

## ピア・サポート・トレーナー養成講座の発展

### ピア・サポート・トレーナー養成講座の発展

#### —2年目の取り組みと今後の課題—

橋本優花里・川人潤子・山崎理央・青野篤子  
(心理学科)

初年次教育の一環として始まった福山大学のピア・サポート・プログラムは、その10年間の取り組みの中で、学生が主体的にピア・サポートを実践するための、ピア・サポート・トレーナー養成講座の開講に発展した(青野・橋本・山崎、2013)。本稿では、2年目を迎えるピア・サポート・トレーナー養成講座の活動内容を紹介し、今年度新たに学生が主体的に取り組んでいるピア・サポート・ルームへの発展を概観しながら、講座継続のための課題について検討する。

【キーワード：ピア・サポート、ピア・サポート・トレーナー、ピア・サポート・ルーム】

福山大学人間文化学部心理学科のピア・サポート・プログラムは、10年前の学科設立時から行われており、当初は、教員による初年次教育として、ピア・サポートのためのスキル獲得訓練から始まった。その後、この取り組みは、教員の指導から上級生である2年生の主導によって行われる形へと一部変化し、訓練という側面に加え、上級生というピアによるサポート活動という2つの側面を生み出すことになった。さらには学外の要請に基づいて、発達心理学や教育心理学を専門とするゼミの学生がピア・サポート・トレーナーとなり、学外の中学校や高校でピア・サポート訓練を担う形も派生した。そして、2012年度には、学科全体の持続可能な制度として「ピア・サポート・トレーナー養成講座」が開設され、1年間かけて最初のトレーナーが養成された結果、3月には16人が第1期トレーナーとして認定された。ここで言うピア・サポート訓練とは、組織全体にピア・サポートのスキルを身に付けるための指導を含めた取り組みであり、ピア・サポート活動とは、仲間同士の支え合いを基盤とした取り組みを指す。なお、福山大学におけるピア・サポートに関する取り組みの詳細な経過については、青野・橋本・山崎(2013)に紹介されている。

今年度は、現在育ちつつある学生たちの可能性をさらに伸展させるため、第2期のトレーナーの養成に加え(以下、ジュニアとする)、今年度トレーナーの認定を受けた者をリーダーとして迎えた(以下、シニアとする)。そして、学内外のピア・サポート訓練に両方のトレーナーが一緒に臨むことで、両者の縦のつながりが育まれている。また、今年度は、ジュニアとシニアの有志による自発的な提案から、トレーナーとトレーナー以外の心理学科生との間に有機的な横のつながりを育てることを目標した取り組みが模索されている。このような傾向は、昨年度までの種々のピア・サポートのプログラムには見られなかった傾向であり、本学科のピア・サポートに関する取り組みが新たな段階を迎えたともいえる。

ピア・サポートに関する種々の取り組みは、かつて、小中学校の枠組みの中で仲間づくり

の一環として取り入れられてきたが、近年では、大学においても学生生活を支援する一つの手段として、広く取り入れられてきている（橋本、2012）。しかしながら、小貫・森・泉谷・川島（2012）が指摘するように、その実態や効果の実証は未だ明確ではなく、また、その運営についても各組織において手さぐりの状況が続いている。2年目の本講座も例外ではなく、効果の実証や教員と学生の関わり方などの昨年度からの課題に加え（青野ら、2013）、ジュニアの応募の低迷や、学生の主体的なピア・サポート活動の定着のしにくさなどの課題を抱えている。本稿では、今年度前期までのピア・サポート・トレーナー養成講座の学内外での活動を概観したうえで、学生の成長と変化に焦点をあてつつ、本講座継続のための今後の課題について検討したい。

## 2年目を迎えた養成講座の実施状況

2年目を迎えた今年度の養成講座では、昨年度と同様に、事前学習としての春休み研修、トレーナーとしての訓練である学内外でのプログラム実施、事後学習としての夏休み合宿を終えている。昨年度からの大きな違いは、先述の通り、昨年度参加したトレーナーの有志がシニアとして、今年度参加のトレーナーと共に活動していることである。このことにより、シニアの昨年度の経験が今年度のトレーナーに引き継がれている。

### 1 学内での活動状況

学内では、昨年度に引き続き、人間文化学部新入生合宿オリエンテーションと心理学科教養ゼミにおいて活動を実施した。教養ゼミの活動については、青野ら（2013）の報告と同様の内容であることから、ここでは新入生オリエンテーション合宿の内容を中心に報告する。

#### 1) 新入生オリエンテーションピア・サポート訓練

福山大学人間文化学部では、学科開設時より新入生を対象に、入学時4月初旬に1泊2日の合宿を行っている。合宿の目的として、履修指導および新入生の関係づくりがあげられる。2013年度には、ピア・サポーター養成講座の3年生および4年生のピア・サポーターが同行し、新入生の関係作りのために、様々なレクリエーション活動の計画および当日の運営をおこなった。

**事前の準備** 4月2日に第1回目の打ち合わせを行い、合宿でのピア・サポートの目標およびプログラムの内容を構成した。4月3日に第2回目の打ち合わせとして、各プログラムの資料およびタイムスケジュールを作成した。その際に、各回担当者を決定した。最終打ち合わせとして、4月4日に集まり、リハーサルおよびタイムスケジュールの最終確認を行った。

**プログラムの内容** プログラムの期間、場所、参加者等の概要は表1に示した。

ピア・サポート・トレーナー養成講座の発展

表1 本学の2013年新入生合宿でのピア・サポート訓練の実施概要

概要	
期間	2013年4月5日、6日の1泊2日。
場所	尾道ふれあいの里。
参加者	福山大学人間文化学部1年生41名（男性23名、女性18名）うち留学生4名（男性3名、女性1名）。
トレーナー	ジュニア5名（3年生2名、4年生3名）、シニア6名（4年生6名）の計11名。ジュニアがリーダーとなり、シニアはジュニアのサポートを行った。
目的	2日間のプログラムを通して、新入生が複数名の同級生および上級生であるサポーターとコミュニケーションを図れることを目標とした。

プログラムは、菱田（2002）、今村（2009）、滝（2004）を参考に、ピア・サポーターが議論を重ね考案した。プログラムのテーマと内容を表2に示す。

表2 新入生合宿のプログラムのテーマと内容

実施日時	テーマ	内容
1日目夕方	協力して問題解決	地図ゲーム（グループで協力して大学構内の地図を完成させる） 自己紹介ゲーム
1日目夜	活発なコミュニケーション	魚雷ゲーム（グループで協力して隠された得点を探す） イラスト伝言ゲーム（出題された課題のイラストを描き、リレー形式で伝言する）
2日目午前	チームで議論	言葉集めゲーム（出題された課題に該当する言葉を書き出す） 魚雷ゲーム・イラスト伝言ゲーム or ドッジボール

**新入生の振り返り** 活動実施後の新入生のアンケート結果では、「Q. 最も楽しかった活動は何か」への回答は「イラスト伝言ゲーム」24名（59%）、「地図ゲーム」8名（20%）、「自己紹介ゲーム」3名（7%）、その他のゲーム6名（15%）であった。「イラスト伝言ゲーム」は、相手の発した視覚情報をくみ取り、別の他者に伝えるというコミュニケーションの受信・送信を行うゲームである。このゲームは、小学生を対象としたピア・サポート活動でも取り入れられており（三宅、2007）、日本語でのコミュニケーションに不安を抱える留学生にとっても、他者との相互コミュニケーションを体感しやすい活動であったと考えられる。

また、「Q. どのような人と関わることができたか」への回答では、「いろいろな人と話せ

た」、「話したことがない人と話せた」、「男子／女子全員と話せた、男女問わず仲良くできた」等、複数の同級生と交流できたという感想が複数あった。一方で、「同じ教養ゼミ／部屋の人とは話せた」という回答もいくつかあり、物理的な距離によって、コミュニケーションの範囲が特定される傾向もあった。また、日本人学生と留学生の交流に関しては、「日本人／留学生と交流ができた」等のコメントがあり、異文化交流の機会が持てたことが記されていた。

最後に、「Q. 合宿を通しての感想や意見」については、「大学生活での不安が軽減した」、「最初は合宿への参加が不安だったが、馴染めてよかった」のように、今回の合宿が新入時の不安をいくらか軽減していたことが報告された。

**トレーナーとして参加した大学生の振り返り** 新入生合宿に向けた活動準備は、春季休業期間の3日間であった。そのため、課題として、準備不足を挙げるトレーナーが多かった。次期トレーナーの募集が遅れた背景もあり、準備のための期間設定が不十分となった。今後は、トレーナー募集を2月には行い、準備期間を前もって設定する必要もあろう。しかしながら、活動準備を通して、トレーナー同士が議論・協同することにより、関係性が変化するという感想が報告されている。これまで親しみの薄かった3年生と4年生の関わりが増え、日常生活でも挨拶をかわすほどの関係が構築された。困難な作業を協力してこなすことにより、サポーター間にもピア・サポート精神の萌芽を感じることができたのではないだろうか。

合宿を終え、新入生は教養ゼミという初年次教育の一環であるゼミに配属される。教養ゼミでも、上級生主導でのピア・サポート訓練が続く。プログラムの内容に関しては、青野ら(2013)を参照いただきたい。

## 2 学外での活動状況

### 1) A 高等学校学習合宿におけるピア・サポート訓練

**経緯** A校は広島県B市の山間にある高等学校で、1学年が約50名程度での小規模校である。連携型中高一貫高校であるため大半が連携中学校から入学してくるが、それ以外からの入学生もいることから、高校としては人間関係の再構築が大きな課題となっていた。その一助としてピア・サポート活動を取り入れたいとの希望があり、2010年度より心理学科の学生がファシリテーターとして参加している(青野・田原・皿谷・中村、2012)。心理学科が学科認定のピア・サポート・トレーナー養成講座を開始してからは、その一環として位置づけ、大学生がプログラムの立案や実施により主体的にかかわるように配慮して継続して学生を派遣している(青野ら、2013)。今年度は、ピア・サポート・トレーナー養成講座受講者のうち5名と昨年度の経験者である研究生1名がトレーナー研修生として参加した。

**事前の準備** 4月1日に第1回目の打ち合わせを行った。昨年度のメンバーからの引き継ぎを受け、今年度の実施内容の大枠を決めた。4月3日に第2回目の打ち合わせをし、プログラムの改善点などを話し合っって原案を決定し、リハーサルを行った。その際、養成講座受

## ピア・サポート・トレーナー養成講座の発展

講師の数名に高校生役として参加してもらい、改善点について意見を出してもらった。4月4日に第3回目の打ち合わせを行い、プログラムを確定した。また、プログラムで使用する材料と配布資料を作成した。4月11日に、第4回目の打ち合わせを行い、最終リハーサルを行った。また、4月12日にA高校に出向き、実施内容について説明を行った。

**プログラムの内容** プログラムの期間、場所、参加者等の概要は表3に示した。

表3 A高等学校のピア・サポート訓練プログラムの実施概要

概要	
期間	2013年4月21日~22日のうちの3つのセッション（各90分）によるピア・サポート訓練。
場所	福山少年自然の家。
参加者	A高校1年生54名（女子26名、男子28名）
トレーナー	ジュニア2名、シニア3名、昨年度ファシリテーターとして参加した研究生1名。ピア・サポート・トレーナー養成講座の一環であることに配慮し、3年生がリーダーとなり、4年生・大学院生が補佐するようにした。
目的	入学して間もない高校1年生が、他地域から来た生徒も含め、新たな気持ちでお互いに知り合い、同じ学校で学ぶ仲間として、また友人として新しい人間関係の構築ができるように支援する。そのために、自己開示とフィードバック、グループ内のコミュニケーションが促進されるような実習やゲームを行うこととした。

**セッション1** 選択を迫られての自己発見（1日目の午後90分） **ねらい** ふだんあまり話をしたことがないクラスメートとも出会ってみることを通して自己開示と他者理解を深める。人前で話すことや友だちの話に耳を傾けることも経験を通して学ぶ。 **概要** 4枚のカードに書かれたことばの中から自分にもっともよく合うことばを選び、そのコーナーに移動し、集まったメンバーで、そのことばを選んだ理由やお互いにどのように見えるかを話し合う。これを何回か繰り返す。自分の性格にあてはまることば、自分の嫌いな教科、自分が好きな人の性格、デートの場所が書かれていた。4つの選択が終わったら、グループ担当のトレーナーがグループの意見を紹介し、その後各自で振り返りを書いてもらい、それをもとに全体に分ち合いを行った。 **高校生の振り返り** ふだん話せない人と話すことができた、ふだん話すことがないことを話せた、お互いの違い点があることに気付いた、男女関係なく話さることができた、などのポジティブな意見が多く見られたが、ずっと同じ場所にいる人がいたという指摘もあった。

**セッション2** リクリエーション（1日目の夕食後90分） **ねらい** 学習合宿の緊張をほぐ

すために、リラックスできるようなゲーム感覚でできるプログラムを実施した。**概要** インディアン・ポーカーとフルーツ・バスケットを実施した。

**セッション3 無人島脱出ゲーム (2日目の午前90分) ねらい** グループでの話し合いを十分に行ったらうでグループとしての結論を出す課題である。メンバーが積極的に話し合いに参加することや少数意見も大事にすることが期待される。**概要** 無人島から脱出するために必要なものを脱出用グッズのカード集から3つ選ぶという課題である。カードには、ナイフ、ライター、釣り用品、コンパス、図鑑、大きめの布、家族の写真、なべ、薬など、15種類のもが記載してある。7つのグループに分かれて30分程度話し合いをしてもらった。その後、グループごとに発表してもらい、全体での分かち合いを行った。**高校生の振り返り** それぞれ考え方が違う、生きることの大変さを知った、意見をまとめることは難しい、深く考えることができた、話し合いができて楽しかったなど、肯定的な感想が多くみられた。しかし、少数ではあるが、少し難しかった、眠かったという消極的な意見もあった。

**トレーナーとして参加した大学生の振り返りから** 高校生のなかには積極的に参加してくれる人もいれば、そうでない人もおり、自発的に発言しない人や参加意欲が見られない人にどのように働きかけたらよいか困った。あるいは、おとなしい高校生により積極的に参加させるためのノウハウを知っておくべきだったという感想が見られた。また、高校生の思春期的特性からか、自分たち大学生や大学院生に反発を抱いている人もいるように感じられたという感想もあった。グループをまとめ全体を動かしていくことの難しさを感じたようだ。さらに、プログラムの説明や実施が難しいものがあり、トレーナー全員が対等に参加し、内容のすべてを理解して臨むべきだったという反省も見られた。

## 2) C高等学校の新入生集団宿泊訓練でのピア・サポート訓練

**経緯** C校は広島県B市内にある一学年300名規模の高等学校で、福山大学との高大連携校でもある。高校では生徒たちが入学後に人間関係を上手に築いていくために、人間関係づくりや他者配慮について学ぶ機会を模索しており、新入生対象の合宿研修のなかにそのような学習プログラムを設けることになったC高校から、福山大学心理学科への協力要請があった。心理学科ではこれをピア・サポート・トレーナー養成講座の活動の一環とし、トレーナーが高校側と連携をとりながら、プログラムの立案から実施までを主体的にすすめる形で取り組むこととした(青野ら、2013)。1回目の昨年度に続き今年度も高校より依頼をいただき、今回が2回目の活動となった。なお、この合宿は新入生が充実した高校生活を送るための研修を目的としており、身体を使った集団訓練や学習方法の研修、進路に関する指導などが3日間の日程に組み込まれている。今回のピア・サポート活動は、そのなかの「ソーシャル・スキル・トレーニング」の枠を用いて行われた。

**事前の準備** 4月1日に第1回目の打ち合わせを行い、昨年度に出向いたメンバーも含め

## ピア・サポート・トレーナー養成講座の発展

たシニア・ジュニアのメンバーたちが合同でプログラム内容を検討した。その後、シニアの代表が高校に出向くなどして、高校側と具体的な実施計画について打ち合わせを重ねた。

**プログラムの内容** プログラムの期間、場所、参加者等の概要は表4に示した。

メンバー全員が全生徒の前に並んで挨拶・自己紹介をしたのち、プログラム内容の説明を行った。生徒たちは各クラスともそれぞれ10名程度ずつの4グループに分かれ、トレーナーの学生たちはサポーターとしてそれぞれのグループの近くに分散した。プログラム終了後には各生徒に振り返りシートを配付し、回答してもらった。

表4 C高等学校のピア・サポート訓練プログラムの実施概要

概要	
期間	2013年4月23日～25日の合宿日程のうち、1日目の午前中90分。
場所	宿泊訓練の最初の会場であるB市内の体育館。
参加者	C高校1年生約320名。
トレーナー	ジュニア4名、シニア8名、および昨年度参加した研究生1名の計13名。教員1名も同行した。ジュニアの2名とシニアの3名がファシリテーターとなり、特にジュニアの2名は全体司会を担当した。他のメンバーは会場で生徒のサポーターを務めた。
目的	新入生の集団宿泊研修の一部として、高校生活の円滑なスタートに寄与する。各参加者が自分自身の性格特徴について理解を広げることによって、自分と他者との関係について気づきを得ること。また、集団のなかでの自分の役割を感じ取り、仲間とつながる方法を考えること。それらを通して、他者とのコミュニケーションに役立てること。

①**アイスブレイキング：自己紹介ゲーム** **ねらい** このプログラムでともに活動するグループの仲間の名前と特徴をお互いに理解し、活動にスムーズに入る。**概要** グループで円をつくって座る。最初の人自分の名前と趣味を言い、隣の人はその人の言った内容をまず言ってから自分の名前と趣味を言う。さらにその隣の人は、最初の人と次の人の名前と趣味を言って自分の内容を加える。これを誰かがギブアップするまで続けていく。

②**他者とかかわるワーク：人間知恵の輪** **ねらい** グループの仲間共通の課題に向かうことにより、集団での自分の役割や、仲間との関わり方を考える。**概要** グループ全員で円になって立つ。右手は隣の人以外の誰かとつなぎ、左手は隣の人以外、かつ右手をつないでいる人以外の誰かとつなぎ。そこから、手を離さないままで空間をくぐったり跨いだりしながら、最終的に円になるようにほどこいていく。

③**自己理解のワーク：エゴグラム** **ねらい** 心理テストの結果を通して、自分について理

解する。 **概要** エゴグラムを事前に生徒たちに配付し、回答結果を持参してもらった。サポーターが各グループで結果の見方を説明し、グループ内で感想や気づきを話し合った。

**高校生の振り返り** プログラムの内容それぞれについて、楽しかった／難しかったという両方の感想が見られたが、プログラムへの参加は全体的に、とりわけ人間知恵の輪は楽しかったという意見が多かった。参加者たちにとって、今回のプログラムは自分や他者について考え、コミュニケーションへの関心や動機づけを高める機会となったようである。

**トレーナーとして参加した大学生の振り返りから** 自分たちの指示に生徒たちがうまく乗ってくれたり、男女分け隔てなくスムーズに動いてくれたこと、また彼らが内容を楽しんでくれたということに手応えを感じたようである。輪に入りやすくそうにしている生徒に働きかけて、その後楽しそうにしている様子がうれしかったという感想もあった。一方、トレーナーのメンバー間で事前の情報共有や役割分担の把握をもう少ししっかりしておくべきだった、進行状況を臨機応変に調整しながら進めるべきだったという反省も、多くのメンバーに見られた。学校側の先生方の協力に助けられた部分も多かった。メンバー同士で意見を出し合ってよい活動ができた、互いに支えながら役割をこなせた、メンバーに加わったばかりのジュニアもよく頑張っていた、といったまさにメンバー間の“ピア”の視点からの振り返りも多く見られた。

### 3) D 小学校でのピア・サポート訓練

**経緯** D校は、広島県 E市にある全校児童 300 人程度の市立の小学校である。D 小学校では、3 年生と 4 年生の各 2 クラス別々に、継続的なピア・サポート活動を行った。以下、3 年生を対象とした活動について報告する。2 つのクラスについては、クラス A とクラス B として示す。

3 年生は各クラス 30 名程度であり、新年度にクラス替えがあったばかりで、前年度には学級崩壊のような状況も見受けられた。このことから、各クラス内での仲間づくりを目指した活動を行ってほしいという要請があり、担当グループ内で話し合った結果、学級内でのコミュニケーションの向上を目指したトレーニングを実施することとした。

**事前の準備** 各回ともに、年齢と目的を考慮したプログラムの立案、リハーサルを含め、事前のミーティングを数回行った。プログラムの立案においては、特に、3 年生（ないし 4 年生）という学年の生徒が理解しやすい内容にすること、また、その年齢の発達段階に合わせた内容を検討することに力を入れた。また、プログラムの立案後は、プログラム案を小学校に送付し、クラスの担任教員からの意見を求めた後、最終的なプログラムを決定するという手順をとった。

**プログラムの内容** プログラムの期間、場所、参加者等の概要は表 5 に示した。



ピア・サポート・トレーナー養成講座の発展

表5 D小学校3年生のピア・サポート訓練プログラムの実施概要

概要	
期間	2013年5月～7月、および9月に月1回、計4回実施。各回45分。
場所	D小学校の各教室。
参加者	D小学校3年生2クラス。
トレーナー	ジュニア1名がリーダーとなり、シニア3名が補佐をした。
目的	クラス内でのより良いコミュニケーションを目指した体験を行うことであった。

各回の終了時には、クラスの担任教員を交えた振り返りを行い、次のプログラム立案の参考とした。当初は、2つのクラスにおいて、コミュニケーションの向上という同一の目標の下で同じプログラムを実施する予定であったが、1回目のプログラムの実施後に各クラスが抱える課題が異なることが明らかとなったため、2回目と3回目は別々のプログラムを立案、実施した。

クラスAとクラスBのプログラムのねらいと概要は表6のとおりである。

表6 D小学校3年生のプログラムのねらいと内容

回数	クラスA	クラスB
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ねらい 情報をうまく伝える難しさと、その内容を聞く大切さを学ぶ。</li> <li>・プログラムの概要               <ul style="list-style-type: none"> <li>①効果測定のための事前評価として Kiss18 (堂野、2010) を実施。</li> <li>②「人間コピー」(今村、2009 ; 松田、2004) の説明と実施。</li> <li>③振り返りシートの記入。</li> </ul> </li> </ul>	
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ねらい 傾聴のスキルを学ぶ。</li> <li>・プログラムの概要               <ul style="list-style-type: none"> <li>①話しやすい聞き手の態度についてのグループディスカッション。</li> <li>②傾聴スキル (菱田、2002) の説明。</li> <li>③良い／悪い聞き方のモデルの提示。</li> <li>④振り返りシートの記入。</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ねらい 言葉の大切さを学ぶ。</li> <li>・プログラムの概要               <ul style="list-style-type: none"> <li>①「無言のパズル」(松田、2004) の説明と実施。</li> <li>②有言パズルの説明と実施。</li> <li>③振り返りシートの記入。</li> </ul> </li> </ul>
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ねらい 傾聴スキルを活用し、対立解消 (菱田、2002) に向けてグループで話し合う。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ねらい 問題解決に向けてのグループワークの中で、自分の意見を言えるようにする。</li> </ul>

	<p>・プログラムの概要</p> <p>①問題に関するロールプレイ。</p> <p>②解決策に関するグループディスカッション。</p> <p>③解決策の発表。</p> <p>④振り返りシートの記入。</p>	<p>・プログラムの概要</p> <p>①問題に関するロールプレイ。</p> <p>②解決策に関するグループディスカッション。</p> <p>③解決策の発表。</p> <p>④振り返りシートの記入。</p>
4	<p>・ねらい 夏休み前の活動のフォローアップとして、1回目から3回目の活動の振り返りを行い、今後の学校生活でのそれらの活かし方について考える。</p> <p>・プログラムの概要</p> <p>①1回目から3回目の活動についての振り返り。</p> <p>②振り返りシートの記入。</p> <p>③グループ内での振り返りシートの共有。</p>	

**小学生の様子** 両クラス共にすべてのプログラムに意欲的に参加しており、振り返りアンケートにおいては、一連の活動が楽しかったという意見や、活動の意図をくんだ意見も見られた。しかし、振り返りシートの回答に難しさを覚えた生徒や、クラスによって内容の理解が異なる場面が見られ、個人差やクラスの差異が顕著であった。

**トレーナーとして参加した大学生の振り返りから** 一連のプログラムを通じて、サポーター同士が臨機応変にサポートしあい、補うことができたという振り返りが多くみられた。また、クラスの差異をふまえたプログラム作りの重要性に言及する意見や、活動の意図をくんだ意見が出されたときの喜びが示されていた。

**効果測定** 効果測定として、事前評価、3回目終了後、そしてフォローアップ後に Kiss18 (堂野、2010) を実施したが、スキルの向上に関する変化はこの質問紙では認められなかった。

#### 4) 実施校での教員研修

前年度にピア・サポート活動を行ったF小学校と、今年度活動を行ったD小学校において、ピア・サポート活動に関する教員研修を行った。F校は、広島県の諸島部にあり、小中学校を合わせた在校生がわずか数名の小学校ある。F小学校の研修では、同島内の幼稚園と中学校の教員も参加した。

いずれの教員研修においても、「ピアの力を活かす」として、ピア・サポート養成講座の本学の担当教員が教育現場におけるピア・サポート活動の意義について説明し、具体的なピア・サポート・プログラム実践例を挙げた。その後、養成講座のジュニアとシニアが、年齢と目的に応じたプログラムを提案し、その場で教員にも各プログラムを体験してもらうという流

## ピア・サポート・トレーナー養成講座の発展

れで行った。プログラムの提案においては、子どもたちの成長過程を考慮した際に、それぞれの年齢や発達段階という視点を持ち、内容の適切性や身に付けるべきスキルを検討することの重要性を強調した。両研修ともに、それぞれの参加校の教員が今後のピア・サポート活動を担うことを視野に入れて行われており、具体的な活動プログラムについての質問が多く出された。

### 活動を通じた学生たちの変化

昨年度1年間の活動を通じて、学生たちの間からは、ピア・サポート・トレーナー養成講座のPRの実施や、教員、学生、そしてメンバー間の意思疎通を図るための掲示板の設置、そしてピア・サポート訓練を指導するだけではなく、学科内でのピアを支えるための活動の実施など、様々な提案がなされていた（青野ら、2013）。今年度は、それらの提案を形にするべく、まず、メンバー間の連絡のほかピア・サポート・トレーナー養成講座のPRの場としての掲示板が設置された。そして、前期の活動を実施し、夏合宿でそれらを振り返る中で、学内において積極的なピア・サポート活動を展開しようとする動きが生まれてきた。以下、夏合宿での振り返りとその後の変化を示す。

#### 1. 夏合宿での振り返り

前期のピア・サポート活動の反省および後期の活動へ向けての議論を行うため、8月9日、10日に1泊2日のトレーナーによる合宿を行った。

合宿1日目では、今期のピア・サポート活動の課題を挙げた。個々人がメモ用紙に1つずつ意見を記し、意見からカテゴリを作成した。課題として、「連絡面（サポーター同士の連絡不足や不備等）」、「教師－サポーター間の意見の相違（学校の要望・考え方と支援できることが異なる等）」、「プログラムの問題（作成したプログラムが生徒や学生に適しているか等）」等が挙げられた。サポーター間、教師－サポーター間の連絡や意見交換が不十分な場合、活動実施に困難が生じることが確認された。また、作成したプログラムによって、目標とするスキルが身につけているのか、年齢に相応のプログラムであるか、という点を再検討し、プログラムを改善する視点が重要であることも確認された。

2日目は、後期のピア・サポートの進め方に関する議論を行った。下級生からの勉強等の相談に対して、上級生が答えたり、学生が気軽に立ち寄ることのできる居場所づくりとしての“ピア・サポート・ルーム”の開設に向け、サポーター同士で話し合った。

最後に、ジュニアからシニア、シニアからジュニアへの思いを綴った手紙を作成した。ジュニアは、シニアの助言に助けられたこと、シニアは、交流のなかったジュニアと関わることにより、様々な良い面を知り、印象が変わったことを記していた。このように、ピア・サポートを通じて、サポーター間の人間関係にも変化がもたらされている。

## 2. ピア・サポート・ルームの活動に向けた変化

学内にピア・サポート・ルームと名付けたフリースペースを一定の日時に開放し、ピア・サポーターが常駐する。学生は誰でも気軽に立ち寄り、自由に過ごすことができる。そこで居合わせた他の学生やサポーターと交流するなかで、彼らは学生生活で分からないことや困ったことを相談でき、同じ学生の立場からサポーターの援助を得られる——。このようなピア・サポート・ルームの活動の動きは他大学でも近年広がってきているが（山田、2010など）、福山大学においても本稿で取り上げてきたような学内外のピア・サポート・トレーナーとしての活動に加えて、同じ学科の学年を越えた仲間同士でのピア・サポート活動を日常的に継続して行いたいという希望がメンバーの学生のなかから出てきた。そこで、トレーナーの一部の学生が中心となって、心理学科生を対象としたピア・サポート・ルームの開設に向けた試みが始められている。

ピア・サポート活動、またその一環としてのピア・サポート・ルームを設置する場合、目的としてどのようなことに重点を置くかについては、運営の体制などさまざまな要素の制約も考慮しなければならない。まずは、学科内でも日頃あまり顔なじみでない学生同士が気軽に集まり、知り合いになり楽しく交流できる（ひいては互いに学生生活でサポートしあう関係を築ききっかけとなる）機会の提供をめざすこと、またそのような機会をどのような形で呼びかけ、どのような頻度で行うことが可能かを探ることを目的として、不定期での行事開催という形でルームの開放を実施した。具体的には、心理学科の学生が昼休みに食事を持ち寄って部屋に集まり、一緒に昼食を食べながら過ごす「心めし」と題したイベントを、10月に2回開催した。行事名はもちろん、案内チラシの作成、学生たちへの宣伝・周知および実施も養成講座のメンバーたち自身で協力して担った。メンバーたちの顔や活動の一端が心理学科生たちに見える機会となり、まずはルームの活動の一步となった。さらにその後メンバーたちは、学科の建物内の一室をピア・サポート・ルームとして、昼休みなどの空き時間に交代で入り、週3回程度開放することを試験的に始めている。しかしルームの本格的な運営に向けては、今後しばらく検討を重ねる必要がある。これについては、次項において、今後の課題として記載する。

### 終わりに

本稿は、福山大学の心理学科が開講するピア・サポート・トレーナー養成講座について、2年目の内容を概観し、今後の課題について検討することを目的とした。先述のように、本学科のピア・サポート・プログラムそのものは、本学科開設当初から学科内で行われており、今年で10年目を迎える。そして、この内容が、学内外での活動を通じてピア・サポート・トレーナーを養成する講座として発展したのが昨年度のことであり、講座としては今年度が2年目の取り組みとなった。運営では、教員の指導の下、前年度を経験しているシニアと新

## ピア・サポート・トレーナー養成講座の発展

たな2期生であるジュニアが協力して活動を進めていく形ができつつあり、本講座の当初からのねらいであった、先輩から後輩へのピア・サポートの精神とノウハウが伝えられる仕組み（青野ら、2013）が整ってきたと言える。しかし、それらが十分に機能しているとは言い難く、いくつかの課題があると考えられる。今年度の各活動について、以下に考察する。

まず、学内の取り組みである新入生オリエンテーション合宿でのピア・サポート活動であるが、斉藤（1999）によると、新入生が大学を嫌いになるか否かは、友人関係の構築の程度や学業不振の程度が関係する。今回の合宿を通して新たな友人関係を築くことは、今後の大学生活での不安感等を改善する上で重要であったと考えられる。また、「サポーターのお陰で周囲とスムーズに仲良くなれた」、「頼れる先輩」、「先輩達が優しく嬉しかった」等の上級生であるサポーターへの肯定的なイメージに関する記述も多く見受けられた。合宿でのピア・サポート活動は、縦の関係構築にも作用したといえる。これらのことから、今回の新入生合宿の様々な他者とのコミュニケーションの増進という目標は、ある程度達成されたといえる。また、合宿を機に、性別、国籍、学年を越えて交流することにより、新入生活の不安が低減した可能性も期待される。心理学科では、2013年度以降、留学生数が増加している。国際社会化が進む現状を鑑みると、今後はピア・サポート活動での留学生への支援方法を充実させることが課題として残る。今期トレーナーに留学生は参加していないが、今後は留学生トレーナーの勧誘及び育成が必要となるだろう。お茶の水女子大学では、留学生支援としてのピア・サポート活動を実施している（加賀美、2010）。文化的背景や学歴の異なる留学生にとって、まずは日本のことを熟知する日本人学生や先輩留学生からの情報提供が適応のためには重要であることが指摘されている。留学生が支援を受けやすい体制整備が福山大学でも必要となるだろう。一方で、新入生合宿は、非日常的で馴染みの少ない他者との交流が多く、緊張しやすい場面である。そのため、睡眠や食欲への影響、他者との共同作業でストレスを感じやすい場面も多い。新入生を取り巻くストレスフルな状況も考慮し、新入生合宿でのピア・サポート活動の内容や方法を発展させることも重要であろう。

続いて、学外でのピア・サポート訓練についてであるが、訓練では、小学校から高校までのさまざまな発達段階に適切だと考えられるプログラムを考案した。実施回数が1回から複数回と、その実施校の要請によって異なり、また実施対象人数も1クラス数十人から1学年数百人までと様々であることから、その時々状況やニーズに合わせた柔軟なプログラム作りが求められた。このような中、プログラムの作成においては、シニアが中心となって前年度の経験や反省を踏まえながらより良いプログラムの立案が進み、実施に際しては、ジュニアが中心となり、トレーナーとしてのスキル向上に努めていた印象を受ける。その一方で、前年度と同様、学生の振り返りからは役割分担不足やその偏りなどの指摘があったほか、メンバー間での連絡不足や共通認識の不足が原因とみられるマイナートラブルもあり、メンバー同士がピアとして支え合うことが困難な場面があった。本講座は、講座開始直前の春休み

に事前研修を行い、ピア・サポート活動や訓練の意義について講義を行っている。しかしながら、前年度に引き続き、メンバーの中でピアの精神が萌芽しにくい状況を考えると、事前研修では、ピア・サポート訓練で使用される種々のプログラムの復習も兼ねて、メンバーに向けた訓練を行い、メンバー間でのピアの精神の醸成を促す必要があるかもしれない。

そのほかの振り返りでは、参加者を取りまとめ、全体的な理解を促す難しさや、参加意欲を引き出す方法に苦慮したという意見が出されていた一方で、プログラムの運営がスムーズであった時や、プログラムのねらい通りの反応があったときの喜びも多く記されていた。このことは、トレーナーである学生が参加者の反応から自己効力感を感じていることを示すものであろうし、活動を続けていくうえでの動機づけにつながるものであろう。しかしながら、たった1度や数回のかかわりが劇的な効果を生むとは考えにくく、ピアの精神は、本訓練をきっかけとして、その後の実施校での継続的な取り組みの中で徐々に芽生えていくのが現状であろう。学生たちが、ねらいあるいは期待通りの結果をすぐに欲しがるのでなく、自分たちの活動はいつか実を結ぶものだと地道な活動を続ける気持ちを持つことができるよう、教員側のサポートも必要である。

今年度の養成講座における最大の変化は、学生の自発的な提案による「こころめし」や「ピア・サポート・ルーム」の開設である。このような自発的な取り組みを目指す発言は、前年度の活動全体の振り返りにも出てきていた。前年度に課題として残った内容が今年度具体的な形をとることができたのには、シニアによる貢献が大きいのではないだろうか。今年度は、新たに参加したジュニアの活動を支持する立場として、昨年度参加したメンバーの有志をシニアとして迎えた。このことで、シニアの経験がジュニアのメンバーと共有され、早い段階で具体的な提案に結び付いたのだろう。しかしながら、活動の立案や定着については模索を続けており、学科全体への広がりを持った活動になるためには、以下についての検討が必要である。まず、一つ目は運営を担うメンバーの負担である。学業・履修の支障にならない範囲で、メンバー同士でうまく分担して無理なく活動を継続していくためにはどのようにすればよいか。利用ニーズの把握よりもメンバーの活動意欲が先行している側面もある。次年度以降のことも視野に入れて、現メンバーの活動へのモチベーションを維持していくことや、新たな養成講座受講メンバーの勧誘を工夫することも課題である。また重要なのは相談への対応、すなわち、学生同士の楽しい交流ということに限らず、ときにサポーターが対応するのには困難なあるいは深刻な悩みについて相談を受けた場合に、学生が抱えすぎず適切な援助につなげる体制づくりである。この点は上記に挙げた要素とも絡んで、学生同士の相談を主体とするのか、仲間づくりの促進を主体とするのかといった、どのような活動の志向性をめざすのかによって変わってくるだろう。

本講座は2年目を迎えたが、試行錯誤ながらも一定の手順が確立されつつある。メンバー間においては、シニアとジュニアが協働することで、様々なプラスの変化がもたらされ

ている。しかしながら、青野ら（2013）が指摘するように、大学教育におけるピア・サポートの取り組みの意義を再考した場合、その変化をどうとらえていくかが大きな課題である。また、本講座が次年度以降も先細りすることなく継続していくためには、毎年のメンバーの確保が肝要であろうし、学内外での実践の場の適度な確保に努める必要もあろう。このような課題の克服においては、教員とメンバーの協力が不可欠であるが、教員側としては、メンバーの学びや成長を妨げることなく支援する体制を維持しなければいけない。

### 引用文献

- 青野篤子・橋本優花里・山崎理央（2013）. 大学におけるピア・サポート活動の新たな展開 福山大学人間文化学部紀要、**12**, 85-93.
- 青野篤子・田原歩美・皿谷陽子・中村 翔（2012）. 高校生新入生合宿における仲間づくり活動——構成的グループ・アプローチを通して—— 福山大学こころの健康相談室紀要、**6**, 9-18.
- 堂野恵子（2010）. 児童中期・後期の友だち集団関係性が社会的スキルの発達に及ぼす効果 安田女子大学紀要、**38**, 33-42.
- 橋本優花里（2012）. 仲間の中で育つ納得感 山地弘起・橋本健夫（編著）学生の納得感を高める大学授業 ナカニシヤ出版 pp.131-148.
- 菱田準子（2002）. すぐ始められるピア・サポート指導案&シート集 ほんの森出版
- 今村光章（2009）. アイスブレイク入門 解放出版社
- 加賀美常美代（2010）. お茶の水女子大学ピアサポート体制の事例紹介——全学的取組と留学生支援を中心に—— 大学と学生、**87**, 22-28.
- 松田満里子（2004）. 第3章「領域-1」の実際と振り返り用紙・修了証 ピア・サポートではじめる学校づくり 滝 充（編）中学校編「予防教育的な生徒指導プログラム」の理論と方法 金子書房 pp.103-177.
- 三宅幹子（2007）. 大学生による小学生へのピア・サポート・プログラム実施の効果（1）福山大学こころの健康相談室紀要、**1**, 28-34.
- 小貫有紀子・森 朋子・泉谷道子・川島啓二（2012）. 大学教育におけるピア・サポートの位置づけ——正課と正課外の狭間で—— 大学教育学会誌、**34(2)**, 73-76.
- 斉藤浩一（1999）. 大学新入生のストレスが学校嫌いに及ぼす影響 高知大学学術研究報告人文科学編、**48**, 235-241.
- 滝 充（2004）. ピア・サポートではじめる学校づくり 中学校編——「予防教育的な生徒指導プログラム」の理論と方法—— 金子書房
- 山田剛史（2010）. ピア・サポートによって拓かれる大学教育の新たな可能性 大学と学生、**87(561)**, 6-15.

橋 本 優花里・川 人 潤 子・山 崎 理 央・青 野 篤 子

An approach for peer support activities as a training course for peer supporters

The Department of Psychology at Fukuyama University has provided a peer-support training program as part of its general education for freshmen students. This program developed into a training course for peer supporters. A peer supporter acts as a facilitator in the peer support program. This paper reviews the activities in this course over a 2 year period and discusses the issues and challenges as it relates to the future direction and continuation of this course.