

(報告)

A 大学生に教養教育として実施した自殺予防教育とその成果

清水恵子¹⁾ 清水智嘉¹⁾ 山中達也²⁾ 大塚ゆかり²⁾

要 旨

研究目的はA大学の教養教育の科目『生活と健康』で実施した自殺予防教育(以下、予防教育)の成果を検討することで、事前調査には自殺に関する認識を問う調査票を、事後調査には「予防教育が普通の生活に役に立つか」を問う調査票を用いた。分析は単純集計と自由記載には内容分析を用いた。期間は平成27年6月～7月であった。

結果は、事前調査回答者76名(回収率82.6%)で、自殺に関する認識はその正答率から高いとはいえなかった。事後調査回答者65名(回収率70.6%)で、肯定的回答率96.9%と高く、回答理由の内容分析上位は<自殺予防の対処法等が分かった・学んだ(知識・理解)>27名、<いい話が聞けた・いのちの大切さを学んだ(包括的な感想)>9名、<自殺予防の対処法等、学んだことを身近な人や悩んでいる人に活用したい(関心・意欲)>8名、<自殺を身近なこと・重要なことだと認識した(理解)>6名であった。

これらは予防教育の成果と考えられた。

キーワード：自殺予防教育 成果 大学生

1 研究の背景

1) 青少年を取り巻く自殺の現状

平成28年3月18日、内閣府自殺対策推進室と警察庁生活安全局生活安全企画課より、『平成27年中における自殺の状況』¹⁾が公表された。自殺者の総数は24,025人で、前年度に比べ1,402人(5.5%)減少し、18年ぶりに2万5千人を下回った。

しかし、青少年に焦点をあてると、同統計の年齢別自殺者数19歳以下は554人で、前年度に比べ16人(3%)増加したことが分かった。これは、80歳以上を除く他の年代が減少したことを考えると注目すべきことである。また、同統計の職業別自殺者数『学生・生徒等』では、男性609人、女性226人の計835人で、前年度に比べ39人(4.5%)の減少であった。教育区分毎性別の自殺者数は、多い順に大学生409人(男性330人、女性79人)、高校生241人(男性157人、女性84人)、専修学校生107人(男性74人、女性33人)、中学生102人(男性72人、女性30人)、小学生6人(男

性6人)で、どの教育区分も男性の割合が多かった。その中で大学生男性の自殺者数が最も多かった。これは、過去5年間の『学生・生徒等』の自殺者数においても同じであった。また、人口動態統計による最新データ(平成26年)²⁾では、15歳～39歳までの5歳階級毎の死因の1位は『自殺』であった。

これらより、自殺者数の総数は減少しているとはいえ、青少年とその次世代を取り巻く自殺予防は喫緊の課題である。

2) 自殺予防教育・研究活動と文献検討

このような現状の中、平成21年度に研究代表者・共同研究者らで山梨県立大学自殺予防教育研究会(以下、本研究会)を立ち上げ、本学看護学部の学生や本学と高大連携事業の高校を中心に自殺予防教育(以下、予防教育)を実施してきた^{3)~8)}。さらに、平成25年度～平成27年度は科学研究費助成事業(挑戦的萌芽研究)として山梨県内の高等学校のうち研究協力の承諾が得られた4校の平成25年度入学生に対して予防教育を3年間

(所 属)

1) 山梨県立大学看護学部

2) 山梨県立大学人間福祉学部

にわたり継続的に実施した⁹⁾。

2002年3月～2015年3月の医学中央雑誌による、『自殺予防』『教育』『学校』をキーワードとする文献検索(会議録を除く)では、35件がヒットした。解説・総説24件、原著論文9件、座談会・一般2件であった。解説・総説の多くは、有識者による自殺予防に関する取り組みや普及啓発的な内容で、一部に自殺予防教育(以下、予防教育)の実践に関するものが2件見られた。それは、阪中(2004)の「学校における自殺予防教育,自殺予防プログラムを実施して」¹⁰⁾、同じく阪中(2003)の「中学校における危機介入のために教員を対象とした自殺予防プログラムを実施して」¹¹⁾であった。原著論文9件は、ゲートキーパー養成研修¹²⁾、高校や大学等の教員を対象に予防教育等の実態に関する質問紙調査⁷⁾、若者を対象に自傷行為や過量服薬と死生観との関連性の質問紙調査¹³⁾、生徒の自傷・自殺行為への教師の対応困難感に関する質問紙調査¹⁴⁾、自殺予防プログラムに関する文献考察¹⁵⁾、国立大学法人を対象とした自殺防止に関する質問紙調査¹⁶⁾、公立中学生を対象とした自殺に関連する思考・行動に関する質問紙調査¹⁷⁾、大学教職員向けガイドブックの構成要素調査¹⁸⁾、検定教科書における自殺関連記述の検討¹⁹⁾で、学校等の教育機関における自殺予防教育の実践的内容の成果に関するものではなかった。

得丸ら(2009)は、著書²⁰⁾の中で、「自殺を減らすことを目指すための教育」を模索中として『自殺予防教育』をカッコでくくって用い、『自殺予防教育』のキーワードに「生きること」「いのちの大切さ」「生きがい感」を挙げ、これらは教育すべてに存在する基本概念であると述べ、フィンランドの自殺予防対策、授業実践例を示しながら、「自殺への理解や自殺したいと思っている人の心情や状況への理解は全教員に基礎教養としてもってもらい、子どもへの『自殺予防教育』の授業はやれる教員が教科を問わず行うのが良いかもしれない」と方法についても示唆した。

これらより予防教育の実践に関してはエビデンスとなり得る研究成果は少ない事が分かった。

2 研究目的と意義

このように、青少年とその次世代を取り巻く自殺予防は喫緊の課題であり、予防教育に関してはエビデンスとなり得る研究成果が少ない中、平成24年度研究者らはA大学看護学部生に専門教育の科目『精神保健論』の授業の1コマとして予防教育を実施しその成果を報告した⁷⁸⁾。

今回本稿では、同じA大学において教養教育の科目『生活と健康』を履修した学生を対象に、授業の1コマとして実施した予防教育の成果を検討することを目的とした。本授業は、平成26年度より科目単位認定責任者と協議の上、第12回目に実施している。『生活と健康』の科目の目的は、「心身の健康という観点から、運動・栄養・休息・生活習慣・環境などに関する基礎的知識を教授する。また、保健センター・カウンセリングルーム・学内外の先生方の協力を得て、健康な生活を送るために必要な実践的知識や教養を教授する。」とある。よって、本研究目的を明らかにすることは、対象者が心身の健康の基礎的知識の修得の一端を検討することであり、職業別『学生・生徒等』の自殺者数の約半数を占める大学生の自殺予防の課題解決につながり、その意義は大きい。

3 対象及び方法

1) 対象者

平成27年度A大学において教養教育の科目『生活と健康』を履修した学生のうち、第12回目の授業『自殺予防』を受講した学生とした。

2) データ収集方法

(1) 科目『生活と健康』の単位認定責任者へ本研究の依頼

依頼文書と口頭で研究の趣旨を説明し、本研究を推進するにあたり事前調査及び事後調査の承諾を得た。

(2) 事前調査の実施依頼・回収

事前調査には『自殺に関する認識』について、高橋ら²¹⁾の「自殺に関する認識テスト」(生徒用)を承諾の下で改編し、「自殺予防教育事前調査のお願い」として自殺に関する認識の10

の設問と予防教育の授業への要望を自由記載とした無記名式調査票を用いた。事前調査の実施については、予防教育の前週(6月25日)第11回目『生活と健康』の授業終了後に資料を配付し、研究協力について説明し依頼した。回収ボックスへは自由意思で投函することを強調した。

(3) 予防教育の実施

7月2日(木)第12回『自殺予防』の授業内容は、①自殺に関する自己の認識の修正、②平成26年中の日本の自殺の現状(自殺者数・自殺率、年齢別、原因・動機など)と特徴、③自殺者に共通する心理、④身近な人を自死で亡くした人の体験、⑤自殺のサイン(自殺予防の十箇条)、⑥国や山梨県の自殺対策の取り組み(事前予防、危機への対応、事後対応)、⑦自分たちにできる自殺予防と対処法であった。授業方法は、パワーポイントを用いて、①は事前調査結果の説明と正答の解説、②③は警察庁の統計データを用いた説明、③は文献²¹⁾からの知見を説明、④は体験談²²⁾を用いた朗読と説明、⑤は④と関連づけた説明、⑥は説明、⑦には発問やロールプレイを取り入れ、まとめとして『TALKの原則²¹⁾』を説明した。また、②、③、④、⑤、⑥、⑦は学修資料にして配付した。

(4) 事後調査の実施依頼・回収

事後調査には、『「大学生にできる自殺予防」受講後調査のお願い』として無記名式調査票を用いた。主な調査内容は「予防教育での学びは普段の生活に役に立ちそうですか」で、“大変そう思う”“そう思う”“あまり思わない”“まったく思わない”の4件法で回答を依頼し、そのように回答した理由については自由記載欄を設けた。その他として、印象に残ったこと、意見や感想もっと知りたかったこと等についても欄を設け自由記載を依頼した。事後調査の実施にあたっては、予防教育終了後に資料を配付し、研究協力について説明し依頼した。回収ボックスへは自由意思で投函することを強調した。

3) データ収集期間

平成27年6月25日～同年7月9日

4) 分析方法

(1) 自殺に関する認識について

自殺に関する認識の10の設問については、設問ごと正答率を算出した。

予防教育の授業への要望の自由記載は、内容を吟味し意味が解るよう整理した。

(2) 予防教育が「役に立ちそうか」について

ア. 予防教育が普段の生活に役に立ちそうかについては、“大変そう思う”“そう思う”“あまり思わない”“まったく思わない”の4件法で回答したものを単純集計した。

イ. アの回答理由の自由記載については、本研究会が平成23年度⁶⁾及び24年度⁷⁾に取り組んだ予防教育の成果として生成したカテゴリーを参考に、“大変そう思う”“そう思う”の回答理由を肯定的回答理由とし、“あまり思わない”“まったく思わない”の回答理由を否定的回答理由として作成した指標を用いて、内容分析を実施した。

内容分析の指標は以下の通りである。

肯定的回答理由の内容分析の指標には、a<自殺の現状等、知らないことを知った(知識)>、b<自殺を身近なこと・重要なことだと認識した(理解)>、c<自殺予防の対処法等が分かった・学んだ(知識・理解)>、d<自殺予防の対処法等、学んだことを身近な人や悩んでいる人に活用したい(関心・意欲)>、e<自殺予防の対処法等、活用して相談に乗れそう・やってみよう(行為化への志向)>、f<いい話が聞けた・いのちの大切さを学んだ(包括的な感想)>、g<過去の経験の振り返りと学び(内省)>、h<予防教育は役に立つと思う>、i<新たな疑問が生じた>、j<その他>を用いた。

否定的回答理由の内容分析の指標には、o<自分は自殺をしたり自殺を考えたりしない>、p<自分の周りには落ち込んでいる人や自殺しそうな人はいない>、q<自殺を日常的なことと感じない>、r<自殺予防の必

要性が分からない、自殺予防なんてできない) >、s <自殺の実態は予防教育の内容と違う>、t <予防教育は立つと思わない>、u <その他>を用いた。

内容分析においては、研究者間で協議し信憑性を確保した。

(3) 印象に残ったことについて

自由記載内容は吟味し、意味が解るよう整理した。

(4) その他、意見や感想、もっと知りたかったこと等について

自由記載内容は吟味し、意味が解るよう整理した。

4 研究における倫理的配慮

本研究は、平成 27 年度の山梨県立大学看護学部及び大学院看護学研究科の研究倫理審査委員会の承認を得て実施した。承認番号は 1506 であった。

1) 対象となる人の人権擁護

予防教育を受講するか否かは自由に選択する権利はあることを擁護した。また、一旦受講しても途中から教室を出ることもできることを説明した。

例え、受講しなかった場合でも成績には影響しないことを説明した。

予防教育前後に実施する調査についても、無記名式調査票をボックス回収することで、個人が特定されずに、自由意思で提出できるようにした。

2) 対象となる人への心理的支援

予防教育の中で頻繁に使われる『自殺』や『自殺予防』の言葉は重く、特別な体験を持たない学生でも正常な反応として、こころの揺らぎと思われる軽い不安感を感じる事が予想される。よって、予防教育の開始時の心理的支援として、こころの揺らぎについて、「受講中にざわざわとした不安な気持ちになったり、特に身近な人を自殺で亡くした経験があると痛みを感じたりすることは、誰にでも起こる当り前の感覚・感情であり、こころが敏感に働いているからこそ起

きることである。」と説明し、必要以上に不安を増強させないようにした。

こころの揺らぎへの対処法については、授業終了後に不安な気持ちは友人に打ち明けることで軽減することを説明した。不安が軽減しない場合は、保健センター職員に相談を勧めた。保健センター職員に心理面のフォローを文書と口頭で依頼した。

また、予防教育を受講した学生は、こころの揺らぎを体験し緊張感や疲労感がある。それらを軽減するため、予防教育終了時に、その場で 1～2 分程度、呼吸法・筋弛緩法を用いてリラクゼーション体操を行った。

5 研究組織と役割

本研究は、平成 27 年度の『自殺予防教育研究会』メンバーで実施した。

(1) 研究代表者：清水恵子(看護学部)

研究の統括、教育内容・方法の検討、予防教育実施、予防教育前後調査の依頼、予防教育後の意見交換会、データ収集・分析、論文作成・発表等

(2) 共同研究者：清水智嘉(看護学部)

教育内容・方法の検討、予防教育の補佐、予防教育後の意見交換会、データ収集・分析・解釈、論文作成・発表の補佐等

(3) 連携研究者：山中達也(人間福祉学部)、大塚ゆかり(人間福祉学部)

教育内容・方法の検討、予防教育参観、データ分析・解釈等

6. 結果

受講生 92 名で、事前調査回答者は 76 名(回収率 82.6%)、性別は男性 25 名、女性 51 名であった。事後調査回答者は 65 名(回収率 70.6%)、性別は男性 17 名、女性 47 名、無回答 1 名であった。

1) 予防教育受講前の自殺に関する認識

事前調査に見られた自殺に関する認識は、図 1～図 4 及び表 1 に示した。

なお、設問 1～4 の正答と正答率は、図 1～図 4 の見出し右横に示した。

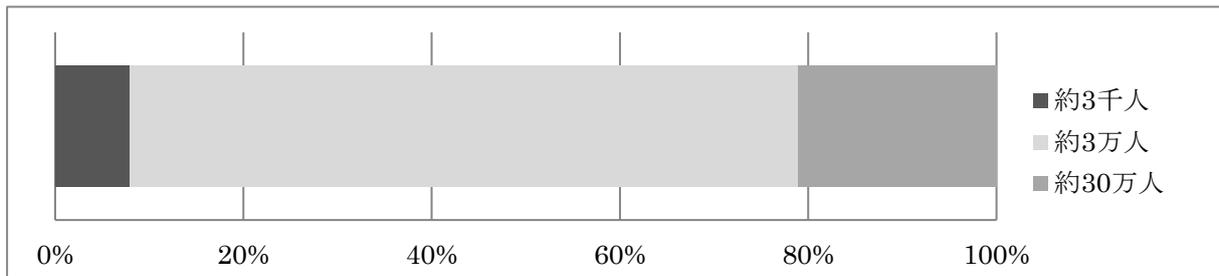


図1 日本における年間の自殺者数 (正答:約3万人、正答率71.1%)

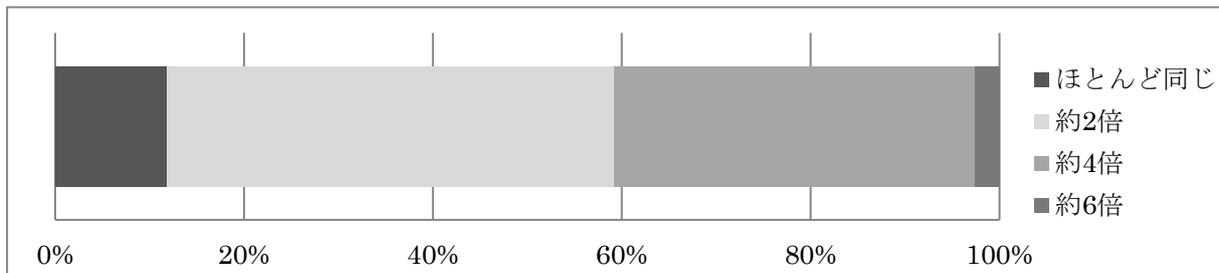


図2 自殺者の交通事故死者数との比較 (正答:約6倍、正答率2.6%)

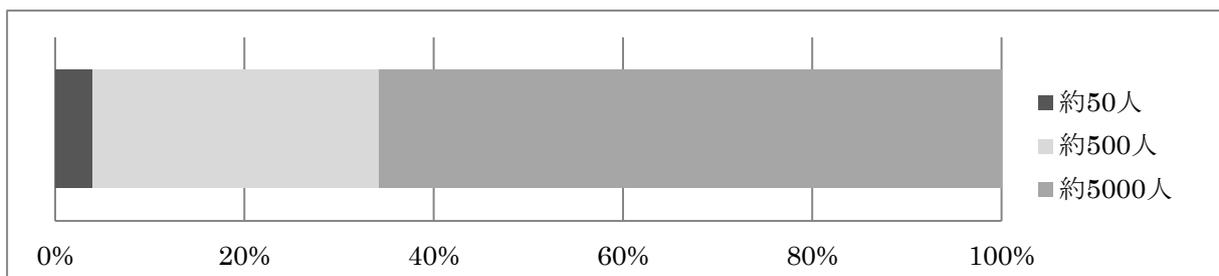


図3 日本の20歳未満の自殺者数 (正答:約500人、正答率30.3%)

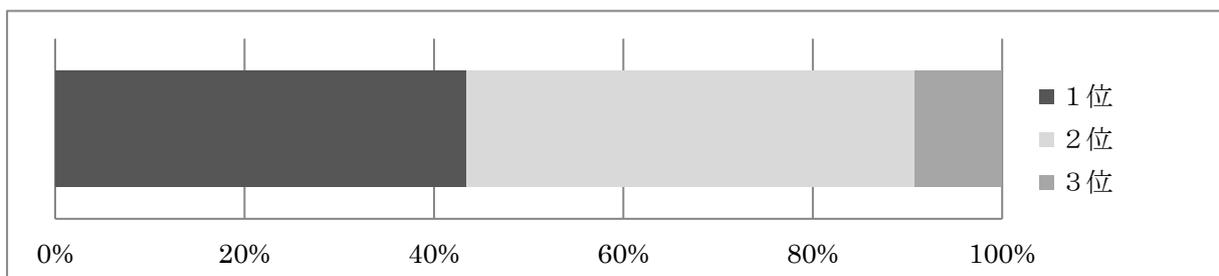


図4 15歳~24歳の自殺の死因順位 (正答:1位、正答率43.4%)

表1 自殺に関する認識の設問5~10の正答率

設問	内容	正答	正答率 (%)
問5	自殺すると言う人は実際に自殺することは非常に少ない	×	44.7
問6	自殺の危険の高い人の自殺を止める方法はない	×	89.5
問7	自殺未遂者は二度と自殺行為を繰り返さない	×	98.7
問8	自殺したいと思っているなら他人に止める権利はない	×	78.9
問9	多量の薬を飲んだ人は無意識的に自殺を図った可能性あり	○	59.2
問10	自殺について話すとかえって自殺に追いやってしまう	×	56.6

2) 予防教育受講前の授業への要望

事前調査に授業への要望の記載は76名中6名で、内容は表2の通りであった。

3) 予防教育受講後の予防教育が「役に立ちそうか」について

事後調査に見られた「予防教育での学びは普段の生活に役に立ちそうですか」について、“大変そう思う”22名(33.8%)で、性別は男性4名、女性18名であった。“そう思う”41名(63.1%)で、性別は男性11名、女性30名であった。“あまり思わない”2名(3.1%)は男性であった。“全く思わない”0名であった。

“大変そう思う”“そう思う”に記載された肯定的回答理由及び“あまり思わない”に記載された否定的回答理由の内容分析の結果は、以下の通りであった。

(1) 肯定的回答理由の内容分析

肯定的回答63名(96.9%)の理由の内容分析は表3に示した。最も多かったものはc<自殺予防の対処法等が分かった・学んだ(知識・理解)>27名、次いでf<いい話が聞けた・いのちの大切さを学んだ(包括的な感想)>9名、d<自殺予防の対処法等、学んだことを身近な人や悩んでいる人に活用したい(関心・意欲)>8名、b<自殺を身近なこと・重要なことだと認識した(理解)>6名、a<自殺の現状等、知らないことを知った(知識)>3名、e<自殺予防の対処法等、活用して相談に乗れそう・やってみよう(行為化への志向)>2名、g<過去の経験の振り返りと学び(内省)>2名、h<予防教育は役に立つと思う>2名、i<新たな疑問が生じた>1名、j<その他>3名であった。

ここで、肯定的理由の内容分析 g<過去の経験の振り返りと学び(内省)>、i<新たな疑問が生じた>、j<その他>について、自由記載内容の具体例を以下に紹介した。

g<過去の経験の振り返りと学び(内省)>は、「つい最近軽い鬱状態で『死にたい』と考えていた。また今度そのようなことに陥った場合、どうしたらいいのか学べた。そして『死にたい』と友人から言われた時の対処法が学べた。今日の授業を今後活かしていこうと思う。」「自殺について普段考える機会は少ないし授業をきっかけに友人や家族の相談のり方とか考えられたので軽い気持ちで人と接するのをよそうと思えた。また死について考えられたから自分や他人とまっすぐ向き合いたいと思えた。」であった。

i<新たな疑問が生じた>は、「自殺に関するデータは詳しく学ぶことができた。対応についてレジュメがあったが、教科書的で実際に通用するのかという部分が気になった。打ち明けた人を受け止められることが目的と話したのか何か答え(対策)がほしくて話してくれるのではないかと、聞くだけでは何も変わらないがそれでは自殺を止めることになるのか気になった。」であった。

j<その他>は、「誰も悩んでいないわけではないから」、「まだ身近に感じたりしない」、「あらためて自殺のこわさがわかったから」であった。

(2) 否定的回答理由の内容分析

否定的回答2名の理由の内容分析は、o<自分では自殺をしたり自殺を考えたりしない>1

表2 授業への要望

内 容
・自殺しそうな人の特徴を教えてください。
・自殺は防止できるのだろうか知りたい。
・学校教育現場においていじめが関連した自殺とその予防策について知りたい。
・「自殺したい」と言われた時どうしたらいいのか教えてください。
・自傷行為と自殺に何か関係があるのか教えてください。もし関係があるのなら自傷行為をしたい人とどう向き合えばいいのか教えてください。
・自殺未遂をした友人に対して、どうして相談してくれなかったのだろうと自分の無力さを感じている。なるべく自殺のことについて触れないようにしているが、周りの人たちはどのように接すればよいのでしょうか。未遂直後にどのような言葉をかければいいのか、再び「自殺したい」と言われたらどうすればいいのか、教えてください。

名、t<予防教育は立つと思わない>1名であった。

4) 予防教育を受講して印象に残ったこと

57名に自由記載があり、内容を吟味したところ、表4のように整理された。

5) 予防教育を受講しての意見や感想もっと知りたかったこと

17名に自由記載があり、内容を吟味したところ、表5のように整理された。

表3 肯定的回答理由の内容分析

内容分析の指標	男性 N=15	女性 N=48	合計
a 自殺の現状等、知らないことを知った(知識)	2	1	3
b 自殺を身近なこと・重要なことだと認識した(理解)*	1	4	5
c 自殺予防の対処法等が分かった・学んだ(知識・理解)	6	21	27
d 自殺予防の対処法等、学んだことを身近な人や悩んでいる人に活用したい(関心・意欲)	2	6	8
e 自殺予防の対処法等を活用して相談にのれそう・やってみよう(行為化への志向)	1	1	2
f いい話が聞けた・いのちの大切さを学んだ(包括的な感想)	2	7	9
g 過去の経験の振り返りと学び(内省)		2	2
h 予防教育は役に立つと思う	1	1	2
i あらたな疑問が生じた		1	1
j その他		3	3
合計	15	47	62

*性別の回答が無回答であった回答者は「b」に該当する回答理由であった。

表4 予防教育を受講して印象に残ったこと

内 容	件数
・山梨県の自殺者数が1番多いこと	13
・自死遺族の体験談	11
・日本の自殺者が多いこと	9
・『TALKの原則』の原則などを用いた関わり方	8
・自殺する大学生がたくさんいること	4
・自殺者の統計的データ	2
・自殺は孤独の病	2
・自殺しそうな人の特徴	2
・自殺者に共通する心理に怒りが入っていたこと	1
・自殺は周りの人に精神的打撃を招くこと	1
・「死にたい」と言われた側の受け止め方が重要となること	1
・自殺は社会の問題であること	1
・小学生が自殺していたこと	1
・思ったより自殺者数が多くなかった	1

表5 予防教育を受講しての意見や感想・もっと知りたかったこと

内 容	件数
自殺はした人も遺された人も辛いことを知り、身近に感じた	4*
相談された時は学びを活かして大切な人を守りたい	2
自身に困ったことが起きたなら抱え込まないで相談しよう	1
新たな問いかけ「何故、自殺はいけなのか」他	4
体験談への疑問	1
最近のニュース「新幹線内の自殺」が気になった	1
自殺予防教育継続へのエール	1**
講師への感謝	3

*この内の1件に、「先日知りあいが自殺したので、他人ごとのような気持ちでは聞けなかった。

周りの人や自分を大切に生きていきたいと思った。ありがとうございました。」とあった。

**この1件の内容は、予防教育が役に立つかについて否定的回答をされた学生の一人であった。

7. 考察

1) 自殺に関する認識について

本研究では、自殺に関する認識は予防教育受講前のもに限られるが、図1～図4及び表1から分かった事前調査回答者の自殺に関する認識の傾向は、次の7点にまとめられた。

- ①日本の年間の自殺者数について、「約3万人」と回答した学生が7割強と最も多かったが、一方で「約30万人」と回答した学生も2割強いたことから、学生は日本の自殺者数は多いイメージを持っている。
- ②交通事故死者数との比較では、自殺者数は「約2倍」と回答した学生が最も多かったが、正答である「約6倍」もの深刻な問題という認識をもつ学生は2.6%と少なかった。
- ③学生たちと同世代あるいはそれ以下の自殺者数については、「約5000人」の回答が6割強と最も多く、正答である「約500人」の正答率は3割強であった。ここからは学生は日本の特に若者の自殺者数は多いというイメージを持っているといえる。
- ④学生たちと同世代における自殺の死因順位について、「2位」の回答が5割弱と最も多く、正答である「1位」が約4割強であった。予防教育においては当時の最新データ(平成25年厚労省人口動態統計)を認識の修正を含め説明したが、同世代の自殺が死因の上位を占めているという認識は、現状と一致していたといえる。③の回答を合わせると、学生は同世代及び若者の自殺者数を多いと認識する傾向にあることが分かった。
- ⑤問5の正答率が44.7%と半数に達していないことから、「自殺する」と言う人に対して、5割強は『自殺のサイン(自殺予防の十箇条)』という認識をもっていなかった。ここに自殺予防の糸口があることから認識を修正することは基より、予防教育に『自殺のサイン(自殺予防の十箇条)』を盛り込む必要がある。
- ⑥問9の正答率は59.2%と半数を超えているが、誤答も4割強であることから、過量服薬と

自殺の関連について認識を修正する前に、何故両者が関連するかについて予防教育ではデータを示していく必要がある。

- ⑦問10の正答率は56.6%と半数を超えているが、誤答も4割強であることから「自殺について話す」ことについて4割強が「自殺に迫いやってしまう」というネガティブな認識を持っていると考えられた。この問いについては、今後は何故話題にしてもよいと考えたか、どのような状況なら話題にしてもよいと考えたか、同時にそれらの逆の考えについても議論を進め、学生が認識を自ら納得して修正できるような予防教育にする必要があるといえる。

なお、これら予防教育前の自殺に関する認識の正答率について、A大学看護学部生⁷⁸⁾との比較では、問1～4、問6～9は同じ傾向を示した。問5の正答率は本研究の対象者の方が21.6ポイント高く、問10も本研究の対象者が14.3ポイント高かった。これらの差異について、今回は検討できていない。

2) 予防教育受講前の授業への要望について

授業に対する要望を尋ねた事前調査は、研究者が必要であると準備したものと受講者が教わりたい・知りたいと要求するものとの間のズレを少なくする上で重要な意味をもつものといえる。表2に示した6つの要望の内、上段から5つについてはほぼ準備した内容に含まれていた。一方、最下段の受講生の体験談を踏まえた要望については、「自殺したい」という自殺願望がある人への関わり方については状況設定をしてロールモデルを示した対応のし方は学修内容に含まれていたが、自殺未遂から次の自殺願望を表出する間のその未遂者との向き合い方までは学修内容には含まれていなかった。特に、この要望を記載した学生は「自殺未遂をした友人に対して、どうして相談してくれなかっただろうと自分の無力さを感じている。なるべく自殺のことについて触れないようにしているが、周りの人たちはどのように接すればよいのでしょうか。…」と、「相談されなかった無力さ」を常に意識

していることから、これまで『自殺のサイン(自殺予防の十箇条)』の説明の際、自殺未遂の人はそうでない人に比べ自殺の危険度が高いという説明は、当該学生に対して「無力さ」を増加させる事ではなかったかと懸念させられた。また、『自死遺族の体験談』には当該学生の体験に近い心情が表出されていることから、「無力さ」を増加しかねないと懸念させられた。

しかし、先の記述に続く当該学生の「…未遂直後にどのような言葉をかければいいのか、再び『自殺したい』と言われたらどうすればいいのか、教えてほしい。」からは、当該学生は予防教育のこの機会に自己の体験談を吐露し、自殺未遂した友人と向き合いたいとする前向きな姿勢が読み取れた。よって、『自死遺族の体験談』のこの教材も、当該学生が自殺未遂の友人と向き合うヒントになってほしいと願わずにいられない。事後調査の意見や感想もっと知りたかったこと(表5)において、当該学生の記載と思われるものはあったが、言及できるものではなかった。

3) 予防教育受講後の予防教育が「役に立ちそうか」について

事後調査回答者に見られた「予防教育での学びは普段の生活に役に立ちそうですか」に対する“大変そう思う”と“そう思う”の肯定的回答率は96.9%と、非常に高かった。

肯定的回答理由の内容分析からは、まずc<自殺予防の対処法等が分かった・学んだ(知識・理解)>27名、b<自殺を身近なこと・重要なことだと認識した(理解)>6名、a<自殺の現状等、知らないことを知った(知識)>3名、これら半数以上の受講者は予防教育が役に立つ理由を、自殺や自殺予防の方法について知識や理解が増えたととらえていることが分かった。次いで、d<自殺予防の対処法等、学んだことを身近な人や悩んでいる人に活用したい(関心・意欲)>8名、e<自殺予防の対処法等、活用して相談に乗れそう・やってみよう(行為化への志向)>2名、これら2割弱の受講生には学んだことを自殺予防に活用しようと意欲を示したり行為化への志向を

示したり、自殺予防への積極的な姿勢が見られたことが分かった。次いでf<いい話が聞けた・いのちの大切さを学んだ(包括的な感想)>の9名は予防教育を受講したことを価値づけていた。次いでg<過去の経験の振り返りと学び(内省)>の2名のうち一人は、自身が最近「死にたい」と考えていたことを吐露しながら、そういう時「どうしたらいいのか学べた。そして『死にたい』と友人から言われた時の対処法が学べた。」と学びを今後活かそうという思いが記載されていた。またもう一人は「…授業をきっかけに友人や家族の相談のり方とか考えられた…また死について考えられたから自分や他人とまっすぐ向き合いたいと思えた。」と、自己や他者との真摯な向き合い方を考えようとする姿勢が見られていた。i<新たな疑問が生じた>の1名も「…打ち明けた人を受け止められることが目的と話したのか何か答え(対策)がほしくて話してくれるのではないかと、聞くだけでは何も変わらないがそれでは自殺を止めることになるのか気になった。」と、気になったことから問いを投げかけ、自殺予防の対処について真剣に考える姿勢が伺えた。

これら予防教育受講後の肯定的回答理由の内容分析は、A大学看護学部生⁷⁸⁾にも見られたものであり、同じ傾向を示していた。

否定的回答理由の内容分析からは、o<自分は自殺をしたり自殺を考えたりしない>1名、t<予防教育は立つと思わない>1名と少数であり、自殺を身近なことと考えられないことが否定的回答の背景にあったのではないだろうか。A大学看護学部生⁷⁸⁾に見られた否定的回答理由には、学修内容を認めながらも『自殺』という問題を抱えている人が身近にいない…「自殺をしたい思いを持った人との関わりがない…」等が挙がっていたが、本研究の否定的回答理由はこれらと同じ傾向を示していたと考えられた。

4) 予防教育受講後の印象に残ったことや意見・感想等について

予防教育受講後の事後調査に見られた印象に残ったことや意見・感想等については、「予防教

育での学びは普段の生活に役に立ちそうですか」に対する回答以外に学んだり気づいたりしたことが考えられた。

表4より分かったことは、「山梨県の自殺者数が1番多いこと」、「日本の自殺者が多いこと」、「自殺する大学生がたくさんいること」については、「自殺者の統計的データ」等の客観的に分かるものを示して、「自殺は社会の問題であること」を合わせて強調したことが、学生の理解につながり、課題を探究する姿勢が求められる学生らの問題意識を刺激したと考えられた。特に、本研究の対象者である山梨県で学ぶ大学生には、「山梨県の自殺者数が1番多いこと」や「日本の自殺者が多いこと」の中、「自殺する大学生がたくさんいること」の現象への関心は高かったといえる。

そして、「自死遺族の体験談」、「『TALKの原則』の原則などを用いた関わり方」、「自殺は孤独の病」、「自殺しそうな人の特徴」、「自殺者に共通する心理に怒りが入っていたこと」、「自殺は周りの人に精神的打撃を招くこと」、「『死にたい』と言われた側の受け止め方が重要となること」は、研究者が予防教育の中で強調していることであった。特に、「自死遺族の体験談」は自殺者や自殺者の身近な人の思いを伝える教材として、著者の承諾の下で使用させていただいているが、ねらい通り自殺を身近な問題として伝えることができたといえる。

表5より分かったことは、「自殺はした人も遺された人も辛いことを知り身近に感じた」、「相談された時は学びを活かして大切な人を守りたい」、「自身に困ったことが起きたなら抱え込まないで相談しよう」、「新たな問いかけ『何故、自殺はいけないのか』他」は、対象者2割弱の記載であったが、自殺予防教育を通して新たに学んだこと・深く考えたことを振り返りながらも、あらためて『何故、自殺はいけないのか』と本質的な問いを問いかける姿勢が見られた。A大学看護学部生には、類似の問いかけは見られなかった。

8. 結論

平成27年度にA大学の教養教育の科目『生活と健康』を履修した学生に予防教育を実施した成果については、以下の2点にまとめられた。

1) 予防教育受講前の自殺に関する認識について

事前調査回答者は、対象者のうち76名(男性25名、女性51名)であった。

事前調査回答者に見られた自殺に関する認識は、日本の年間の自殺者数「約3万人」と回答した学生は7割強と最も多かった。しかし、交通事故死者数との比較では自殺は「約6倍」もの深刻な問題と認識する学生は2.6%と少なく、学生全体としての認識は低かった。

学生の同世代の自殺者数については、誤答である「約5000人」の回答が6割強と最も多く、自殺の死因順位について約9割の学生が1位あるいは2位を占めると認識していたことから、学生は同世代の若者の自殺者数を多いと認識する傾向にあることが分かった。

「自殺する」と言う人に対して、5割強は『自殺のサイン(自殺予防の十箇条)』を表しているという認識をもっていなかった。「自殺について話す」ことについて4割強が「自殺に追いやってしまう」というネガティブな認識を持っていると考えられた。

2) 予防教育受講後の予防教育が「役に立ちそうか」について

事後調査回答者は65名(男性17名、女性47名、無回答1名)であった。

事後調査回答者の予防教育が普段の生活に「役に立ちそうか」に対する“大変そう思う”と“そう思う”の肯定的回答率は96.9%と高かった。一方、否定的回答率は3.1%であった。

肯定的回答理由の内容分析における複数回答以上は、<自殺予防の対処法等が分かった・学んだ(知識・理解)>27名、次いで<いい話が聞けた・いのちの大切さを学んだ(包括的な感想)>9名、<自殺予防の対処法等、学んだことを身近な人や悩んでいる人に活用したい(関心・意欲)>8名、<自殺を身近なこと・重要なことだと認識

した(理解)>6名、<自殺の現状等、知らないことを知った(知識)>3名、<自殺予防の対処法等、活用して相談に乗れそう・やってみよう(行為化への志向)>2名、<過去の経験の振り返りと学び(内省)>2名、h<予防教育は役に立つと思う>2名であった。

否定的回答理由の内容分析は、<自分は自殺をしたり自殺を考えたりしない>1名、<予防教育は立つと思わない>1名であった。

以上より、事前調査において自殺に関する認識が低いと思われた学生であっても、予防教育すなわち自殺に関する統計的データ、『自死遺族の体験談』、自殺予防の対処法でのロールプレイ等を通して、自殺や自殺予防への知識や理解、関心や意欲を持つことができたのではないかと考えられた。

9. 研究の限界と今後の課題

研究者らは現在、所属教育機関の学生には教養教育であれ専門教育であれ、実行可能な科目の中で予防教育を実施している。自殺者の統計データの職業別『学生・生徒等』の区分では、大学生の自殺者数が約5割を占める中、学生たちは予防教育により自殺予防への関心を高く持つことが分かった。その一方で、自身があるいは身近な友人が自殺願望や自殺未遂の経験を有する当事者でもあり得ることが予測された。今回の受講生の中にも同様に当事者と思われる学生がいた。受講した学生達は予防教育を前向きに受け止め学びとしている記載が見られたことは幸いであった。しかし、予防教育を受けることが出来ずにいたり予防教育を受けたが前向きになれずこころを痛めたままだったりも考えられる。予防教育の実施に当たっては心理的支援を行うと同時に、心理的配慮が必要な学生には今後もフォロー体制をとりつつ、予防教育を継続させたい。

事前調査で用いた自殺に関する認識の10の設問は、事後調査では予防教育直後の調査ということもあり今回は用いなかったが、一定間隔をあげ同調査をすることで認識の変化を把握する

ことは可能である。予防教育の成果を測定する上で今後検討が必要といえる。

さらに、表5の記載にあったように予防教育を受講した後にあらためて『何故自殺はいけないのか』という疑問に対しても、次世代を担う学生だからこそ認識を深めていく必要があると考えている。議論を進められるようなフォローアップの場を検討したい。

引用文献

- 1) 警察庁・内閣府: 平成28年3月18日発表「平成27年中における自殺の状況」, 2016.
- 2) 厚生労働統計協会: 厚生指標増刊, 国民衛生の動向, vol63, No.9, p417-419, 2016/2017.
- 3) 清水恵子他: 青少年を対象とした自殺予防教育の推進に関する研究1, 山梨県立大学地域研究交流センター2009年度研究報告書.
- 4) 清水恵子他: 青少年を対象とした自殺予防教育の推進に関する研究2, 山梨県立大学地域研究交流センター2010年度研究報告書.
- 5) 清水恵子, 坂本玲子, 大塚ゆかり, 末木恵子, 守屋法子: A県内教員を対象に実施した生徒・学生の自殺予防教育等に関する調査, 自殺予防と危機介入, 34(1), p19-30, 2014.
- 6) 清水恵子他: 青少年を対象とした自殺予防教育の推進に関する研究3, 山梨県立大学地域研究交流センター2011年度研究報告書.
- 7) 清水恵子他: 青少年を対象とした自殺予防教育の推進に関する研究4, 山梨県立大学地域研究交流センター2012年度研究報告書.
- 8) 清水恵子, 大塚ゆかり, 山中達也, 岡部順子: A大学看護学部生に実施した自殺予防教育とその成果, 山梨県立大学看護学部研究ジャーナル, vol1, p1-16, 2015.
- 9) 清水恵子, 清水智嘉, 山中達也, 大塚ゆかり: 山梨県内の高校生に実施した自殺予防教育とその成果, 平成25年度~平成27年度科学研究費助成事業(挑戦的萌芽研究)報告書, 2016.
- 10) 阪中順子: 学校における自殺予防教育, 自殺予防プログラムを実施して, こころの科学 118号, p19-23, 2004.
- 11) 阪中順子: 中学校における危機介入のために教員を対象とした自殺予防プログラムを実施して, 自殺予防と危機介入, 24(1), p10-17, 2003.
- 12) 宮川治美: 地域自殺予防のゲートキーパー養成研修充実化に向けて, 心理臨床学研究, 32(1), p125-131, 2014.
- 13) 赤澤正人他: 若年者の自傷行為と過量服薬にお

- ける自殺傾向と死生観の比較, 自殺予防と危機介入, 32(1), p34-40, 2012.
- 14) 川島大輔他: 生徒の自傷・自殺への教師の対応困難感についての探索的検討, 31(1), p51-57, 2011.
- 15) Takada Misato 他: 自殺予防プログラムの特徴と効果-仕事場とその他の環境間の比較, *Industrial Health*, 48(4), p416-426, 2010.
- 16) 中村道彦: 大学生の自殺予防、大学の自殺防止に関する実態、自殺防止対策に関する調査報告、全国大学メンタルヘルス研究会報告書, 31 回, p14-16, 2010.
- 17) 松本俊彦他: 思春期における「故意に自分の健康を害する」行動と「消えたい」体験及び自殺念慮との関係, *精神医学*, 51(9), p861-871, 2009.
- 18) 佐藤純他: 大学における自殺予防のための大学教職員向けガイドブックが備えるべき要件や留意点, *こころの健康*, 22(1), p65-70, 2007.
- 19) 津川律子他: 日本の中学校・高等学校の検定教科書における自殺関連記述の検討, 学校教育場面における自殺予防教育の今後の課題を探るために, *こころの健康*, 20(2), p88-96, 2005.
- 20) 得丸定子編: 学校での「自殺予防教育」を探る, 現代図書, 2009.
- 21) 高橋祥友編: 青少年のための自殺予防マニュアル新訂増補, 金剛出版, 2008.
- 22) 内閣府: 平成 21 年版自殺対策白書, p87-88.

Effects of Suicide Prevention Education for Students at A University

SHIMIZU Keiko, SHIMIZU Tomohiro, YAMANAKA Tatsuya,
OTSUKA Yukari

key words: suicide prevention education, effects, students at university