすい上に、その授業の長期的な効果の持続を評価できない。授業直後だけに限定されない、長期の影響を評価する必要があるだろう。

また、SOSの出し方教育を小学校・中学校から始めることの意義として、自殺をせざるをえない状況になる前に早期に介入することが重要だと上述したが、それが本当にそうなのかの検証も必要であろう。そして、小学生・中学生・高校生の発達の違いを考慮すれば、それぞれに同じ内容を提供することが有益かどうかの検討も不可欠だろう。SOSの出し方教育が、どの学年ではどのような介入を行うのが望ましいかといった点でも、各学年でのSOSの出し方教育の

効果を検討する評価方法を構築することが課題として残されている。

#### 4. 援助要請研究から見た課題

SOSを出すことを「援助要請行動」と考えれば、援助要請の研究の知見をSOSの出し方教育の評価に援用することができるだろう。援助要請(help-seeking)研究は、困ったときに人がどう助けを求めるのかという社会心理学的な研究、学習時に他者に教えてもらう行動の意義を検討する教育心理学的な研究、メンタルヘルス的な問題を抱えたときに周囲の人や専門家にどう援助を求めるのかという臨床心理学的な研究として発展した歴史を持つ研究分野である(水野・石隈, 1999)。日本においても様々な研究が蓄積されてきている(水野ら, 2017)。

援助要請行動をSOSを実際に出すことと同義で考えることが可能だろうが、Ajzenの計画的行動理論を元にとすると、「もし実際にニーズが発生した場合、どの程度援助要請しようと思うのか」である援助要請意図が、実際に援助を求める行動につながると考えられている(水野ら, 2017)。そして、この援助要請意図には、援助要請の必要性の認識やスティグマへの耐性などからなる援助要請態度が影響することがメタ分析の結果から得られている(Li et al., 2014)。この援助要請態度と援助要請意図は行動と対比した時に認知的な側面を扱っているといえるために被援助志向性という概念で包括されることもある。水野・石隈(1999)によれば被援助志向性は、「個人が情緒的、行動的問題および現実生活における中心的な問題で、カウンセリングやメンタルヘルスサービスの専門家、教師などの職業的な援助者および友人・家族などのインフォーマルな援助者に援助を求めるかどうかについての認知的枠組み」として定義される。これらの概念の関係をまとめれば図3のように示すことができるだろう。東京都教育委員会の指導教材に代表されるようにSOSの出し方教育が児童生徒に対する授業にて実施されるとすれば、自傷・自殺に至ろうとするタイミングとその授業が重なることは稀である。そのため授業は援助要請行動に直接



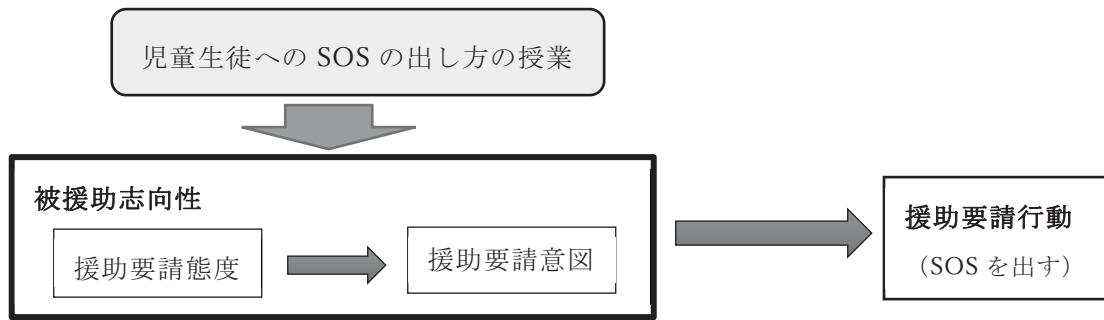


図3. 援助要請の観点からみた SOS の出し方教育の効果モデル

アプローチするというよりは、被援助志向性に影響する効果があると考えられるだろう。

しかし、同じ授業を行っても、児童生徒の援助要請への効果はその児童生徒の発達段階によって同じではないことが予想できる。永井(2009)は小学4年生～6年生までを対象に学校生活満足度、悩みの経験、抑うつが援助要請意図にどう影響するかを調査している。それによると、学校生活において承認されているという経験は友人に対して、教師に対して援助要請意図を高めるが、からかいや嫌がらせを受け、不適応感が強い子どもは、友人に対して援助要請意図が低くなるが、教師に対しては高くなる傾向があることが示唆された。また、教師への援助要請意図は4年生がもっとも高く、学年が上がるにつれて減少していく傾向にあることが示されている。永井(2012)によると、中学1～3年生の援助要請意図は、友人＞保護者＞教師という順に低くなっていることから、教師への援助要請は小学校低学年、中学年頃をピークに次第に減少していくことが予想できる。これは第二次反抗期などと呼ばれる思春期の発達を想定すれば妥当な結果といえるだろう。永井・新井(2007)により、中学生においては「自助努力」を求めるほど相談をしなくなる傾向が得られていることも同様の点から考えることができるだろう。飛谷(2019)は「心理療法的支援が必要な中学生は、多くの場合、心の状態は中学生ではない」という逆説があることを指摘しており、中学生はグループ生活に軸足があり、一時的な無思考状態にある人たちであり、大人は、心配し、眉をひそめ、時に攻撃され、馬鹿にされる対象として身を差し出し

ていればいいかもしれないといった対応について提案している。

このような援助要請の研究の知見から、SOSの出し方教育の授業が小学生と中学生において違った体験となる可能性が示唆されている。小学生ではSOSを出すことの意味を伝えられることを素直に受け止めることができ、被援助志向性を高めたとしても、中学生では自助努力への侵害と体験され逆効果になる可能性もあるのである。しかし、被援助志向性が小学生で高まっていたとしたら、それがその後の発達の中でも肯定的な影響を持つことも予想される。本田(2015a)は援助要請が出せない子どもに対して、子どものタイプ別に介入を実施した事例を報告している。援助要請への介入を行っている点で先駆的であるが、介入前後に信頼性・妥当性が確認された尺度を用いるなどの外的基準を用いた評価を行っていない。今後は援助要請研究をこのような介入の評価尺度として用いて、エビデンスに基づいて修正していくプロセスが求められる。

本田(2015b)は援助要請研究の発達の観点からとらえなおす論考の中で、援助要請とアタッチメントの類似性を指摘している。アタッチメント研究の中では、Strange Situation法(SSP)によって生後12か月児にも個人差のパターンがあるとされており、回避型と呼ばれるグループA(Aタイプアタッチメントとも呼ばれる)は、母親との分離に苦痛を示さず、母親を避けようとするような行動が見られることが報告されている。このAタイプの子どもは探索を多くするとされているが、ストレスと強く関連している心

拍数や血中のコルチゾール値を調べてみると、実は探索の際に大きなストレスを経験しているといった結果が得られており (Spangler & Grossmann, 1993)、本来ならば援助を求めたい状態であるのにも関わらず、それを求めることができない状態にいと考えることができる。アタッチメント研究は必要な援助要請行動をとれない傾向が生後 1 年からすでに見られ始めていることを指摘しているだけでなく、長期的な影響があるという調査結果も提起している。例えば、Waters & Cummings (2000) は、12 ヶ月時に SSP を行った被験者が、20 歳になったときに成人のアタッチメントの評定方法である Adult Attachment Interview を実施し、A, B, C の 3 タイプの分類で 64% の一致率が見られていることを報告している。そこで、連続性が認められなかった被験者が、大きな養育環境の変化を経験している傾向があることが分かっており、そのような大きな変化がないかぎり、乳児から成人になるまでのアタッチメントに連続性があることが示唆されている。子どもはアタッチメント人物との日常の経験から、どうしたらアタッチメント人物と接近でき、アタッチメント人物が応答してくれるのかを予測するためのモデルである「内的ワーキングモデル」(Bowlby, 1969/1982) を構築し、そのモデルに沿って情報の捨選択をしていくことでモデルが変化しにくくなっていくことが想定されている。

アタッチメント理論と援助要請が類似の概念であることを考えれば、早期に形成された援助要請のパターンは、その後の発達においても引き継がれることが予想されるので、自殺が完遂されるようになる前の小学生に介入することの重要性を示唆しているようである。しかし、山本・齊藤 (2019) はここ 10 年の援助要請研究の動向をレビューする中で、日本の援助要請研究では、発達の視点からの研究がほとんどなく、縦断研究・コホート研究などの研究の必要性を示唆している。本当に早期からの介入が後の援助要請に影響するのかは、SOS の出し方教育をどの時点で行うのかを検討する上で決定的に重要であるため、今後の研究が望まれる。

## 5. 教師・学校への介入の必要性

中学生に授業による効果が薄いとすれば、他にどのような介入をすればよいかは、現状の SOS の出し方教育の知見では提起されていない。樋口・森山 (2018) は精神科医や NPO 法人職員など自殺対策の専門家を対象に SOS の出し方教育の適切な在り方を模索した研究の中で、教職員全体で生徒を育てる意識の向上が不可欠であることを指摘している。子どもに授業という形で SOS の出し方教育を行うという方法以外に、教職員に介入する可能性を示唆した点で重要な指摘ではあるが、提案された対応策は乏しく、実際に教師をどのように支えるかという視点は提起されていない。

援助要請研究からこの点についてどのような示唆が得られるだろうか。中学生は援助要請の数よりも援助要請後に提供された援助がポジティブと思うかどうか適応への影響が強いことが報告されている (本田・新井, 2008)。また、自殺念慮などの深刻な悩みを持っている生徒が、援助してくれる大人の存在を感じられるほど援助要請が高いという知見もある (Pisani et al., 2012)。このように実際に児童生徒から SOS が出された時に、誰かが気づき、適切に対応する中で、児童生徒が SOS を出して良かったと経験できることが児童生徒が援助要請を適切に出せるようになるために重要といえるだろう。このような視点は、SOS を出せないことを児童生徒の責任にするのではなく、大人側が SOS を受け止められる態勢を整えられるという点で、多くの児童生徒を支えることができる社会につながっていくことが期待できる。援助を求めなければならぬと考えられている環境は窮屈であるし、児童生徒の主体性が尊重されているとはいいいがたい。児童生徒が援助を求めた際には良かったと思えるような準備がされている環境を整備していくことこそが SOS の出し方教育の目標といえるのではないだろうか。

学校という場において子どもの SOS に気づき対応する役割は教師に期待されるが、教師は多忙な業務の中で、児童生徒の出すわずかな SOS

に対する敏感性を維持しておくことは可能なのだろうか。優秀な教師であるという意識は、助けを求めることを負け、未熟さ、甘えと考えたり、援助を求める人を弱い人、信頼できない人だと認識させたりはしないだろうか。先述した自殺の対人理論からすれば、負担感の知覚が自殺願望を構成する要因であることが指摘されていることを考えれば、児童生徒が教師に SOS を出したときに、教師が負担に感じていると児童生徒が思ったとすれば、それは致命的な影響を与えてしまうことがあるかもしれない。

### 事例：A 子（中学校 1 年生）

ここで学校という特徴が SOS を受け止めることを難しくする好例を紹介する。プライバシーの観点から、個人情報については大幅に改変して報告する。A 子は 2 学期の後半ぐらいから「周りの数人からきつい目で見られる」、「自分が近づくと話を止めてこそこそと話す」などが気になるようになり、いじめを受けていると担任に訴えた。A 子から相談を受けた保護者も担任に相談をして、クラスに調査をするように担任に求めた。それを受けた担任は、早急に加害者と思われる子どもや周囲の子どもから聞き取りを行うが、誰も A 子をにらんだり、仲間外れにしたりといった事実は聞こえてこない。担任から見れば、A 子はもともと人付き合いの苦手な子どもであり、友達と呼べるような存在もいなかったために、A 子の思いこみだろうと担任は考えるようになった。そして、担任は A 子と母親に対して、「いじめはなかった」と報告した。それに対して、自身の訴えをわかってくれないと傷ついた A 子と保護者は校長に訴え、さらなる調査を求めることとなった。

その中でスクールカウンセラーが A 子と面接をすることになった。スクールカウンセラーは A 子の話を良く聞き、以前にもいじめられたと感じるようなことはあったのかを聞いていった。すると、A 子は小学校 4 年生の頃も似たようなことがあり担任に相談したら、よく話を聞いてくれて力になってくれたことを思い出した。そして、その時の担任のように今の担任にも親身

になって自分の話を聞いてほしかったのだと話した。その話をした後には、A 子はいじめが調査によって発見しにくいことは十分に理解しており、何の証拠も出てこないことは仕方ないと思っていたが、担任に自分が嘘をついているとされたことに傷ついたことが話された。

この事例の担任教師は A 子と保護者の訴えに対して、迅速に対応し、適切に調査をして、その結果を報告しただけだともいえる。ある意味では的確に仕事ができる人と評価されることもあるだろう。日々起こる学級の課題を解決していくことを求められている教師にとっては、調査をして、解決して、次の課題に向かうといったスピードが重要になるのだろう。しかし、A 子からすれば、それは自分の SOS を適切に受け止めてくれたとは感じられなかったために、その後のさらなる訴えにつながったと考えられる。ここでは事実を明確にすれば適切な解決が訪れるというものではないことを意識しておく必要があるのだろう。

田村・石隈（2001）は中学生教師への調査によって、教師自身の被援助志向性に個人差があること、同僚に助けてもらうことに抵抗感を持っている教師はバーンアウトの危険性が高いことが指摘されている。バーンアウトとは長期間にわたり人を援助する過程で、心的エネルギーがたえず過度に要求された結果、極度の心身の疲労と感情の枯渇を主とする症候群であり、卑下、仕事嫌悪、思いやりの喪失をきたした状態である（Maslash, 1982）。教師が援助要請を出せないことで、バーンアウトにつながり、その教師が児童生徒への思いやりを喪失すれば、児童生徒たちがますます援助要請はデメリットが多いと誤って学習してしまう危険性がある。また、教師が辛そうにしていたら、敏感な児童生徒は自分が負担をかけてしまっていると感じてしまうこともあり、SOS が出しやすく受け止めやすい環境とは対極の環境が作り出されていってしまう危険性がある。

### 6. Work Discussion 法の可能性

私は A 子の事例は、教師個人が不適切だった

として解決する問題ではないと考えている。そのようにして SOS の受け止める環境づくりを教師一人ひとりに担わせるとしたら、さらなる負担を教師に負わせるだけになってしまうだろう。心配を抱えている子どもを誰かが心に置き続けておくことが大切と思える学校風土を学校全体として高めることが重要なように思われる。そこにスクールカウンセラーなどの教育支援職が果たせる役割は大きいだろう。しかし、実際のところどのようにこのような学校風土を作っていくことができるだろうか。

私が専門としている精神分析的心理療法には、その応用的なアプローチとして「Work Discussion 法」がある (Rustin & Bradley, 2008)。2006 年にイギリスの教育技能省／厚生省が「優れた実践モデル」として認定しており、学校が不安を抱えておける機能を回復するために役立つアプローチである。実際に日本においても、学校での教育相談委員会などに活用し、学校の機能不全や一人一人の教師が「教育者として生き残る」ことを目指した実践が日本でも行われている (鈴木, 2010)。

具体的な方法は、できれば職員室などではない非日常の空間に 5～10 名ぐらいが集う。頻度は週 1 程度が推奨されるが、隔週ぐらいでも機能する可能性が高いとされている。学校で行われる場合は、ある学年集団、生徒指導委員会、教育相談委員会、主任級のメンバーなどでグループを構成することが考えられる。各メンバーが職場での一場面の観察した内容を発表し、そこから各メンバーが感じたこと、理解したことを自由に話してディスカッションするのが基本的な形である。目的はよくある会議のような解決策の発見ではなく、そこで報告される子どもの心との接触であり、ひいては自分自身の心との接触でもある。そのためにすぐに効果のようなものを体験できるわけではないが、現実において子どもや組織との関係の中で翻弄されている「訳のわからない仕事」を、何に立ち向かっているのかがわかる「意味のある苦労」に変容することがこの方法の目的といえるかもしれない。

心理療法と観察技法に習熟したセミナー・リ

ーダーが、メンバーの報告した観察場面の理解とともにディスカッションのグループで起こっている心性の理解を深めるように介入をする。社会的に自立した大人は、公共の場面で自身に寂しさ、不安、退屈、屈辱、嫉妬などがあることを話さないことが多いし、そもそもそのような気持ちがあることを認めたくもないだろう。すると、子どもの問題行動の奥にそのような気持ちがあったとしても、その気持ちを認識することは自分自身の中の気持ちにも触れることにもつながってしまうので無意識に気づけなくなってしまう。それをリーダーの助けにより普段は触れないような気持ちに触れていくことで、児童生徒への理解が広がると同時に、頼れる場所や仲間がいるという安心感が生じる。精神分析的な観察の考えでは、観察した教育実践場面の力動は、ディスカッションに参加するグループメンバーの力動そのものに現れると考えるため、ディスカッションの場も観察材料になる。この体験により教師が「教師らしさ」「忙殺された日常」により阻害されずに、率直に援助要請を出せるようになっていくことが、子どもたちが援助要請は役に立つと感じることに影響する可能性があると考えている。

この方法を学校に導入することは多くの教師から反対にあうことだろう。「気持ちを話すことに何の意味があるのか」「早く解決策にたどり着き、問題を処理したいのに」「学力向上や部活の活性化の方がよほど求められているのに」などの気持ちが生じることだろう。この反発こそが学校という組織が心を考えるということが軽視されやすい傾向にあることを示しているのだと思う。そしてもともと性格は違ったとしても A 子の事例のような教師が求められて、育ってってしまう。Work Discussion 法は一人一人の教師への介入というよりも、学校の中のアンチ SOS 的な風潮への介入ということができるのだろう。しかし、これについては今後の実践を積み重ねていく必要があるし、他の SOS の出し方教育が抱えている課題と同様に児童生徒にどう役に立つかという点で効果検証をしていく必要がある。



## 7. 文献

- Bowlby, J. (1969/1982): Attachment and Loss: Vol. 1 Attachment. The Hogarth Press.
- Christensen, H., Batterham, P., Soubelet, A., & Mackinnon, A. (2013): A test of the interpersonal theory of suicide in a large community-based cohort. *Journal of Affective Disorders*, 144 (3), 225-234.
- 岐阜県 (2018): 第3期岐阜県自殺総合対策行動計画. [https://www.pref.gifu.lg.jp/kodomo/kenko/jisatsu-taisaku/index.data/01\\_keikaku\\_honbun.pdf](https://www.pref.gifu.lg.jp/kodomo/kenko/jisatsu-taisaku/index.data/01_keikaku_honbun.pdf) (2019年3月20日取得).
- 樋口麻里・森山花鈴 (2018): 自殺対策における予防教育への支援者のニーズ: SOSの出し方教育の在り方に対する一考察 (特集 自殺と社会). *社会と倫理*, 33, 85-101.
- 本田真大 (2015a): 援助要請のカウンセリング「助けて」と言えない子どもと親への援助. 金子書房.
- 本田真大 (2015b): 幼児期, 児童期, 青年期の援助要請研究における発達の観点の展望と課題. *北海道教育大学紀要 (教育科学編)*, 65 (2), 45-54.
- 本田真大・新井邦二郎 (2008): 中学生の悩みの経験, 援助要請行動, 援助に対する評価 (援助評価) が学校適応に与える影響. *学校心理学研究*, 8, 29-39.
- 井門正美・梅村武仁・川俣智路 (2019): 「SOSの出し方教育」の実践とその検討—理論と実践を往還し続ける教師. *北海道教育大学大学院高度教職実践専攻研究所紀要*, 9, 73-77.
- Joiner, T. E., Jr., Van Orden, K. A., Witte, T. K., & Rudd, M. D. (2009): The interpersonal theory of suicide: Guidance for working with suicidal clients. *American Psychological Association*.
- 川野健治・勝又陽太郎 (2018): 学校における自殺予防教育プログラム GRIP〜5時間の授業で支えあえるクラスをめざす〜. 新曜社.
- 厚生労働省 (2017): 自殺総合対策大綱—誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して. <https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000172203.html> (2019年2月15日取得)
- 厚生労働省 (2018): 自殺対策白書 <https://www.mhlw.go.jp/wp/hakusyo/jisatsu/18/index.html> (2019年1月25日取得)
- 窪田由紀・シャルマ直美・長崎明子・田口寛子 (2016): 学校における自殺予防教育のすすめ方—だれにでもこころが苦しいときがあるから—遠見書房.
- Li, W., Dorstyn, D. S., & Denson, L. A. (2014): Psychosocial correlates of college students' help-seeking intention: A meta-analysis. *Professional Psychology: Research and Practice*, 45(3), 163-170.
- 松本俊彦 (2015): もしも「死にたい」と言われたら—自殺リスクの評価と対応. 中外医学社.
- Maslach, C. (1982): *Burnout, the cost of caring*. Prentice-Hall.
- 水野治久・永井智・本田真大・飯田敏晴・木村真人 (2017): 援助要請と被援助志向性の心理学. 金子書房.
- 水野治久・石隈利紀 (1999): 被援助志向性, 被援助行動に関する研究の動向. *教育心理学研究*, 47, 530-539.
- 文部科学省 (2019): 平成30年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果について. [https://www.mext.go.jp/b\\_menu/houdou/31/10/1422020.htm](https://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/31/10/1422020.htm) (2019年12月9日取得)
- 永井智 (2009): 小学生における援助要請意図—学校生活満足度, 悩みの経験, 抑うつとの関連. *学校心理学研究*, 9, 17-24.
- 永井智 (2012): 中学生における援助要請意図に関連する要因—援助要請対象, 悩み, 抑うつを中心として. *健康心理学研究*, 25, 83-92.
- 永井智・新井邦二郎 (2007): 利益とコストの予期が中学生における友人への相談行動に与える影響の検討. *教育心理学研究*, 55, 197-207.

Pisani, A. R. , Schmeelk-Cone, K. , Gunzler, D. , Petrova, M. , Goldston, D. B. , Tu, X. & Wyman, P. A. (2012) : Associations between suicidal high school students' help-seeking and their attitudes and perceptions of social environment. *Journal of Youth and Adolescence*, 41, 1312-1324.

Rustin, M. & Bradley, J. (2008) : *Work Discussion : Learning form reflective practice in work with children and families*. Karnac.

阪中順子 (2003) : 中学校における危機介入の具体化のために : 教員を対象とした自殺予防プログラムを実施して. *自殺予防と危機介入*, 24, 10-17.

Spangler, G. & Grossmann, K. E. (1993) : Biobehavioral organization in securely and insecurely attached infants . *Child Development*, 64, 1439-1450.

末木新 (2017) : 自殺の予防と心理学—展望とその課題. *心理学評論*, 60 (4), 265-276.

鈴木誠 (2010) : 危機状態の教職員集団へのコンサルテーション—学校への支援に生かす精神分析. *臨床心理学*, 10 (4) , 512-518.

田村修一・石隈利紀 (2001) : 指導・援助サービス上の悩みにおける中学校教師の被援助志向性に関する研究 : バーンアウトとの関連に焦点をあてて. *教育心理学研究*, 49(4), 438-448.

飛谷渉 (2019) : 思春期のためのアセスメント : 心的脱皮と思春期グループの体験をめぐって. *精神分析研究*, 63(1), 19-27.

東京都教育委員会 (2018) : 「SOS の出し方に関する教育」を推進するための指導資料について  
[http://www.kyoiku.metro.tokyo.jp/school/content/sos\\_sing.html](http://www.kyoiku.metro.tokyo.jp/school/content/sos_sing.html) (2019 年 6 月 26 日取得)

Waters, E. & Cummings, M. (2000) : A Secure Base from Which to Explore Close Relationships, *Child Development*, 71 (1), 164-172.

山本謙治・齊藤誠一 (2019) : 近年の日本の援助

要請研究の動向について : 援助要請者, 対象となる問題, 援助要請相手の観点から. *神戸大学発達・臨床心理学研究*, 18, 63-68.

(2020 年 8 月 24 日受理)