



韓国調査での「命の教育プロジェクト」に関する紹介資料
調査メンバー 井門正美、橋本忠和、杉本任士

北海道教育大学教職大学院における 「命の教育プロジェクト」 －SOSの出し方教育を中心に－

井門正美(北海道教育大学教職大学院教授・院長)
梅村武仁(北海道教育大学教職大学院特任教授)
川俣智路(北海道教育大学教職大学院准教授)



2019(H31)年2月18日 文部科学省
「児童生徒の自殺予防に関する調査研究協力者会議」ヒアリング発表資料の一部抜粋

1. はじめに

今日、学校関係者の様々な努力にもかかわらず、児童生徒の自尊感情の低さ、他者への思いやりや倫理観の欠如が問題視されている。いじめ、虐待やDV、自殺など、命に関わる問題が社会基盤を揺るがす大きな問題となっている。こうした状況に鑑み、北海道教育大学教職大学院では、2016年度より「命の教育プロジェクト」を開始した。北海道教育大学では、本プロジェクト以前にも「いのちを大切にする教育」(2012年度～)を推進してきたが、新プロジェクトでは、教職大学院としての組織的教育実践研究として取り組んでおり、特に自殺総合対策推進センター(本橋豊センター長)との連携を図り、北海道のみならず全国的な動向を見据えつつ教育実践と研究を推進している点に特色がある。

2. 命の教育プロジェクトの6つの柱

本プロジェクトでは、上記目標を達成するために、主要な教育実践研究について、現在、次のように6つの柱を設定し取り組んでいる。

- ① 人間形成と成長の基盤となる教育として、「心を育てる読書教育」
- ② 日々の悩みや人間関係の軋轢等から自身を解放する「ストレスマネジメント教育」
- ③ 苦難やストレスに耐え立ち向かう「レジリエンス教育」
- ④ 保健衛生に留意し健康被害を避け、体づくりや健康を促進する「健康教育」
- ⑤ 危険から身を守る「安全教育」
- ⑥ 自殺者を一人でも減少させる人間関係や社会基盤づくりを推進する「自殺総合対策」

以上を、教職大学院講や教員免許状更新講習等、本院の教育研究活動に組み込んでいる。

3. 2018年度の主要実践と行事・事業等

- (1) 「SOSの出し方教育」実践－「SOSの出し方を学ぼう」－

現在、若者の自殺総合対策の重要な教育として、厚生労働省と文部科学省は「SOSの出し方に関する教育」を掲げ推進している。東京都足立区が先進事例を公開しているが、われわれも北海道において実践している。

◆ この教育について、韓国訪問調査では紹介します。

- (2) 「命の教育Yes/Noカード学習」－ホームページ上－

6つの柱に当たる内容「ストレスマネジメント教育」「レジリエンス教育」「健康教育」「安全教育」「SOSの出し方・気づき方」「自殺総合対策」をクイズにして、現在70問を作成。

- (3) 「命の教育プロジェクト2019－SOSの出し方・気づき方－」(2019年3月6日)

児童・生徒・若者が困った時や苦しい時に「SOSを発信」できること、また周囲の人がそれを素速く気づくことができるようにすることを目標として開催する。(韓国への自殺対策調査を含む<同年2月26日～3月1日>)

4. 「SOSの出し方を学ぼう」の授業実践

(1)授業実践 1時限(45分～50分)で実施

内容構成

- ① 自尊感情を高める「共有体験」に関するステージ
- ② SOSの出し方を教えるステージ

(2)実践の評価

① アンケート調査による評価 「そばセット(SOBA-SET)」

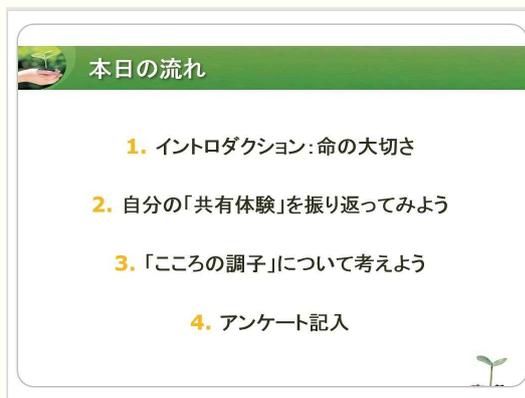
近藤卓が開発した自尊感情の測定尺度に、調査の観点として必要な項目として、「誰でもこころの調子が悪くなる可能性があると思います」「こころの調子が悪くなっても、助けを求めることができれば回復することができますと思います」「まわりの人の心の調子が悪くなったとき、自分にできることはあまりないと思います」の3つを加えて実施した。また、生徒には授業に対する記述をしてもらった。

② 実践者による実践省察－ビデオ録画等の活用

授業実践については、録画を行った。実践者による事前・事後討議を重ね、映像を確認したり、学習者のアンケート記述なども踏まえて、教材や授業改善を図る。

(1) 授業実践－スライド紹介－

授業実践者 北海道教育大学教職大学院(札幌校) 井門正美, 梅村武仁, 川俣智路



イントロダクション～命の大切さ

- ❖ 毎年楽しみにしている1枚の年賀状
- ❖ 知識を学ぶことの意味



共有体験を振り返る

- ❖ DVD「つみきの家」を見て、自分の「共有体験」を振り返ってみよう



視聴してみてどうでしたか？

- ❖ ビデオを見ての感想はありますか？また、ビデオの内容からどんなことを思い出しましたか？思いつくだまに、↓の余白に書いてみましょう。



共有体験とは

- ❖ 「共有体験」とは、他人と経験や感情を共有することのことです。家での生活、学校生活、部活、学習塾、色々なところで人間は「共有体験」を重ねています。
- ❖ この「共有体験」は自分がかげがえのない存在である(自己肯定感と言います)という思いを強くします
- ❖ 人生で戸惑いや困難と向き合ったときに、この自己肯定感が、あなたを勇気づけてくれるのです。



こころの調子とは？

❖ 通常のストレス状態を50点としたとき、つぎの出来事のストレスは何点だと思いますか？（夏目、2008を参照）

- テストを受ける
- 友だちと喧嘩する
- 大学入試
- 失恋する
- 大きなけがや病気



こころの調子とは？

❖ 通常のストレス状態を50点としたとき、つぎの出来事のストレスは何点だと思いますか？（夏目、2008を参照）

- テストを受ける **58点**
- 友だちと喧嘩する **59点**
- 大学入試 **65点**
- 失恋する **68点**
- 大きなけがや病気 **69点**



こころの調子が悪くなると

こころの調子は誰でも悪くなる可能性がある

- ❖ 朝、起きるのがつらい／いつも疲れている
- ❖ いろいろなことがうまくいかない、楽しくない...
- ❖ 自分に自信が持てなくなる
- ❖ ほかの人と比較して悲しくなってしまう
- ❖ ほかの人に迷惑をかけている気がする

こころの調子が悪くなったら

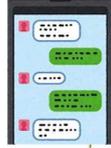
- ❖ 深呼吸をする、運動をする
- ❖ 好きなことをする、いらいらを発散する
- ❖ でも一番良いのは？

信頼できる人に話してみることに

- ❖ 相談するところから始めれば、かならず回復します

信頼できる人に話そう

- ❖ 信頼できる人に、今の気持ちを伝えると解決方法が見えてきます
- ❖ 助けてほしいサイン、**SOS**を出して良いんです！
- ❖ 保護者、(保健室の)先生、スクールカウンセラー友だち
- ❖ 地域にいる信頼できる大人に会う
- ❖ 電話して相談してみる
- ❖ メールしてみる、**LINE**で、**Twitter**で



相談先がたくさんあります

- ❖ 相談をするところもたくさんあります
 - ころの調子にかんする電話相談先
 - ころの健康相談統一ダイヤル(011-622-0556 (平日9時～17時)、0570-064-556、平日17時～21時、土日祝日10時～16時)
 - チャイルドライン(0120-99-7777、月～土曜の午後4～9時)
 - 子どもの人権110番(0120-007-110、平日午前8時半～午後5時15分)
 - 「SNS相談を行う団体」で検索すると厚生労働省のWebサイトに繋がります(手元の資料に連絡先を一部おせました)



もし相談されたら？

- ❖ まずは良く聴いて、心配してあげてください
- ❖ そして、誰かほかの人に相談してみないか、すすめてみましょう
 - 先ほど紹介した連絡先が使えるよ！



それでも話を十分に聞いてもらえないのなら...

- ❖ 今日、授業に来てくれた保健師さんに相談してみよう
- ❖ 地域にいる信頼できる大人は、身近にいるよ！
 - 保健師さんからメッセージ。連絡先を記入しましょう!!

つらい気持ちになったときに、困ったら、私たちがいることを忘れないでね

電話: 〇〇-〇〇〇〇



私たちのWebサイトもご覧ください

- ❖ <http://www.ido-labo.com/edu4life/>
- ❖ 「井門、命の教育」で検索！

- ❖ ころを育てる読書
- ❖ ストレスマネジメント
- ❖ 教職大学院取り組み

- ❖ 色々な情報あります！



引用文献、参考文献

- ❖ 近藤卓(2013) 子どもの自尊感情をどう育てるか
そばセット (SOBA-SET) で自尊感情を測る ほ
んの森出版
- ❖ 望月美紗子(2014) 自尊感情を育む授業に取り
組んで 中学校編 近藤卓編著 基本的自尊感情
を育てるいのちの教育—共有体験を軸にした理論
と実践 金子書房
- ❖ 加藤久仁生(2008) つみきのいえ (pieces of
love Vol.1) [DVD] 株式会社ロボット

SNSによる相談先(本発表では名称のみ)

- ・ 一般社団法人 社会的包摂サポートセンター
- ・ 特定非営利活動法人 BONDプロジェクト
- ・ 特定非営利活動法人 地域生活支援ネットワークサロン
- ・ 特定非営利活動法人OVA
- ・ 特定非営利活動法人 チャイルドライン支援センター
- ・ 一般社団法人 日本いのちの電話連盟
- ・ 24時間子供SOSダイヤル
- ・ 法務局・地方法務局 子どもの人権110番
- ・ 都道府県警察の少年相談窓口
- ・ 児童相談所全国共通ダイヤル
- ・ 一般社団法人日本いのちの電話連盟

電話による相談先

- ・ チャイルドライン
- ・ いのちの電話
- ・ こころの健康相談統一ダイヤル
- ・ 子どもの人権110番

(2) 実践の評価

① 統計的調査結果

授業前後の参加者の変化を測定するため、近藤(2013)が開発した自尊感情の測定尺度「そばセット(SOBA-SET)」を使用し社会的自尊感情(SOSE)と基本的自尊感情(BASE)を実践の前後で測定した(それぞれの内容は表1を参照)。

さらにSOSの出し方に関する心理教育が定着したかを確認するために「19. 誰でもこころの調子が悪くなる可能性があります」と思います」「20. こころの調子が悪くなっても、助けを求めることができれば回復することができます」と思います」「21. まわりの人の調子が悪くなったとき、自分にできることはあまりないと思います(A), 21. こころの調子が悪くなったとき、学校にいる大人はもちろん、保健師さんなど地域の信頼できる大人に相談することも有効だと思います(B)」など心理教育の内容に則した3つの質問(3項目はB中学校が(A), C中学校とD中学校が(B)を用いた)を4件法(とてもそう思う, そう思う, そう思わない, 全然そう思わない)で実践前後に調査した。

表1 社会的自尊感情と基本的自尊感情の説明(近藤(2013)を参照し作成)

社会的自尊感情 (SOSE)	基本的自尊感情 (BASE)
<ul style="list-style-type: none"> 認められ、見つめられることによって膨らむ熱気球のように。 他者との比較による相対的な優劣による感情 	<ul style="list-style-type: none"> 体験と感情を共有することの繰り返しで形成。和紙を重ねていくように。 比較ではなく絶対的な無条件の感情。

アンケート用紙の質問項目

「SOSの出し方を学ぼう」に関わるアンケートのお願い
北海道教育大学教職大学院
命の教育プロジェクト研究グループ

授業「SOSの出し方を学ぼう」実施後に、皆さんにご協力いただきたいアンケートがあります。このアンケートは、授業「SOSの出し方を学ぼう」がどれぐらいの成果を挙げたかどうかを確認するためのアンケートです。アンケートは任意で、5分程度かかるものです。

このアンケートの結果は厳重に管理され、結果は数値で集計されるため、記入した個人が特定されることはありません。結果は数値データを学校名が伏せられた状態で、学会、学術雑誌、研究グループのWebサイトに公表する予定です。ご協力いただける場合には、以下の質問項目にご回答ください。よろしく申し上げます。

■ 次の文章を読んで、自分の気持ちに一番びたりする答えのところに○をつけてください。

	とても そう思う	そう思う	そう おもわない	ぜんぜんそう おもわない
ほとんどの友だちに、好かれていると思います				
自然は大切だと思います				
運動は得意なほうだと思います				
自分は生きていていいのだと思います				
うそをつくことは、いけないことだと思います				
ほかの人より、頭が悪いと思います				
ほかの人より、運動がへただと思います				
悪いときには、あやまるべきだと思います				
なにかで失敗したとき、自分は大めだと思います				
自分はこのままでいい、と思います				
きまりは守るべきだと思います				
友だちが少ないと思います				
自分には、良いところも悪いところもあると思います				
しつけは大切だと思います				
ほかの人より、勉強がよくできると思います				
ときどき、自分は大めだと思います				
健康は大切だと思います				
生まれてきてよかったと思います				
誰でもこころの調子が悪くなる可能性があると思います				
こころの調子が悪くなっても、助けを求めることができれば回復することができます				
こころの調子が悪くなったとき、学校にいる大人はもちろん、保健師さんなど地域の信頼できる大人に相談することも有効だと思います				

■ 今日の講座で新しく学んだこと、印象に残ったことがあったら教えて下さい

授業実践はA市の市立B中学校の1学年127名、C中学校の2学年113名、D中学校2学年33名を対象に、筆者らが授業者として実施した。参加者には事前に担任教員から「SOSの出し方に関する教育」の出前授業があることが伝えられ参加の同意を得ている。

なおD中学校の実践時には地域の保健師に出席を依頼し、保健師が授業実践の中で簡単に相談先の紹介を実施した。これは、地域の信頼できる大人の存在を強調することが重要であるとする足立区の実践を参照し実践したものである。

3つの実践前の社会的自尊感情SOSE項目への有効回答数が211名、実践後の社会的自尊感情SOSE項目への有効回答数が232名、実践前の基本的自尊感情BASE項目への有効回答数が218名、実践後の基本的自尊感情BASE項目への有効回答数が233名であった。有効回答数が異なる理由は、そばセットにより回答の信頼性が低いと判断された質問紙を、および無回答のものを除外したためである。

社会的自尊感情SOSEの平均値は実施前が15.02点、実施後が15.06点となりほとんど変化は見られなかった。基本的自尊感情BASEの平均値は実施前が19.99点、実施後が20.25点となりほとんど変化は見られなかった。

SOSの出し方についての知識が定着したかについて、実践前後で回答傾向に差があるかどうかカイニ乗分析実施した。質問19は実践前が220名回答し実践後が236名回答、質問20は実践前が221名回答し実践後が237名回答した。質問21(A)は実践前が106名回答し実践後が113名回答、質問21(B)は実践前が114名回答し実践後が124名回答した。

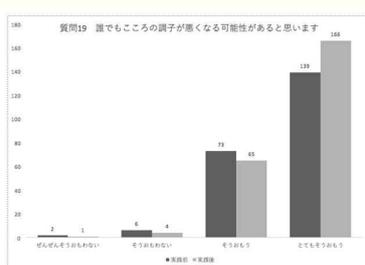


図1 質問19の実践前後の回答の推移

質問19は図1のような結果となり実践後に「とても思う」が増加したものの、有意な差は見られなかった($\chi^2(3, N=456)=3.03, n.s.$)。

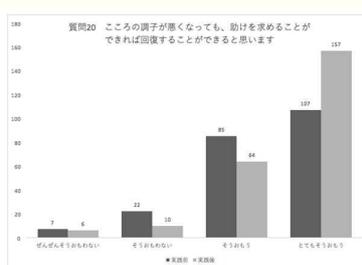


図2 質問20の実践前後の回答の推移

質問20に関して、図2のように「とても思う」と答えた生徒が1%水準で有意に増加していた($\chi^2(3, N=458)=16.48, p<.01$)。質問20に関して、図2のように「とても思う」と答えた生徒が1%水準で有意に増加していた($\chi^2(3, N=458)=16.48, p<.01$)。

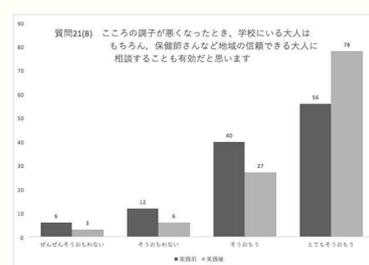


図3 質問21(B)の実践前後の回答の推移

質問21(B)に関しては、図3のように「とても思う」と答えた生徒が増加しており、10%水準で有意な増加傾向が見られた($\chi^2(3, N=238)=6.32, p<.10$)。したがって、今回の授業実践において目的としていたSOSの出し方に関する知識を生徒は一定程度習得することができていることが示唆された。

②記述に関する分析

質問紙では「今日の講座で新しく学んだこと、印象に残ったことがあったら教えてください」という設問で自由記述式で回答を求めた87名の生徒から、「辛いときもまわりの人に相談すれば、少し心がかかることを知った」、「命は大切だと知った」、「何かあったら相談することが大切だと思った」、「今日の講座でSOSの時の対処方法とかがわかったので良かったです。」、「そうだんできるところがあんなにあるとはおもわかった」といった講座の目的を理解できたという内容の感想が記入されており、一定の成果を挙げたといえるものであった。

またD中学校の生徒の自由記述欄では、複数の生徒が「学校の先生以外に保健師さんという人がいることを初めて知った」「保健師さんに相談できることを知った」といった、保健師が参加したことについて記述した。これは、授業実践者だけでなく、地域のリソースとなる役割の人間が参加した方がより授業実践が効果的であることを示唆しているとも考えられる。

③成果と課題

「SOSの出し方教育」の授業実践について、直接的に自己肯定感を高める機能は確認されなかったものの、授業実践により生徒がSOSの出し方についての理解度が向上することが示唆された。また、地域の支援に関わる役割の人間が参加することにより、よりその理解が具体的になりよい影響があることも推測された。

現在、共有体験の教材として「つみきのいえ」を使っているが、街が海面の上昇で埋まっていくストーリーである。そのため、「父の実家が津波で流された」といった発言をした生徒がいた。津波の被害を受けた地域での実践には、本教材は使えないと判断している。目下、別な教材も探しているところである。

今後も継続して、北海道各地で実践する予定であり、我々の教材を使った別な実践者(教師による実践を促進しようと考えている。

**韓国の皆様と協力し合って、児童生徒や若者の命を守り、彼らの健やかな成長を促進するための教育・啓発活動を進めたいと思います。
どうぞよろしくお願いいたします。**

韓国調査メンバー

井門正美(北海道教育大学教職大学院教授・院長)
橋本忠和(北海道教育大学教職大学院教授)
杉本任士(北海道教育大学教職大学院准教授)

韓国版作成・翻訳者

李在原(シニア・コンサルタント)

