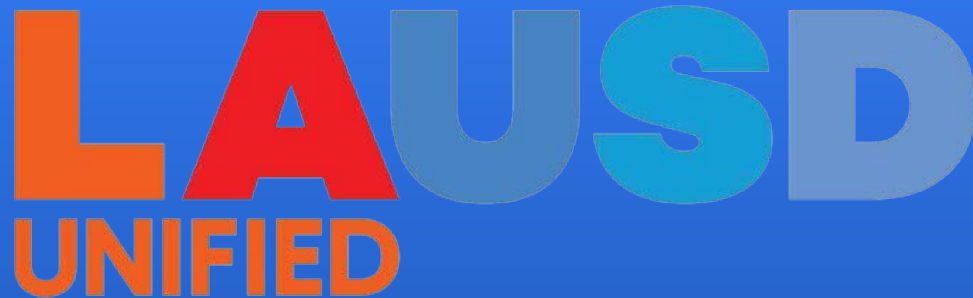


Division of
Instruction



名古屋市教育委員会フォーラム

LAUSD (*Los Angeles Unified School District) における
スクールカウンセリングの状況

Dec. 21-23, 2023
Dickson Perey博士
Erika Lopez氏

Agenda : 議題

- はじめに、背景
- インクルージョン活動
- LAUSDとスクールカウンセリングサービスの概要
- LAUSDにおけるスクールカウンセラーの役割
- 多層サポートモデルのアプローチ
- 事例: スクールカウンセラーとメンタルヘルスのプロフェッショナルとの連携について
- まとめ
- 質疑応答



Introduction : 導入



- Dr. Dickson Perey (ディクソン ペレイ博士) Ed.D, MS, PPS
- ロサンゼルス統一学区中央事務所カウンセリングコーディネーター
- 1998年よりLAUSDのプロフェッショナルスクールカウンセラーに就任



- Ms. Erika Lopez (エリカ ロペス氏) MS, PPS
- バーミンガムコミュニティの、チャーターハイスクール
カレッジカウンセラー
- 2013年より、プロフェッショナルカウンセラー就任



Our Why and Journey Back to Nagoya, Japan

私たちが日本の名古屋におとずれたのか



- LANSKA学生支援プログラムの引率者をしていました
(ペレイ 2011, ロペス2015)
- 学生交換プログラムのボランティア委員長
(ペレイ 2011-2022, ロペス 2022- 現在)
- スクールカウンセリングの信念:
 - 学生、家族の擁護すること
 - コミュニケーション能力
 - 学生生活にインパクトを与えること
 - 私たちのコミュニティの将来に影響を与えること



「包み込む」活動: ペアでの共有 深いつながりを持つための構造

- みなさんはお隣の方とペアを組んでパートナーになってください
- しばらくお時間をさし上げます
- パートナーBが最初の30秒間を共有します
- 司会が交代するよう指示します
- パートナーAが30秒間共有します
- パートナーはお互いに感謝しありがとうございますを言い合います



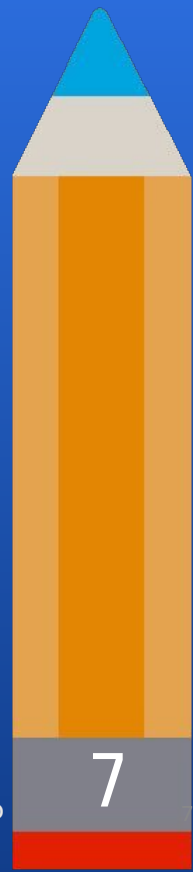
あなたの “なぜ” を教えてください。

今日いらした目的は何ですか？



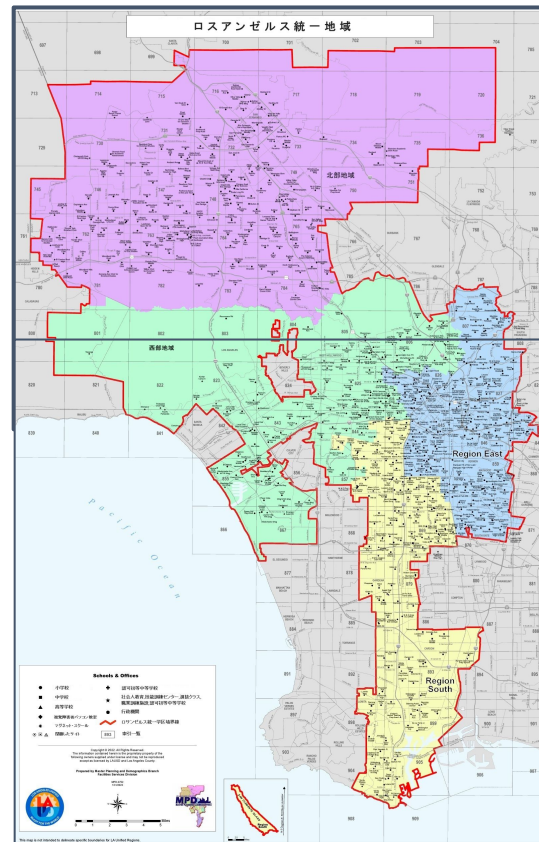
LAUSD※の紹介 スクール・カウンセリング・サービス

※ Los Angeles Unified School Districtの略
ロサンゼルス及びその近郊の学区であり、
生徒の人数において、カリフォルニア州最大の学区である



ロサンゼルス市統一管区

- 全米第2位の規模を誇る地区
- 710平方マイル
(およそ1,839平方キロメートル)
- 25の都市
- この区域内に480万人が住んでいます。



基本情報

2023-24 推定入学者数予測

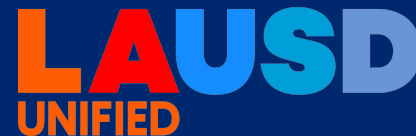
学校レベル	地区の入学者数の予測
初級 (ETK-6)	225,222
中等 (7-12)	55,894
高校 (9-12)	116,507
合計	397,623

出典：2023年7月時点のFinancial Planning Division(予算サービス及び財務計画課)による



基本情報

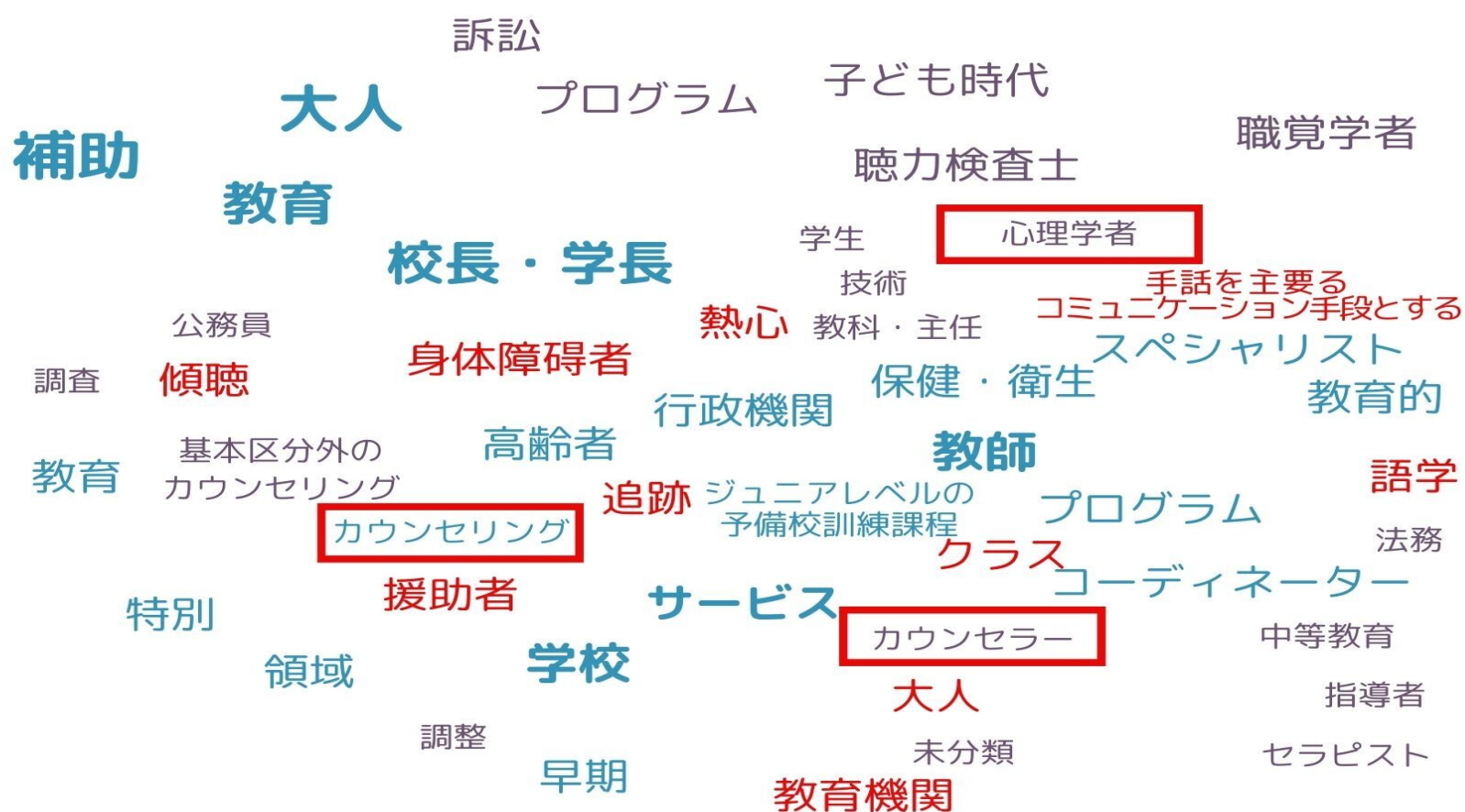
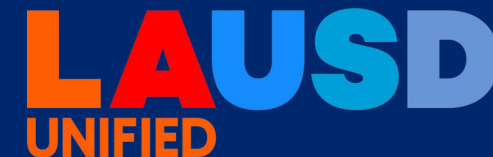
2023-24年の人口統計



学校レベル	地区の入学者数の予想
ラテン系/ヒスパニック系	73.8%
白人	9.6%
アフリカ系アメリカ人/黒人	7.1%
アジア人	3.3%
2つ以上	2.8%
フィリピン人	1.6%
太平洋諸島人	1.6%
アメリカインディアンまたはアラスカ先住民	1.5%
レポート無し	0.1%

出展：データ責任局、2022年9月時点

基本情報



スクールカウンセリングと学生支援プログラムの役割の概要

二次カウンセラー (誰もがカウンセラーに割り当てられます)	生徒への業務および 出席カウンセラー	精神医学ソーシャル ワーカー	学校心理学者	副校長、 二次カウンセリングサービス
学業、社会感情、大学/経歴 における中等生徒に、一般 的なものを絞った集中的なカ ウンセリングサービスを提供 します	個人およびシステム全体 の学生の出席、 取り組み、成績、卒業を 提供します	行動上、社会上および/ま たは感情上の問題を抱え る生徒に的を絞った集中 的な介入とメンタルのサ ポートを提供します	心理的サービスを提供 します。 特殊教育サービスを含む特 別プログラムの資格を判断 するために、生徒の個別の 事例を作成します。	カウンセリングプログラム 全体にリーダーシップを発 揮します
焦点: 一般学生入口			焦点: 特殊化された集団	管理

なぜ今なのか？



現地管理と責任計画

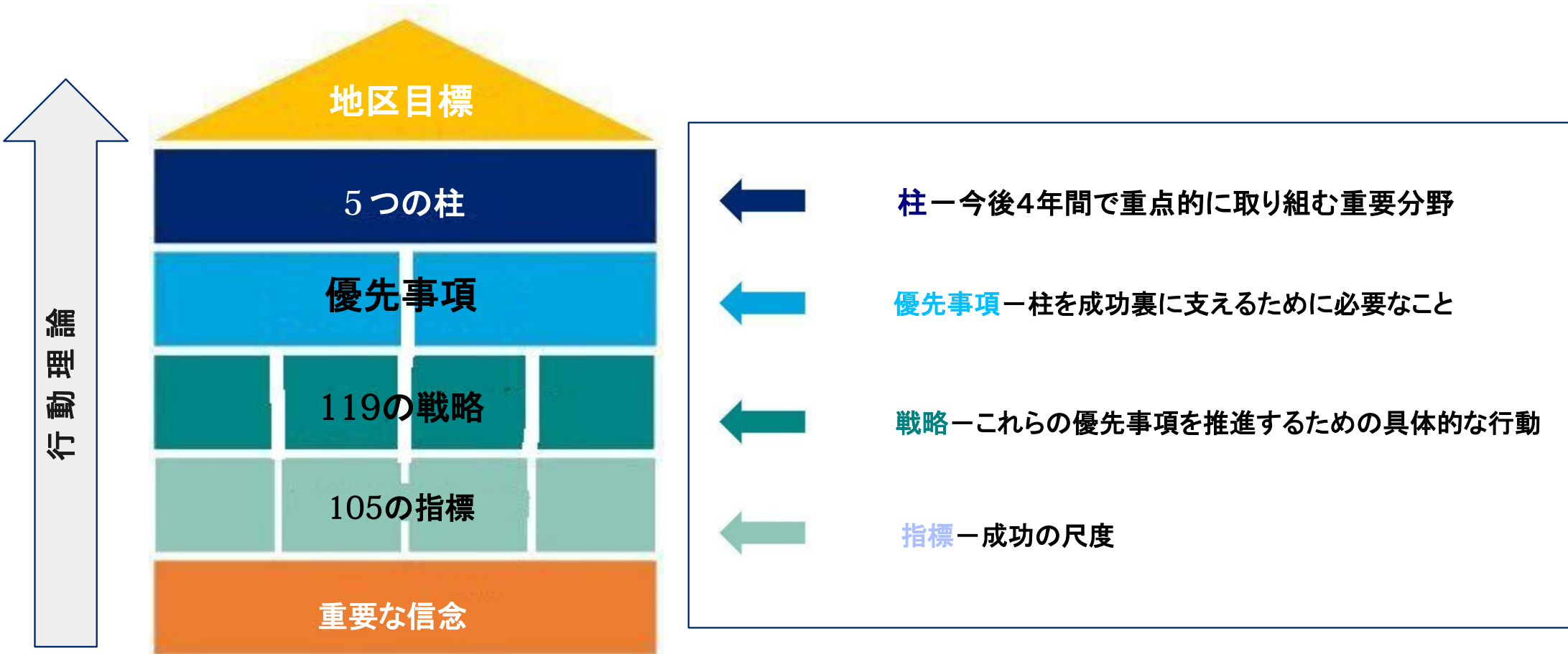


一貫性

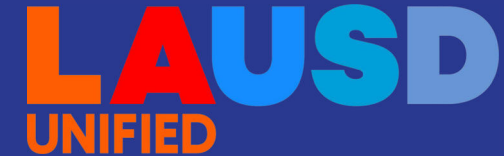


一貫性

戦略計画の構成要素



柱と優先事項



各柱には
柱を成功に導くために
必要な中核的要素である
と考える優先事項がいくつ
か含まれている

柱1 卓越した教育

質の高い指導

豊かな経験

機会格差の解消

大学進学とキャリア準備

柱2 喜びと幸福

快適な学習環境

子ども全体のWell-Being

強い社会的情緒的スキル

卓越した出席率

柱3 参画と協力

強い人間関係

アクセスしやすい情報

インパクトのある影響力

表彰視点

柱4 業務の有効性

データ主導意思決定

近代化インフラ

持続可能な予算編成

地区選択

柱5 職員への投資

多様な労働力

プロフェッショナルな学習

スタッフの健康

ハイパフォーマンスな基準

卒業

2026年までに卒業率を93%
に引き上げる
(2021-22年の86.5%から)

A-G コース

9年生から12年生の卒業生において大
学及びキャリアへの準備が
整っていることを示し
A-GでC以上の評価を獲得した
生徒の割合を70%に増加するコース

FAFSA/CADAA

申請を完了した卒業生の割合を
100%に (2022-2023の89%から)



100% IGP 完了

中・高生の 100%がIGP(個別
卒業計画)を完了していること
を確認する。

二重登録

高校185校中併願コースを設置する学
校を136校に増やす。

高度な配置

コースに登録する学生の割合
を28%に増やす。

CSU & UC アプリケーション

大学を卒業する卒業生の割合を増
やす。UC又はCSUへの申請は70%
(2021-22年の46.3%から)

情報源: 学校での体験調査

- 年次調査
- フィードバック:
 - 教師
 - スタッフ
 - 学生
 - 保護者
- 知覚データ:
 - アカデミック
 - 学校の風土
 - 社会的及び感情的な学び



<https://www.lausd.org/Page/8397>

組 織



米国スクールカウンセラー協会:

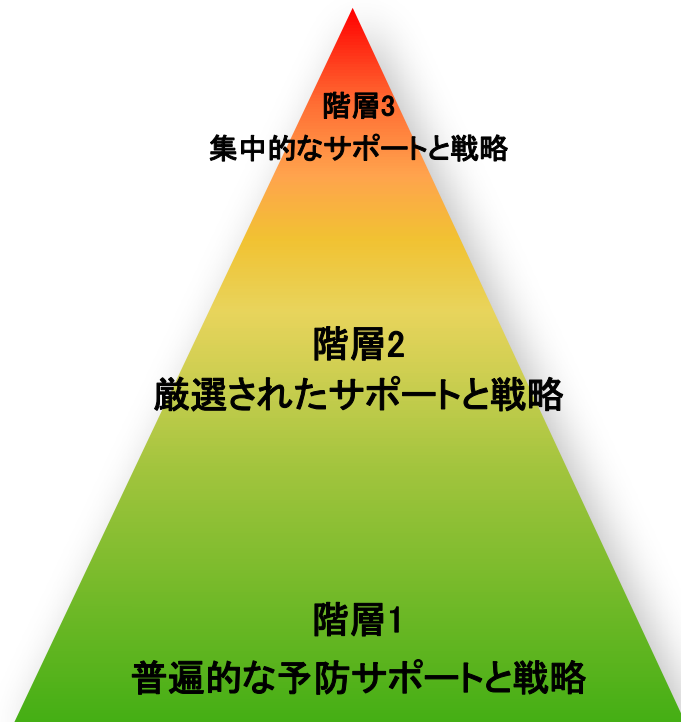
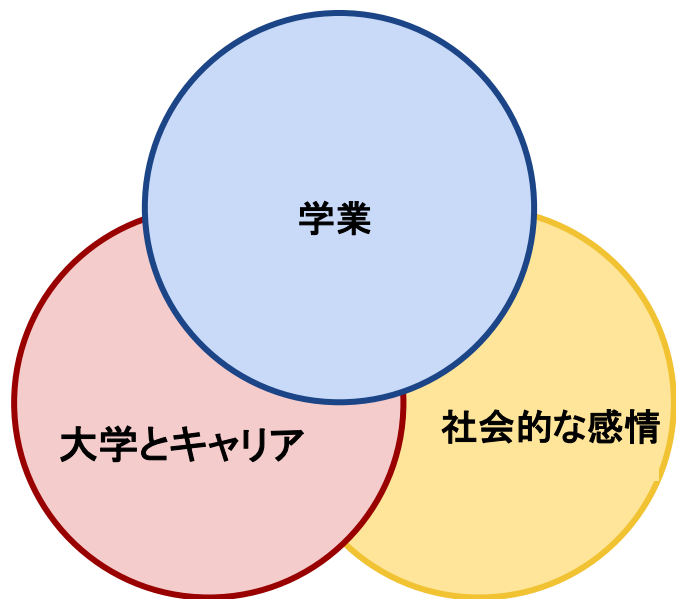
- スクールカウンセリングの専門職を代表しすべての生徒が成功できるような公平な機会と包括的な環境を作るためにスクールカウンセラーを育成する



カリフォルニア州スクールカウンセラー協会:

- スクールカウンセリングの基準を提供する
- 州および全国での擁護活動
- この分野における出版物および研究を提供する





私たちのスクールカウンセリングのアプローチ

アカデミック

指標3A-1

進級・卒業に向けた学業計画

- 信用回復
- 家庭教師
- スキルベースの介入

指標3A-4

学年水準の期待、基準
大学およびキャリアパスに沿った厳格な授業内容を推進します。

中等教育後

指標3B-2

学生に個別のカウンセリングを提供します。中等教育のさまざまな基準や選択肢について学生を指導し、アドバイスします。

指標3B-3

生徒と保護者に高等教育および仕事ベースの学習機会に申し込む手順について知らせる

- | | |
|---------------|---------|
| • A-G | • 熱心な |
| • FAFSA/CADAA | • 二重登録 |
| • 軍隊 | • AP/IB |

指標3B-4

中等教育後のすべてのオプションに関するレッスンワークショップ、リソースを提供します。
キャリアの棚卸を管理します。

社会的感情

指標3C-1

心の知能指数と幸福を促進する学年レベルの適切なSELレッスンを開発および実施する

指標3C-2

自己管理と人間関係のスキルを提供して、生徒が自分の行動が他人に与える影響を理解し、感情的な成長を促進できるようにします。

アカデミック

- ・スクールカウンセリング
MTSSの導入
- ・卒業進度を見守る
システム
- ・正確な生徒による
プログラミング
- ・個人の卒業計画の
データ収集
- ・ポリシーの更新:
卒業
必要条件
成績証明書
- ・英語言語開発504
安全装置セクション

中等教育後

- ・ASCAモデル/標準の実装
- ・キャリア技術教育課程の
開発
- ・ナビンス教室単位
- ・二重登録計画
- ・連邦財政援助の
モニターシステムおよび
大学への出願

社会的感情

- ・危機介入
- ・心理学的な応急処置
(PFA)
- ・自殺の予防、介入、
事後対応
- ・自殺の危機管理評価
- ・いじめ防止
- ・コミュニティの構築
- ・薬物乱用に対する意識
- ・Tier1および2のサポートの
第2ステップカリキュラム



- ・カリフォルニアで開発された
スクールカウンセラー協会
- ・2023年10月発行
- ・本質的な願望
- ・AB 2508に合わせて調整
 - ・メンタルヘルス
 - ・MTSS
- ・ASCAナショナルモデルに準拠
- ・6つの標準に整理



1 標準 1 STANDARD ONE

カウンセリング能力の構築

リーダーシップ

指標 1A-1

例:測定可能な
生徒の成果を伴う行動計画

反省的かつ論理的な実践

指標 1B-2

例:義務付けられた報告
手順に従う

専門職
開発

指標 1C-2

例:スクールカウンセラーの
ための戦略的学習

文化や言語に対応した
学校カウンセリング

指標 1D-3

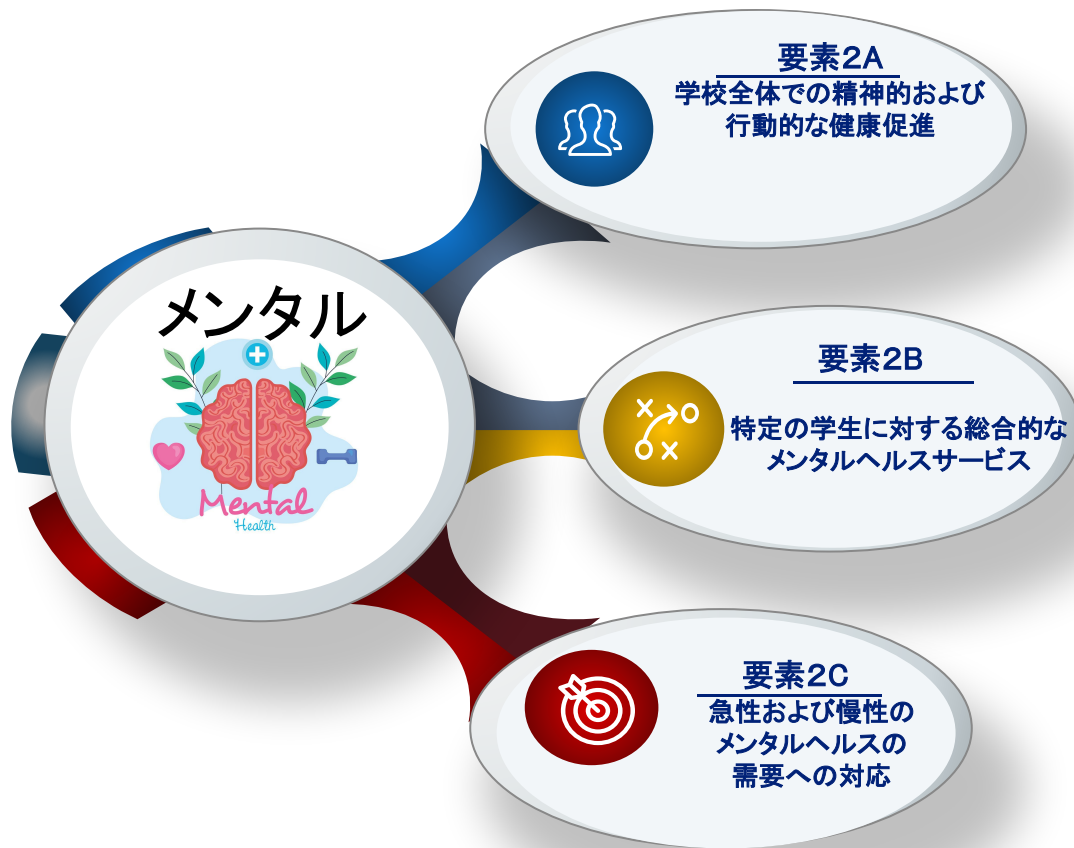
例:
実践の変更:グループに
焦点をあて調査に応じる

2

標準2

STANDARD TWO

学校ベースのメンタルヘルス



標準2

STANDARD TWO

学校ベースのメンタルヘルス

要素2A

学校全体での精神的および行動的な健康

要素2B

特定の学生に対する総合的なメンタルヘルスサービス

要素2C

急性および慢性のメンタルヘルスの需要への対応

指標2A-1

例: "友達づくりや友達付き合い"に関する授業

指標2B-2

例: 選別支援サービス

指標2C-1

例: 進行状況の特定、照会、監視、評価を含む気配り

4

標準4

STANDARD FOUR

多層的なサポートシステム

LAUSD
UNIFIED

指標4A-3

第3段階 サポート

- ・自殺のリスクと脅威の評価
- ・安全と再入計画
- ・行動支援計画
- ・紹介

指標4A-2

第2段階 介入

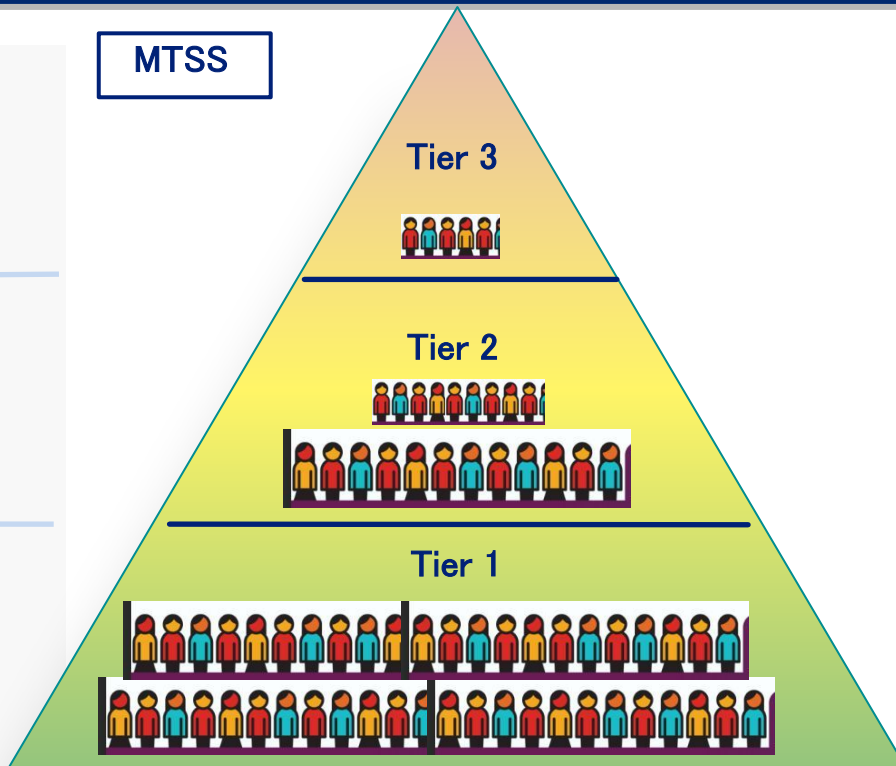
- ・少人数のグループ
- ・個別カウンセリング
- ・相談と協力

指標4A-1

第1段階 一般的なカウンセリング介入

- ・一般的な検診
- ・教室での指導
- ・学校全体でのプログラミング
- ・親の教育

MTSS



5

標準5
STANDARD FIVE

間接サービス:調整、協力、相談と管理



80%

スクールカウンセラーの少なくとも80%の時間は、直接的および間接的に生徒への業務に費やされるべきである。



20%

スクールカウンセラーの時間のうちプログラムの計画と学校支援活動に費やすべき時間



調整と協力

指標5A-3

例:委員会会議専門学習
コミュニティ



相談

指標5B-1

例:教職員との相談



管理

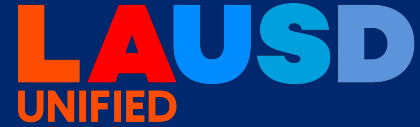
指標5C-3

例:新興学校のカウンセリングの
管理/指導

6

標準6
STANDARD SIX

安全で協力的ですべてを含んだ環境



学校の雰囲気

包みこむような、共感、敬意を持った交流を促し、ポジティブな学校の雰囲気をつくる

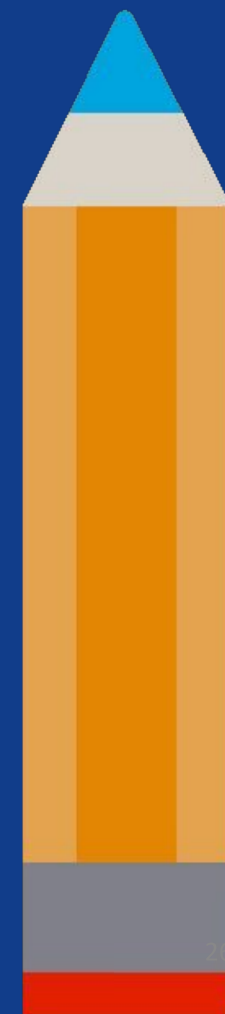
学校の安全

脅威の報告にアクセス可能にし危険な行動に関与した生徒に介入し薬物乱用の防止を取り入れる

学校への取り組み

関与、協力、所属意識を促す戦略を通じて、学術的、個人的、社会的関与を促進する

スクールカウンセラーの役割



スクールカウンセラーの役割

- すべての学生の公平性とアクセスを促進するために主導し協力します。
 - 学業支援
 - 大学および進路指導
 - 社会的感情的ニーズ
- 生徒のスケジュールを調整するだけから、生徒が中等教育後の成功に向けて準備できるよう、児童サポート全体を提供するように移行
- 家族、教師、学校職員、大学、地域機関の間の連絡役として機能します



スクールカウンセラーの日常の責任

- プログラム活動の実施
- すべての学生の学力向上と社会的発展を提唱する
- 学校全体の予防および介入戦略とカウンセリングサービスを提供する
- 教師や保護者に対する相談、トレーニング、スタッフの人材育成を提供する



CASC ベスト プラクティス2019

カリフォルニア州
の要件

4 年制学士号程度

生徒人事サービス (PPS) 資格 (1～2 年)

- 認可：州教育委員会
- 承認された大学のPPSプログラム
- さまざまな教育現場での実習および現場での作業時間

大多数スクールカウンセリングの 修士号を取得

- 大学とキャリアへの準備、修復的司法、およびトラウマに基づいた実施理論を学んでいます。



カリフォルニア州の要件

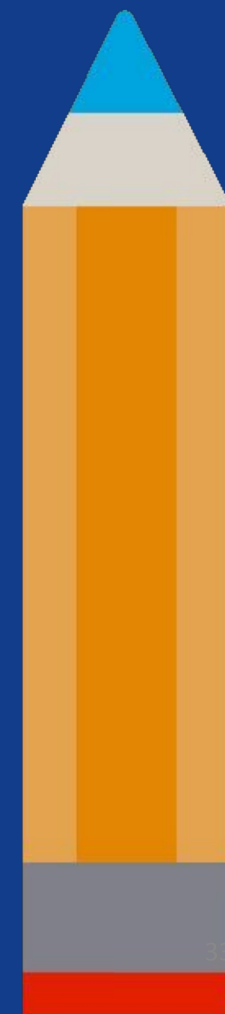
CA生徒人事サービス(PPS)資格情報(1～2年)

- 現場を経験する前に、少なくとも**100**時間の実習を完了する必要があります
- 3つの学校の内2つのレベルで最低800時間
- 現場作業の要件には、社会/感情、大学/経歴、学術分野での少なくとも100時間の経験が含まれます。

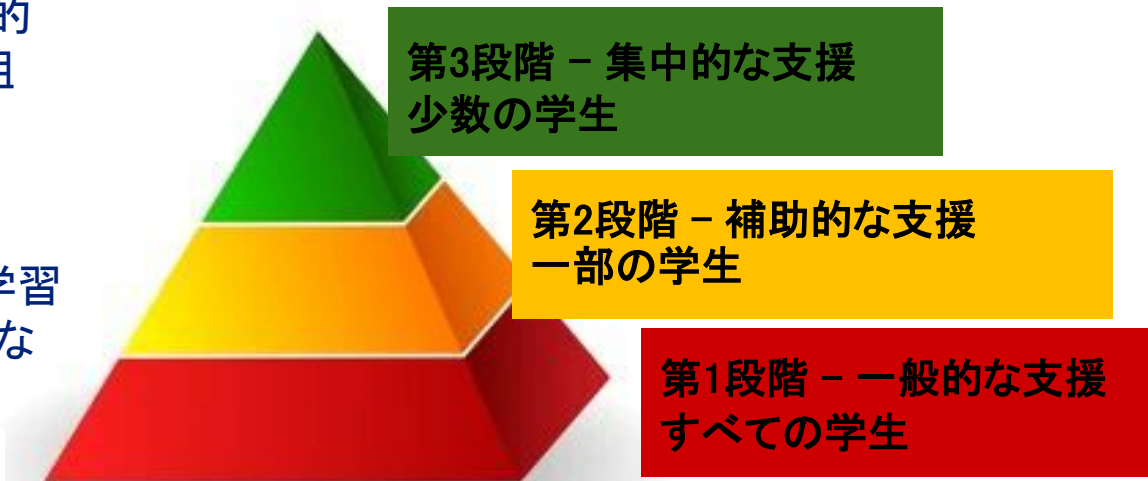
- 学生の学業計画と目標設定を支援
- 生徒のニーズに基づいたスクールカウンセリングの授業
- 短期カウンセリングの提供と長期サポートの紹介
- 保護者会議の開始
- ウェルネス活動とモチベーションキャンペーンの指導
- チームミーティング: 業績と調査データの確認
- すべての学生の公平性やアクセス、成果、機会の保全



多階層的学生サポートモデル



- その枠組みは、一貫した支援体制の中で、生徒の学術的、行動的、社会性的感情、メンタルヘルスの発達に取り組むことを目的としている。
- この枠組みでは、データを活用して学習指導を行い、必要性に応じて集中的な支援を必要とする生徒を特定する。



段階的カウンセリングプログラムの例

Examples of Tiered Counseling Services

サポート体制 第一段階 Tier 1	追加支援 第二段階 Tier 2	徹底したサポート体制 Tier 3
● 9年生のオリエンテーション ● 進学・就職に関する各種行事や講習会 ● 親身になって考える活動 ● 大学での講習会 ● 世界平和のための活動 ● 文化意識向上に関する活動 ● 授業で学ぶスクールカウンセリング ● 個々の卒業計画	● 短期のカウンセリング ● 短期的なモニタリングへの取り組み ● 少人数のカウンセリングと指導 ● 同世代/成人向けメンタープログラム	● 1対1 のカウンセリング ● 緊急時の危機対応 ● 情報源の特定 ● 学校関係者との協議と連携

ケーススタディ

スクールカウンセラーと
メンタルヘルスプロフェッショナルの協同事例

2021-2022年度 高等学校カウンセリングチーム のサンプル

チームメンバー	役割
スクールカウンセラー#1	スクールカウンセラー: A-Gonzalez
スクールカウンセラー#2	スクールカウンセラー: Gov-N
スクールカウンセラー#3	スクールカウンセラー: O-Z
カレッジカウンセラー#1	カレッジカウンセラー
精神科ソーシャルワーカー#1	精神科ソーシャルワーカー (PSW)
生徒支援、J出席管理#1	生徒支援、出席管理
A-Gカウンセラー (専門カウンセラー)	A-Gカウンセラー/PSA出席カウンセラー パートタイム割り当て: M/W
コーディネーター#1	介入コーディネーター パートタイム割り当て
学校心理学者#1	パートタイム割り当て
管理者	教頭-セカンダリーカウンセリングサービス (APSCS)

教育部門

スクール
カウンセリング

学生保健福祉
サービス

精神科ソーシャル
ワーカー

特別教育学部門

学校心理学者

データ分析: パンデミック前後の自己効力感

2021-22
参加率 76%



2020-21
参加率 81%



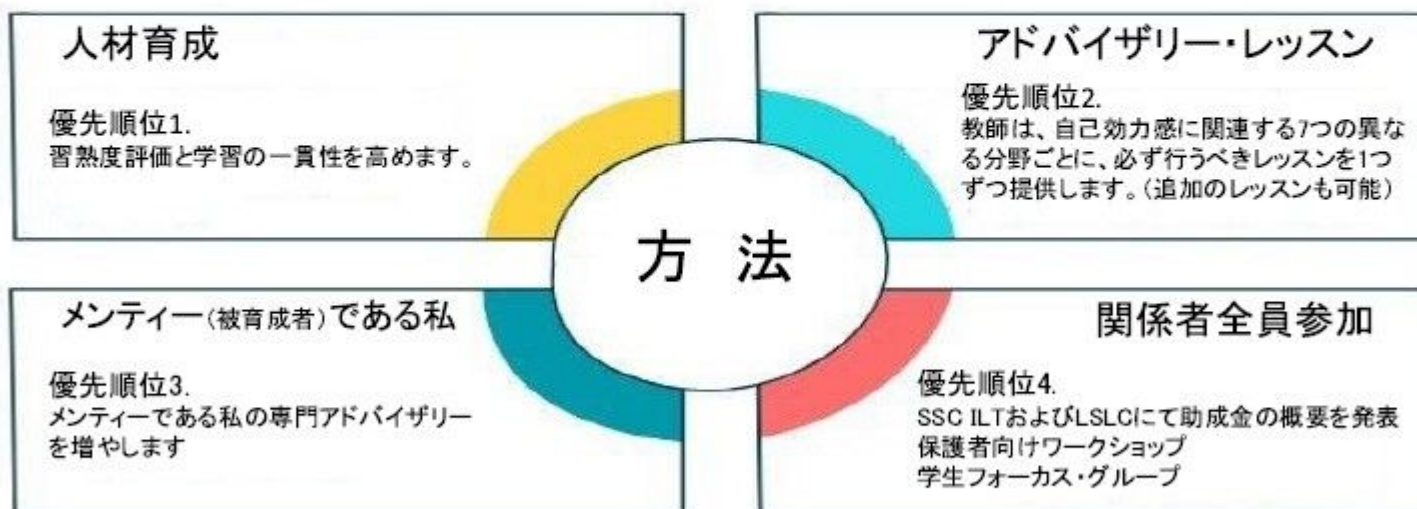
2019-20
参加率 99%



1: 学校単位でのサンプル 社会性・情緒的学習目標

LAUSD
UNIFIED

2023年6月までに、生徒の総合的な自己効力感スコアが
52%から60%に上昇する(SISにおいて)



ASCAの考え方と行動基準に基づいた計画



学習戦略	自己管理能力	社会的スキル
B-LS 1. 情報に基づいた意思決定を行うための批判的思考スキル	B-SMS 1. 自己責任と行動責任	B-SS 1. 効果的な会話と文章によるコミュニケーション・スキル、およびリスニング・スキル
B-LS 2. 創造的な学習へのアプローチ課題と問題解決	B-SMS 2. 自己規律と自制心	B-SS 2. 自分と似た生徒や異なる生徒と、積極的に尊敬に満ちた協力的な関係を築く
B-LS 3. 時間管理、組織管理、学習スキル	B-SMS 3. 自主研究	B-SS 3. 成功を支える大人との良好な関係
B-LS 4. 学習に対する自発的な動機づけと自主性	B-SMS 4. 長期的な報酬を得るために、満足を遅らせる	B-SS 4. 共感
B-LS 5. 学習効果を高めるためのメディアやテクノロジーのスキル	B-SMS 5. 長期的・短期的目標を達成するための忍耐力	B-SS 5. 倫理的な意思決定と社会的責任
B-LS 6. タスクとアクティビティに関する高品質の基準	B-SMS 6. 障壁を特定し、克服する能力	B-SS 6. 効果的な協力と協調のスキル
B-LS 7. 長期的・短期的な学業キャリアと社会的・情緒的目標	B-SMS 7. 効果的な対処方法	B-SS 7. 多様な集団の中で効果的に働くためのリーダーシップとチームワークスキル
B-LS 8. 挑戦的な取り組み	B-SMS 8. 学校、家庭、地域活動のバランス	B-SS 8. 自分自身と他人を擁護するスキルと、必要に応じて自己主張する能力
B-LS 9. 証拠を収集し、他者の視点を取り入れ、個人的な偏見を認識することによって、意思決定を行う	B-SMS 9. 個人的安全スキル	B-SS 9. 社会的成熟度と状況や環境に適した行動
B-LS 10. 充実した課外活動への参加	B-SMS 10. 変化を管理し、変化に適応する能力	B-SS 10. 文化的認識、感受性、対応能力

自己管理能力

B-SMS 6. 障壁を特定し、克服する能力

ハイスクールの一例 - Tier 1 サポート アドバイザー任務のサンプル-2023年秋

9グレードチーム	10グレードチーム	11グレードチーム	12グレードチーム	特別専門	割り当てなし
先生1 プレTOK	先生8	先生16	先生24	先生31 アカデカ RM:A10	#1/#2コーディネーター
先生2 M&M 9グレード	先生9 M&M10 MENTEES	先生17 M&M11 MENTEES	先生25 M&M12 MENTORS (メンター)	先生32 ディベート RM:B11	#3-5カウンセリング
先生3	先生10	先生18 M&M11 MENTORS(メンター)	先生26	先生33 卒業記念アルバム	#6-7 CTE
先生4	先生11	先生19	先生27	先生34 リーダーシップ	#8介入
先生5	先生12 クラスアドバイザー	先生20	先生28	先生35 アート制作	#9コーチ、テストコーディネーター
先生6	先生13	先生21	先生29	先生36ニュース	#10図書館
先生7	先生14	先生22			
	先生15	先生23			
	色コード：				
	青：的を絞った介入				
	緑：IB				
	パープル=スクールサービス				
	グレイ=共同カリキュラム活動				

すべての学生に
対するサポート

- 計画された活動
- 対象となるサービス
- コミュニティづくり
- コラボレーション
- カウンセリング基準に沿ったもの

教室で使えるNavianceのツール

範囲と順序の見直し

秋

春

9年生	10年生	11年生	12年生
- 学習目標と個人目標を立てる - 大学の調査を終了する	- ストレンクス・エクスプローラーを完成させる - 学業および個人の目標を立てる - 履歴書の作成に着手する	- 履歴書を作成する - 今できることをやり遂げる - 大学卒業後の目標を立てる	- スーパーマッチによる大学の検索結果をまとめる - 少なくとも2つの大学を志望校に加える
- 総合的な専門分野を検索 - ロードトリップ・ネーション（公共テレビドキュメンタリーシリーズ）の過去のインタビュー記事から探す	- スーパーマッチによる大学検索 - 候補者リストに写真を追加する - 進路と進学に関する考察を行う	- スーパーマッチによる大学の検索結果をまとめる - 進路リストに大学を追加する	卒業時アンケートへの回答

全ての学生への支援

- 年間計画
- 対象サービス
- コミュニティ形成
- 協力体制
- カウンセリングの基準



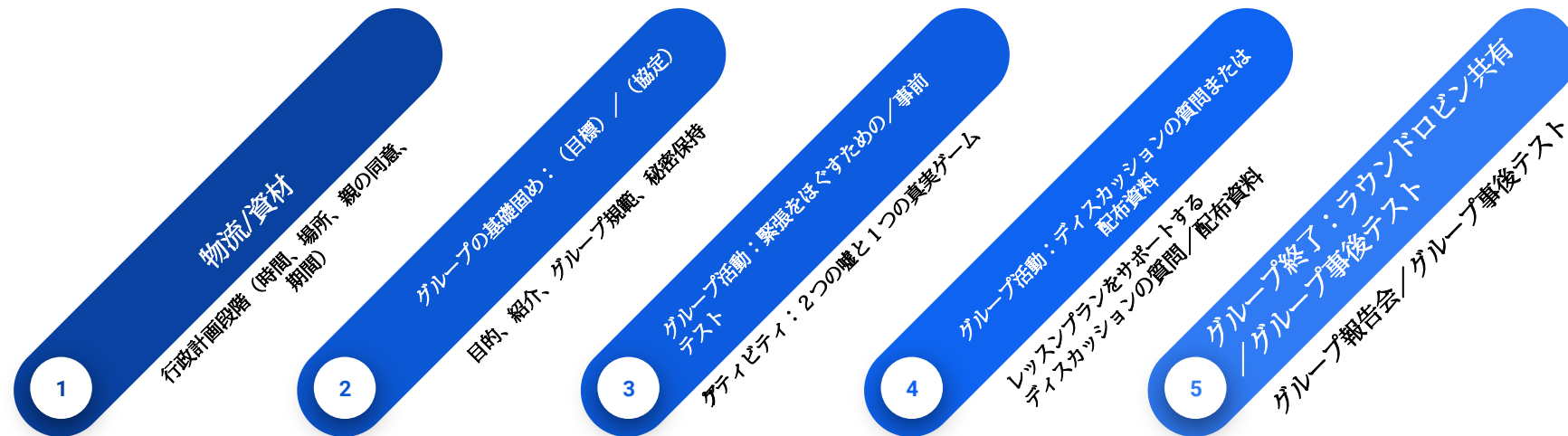
第2段階: 成長マインドセット グループ

ASCA学生基準 ターゲットを絞った		生徒の学習目標
この対象グループと目標に関連する 1 人の生徒の基準を特定します。		選択した生徒の基準ごとに、次の 2 つの学習目標 を選択します。
M&B#	考え方と行動に関する 声明	生徒の学習目標
B-SMS6	特定して克服する能力障壁	学生は以下のことを定義できるようになります。 ● 成長マインドセット ● 固定観念

第2段階: 小グループ / 個別の会議

サンプルグループ順序		サンプルグループ順序	
セッション 1	自己効力感と成長マインドセット: それは何ですか?	セッション 5	感謝コラージュ
セッション 2	ネガティブなセルフトークを変える	セッション 6	実績のコラージュ
セッション 3	完璧主義を特定する	セッション 7	「私は」活動
セッション 4	テスト不安	セッション 8	認定証

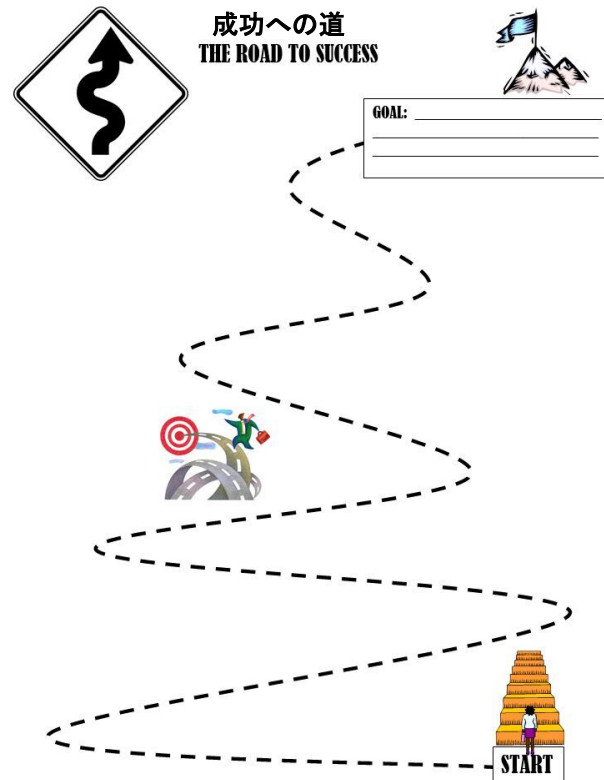
第2段階：小グループセッションの計画



第2段階:グループ契約書のサンプル配布資料

グループ契約書のサンプル

1. 時間厳守
2. グループ内での発言はグループ内にとどまる
3. 一度に一人しか発言しない
4. すべてのメンバーと進行役に対する敬意を払う
5. 他の人が関与する例を使用する場合その人の名前を公表してはいけない
6. すべてのグループミーティングに参加する
7. 相手の立場に立って考え自分がしてほしいと思うように接する
8. グループのルールを繰り返し違反するメンバーはグループから一時的に離れるよう求められる可能性がある



第2段階 介入: 連携サービス

- 
- 生徒の安全を確保し、生徒と関わり、好ましい学校環境を維持・促進するために、学校全体として日常的に校内を巡回する
 - 10代のうつ病、虐待、トラウマ、悲嘆/喪失といった精神的な問題について心理教育を行い、誰かに相談したいと訪ねてきた親を支援する
 - 教師、スタッフ、カウンセラー、教頭および校長にメンタルヘルスの相談を行った
 - ディディ・ハーシュ・メンタルヘルス・サービス、アジア・パシフィック・カウンセリング & 治療センター、チルドレンズ・ビューロー、スタービュー・コミュニティ・サービス、アップリフト・ファミリー・サービス、ロイバル・ウェルネス・クリニック、センタード・カウンセリング、DCFSなどの地域精神保健機関と連携する

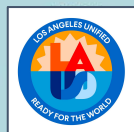
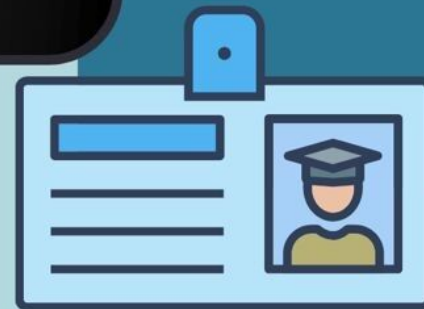
カリフォルニア州教育法215

それはどのようなものですか？

カリフォルニア州教育法215では
カリフォルニア州の地元学区が
生徒に対する自殺予防、介入フォロー
アップ計画の導入を
義務付けています。

必要なことは何ですか？

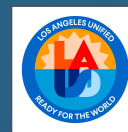
- ・自殺予防策(政策)
- ・その政策は社会的弱者に対応しなければならない
- ・警告、危険因子、予防、介入、紹介プロセス
予防後に関するスタッフ向けのトレーニング(研修)



防御要因

- ・自尊心と人生の意味や目的の感覚
- ・問題解決と対処スキル
- ・家族と地域社会のつながり
- ・身体的および精神的健康管理の利用可能性

自殺予防リソースセンター



第2段階 共同サービスの心理教育に関する配布資料

Interventions: Collaborative Service Psychoeducational Handouts

▶▶▶次ページ
に、日本語訳が
ございます。



Los Angeles Unified School District
Division of School Operations
Student Health and Human Services
School Mental Health

lausd.org/shhs | lausd.org/smh



Suicide Prevention Awareness for Parents/Caregivers

Suicide is an increasingly serious issue facing teens today that takes an enormous toll on families, friends, classmates, co-workers, and communities. Suicide prevention is the collective effort of all - students and adults - with the aim of empowering youth to know the signs and come forward to a trusted adult. Together, if we say something, we can prevent someone from ending their own life.

Warning Signs

Warning signs are observable behaviors that may signal the presence of suicidal thinking. They might be considered "cries for help" or "invitations to intervene." These warning signs signal the need to inquire directly about whether the individual has thoughts of suicide. If so, then suicide prevention strategies will be required.

- Feelings of sadness, hopelessness, helplessness
- Significant changes in behavior, appearance, thoughts, and/or feelings
- Social withdrawal and isolation
- Suicide threats (direct and indirect)
- Suicide notes and plans
- History of suicidal ideation/behavior
- Self-injurious behavior
- Preoccupation with death
- Making final arrangements (e.g., giving away prized possessions, posting plans on social media, sending text messages to friends)

Risk Factors

While the path that leads to suicidal behavior is long and complex and there is no "profile" that predicts suicidal behavior with certainty, there are certain risk factors associated with increased suicide risk. In isolation, these factors are not signs of suicidal thinking. However, when present they signal the need to be vigilant for the warning signs of suicide.

- Access to means (e.g., firearms, knives, medication)
- Stressors (e.g., loss, peer relations, school, gender identity issues)
- History of depression, mental illness, or substance/alcohol abuse
- History of suicide in the family or of a close friend
- History of mental illness in the family



Understanding Suicide: Myths & Facts

To understand why people die by suicide and why so many others attempt to take their own lives, it is important to know some of the facts about suicide.

Myth: Suicide can't be prevented. If someone is set on taking their own life, there is nothing that can be done to stop them.

Fact: Suicide is preventable. The vast majority of people contemplating suicide don't really want to die. They are seeking an end to intense mental or physical pain. Most have a mental illness. Interventions can save lives.

Myth: Asking someone if they are thinking about suicide will put the idea in their head and cause them to act on it.

Fact: When someone you know is in crisis or depressed, asking them if they are thinking about suicide can actually help. By giving a person an opportunity to open up and share their troubles, you can help alleviate their pain and find solutions.

Myth: Someone making suicidal threats won't really do it, they are just looking for attention.

Fact: Those who talk about suicide or express thoughts about wanting to die, are at risk for suicide and need your attention. Most people who die by suicide give some indication or warning. Take all threats of suicide seriously. Even if you think they are just "crying out for help" - it is in fact a cry for help - so help.

Myth: It is easy for parents/caregivers to tell when their child is showing signs of suicidal behavior.

Fact: Unfortunately, research shows that this is not the case in a surprisingly large percentage of families. This illustrates the importance for parents/caregivers to be attentive to warning signs and risk factors; to ask direct questions; and be open to conversation.



Los Angeles Unified School District
Student Health and Human Services
School Mental Health

Self-Injury Awareness for Staff

What should I do if a student is engaging in self-injurious behavior?

- Know & recognize the signs
- Act immediately & ensure student is supervised
- Say something - notify the Suicide Threat Prevention Liaison (STPL)/Crisis Team Member about the student of concern

Signs & Symptoms of Self-Injury

- Frequent or unexplained bruises, scars, cuts, or burns
- Frequent inappropriate use of clothing designed to conceal wounds (often found on the arms, thighs, or abdomen)
- Unwillingness to participate in activities that require less body coverage (e.g., swimming, physical education class)
- Secretive behaviors, spending unusual amounts of time in restroom or isolated areas
- Bruises on the neck, headaches, red eyes
- Signs of sadness, fluctuating emotions, social isolation, impulsivity, and disconnectedness
- Possession of sharp objects (e.g., razor blades, shards of glass, thumbtacks, scissors, knives)
- Evidence of self-injury in drawings, journals, pictures, texts, and social networking sites
- Statements of helplessness, hopelessness, or worthlessness

Here's What You Can Do

her

LISTEN

- Listen without judgment.
- Be aware of verbal and non-verbal communication.

PROTECT

- Take action immediately.
- Do not leave the student alone. Student should be supervised/monitored at all times by a staff member, not a peer.

CONNECT

- Connect student with an administrator, crisis team member, or the STPL at your school site.
- Contact staff/resources listed below, as needed.
- Contact the appropriate child protective services agency when there is reasonable suspicion of abuse.
- During non-school hours/days, ensure the parent/caregiver and administrator have been informed of safety concerns.

MODEL

- Remain calm.
- Be aware of your thoughts, feelings, and reactions as you listen without judgment.
- Establish a safe environment to talk about suicide and self-injury and/or connect them with an administrator, crisis team member, or the STPL at your school site.

TEACH

- Teach students how to ask for help and identify adults they can trust at home and at school.
- Teach healthy ways to cope with stress, including deep breathing, writing/drawing, exercise, or talking.

School Contact Information

School: _____

STPL: _____

Phone/Extension: _____

Crisis Team Member: _____

Phone/Extension: _____

988 Suicide and Crisis Lifeline (24/7)
For individuals experiencing mental health-related distress or are worried about a loved one who may be in crisis, call **988** or **800.273.8255**, text **988**, or visit <https://988lifeline.org/>.

LAUSD Student and Family Wellness Hotline
(213) 241-3840 | Monday-Friday | 8am-4:30pm

lausd.org/shhs | lausd.org/smh



ロサンゼルス統一学区
学校運営課
学生の健康と福祉
学校メンタルヘルス

lausd.org/shhs | lausd.org/smh



保護者／養育者のための自殺予防啓発

自殺は、今日の10代の若者たちが直面する深刻な問題であり、家族、友人、クラスメート、同僚、地域社会に多大な損害を与えています。自殺予防は若者がある兆候を知り、信頼できる大人に相談できるようにすることを目標に、学生と大人の全員が協力して取り組むものです。力を合わせて行動を起こせば、誰かが自ら命を絶つことを防ぐことができます。

警告サイン

警告サインは、自殺念慮が存在する可能性を示す、観察可能な行動です。これらは「助けを求める叫び声」または「介入への誘い」とも考えられます。これらの警告サインは、その人が自殺を考えているかどうかを直接尋ねる必要があることを示しています。自殺を考えているのであれば、自殺予防策が必要となります。

- 悲しみ、絶望感、無力感
- 行動、外見、思考、感情の著しい変化
- 社会的引きこもりと孤立
- 自殺の予告・脅迫（直接的・間接的）
- 遺書と計画書
- 自殺念慮/自殺行動の過去
- 自傷行為
- 死へのとらわれ
- 最後の準備をする(例:大切なものを手放す、SNSに計画を投稿する、友人にメッセージを送信する)

危険因子

自殺行動に至るまでの道のりは長く複雑で、自殺行動を確実に予測する「プロファイル」は存在しません。自殺リスクの増加に関連する特定の危険因子は存在します。これらの要因は単独で見れば、自殺念慮の兆候ではありません。ただし、それらが存在する場合は、自殺の危険信号に注意する必要があることを示します。



- 手段（銃器、ナイフ、医薬品など）の入手
- ストレス要因（例：喪失、人間関係、学校での問題、性自認の問題）
- うつ病、精神疾患、または薬物/アルコール乱用の病歴
- 家族や親しい人の自殺歴
- 家族に精神疾患の病歴がある

自殺を理解する：誤解と事実

なぜ人は自殺で亡くなるのか、そしてこれほど多くの人が自ら命を絶とうとするのかを理解するには、自殺に関するいくつかの事実を知ることが重要です。

誤解：自殺は防ぐことができない。誰かが自ら命を絶とうとするなら、それを止めることはできない。

事実：自殺は予防可能です。自殺を考えている人の大多数は、本当は死にたくないのです。彼らは激しい精神的または肉体的苦痛に終止符を打とうとしています。そのほとんどが精神疾患を抱えていて、介入により命を救うことができます。

誤解：自殺を考えているかどうかを尋ねると、その考えが頭に浮かび、行動に移してしまう。

事実：実際には危機に陥ったり、落ち込んだりしているときに、自殺を考えているかどうかを尋ねることは、助けになります。悩みを打ち明け、分かち合う機会をつくることで、その人の痛みを和らげて解決策を見つける手助けができます。

誤解：自殺予告をするような人は、本当に自殺することはないだろう。注目されたいだけなのだ。

事実：自殺について話したり、死にたいと考えたりする人は自殺の危険性があり、あなたの注意が必要です。自殺で亡くなる人のほとんどは、何らかの兆候や警告を発しています。すべてを真剣に受け止めてください。たとえ相手が「泣き喚いている」だけだと思っても、それは実際には「助けを求めて泣いている」のです。本当に助けを求めているのです。

誤解：保護者や養育者は、自分の子供が自殺の兆候を示しているかどうか簡単にわかる。自殺の兆候はわかりやすい。

事実：残念なことに、驚くほど多くの家庭でそうではないことが調査で分かっています。このことは保護者や養育者が自殺の警告のサインや危険因子に注意を払い、直接話をして、会話に耳を傾けることの重要性を示しています。



スタッフの自傷行為に対する意識向上

学生が自傷行為をしている場合はどうすればよいですか？

- ・兆候を知り、認識する
- ・直ちに行動し、学生が確実に見守られるようにする
- ・相談・共有してください-自殺脅威防止連絡会（STPL）/危機管理チームメンバーにその学生のことを知らせる。

自傷行為の兆候と症状

- ・頻繁に起こる、または原因不明のあざ、切り傷、火傷
- ・傷を隠すように設計された衣服を頻繁に不適切に使用する（腕、太もも、腹部によく見られます）
- ・体をあまり覆う必要のない活動（水泳、体育の授業など）に参加したがる
- ・秘密主義的な行動をする、トイレや隔離された場所で異常に長時間過ごす
- ・首のあざ、頭痛、目の充血
- ・悲しみ、感情の起伏が激しい、社会的孤立、衝動性、無関心
- ・鋭利な物の所持（カミソリの刃、ガラスの破片、画鋸、はさみ、ナイフなど）
- ・絵、日記、写真、文章、SNSにおける自傷行為の痕跡
- ・無力感、絶望感、無価値感の表明

学校の連絡先

学校名: _____

STPL: _____

連絡先: _____

危機管理チームメンバー: _____

連絡先: _____

988自殺と危機のライフライン(24時間年中無休)

精神的健康関連の苦痛を経験している人、または自殺の危機に瀕している愛する人について心配している人は、988または800.273.8255に電話するか、988にテキストメッセージを送信するか、<https://988lifeline.org/>にアクセスしてください。

あなたにできること

聞く

- ・批判せずに耳を傾けてください。
- ・言語および非言語コミュニケーションに注意してください。

守る

- ・すぐに行動を起こしてください。
- ・学生は学生同士ではなく、スタッフメンバーによって常に監督/見守られる必要があります。

つなげる

- ・学生の情報を学校の管理者、危機管理チームメンバー、自殺脅威防止連絡員（STPL）につなぎ、共有する。
- ・必要に応じて以下にリストされている、スタッフ/相談窓口に連絡してください。
- ・虐待の疑いがある時には、適切な児童保護サービス機関に連絡してください。
- ・保護者/養育者には学校にいる以外の時間には安全上の懸念があることを伝えてください。

心がけていただきたいこと

- ・冷静さを保つ
- ・自分の考え、感情、反応に注意しながら、批判せずに話を聞く。
- ・自殺や自傷について話せる安全な環境を整える。
- ・学校の管理者、危機管理チームメンバー、または学校のSTPLに相談する。

教える

- ・助けを求め、家庭や学校で信頼できる大人を見つける方法を教える。
- ・ストレスに対処するための健康的な方法を教える。
深呼吸・書く/描く・運動する・話すなど。



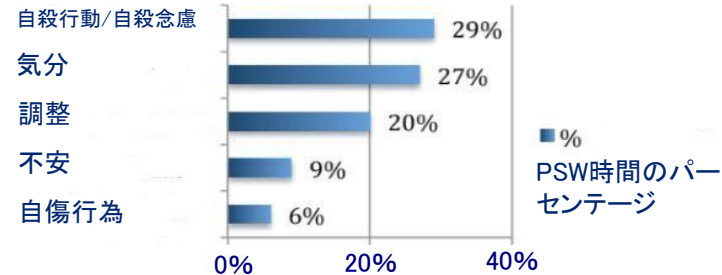
LAUSD 学生と家族の健康ホットライン

(213) 241-3840 | 月曜～金曜 | 午前8時～午後4時30分

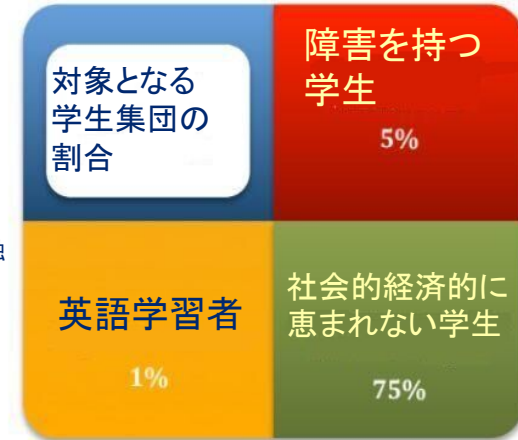
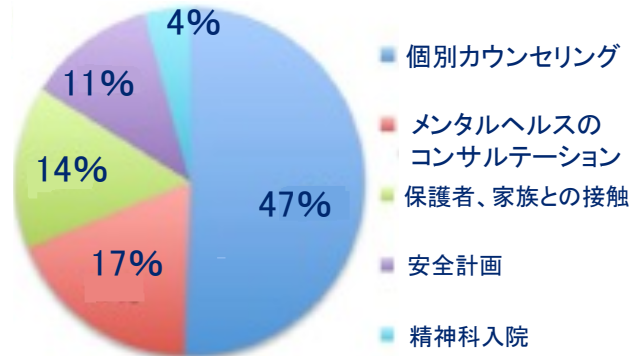
第三段階：精神科ソーシャルワーカーの取り組み

多層的なサポートシステム

上位5つの問題タイプ



上位5つのサービスの種類
(PSW時間の割合)

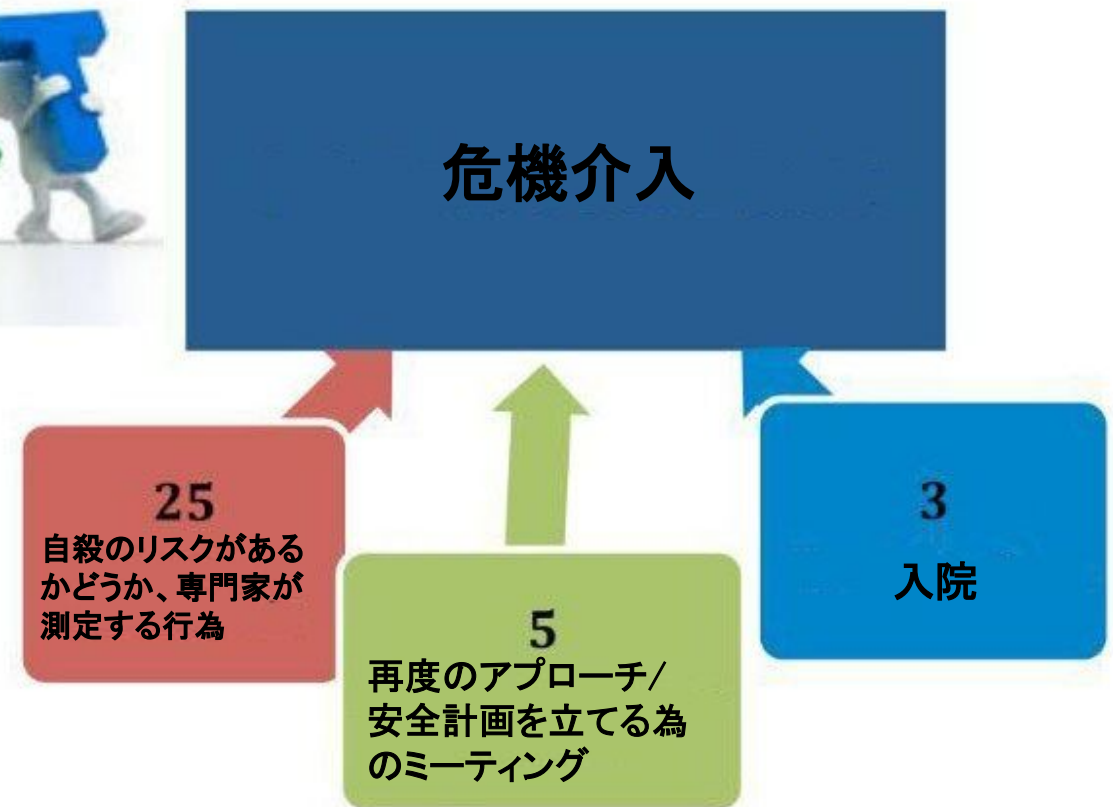


対象を絞った第3段階介入の中間報告のサンプル



様々な状況に応じた危機対応/サポート

- ・ 地域での暴力
- ・ 家庭内暴力
- ・ トラウマへの暴露
- ・ 悲しみ/喪失
- ・ 自殺および自傷行為の予防/介入
- ・ 安全計画



まとめ

- スクールカウンセリングとメンタルヘルスサービスはすべての人々のため
- カウンセリングサービスに取り組むには、文化的に配慮した多要素アプローチを考慮する必要がある
- メンタルヘルスへの偏見を減らす
- 学生と大人を保護する責任を分散すること
- 学校コミュニティにおける第二層、第三層の懸念に対する心理教育に焦点を当てる

リソース

- カリフォルニア州教育委員会基準 – 学生人事サービスに関する資格証明書
- 第4回ASCA事業計画概要
- ASCA最優秀事例集 2019年9月号
- ASCA: スクールカウンセラーの役割
- ASCAの役割と行動基準

資料



- 公平局 (Office of Human Relations, Diversity, & Equity)からのアドバイス
レッスン
 - ・素晴らしいストーリー
 - ・いじめ防止
- コミュニティづくり
- 自己啓発
- 学生公民権局 (Office of Student Civil Rights)によるいじめ防止のレッスン
- 多層的な総合戦略とリソース
- 社会的感情学習ユニット
- 第二段階

RESOURCES



- LAUSD 学生保健・福祉サービス – 学校のメンタルヘルス
 - 学生が影響を受けやすい状況
 - 自殺予防の啓発
 - 保護者
 - 教職員
 - 危機管理対策チームメンバー
 - 自傷行為に対する認識
 - 保護者
 - 教職員
 - 危機管理対策チームメンバー

資料



※ Los Angeles Unified School District、略称:LAUSD
ロサンゼルス統一学区/ロサンゼルス統合学区
ロサンゼルス及びその近郊の学区であり、
生徒の人数において、カリフォルニア州最大の学区

ありがとう
Questions?

