

緒言 「自殺予防教育」のこれから

森山 花鈴

近年、夏休み明けに児童・生徒の自殺（特に中学生・高校生）が増えるというニュースを頻繁に見かけるようになった。それに応じて、夏休みの終盤から新学期にかけて子どもの自殺予防の意識を高めようという社会的な機運が醸成されつつある。もちろんそのような水際の予防も重要であり、その時期に子どもたちの様子を気にかけることはとても大事である。しかし、子どもが自殺を考えるほど悩んでいるのだとしたら、実は広く自殺予防の観点から見ると、それはその行為の直前ではなく、もっとずっと前から関わっていく必要がある。悩んだ時にどうすべきか、悩んでいる人がいた時にはどのように接するべきか、それには自殺予防教育が関わってくる。

これまでも日本では、自殺予防教育を学校教育においてどのように実施すべきかという議論がなされてきた。しかし、かつての性教育と同じように「寝た子を起こすな」という議論が起こることもあり、仮に実施されるようになった場合でも、学校側からは「自殺」という言葉を極力使わないでほしい、との意見が出てくることもある。たしかに、子どもたちに「自殺の方法」を教えることは自殺を誘引する恐れもあるため問題だが、現代の日本においては、若者世代の死因の1位は自殺であり、すでに「子は起きている」。そのため、本来はこの前提を踏まえた上で、若者世代の自殺をどう防ぐのか、どのような自殺予防教育を導入すべきなのかということを論じていく必要がある。

今回の特集は、「自殺予防教育のあり方」である。日本では、2006年に自殺対策基本法が成立し、それから10年が経ち2016年に自殺対策基本法が改正されたことで、すべての市町村に地域自殺対策計画の策定が義務付けられることとなった。そして、その計画の中で多くの自治体において「SOSの出し方教育」が盛り込まれることとなった。特に2019年度から「SOSの出し方教育」を実施し始めた自治体が多い。そのため、今一度「自殺予防教育」のあり方について考えるためにこの特集を組んだ。

「SOSの出し方教育」は、「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」（自殺対策基本法第17条第3項）と定義されている。そしてこれは、これまで研究されてきた他の自殺予防教育とは違い、政府から提案されたものである。自殺者の中には、何か困難な状況に陥った際に、何らかの理由により「援助希求」が出来なかつ

た人も多い。そのため、幼い頃から困った時や自殺を考えた際に誰かに助けを求めるための「SOSの出し方」を学ぶことは意義がある。しかし、「SOSを出すこと」が重要視されすぎると、今度は環境や障害等、何らかの理由によって「SOSを出すことができない」「SOSを出してもわかりづらい」子どもが自殺した場合、「SOSを出さなかったから仕方ない」と済まされてしまったり、本人が悩んでいても周りが気づかずに「SOSを出していたのに気づいてもらえない」ことになったりする可能性がある。自殺予防教育には、「本人に対して困った時には援助希求をしても良いのだと促す教育」と「その周りが悩んでいる人に気づくための教育／気づいた時の対応の教育」がセットになっているべきである。そのため、「SOSの出し方教育」という本人への教育に対象を絞り込んだ（ように聞こえる）言葉には違和感がある現場の教員や研究者もいる。

また、現在実施されている教育には他にも「いのちの教育」がある。これも広い意味では自殺予防教育の一部であり、大変重要な教育ではあるが、「いのちを大切に」「あなたはお父さんお母さんに望まれて生まれてきた」「いのちのリレーは続いている」などと言われても、一部の子どもたちにはその声が届かない場合がある。学校の現場には、今辛い状況にあり自殺を考えている子もいれば、親を自殺で失った子もいる。そして、虐待を受けた経験のある子もいれば、親を知らない子もいるからである。そのため、むしろ「いのちを大切に」という言葉が本人を苦しめる場合もあれば、それを受け止められない子もいる。なお、「いのちを大切にできない」から人は自殺するのではなく、自殺者はいのちが大切なことをわかっている、それでも自殺を選ばざるをえない状況に追い詰められて死を選んでいる人が多いのではないだろうか。

このような状況を踏まえ、特集では、まず、太刀川弘和が「「SOSの出し方教育」と自殺予防教育」という論題で、欧米の自殺予防教育と日本の自殺予防教育を比較し、その上で「SOSの出し方教育」の問題点を指摘している。欧米では、自殺リスクに関する心理教育やコミュニケーションスキルを高めることを目的としたQuestion, Persuade, and Refer(QPR)プログラムや、Signs of Suicide (SOS) プログラムというものがある。そして近年、エビデンスレベルが高いプログラムと報告されているYouth Aware of Mental Health Programme (YAM)があり、海外のプログラムには、効果検証も行われているものが多い。これに対して、日本では、個別の研究者が「いのちの授業」や独自の教育プログラムなどを実施・開発し、自殺予防教育に取り組んできた。このような中で、日本では「SOSの出し方教育」が取り組まれることとなったが、その効果についてまだ明確なエビデンスは得られていない。こうした状況から、太刀川はこのSOSの出し方教育を推し進めることで、セルフ・スティグマをより高める恐れがあることを指摘している。

次に、川島大輔は、「学校での自殺予防教育の現状と今後の課題——GRIPを中心に」と題した論考で、自殺予防教育の重要性と自殺予防教育プログラムであるGRIPについて概要を論じている。GRIPは、川島も開発に関わったプログラムであり、生徒一人ひとりが「課題に挑戦し回復する力」を見つけるための教育プログラムで、子どもたちの状況に配慮しながら、彼ら

彼女らが（自傷や自殺に代わる）良好な代替手段を見つけられるような足場を提供するものである。GRIPは、学級や集団における援助の成立を目指しており、学級や学校内の集団において援助が成立するためには、「本人の援助希求能力を高めることと同時に、そうした援助が求められた際に周囲が適切に応答できる環境づくりの両方が必要である」としている。論考では、このGRIP作成の経緯と、構成・概要について記されている。こちらでも、太刀川の指摘と同じように、海外では大規模調査を通じた教育効果が報告されつつあること、国内では自殺予防教育については効果検証の途上にあることが論じられている。

最後に、勝又陽太郎は、「若年者に対する自殺予防——日本の対策の変遷と国際的動向」とする論考で、日本を含む各国の具体的な自殺予防に関する戦略の概要をみた上で、海外で実施されてきた自殺予防戦略について述べている。WHOによると、2013年の時点で政府の採択した自殺予防戦略もしくは行動計画が導入されている国は28か国ある。そして、そのうち21か国が欧米の国に占められており、地域差が大きい。勝又は、若年層を対象とした自殺予防対策について、ニュージーランド、英国の対策について例示した上で、若年者の自殺予防に関する研究知見を地域レベルでの対策、医療領域における対策、学校における対策とオンライン上での対策で整理している。そして、自殺予防対策の多くは中学生・高校生をメインターゲットにしていること、大学生を中心とした高等教育を受けている者への研究が少ないといった問題点を指摘している。世界的に見ても自殺予防教育については現在も日々研究が蓄積されている段階であり、今後も勝又のように定期的に世界各国の自殺対策の取組についてレビューをし、情報を更新し続けることが求められる。

自殺予防教育の実施にあたっては、そもそも授業時間の確保や教員側の負担も考えると、その導入には様々な困難があるが、現場の状況を把握した上で、エビデンスのある自殺予防教育を実施していくことが重要である。近年、日本の自殺死亡率は大きく減少傾向にあるが、日本の若者世代の自殺死亡率は他の世代の自殺死亡率が近年減少傾向にあるのに比べて大きな変化がない。さらに、G7の中で、若者世代の死因の1位が「自殺」なのは日本のみである。若者世代が自殺を選ばざるをえない国は、本当に恵まれた国だと言えるのだろうか。本特集を通じて国内外の状況をご覧いただいた上で、どのような対策を実施していくべきか、そしてどのような研究が必要か、一緒に検討していただけたら幸いである。

※なお、本稿は2019年度南山大学パツへ研究奨励金I-A-2の助成を受けている。