

ピア・サポート活動の動向と課題

ーピア・サポート活動におけるピア・トレーナーの活用を考えるー

ピアサポート活動プロジェクト委員会
筑波大学附属駒場中・高等学校
根本 節子・吉川 範子
筑波大学大学院
田崎 淑子

ピア・サポート活動の動向と課題

ーピア・サポート活動におけるピア・トレーナーの活用を考えるー

ピアサポート活動プロジェクト委員会
筑波大学附属駒場中・高等学校
根本 節子・吉川 範子
筑波大学大学院
田崎 淑子

要約

現在、いじめなどの学校教育が抱えている諸課題は、ピア・サポート・プログラムを取り入れることによって、一層効果的に解決することができることは、諸外国における先行研究で明らかにされている。特に、児童・生徒・学生の望ましい人間関係の育成、思いやりの心や相互扶助の精神の育成及びその実践力を育成する上で効果があることは、早期にピア・サポート活動を取り入れたカナダや米国、イギリス等で多くの実践や成果が報告されている。イギリスのサリー大学のヘレン・カウイ氏は、心理学と教育の領域では、精神的・情緒的・社会的な安定が、学業面の達成と同じくらい、彼らの健全な成長に不可欠なものであり、ピア・サポートの気風は、人々が彼らの課題を互いに共有し、彼らが学校で出会う、日常避けることのできない問題に問題解決アプローチで対処することを援助するために、ピア・サポートシステムがあることは、学校の校風を根本的に高めることができると述べている。ピア・サポート活動の必要性・重要性は世界各国で共通認識されつつあり、今後のピア・サポート活動の普及充実のために、本校の高校生によるピア・トレーナー活用についてまとめる。

キーワード： ピア・サポート ピア・トレーナー資格認定 高校生トレーナー

1 はじめに

本校では2000年に保健委員会活動の一環として「ピア・サポート活動」を始めた。ピア・サポート・プログラムを作り、年間14時間のトレーニングを実施しての活動は、日本では早い取り組みであり、高校における実践報告はまだ見当たらなかった。

ピア・サポート活動の基本は「人が人に支援する」ことだが、現在、Peer Support について Google で検索をすると140ページ、1300万件がヒットするそうである。Yahoo で「ピア・サポート」を検索すると71万件がヒットする。わずか数年でこれだけの数がヒットするということは、日本でも、ピア・サポート活動の意義が認められ、人々の関心が高まってきたといえる。

本校では筑波大学駒場論集に、ピア・サポート活動の実践報告や、ピア・サポート・プログラム、高校生によるピア・トレーナーのトレーニングについてまとめてきたが、今回はピア・サポート活動全般についてまとめる。

2 子どもの心を育てる教育活動

2.1 英国における子ども達の健全な心の育成のための教育改革からピア・サポート・プログラムの理論的背景

2006年8月19・20日に行われた日本ピア・サポート学会主催の国際シンポジウムでイギリスのサリー大学のヘレン・カウイ氏は、心理学と教育の領域では、精神的・情緒的・社会的な安定が、学業面の達成と同じくらい、彼らの健全な成長に不

不可欠のものであり、そのために現在英国で子ども達や若者に情緒的な健康と安定を育て増進するために開発され、実践されている、感情的知性（EI—こころの知性、気働き）の領域における、いくつかの革新的な試みを紹介している。カウイ氏ら（2004）は、なぜ、学校が児童生徒の情緒的な安定に関らなければならないか、という理由を以下にあげている。

- 心理社会的な問題の割合が高くなり、また多くの人々にみられるようになっていく。
- 精神健康面の問題をとりまく悪い評判は情緒的な問題への対処をより難しくしている。
- 教育面のストレス源は、若い人々にとって、ますます重要な要因となっている。
- 仲間関係は、人の心理的健康の重要な指標であり、彼らが将来果たす役割を予告する。
- 若い人々は、彼らが悩んでいるときに頼れる、思いやりのある人がいることが重要であると述べている。
- 今日の教師の役割は、多面的であり、変わりつつある。
- 学校が児童生徒の情緒的健康と安定を促進すれば、学習面の達成が高められる。

感情的知性（EI）の概念に関する先行研究は、1980年代後半に Salovey と Mayor が最初に行った。

（Mayor & Salovey ら、1997・1990）

彼らの感情的知性（EI）の定義は、知的な理解と同様に、情緒的な成長の概念を含んでいる。

感情的知性の5つの重要側面

- ① 感情の理解：自己理解の質は、子どもが自分の感情・思考・行動のつながりを理解する助けとなるような学校の教材を用いることにより高められる。
- ② 感情の統制：自分の感情をいつ、どのように使うかを理解するということと、他者が彼らの感情をいつ、どこで使うかを理解するのを助けることである。感情が適切になるようにコントロールすることは、自己認識の上に成り立つ能力であるとみなされている。子どもたちは、独り言を言ったり（Self-talk）、日記に自分の感情を書いたり、適当に休息したり、歌を歌ったり、読書や絵を描くなどの方法を用いることによって、子どもたちに感情の統制などの方法を教えることができる。

- ③ 自律的動機づけ：自己規制を用いて、欲求の充足を我慢したり、衝動をコントロールしたりすることや、自分自身のゴールを踏まえておくことや、それらをどう達成するかを学ぶことなどのような自己コントロールを行うことである。
- ④ 人間関係への対処：他人との人間関係をうまくやっていく能力があれば、人望や統率力や対人関係能力などが備わる。
- ⑤ 共感：他者の感情に気遣いながら、一方で彼らを援助できるに足るだけの距離を置くこと。子どもたちは傾聴やコミュニケーション技法、問題解決、ストレスマネジメント、および交渉の技法を学ぶことができる。彼らは攻撃的であったり受け身であったりすることよりも、自己主張することを学ぶことができる。共感は情緒面の自己認識のもとになるもう一つの能力であるとみられている。

Weare は、親や教育者には、子どもたち自身のことや彼らの人間関係に前向きに対処できるようになるために、彼らの感情や他者の感情に気づき、理解するのを援助する義務を持っているとした。彼女は社会的・情緒的な能力を教えるプログラムは、学習面での水準を高め、行動面でよりうまく仲間を受容するようにし、教職員への利点としては職場環境が向上し、より社会志向性のある市民を形成する点で、社会とより広いコミュニティへの利益をもたらしていると主張している。

Gardner(1993)の「マルチ能力（多重知性）」の研究は、個人的・感情的・社会的かつ人間関係面の知性が認知のプロセスを支えるだけではなく、本質的にそれらから分けることのできないものであることを示している。そのEIアプローチは、個人がより満足のいく人間関係を築く能力を高める手段として、また、悪い評判の、ある部外者の集団や傷つきやすい個人に対するより高い寛容さのために、好社会的な行動を高め、バランスのとれた見方をすることや共感することを促進したりできるような多くのプログラムを生み出している（例えば、Second Step セカンドステップ）。

そうしたプログラムの評価は、敵対的な属性や攻撃的な行動がどう軽減されているかによって示される（Grossman et al,1997）。セカンドステップを受けたことのある子どもは、好社会的な（社会に適した）ゴールを好むような傾向があり、対立の場面に

も乗り越えた成果に満足していることを報告し、そして行動面の態度も軽減され、(女子の間では)より協力的に行動するようになる傾向がある。他にも、より改良された方法があり、特に暴力の予防や軽減を目的として、情緒に着目している。他にも「サークルタイム」、ピア・サポート、対立解消と修復的演習がある。

Circle Time (サークルタイム)

サークルタイムは、毎週時間をとって、教師と児童が円になって座り、演習やゲームや討論に参加するものである。その方法が、若者に個人的な関心事を話し合ったり、大人や仲間との人間関係を深く考えたり、共同体意識をつけるためのものである。うまく運営されたサークルに生じた肯定的な雰囲気は、学校における暴力的な行動をうち消すということが明らかにされている(Robinson & Maines,1997)。サークルタイムは、多くの場合、高度に構造化されており、参加する子どもには何か決められた話題について誰にも邪魔されないで話すことができる、そして時には(その演習の補助になるような)道具・目標物をまわして話しやすくしたりすることもある。子どもの中で、参加したくないときは、「パス」というだけでよい。そうした構造は、静かな子どもたちが話す際に、安心できかつ生産的環境を提供しながら、無遠慮な子どもたちが、前の発言に衝動的に反応するのではなく、自分の番を待つのに役立つ(Cremin,2002)。サークルタイムはもともと小学校で発展したが(Mosley,1996) DawsonとMcNess(1998)は、中学・高校でも生徒たちやスタッフからのサークルタイムの効果に関する効果的なフィードバックを報告している。

ピア・サポート

ピア・サポートシステムは、友人たちが互いに自然に助け合うことを資源として成り立っており、積極的傾聴や、他者のものの見方に対する共感や、対人関係の問題に解決志向を用いることや、直接的な友達グループの外にいる他者を助けようとする気持ちなどを用いて、若者が彼らの人間関係力を、傷ついた仲間の支援に役だてる訓練をすることである。

英国の学校は過去10年間の間にピア・サポートシステムを発達させてきた(Cowie & Hutson, 2005)。

ピア・サポートシステムを導入することによって、

現在では若い人々の強さと資源が、学校や、家庭や、地域で、彼らや彼らの周囲の若者の生活を豊かにするのに役立っているのは、広く認められている。

学校内のピア・サポートは、いじめや友達関係の問題や勉強の難しさや、小学校から中学校への移行の難しさや、仲間との対立といった多様な問題を児童生徒自身が網羅する中に枠組みを作ると同様に、安心感と安全感を高めることを受け持っている。

ピア・サポートの気風は、人々が彼らの課題を互いに共有し、彼らが学校で出会う、日常避けることのできない問題に問題解決アプローチで対処することを援助するために、ピア・サポートシステムがあることは、学校の校風を根本的に高めることができる。

ピア・サポートが、教職員や児童生徒や仲間にとって、より良い行動や、より好ましい雰囲気や、より礼儀をわきまえ、かつ親しみのある人間関係といった学校生活の充実を提供することや、ピアサポーターにとっても、彼らの援助でつながっている児童生徒たちにとっても、自尊感情を高めることを学校は知っている。

ピア・サポートの強みは、それにかかわる若い人々が、役割を果たすように訓練をされたシステムが発展される際に、より創造的で自信がついてくるという新たな変化の過程に常にあるということである。

特に、ピア・サポートは若い人々が彼ら同士で援助しあえるように、若い人々に力をつけることである。

ピア・サポートシステムを実践している多くの教師は、たとえば彼らの効果を評価したり監視したりすることによって、ピアサポーターたちがその体制を管理するに当たり、積極的な役割を果たすように励ましている。

いじめの新しい形態(例えば、いじめっ子がメールで他の生徒を怖じ気づかせるメッセージを送った場面)を把握したり、(例えば、犠牲になっている仲間を援助するために、これらの新しいいじめの手口に関する情報を広めることなどによって)、そうした行為の撲滅のために新しい工夫をしたり、(例えば、カウンセリング的アプローチを、仲間になるというアプローチに変えるための、組織的な支援の評価を根拠にして)ピア・サポートの計画においての変更を行ったりする事で、実際、若い人々がピア・サポートを管理することは、変化のための重要なきっかけの役割をすることができるということが明らかになって

いる。

(Cowie,Naylor,Talamelli,Chauhan&Smith,2002)多くの教育関係者は、現在、ピアサポーターになる機会を、ルールを決める際に子どもや若者を含むための重要な経路であるとみており、また、ChildLine(チャイルドライン)のような、英国の主要な慈善事業によるいじめ反対の視点においても中心となっている。そうしたプログラムが評価されているところでは、学校の校風を高めたり、暴力の被害者を支援したりするにあたり、おおむね肯定的な反応である(Cowie.1998;Cowie et al,2002;Naylor&Cowie,1999;Smith&Watson,2004)。

Naylor,Cowie & del Rey (2001)は、ピア・サポート体制が確率されている学校では、児童生徒の人間関係全般の質がたかまることや、いじめられている児童生徒が、彼らと同じ立場の誰かに話をする傾向がたかまることを見いだしている。

Restorative Practice (修復的演習)

修復的演習は Restorative Justice (修復的司法)を応用しており、刑事裁判システムのより大きな話に端を発している。学校では、RP は挑戦的な行動や対立に建設的に関わりながら発展してきた。それは行動をコントロールするというよりも、情緒的なダメージを修復することに重きを置いている。そのアプローチは、本質的な方法で、加害者は罰を受けなければいけないとか、罰への恐怖心は問題を起こすものをコントロールするために必要であるといった意見に異を唱えている。RP は、関係修復に役立つ問いかけ、中立的な第3者による仲介、対立解消、被害者・加害者間の仲介、コミュニティ会議、問題解決サークル、修復会議などのような多様な形態をとる。RP は英国においては、1980年代から1990年代の平和教育を通して、対立解消の方法論に着目して現れた。より近年になってからは、地域での若者の暴力の増加への懸念が、教育と学校でのRP の発展を擁護する警察との間で、より安全な学校づくりのネットワークを築くことに導いた。

その要点は以下のとおりである;(子どもでも大人でも)2人の間におこる対立が彼ら自身に属しているということ、学校はその問題の主役がそれを解決するのを援助するように働くべきであること、目的は傷つきを修復し、当然とるべき責任を受け入れることであり、直接関与している誰もがその傷つきを修復するための方法に同意すること、そして誰から

も影響を受けない仲介者は、その個人を尊重しその状況に対応したり、関わった全ての人が自分の考えを聞いたり理解してもらい権利を強調するのに、決め手となる役割を果たせるということである。

RPの学校全体の気風への影響力は、RPが導入されていない学校と比べて、行動面でより好ましい傾向と公平で正しいコミュニティに肩入れする気持ちの強さを示している(Hopkins,2004)。加えて、いじめの割合が減少し、教師による介入を必要とするけんかの頻度が下がっている(Cremin,2002;Stacey,2000)。

2.2 米国の教育的背景

日本の教育は米国の教育を追従していると言われる。実際に1945年、第二次世界大戦の終了後米国の教育施策の影響を受けながら発展している。1947年には人権を尊重し、健全で個人的な人格の完成を目指すと言う教育基本法が制定された。その後、学校制度の改革と共に、ガイダンス(生活指導)やカウンセリング(教育相談)という新しい概念が持ち込まれた。この考え方は、大学や教育研究所を通し、教育相談という形で学校に広まったが、ガイダンスの考え方は日本では、生活指導という方向に発展していった。

米国でガイダンスとカウンセリングが登場したのは1920年代で、1930年代にはガイダンスを学校教育に取り入れようとする試みが始められた。そして米国でもガイダンスという言葉は、学校場面で、子どもたちに助言や情報を与える限りにおいて、学校関係職員はガイダンスの資格を持つ人間とみなして混乱したイメージで使われてきた。

1980年代の初め、ガイダンスカウンセラーの役割と機能が、多くの州において法律によって定義され明確にされた。そこではキャリア発達プログラムの作成、特別なニーズを持つ子の発見、怠学や不登校の指導、勉学面のカウンセリングなどのように、カウンセリングの機能が拡大したために、ガイダンスと言う職務名称は削られ、学校場面で働くカウンセラーの身分上の名称にはスクールカウンセラーという言葉が使われるようになった経緯がある。

日本においても、1980年代後半より、いじめや不登校などの問題行動に対して、臨床心理士によるスクールカウンセラー活用調査研究委託事業が開始され、現在では全ての中学校にスクールカウンセラーが配置されている。

また、1989年、ブッシュ大統領と全米州知事

会の「教育サミット」で、ナショナルスタンダード運動が始まった。このナショナルスタンダード運動とは、①70年代になって国民の学力低下がはっきりし、教育改革の必要性が認識されるようになった。②80年代に数学と理科の到達度の国際比較が行われ米国はふるわなかった。③学校は子どもたちの成績によって評価すべきとの考えが80年代に広まった。アカウンタビリティ運動である。④米国では少数民族の子弟の学業成績が改善しない限り公平は実現しない。⑤子ども達の期待の低さが成績下位群の不振の原因である。⑥80年代の国際的な経済競争の激化と先進テクノロジーの発展と職場のリストラは、高学歴者を有利にし、未熟練労働者をますます不利にする。⑦労働力人口の質が向上しなければ国家としての生産性と国際競争力は弱まる。⑧各教育段階の子ども達の学習の基準と評価がはっきりしていない。⑨学びを優先し知を磨く場所として学校を再構築すべきである。

このような背景の下に、クリントン大統領による「ゴールズ2000：エデュケイト米国法」でさらに発展し国民の支持を受けている。

1997年、米国スクールカウンセラー協会（ASCA）では、子どもの学力向上を目指すナショナルスタンダード運動の中で、子ども達の学力を高めて、社会のために力を尽くす生産的な人間を育てるために、学校におけるカウンセリングプログラムのナショナルスタンダードを作った。この教育プログラムでは、スクールカウンセラーの使命は、子ども達の学習を進歩向上させることにあり、学業的発達、キャリア発達、個人的・社会的発達を経験させることで、明確なスキルと学習のチャンスを与えることを目的としている。

現在米国では、落ちこぼれ防止法という新たな教育変革が行われているが、これは「子どもの成績が上がらないのは学校の責任ではないのか」との論理で、学校は教育の成果をデータベースで科学的に分析して証明しなければならなくなり、そのためのコンピュータープログラムもできている。

この落ちこぼれ防止法では、教育は何をしたかは問題ではなく、どれだけ教育効果があげられたかが問われ、すべての子どもの教育活動をデータベース化してその効果を証明するために莫大な労力を要求されている。

この落ちこぼれ防止法に対して、ASCAのナショナルモデルでは、すべての生徒が学業で成功する

ように支援するためには、発達理論、学習基準に基づく教育が必要であり、学業、キャリア、個の発達、社会性を実践するカリキュラムの実現であり、その支援の方法はパーソナル・プランニング、問題への対応、ガイダンスカリキュラム等であるとしている。

スクールカウンセリングプログラムで定義した技能と知識が、子どもたちに習得されたかを、測定できる形で実証できるとしており、ガイダンスやカウンセリングに携わる専門家の間では、教育の成果について結果を証明するためには、個々の生徒のデータをあらゆる角度から分析する必要があり、またそのことによって、学力の成果をあげるためには、子どもの情動に働きかけることが重要であることが証明されるとの期待がもたれている。

2.3 日本の教育的背景

日本では21世紀の教育目標として「生きる力」を提唱しているが、生きる力とはどのような知識と態度と技術を指すのかははっきりとしない。2005年10月には中教審答申「新しい時代の教育を創造する」では習得型の教育、探求型の教育が提言された。2006年2月の中教審中等教育分科会審議経過報告では人間力の向上、言葉と体験などが言われ、主体性・自立性、自己と他者の関係、個人と社会との関係などについて報告されるなど、まさにピア・サポート活動のめざす方向性が強調されている。

日本のスクールカウンセリングは、米国のカウンセリングの理論と実践から影響を受けているのにも関わらず、学校に不適應な子どもの個別対応を期待されており、プログラムとしてのスクールカウンセリングと言う考え方は理解されていない。

しかし、学校に教師以外のスクールカウンセラーや外部の相談員の導入など、教師以外の役割を担う人が入り、また、特別支援教育や栄養教育の推進のために専門的役割を担う教師が配置されたことは、米国におけるスクールカウンセリングプログラムを参考にして、専門的に養成された職員が、子ども達のスキルの習得を助けるカリキュラム、子ども達の達成すべき学習結果、プログラムを開発のための教材や資源などを行う好機と考える。

学校では、それぞれ個別の教育ニーズ査定を行い、日本の学校教育におけるナショナルスタンダード（学習指導要領）に基づいた学校独自の教育プログラムを開発・推進することが重要になるものと思われるが、その際にピア・サポート活動の取り組みは

大いに参考にできるものと考えている。

また、日本ピア・サポート学会会長の中野武房氏はピア・サポート研究の創刊号で「ピア・サポート活動は「仲間同士が互いに支え、助け合う関係が希薄になった負の面から注目され、育成・強化のためという現実がある。教育は子どもたちの現実をわきまえ、将来の明るい社会を担う青少年の望ましい人格の完成にある。その意味で、ピア・サポート活動は現在の教育のために欠かすことのできない実践であると同時に、指導する教師・大人自身にも必要な活動であると確信する」と述べている。

国立精神・神経センター精神保健研究所名誉所長の吉川武彦氏は近代工業化を押し進めてきた結果、何ごとにも「スピードを重視し」「生産性を重んじ」「管理を厳しく」「画一化を図る」ことによって大量生産の道を開いた。言い換えればこれらによって経済力がつき国民の生活も飛躍的に向上したのであるが、わが国の飛躍的な経済発展の背後に起こっていたのは「こころの育ちの危うさの広がり」であったとし、「スピード重視(S)」は「早くしなさい」に、「生産性奨励(S)」は「頑張りなさい」に、「管理強化(K)」は「しっかりしなさい」に、そして「画一化推進(K)」には「みんなと同じにしなさい」が見事に対置する。このS/S/K/Kはわが国を豊かにしたが、子どもたちを「早く」「頑張って」「しっかり」「みんなと同じに」育てようとしてきたのも私たちであった。この声かけが子どもたちの心の育ちを危うくしてきた元凶であったと指摘することもできると述べている。

早稲田大学教授の菅野純氏は「知的能力に比べて不当に扱われている社会的能力というものを、子どもにどういうふうに育てていくか」「子ども自身が元気をもって生きるための心のエネルギーを、子どもの心にどう働きかけるか」「人間のよさというものを体験しないで育ってくる子どもたちに対して、人間のよさをどういうふうに伝えていくか」これらのことを意識して教えていくことの必要性を説かれている。

3 ピア・サポート活動

3.1 ピア・サポート活動の必要性

ピア・サポートとは、若者たちがお互いに助け合うことができるように彼らをトレーニングすることである。学校におけるピア・サポートは、いじめ、友人関係のもつれ、学習のつまづき、生徒間の対立などの問題に対応する際に枠組みを生み出し、校内における安全や安心感を高めること

ができる。ピア・サポート文化は、人々が互いに問題を分かち合うことや、避けたい問題の解決アプローチを使うために、校内の雰囲気が変わる。

また、ピア・サポートはトレーニングによって創造性や自信を身につけていくなどの効果が確認されている。

これらのピア・サポートの観点は、国連子どもの権利に関する条約(国連、1991)の根底に流れる方針にも反映している。この条約の核は、子どもの基本的人権で、その中でも最近最も重要視されているのが、子どもの声を聞くことである。この精神に基づいて、英国では、政策ですべての子どもが、①健康で、②安全で、③楽しみ、目的を達成し、④積極的に貢献し、⑤経済的な幸福となるサポートを受けられるものとし、この原理を学校で実践できるように応援している。

ピア・サポートのシステムは学校によって様々であり、年齢によっても違うが、トレーニング方法は、カウンセリング、対立解消、メンタリング、ピアエデュケーション、傾聴スキル、アサーティブトレーニング、リーダーシップなどが学べるようなプログラムが用意されている。

ピア・サポートにおいて、ピア・サポーターはコミュニケーションスキルに長けている必要があり、他者の話を積極的に聴き、他者の困難に対して問題解決アプローチで対処しなければならず、そのために、基本的な傾聴スキル、社会的あるいは感情的な困難を抱える人への共感、人間関係の問題に対する解決アプローチ、快く援助的役割を担う姿勢が求められている。

最近では、テクノロジーの進歩によりインターネットやメールを使用した遠距離サポートも行われるようになった。

これらのピア・サポートシステムをコーディネートする教師は、その効果を評価したり、監督することを通してピア・サポーターたちが積極的に組織的にマネジメントできるように促し、新しい対処法を考案したり、運営方法を変えたりすることで効果を上げ、そのことが若者が重要な決定に積極的に関わろうとする姿勢を身につけさせるような管理運営を行う必要がある。

3.2 ピア・サポート活動の有効性

現在、いじめやドラッグなど学校教育が抱えている諸課題は、ピア・サポート・プログラムを取り入れることによって、一層効果的に解決することができることは諸外国における先行研究で明らかにされている。

特に、児童・生徒・学生の望ましい人間関係の育成、思いやりの心や相互扶助の精神の育成及びその実践力を育成する上で効果があることは、早期にピア・サポート活動を取り入れたカナダや米国、イギリス等で多く

の実践や成果が報告されている。

社会全体として希薄になってしまった人間関係は、忙しい毎日の中で、仲間との時間を共有することができず、どうやって人間関係をもてばいいのかわからなかったり、傷付くことを恐れて人と本音で接することに臆病になっているだけかもしれない。もしも、深く付き合っただけで関係が悪化したときに、その関係を修復する自信がないために、ますますお互いに深いかかわりを避けていることも考えられる。それでも多くの子どもたちは孤独を抱えながらも、やはり人と触れ合うことを求めている。

もし学校で人間関係の結び方を学ぶ機会を意識的に提供するならば、子どもたちはもっと気軽に人に関わり、人と関わる楽しさ、心地よさ、共同や協同を学び、やがては積極的に人間関係を結べる。

その一つの方法として、自己理解を深めたり、コミュニケーション能力を高めたり、ストレスをコントロールする方法を学んだり、サポートするためのスキルを身に付けたりすることを盛り込んだピア・サポート活動は大変有効である。

そして、仲間を援助する資質や能力を身に付けた生徒たちが、学校の中でその力を発揮できるならば、それによって助けられる生徒も出てくるし、そのことによって学校の抱える諸問題を解決する糸口になることもある。さらに、援助する側の生徒自身も、そのことで自信を付けたり、成長したりすることが期待できる。

現在、ピア・サポート活動の第一人者として世界で活躍中であるカナダのトレーナー・コール氏はピア・サポートが利用される組織や場所として、以下の6つの枠組みで捉えられるとしている。

- (1) 小・中・高校でのピア・サポート
- (2) 大学でのピア・サポート
- (3) 青少年活動でのピア・サポート
- (4) 成人のコミュニティでのピア・サポート
- (5) ビジネス・企業・組合でのピア・サポート
- (6) 国連・ユニセフなどの国際組織でのピア・サポート

言うなれば、ピア・サポートは誰かが、誰かを助けると言うシンプルな概念だが、その利用の仕方によっては、学校にいる子どもだけではなく、学校外の社会で、青少年、成人、老人、コミュニティ、企業、国際組織にも利用できるとしている。

(ア) 国連が子ども向けに発行したレポート

- 自己と他者を思いやる能力を発達させる。
- 批判的に考える能力を身につける。
- 他人と効果的なコミュニケーションが取れる。
- 自ら進んで生産学習に打ち込める。
- 変容する社会に対応できる。
- 母なる地球に対するコミットメント。

(イ) ピア・サポートの利点（個人）

- 自己理解・他者理解。
- コミュニケーション能力の向上。
- 自尊感情の向上。
- 問題解決能力の向上。
- 目下、弱者への意識喚起。

(ウ) ピア・サポートの利点（学校や教師にとって）

- 思いやりのある環境創出。
- いじめ問題・生徒問題への対処。
- 対立管理。
- チューター・アシスタント。
- いじめに「ノー」と言える友達の輪。

また、学校の大局的使命は、知識、責任、ソーシャルスキルを身につけさせ、健康的で思いやりのある、社会に貢献できる市民を育てることであり、生徒の社会的、情緒的適応度と学力達成度の間には切っても切れないつながりがあるとしている。これらのことからピア・サポート活動で身につけるスキルは将来にわたって利用できる重要なスキルであることがわかる。

3.3 委員会活動としてのピア・サポート活動

本校では、2000年より保健委員会活動としてピア・サポート活動に取り組んできた。保健委員会は中学・高校とも各クラス2名の保健委員で構成されている。本校のピア・サポート活動は保健委員の生徒には興味を持てる活動であり、毎年続けて保健委員に立候補する生徒も多い。そのために現在では、ピア・サポート活動の一環のトレーニングは、前年度までにピア・サポート活動を経験している高校生が、ピア・トレーナーとなって、ピア・サポートのプログラムを後輩に指導する方法を取り入れて実践している。

この方法は、ピア・トレーナーになった高校生にも、高校生のピア・トレーナーから指導を受けた中学生にも好評であり、効果が得られている。

本校でのピア・サポート活動は、プログラムの開始に当たり、カナダのトレーナー・コール氏より指導を受けて始めた。また、本校で実施してきたピア・サポート活動の内容やピア・サポート・プログラムは2000. 筑波大学駒場論集 40 集～2006. 筑波大学駒場論集 46 集で報告してきた。

3.4 高校生によるピア・トレーナー

日本ピア・サポート学会では、2006年よりピア・サポート活動の普及・充実のために、ピア・トレーナーの資格認定を始めた。この日本ピア・サポート学会のピア・トレーナー養成講座で提示している基礎知識と技能と、本校で実施しているピア・サポート活動のためのプログラムを比較検討し、本校における今後のピア・サポート活動を考察する。

(ア) 日本ピア・サポート学会発足の主旨

日本ピア・サポート学会の発足の趣旨は、わが国の社会の急激な変化が、子どもたちを蝕み、彼らを変化させたといわれる。核家族化・少子化・情報化などが子どもたちから遊びの機会を奪い、友達関係を通して学ぶコミュニケーション能力の質的低下をもたらし、自我の脆弱さ、対人関係能力の不足を増大させた。その結果が、不登校・いじめ・校内暴力を激増させた。諸外国をみても、スクールカウンセラーの業務内容が、従来の個人カウンセリングだけでなく、幅広い役割に変化している。特に子ども自身もつ潜在能力を有効に活用する『ピア・サポート活動』が注目されていることを背景に発足したとしている。

(イ) 日本ピアサポート学会におけるピア・トレーナー資格認定の主旨

日本ピア・サポート学会では、ピア・トレーナー資格認定の開始に当たり、その趣旨を学校教育が抱えている諸課題は、これまでの教育活動や学校教育相談にピア・サポート・プログラムを取り入れることによって一層効果的に解決することができるとしている。

特に、児童・生徒・学生の望ましい人間関係の育成、思いやりの心や相互扶助の精神の育成およびその実践力を育成する上で有効であるとしている。

その上で、日本の学校制度に取り入れやすいピア・サポートの概念や目的、方法論の構築に努め、その成果を実践的に普及させるために、ピア・トレーナーやピア・コーディネーターの資格を認定する

ものであるとしている。

(ウ) ピア・トレーナー資格認定の目的

ピア・サポート・プログラムにおけるキーパーソンとしての役割のとれる者をピア・トレーナーとして認定するとしている。

ピア・トレーナーは、学校等でピア・サポーターの養成を行うのに必要な知識と技能を有することとしている。そのためのピア・トレーナー養成講座では、ピア・サポート全体について理解し、実践する能力を求め、基本となる知識と技能を提示している。また、基礎資格としてカウンセリングに関する研修を24時間以上受講すること、ピア・サポートに関する研修を12時間以上受講すること、ピア・サポートに関する課題レポートを提出することとしている。

表1 日本ピア・サポート学会認定トレーナー養成講座と本校ピア・サポート・プログラムとの比較

駒場におけるピア・サポートプログラム	日本ピア・サポート学会トレーナー養成講座
ピア・サポートの意義と内容を知る	ピア・サポート概論
自己理解・他者理解	自己理解・他者理解・動機付け
積極的傾聴①	コミュニケーション・スキル
積極的傾聴②	問題の解決
危機対応	対立の解消
対立の解消	危機対応
問題の解決	プランニング
個人プランニング	マネージメント
フォローアップ	研究・評価

表1を比較する限りにおいて、本校のピア・サポート・プログラムは、日本ピア・サポート学会認定ピア・トレーナー養成講座の内容をほぼ網羅している。

現在本校で実施しているピア・サポート活動は、前年度までにピア・サポート・プログラムを経験している高校生がピア・トレーナーとなって、ピア・サポート活動開始前のトレーニングを行っている。

高校生によるピア・トレーナーによる指導はピア・サポート活動の一環として行っているものなので、カウンセリング等の研修が欠けているために日本ピア・サポート学会が示すピア・トレーナーの資

格認定要件は満たすことはできないが、高校生トレーナーの中には、中学生の頃より複数年にわたってピア・サポート・プログラムを経験している生徒がいるので、表1で比較する限りにおいて、本校の高校生によるピア・トレーナーは日本ピア・サポート学会が期待するピア・トレーナーの資格に準ずる知識と技能を有するものと考えている。

今後も教師の指導・管理の下に、本校のピア・サポート活動の普及のために、高校生によるピア・トレーナーを積極的に活用することを検討していきたいと考えている。

【参考文献】

1. 2000. 筑波大学駒場論集 40 集～2006. 筑波大学駒場論集 46 集
2. Facilitator Training Program
Trevor Cole & Davit Brown
3. Peer Counselling in Schools
学校でのピア・カウンセリング
Helen Cowie & Sonia Sharp 高橋通子訳
4. スクールカウンセリング スタンダード
C.キャンベル C.ダビア 中野良顕訳 図書文化
5. KIDS HELPING KIDS
(ピア・サポート実践マニュアル)
Trevor Cole 川島書店
6. Peer Support in Canada 2006
日本ピアサポート学会海外研修報告書
7. Peer Support in Canada 2004 2005
日本ピアサポート学会海外研修報告書
8. Peer Support in London 2003
日本ピアサポート研究会海外研修報告書