

# ピアサポート・ピアカウンセリングにおける文献展望

Peer Support and Peer Counseling : A review of the literature

大石 由起子 (山口県立大学社会福祉学部)

Yukiko OISHI

木戸 久美子 (山口県立大学看護学部)

Kumiko KIDO

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)

Tutomu INANAGA

## 1. はじめに

日本において、ピアサポート、ピアカウンセリングという用語はここ10年ぐらいの間に広く認知されるようになってきた。

ピアサポートすなわち「仲間による支援」の原型は、例えば、アメリカにおいては、1909年ニューヨークで非行防止を目的として制度化されたBBS (BigBrother-BigSister) プログラムなどに見ることが出来る。この制度は第2次大戦後の日本の少年非行防止においても導入され、メンタルフレンドのプログラムとして今日まで定着している。その後、教育の領域においては、70年代に入り、イギリスで思春期の保健・性教育にピアカウンセリングが導入されたり、アメリカでは大学生の学生間アドバイス制度が開始され、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る。(西山2002)

ピアサポートとは、西山(2002)によれば、「仲間による対人関係を利用した支援活動の総称」である。国立教育研究所による「生徒指導国際フォーラム」(2000)では、ピアサポートを仲間支援の包括的用語とし、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)、ピアメンター(指導・啓発活動)等々、個々の役割に沿った名称を与えている。すなわちピアサポー

トには、言葉による心理的援助のみならず、実質的、行動的援助が含まれると考えられる。

一方で、「ピアカウンセリング」という言葉は、一般の「カウンセリング」が、心理的援助について専門的に教育を受けた者によってなされる(主として言葉のやりとりによる)対人援助であるという認識に対して、そのような専門家によるのではない、「ピア」すなわち「仲間」あるいは「同じ境遇に立つ者」による同様の援助という意味合いを持つ。コミュニティ心理学においては、人に対する心理的援助は、専門家の専売特許とするのではなく、その人を取り巻く日常の人間関係の中でも提供されうるものと捉えてきた。また、ロジャース派におけるエンカウンターグループの発想は、コミュニティの中でセルフヘルプグループ(自助グループ)へと発展していき、日本の福祉領域においては、様々な自助グループの出現を見ている。さらに、セルフヘルプグループ内でメンバー相互の相談活動・援助活動をピアカウンセリング・ピアサポートと位置づける例もある。

昨今、インフォームドコンセントや役所による情報公開など、個人が専門家や専門機関と情報を共有し、自己についての支援や処遇を選び取っていく傾向はますます強まっている。福祉領域においても、高齢人口の増加や少子化を背景に、専門

機関や専門職にのみ頼るのではない、コミュニティにおける援助形態の模索が必要となってきた。そのような背景の中で、日本では1990年代に入り、福祉、保健、医療、教育の領域で、ピアサポートならびにピアカウンセリングの導入、実践が行われるようになった。

そして、90年代後半以降、各領域において、ピアサポートおよびピアカウンセリングの実践報告やピアカウンセラー養成のプログラム、ピアカウンセラー養成教育の及ぼす効果などについての研究が報告されている。

## 2. 研究の目的

昨今、情報の多様化、IT技術の進歩による情報伝達の加速化は大学学内にも浸透し、学生生活もそれに呼応するかのようになり、慌しく忙しいものとなりつつある。学生は、それが充実の証かのようにスケジュール帳を真っ黒に埋めていく。一方で、そのような流れに乗ることを止め呆然と自室に引きこもったり、自傷や摂食障害に及ぶなど、不適応に至る学生も見受けられる。

本学においても、保健室および学生相談室を訪れる学生の数は年々増加の一途をたどり、精神的なケアのニーズは高まる一方である。平成18年度から本学の学生相談室は、週5日開室という大幅な充実をみた。筆者らはそこにカウンセラーとして従事するようになったが、学生の反応は早く利用率も高い。しかし、専門家による個別のカウンセリングでまかなえるのは、全学生の中の少数に過ぎず、メンタルな部分での学生支援に、学生の潜在力を利用する方法について検討している。

ところで、教育の領域におけるピアカウンセリングについては、ピアカウンセラーの養成過程で、養成教育を受けた学生自身の心理的变化・成長が報告されてもいる。大学におけるピアカウンセリングの導入は、それを必要とする学生への支援という側面だけでなく、ピアカウンセラーに志願してくる学生に対する、人間的成長を促す教育の側面も持っているのではないかと考えられるのである。

大学教育においては、専門的知識や技術の伝授および研究活動における教育とともに、学生の人間的成長を促す教育も見落とすことのできない分野である。殊に本学は、社会福祉学部、看護学部といった対人援助の専門職を養成する学部を有する公立大学である。ピアサポートあるいはピアカウンセリングについての試みが学生への教育効果をもたらすことは充分予測できる。

以上のことから、本学の学生支援システムの一つとしてピアサポート・ピアカウンセリングを考える際に、福祉や保健、看護の視点からのそれについても把握しておくことは有意義なことである。その中で保健、看護の領域については、大学生のニーズを反映し大学生が活動に関わっている性教育の分野に絞り込むこととした。

従って、本論文においては、福祉・保健・学生支援の諸領域において、近年の日本におけるピアサポートおよびピアカウンセリングの文献を抽出し、文献展望を行うことを目的とする。

## 3. 方法

国立情報学研究所の文献検索システム「CiNii」、および医学中央雑誌刊行会の文献検索システム「医中誌WEB」より、フリーワード(キーワード)に「ピアサポート」あるいは「ピアカウンセリング」を有する文献を抽出する。文献は、過去5年間(2001年~2006)年を中心に検索した。(2000年以前の文献については、西山(2002)に国内外の文献のレビューがある。) 抽出された文献のうち、I. 福祉領域 II. 保健領域 III. 学生支援領域に焦点を絞り、その内容について、以下の4つのカテゴリーに分けて、概観するものとする。

- ①ピアカウンセリング(ピアサポート)の立ち上げ
- ②ピアカウンセラー(ピアサポーター)の養成プログラム
- ③ピアカウンセリング(ピアサポート)の実践報告
- ④ピアカウンセラー(ピアサポーター)養成過程での学生の変化・成長

尚、ピアサポートあるいはピアカウンセリング、どちらの呼称とするかは、領域によってまた試み

によって違いがあるようであるが、それぞれの呼称のまま提示する。

#### 4. 文献概要

##### I. 福祉領域

福祉領域において報告されているものとしては、実践報告が多く、数は多くはないが、精神障害者、知的障害者、高齢者等と多岐にわたっている。

##### ①ピアサポートの立ち上げ

育児中の女性のピアサポートに関する研究(新道ら1998)では、出産後「周囲との育児価値の相違」に悩みながらも「話し相手がいないストレス」を抱え、孤独感や育児の不安などから子どもへの愛着を失うおそれを感じており、またそのような悩みから逃れ、解放されることを求めている母親像が浮かび上がってくる。そのような母親にとってピアグループ参加のきっかけは、市町村で行われる妊産褥婦対象の母親学級であったり、育児支援活動事業における仲間づくりであった。しかしやがて、日本全国に自然発生的に生じ自主的に運営・活動をつづける「子育てサークル」が出現してくる。原田ら(2002)による関西地域の「子育てサークル」の統計調査によれば、2000年の調査において、10年以上続いているサークルもあるが、約半数はここ3・4年のうちに生じている。地域共同体が失われ「母子カプセル」といわれる閉塞した環境の中で、母親が「子育てサークル」を求めるのは健全な自己防衛手段であり、子育てサークルは自助グループとして機能するとともに、メンバー同士のピアカウンセリングの場でもある。しかしすべての母親がグループの形態に馴染むかといえはそうではなく、虐待のような深刻なケースには専門職が前面にでて支援すべきものでもある。

知的障害者のピアカウンセリングの取組については、佐藤(2000)によれば実際に、「山口県をつなぐ育成会」では、知的障害者のリーダー養成としてピアカウンセリング支援事業を平成6年(1994)～平成8年(1996)まで行ったが、参加した知的障害者にピアカウンセリングについて理解し

てもらうまでには至らず、当事者の状況の違いもあり話が噛み合わなかった。その反省として、複数年度で一貫したカリキュラムを策定し、継続参加による養成を行う必要があること、知的障害者本人の意見が反映される事業展開、活躍できる社会的場の確保などを検討し、平成9年から実行委員会を設けて、3年計画で取り組み成果を収めている。

##### ③実践報告

精神障害者のピアサポート活動は、従来セルフヘルプグループという形でも行われてきた。村上(2005)によれば、沖縄で精神障害者の「つどい」なるグループ活動があるが、その活動は、精神障害者当事者を中心に(しかし当事者以外にも門戸を広げ)、定期的集まり話をするというもので、10名未満の「つどい」のグループが沖縄各地のみならず、長崎県などにも点在する。その活動はエンドレスで毎週開催して400回を超えるグループも存在する。村上はこれをピアカウンセリングの一つの形態と捉えているが、むしろセルフヘルプグループによるピアサポート活動と位置づける方が妥当であろう。しかし、実際にはセルフヘルプグループの活動の延長上にメンバー相互による個人レベルの相談・支援活動が行われることも多く、セルフヘルプグループ活動とピアカウンセリングには明確な線引きが出来ないのが現状である。

一方、セルフヘルプグループから発展して、自称「精神医療サバイバー」の広田(2003)のように個人が自宅において、電話相談やピアカウンセリング活動を行っているものもある。その活動は自宅に宿泊させるなどサポート活動と私的生活が渾然一体となったものである。一見、危うい印象も受けるが、地域の交番の警察官とのパイプを持っていたり、「いのちの電話」や精神科救急医療相談窓口から相談者をまわされるなど、地域の中で存在感を示している。また、加藤(2004)の報告によれば、自らも引きこもりの時期を経験し、立ち直って大学卒業後、精神科のSW、作業所の職員

などの福祉職を経て、1998年、精神障害者ピアサポートセンター「こらえるたいとう」を仲間と立ち上げ今日に至っている。センターの活動はピアカウンセリングからパソコン、出版、お菓子作り、地域との交流カフェ、社会見学など多岐にわたり、現在はピアヘルパー養成講座を展開するなど、その活動は組織的なものとして発展している。

知的障害者においても、セルフヘルプグループの活動は以前より存在しており、谷口(2005)によれば、日頃あまり積極的に話さない知的障害者がグループの中で堰を切って話す姿がみられるという。一方で、知的障害のある人がピアカウンセリングをすることは、深く考えることができないから無理であると考えざるを得ないが、谷口は知的障害をもつピアカウンセラーの必要性を説いている。知的障害者のセルフヘルプグループの場合においても、グループの中に「世話焼きの人」が出てくるが、その場合、他者を助けていながら本当は自分が一番助かっている面があり、谷口はこれを「ヘルパーセラピー原則」と指摘している。例えば年金のことや不動産屋で家を借りることなど、知的障害者が他者をサポートする中で、自分も一緒に学べるという利点がある。また、軽度の知的障害をもつピアカウンセラーが自分より障害が重い人のことを考えるという過程自体が自分自身を見つめる糧となると述べている。ピアカウンセリングにおいては、治療という視点ではなく、こころの奥にある苦しみや悩みを思い切り出して、自分を押しさえ込んでいたものから解放される、いわゆるカタルシス効果が基本であるとすれば、同じ境遇にあるピア(仲間)は、経験を分かち合うことで短期間にラポールを築くことが出来るという利点がある。また、同じ障害を経験しているがゆえに相談者の嘘や、何でも障害のせいにしてしまうという甘えなどにも、仲間として時には厳しく対峙することも容易である。さらに、もう一つ、ピアサポーターの重要な機能として、障害者の場合「役割モデル」を指摘している。同じ障害をもつピアカウンセラーと触れ合う中で刺激を受け、「あの人のようになりたい」という目標

を与えることが出来るのだという。しかし、ピアサポーターの課題として、同じ障害を持つといってもその程度や環境は様ではなく、ややもすると自分の経験を物差しにして、共感よりも、お説教になってしまう場合があることや、同じ境遇であるということから、相手に入れ込んでしまう、いわゆる「逆転移」の問題も指摘した上で、谷口は、「ピアサポーター」としてセルフヘルプ的な役割と機能を持って、障害のない専門家と重度の知的障害者をつなぐパイプ役となることを期待すると述べている。尚、知的障害者へのピアカウンセリング導入の実際の取り組みの報告としては、上記①の立ち上げのところで述べた、佐藤(2000)の報告がある。

板倉(2005)によれば、名古屋市の障害者地域生活支援センターでピアサポートを受けた中途視覚障害者の相談記録の分析から、中途障害に起因する心理面での苦悩が相談者に共通して見られ、そのような相談者にとって同一障害を有し障害体験を共有する相談員は「役割モデル」であり心理的安定や回復を促す援助となっていた。

高齢者福祉においては、ここ5年の間に日本におけるピアカウンセリングそのものの実践報告はないものの、斉藤(2005)は通所リハビリテーション施設の利用者である高齢者を対象に、施設利用時間中の他者との交流時間とQOLとの相関について調査し、その結果中等度の相関がみられた。すなわち他者との交流時間が長い利用者ほどQOL向上がみられ、斉藤はこのことから、他者との交流時間にピアカウンセリング的要素があると結論づけている。

それ以外の福祉領域の報告としては、千葉県における乳がん体験者のセルフヘルプグループ「あけぼの会」の報告がある。あけぼの会は公開講演会、定例会、再発患者の集い「なのはなサロン」などを行なっているが、なのはなサロン開催にあたり、サブサイダー(側に寄り添う人)養成のためにピアカウンセリングの学習をしている。動機は会員の相談がスタッフの未処理の問題と同じであった時フラッシュバックがおこるなど、対応で

きなくなることを懸念したからである。

## II. 保健領域

2003年の世界人口白書によると、世界では何百万人もの思春期の若者と青少年は、早婚と若年出産の可能性、不完全な教育、人免疫不全ウイルスおよび後天性免疫不全症候群（HIV／エイズ）の脅威に直面していることが報告されている。世界的に新たなHIV感染の約半分は15-24歳の若者世代の年齢層に発生している。世界的なHIV感染の脅威は日本においても例外ではない。平成18年5月29日厚生労働省健康局疾病対策課から出された「平成18年度HIV検査普及週間の実施について」という報道発表資料によると、HIV感染者・エイズ患者の発生動向について、日本は先進国と比べ罹患率は低いが増加傾向にあり、新規HIV感染者のうち性的接触が98%であり、20代から30代の若い世代の感染が72%を占めている。HIV感染の背景には性感染症が隠れていることが多い。HIV感染や性感染症は性的接触により罹患する。若い世代における性的接触による問題としては望まない妊娠や人工妊娠中絶なども高率に発生している。

このような現状への取り組みとして日本においては、厚生労働省が平成12年に母子保健の2010年までの国民運動計画「健やか親子21」を策定し、その主要課題の一つとして次世代を担う思春期世代における性感染症や人工妊娠中絶の増加を食い止めるための保健対策の強化と健康教育の推進を打ち出した。そこで高村（2001）によって若者世代における性感染症や人工妊娠中絶の増加といった問題への取り組みの有用な手法としてピアカウンセラーによるピアカウンセリングが紹介された。高村ら（2004）は平成14年・平成15年度厚生労働省科学研究においてピアカウンセラー養成カリキュラムのモデルを開発した。独自のピアカウンセラー養成を試行的に実施し、養成講座を受講した者らによって、ピアカウンセリング事業の取り組みが報告されるようになった。

### ①ピアカウンセリングの立ち上げ

日本の保健分野におけるピアカウンセリングは、高村ら（1999）により「性の自己決定能力を育てるピアカウンセリング」が刊行された頃から注目されるようになった。渡辺・高村ら（2004）の報告からは社団法人家族計画協会の協力を得て看護系大学の学生をピアカウンセラーとして養成していることがうかがえる。また「健やか親子21」の思春期保健対策の一貫として各地域でピアカウンセリング事業も立ち上がっており、久保田ら（2006）の取り組みは新潟県の依頼を受けて2003年と2004年にピアカウンセリング事業を実施している。白井ら（2006）は、社団法人香川県看護協会という看護職能団体の援助を受けてピアカウンセラー事業が立ち上がったことを報告している。このように保健分野におけるピアカウンセリング事業は行政機関や法人からの援助を受けて立ち上がっているものがあることがうかがえた。

一方、宇野ら（2005）のピアカウンセラー養成はどのような経緯で立ち上げられたのかは不明であり、横澤ら（2006）は「ピアサポーター」という名称を用いているが、独自にピアカウンセラーを養成していることを報告している。横澤ら（2006）の養成した「ピアサポーター」はインターネットを利用した電子メールでの相談事業であり、ピアカウンセリング事業立ち上げへの援助主体の差異によるかどうかは不明であるが、渡辺・高村ら（2004）、久保田ら（2006）および白井ら（2006）の取り組みとは規模も形態も異なっていた。

### ②ピアカウンセラー養成プログラム

2003年の世界人口白書の中に、ピアエデュケーションが、思春期のセクシュアリティ／リプロダクティブヘルスに取り組む際の最も一般的なアプローチの一つになっているとの記述がある。ピアエデュケーションは十分な情報提供により意志決定ができるように対象となるグループメンバーに必要な知識と技能を提供することを目指しており、ピアカウンセラーにより実施される形態をとる。ピアカウンセラーはピアカウンセリングという個人を対象にした形態だけでなくグループを対

象にした保健分野に関する情報伝達の役割への期待も大きい。個人やグループの抱える多様なニーズに対応することができる知識と対象に応じたコミュニケーション技法を必要とするためピアカウンセラー養成のためにはグループへのある特定の保健分野に関する情報提供に必要な知識や伝達するための技能を習得するためのプログラムが必要である。

高村ら(2004)は平成14年・平成15年度厚生労働省科学研究においてピアカウンセラー養成のためのモデルとなるプログラム(カリキュラム)を開発し、ピアカウンセラー養成を行っている。高村ら(2004)のプログラムは主に看護や医療系の学生を対象としたピアカウンセラーの養成であることがうかがえる。高村ら(2004)の開発したカリキュラムを用いたピアカウンセラー養成プログラムは、白井ら(2006)の報告によるとピアカウンセリング理論10時間、ピアカウンセリング実習10時間、セクシュアリティ10時間の合計30時間の設定であることがわかる。具体的にはピアカウンセリングスキルとしてアクティブリスニング(積極的傾聴)スキルの修得や妊娠や出産、性感染症に対する知識を修得できるようにカリキュラムが組まれている。渡辺ら(2004)の報告からもほぼ同様のプログラムであり、期間としては3日間の集中プログラムである。

心理系の学生をピアカウンセラーとして養成しているプログラムとしては、中出(2002)が大学における友人同士の支え合いを目的とした「ピアサポーター養成プログラム」について紹介している。仲間同士の支え合い活動の名称は、ピアカウンセリングやピアサポートなどと呼ばれており、実施者をピアカウンセラーやピアサポーターというが定まっていない。中出は「ピアサポーター」という名称を用いているが、その養成プログラムの中で主眼が置かれているのはコミュニケーションスキルの修得である。中出(2002)は、実践のプロセスにおいて支援者側の自己効力の低さに気づき、自己効力を高めるためのプログラムを作成し、履修させるようにしている。自己効力とは、アルバ

ート・バンデューラ(1997)が提唱した概念で、セルフエフィカシーと呼ばれるが、似た意味合いをもつセルフエスティームとも混同されて用いられることが多い。自己効力は、バンデューラの社会的認知理論の中核となる概念であり、一般的に自己効力が低いと自己の行動に自信が持てないために様々な社会場面における意志伝達や自己決定などが上手くできない可能性があることが知られている。自己効力が低い場合は、他人を支えるための活動を実践するという役割をこなすことは難しい。ピアカウンセラーを希望する者が、自己効力が低い場合には高めるためのプログラムが重要な意味をもつと考える。

中出(2002)は、仲間同士で支え合うことの限界を支援者側に周知させることの必要性についてふれている。仲間同士で支え合える範囲は限界があり、限界を超えて支え合おうとすると支援者側の精神的負担が大きくなりすぎる。中出が養成している「ピアサポーター」は大学における友人同士が支え合うことを目的として養成されているため、小中高校生と違って相談内容が複雑になる可能性があり限界を生じやすいという。保健分野では、中高生といった若い世代の性感染症の罹患や人工妊娠中絶などの増加が指摘されており中高生の相談活動を実施する上でも、複雑な相談が持ち込まれることは必定である。支援する対象の学齢に関わりなく、限界があることをピアカウンセラーの養成プログラムで教育しておくことが重要だと考える。

### ③ピアカウンセリング実践報告

横澤ら(2006)は、電子メールによるピアサポートの実践およびその有効性について報告している。時間を気にせず相談を受け付け回答者も時間の余裕のある時に回答できるという点に着目し、インターネットを利用した電子メールによる相談活動は、現代の若者のライフスタイルに適した支援法であると考えられる。

渡辺ら(2004)はピアカウンセラー養成講座を受講したピアカウンセラーが実践を行ったかについ

て調査しているが、実際にピアカウンセリングやピアエデュケーションを実施したのは対象者の4割程度に過ぎなかった。実践できなかった者の理由として、時間不足や能力不足をあげていた。詳細な検討がないことから、時間不足や能力不足と感じた背景については明らかではない。ピアカウンセラー養成講座を受講し実践するには何らかの条件が揃う必要があることが推察できた。

宇野ら(2005)は中学生を対象にしたピアエデュケーションの実施報告をしている。ピアカウンセラーとして養成された大学院生に中学生をピアカウンセラーとして機能できるよう指導してもらい、中学生同士での性教育と教師主導で実施した性教育を比較し、意志伝達、避妊に関する知識、性感染症に対する知識の認識に差異があるかをみているが、教師主導も中学生同士であっても差異は認められていない。

保健分野におけるピアカウンセリングの取り組みは始まったばかりである。今後実践が増えるにつれて報告件数も増えることが予想されるが、未だ実践報告は少ない。ピアカウンセラーによるピアカウンセリングは、専門職であるカウンセラーが行うカウンセリングとは異なる。つまり、どこかにセッティングされた状況を作らなくても、身近な友人同士でも支援できるというのが特徴であるため、日常生活の身近な場面で実践可能であるともいえ、今後、あらゆる場面での実践が期待できる活動である。

#### ④ピアカウンセラー養成課程での学生の変化・成長

ピアカウンセリング活動を通してピアカウンセラーである学生は精神的にも成長することが推察できる。具体的な行動面の変容について中出(2003)はピアカウンセラー自身が「自発的になった」「メンバー全員人前で自分の意見を言うことが出来るようになった」「責任感が強くなった」などの意思伝達や自己決定ともいえるような能力の向上といったいわゆるライフスキル能力の獲得を自覚していることを報告している。ライフスキルとは日常生活で生じるさまざまな問題や要求に

対して、建設的かつ効果的に対処するために必要な能力であると世界保健機構(WHO)はライフスキル教育プログラム(1997)の中で定義している。青少年の健康増進のためにはライフスキルを形成させる取り組みが重要な鍵を握ると考える。ライフスキルには「意志決定」「問題解決」「創造的思考」「批判的思考」「効果的コミュニケーション」「対人関係スキル」「自己意識」「共感性」「情動への対処」「ストレスへの対処」がある。ライフスキルを効果的に獲得し、応用することが可能になれば自己の健康を害するような問題行動が抑制され、自己の健康増進のためのセルフコントロールができるようになることから、ライフスキル教育プログラム(1997)の中でライフスキルは自己効力とも深いつながりがあるとされている。

久保田ら(2006)は保健分野におけるピアカウンセリング養成講座の受講者而非受講者を比較して、受講者の変化を明らかにしている。そのうち受講者は、養成講座内容が有意義であると認識しているが、実際に意志伝達や自己決定ができるようになったとは認識できていなかった。中出(2003)のライフスキル能力の獲得が可能になったという報告は、ピアカウンセリング活動の実践を通して身に付いた能力であると考え、養成講座の受講が終了した段階では、ライフスキル能力の獲得までには至らないことが推察できた。

白井ら(2006)は、ピアカウンセラー養成講座を受講した大学生の自尊感情や性に対する態度を調査している。講座受講前後では受講後に自尊感情得点が有意に上昇し、性に対する態度では「責任性」が高くなっていることを報告しているものの、ピアカウンセラー養成講座修了直後の調査結果であり、日常生活において実際に自尊感情が高いことや、性に対する「責任性」の高さを認識できたかどうかは不明である。

### Ⅲ. 学生支援領域

大学学生支援領域におけるピアサポート活動のあり方には、(1)相談活動として、(2)修学支援として、(3)新入生支援として、の3つがあ

る。したがって、(1)、(2)、(3)のそれぞれについて、①ピアサポートの立ち上げ、②ピアサポートの養成プログラム、③実践報告、④養成後及び活動におけるピアサポーターの変化・成長に分けて概観する。

## (1)、学生相談活動として

学生相談活動としてのピアサポートは、広島大学での平成12年のピアサポートルームの開設、広島女学院大学での平成13年からのキャンパスサポーターの導入、北海道浅井学園大学での平成12年のピアサポートサークルのを立ち上げ、さらにこのサポーターを平成15年に学生相談室活動に導入、の3つがある。

### ① ピアサポートの立ち上げ

広島大学の内野(2003)は、ピアサポートルームの設置の背景には、キャンパスの移転にともない、郊外型キャンパスには活用できる社会資源が不足していたこと、学内の専門的な相談窓口は整備されてきているが、問題に応じてどこに相談にいけばよいかという活用ガイドに相当するものが未整備であったこと、日本においてもピアサポート活動を含めた「学生の積極的活用」に関心が高まっていたことをあげている。また、設置目的は、学生生活上の問題を抱えた学生に対し、カウンセリングの技法を用いて相手の問題を明確にした上で、その問題を解決するために適切な学内外の専門的な相談窓口に関する情報を提供し、有効かつ速やかな問題解決を促すこと、および長期的には、この活動を通して、学生同士が相互に積極的に助け合う学風を培うことをめざすことである。

ピアサポートルームが全学的な組織として設置されたことは、活動の存続と発展に大きな意義をもつと考える。

広島女学院大学の山下(2004)は、キャンパスサポートシステムを、学生相互の援助活動をより日常的な枠組みで捉えること、研修により積極的な意味合いを持たせ、活動のための準備教育であると同時にメンタル教育としても機能させること、学生の人格的成長と奉仕の精神を培うことをねら

いとして、教育の一環として位置づけている。学内における位置づけは、学生部に所属した公的な学内制度で、活動の企画・運営が起案者に一任されているところに活動の限界があるのではなかろうか。

北海道浅井学園大学の中出ら(2004)は、ピアサポート活動を学生自治会のサークル活動として位置づけ、「支援活動」と「教育活動」の2本の柱で活動を行っている。その一つの「支援活動」が平成15年度より設置された学生相談室で活用されている。近年の退学者や休学者の増加、コミュニケーションがうまくとれない学生が多くなっている現状をとらえ、学生間で支えあえるシステム作りの必要性を感じて取り入れたのがピアサポート活動である。

3つの大学でのピアサポート活動の立ち上げの背景はさまざまであるが、学生同士が日常的に助け合い支え合う大学環境づくりの必要性を感じている点は共通している。

### ② ピアサポートの養成プログラム

広島大学の内野(2003)は、ピアサポーターは自発的な応募によるもので、毎年10月から12月の土曜日午後一時から五時までに開催される養成セミナー基礎編全10講座20時間(「消費問題」「犯罪防止・被害者相談」「就職問題」「こころの健康」「身体障害学生の支援」等に関する講座)を受講し、さらに3月末3日間15時間のロールプレイングを中心にしたコミュニケーション・スキルの実習を受けて認定されると述べている。

ボランティアであるが認定の基準は厳しく、ピアサポーターの役割の重要性がうかがわれる。

広島女学院大学の山下(2004)は、キャンパスサポーターは、春休み前に学内掲示により「キャンパスサポート一週間体験プログラム」として参加希望者を募集し、春休みに半日間のオリエンテーションを行い、それに加えて夏期と冬期の年2回一泊研修会を実施する、と述べている。研修会のプログラムは、「大学生がかかりやすい心の病」「カウンセリングの基本(ロール・プレイを取り入れた実習)」「学内資源の利用の仕方の講義」

「コラージュ作製」等である。新入生のための相談活動に参加し、年2回の一泊研修会に参加した時点でキャンパスサポートの名簿に登録される。

北海道浅井学園大学の中出(2002)は、ピアサポーター養成プログラムは、福祉心理学科一年生の希望学生を対象とし、前期と後期の2回、一週間一回90分(9回)で行う、と述べている。前期のプログラムは、ピアサポートスキルトレーニングが中心であり、後期はピアサポート活動の限界の確認や、ピアサポーターの自己効力を高めるプログラムである。テキストを用い抄読会形式で行う学習会は、前期は「性」に関して、後期は「喫煙」「飲酒」「薬物乱用」「食事」「運動」のテーマをとりあげる。プログラムを終了した学生は、学生自治会サークルのピアサポートサークルメンバーとなる。

### ③ 実践活動

広島大学の内野(2003)によると、ピアサポートルームが図書館のマルチメディアフロアの一角に8室設けられ、午後の授業時間帯に週一コマ程度ルームに待機し、ピアサポーターは相談に対応している、と述べている。また、ルームには経験を積んだ大学院生がピアアドバイザーとして、専門的な立場から助言指導を行う臨床心理士やソーシャルワーカー(非常勤講師)が専門のアドバイザーとして、ピアサポーターのバックアップのために在室する。セミナーや施設・備品に関する事務的業務は、学生部学生課および就職課が担当する。相談の内容は、施設案内や履修についてなどの相談で情報提供をすることのみで解決するものから、深刻ないやがらせやトラブル、自殺の危険性もある精神的な悩みの相談で、情緒的サポートを行い、学生課や警察、専門カウンセラーの専門相談窓口へつなげることを図ったものまで様々である。活動の意義は、1、情緒的サポートの提供(日常的な対人関係のない相談役としての情緒的サポート)、2、情報の交通整理機能、3、専門相談窓口へのリエゾン機能、と述べている。ピアサポーターが学内の支援資源の一つになっていると考えられる。

しかし、一方ではピアサポート活動の問題点として、1、相談をうけることのたいへんさ(ほどよい心理的な距離をとることの難しさなど)、2、達成感の味わいにくさ・意欲の低下、3、ボランティアグループの凝集性を維持することの難しさ、4、ボランティア学生の心理的問題の顕在化、を挙げている。このような問題に対応するために、相談は匿名で受け、1対1の対応で一回完結とする。カウンセリング技法を用いて、情報の交通整理をし、学内外の専門相談機関などについて情報提供する。一回の相談は長くても30分程度とする。来談者がリピーターの場合、ピアサポーターの指名は認めないとしている。

学生が学生の相談にのることの危険性を考え、主な役割を情報提供に限定し、学生の相談の受け方には細かな配慮がされている。

広島女学院大学の山下(2004)によると、実践活動として新入生のための相談活動がある。入学式当日、キャンパス内にテントを張り、大型ポスターを貼った看板を立てかけ、臨時相談コーナーを開設し、入学制と保護者の相談や案内に対応する。相談内容は、履修科目に関する相談が多く、先輩としての体験を交えながら対応する。また、一泊研修会後の活動は、たとえば、キャンパスサポーターが留学生のチューターになり、半年間にわたって生活適応の支援をしたり、また、キャンパスサポーターが所属するクラブ活動の学生が、カウンセリングを受けにくいとか迷っている学生の話を受聴する経過を通して、カウンセリングルームにつながることできた等の活動が報告されている。活動は不定期であり、学内のボランティア活動であったり、友人関係やクラブ活動内での対人関係における支援であったりと、どのような形で活動するかは、キャンパスサポーターの意思に任されている。活動の意義として、1、参加学生の学内ボランティア活動への参加の高まり、2、友人関係やクラブ活動内での対人関係における支援活動、3、活動を通して、学内教職員に個人面接だけではなく学生相談活動の有効性を提案できた、と述べている。キャンパスサポーター専用の

部屋の確保ができなかったことが、キャンパスサポーターとしての所属意識を維持しにくくし、日常的に他の学生の援助をするという行為につながりがたい面があり、今後の課題として挙げられている。

北海道浅井学園大学の中出ら(2004)によると、活動としては、1、新入生オリエンテーションならびに入学3ヶ月目の新入生を対象に「友達の輪作り」の会を開催する、2、大学祭での健康度チェックや知識普及活動、3、高校生へ「性」に関しての出前講座、4、札幌市内の大学生に呼びかけての学習会(思春期学生フォーラム)の開催、を挙げている。学生相談室との連携による支援活動の実践事例はまだ少ないようである。活動の意義として、サポートする側もされる側もエンパワメントされるところで、学生自身に自信が付き、その後の人間関係作りをスムーズにしていることと述べている。

#### ④ 養成後および活動におけるピアサポーターの変化・成長

広島大学の内野(2003)は、1、ピアサポーターにとっての居場所機能(ピアサポートルームが研究室やサークルとは違うや安らぎの場)、2、コミュニケーションスキルの向上(傾聴技法の向上)、3、ピアサポーターの心理的発達の促進、を挙げている。ピアサポートの養成研修と活動は、ピアサポーター自身の心理学的成長が促進されていると考えられる。

広島女学院大学の山下(2004)は、キャンパスサポート活動が、学内ボランティア活動のそれぞれが単独で行われている現状をつなぐための中心的機能を果たすものとの期待を挙げて、学生の人格的成長と奉仕の精神を培うという教育的目標の達成への期待を述べている。また、ピアサポーター養成のための一泊研修会でのメンタルヘルス教育は、学生の精神保健の予防につながるという期待も述べている。しかし、今回はキャンパスサポーターの実態把握調査ができずに期待を述べるだけになっている。

北海道浅井学園大学の中出(2002)は、ピアサポ

ーター養成の意義について、学生自身が自己を知り、人間関係をうまくとれるスキルを身につけることができることだと述べている。特に、人の話が良く聞けるようになったり、自己理解が深まり、自分に自信が付きたり、相手のよい点を認めることができたり、相手のことが考えられるようになったり、まさに人間関係づくりの基本を身につけられたことの成果は大きいと述べている。

## (2)、修学支援として

修学支援としてのピアサポート活動の事例は、東北大学学生相談所のカウンセラーと工学部・工学研究科協働で修学支援に取り組んだ、TAによるピアサポート活動がある。

### ① ピアサポートの立ち上げ

東北大学の山中ら(2003)は、学生相談所における相談内容の中でも、例年、進路・修学に関するものがかなりの比率を占めており、学業に不安を抱えて来所する学生に出会うことが少なくなく、こうしたニーズに対して、学生相談所のスタッフが、平成12年度、工学部研究科大学院学生による工学部学生対象の修学・学習支援を実施するようになったと述べている。この活動は、学生相談所のカウンセラーが、困っている学生とピアサポーターのつなぎ役をしているということが特徴である。

### ② ピアサポーターの養成プログラム

ピアサポーターは工学部研究科のTA大学院生であり、特別な養成はない。TA大学院生は、4月から9月までの前期と、10月から3月までの後期を、それぞれ契約期間とし、TA修学アドバイザーとして活動する。TA修学アドバイザーは、5つの系からなっている各系より2名づつを工学部のほうで募ってもらう。

### ③ 実践報告

過年度学生や復学挑戦に不安を抱える学生で、履修計画、試験対策など補習以外の修学ピアサポートが適当な学生について、カウンセラーと援助を必要とする来談学生の面接の場に、カウンセラーの判断でふさわしいと思われるTA修学アドバ

イザーに入ってもらって、カウンセラーが「お見合い」の場の安全性を保障する中で実施する。また、TA修学アドバイザーによる補習を希望する工学部生が現れた場合は、学生相談所事務補佐員もしくはカウンセラーが、学生の所属する系、みてもらいたい科目、希望曜日、時間帯、修学状況について聞き取りを行う。その情報をもとに、名前は伏せて、その項目をE-mailを通して補習に対応することのできる院生を募る。担当が決まると、まずカウンセラーを通して学生と会うことが可能な日時を調節し、学生相談所でカウンセラー立会いのもとに学生と会うことになる。その後は、院生と学生の間で直接調節する。TA修学アドバイザーとの約束として、1、アドバイスを実施した日時を学生相談所に適宜報告すること、2、少しでもやりづらいつと思うことがあればすぐに学生相談所に連絡すること、としている。TA修学アドバイザーの意義は、ピアサポーターが自分の専門知識を生かして行うことができるため、特定のトレーニングに時間をかけることもなく実施しやすいこと、2、二次的に心理的サポート、対人スキルサポートとしての機能をもっていること（単位がとれず無気力になっていた学生が、やる気をもつきっかけになり表情が生き生きとした。TAとの出会いを通して、初めてキャンパスにおける人間関係を形成できた）、3、教官に比べれば敷居が低く、気軽に相談できる大学院生が就学・学習支援をすること、としている。

このピアサポートの特徴は、ピアサポーターと修学に困難を抱える学生との間に学生相談所のカウンセラーが入ることで、人間関係の調節の役割をして、支援を求める学生に安心感・安全感をもたせることができることだと考える。

### (3)、新入生支援として

新入生支援としてのピアサポート活動の事例は、平成15年に御茶の水女子大学教育学部でスタートしたピアサポートプログラムがある。

#### ① ピアサポートの立ち上げ

御茶の水女子大学の宮尾(2006)は、ピアサポ-

トプログラムのスタートの背景には、平成7年の教育学部の学科の再編(9学科から4学科制に)を行い、それによって科目の区分によって履修科目、履修単位が細かく規定されていたそれ以前に比べ、学生の選択度が大幅に増え、カリキュラムが複雑になったこと、また、大学科化により同じ科の上級生と下級生の同類意識を共有しにくくなったことを述べている。この学科再編とカリキュラム再編は、御茶の水女子大学がその規模の小ささを生かして歴史的に築いてきた、新入生への適応支援システムを機能不全に陥れることになった。このような背景のもと、平成14年、その当時の教育学部学部長の諮問により、新たな方法について検討することになり、そのときの目的としたのが、新入生がスムーズに大学生活に適應できるようにすることはもちろんのこと、従来の小学科体制で育まれていた、上級生と下級生の間の縦の人間関係のよさを別の形でいかせるようにという点も考慮した。

#### ② ピアサポートの養成プログラム

独自のプログラムは述べていないが、大きな示唆を受けたのが、米国ミシガン大学のインターンシップであり、もう一つ同大学留学生センターの活動及び留学生と日本人学生の交流活動であるTEAの活動を参考にしと述べている。二つの活動に共感した点は、支援を必要とする者に、支援を必要とする時に、支援を行うというコンセプトに基づいた活動であること、学生のボランティア意識をよりどころとし、同時にそれを育もうとするものである点が共通しており、支援される側にとっても有益であるだけでなく、支援する側の学生の人的成長も期待できることとしている。プログラムの実施に当たっては、当初の2年間はサポーターは自主参加(ポスターやホームページで募集)にしたが、新入生のサポーター申し込みに比べてサポーターの人数が不足した結果となり、平成17年からは、新入生は全員参加、サポーターは各学科で必要な人数をそろえることになった。学生のボランティア意識を育むという点が後退したことに寂しさを感じながらも、人数の

確保のためにはやむおえなかったようである。サポーターになった学生に対しては、3月末～4月初旬に一時間程度の説明会を開き、諸注意を行う。その際に特に強調するのは、プログラム趣旨が学習や学内での生活面における適応支援に限定されることであり、その他の問題で新生から悩みを打ち明けられた場合には絶対に一人で抱え込まないように指導している。あくまでもピアサポーターの役割を新生の生活支援に限定しており、メンタルな悩みをサポーターが抱え込むことのないよう配慮されている。

### ③ 実践活動

一人のサポーター（上級生）と数人の一年生がグループ（ピアサポートグループ）を作り、定期的に顔を合わせて、サポーターが新生の相談に乗ったり、生活・学習上のアドバイスを行う。ピアサポートグループの具体的な方法は、サポーターの判断にまかせ、目安として、五月の連休明けまでは、少なくとも週一回はグループの集まりを持つように指導している。多くは昼休みに、学生控え室や空き教室、学生会館などで、昼食をとりながら行うという方式をとっている。語らいを通じて新しい環境になじんでいく場として機能しているようである。サポーターには教員のアドバイザーがつき、必要に応じて、サポーターの相談を受ける。また、プログラムの運営統括にあたる運営委員会では、サポーターやアドバイザーからの相談に応ずるほか、一年生、サポーター、アドバイザーにレポートの提出を求め、それに基づき、プログラムの評価を行い、運営の改善を図っている。

### ④ プログラムにおけるピアサポーターの変化・成長

初年度のアンケート調査によると、サポーターは自分も大学に関する知識が得られたこと、新生の適応の力になれてよかったことを挙げている。また、新生は、ピアサポートグループの活動で大学生活に関する知識が得られたこと、上級生や他の新生、そして教員と親しくなったことを挙げている。サポーターと新生の両者に高い

評価を得て、平成16年度に予算措置がなされ、同年8月には全学ピアサポート連絡会議が行われて、全学的取り組みとなる。

なお、広島大学の内野(2006)は、学生相談活動としてのピアサポート活動の一環として、新生のためだけではないが、4月中は新生が多く利用する講義棟のロビーに相談ブースを設け、新生の相談を積極的に行っている、と述べている。

(1)、(2)、(3)の他にも、濱野(2001)は学生相談におけるピアサポートの可能性として、グループワークの活動を紹介している。自分の授業のレポートフィードバックを手伝ってくれた大学院生のなかの声から、レポートのテーマをもっと少人数で語れる場を作り、大学院生を中心に、教官が関与せず、女子学生同士だけで自由に話ができるグループを始めた。TA制度の活用が修学支援だけでなく、学生の生活や態度にかかわる学生らしさを養うというピアサポートの独自の方向性を示している。

大学学生支援領域におけるピアサポートの6つの事例を概観した。大学でのピアサポートには、ピアサポートの立ち上げの背景を反映していくつかの傾向がある。1、全学の活動としてピアサポートがあり、ピアサポーターの養成を進めている例、2、すでにある組織（サークル活動やTA制度等）を生かして学生のピアサポーター養成を行い、活動を行う例、3、希望者を募り、ピアサポーター養成を行い、特にピアサポートチームはつくらず、自主的な活動に任す例、が挙げられる。やはりピアサポート活動が大学で育つためには、大学内での管理職をはじめとする全学でのしっかりとした支えと、ピアサポーター養成やサポートチームの運営に携わるスタッフの存在が不可欠であると考えられる。

また、ピアサポート活動が、学生同士が積極的に助け合う風土をつくり、ピアサポーター自身にとっても、コミュニケーションスキルの向上をも

たらし、心理的発達や人格の成長を促す効果を示している。大学において、自らうまく人間関係をつくることができずに不適応を起こしている学生が増えているのが現状である。したがって、この課題を解決するためには、従来の個別の治療的な相談活動のほかに、大学教育活動の一環として、集団を対象にした予防的・開発的な指導・援助としての活動が重要となってきた（森川、2001）。その一つとしてピアサポート活動は大学支援活動において効果的な役割を果たすものとして考えられるであろう。

## 5. おわりに

以上、福祉、保健（性教育）、学生支援の領域に絞って、ピアサポートおよびピアカウンセリングの文献について概観してきた。「CiNii」および「医中誌WEB」上には、この他にも医療の領域や性教育以外の保健領域の文献も少なからず存在した。今回、テーマから外れるこれらの文献をここでは割愛していることを申し添えておく。ピアカウンセリングおよびピアサポートについては、各々の領域でまだ手探りの状態であり、これから諸領域が協働した取り組みへと発展していくものと期待される。

## 6. 文献リスト

### 福祉領域

- 1) 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
- 2) 広田和子 (2003) ピアサポート活動, ころの科学, No.108/3
- 3) 加藤真規子 (2004) 光る町へー精神障害者ピアサポートセンターこらーるたいとうの6年, 精神医療, No.35
- 4) 村上清 (2005) 「つどい」について～精神障害のある人々のエンパワーメント活動～, 長崎ウエスレヤン大学現代社会学部紀要, 3巻1号, 83-88
- 5) 谷口明広 (2005) 知的障害を持つ人たちのピアカウンセリング, さぼーと 日本知的障害者福祉協会, 52(9), 55-61
- 6) 佐藤潔 (2000) 知的障害者のリーダー養成, Aigo, 47(7) 42-49
- 7) 斉藤充宏 (2005) 通所リハビリテーションにおけるピア・カウンセリングとQOLの関係, 東北理学療法学, 第17号, 44-48
- 8) 斉藤とし子 (2006) ピアカウンセリングを基本にした支部活動, 公共研究, 2(4)
- 9) 柏倉秀克 (2005) 障害者地域生活支援センターにおける“ピア・サポート”に関する一考察, 社会福祉学, 第46巻第1号
- 10) 新藤幸恵, 大久保功子, 高田昌代, 井上三千代 (1998) 育児中の女性のピアサポートに関する研究(第1報)ーピアサポートの形成発展の要件とそのメカニズム, 日本助産学会誌, 11(2) 142-145
- 11) 高田昌代, 大久保功子, 井上三千代, 新藤幸恵 (1998) 育児中の女性のピアサポートに関する研究(第2報)ー市町村のピアサポート実施状況一, 日本助産学会誌, 11(2) 146-149
- 12) 原田正文, 福井聖子, 服部祥子 (2002) 現代日本における子育て支援方策に関する研究(第I報)ー関西地域における「子育てサークル」に関する統計的調査一, 大阪人間科学大学紀要, (1) 69-74

### 保健領域

- 13) 世界人口白書 (2003) 世界人口開発基金
- 14) 厚生労働省健康局疾病対策課報道発表資料「平成18年度H I V検査普及週間の実施について」<http://www.mhlw.go.jp/houdou/2006/05/h0529-1.html>
- 15) 「健やか親子21」公式ホームページ <http://rhino.yamanashi-med.ac.jp/sukoyaka/>
- 16) 高村寿子 (2001) : 女性の自己実現への支援, 保健婦雑誌57(2), 86-91
- 17) ピアカウンセリング・ピアエデュケーションのマニュアル作成及び効果的普及に関する研究 (2004) 平成14・15年度厚生労働省科学研究

(子ども過程総合研究事業) 報告書

- 18) 高村寿子編著 (1999) : 性の自己決定能力を育てるピアカウンセリング, 小学館
- 19) アルバート・バンデューラ (1997) 「激動社会の自己効力」, 金子書房
- 20) WHO編ライフスキル教育プログラム (1997) 大修館書店
- 21) 横澤直文, 井上孝代 (2006) : 思春期を対象とした電子メールによるピア・サポートの有効性の検討, 思春期学, 24 (2), 392-399
- 22) 中出佳操 (2002) : ピア・サポーター養成プログラムに関する一考察, 人間福祉研究, 5, 85-92
- 23) 中出佳操 (2003) : 大学生によるピア・サポート活動とその意義, 人間福祉研究, 6, 85-99
- 24) 久保田美雪, 渡邊典子, 小柳恭子, 河内浩美 (2006) : ピアカウンセリング養成講座に関する調査, 新潟青陵大学紀要, 6, 43-54
- 25) 宇野暢恵, 荒木田美香子, 戸川僚子 (2005) : 中学生を対象としたピアエデュケーションによる性教育の有効性の検討, 思春期学, 23 (3), 318-327
- 26) 渡辺純一, 堀内成子, 小陽美紀, 竹内千恵子, 片桐麻州美, 高村寿子 (2004) : ピアカウンセラー養成セミナー受講後フォローアップ評価, 思春期学, 22 (1), 167-174
- 27) 白井瑞子, 松原文子, 松本美弥, 高村寿子 (2006) : 思春期ピアカウンセラー養成講座を受講した大学生によるプロセス評価及び受講生の自尊感情と性に対する態度の関連, 香川大学看護学雑誌 10 (1), 51~63

#### 学生支援領域

- 28) 森川澄男 (2001) ピアサポート活動の実際—教師との連携をどうすすめるか— 臨床心理学, 1 (2), 160-16
- 29) 森川澄男 (2001) ピアサポートの広がり 現代のエスプリ (407), 177-185
- 30) 濱野清志 (2001) 学生相談におけるピア・サポートの可能性—グループワークの活動をはじめ

めて— 九州大学学生生活・修学相談室紀要、3、45

- 31) 児玉憲一 (2001) 学生ボランティアによる学生相談活動の試み—広島大学ピア・サポート・ルームのめざすもの— 大学と学生、(429)、53-59
- 22) 中出佳操 (2002) ピア・サポーター養成プログラムに関する一考察 (Ⅱ) 人間福祉研究、5、85-92
- 32) 内野悌司 (2003) 学生ボランティアによる学生相談活動の試み—広島大学ピア・サポート活動について— 大学と学生、(460)、40-46
- 33) 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
- 23) 中出佳操 (2003) 大学生によるピア・サポート活動とその意義 人間福祉研究、685-699
- 34) 山中 享・吉武清 ・池田忠義 (2003) T A による修学ピア・サポート — カウンセラーと工学部・工学研究科協働による修学支援の取り組み— 東北大学学生相談所紀要、29、1-7
- 35) 山下京子 (2004) 大学におけるキャンパス・サポーター・システムの導入に関する実践的研究、25、21-31
- 36) 中出佳操・今野礼子・青池美紀・河村道夫 (2004) 学生相談の現状とピア・サポート活動の活用に関する研究 北海道浅井学園大学部研究紀要 42、227-234
- 37) 宮尾 正樹 (2006) 学生同士で支援の輪をつなぐ—御茶の水女子大学文教育学部のピアサポート・プログラム— 大学と学生、(29)、42-47
- 38) 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

## SUMMARY

### Peer Support and Peer Counseling : A review of the literature

Yukiko OISHI , Kumiko KIDO  
Noriko HAYASHI, Tutomu INANAGA

Peer Support is a support system that utilizes the peer relationship. Usually counseling is done by a professional counselor who is educated in psycho therapy. However, in Peer Counseling the counselor is a peer of the person receiving counseling, one who stands in the same position or has the same disorder or the same experience as the person being counseled. There are two merits to using peer counseling at universities and colleges. First, it can help students who are having some problems in their campus life. Second, the peer counselors who volunteer to participate can experience some growth in themselves as well.

In this paper we reviewed selected recent articles on peer support or peer counseling in Japan in the fields of welfare, health and student counseling. These articles are reviewed from the following four points : 1) start and structure of peer counseling (peer support); 2)programs of peer counselor education; 3) reports of peer counseling practice; 4)maturing or changing of students in peer counselor training.