

児童・生徒の心強い味方になるために ～先生にできるゲートキーパーの第一歩～



先生方にこんな悩みはありませんか？

児童・生徒の様子が気になるけど、どう接したらいいかわからない。

死にたい気持ちがある児童・生徒に、教職員はどのように関わり、連携したらよい？

ゲートキーパーとは？ 

悩んでいる人に気づき、声をかけ、耳を傾け、必要に応じて専門機関につなぐ役割を果たす人のことです。

児童・生徒が悩みを抱えているサインの例

- ☐ 集中力の低下、成績の低下
- ☐ 不安、イライラ
- ☐ 投げやりな態度
- ☐ 身だしなみに無頓着
- ☐ 睡眠時間の変化
- ☐ 食欲の減退・増加や著しい体重減少・増加
- ☐ 交友関係の問題（グループが変わる、孤立、いじめ、非行）
- ☐ 不登校・ひきこもり
- ☐ 死にたい気持ち・具体的な自殺の計画

気になる児童・生徒に積極的に話しかけてみましょう

- ①気になっている言動について客観的かつ具体的に伝える。
- ②主語を「私」にして、心配していることを伝える。
- ③「死にたい」気持ちを率直に尋ねる。



「最近少し元気がないように見えるけど、何かあった？心配してるよ。」

「作文に自殺したいと書かれていたけど、死にたい気持ちがあるの？」

避けた方がいい表現

×「何か困っていることはない？」

生きづらさを抱えている児童・生徒にとって、困っていることを自覚したり、言葉にしたりするのが難しいため、会話を引き出しにくくなります。

児童・生徒の話を聞くときの心構え



- ①まずは児童・生徒の体験や気持ちを十分に聞く
- ②どんな話も否定せず寄り添う（傾聴）
- ③話してくれたことを労う



「話してくれてありがとう。辛かったね。一人で抱えなくていいんだよ。」

避けた方がいい表現

×「命は大切だから自殺したらダメだよ」

児童・生徒の苦しみを軽視したり、否定したりしているように受け取られる可能性があります。「誰にも理解してもらえない」という孤立感をさらに深めてしまいます。

先生方も児童・生徒の相談を受けたら一人で抱え込まず、必ず校内での情報共有と連携を図りましょう。迷った時は南筑後保健福祉環境事務所にご相談ください。
時間：平日8時30分～17時15分 電話番号：0944-72-2176

＜このチラシに関するお問い合わせ先＞

福岡県南筑後保健福祉環境事務所

健康増進課 精神保健係

（対象居住地）

大牟田市、柳川市、八女市、筑後市、大川市、
みやま市、大木町、広川町

〒832-0823

柳川市三橋町今古賀8-1

（柳川総合庁舎1階）

時間：平日8時30分～17時15分

電話番号：0944-72-2176

