

学校における自殺対策

鵜養啓子(学校臨床心理士)

1. 現在の学校状況

- 「家庭状況」「地域社会」の変化による、学校の担う役割の変化
家庭教育の中で当然身に着けてくるべきことを、身に着けずに入学する子ども
小学校における学級未成立(学級崩壊ではない!)
喧嘩の体験が無く、小学生になる子どもたち(喧嘩のレフェリーをせざる
を得ないSC)
親に気持ちを受け止めてもらえない子どもたち(チャイルドラインに「今
から野球の試合に行くの」と電話してくる子ども)
問題解決のスキルを持たず、狭い視点でしか物事の判断のできない子
どもたち。

学校が「うち」化してしまう逆転現象 家でいい子、学校で集団行動のできない子
地域社会の崩壊の中で、誰にも声をかけてもらえない子どもたち
挨拶してもらえず、叱ってもらえない子どもたち
虐待されていても、誰も助けてくれない状況
未熟な親も、誰にも相談できない状況

学校だけが、子どもの存在を受け止め、子どもの親ということで繋がれる

- すべてをゆだねられる学校 全ての責任を問われる学校
親代わりから、災害時の避難所運営まで
- 政治体制の変化や次々出される通達によって動かされる学校
この 10 年ほどの間の、学校に変革をもたらさすような様々な施策
学校 5 日制
学習指導要領の改訂(総合的学習の時間)
スクールカウンセラー・心の教室相談員の配置・スクーリングサポート
ネットワーク・親と子の相談員 外部からの援助者に混乱する学校
中高一貫教育
学校選択制
学校評価制度
特別支援教育
教育基本法の改変 etc.

常に新たな取り組みを求められ、成果を期待され、評価される学校

常に多忙で、落ち着いて教育活動に腰をすえられないという教師たちの実感
学校の小規模化に伴い、教員数は減少し役割は増え、研修は強化される傾向
こういう状況の中で、ストレスをため、バランスを失い、鬱になる教員
教師のストレスは教育活動に影響し、子どもたちに対する対応にも影響する
子どもたちの中でも攻撃性が高まる

2. 子どもの自殺をめぐって

- 自殺の背景** 子どもの人生の中で、長年にわたって醸成されてきた心理的負荷
問題解決スキルを持っていない子ども
追い込み要因となる事件や環境の変化
自殺のサインに気づかない家族や学校の状況
- 自殺事件後の学校** ショックを受けたあと、なるべく傷を小さく見ようとする学校
やり場の無い気持ちを、「怒り」「犯人探し」という方向で出す人々
在学生や在職教員を守ろうとする学校
なるべく早く、通常の活動に戻ろうとする学校
そういう中で、罪障感から立ち直れなかったり、モーニングワークが
できなかつたりする身近な人たち
- 予防的関り** 「弱音を吐いてもいいんだよ」というメッセージ
話を聞くために待っている人がいるというメッセージ
個々の子どもが、学校生活の様々な局面で存在感を持てる教育活動
異なる見方、異なる解決方法があることを示していくような教育

3. 教師の自殺をめぐって

- 自殺の背景** 多忙による疲労、生徒指導上の悩み、管理職としての悩み、教員同士
の人間関係、教員としての適性、パーソナリティ傾向、家庭の問題
弱音を吐けない教員の特性 同僚に迷惑をかけられない気兼ね
狭い世界での評価の固定化の不安 相談できる場の少ないこと
クラスの仕事は自分の責任という感覚
- 自殺の影響** 子どもたちへの衝撃
同僚教師への影響
管理職や教育委員会の狼狽
その人の死に自分が関わっているのではないかという思い
なるべく隠しておこうとするために、みんなが気持ちを出せなくなる
自殺であることを学校が隠し、マスコミからもれてしまう状況
自殺者に対する同情と、「受験の大変なときに」というように、自殺者
を責めてしまうような発言
- 予防的関り** 「あなたの責任ではない」といってあげられる外部の目
鬱は治療可能であるといえる外部の人の言葉
安心できる相談機関や治療機関の紹介
ゆとりのある教員集団作り

4. 自殺者が出た後の関係者の反応(特に子どもの自殺の場合)

*保護者の反応：

- ・自分の罪障感に堪えかねて、その分学校側に非常に攻撃的になることが多い。その攻撃性で学校側を追求してくることが多い。
- ・「死」を受け入れられず、「なぜ???!!!」という気持ちだけになってしまう

*教職員の反応：

- ・学校側の責任を否認したい気持ちは強いが、しかし昨今、それは許されないと感じると、一転強い罪障感に変わる場合が多い。「死を悼む」という感じにならず、犯人捜しの、原因追求型になっていってしまいがち。保護者同様にやはり「なぜ???!!!」になる。

* 周りの子ども :

- ・年齢にもよる、不安は引き出されるが、しかし、あまり言語化されることは少ない。大変な子どもほど、すぐには反応が出ない可能性。

* 周りの保護者 :

- ・学校へのネガティブな感情が一気に出たりすることが多い。
- ・不安・不信・攻撃性など。それによって、教職員がいつそうストレスにさらされる。

5. 関係者へのスクールカウンセラーの対応

* 保護者 :

- ・学校にすでにいる SC は「学校の回し者」的に見られる。子どもをなくした保護者にすぐにお会いすることは難しい。保護者に応対する教職員へのコンサルテーション、その大変さを支える。

* 教職員 :

- ・個人的な信頼関係があれば、SC に相談してくるが、それまでのつきあい方が浅い場合は、担任や当事者的な教員が直接 SC に何らかの形で相談を持ちかけることは少ない。さらには、管理職もそういう配慮をしない場合の方が多い。養護教諭に力があり、配慮があれば、SC とか病院とかにつなげようとする場合もある。
- ・SC ができることは、周りの教員に配慮する必要があることを伝えていくことくらい。SC 自身が無力感を感じてしまうことも多い

* 周りの子ども :

- ・アンケート調査等を行って、何らかの PTSD 症状が出ていないかのチェックをするケースが増えている。SC 等がいる、または加配されれば、かなりの人数の子どもが相談に訪れる。ただ、これも若干距離がある子どもで、元々不安を抱えていた子どもが多く、直接の当事者はこられないこともある。

* 周りの保護者 :

- ・ここまではすぐには手が回らないとが、半年とか一年とか経てからの別件の相談という形でそうした保護者達の不安なりが表れてくることもある

6. 一応学校が正常に復した後での、ごく身近な人の状態

- ・その頃にやっと、身体症状などが出てくる。一周忌などが引き金となる。それなりにその事件と関わり合いのあった生徒に統合失調症様の症状がでたり、それと自分の身近な人の死と重なって、不登校になったりという事態が起きる。
- ・教員間はかなりぎくしゃくすることが多い。年度が替わり、事件当時いた教員と後から来た教員間でも温度差が出る。当事いた教員間でも考え方の相違がはっきりしたりして、心理的な摩擦は起きやすい。こんなときに管理職などで、集団の緊張をうまく解きほぐせることができる、そういうことを考えられる人が存在するとありがたい。うまくいけば、ピアカウンセリング的な作用が働き、モーニングワークが進みやすくなる。

7. 未遂に終わったときの本人への対応など

- ・目が離せない。SCが必要。本人のみならず、保護者・担任らのストレスはひとかたならないものがある。本人の安心感と主体感を回復するためには、周りがあまりに心配しすぎてはよくないし、かといって、目を離すことはできない。保護者を支える教職員、本人を支える担任。クラス集団への働きかけも必要だが、子どもたちが主体的に動けなければ、かえって、害となることも。
- ・そういう優れた担任であっても、そういう子どもが出るので、そのときの担任の傷つきは大きい。留意する必要がある。

8. 可能な予防対策(自殺を特定した予防対策は難しい)

子どもたちに対して

一人一人が学校の中で位置づけられるような教育形態の模索
行事等の中で一人一人が自己効力感を感じることでできるような援助
がんばるだけでなく、弱音を吐いてもいいという風土の醸成
何かあったときに話を聞いてくれる存在の確保 (SC も含む)

人間関係作りの対策

様々な形でのメンタルヘルスに関する教育

道徳、保健の枠組みでそれぞれ取り組んでいる学校 (アサーショントレーニング、グループエンカウンター、SST、アンケート調査など)

スクールカウンセラーによる教員のサポート

希死念慮を聞いてしまった教員へのサポート (養護教諭、担任、管理職)

希死念慮のある子どもへの対応

言語化させた上でしっかり受け止め、必ず次を約束して帰す。どの程度切迫しているかの判断によって、他の関係者に伝えるかどうか決断を迫られる。伝えられた方が動揺し、事態が混乱することもあるので慎重に。

教職員に対して

教職員間での役割分担と相互援助体制作り

一人で抱え込まない風土を作ること (コンサルテーション、校内事例検討会など)

学校外で治療援助的かわりをしてくれる場所の紹介

精神科クリニック、場合によっては入院床のある病院

学校内でガス抜きをする空間 (たとえばカウンセリングルーム)

本来のカウンセラーの業務ではないが、教師の受け皿にもならざるを得ない現状 なるべく早期に学校外の専門援助機関につなげる

スクールカウンセラーによる管理職へのサポート

ハイリスクな教員について、管理職の理解を求めること

どの様にして医療機関につないでいくかの相談

教員のメンタルヘルスに関する講義

この資料は、スクールカウンセラーが実際に体験したことを参考にまとめたものです。