

《小特集》ピアサポートシステムの構築に向けて—ピアサポーター養成のためのいくつかの実践を素材に—

小特集論文1

大学における新入生支援としてのピアサポート活動

—立ち上げの2年間をめぐる考察—

Peer Support Activity for First-year Students by Senior Students at University
:Investigation of the First Two Years

大石 由起子 (山口県立大学社会福祉学部)

Yukiko OISHI

林 典子 (山口県立大学学生相談室カウンセラー)

Noriko HAYASHI

稲 永 努 (山口県立大学学生相談室カウンセラー)

Tsutomu INANAGA

はじめに

ピアサポートとは、「仲間による支援」を指し、アメリカにおいては、70年代に大学生の学生間アドバイス制度が導入され、1979年にはピアカウンセラートレーニング案が作成されるに至っている(西山2002)。日本の大学においても、90年代に入り学生支援を考える上で、学生同士の「仲間による支援」が注目されるようになってきた。

筆者らの文献展望(大石他2007)によれば、ピアサポートは仲間支援の包括的用語であり、下位分類としてピアカウンセリング(相談活動)、ピアチューター(学習支援)等々個々の役割に沿った名称もある。即ち、ピアサポートには、言葉による相談援助のみならず、実質的、行動的援助が含まれている。

しかし、日本の大学の学生支援の領域においては、学生(仲間、Peer)による相談活動をピアサポートと呼び、学生相談室のカウンセラーなど心理専門職の行なうカウンセリングと区別している。日本でも2000年代に入り、各々の大学でのピアサポート活動が報告されるようになってきたが、それらは内容的に1. 学生相談活動、2. 修

学支援、3. 新入生支援の3つの位置づけに分類された(大石ら2007)。

I 本学におけるピアサポートの導入と本研究の目的

本学においても、2006年度に学生相談室に従事する学内教員と非常勤カウンセラーで文献研究や広島大学への視察を行い、本学におけるピアサポート活動の導入について検討した。そして2007年度に、主として新入生が大学生活に馴染んでいくまでのプロセスを支援することを目的とした上級生による相談活動という位置づけで、後期よりピアサポーターの募集および養成教育を開始した。そして翌2008年度より、新入生に対するピアサポート活動を開始し、後期に新たにピアサポーターを募集しメンバーを追加しながら、2009年度に至るまで活動を続けてきた。

また、本学は2007年度から2010年度まで「総合的人間関係力を涵養する学生支援」というテーマで文部科学省の学生支援G Pに採択され、ピアサポート活動もその一環として位置づけられた。

本学におけるピアサポート活動導入のもう一つ

の目的は、ピアサポーターの養成教育やピアサポート活動がもたらすサポーター側の学生への教育効果のねらいである。本学には社会福祉学科、看護学科、栄養学科があり、それぞれ社会福祉士、看護師、管理栄養士など対人援助の専門職の人材を育成している。また福祉科教員や養護教諭、国際文化学科からも教職につく学生を輩出している。このような学生にとっては、ピアサポーター養成研修でカウンセリングマインドを身につけ相談のスキルを習得するという教育効果をねらえるのではないかと、またピアサポーター集団に所属し援助活動を行なう上でどのような教育効果があるのか検討することも含まれる。

従って、本論においては、ピアサポートシステム立ち上げの2年間にあたる2007年度後期から2009年度前期までを振り返り、第1に、ピアサポート活動を立ち上げ、実践していくための、ピアサポーター養成のプロセスについて、さらにはピアサポーターグループが活動集団として機能していくための工夫や課題について実践報告を通して考察することを目的とする。

第2にこの2年間で行ったピアサポーター養成研修における心理的教育効果をみるために、自己肯定意識尺度、情動的共感性尺度、信頼性尺度の三つの尺度を用いて質問紙による調査を行い、ピアサポーター養成研修における心理的教育効果について検討する。

II 実践報告

(1) 指導スタッフ

ピアサポートは基本的に学生主体の活動であるが、学生が学生の相談を受けるという責任やリスクを伴うことや話を聞くためのスキルを身につける必要性から、臨床心理学を専門とする教員や学生相談室カウンセラーなどによる指導は欠かせないものである。これらの指導にあたる者を指導スタッフと呼ぶことにする。本学における指導スタッフは、学生相談室のカウンセラーも兼任する学内教員Aと非常勤カウンセラーB、Cの計3名である。なお本学におけるピアサポート活動の企

画立案、大学各部署との交渉や広報はAが、ピアサポーター（以下PSと略す）の養成研修は3名で担当し、デイリーの活動におけるPSの指導は主としてCが担当し、Bがそれをフォローし、Aがスーパーバイズの役割を担った。

(2) ピアサポーター (PS)

2008年度からのサポート活動開始を目標に据え、2007年度にPS養成研修を実施するために、後期にPS第1期生を募集した。ここで集まった学生は17名（1年生2名、2年生10名、3年生5名、学科の内訳は、社会福祉学科12名、看護学科5名）であった。この時3年生からリーダーを2名、2年生からサブリーダー2名を選出した。

翌2008年度に、社会福祉学科の2年生3名、看護学科の2年生2名1年生1名が加わった。2008年度に4年生5名が卒業し、在学中で辞めた学生もいたが、2009年度も17名のPSで活動を行うことができた。

(3) 活動報告

2007年度後期から2009年度前期の2年間に焦点を当て、活動報告をする。表1に、養成研修、公式行事、デイリーの活動、ピアサポーターの動きというそれぞれの視点別に、ピアサポートの活動経過をまとめた。この表1を基に、①養成研修、②公式行事、③デイリーの活動と④PSの動きについて、以下に概要を記述する。

① 養成研修

2007年度後期から、半期ごとにPS養成研修を実施した。2007年度春季、2008年度春季PS養成研修は、指導スタッフA、B、Cが各々の日に2時間半のセッションを合計3セッション実施。2008年度夏季PS養成研修は、青年自然の家にて1泊2日の合宿形式、2009年度夏季は本学施設Yuccaにて2日間連続日程で実施した。内容は以下のとおりである。

○2007年度春季PS養成研修（2008.3/18-3/25）
第1回（3/18、B担当）：自己紹介を兼ねたアイスブレイキング。ピアサポート相談場面のデモンストラーション（Bと学生による。テーマは

学内施設紹介)。その後、シェアリング。

第2回(3/20、A担当)：ピアサポート相談場面のデモンストレーション(Aと学生による)。その後シェアリング

第3回(3/25、C担当)：ピアサポート相談場面のデモンストレーション(Cと学生による)。学生同士でピアサポート相談場面のロールプレイ(PS役と新入生役それぞれ1回ずつ)、その後シェアリング

<PSの様子>

初めてロールプレイを経験した者も少なくなかったが、各々真剣に取り組んでいた。シェアリングでは、「自分の経験したことのない話をされたらどのように話を聞けばよいか」など、話の聞き方に関する質問などが積極的に出された。

○2008年度夏季PS養成研修(2008.9/26～27、合宿形式)

第1回(A担当、B・C参加)：自己紹介を兼ねたアイスブレイキング、カウンセリング場面のデモンストレーション(カウンセラー役A、クライアント役B)、学生同士によるカウンセリングロールプレイ、シェアリング

第2回(B担当、C参加)：対人距離のワーク、カウンセリング場面のロールプレイ(第1セッションのペアで、役割を入れ替えて)、シェアリング

第3回(C担当、B参加)：ピアサポート相談場面のロールプレイ(PS役と新入生役をそれぞれ1回ずつ)、ピアサポートにおける相談を受けるときの基本姿勢について説明(1回の相談時間、相談の流れ、逆転移の危険性など)、シェアリング

<PSの様子>

話の聞き方に関しては、前回の春季研修よりも具体的な質問が多く出てきた。「敬語で話したほうがいいのかどうか」「話を聞く人はどこまで心理的に近づいていいのかかわからない」「涙が出てくる人へはどう接していけばいいのか」など。今回は合宿形式であったので、ロールプレイの時間

に指導スタッフが巡回し、行き詰った場面の続きをやって見せたりPSの疑問に応えたりすることができた。

○2008年度春季PS養成研修(2009.2/4～3/26)

第1回(2/4、B担当)：自己紹介を兼ねたアイスブレイキング。ピアサポート相談場面のデモンストレーション(先輩PSと新人PSによる)、シェアリング。先輩PSの活動体験談と新人PSの質問を取り上げてディスカッション。

第2回(3/24、C担当)：PSによるロールプレイを全員で見る、それについてのディスカッションと話の流れの共有、ピアサポート相談場面のロールプレイ(PS役と新入生役をそれぞれ1回ずつ)、シェアリング

第3回(3/26、A担当)：心理的問題を含んだ相談内容のデモンストレーション(PS役A、新入生役PS)、とディスカッション

<PSの様子>

今回も、話の聞き方などについて質問が出た。「沈黙になったとき焦る。どうすればいいのか」「PSの経験談をどの程度語って大丈夫なのか」。指導スタッフも意見を伝えたが、その前にPS同士でのディスカッションも行われた。

○2009年度夏季PS研修(2009.9/25日～26日)

第1回(B担当、A・C参加)対人距離のワーク、カウンセリング場面のデモンストレーション(カウンセラー役B、クライアント役C)、質問に対するA、B、Cのコメント

第2回(A担当、B・C参加)ウォーミングアップ、学生同士によるカウンセリング場面のロールプレイ、シェアリング、質問に対するA、B、Cのコメント

第3回(C担当、A・B参加)2人1組で片方が質問をしながら沈黙時間を味わうワーク、シェアリング、カウンセリング場面のロールプレイ(第2回のペアを入れ替えて)、シェアリング

<PSの様子>

シェアリングの場で、PSより、「自分が経験し

たことのない話を自分の他の経験にあてはめて聞いてみたが、それでよかったのだろうか」「初面接の時に掘り下げて聞きすぎることは、来談者の負担になるのか。話したい人もいるのではないか」など、自分の相談経験やロールプレイ経験を踏まえた質問が次々に出され、これまでの研修と比べてPSの学びが格段に深まった印象を指導スタッフは持った。

②公式行事

1 ミーティング

2008年5月より、全体ミーティングという形でPS全員が集合しての話し合いの場を持つようになった。ミーティングを開催することになったのは、4月から3グループに分かれて曜日毎に開始してきたデイリーの相談活動が、学内に充分には周知されていないことと、研修以後PSが全員そろう機会がないという背景からであった。そこで、6月に開催される大学祭(水無月祭)において、「ピアサポートについてもっと知ってもらいたい」「そこで相談ブースを開いてはどうか」というPSの意見が出され、それについて話し合うことになった。それ以後、毎月月末に、ミーティングを開催した。以下に、半期毎に、ミーティングで議題に上ったことを簡潔に記述する。

○2008年度前期

- 5月：大学祭で配るビラについて、PSとしての対応の仕方について
- 6月：オープンキャンパスへの参加は可能なのか、新入生向けのアンケートについて、今後のデイリーの活動時間内にできること(ロールプレイ、新入生に提供できる資料収集)について、前期打ち上げについて
- 7月：アンケートについて、他大学ピアサポート訪問の提案、後期からのデイリーの活動をどうするか、県大フェスタ(9月)への参加について
- 9月：PSの決まりごとの確認、アンケートについて、他大学訪問について

○2008年度後期

- 10月：各曜日の活動報告(火曜日班は各学科のカリキュラムについて、水曜日班は商店街や大学周辺のマップ作りについて、金曜日班はアンケート作成について)
- 11月：アンケートの実施日について、来年度に向けた相談体制について、各曜日の活動報告、忘年会について
- 1月：リーダーとサブリーダーの引き継ぎについて、新入生が入ってくるまでの活動について、広島大学ピアサポート訪問について
- 3月：春の特別ブース設置について、「宮野マップ」について、新入生のオリエンテーションでのピアサポートの紹介について、単位履修の支援について、広島大学PSとの「二大学学生交流研修会」についての報告

○2009年度前期

- 4月：ミーティングの在り方について、夏のPS養成研修について、月別の活動目標を決めてはどうかという提案、卒業アルバムに載せる写真撮影についての提案、開学記念日の「学生の主張」に出場するPSからの報告
- 5月：夏のPS養成研修について、「YPUドリームアドベンチャー」への応募について、相談ケースについて、PS募集のポスター作成について、夏休みに海水浴に行こうという提案
- 6月：相談ケースについて、ロールプレイ企画の提案、「YPUドリームアドベンチャー」にマップ作りで応募することについて、県大フェスタについて、ポスターについて、夏のPS養成研修について、海水浴について
- 9月：「YPUドリームアドベンチャー」に「宮野マップ」作りで採択されたことの報告、10月の活動目標について(新規PSメンバーを集める)、後期のシフトについて

2 県大フェスタ

表1で示したとおり、2008年度は9月20日に、2009年度は7月19日に県大フェスタが開催され

た。県大フェスタとは、本学学生活動支援センター主催で2008年度から実施している新企画で、学生によるステージ発表や展示・体験コーナーなどのプログラムを通して、学生や高校生、また地域の人々との交流を図ることを目的としたイベントである。ピアサポートも、その中で相談ブースを設けて活動したところ、2008年度は延べ7件、2009年度は延べ22件の相談があった。高校生やその保護者からの相談が多く、寮について、アルバイトについて、一人暮らしについての相談が多数を占めた。

3 二大学学生交流研修会（広島大学訪問：ピアサポーター間の交流）

2009年2月13日、広島大学と本学のPSの交流会が広島大学にて実施された。これは、本学のPSからの「他大学のピアサポート活動の状況を見てみたい」という発案を受けて、指導スタッフAが広島大学のピアサポート活動の主催部局である保健管理センターと、本学学生活動支援センターに働きかけ本学のGP企画の一つとして実現したものである。交流研修会では、広島大学でのピアサポートの実践発表に対し、本学PSによる質問の時間、広島大学ピアサポートルームや新入生へ情報提供するための資料見学の時間などがもたれた。

本学からは12名のPSと指導スタッフA、B、Cが参加し、「PSのモチベーションを維持するために工夫していることはあるか」「新入生提供用の資料をどのように収集しているか」など、日頃疑問に感じていることが次々と質問として出された。またこの訪問を機に、2008年度後期から低迷していたモチベーションが若干回復したようであった。

4 2009年春の特別相談ブース設置

広島大学との交流会で得た知見をもとに、本学でも新入生が入学してくる直前の4月1日から3日にかけて、入学予定者がよく通る学生支援部隣室に特別ブースを設置し相談活動を行った。相談

件数は延べ33件で、相談内容別に見ると学内外の社会資源への案内が最も多く、アルバイトについて、サークルについて、一人暮らしについて、資格や単位履修についてなどの相談があった。

③デイリーの相談活動

本学ピアサポート活動において、新入生への相談活動を開始したのは2008年4月からである。2007年度末の3月に行った春のPS養成研修の最終日に、デイリーの活動についてPSを交えての話し合いをもった結果、火・水・金曜日の昼休み12:00～12:40と放課後16:10～17:00に活動することを決める。のちに金曜日の16:10～の時間は、1年生の全学授業である基礎セミナーの時間と重なっていることが判明し、割愛する。また後期は、火・水・金の昼休みのみの活動とした。場所は、4号館1階の学生相談室のある健康サポートセンター前の福祉実習室で活動することになる。

広島大学訪問時にも話題となったが、ピアサポート活動は、初めから多くの来談者が見込まれるわけではない。本学もその例にもれず、2008年度前期は延べ4件、後期は1件、2009年度前期は延べ9件であったが、そのほとんどが、学内外の資源案内と単位履修についての相談であった。これとは別に、既述したように、県大フェスタにて2008年度9月に7件、2009年度7月に22件、また2009年度春の特設ブースにて33件の相談があった。

④PSの動き

PSが相談活動を開始した2008年度前期からのPSの様子、動きについて半期毎に記述する。デイリーの活動日（火・水・金曜）のうち、水曜はBが勤務、火、金曜はCが勤務しており、ミーティング及び活動日の記録はCによる参加観察の記述である。ただし、ここではPSの全体的な動きの記述にとどめ、個々の動きやグループとしての力動については本紀要の小特集論文2（稲永）にて記述することにする。

○2008年度前期

4月から新入生への相談活動を開始したものの、はじめは試行錯誤の連続であった。まず、相談ブースを設ける部屋が人通りの少ない場所であったため、いかにして学生に周知してもらえるかという点に力を注いだ。廊下に置くための看板作り、学生に活動時間や場所を広報するためのビラ作り、また1年生の必須授業である基礎セミナーにてピアサポートの紹介をする寸劇も行なった。大学祭で配られる冊子にビラをはさんでもらうことも試みたが、来談はほとんどなかった。この時点でPSは来談者のない理由を広報の仕方の問題があると考えていた。そのため、1年生がピアサポートについてどれほど周知しているのか、どうなれば利用しやすくなるのかなどを尋ねるアンケートを実施してはどうかという提案もあがった。一方、来談者のない活動時間を利用して、指導スタッフCはPSの出身地や趣味、サークルやバイトなどについていろいろ雑談しながら、PSと交流を深めることを試みた。加えてPSからは、6月末ミーティングにて、活動時間内に相談場面を想定したロールプレイ、新入生に情報提供できるようにするための資料作りをしてはどうかという提案、またPSの親交を深める目的も含めて打ち上げをしてはどうかという提案も出された。

○2008年度後期

後期から、デイリーの活動時間内に、それぞれの曜日ごとに新入生に情報提供するための資料作りを行なうことになった。火曜日は学科ごとの1年次の履修モデルを作成し、必修科目と選択科目に分けて色付けをしたり、取得できる資格ごとに履修モデルを作成したりと、それぞれの学科の担当に分かれて作業に取り掛かった。結果的には年度末になって、各学科の教務担当教員の許可が下りず、ピアサポーターが履修モデルを提示するという案は頓挫してしまう。その背景には、本学が現在カリキュラム変遷の最中であって学年によってカリキュラムが異なっていることと、学科によって教員免許や資格取得のための科目が複雑

に絡んでおり、他学科の上級生が新入生に履修について具体的に指導することに危惧を持たれるのも無理からぬ事であった。ただし、社会福祉学部には、PSが多く在籍していたこともあり、2009年度4月に学部が開催した社会福祉学部新入生への単位履修WEB登録説明会にて、新入生にWEB登録の仕方を指南する役がPSに与えられた。水曜日班は、大学周辺と大学から少し離れた商店街のマップを作成するために、実際に現地に赴き、各店舗の営業時間や連絡先、おすすめの品などを調査した上で、それらを地図中に盛り込んだ。金曜日班は、前期に提案していた1年生に実施するためのアンケートの作成を始めた。その後指導スタッフによる修正も加えて12月に実施。その後の集計作業も行なった。

後期から資料作りに本格的に着手したPSであるが、モチベーションの低下するメンバーもおり、デイリーの活動を無断で欠席したり頻繁に遅れてきたりするPSも多く、活動予定人員の半分程度の人数で活動することも少なくなかった。この時期の指導スタッフによる介入、手立てについては、小特集の論文2（稲永）にて詳述する。やがてモチベーションの低かったPSも、最も来談者が見込める4月を前にして、少しずつ活動意欲を高めていく。年度末には、新入生を迎えるための準備をする「ピアサポウィーク」を設定。ビラやポスターの作成、特別ブースを設置する部屋の窓に貼るための看板を作成した。それに加え、学生支援部から1年生配布用に大学周辺（宮野地区）の地図を作成してくれないかという依頼に応え、水曜日班が作成してきたマップをさらに改良した「宮野マップ」の作成にも着手した。

○2009年度前期

春の特設ブースでは、33件というこれまでにないほどの来談があり、モチベーションは一時的に回復するも、それが一段落すると再び全体的には低下し始める。活動から手を引きたいと申し出るPSも出てきた。しかしモチベーションを維持しているPSもおり、卒業アルバムに載せるための

写真をみんなで撮ろうという提案がなされたり、開学記念日に開催された「学生の主張」に出場し、自分たちが行ってきたピアサポート活動について報告し、大学や学生の間相互援助の風土を作ろうと呼びかけるなど、積極的な動きも出てくる。また、学生の自主的活動に補助金を出す「YPUドリームアドベンチャー」に応募したところ審査に合格し、「宮野マップ」をバージョンアップさせたものを作成するという動きも出てきた。

考察

ピアサポート活動は、学生による学生のための援助活動であり、本来の目的は、新入生が大学になじんでいくための援助活動をすることである。志願してきた学生も、ピアサポーターになって多くの1年生の相談にのりたいという動機（その中には「カウンセリングらしきものをしてみたい」という動機も含まれる）を第一に、またピアサポーターになり相談援助のスキルを身につけることは将来の職業に役に立つという動機を第二に参加してくる。従って当初はソーシャルワーカーを目指す社会福祉学部の学生や、看護学部の中でも養護教諭を目指す学生たちの参加がほとんどであった。ところが実際には、サポーターの学生が想像したほど、相談にくる1年生は多くはないという現実に直面する。ここにピアサポーターのモチベーションを維持していくことの困難が課題として立ち上がってくる。特に周囲から認知されていない立ち上げ初期にはこのことは顕著であるが、立ち上げから10年を経た先進校においても同様の問題があるようである。

本学の試みにおいても、指導スタッフがかつとも苦心したのは、この点であった。モチベーションが下がり、ピアサポート活動からドロップアウトしてしまいそうになる学生をどうフォローするか、ピアサポーター集団の凝集性をどのように高めるかという点で指導スタッフが苦心した事については、論文2に詳細が示されているが、ここで俯瞰して述べるならば、ピアサポーターの学生に対して、指導スタッフが相当のサービスを提供し

ているということであろう。半期ごとの研修以外に、デイリーの活動に時にはつきっきりで指導することでメンバーの凝集性を保ち、1年生の相談が少ない現状の中で、メンバー同士でどのような意義のある活動を行っていくかを模索したこの2年であった。

2年間の活動内容を見る限り、PS集団は資料集やマップ作り、他大学訪問など実に精力的に活動を行なっている。その活動内容はいずれも新入生支援に繋がるものであり、評価に値する活動であろう。しかしそのような活動を展開していく中で、指導スタッフの介入や梃入れが必要であったことも事実である。この2年間に関して、たとえば言うならば指導スタッフのつぎ込んだ労力とピアサポーター集団の産出した成果を天秤にかければ、未だ黒字には至らない状態ではある。しかしそれも活動が軌道に乗ってくるまでの先行投資だと捉えることもできるであろう。

ではピアサポート活動が今後軌道に乗ってくるにはどのような課題があるのか述べることにする。一つにはピアサポーターの学生集団による自治的な活動の促進であろう。現在でもPS学生達の「あれをしたいこれをしたい」という意欲においては旺盛な部分がある。しかしこれまでのところ、それを実現させるお膳立て、すなわち大学の各部局に働きかけ実現のスタートを切るところまでは指導スタッフの教員にかなりの部分を依存している。将来的に、完全に自治というわけにはいかないであろうが、教職員のスーパービジョンを受けながらも学生自らが大学各部局と交渉しつつ活動できるようになった時、「総合的人間関係を涵養する学生支援」が実を結んだといえるのであろう。

各メンバーの心理的なベクトルも現時点では、まだまだ指導スタッフに向いている部分が多い。これまでは指導スタッフがメンバーの悩みに対し個人カウンセリングを行なうなど手厚いフォローをしてきたが、もっと学生メンバー間に自助の風土が実り、学生間のベクトルが増えてくると、指導スタッフは、本来の適度な距離を持ったスー

バージョン的にかかわりに戻れるであろう。他の学生の援助を目指して集まってきたはずのピアサポーターが、指導スタッフとの関係においてクライアント化するという現象は、他大学のこれまでの試みの中でも報告されている。このことは、アイデンティティ形成の最中にあり揺れの多い青年期の学生が対人援助を試みる時におこってくる普遍的な現象であり、心理や医療、福祉の領域における臨床実習などにおいても時にみられることである。この課題を学生がどのように消化していくのか、そのためには指導する側にどのような関わりの工夫が求められるのか、議論の余地のあるところである。

また、学生相談の領域でサイコロトリートというものがある。サイコロトリートとは「心理的な止まり木」の意味で、大学内で居場所となる場をもたず人間関係を作ることが苦手な学生に、居場所を提供する試みである。通常学生相談室の近く

に居場所となるスペースを提供し、そこに集う学生がその場を居場所とするだけでなく、そこに仲間としての人間関係を築いていく。一方、ピアサポーターにとってもPS集団は居場所としての機能や自助の機能を果たすことが認められたが、それはサイコロトリートと同じ機能でよいのか、違うとすればどこが違うのかについても議論の余地がある。

また、指導スタッフが学生相談室のカウンセラーを兼任している場合においては、ピアサポーターが指導スタッフにカウンセリングを求める時、カウンセラーは二重ロールをとる構造になってしまう。そのことで起こってくる課題とその解決の仕方についても今後検討の余地がある。

このようにさまざまな課題はあるもののピアサポート活動が本学において産声を上げ、始動しはじめたことは意味深いことであり、今後もよりよい活動になっていくべく検討していきたい。

表1 ピアサポート活動の実践経過

| | | 養成研修 | 公式行事 | デイリーの活動 | PSの動き |
|----------|----------|------------------------|-----------------------|-----------------------------------|--|
| 06 後期 | 2006.3 | | 指導スタッフによる広島大学ピアサポート視察 | | |
| 07 前期 | 2007.7 | | PS募集 | | |
| 07 後期 | 2008.2～3 | 春季PS養成研修（A・B・Cによる3回実施） | デイリーの活動についての話し合い | | |
| 08 前期 | 2008.4 | | | 相談ブースを設けての活動開始 (火・水・金の昼休みと放課後) | ○看板・ピラづくり ○新入生セミナーでの寸劇 ○1年生向けのアンケートの提案 ○雑談 |
| | .5 | | ミーティング初開催 | ↓ | ○ロールプレイ ○資料作り ○前期打ち上げ |
| | .6 | | 6月末ミーティング | | |
| | .7 | | PS募集 7月末ミーティング | | |
| | .9 | | 県大フェスタにて相談ブース設置 | | 県大フェスタへの準備 |
| | | 夏季PS養成研修（1泊2日の合宿にて） | | | |
| 08 後期 | 2008.10 | | 10月末ミーティング | 相談ブースを設けての活動再開 (火・水・金の昼休みのみ) | ○資料作り ・火曜日班…各学科ごとの新入生の履修モデル作成 ・水曜日班…主に大学周辺のマップ作り |

| | 養成研修 | 公式行事 | デイリーの活動 | PSの動き |
|------|-----------|--|---|---|
| | .11 | 11月末ミーティング | | ・金曜日班…1年生向けのピアサポートに関するアンケート作成 ○モチベーション低下 ○デイリーの活動後ごとに、PS有志とCとで昼食 |
| | .12 | | | ○忘年会 |
| | 2009.1 | 1月末ミーティング | ▼ | ○4年生の追い出しコンパ |
| | .2 | 春季PS養成研修(A・B・Cによる3回実施) | 広島大学ピアサポートとの交流 | |
| | .3 | 指導スタッフは、学生支援部にお願ひし、広報活動の一環として、来年度の新入生が手にする配布物やキャンパスライフの中にピアサポートの広告を入れてもらう。 PSに「今年度のピアサポート活動を振り返って」を記述、提出してもらう。 3月末ミーティング | | ○PSの一人がピアサポートをやめたいと申し出。受諾。 ○「ピアサポウィーク」(24日～27日) ・1年生向けのアンケート集計 ・「宮野マップ」の作成 ・ピラやポスターの作成 ・相談ブースの窓には、切り抜き作成 |
| 09前期 | 2009.4 | 1～3日に相談ブースを設置(春の特設ブース設置) | 相談ブースを設けての活動開始 (火・水・金の昼休みと放課後) | ○来談者増に伴う、相談ブース内の机やいすの配置の仕方を協議、また受付の仕事の明確化 ○自発的活動の増加(モチベーションの向上) |
| | | 社会福祉学部新入生への単位履修WEB登録説明会でのサポート | | |
| | | 4月末ミーティング | | |
| | .5 | 5月末ミーティング | | |
| .6 | 6月末ミーティング | | ○PSリーダーの一人がピアサポートをやめたいと申し出。Cとの話し合いの結果、残留することに。 ○PSの一人がピアサポートをやめたいと申し出。 | |

| | 養成研修 | 公式行事 | デイリーの活動 | PSの動き |
|----|-------------------|--------|---------|---------------|
| | | | ↓ | 受諾。 |
| .7 | | PS募集 | | ○県大フェスタへの準備 |
| | | 県大フェスタ | | |
| .8 | | | | ○PS有志とCで海水浴へ。 |
| .9 | 夏季PS養成研修（2日間連続日程） | | | |

Ⅲ ピアサポーター養成研修がピアサポーターに及ぼす心理的教育効果

ピアサポーター養成研修が、ピアサポーターにどのような心理的变化をもたらすのか、養成研修の心理的教育効果を見るために、2007年度後期から2009年度前期の2年間に行った3回のピアサポーター養成研修について心理測定尺度を用いた質問紙による測定を行った。養成研修は、PSの役割の意識向上と話を聞くための態度や姿勢を学ぶことが主な目的である。ここでは、参加PSの心理的成長を測るために、3つの尺度を用いて測定した。

(1) 3つの尺度について

①自己肯定意識尺度（平石、1990b）

この尺度は、「自己への態度の望ましさ」である自己肯定性次元の測定のために作成されたものである。対自己領域（「自己受容」「自己実現的態度」「充実感」）と対他者領域（「自己閉鎖性・人間不信」「自己表明・対人的積極性」「被評価意識・対人緊張」）からなっている。41項目で、5件法で測定する。

②情動的共感性尺度（加藤・高木、1980）

共感性とは、他者の気持ちをくみ取り、他者と同様の情動を体験する性質のことをいう。他者の視点に立ってその気持ちや感情、行動を理解する認知的側面と、他者の情動状態を知覚して、自分も同様の情動を経験する情動的側面に大きく分けられる。この尺度は、情動的側面に関する共感性を測定するために開発された。「感情的暖かさ」「感情的冷淡さ」「感情的被影響性」の3次元で構成されている。25項目で、7件法で測定する。

③信頼性尺度（天貝、1996：1997）

対人的信頼感を「自分への信頼」「他人への信頼」「不信」の3側面から測定するために作成されたものである。天貝（1999）は、信頼感を「人や自分自身を安定して信じ、頼ることができるという気持ち」としている。24項目で、6件法で測定する。

(2) 調査方法

2007年度春季PS養成研修と2008年度夏季PS養成研修と2009年度夏季PS養成研修の研修初日の研修前と最終日の研修後に、3つの尺度の質問紙を配り、参加者に記入してもらった。

(3) 分析方法

①検定方法

初日研修前と研修最終日後の平均点に優位差があるかどうかをt検定によって検定した。

②6つの期間についての平均値の比較

- 1、2007年度春季PS研修の研修前（Be）と最終日研修後（Af）との比較（対象者数12名）
- 2、2008年度夏季PS研修のBeとAfとの比較（対象者数18名）
- 3、2009年度夏季PS養成研修のBeとAfとの比較（対象者数10名）
- 4、2007年度春季PS養成研修のBeと2008年度夏季PS養成研修Afの比較（対象者数13名）
- 5、2007年度春季PS養成研修のBeと2009年度夏季PS養成研修Afの比較（対象者数5名）
- 6、2008年度夏季PS養成研修のBeと2009年度夏季PS養成研修Afの比較（対象者数

7名)

(4) 結果

6つの期間について t 検定を行い、優位差のある項目について表2に示した。

(5) 考察

2年間の3回の養成研修について測定を行っているが、表2の結果はそれぞれの研修における特徴を示している。

ピアサポート活動を立ち上げての1回目の養成研修は、3日に分けて別の日に3人のスタッフがそれぞれ行なった。どの項目にも優位差は見られなかった。

2回目の養成研修は、宿泊合宿形式で行なわれた。この研修会では、自己肯定意識尺度の全体において、また部分的には「自己実現的態度」と「充実感」「自己表明・対人的積極性」に優位差が見られた。PSの自己実現的態度や充実感、人間関係における積極性が高まり全体的に自己肯定感が上昇したことを示している。しかし、一方では、「被評価意識・対人緊張」が高まるという結果も見ら

れた。この回の合宿形式の養成研修では、やる気や充実感を感じて、人間関係が積極的になった一方で、緊張感や評価されるという意識も同時に感じていたことが確認できた。

3回目の研修は、2日間集中で行なったが宿泊はしなかった。この研修会の変化の特徴は、自己肯定意識尺度の「被評価意識・対人緊張」と信頼性尺度の「自分への信頼」に優位差が見られ、対人関係における緊張感が低くなり、また自分への信頼感が増したことを示している。この研修では人間関係での緊張感が和らぎ、自分への信頼感をもつことができた学生が多かったということであろう。しかし一方で、情動的共感性尺度の「感情的暖かさ」は低くなるという結果が見られた。対人緊張が和らぎ自分への信頼感は高まる一方で、人に対して暖かい気持を持つ感情が低下するという結果になったわけである。また情動的共感性尺度に関しては、2007年度から2008年度の期間にかけての比較で「感情的冷淡さ」が高くなるという結果も見られた。これらはどのように解釈される

表2 3つの尺度を用いた6つの期間における平均値の優位差

| | 2007年度 Be→Af (隔日) 1回目 | 2008年度 Be→Af (合宿) 2回目 | 2009年度 Be→Af (2日間集中) 3回目 | 2007年度 Be→ 2008年度 Af | 2007年度 Be→ 2009年度 Af | 2008年度 Be→ 2009年度 Af |
|-------------|--------------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|
| 自己肯定意識 | | * (↑) | | | | |
| ◇對自己領域 | | ** (↑) | | * (↑) | | |
| 自己受容 | | | | | | |
| 自己実現的態度 | | * (↑) | | | | |
| 充実感 | | * (↑) | | ** (↑) | | |
| ◇対他者領域 | | | | | *** (↑) | |
| 自己閉鎖性・人間不信 | | | | | | |
| 自己表明・対人的積極性 | | * (↑) | | | | |
| 被評価意識・対人緊張 | | * (↑) | * (↓) | | * (↓) | * (↓) |
| 情動的共感性 | | | | | | |
| 感情的暖かさ | | | ** (↓) | | | |
| 感情的冷淡さ | | | | * (↑) | | |
| 感情的被影響性 | | | | | | |
| 信頼性 | | | | | | |
| 自分への信頼 | | | * (↑) | | | |
| 他人への信頼 | | | * (↑) | ** (↑) | | |
| 不信 | | | | | | |

○優位確率 p : * p < 0.05 ** p < 0.01 *** p < 0.001

○Be (Before) : 初日研修前 Af (After) : 研修最終日後

○矢印は、平均値の増減を示す。

のであろうか。資料2に情動的共感性尺度の質問項目を提示したが、これらの項目が表わしている情動的共感性とは、相手の気持ちにいわば「共揺れ」してしまう傾向を表しており、カウンセリングのロールプレイで訓練される共感性とは、むしろ認知的共感性に属するものであるかもしれない。以上のように、共感という感情を測ることの複雑さと難しさがあることが示唆された。今後の課題として、共感性の測定内容については検討する必要があると考える。

全体を通してみると養成研修において効果がみられるのは、自己実現的態度や充実感、自己表明などの対人的積極性といった自己肯定意識に属する項目や自己への信頼といった、いづれも自己に対する意識の好転という結果であった。

しかし一方で、PS個人のそれぞれの数値の変化をみると、養成研修に参加してほとんどの数値がよい変化ではない結果を示すPSがいることもわかった。これは集団活動することによって、自分の人間関係においてのうまくいかなさを一層感じる可能性のある学生がいることを示している。関係性を通してPS自身の問題が出てくる場合もあり得るので、スタッフは慎重にPSを観察するとともにフォローの準備をしておく必要がある。

まとめ

本学においてピアサポートシステムを構築するための、ピアサポーターおよびPS集団の育成における試みについて報告してきた。立ち上げからの2年間を見る限りにおいては、未だ課題も多いが、PS学生の中に相互援助の風土が生まれつつあることも事実である。様々な課題とその解決への模索は必要であるが、学生のエネルギーを大切にしながら育てていくことで成果につながるものと思われる。

参考文献

- 天貝由美子 (1995) 高校生の自我同一性に及ぼす信頼感の影響 教育心理学研究、43、364-371
- 天貝由美子 (1997a) 成人期から老年期に渡る信頼感の発達—家族および友人からのサポート感の影響 教育心理学研究、45、79-86
- 天貝由美子 (1997b) Self-esteemを規定する要因としての信頼感—その生涯発達の变化 カウンセリング研究、30、103-111
- 天貝由美子 (1999) 一般高校生と非行高校生の信頼感に影響を及ぼす経験要因 教育心理学研究、47、229-238
- 内野悌司 (2003) 広島大学ピア・サポート・ルームの初年度の活動に関する考察 学生相談研究 (23) 233-242
- 内野悌司 (2006) 新入生を先輩が支援する広島大学ピア・サポート活動について 大学と学生 (29) 17-24
- 大石由起子・木戸久美子・林典子・稲永努 (2007) ピアサポート・ピアカウンセリングにおける文献展望 山口県立大学社会福祉学部紀要 (13) 107-121
- 加藤隆勝・高木州秀明 (1980) 青年期における情緒的共感性の特質 筑波大学心理研究、2、33-42
- 西山久子・山本力 (2002) 実践的ピアサポートおよび仲間支援活動の背景と動向、岡山大学教育実践総合センター紀要、第2巻81-93
- 平石賢二 (1990b) 青年期における自己意識の発達に関する研究 (1) —自己肯定性次元と自己安定性次元の検討 名古屋大学教育学部紀要—教育心理学科、37、217-234
- 堀 洋道 監修・山本眞理子編 (2001) 「心理測定尺度集Ⅰ 人間の内面を探る〈自己・個人内過程〉」(サイエンス社)
- 堀 洋道 監修・吉田富二雄編 (2001) 「心理測定尺度集Ⅱ 人間と社会のつながりをとらえる〈対人関係・価値観〉」(サイエンス社)

資料1

○自己肯定意識尺度

(●印のついた項目は、逆転項目である)

1. 対自己領域

【自己受容】

自分なりの個性を大切にしている
 私には私なりの人生があってもいいと思う
 自分のよいところも悪いところもあるままに認めることができる
 自分の個性を素直に受け入れている

【自己実現的態度】

自分の夢をかなえようと意欲にもえている
 情熱をもって何かに取り組んでいる
 前向きな姿勢で物事に取り組んでいる
 自分の良い面を一生懸命伸ばそうとしている
 張り合いがあり、やる気が出ている
 本当に自分のやりたいことが何なのか分からない●
 自分には目標というものがない●

【充実感】

1. 生活がすごく楽しいと感じる
2. わだかまりがなく、スカッとしている
3. 充実感を感じる
4. 精神的に楽な気分である。
5. 自分の好きなことがやれていると思える
6. 自分のはのびのびと生きていると感じる
7. 満足感がもてない●
8. ころから楽しいと思える日がない●

2. 対他者領域

【自己閉鎖性・人間不信】

1. 他人との間に壁をつくっている
2. 人間関係をわずらわしいと感じる
3. 自分は他人に対してこころと閉ざしている
よくなきがする
4. 自分はひとりぼっちだと感じる
5. 私は人を信用していない
6. 友だちと一緒にいてもどこがさびしく悲しい
7. 友人と話していても全然通じないので絶望している
8. 他人に対して好意的になれない

【自己表明・対人的積極性】

1. 相手に気を配りながらも自分の言いたいことを言うことができる
2. 自分の納得のいくまで相手と話し合うようにしている
3. 疑問だと感じたらそれらを堂々とと言える
4. 友達と真剣に話し合う
5. 人前でもこどわりなく自由に感じたままを言うことができる
6. 人前でもありのままの自分をだせる
7. 自主的に友人に話しかけていく

【被評価意識・対人緊張】

1. 人から何か言われないう、変な眼でみられないかときをしている。
2. 人に対して、自分のイメージを悪くしないかと恐れている
3. 自分が他人の目にどう映るかを意識するとみうごきできなくなる
4. 他人に自分のよいイメージだけを印象づけようとしている
5. 無理して他人よりおとっているかすぐれているかを気にしている
6. 人に気をつかひすぎてつかれる

資料2

○情動的共感性尺度

【感情的暖かさ】

1. 私は映画を見る時、つい熱中してしまう
2. 歌を歌ったり、聞いたりすると、私は楽しくなる
3. 私は愛の歌や詩に深く感動しやすい
4. 私は動物が苦しんでいるのを見ると、とてもかわいそうになる
5. 私は身寄りのない老人を見ると、かわいそうになる。
6. 私は人が冷遇されているのを見ると、非常に腹が立つ
7. 私は大勢の中で一人ぼっちでいる人を見ると、かわいそうになる。
8. 私は贈り物をした相手が喜ぶ様子を見るのが好きだ
9. 私は会計事務所に勤務するよりも、社会福祉の仕事をする方がよい
10. 小さい子どもはよく泣くが、かわいい

【感情的冷淡さ】

1. 私は人がうれしくて泣くのをみると、しらけた気持ちになる
2. 私は他人の涙を見ると、同情的になるよりも、いらだってくる
3. 私は不幸な人が同情を求めるのを見ると、いやな気分になる
4. 私は友人が悩みごとを話し始めると、話をそらしたくなる
5. 私はまわりの人が悩んでいても平気でいられる
6. 私は人がどうしてそんなに動揺することがあるのか理解できない
7. 私は他人が何かのことで笑っていても、それに興味をそそられない
8. 人前もはばからずに愛情が表現されるのを見ると私は不愉快になる
9. 私はまわりが興奮していても、平気でいられる。
10. 私は映画を似ている、まわりの人の泣き声やすすりあげる声を聞くと、おかしくなることがある。

【感情的被影響性】

1. 私は感情的にまわりの人からの影響を受けやすい
2. 私は友人が動揺していても、自分まで動揺してしまうことはない●
3. 私は他人の感情に左右されずに決断することができる●
4. まわりの方が神経質になると、私も神経質になる
5. 私は悪い知らせを人に告げにいくときには、心が動揺してしまう

資料3

○信頼感尺度

【自分への信頼】

1. 私は、自分自身を、ある程度信頼できる
2. 私は自分の人生に対し、何とかやっつけていけそうな気がする
3. 私は、自分自身が信頼に値する人間だと思う
4. 自分自身について、今は実現していないことでも、いつかこうなるだろうと信じられることは多い
5. 私は、自分自身の行動をある程度コントロールすることができるという確信をもっている
6. 私は私で、決して他人にはとってかわることの出来ない存在であると思う

【他人への信頼】

1. これまでに会ったほとんどの人は私によくしてくれた
2. 一般的に、人間は信頼できるものだと思う
3. これまでの経験から、他人もある程度は信頼できると感じる
4. 状況が許せば、たいてい人間はお互いに正直かつ誠実に関わりあいたいと思っているだろう
5. 私は多少のことがあっても、今の信頼関係を保っていけると思う
6. 周りのほとんどの人は私を信頼してくれているだろう
7. 私は現実に信頼できる特定の他人がいる
8. 無理をしなくてもこの先の人生でも、私は信頼できる人と出会えるような気がする

【不信】

1. 今心から頼れる人にもいつか裏切られるかもしれないと思う
2. 所詮（しょせん）、周りは敵ばかりだと感じる
3. 自分で自分をしっかり守っていないと、壊れてしまいそうな気がする
4. 過去に、誰かに裏切られたりだまされたりしたので、信じるのが怖くなっている
5. 気をつけていないと、人は私の弱みにつけ込もうとするだろう
6. 私なぜか人に対して疑（うたぐ）り深くなってしまう
7. 今は何かと話せても、他人など全く当てにならないものである
8. 人は自分のためなら簡単に相手を裏切ることができるだろう
9. 相手が自分を大切にしてくれるのは、そうすることによって相手に利益があるときだ
10. 私の立場が変われば、私自信も今とは全く違う人間になるだろう

Peer Support Activity for First-year Students by Senior Students at University :Investigation of the First Two Years

Yukiko OISHI
Noriko HAYASHI
Tsutomu INANAGA

This paper is a report about peer support activity for first-year students by senior students. At our university peer support activity means reciprocal help between students. First-year students in particular need a lot of information and feel anxious about campus life. So it is important that senior students support them. Peer supporters carry out peer counseling, teach about how to register for subjects, and dispense varied information about campus life to decrease the anxiety of first-year students. It is rather subtle work and they need training in skills for counseling, so at our university we started a program for training peer supporters. We think this is useful, not only for peer supporters, but also for students considering a career in the care industry. We researched the mental effects of training and found some effect on self-esteem, self-confidence and trust in others.

Looking back on the first two years of our trial, we found one significant difficulty regarding the continuation of peer support activity. This was that peer supporters did not stay motivated when only a few students asked for advice. We therefore tried various methods to keep peer supporters motivated. This was a problem for establishing the peer support system.