

広島子どもの心支援ネットワーク第66回研修会報告

期日：2022年1月22日（土）13：30～17：30

場所：オンライン（Zoom）

テーマ：香港における自死予防教育の実際

内容：

13:30 開催

13:40～17:30 講演「児童生徒の自死予防教育について」

Brian Lee 先生：元香港教育局首席調査官

➤ 考えられる自死の要因

児童生徒の自死行動は、複数の要因や因果関係が複雑に絡み合っていた。

- ✓ 単独要因 3%
- ✓ 2つの要因 52%
- ✓ 3つの要因 37%
- ✓ 4つの要因 8%

・人間関係上の問題	87%	・適応上の問題	58%
・家族関係	74%	・学習適応関連	58%
・友人関係	42%	・家庭の影響	53%

➤ 自死予防対策

全児童生徒対象の実践 一心の健康とウェルビーイングの促進

- ✓ シェアリング
 - 1)日常生活の中の一部を他者と共有する
 - 2)社会の中で他者との関係を築き、維持することができる
 - 3)感謝やお礼、励ましの言葉をより頻繁に表す
 - 4)人に親切に、サポートイブでいる 5)家族と一緒に過ごす
- ✓ ポジティブ思考
 - 1)オープンマインドを保って新しいアイデアを受け入れる
 - 2)心地よさを感じることを思い浮かべる
 - 3)ストレスのかかる状況におかれてもポジティブに考える
 - 4)気分の変化を記録する
 - 5)悩みを一旦おいてリラックスし、楽観的になる
- ✓ 人生の楽しみ
 - 1)興味のあることに没頭して楽しみ、それを趣味にする
 - 2)興味のある運動や心身の鍛錬を定期的に行う
 - 3)好きなことを新たに学ぶ
 - 4)気分の変化を記録する
 - 5)自分の長所や才能をさらに伸ばし、最大限に発揮できるような活動をする

◇ School Retreat Day コロナ禍でストレスフルな状態の子どもたちに、スポーツやゲームを楽しむ1日を設定（写真）。

◇ ポジティブな文化

◇ 保護者教育

◇ ブリッジングプログラム

◇ ゲートキーパートレーニング

◇ メンタルヘルス専門家育成

◇ 学生対象のゲートキーパートレーニング

◇ スクリーニングツールとガイドライン



香港における「自死要因の詳細な分析」と、「自死予防教育の考え方および具体的実践」に関する講演であった。日本においても、自死件数は増加し続けており（令和2年度は調査開始以降最多の415人）、今回の研修における香港の予防教育は、日本においても参考にするべきものであった。