思春期ピアカウンセラーによるピアエデュケーション実施後のライフスキルの獲得に関する研究

Building life skills for high school students: effectiveness of an intervention by peer educators

木　戸　久美子（山口県立大学看護学部）
Kumiko KIDO,
林　　隆（山口県立大学看護学部）
Takashi HAYASI
藤　田　久　美（山口県立大学社会福祉学部）
Kumi FIJUTA

緒言

本邦では、思春期世代の高率な人工妊娠中絶実施[1]や性感染症罹患率の上昇[2]といった性行動に関する問題が深刻化してきている。思春期世代とは、WHOの定義では第二次性徴の発現から18～20歳くらいまでの若い世代のグループを指すが、この年代の性に関する問題は本邦以外の国々においても取り沙汰されており、国際的にも関心の高い事項である[3]。

本邦では思春期世代者を含む20歳未満者の人工妊娠中絶件数は、平成７年以降、連続して増加傾向にあったが、平成13年以降減少してきた[1]。20歳未満の人工妊娠中絶が減少傾向に転じた理由として、出産数がやや増加していることに関連があると思われるが、依然として高い性感染症罹患件数[2]は押さえられていないのが現状である。性感染症のうち、HPVは、子宮頸癌の原因であることが明らかになり、20歳未満者の子宮頸癌発症率の増加が指摘されている[4]。また、同様に不妊症の原因ともなっているクラミジア感染の拡大も指摘されている[5]。次世代を担う世代の性に関する健康は危機的状況であるともいえ、健康の維持増進は大変重要な課題である。

思春期世代の性行動に関する問題は、ライフスキルが身に付いていないことが一因であると言われる[6]。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、建設的にかつ効果的に対処するために必要な能力であると定義され、意志決定や効果的コミュニケーションなど社会生活をする上で必要となる10項目からなるスキルが含まれている[7]。思春期世代にライフスキルを獲得させることはHIV／AIDS等の第一次予防に有効であるとの認識が持たれ、ＷＨＯによって世界に発信されている[8]。

思春期世代の心理社会的特徴として、親や大人に対する反発が強くなる時期であることから、同世代者や同じ目線にある者からの指示の方が受け入れやすくなることが推測できる。同世代者や同じ目線にある者によるカウンセリング活動や集団教育による思春期保健対策への取り組みが効果的であると言われている[9]-[11]。これらは、思春期ピアカウンセリングおよび思春期ピアエデュケーションと呼ばれ、カウンセリング活動や集団教育を実践する者を思春期ピアカウンセラーと呼び、その多くは大学在学中の学生で、必要な対人援助技法や専門知識に関する講義を受講して実践活動を実施していることが多い[12]-[13]。

本邦における思春期世代の性行動に関する問題への対処は「健やか親子21」[3]に取り上げられたことで、各都道府県の公共団体が民間団体などと協力して思春期世代を対象としたピアカウンセリングやピアエデュケーション事業の取り組みを報

告している[14]。

本研究の仮説として、思春期世代の妊娠や性感染症罹患率の低下をねらった取り組みの一貫として思春期世代者を対象としてライフスキルトレーニングを意識的に取り込んだピアエデュケーションを実施することは思春期世代の性行動に関する問題解決に有効な手法だと思われた。ピアエデュケーション手法による性教育の有効性に関する文献はあるが、ピアカウンセラーによるライフスキルトレーニングの評価に関する文献はみあたらず、ピアエデュケーションによりライフスキルが向上するという客観的なデータが十分にあるとはいえない。また、実際には思春期世代ではない若者がピアカウンセラーとして活動することを思春期世代者はどのようにとらえているのかについて明らかにされていない。

本研究では、性行動に関する問題をとりあげた研究が思春期世代の中でも高校生を中心に取り挙げていることが多いことから、思春期にあり性成熟が増す時期でもある高校生を対象として、大学生による性に関する知識の習得とライフスキルの獲得を目指したピアエデュケーションを実施し、その効果について評価することを目的とした。

研究デザイン

大学生による性行動に関する問題をテーマにしたピアエデュケーションを受けた思春期世代者がピアエデュケーション後にライフスキルの向上がみられたかを、対象者のピアエデュケーション前後におけるライフスキルに関する能力の程度を評価し比較検討する前後比較研究である。

方法

1）対象

思春期のはじまりは第二次性徴の発現からであるが、アメリカ思春期医学会の定義では性毛や外性器が成人型に成熟するまでの時期にあたるのは思春期中期から思春期後期でこれはちょうど高校生の時期に相当する。高校生世代では性行動が活発化しやすくなることが報告されている[15]。大学生によるピアエデュケーションを実施した対象は一地方の人口10万未満の都市にある5カ所の高等学校に在学中の生徒である。本対象を選択した理由は、地域の依頼によりピアエデュケーションを開催することが決まっていたため、研究への協力依頼が容易であったためである。

本研究は、行政機関を中心として高等学校に対して大学生によるピアエデュケーション開催の案内をした結果、任意で参加した男女合計34人を対象とした。

2）方法

①評価方法と期間

本研究では、WHOの「WHOライフスキル教育プログラム」[16]を参考に、ライフスキルとして意志決定、効果的コミュニケーション、そして最も重要であると言われる自尊感情の3項目について評価する。受講前後のライフスキルに関する項目を含む自記式質問票を作成し、ピアエデュケーション実施前後の回答の比較から行動変容がみられるかを確認することにした。質問票の内容を表1に示す。

大学生による高校生を対象としたピアエデュケーションを2004年12月に1回実施した。ピアエデュケーションの内容と手法を表2に示す。ライフスキルを獲得するのに用いられる教育手法としてBandura17)の社会的学習理論に基づき、ピアエデュケーションへの対象者による主体的学習を促進する方法としてHIV／AIDSの既存知識について確認する場面でのグループワークではブレインストーミング手法を用い、「望まない性行為への対処法」についてはロールプレイ手法を用いて対象者のライフスキルトレーニングを実施した。

ライフスキルに関する行動変容を認識するにはピアエデュケーション受講直後よりも、日常生活の中で経験することが必要であると考え、ライフスキルに関する能力の程度を評価するため、ピアエデュケーション実施後1ヶ月後に、参加した高校生全員に高等学校の養護教諭を介して今回作成した自記式質問票を郵送し、2週間後に郵送法により自記式質問票の回収を行った。

表１　質問票の内容

Ｑ１　年齢
Ｑ２　学年
Ｑ３　性別
Ｑ４　今回のピアエデュケーションに参加した理由
Ｑ５　ピアカウンセリング参加後の自分自身の行動や意識の変化があったか（変化がみられた場合はその時期）
Ｑ６＊　ライフスキル
①自己決定
「あなたは日頃、何かを選択する場面で自己決定（自分の意志で決断をすること）できる方ですか」
②意志伝達
「あなたは日頃、自分の気持ち（人やモノなどに対して抱く肯定的感情や否定的感情などを含む）を相手に伝えることができる方ですか」
③自尊感情
「あなたは日頃、自分自身のことをどのように感じていますか」
Ｑ７＊　性に関する事項への関心
「あなたは日頃、性や生殖（性サイクル：例えば月経など・生殖器に関すること・妊娠・出産・中絶等について）に関する健康について意識していますか」
Ｑ８　今回のピアエデュケーションに参加してよかったか（およびその理由）
Ｑ９　「AIDS」という性行動や性意識に関するテーマを今回のような手法（世代の近い大学生による集団指導形態）で行ったことについてどのように感じたか（およびその理由）
Ｑ10　自らピアエデュケーションのような活動をしてみたいと思ったか

＊は受講前の自分の状態と受講後の自分の状態を回答してもらうように記載した
Ｑ４は選択肢を設定
Ｑ５は「変化があった」から「かわらない」までを３段階尺度で回答を求めた。時期は選択肢を設定
Ｑ８は「よかった」から「よくなかった」の３段階尺度で回答を求めた。理由は選択肢を設定
Ｑ９は「とてもよかった」から「ありきたりだった」までの５段階尺度で回答を求めた。理由は選択肢を設定
Ｑ10は「とてもやってみたい」から「全くやってみたくない」までを５段階尺度で回答を求めた。

表２　ピアエデュケーションの内容

項　目	内　容	手法
１．レクリエーション	グループ内での自己紹介 フォークダンス	グループワーク
２．エイズの感染経路についての理解を深める	ＡＩＤＳやＨＩＶの感染者のグラフ提示	全体
３．エイズの知識の確認	ＡＩＤＳについて知っている知識を話し合う	全体
	知識の共有・補足説明	グループワーク
	ＡＩＤＳ患者の手記の朗読	全体
４．感染予防①	コンドームの正しい装着法の練習	グループワーク
感染予防②（意志伝達能力･自己決定能力）	パートナーに「コンドームをつけて」と自分の意見を伝えるためにはどうすればよいかという場面の寸劇を見たあと、その方策について話し合いどのように相手に伝えればよいかを練習する	グループワーク
感染予防③（自己決定能力･自尊感情）	セックスをしないことが感染予防になることを考えてもらうために、高校生である現在の自分にとってセックスが必要かどうかグループワークを話し合い、自分の体を守ることの重要性を認識しあう	グループワーク
５．まとめ		全体

＊５～６人のグループに分かれて、１グループに１名の大学生が入り、ファシリテーター役となる

②倫理的配慮

質問票郵送に際し、研究の趣旨と本研究結果は個人が特定されることがないように数量的に処理する旨を記載した研究への同意依頼文を同封し、本研究に参加同意の得られる場合にのみ質問票を返送するように依頼した。

③分析方法

ライフスキルのうち、「意志決定」については、「あなたは日頃、何かを選択する場面で自己決定(自分の意志で決断をすること)できる方ですか」、「効果的コミュニケーション」については、「あなたは日頃、自分の気持ち（人やモノなどに対して抱く肯定的感情や否定的感情などを含む）を相手に伝えることがきる方ですか」、自尊感情については「あなたは日頃、自分自身のことをどのように感じていますか」という設問を設定し、自己決定能力および意志伝達能力については「できる」：5、「まあまあできる」：4、「どちらでもない」：3「あまりできない」を2、「できない」：1とし、自尊感情は、「とても価値のある存在である」：5、「まあまあ価値のある存在である」：4、「どちらでもない」：3、「あまり価値のある存在ではない」：2、「全く価値のある存在ではない」：1とした5段階リッカートスケールでピアエデュケーション受講前の自己評価と受講後の自己評価について別々に回答を求めた。得られた回答は統計解析ソフトSPSSver13.0を使用し分析した。ピアエデュケーション実施前後のライフスキルに関する得点を比較するためにノンパラメトリック法Wilcoxonの符号付順位和検定を行った。有意水準は5％とした。

結果

1．対象の属性

質問票は高校1年生から3年生までの男女27人から回収できた（回収率73.0%）。平均年齢は16.8（range:16-17）歳だった。男女の内訳は男性15人(55.6%)、女性12人(44.4%)だった。

ピアエデュケーションに参加した理由は「掲示や案内をみて自主的に参加したとの回答はなく、先生や学校から推薦されたからとの回答が23人(85.2%)、その他4人(14.8%)だった。

2．思春期ピアカウンセラーによるピアエデュケーションに対する高校生の意識

今回の活動に参加して「よかった」23人(85.2%)、「どちらでもない」3人(11.1%)、「よくなかった」1人(3.7%)だった。「よかった」理由については表3に示す。「よくなかった」との回答の理由は「コンドームの装着などが気持ち悪かった」という意見であった。

ピアエデュケーションという手法については、「とてもよかった」との回答が16人(59.3%)、「まあまあよかった」が9人(33.3%)、「どちらでもない」2人(7.2%)だった。よくなかったという否定的な回答はなかった。「とてもよかった」および「まあまあよかった」と回答した理由は重複回答で「世代の近い人から話を聞いたので身近な問題として感じた」との回答が20人(87.0%)、「同世代（友人）と一緒に話しができたので理解が深まっ

表3　参加してよかったと思った理由

友人が増えた	1（ 4.3）
今回の知識をもとに友人の相談にのれた	3（13.0）
ＡＩＤＳについてや性感染症予防の正しい知識がもてた	20（87.0）
自分の気持ちを伝えることの重要性を認識した	2（ 8.7）
人間尊重の重要性を認識した	10（43.5）
自分自身で行動を決定することの重要性を認識した	10（43.5）
ピアカウンセリングのことを知った	7（30.4）
その他	1（ 4.3）

＊上記の選択肢をもうけて複数回答可にて回答

た」との回答が5人(19.2%)だった。

３．ライフスキルの獲得

ピアエデュケーション受講後に自分の行動や意識に変化が生じたかとの設問に対して、ピアエデュケーション受講後に行動変容がみられたのは13名（48.1%）（図１）、行動変容の時期は「受講後すぐに」との回答が7名（53.8%）、「受講後１週間以内に」および「受講後１ヶ月くらいしてから」は各１人（7.6%）、「不明」は4人（31.0%）だった。受講前後のライフスキル評価点を比較した結果、「意志決定」（Z=-1.518，p=0.129）、「効果的コミュニケーション」（Z=-1.643，p=0.100）および「自尊感情」（Z=-1.000，p=0.317）は有意差を認めなかった。

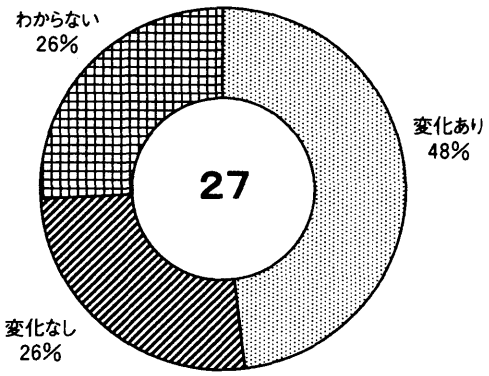

図1　ピアエデュケーション受講後の行動や意識の変化

ピアエデュケーション受講後に自分の行動や意識に変化が生じたかとの設問に対して、行動変容がみられた群（変化あり群）と行動変容がみられなかった群（変化なし群）の２群に分け、ピアエデュケーション受講前の各ライフスキルの評価点を比較した結果、「意志決定」（Z=-0.214，p=0.831）、「効果的コミュニケーション」（Z=-0.342，p=0.732）および「自尊感情」（Z=-1.140，p=0.254）は有意差を認めず、各ライフスキル得点の平均は変化あり群、変化なし群ともに3.0以上であった（図２）。

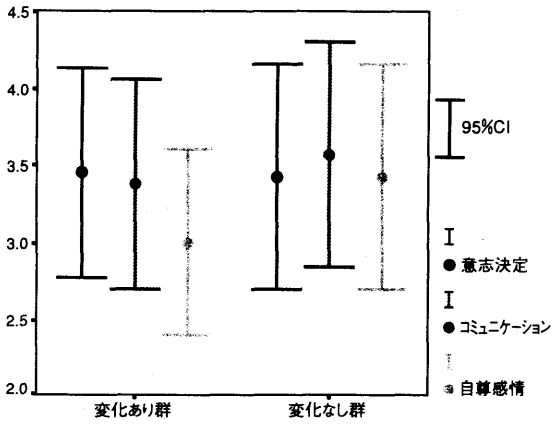

図2　受講前のライフスキル得点

４．性や生殖に関する健康についての意識

性や生殖に関する健康についての意識は、例示として「性サイクル（月経）や生殖器に関すること、妊娠、出産、中絶に関して」を挙げ、ピアエデュケーション受講後に性や生殖に関する健康についての意識の変化を検定した結果、有意差が認められ（Z=-2.714，p=0.007）、ピアエデュケーション受講後に得点が高くなっていた（図３）。

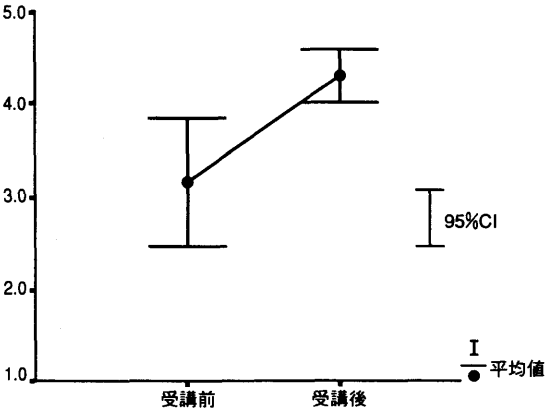

図3　性や生殖に関する健康についての意識

考察

１．ピアエデュケーションによるライフスキルの獲得に及ぼす影響

ライフスキルのうち、意志決定スキルを向上させることは、日常生活におけるあらゆる場面での決定を主体的かつ建設的に行うための助けにな

る。意志決定が上手くできるようになると、健康に関する行動をとる時に、思春期世代者が遭遇するさまざまな選択肢とその決定後にどのような結果が生じうるかを予測し、自分自身にとって最良となるような選択ができ、好ましい健康上の結果を得ることができる。また、効果的コミュニケーションスキルを向上させることは、言語的または非言語的に自分の意見や要望などを他者に受け入れられるように伝えることができ、自分自身にとって何が望ましい行動であるかの判別ができない時には第三者からアドバイスや助けを求められることができるために、自分自身の健康を自分で守ることが可能となる。このようなライフスキルの獲得により、自分自身に対する考え方が変化し、自尊感情を高めることができるようになる。こういったライフスキルを獲得することで早すぎる妊娠や性感染症罹患といった健康上のトラブルを招く問題を回避することが期待できる。

本研究結果では、大学生ピアカウンセラーによるピアエデュケーション受講後に、対象とした高校生に意志決定、効果的コミュニケーションに関する行動変容および自尊感情の向上といった変化は認められなかった。ライフスキルの獲得のためにブレインストーミングやロールプレイ手法を用いた。ライフスキルの獲得に関する教育プログラムは開発途上にあるが、ライフスキルの獲得には主体的学習参加が効果的であると言われる[16]。ライフスキルは受動的な学習で身に付くものではなく、主体的な学習により自らが経験することで獲得が容易になる。今回対象とした高校生は、自主的な参加ではなく、学校の教員の勧めによる参加がほとんどであったため、プログラムへの取り組み意欲が十分にあったとはいえない可能性も考えられる。対象者への主体的参加を促すには、対象となる高校生が自主的に学ぶ意欲を高めるような事前の情報提供などが重要であると思われた。また、ライフスキルは経験的なものにより獲得が容易となるものであることから、今回のように一回のみの講義の場合は、日常生活の中での具体的な取り組み例や、ライフスキルの獲得に対する自己認知を評価する方法を提示しておくことが重要なのではないかと思われた。望ましい行動を学習するには、望ましい行動を伴った場合の正の強化子が存在することも重要であると考えられることから、望ましい行動の結果もたらされた自分自身へのメリットを意識することなどもピアエデュケーションの中でふれる必要があった。さらに、思春期世代者にライフスキルを獲得させるためには日常的な継続性のある関わりが重要であると推察され、生徒同士の互助的な活動による継続性のある関わりについて検討することも必要かと思われた。

2．ピアエデュケーションによる性や生殖に関する健康についての意識

ピアエデュケーションへの参加後、対象者の8割以上が「よかった」と回答しており本企画の総合的評価が高いことが明らかになった。ピアエデュケーションという手法についても、「とてもよかった」や「まあまあよかった」と対象者の9割以上が回答しており、よくなかったという否定的な回答はなく、非常に評価が高かった。その理由として「世代の近い人から話を聞いたので身近な問題として感じた」との回答が8割を超えていたことから、思春期世代が持っている心理社会的特徴である親や大人よりも同世代者や同じ目線にある者からの指示の方が受け入れやすいということを証明した形になった。また、参加してよかった理由の中で最も多かったのが「AIDSについてや性感染症予防の正しい知識がもてた」との回答であったことから、思春期ピアカウンセラーによる性に関する正しい知識の伝達を含むピアエデュケーション手法は、思春期世代者への正しい性知識伝達には有用な手法である可能性が示唆された。若者同士による情報伝達は世代が近いということから芽生える連帯感を伴い、自分達には関係のない話題としてどこか人ごとのように感じていたAIDSに関する問題を身近な問題としてとらえ直すことが可能になった。

ピアエデュケーション受講後に性や生殖に関す

る健康についての意識に関する評価点が高くなっていた。また、ピアエデュケーションという手法がよかった理由の中に「同世代（友人）と一緒に話しができたので理解が深まった」との回答が約２割にみられた。普段は、性に関する話題を真面目に語る機会がなかった同世代者同士が、ロールプレイやブレーンストーミングなどを契機に、性行動に対するお互いの考えを恥ずかしがらずに自由に話し合うことで認知することができ、性や生殖に関する健康についての意識が深まったのではないかと思われた。

研究の限界と今後の課題

今回、行動変容が認められた変化あり群と認められなかった変化なし群でピアエデュケーションを受ける前のライススキル得点に有意差はなく、各群ともにもともとのライフスキル得点が低くはなかった。本研究対象がランダムサンプリングではなく、高校の教員の薦めに素直に従って参加した生徒であることが、本研究結果に影響を与えた可能性はある。本研究対象が一地方の一都市の高校生を対象としたことから、本研究結果を一般化することはできない。人口の多い都市における介入とその結果の検討が必要である。

ランダムサンプリングによる思春期ピアカウンセラーによるピアエデュケーションを実施しライフスキルの獲得についての評価をすると同時に、ピアカウンセラーによらない方法での集団教育実施後のライフスキル獲得の評価を行い、比較対照研究をすることで、思春期ピアカウンセラーによるピアエデュケーションがライフスキル獲得に有用かどうかを検討する必要がある。

また、日常的に生徒同士がライフスキルを獲得できるような相互の関わりをもつための提案をすること、ライフスキルの獲得について意識させるための自己評価方法の提示と望ましい行動をとった場合の強化子の設定が必要である。

結論

１．単発的な思春期ピアカウンセラーによるピアエデュケーションは対象者のライフスキル獲得には繋がらなかったが、性や生殖に関する健康についての意識は向上した。

２．ピアエデュケーションに参加して「よかった」との回答は23人(85.2%)と多く、企画の度総合的評価が高かった。

３．ピアエデュケーションという手法については、「とてもよかった」「まあまあよかった」との回答が25人(93.6%)と多く、評価が高かった。よかった理由は「世代の近い人から話を聞いたので身近な問題として感じた」との回答が20人(87.0%)と最も多かった。本研究は正しい性知識の伝達には世代の近い者同士によるピアエデュケーションという手法が有用である可能性を示唆した。

引用文献

1）厚生労働省大臣官房統計情報部：平成16年母体保護統計報告，http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/eisei/04-2/kekka5.html

2）世界人口開発基金：世界人口白書2004，http://www.unfpa.org

3）健やか親子２１，http://rhino.yamanashi-med.ac.jp/sukoyaka/

4）新甲さなえ，藤井恒夫，占部智，山本弥寿子，向井啓司，熊谷正俊，竹原和宏：若年者に対する子宮頸癌スクリーニングの必要性と問題点，産婦人科の実際，54(6)，973-977，2005.

5）南邦弘，野村靖宏，前田信彦，蛯名紀子，吉尾弘，熊本悦明：妊婦におけるクラミジア頸管炎の最近の傾向，日本性感染症学会誌 16(1)，52-56，2005.

6）川畑徹朗：思春期を生きる力の育成　ライフスキル教育が目指すもの，公衆衛生，63(7)，456-461，1999.

7）WHO編，川畑徹朗，西岡伸紀，高石昌弘，石川哲也監訳：WHOライフスキル教育プログラム，12-16，1997，東京，大修館書店.

8）WHO編，川畑徹朗，西岡伸紀，高石昌弘，石

川哲也監訳：WHOライフスキル教育プログラム，17，1997，東京，大修館書店.
9）横澤直文，井上孝代：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)，392-399，2006.
10）宇野暢恵，荒木田美香子，戸川僚子：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　9ヵ月後までの追跡調査，思春期学，23(3)，318-327，2005.
11）藏本美代子，平岡敦子，下見千恵，後藤幸子，住吉史子：ピアエデュケーションによる健康講座の実践的検証，思春期学，21(3)，302-309，2003.
12）久保田美雪，渡邊典子，小柳恭子，河内浩美：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，6，43-54，2006.
13）白井瑞子，松原文子，松本美弥，高村寿子：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)，51-63，2006.
14）猿橋薫：性教育に対する考え方と取り組み行政の立場から，産婦人科の世界，57(1)，43-47，2005.
15）村口喜代：今日の青少年の性をめぐる現状と問題，学校保健研究，47(Suppl)，125-128，2006.
16）WHO編，川畑徹朗，西岡伸紀，高石昌弘，石川哲也監訳：WHOライフスキル教育プログラム，22，1997，東京，大修館書店.
17）Albert Bandura著，本明 寛ほか訳：激動社会の中の自己効力，1997，東京，金子書房.

SUMMARY

Building life skills for high school students: effectiveness of an intervention by peer educators

There are many evidences supporting the lack of skills for living in the background of increasing artificial abortion and sex transmitted infection (STI) in adolescents of Japan.

World health organization (WHO) has been proposed that educational programs about skill for living are effect for preventing AIDS in teenagers. Especially peer education is strongly recommended foe useful and good for youths. However, there is no report about the effectiveness of peer education in acquiring skills for living.

The purpose of this study is to clarify the effectiveness of peer education about HIV/AIDS for acquiring the skill of living in high school students (i.e.: decision making, skill of communication, self esteem).

Participants consisted of 12 female and 15 male high school students aged from 16 to 17 years. Also, the peer educators were university students.

The results showed that 93.6% were positive answer for peer education technique. There was no statistically significant difference between pre and post peer education in the aspects of decision making, skill of communication, self esteem. There was significance in change of awareness about reproductive health rights (p=0.007).

We conclude that only one trial of peer education may be hard to get the skill for living.

Kumiko KIDO
Takashi HAYASI
Kumi FIJUTA