

SOS の出し方教育における地域連携モデルの開発

研究代表者：江畑 慎吾（中京学院大学・准教授）

研究分担者：松本 拓真（岐阜大学・准教授）

研究分担者：大谷 和大（北海道大学・講師）

研究分担者：安達 知郎（京都教育大学・准教授）

当該年度の研究期間：令和 5 年 4 月 ～ 令和 6 年 3 月（3 年計画の 2 年目）

要旨

本邦において、子どもの自殺は社会問題となっており、国を挙げて対策を講じなければならない喫緊の課題と言える。児童生徒の自殺予防の一環として、現在、教育現場では SOS の出し方に関する教育（以下、SOS 教育と表記）の実施が推奨されているものの、人が自殺に至る背景などに鑑みれば、SOS 教育は学校だけがその責務を負うのではなく、地域との連携を強化し、包括的な自殺予防教育の実施が求められる。そこで、本研究は、SOS 教育における地域連携モデルの開発を主目的とし、前年度に実施した調査に基づき作成された地域連携モデルのプログラムについて効果検証を行った。

東海圏内にある公立中学校の 2 校に在籍する中学 2 年生と 3 年生（計 120 名）が本プログラムに参加し、ウエイティングリスト・コントロールデザインが採用された。効果指標として用いた質問紙を分析した結果、学級全体では明確な効果は確認されなかった。一方、もともと悩みを多く抱えていた生徒に対しては、一定数、本プログラムの効果が示唆された。加えて、悩みはあったが相談しなかったと回答をした生徒は、それ以外の生徒と比べると、援助行動の対する利益の予測が低く、抑うつが高いことがわかった。

Development of School-Community Collaboration Model for Education on How to Send SOS Intervention

Principal Researcher: Shingo EBATA (Associate Professor / CHUKYOGAKUIN UNIVERSITY)

Co-Researcher : Takuma MATSUMOTO (Associate Professor / GIFU UNIVERSITY)

Co-Researcher : Kazuhiro OHTANI (Lecturer / HOKKAIDO UNIVERSITY)

Co-Researcher : Tomoo ADACHI (Associate Professor / KYOTO UNIVERSITY OF EDUCATION)

The Current Research Period : April 2023 to March 2024 (2nd year of a 3 year plan)

Summary:

Suicide among children is a social and urgent issue that must be prevented throughout Japan. Currently, education on how to send SOS intervention (SOS education), which is a help-seeking intervention program, is recommended in schools for suicide prevention among children. However, SOS education is not provided only by schools. Considering the background of suicide, comprehensive suicide prevention education in collaboration with local governments is necessary. Therefore, the purpose of the present study was to develop a model for SOS education, in collaboration with local governments and to examine the effects of this program based on the survey.

In a waiting list control design, second and third grade students from two public junior high schools (n=120) participated in the intervention. As a result of the analysis, significant improvement effects were not confirmed. Whereas some effects were observed for students who had a lot of worries. In addition, students who answered that they had worries but did not consult with someone were found to have lower expectations of benefit from help-seeking and higher levels of depression.

*SOS: An internationally recognized distress signal in Morse code, commonly used to indicate an urgent request for help or rescue.

1. 研究目的

本邦において、子どもの自殺は社会問題となっており、国に挙げて対策をしなければならない喫緊の課題と言える。児童生徒が多く時間を過ごす学校現場では、自殺予防対策の一環として SOS の出し方教育（以下、SOS 教育と表記）の実施が推奨されているが、2022 年は 514 人、2023 年には 507 人（暫定値）の自殺者数が報告されるなど、SOS 教育の効果は未知数である。

そもそも SOS 教育は、自殺という言葉を用いないことや 1 回完結型を基本とするなど、授業の外形のみが一致しているだけで、実施内容は各学校によって差異が大きい（江畑他，2024）。加えて、人が自殺に追い込まれる背景には、様々な要因が複雑に関連していることに鑑みれば、学校を軸としつつ地域における包括的な自殺予防教育の実施が求められる。そこで、本研究では、学校が行うプログラムと地域の専門職が行うプログラムの全 2 回から構成される SOS 教育の地域連携モデルを作成し、その効果を検証することを主目的とした。

2. 研究方法

<実験協力校>

東海圏内の A 市にある公立中学校 2 校、B 中学校（2 年生：29 名、3 年生：36 名）と C 中学校（2 年生：27 名、3 年生：28 名）の計 120 名。

<研究デザイン>

教育的倫理に配慮しつつ、学年による条件を統制するため、本研究では、B 中学校の 2 年生と C 中学校の 3 年生を先にプログラムを実施する先行群、B 中学校の 3 年生と C 中学校の 2 年生を先行群への介入が終了した後、同じプログラムを実施する待機群とに割り付けを行った。そして、両群とも、介入前のベースライン期（調査①）、先行群への介入が終了した後（調査②）、そして待機群への介入を行った後（調査③）、計 3 回の質問紙調査に回答を求めた。

<効果指標>

悩みの程度、相談回数、援助要請意図、援助行動の利益とコスト、友人援助自己効力感、子ども用抑うつ評価、向社会行動を本プログラムの効果指標として採用した。

<プログラム内容>

自治体側：ストレスに関する学習・相談の重要性・地域も含めた相談先の紹介

学校側：相談の有益性・話の聴き方や友人への声かけの方法等、相互援助を促す内容

倫理面への配慮

プログラムと質問紙の内容については、各協力校の管理職、及び担任に内容を確認していただき、問題がないことを確認した。また、生徒に対しては、本研究の趣旨を説明した上で、プログラムに参加しない権利を保障した。加えて、質問紙は強制ではないことや回答後であっても内容の修正、撤回ができること等を丁寧に説明し同意を得た。なお、本研究は、研究責任者が所属する機関の研究倫理審査会の承認を得て実施された（承認番号：23-03）。

3. 研究結果

本プログラムの効果を検証するため、群と性別を独立変数、調査②時点における各尺度得点を従属変数とした多変量分散分析を行ったところ、性別に関しては、いくつかの尺度で有意差が見られたものの、群の主効果はどの指標においても確認できなかった。

次に、悩みはあったが相談できなかった生徒に及ぼす影響を調べるため、群と相談回数を独立変数とした多変量分散分析を行った。なお、相談回数については、直近の2週間で、「3回以上相談した」「1～2回相談した」「悩みはなく相談していない」「悩みはあったが相談しなかった」のどれに該当するか回答を求めており、“悩みはあったが相談しなかった”と回答をした生徒と、それ以外の回答をした生徒にダミーコードを振った。結果、群の主効果は確認されなかった。一方、相談回数の主効果は一部の指標において有意であり、悩みはあったが相談しなかった生徒は、それ以外の生徒と比べると、援助要請意図や援助行動の利益予測が低く、抑うつが高かった（表1）。

そして、調査①時点の悩みの程度と群を独立変数、調査②の各尺度を従属変数とする重回帰分析を行った。なお、悩みの程度は連続変数のためZ得点に変換した。結果、抑うつ得点において、群×悩みの程度の交互作用が有意であった。単純傾斜の検定を行ったところ、待機群では、悩みの程度の単純傾斜は $B = .33$ 、一方、先行群では $B = .16$ であった。調査①時点で、同様の分析を行っても有意差は確認されないことにも鑑みると、本プログラムは、悩みが多い生徒に対して、一定の効果を及ぼしたことが示唆された。

表1 調査②時点における介入の有無と相談できない生徒の組み合わせによる推定平均値

従属変数	相談回数	介入群		待機群	
		平均値	標準誤差	平均値	標準誤差
相談行動（心理社会的）	それ以外	3.17	0.19	3.13	0.17
	悩みがあったが相談しなかった	2.32	0.30	2.12	0.44
相談行動（学習進路的）	それ以外	3.53	0.18	3.42	0.16
	悩みがあったが相談しなかった	2.72	0.29	3.42	0.42
利益の予測	それ以外	3.89	0.20	3.71	0.17
	悩みがあったが相談しなかった	3.39	0.31	2.73	0.46
コストの予測	それ以外	2.24	0.15	2.11	0.13
	悩みがあったが相談しなかった	2.54	0.24	1.75	0.35
向社会的行動	それ以外	2.78	0.14	2.84	0.12
	悩みがあったが相談しなかった	3.02	0.21	2.88	0.31
抑うつ	それ以外	1.59	0.07	1.51	0.06
	悩みがあったが相談しなかった	1.87	0.11	1.93	0.16
援助自己効力感	それ以外	2.78	0.13	2.66	0.12
	悩みがあったが相談しなかった	2.64	0.21	2.24	0.31

※学年と性別を統制した、推定平均値

4. 考察・結論

今回、作成された地域連携モデルのプログラムについては、明確な効果は確認されなかった。これは、プログラム内容に関する課題だけではなく、ベースライン期の質問紙調査において、各尺度の平均値が高く、天井効果が生じたことが要因の1つであると推察される。加えて、実施協力校の学級や生徒数が少ないことによる、サンプリングバイアスの影響も考えられる。そのため、今回プログラムを実施した教師の意見や生徒の反応なども踏まえ、プログラムの修正と効果指標の選定を行った上、参加生徒を増やし、改めて効果検証を実施する必要がある。

ただ、SOS教育は全ての子どもを対象とした心理教育的支援であると同時に、ストレスへの脆弱性やリスクなどを抱えている児童生徒に、より効果的に作用する必要がある。そのことに鑑みれば、もともと悩みが多かった生徒に、本プログラムの効果が一定数示唆されたことは意義が大きいと言える。

5. 政策提案・提言

今後、学校現場にて、児童生徒の自殺予防を目的としたSOS教育をより推進していくためには、エビデンスを伴うプログラムの開発が急務と言える。ただ、国内外で開発された自殺予防教育とは異なり、SOS教育においては、何をもちいて効果とするのか等、アウトカム指標の検討も十分になされていない。その意味で、今回、複数のアウトカム指標を用いて、プログラムの効果に関する検討がなされた意義は大きい。また、これまでSOS教育の内容については、エキスパートコンセンサスの要素が強かったが、本研究により、実際の介入データに基づいてプログラムの内容や効果の検証がなされることは、SOS教育の発展に大きく寄与すると思われる。

なお、研究代表者は、本研究助成で得られた知見などを基に、教育委員会と共同で、「岐阜県版 SOS教育のガイドブック」を作成した。当ガイドブックでは、主に学校の教員を対象にSOS教育への基本理解を促すだけでなく、児童生徒の発達段階や授業の目的別にプログラム案と教材を作成し、自由にダウンロードできるようになっている。全国規模で子ども・若者の自殺予防をさらに推進していくためには、自殺予防教育について、地域や学校がそれぞれの特色などに応じて、選択できるような具体的なプログラムを示していくことが求められるであろう。とりわけ、SOS教育においては、自治体の専門職が参画しやすくなる環境を整え、地域の相談先を児童生徒に知ってもらう機会を確保する意味でも、地域連携モデルを広く周知することが有益であると思われる。

6. 成果外部への発表

(1) 学会誌・雑誌等における論文一覧（国際誌0件、国内誌1件）

・江畑 慎吾・富田 宏・松本 拓真（2004） SOS出し方に関する教育の実際調査と今後の課題
自殺総合政策研究 第4巻 第1号, P13～23.

(2) 学会・シンポジウム等における口頭・ポスター発表（国際学会等0件、国内学会等1件）

・第49回日本認知・行動療法学会 シンポジウム

「学校で使える認知・行動療法 Part3 ～SOSの出し方に関する教育～」

企画：江畑 慎吾 話題提供者：江畑 慎吾・永浦 拓・宮秋 多香子・松本 拓真 指定討論：神村 栄一

(3) その他外部発表等

・岐阜県版 SOSの出し方に関する教育ガイドブック 編集責任者（2024年3月作成）

<https://www.pref.gifu.lg.jp/page/16545.html>

7. 引用文献・参考文献

Aseltine, R. H., Jr. & DeMartion, R. (2004) An outcome evaluation of the SOS suicide prevention program. American Journal of Public Health. 93(4), 446–451.

江畑 慎吾・富田 宏・松本 拓真 (2024) SOS 出し方に関する教育の実際調査と今後の課題
自殺総合政策研究 4(1), 13–23.

川野 健次・勝又 陽太郎(2018) 学校現場における自殺予防教育プログラム GRIP：5 時間の授業で
支え合えるクラスを目指す, 新曜社.

8. 特記事項

(1) 健康被害情報

なし

(2) 知的財産権の出願・登録の状況

なし