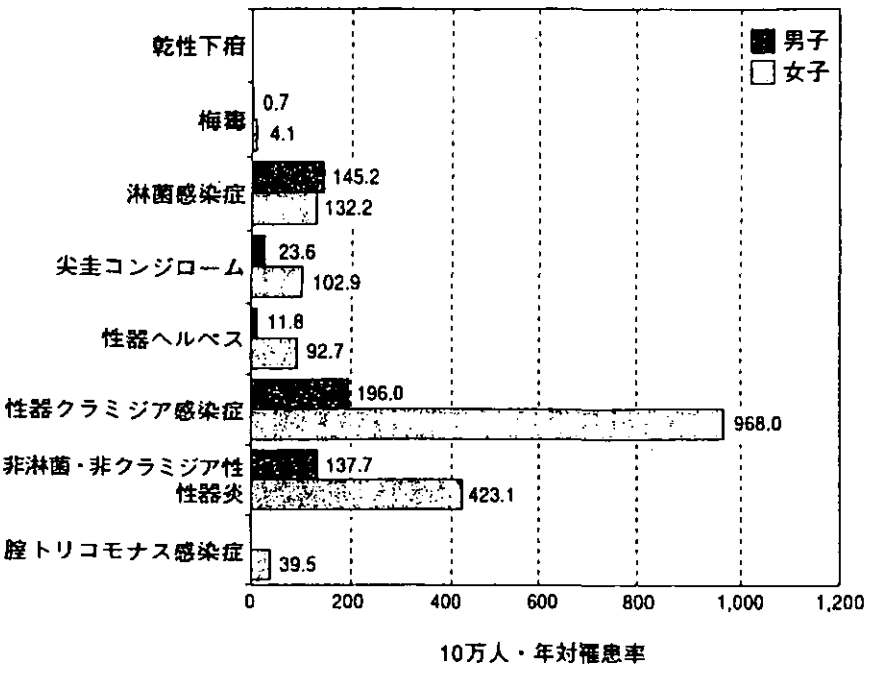
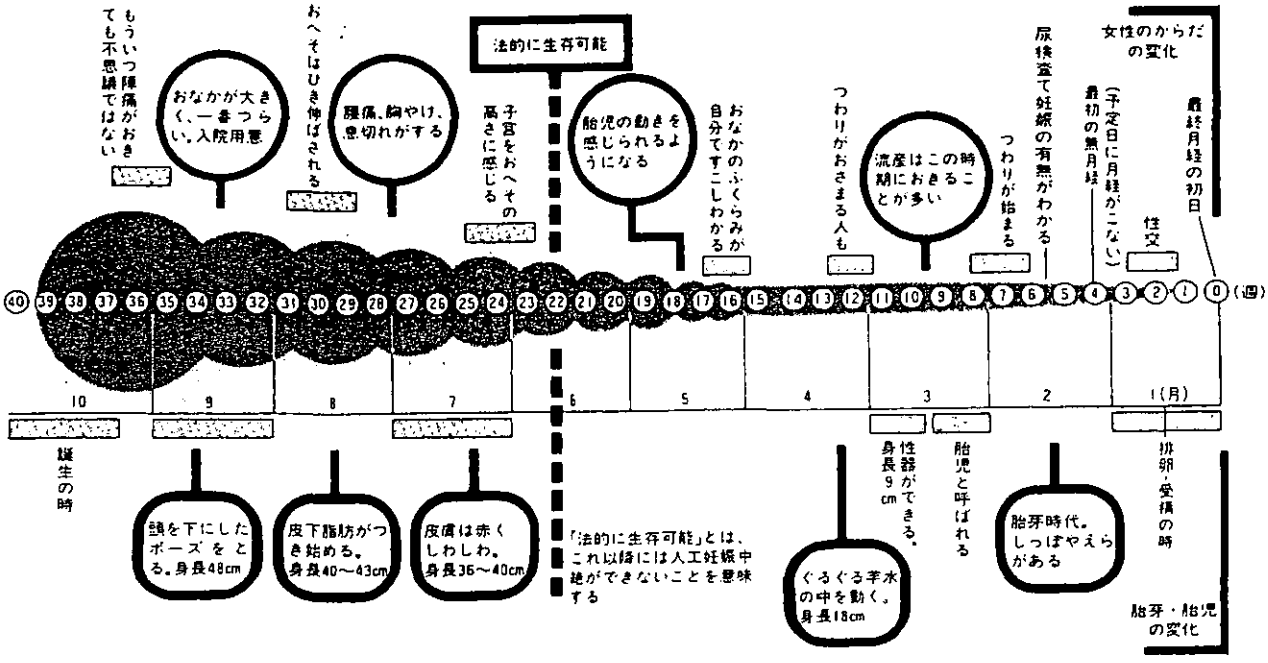
図 17　10代（15～19歳）の性感染症罹患率



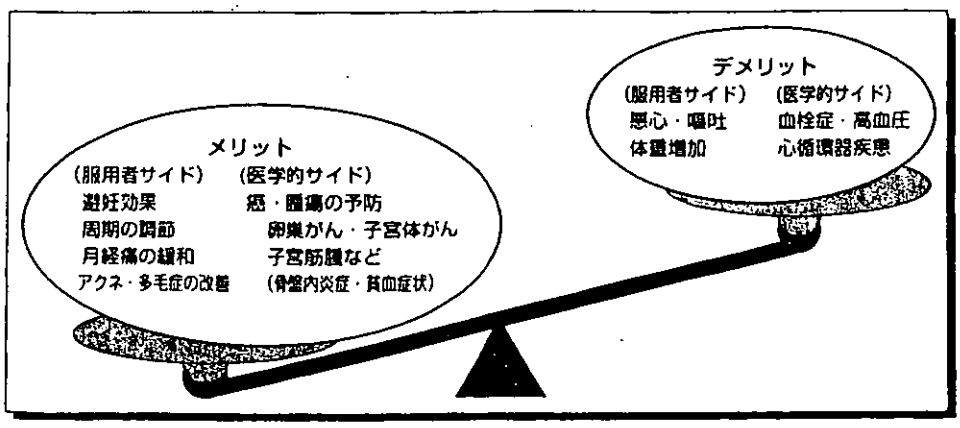
出典／熊本悦明：平成12年度 厚生労働科学研究，本邦における性感染症流行の実態調査，

図 18　妊娠週数と女性のからだ及び胎児の変化



出所：河野美代子監修「SEX & our BODY―10代の性とからだの常識」NHK出版に一部加筆

図 19　低用量ピルのメリットとデメリット



出典）北村邦夫：低用量ピルのすべて、日本性科学情報センター、p.15（1999）

表 1	sex（生物学的性）と gender（社会文化的性）
sex （生物学的性）	**身体的な属性としての性** 女性は XX 染色体，卵巣を有し，月経，妊娠，授乳が可能である 男性は XY 染色体，精巣を有し，妊娠させることができる
gender （社会文化的性）	**社会的・心理的属性としての性** 自分が女性，男性または両性であるという認識(gender identity）をもち，その社会で一般的に認められている性別役割(gender role）をもって自分の性を表現していくこと

出典）大川玲子：セックス（生物学的性）とジェンダー（社会的性）『セックスカウンセリング入門』（日本性科学会，日本セックスカウンセラー・セラピスト協会監修），金原出版，p. 19（1995）

表2　避妊法別割合の各国比較（数字は%）

	オランダ(1)	ドイツ(2)	イギリス(2)	スウェーデン(2)	アメリカ(3)	日本(4)	
	1993年	1992年	1992年	1994年	1993年	1998年	2000年
ピル	59.5	54.6	40.6	38.8	28.5	1.1	1.5
バリア法	10.1	13.4	21.9	23.5	20.5	77.8	75.3
リズム法	—	7.2	1.6	6.1	2.7	8.4	6.5
膣外射精	—	1.0	1.0	3.1	—	7.4	26.6
IUD	3.8	12.4	7.3	21.4	1.4	3.1	2.7
不妊手術	16.5	10.3	27.1	5.1	42.1	5.8	6.4
注射法	—	0.2	0.4	2.0	—	—	—
その他	10.1	—	—	—	4.8	10.1	10.7

注　(1) Central Bureau for Statistics (18-42歳)
　　(2) International Health Foundation (15-45歳)
　　(3) Alan Guttmacher Institute (15-44歳)
　　(4) 第24・25回家族計画世論調査（15-49歳）

出典）毎日新聞社：第24・25回家族計画世論調査報告書，毎日新聞社人口問題調査会（1998，2000）

表3　わが国の避妊法の実態（平成8年）

	未婚女性	既婚女性
避妊実行率	56.2%	56.6%
コンドーム	96.1	77.2
オギノ式	3.5	8.1
基礎体温法	13.8	8.9
性交中絶法	7.1	9.6
不妊手術（女性）	—	5.3
（男性）	—	1.2
IUD	—	3.8
経口避妊薬（ピル）	1.1	1.3

（毎日新聞　全国家族計画世論調査，1996年）

表４　性感染症（WHO、1986）

	病原体	主な疾患・症状
細菌	淋菌	淋病(男性尿道炎，副睾丸炎，子宮頸管炎，骨盤炎など)
	クラミジア・トラコマチス	性器クラミジア
	梅毒トレポネーマ	梅毒
	軟性下疳菌	軟性下疳
ウイルス	ヘルペスウイルス	ヘルペス
	肝炎ウイルス	肝炎
	ヒト・パピローマ・ウイルス	尖圭コンジローム
	ヒト免疫不全ウイルス(HIV)	エイズ
	サイトメガロウイルス	サイトメガロウイルス感染症
原虫	エントアメーバ・ヒストリカ	アメーバ赤痢
	腟トリコモナス	トリコモナス
真菌	カンジダ・アルビカンス	カンジダ症，膣炎
寄生虫	毛じらみ	ケジラミ寄生炎
	ヒゼンダニ	疥癬

表５　感染経路とコンドームの限界

代表的な性感染症	性行為の形態	接触器官 感染者	接触器官 非感染者	コンドームの効果
HIV、淋菌、クラミジア	腟性交	ペニス	腟	○
		腟	ペニス	○
淋菌、クラミジア	フェラチオ	ペニス	咽頭	○
		咽頭	ペニス	○
HIV、クラミジア 尖形コンジローム	肛門性交	肛門、直腸	ペニス	○
		ペニス	肛門、直腸	○
尖形コンジローム	腟性交 肛門性交	ペニス	外陰部	△
		外陰部	ペニス	△
梅毒	腟性交 肛門性交	外陰部	外陰部	△
A型肝炎 赤痢アメーバ	リミング フェラチオ	肛門	口腔内	△
ヘルペス	クンニリングス	外陰部	口唇	×
	リミング	口唇	外陰部	×
	キス	口唇	口唇	×
疥癬	抱擁	皮膚	皮膚	×

○　予防可能(だが、失敗時は感染リスクがある)
△　感染リスクを下げられる場合がある
×　予防効果なし

出典）村瀬幸浩他：エイズ・STD と性の教育、十月舎、p.92（2002）

表6　セクシュアル・ヘルス推進のための10か条
（第13回世界性科学学会，スペイン，1997年6月）

1．包括的セクシュアリティ教育
2．保健専門家の教育
3．子どもと思春期のセクシュアリティについての科学的研究
4．「同性愛嫌悪」「両性愛嫌悪」「トランスジェンダー嫌悪」の克服
5．性差別の撤廃
6．性暴力の根絶
7．マスターベーションの推進
8．（障害や否定面ではなく積極面の）性機能の奨励
9．性に関する医療の整備
10．セクシュアル・ヘルスが基本的な人権であるという考え方の推進

出典）E. コールマン：21世紀における性の健康と権利－その前進と展望，現代性教育研究月報，18(10)，p. 7(2000)

表7　性の権利宣言
（第14回世界性科学学会，香港，1999年8月）

1．性の自由への権利
2．性の自主性，高潔性および性的身体の安全性への権利
3．性的プライバシーへの権利
4．性の平等への権利
5．性の喜びへの権利
6．情緒的性的表現への権利
7．自由な性的関係への権利
8．生殖に関する自由で責任ある選択への権利
9．科学的研究に基づく性に関する情報への権利
10．包括的セクシュアリティ教育への権利
11．セクシュアル・ヘルス・ケアへの権利

出典）World Association for Sexology（1999年8月26日採択）（財）日本性教育協会試訳：第14回世界性科学学会会議報告－性の権利（セクシュアル・ライツ）宣言の採択，現代性教育研究月報，17(10)，p. 6(1999)

平成15年度厚生労働科学研究費補助金（子ども家庭総合研究事業）

思春期ピアカウンセラーが得たピアカウンセリング活動の意義と活動の支えに関する研究

研究協力者　佐々木明子　東京医科歯科大学　教授
研究協力者　篠﨑悦子　東京医科歯科大学　学生
研究協力者　森田 久美子　東京医科歯科大学　助手

研究要旨

ピアカウンセラーが得たピアカウンセリング活動の意義と、活動の継続に必要な支えを明らかにするために、ピアカウンセラー10名を対象とし、グループインタビューを行った。ピアカウンセラーは自己決定の尊重や聴く姿勢を学び、話し方や聴き方が上達したと自分自身の変化を感じていた。仲間の存在は非常に重要であり、ピアカウンセラー同士の相互の信頼性が支えであり活動の原動力となっていた。

A．研究目的

厚生労働省が母子保健分野の課題を整理し、21世紀の取り組みの方向性を示した「健やか親子21」において、その主要な課題の一つに「思春期保健対策の強化と健康教育の推進」があげられている[1]。そこでは、思春期の健康問題について質的変換を図ることが必要だとしており、具体的な取り組みの一つとして、同世代の仲間によるピアエデュケーションの有効性を認めピアカウンセリングの実施などを推進している。

思春期年代では大人よりも仲間の方がより重要になり、相談にも乗れるし支えにもなれる[2]と言われている。ピアカウンセリングとは、青少年にとって最も身近な信頼できる存在であり、同世代に生きる価値観を共有する“仲間”というキーパーソンが行う支援活動である[3]。

ピアカウンセリングは共通の発達課題を達成しようとしている仲間同士で生き生きと性＝生の情報を交換し合うことにより、相互作用が成立する[4]とされており、受講生のみならずピアカウンセラーにとっても何らかの影響があると考えられる。

ピアカウンセリングを行う上でピアカウンセラーの存在は絶対不可欠である。ピアカウンセラーを続けていくためには様々な葛藤があり、それを乗り越えていくには何らかの支えが必要であると考えている。

ピアカウンセリング、ピアエデュケーションの受講生に対する評価については、性を肯定的にとらえる効果的な方法である[5]、性知識の伝達にとどまらず人生についても考えてもらえるアプローチである[6]、性の自己決定能力を獲得する上で効果的である[7]とその有効性が報告されている。しかし、実践者であるピアカウンセラーに焦点を当てた研究は少ない。

そこで本研究では、ピアカウンセラーが得たピアカウンセリング活動の意義を明らかにすること、その活動を続けていくために必要な支えを明らかにすることを目的とする。

B．研究方法

1．対象

A県思春期ピアカウンセラーに研究協力を依頼し、同意の得られた10名を対象とした。

2．調査方法

調査内容に沿ってグループインタビュー方式で2回行った。1回目は6名、2回目は4名であり、対象者はどちらか1回に参加した。インタビューはB大学内の一室で行い、プライバシーの保護に努めた。インタビュー内容は対象者に許可を得てビデオテープとカセットテープに録音録画した。インタビュー後、質問紙の配布および回収は倫理的配慮のため調査者が直接行った。

3．調査期間

平成15年8月19日、8月25日　14時～16時

4．調査内容

【インタビューによる調査内容】

- ピアカウンセリング活動がもたらした自分自身の変化
- ピアカウンセリング活動を通しての学び
- ピアカウンセラーとしての自信喪失の状況
- ピアカウンセリング活動の支え

・ピアカウンセラーとしての今後の抱負

【質問紙による調査内容】

年齢、性別、所属、ピアカウンセラーとしての活動経験年数

5．分析方法

インタビュー内容を録音録画したビデオテープ、カセットテープに基づき逐語記録及び観察記録を作成した。その内容からピアカウンセリング活動から得た意義とその活動の支えに関することに対する全ての記述について観察記録を参考にしながら抽出した。抽出された記述をコード化し、カテゴリー分類した。カテゴリーの内容に沿ってグループとし、内容の比較・検討をした。

C．結果

1．対象者の属性

対象者の平均年齢は19.5歳、男性1名、女性9名であった。全員がB大学看護学部2年生で、ピアカウンセラーとしての活動経験の平均は1.06年であった。

2．ピアカウンセリング活動から得られた意義と活動の支え

対象者のピアカウンセリング活動から得られた意義とその活動の支えに関する言葉を分析した結果、「自分自身の変化」、「学び」、「自信喪失の状況」、「活動の支え」、「今後の抱負」の5つのグループに分類できた。それらを表1～5に示す。なお、本文中の＜ ＞はカテゴリー、[ ] はコードとする。

(1) ピアカウンセリング活動がもたらした自分自身の変化（表1）

7つのカテゴリーがあげられた。＜知識の程度＞には［知識がすごく増えた］、＜性に対するイメージ＞には［抵抗がなくなった］、＜多様な価値観への対応＞には［相手の立場を受け入れられるようになった］、＜自己表現＞には［自分の意見を言えるようになった］、＜聴く姿勢＞には［話し方や聴き方がうまくなった］、＜言葉の解釈＞には［言葉の裏にある気持ちを考えるようになった］、＜人間的成長＞には［自分を見つめられるようになった］などのコードがそれぞれ含まれていた。

(2) ピアカウンセリング活動から得た学び（表2）

7つのカテゴリーがあげられた。＜仲間の力の大きさ＞には［協力することが大切だ］、＜個人の尊重＞には［ひとりひとりが大事だ］、＜聴く姿勢＞には［傾聴する］、＜自己決定の尊重＞には［それを決める、答えを出すのはその人自身だ］、＜沈黙の解釈＞には［沈黙にも意味がある］、＜向上心＞には［相手の気持ちを汲み取るには自分が目標を持っていなくてはいけない］、＜自己表現＞には［いろんなことを思っていても言わないと相手に伝わらない］などのコードがそれぞれ含まれていた。

(3) ピアカウンセラーとしての自信喪失の状況（表3）

6つのカテゴリーがあげられた。＜プログラムの工夫＞には［新しい考えが出てこなくなる］、＜高校生との関わり＞には［うまくコミュニケーションが取れなかった］、＜自分たちの存在意義＞には［ちゃんと役割を果たしているか］、＜仲間とのコミュニケーション＞には［お互いそれぞれピアをやれてない］、＜自分の時間の余裕＞には［期間が開かないで次の準備が始まってしまう］、＜自分の力量＞には［自分よりも頑張っている人の姿を見る］などのコードがそれぞれ含まれていた。

(4) ピアカウンセリング活動の支え（表4）

9つのカテゴリーがあげられた。＜仲間の存在＞には［みんながいる］、＜高校生とのコミュニケーション＞には［高校生の笑顔がある］、＜楽しみ＞には［単純に楽しい］、＜やり遂げたいという思い＞には［一度始めたことだから辞めたくない］、＜活動内容への確信＞には［自分には絶対プラスになっているという自信がある］、＜充実感・達成感＞には［築き上げた嬉しさはすごいものがある］、＜向上心＞には［向上心がある］、＜参加の自由＞には［自分の参加不参加は自分の自由だ］、＜同じピア以外の存在＞には［同じピア内では話さないこともある］などのコードがそれぞれ含まれていた。

(5) ピアカウンセラーとしての今後の抱負（表5）

4つのカテゴリーがあげられた。＜友人や周囲への波及＞には［自分の近い部分から少しずつ変われたらよい］、＜ピアカウンセリングの発展＞には［今まで自分たちが学んできたことを伝える側になりたい］、＜人とのコミュニケーション＞には［相手とのコミュニケーションがうまくい

く]、<将来の生き方>には［将来の職業の中で生かせると思う］などのコードがそれぞれ含まれていた。

D．考察

1．ピアカウンセリング活動がピアカウンセラーにもたらした効果

ピアカウンセリング、ピアエデュケーションは受講生にとって、性を肯定的にとらえる効果的な方法である[5]、性知識の伝達にとどまらず人生についても考えてもらえるアプローチである[6]、性の自己決定能力を獲得する上で効果的である[7]とその有効性が報告されている。本研究において、ピアカウンセラーは知識が増えた、性の話に対する抵抗がなくなったという変化が認められたことから、性についての悩みを仲間とオープンに語り合うようになっていることが明らかになった。ピアカウンセリングはピアカウンセラーにとっても自分の性について前向きにとらえ、仲間と共に「生」について考える機会であることがわかった。

高村[8]は、ピアカウンセラーは、その人が何を考え、どう感じているのかは本人が一番よくわかっているという立場を取り、相手に何をすべきかも伝えなければ、アドバイスも与えず、解釈しない。その人自身の問題解決能力を尊重し、その機会を奪わないことに徹する役割を持つとしている。また上田[9]は、青年期は自分自身を深く考え自己概念や自我同一性が発達し、それが確立されると自分の価値観が得られると述べている。

今回、ピアカウンセラーはそれを決める、答えを出すのはその人自身だという自己決定の尊重や聴く姿勢を学び、実際話し方や聴き方がうまくなったという自分自身の変化を感じていることが明らかになった。ピアカウンセリングのスキルを学ぶ中で自己を見つめる機会が得られ、実践活動をしていく中でより多くの意見や考えに触れ、自分も他人も受け入れることで、多様な価値観への対応や聴く姿勢ができるようになり、個人の尊重や自己決定の尊重ができるようになっていると考えられる。そして、自分と向かい合いながら自己概念や自我同一性をある程度獲得し、自分の価値観に仲間からの支持が得られたことで自分に対する自信を強め、積極的に自己表現ができるようになってきたと考えられる。これらのことから人間的成長を自覚したと推察できる。

2．意欲的にピアカウンセリング活動を続けるために必要なもの

ピアカウンセラーは「人は機会があれば自分自身の問題を解決する能力をもち備えている」[10]という前提に基づき、本人の自己決定を大切にしながら行動変容の支援をしている。ピアカウンセラーに関する文献はほとんどみられないが、ピアエデュケーターへの効果に関する蔵本ら[11]の文献によると、性の健康を支援する情報の提供者としての側面とピアとして仲間意識を大切にしながら、若者の気持ちを大切にしながら関われることの側面が充足できた時に、ピアエデュケーターとしての満足感と達成感が感じられる。また、健康講座を形あるものにしていく過程での学生間の相互作用は、ピアエデュケーターとして互いの成長を促すために欠かせない要素である。ピアエデュケーションは実施者が準備する学習段階に仲間同士の育ちあう関係を育むのに加えて、受講者との間にも、仲間同士の支え合う関係を育むという活動であるとしている。

本研究でもピアエデュケーターの効果同様、次のようなことが示唆された。ピアカウンセラーは高校生とうまくコミュニケーションが取れなかったことで自信喪失し、逆に高校生の笑顔があることが支えとなっていたことから、高校生の反応に敏感でありそれによって自分の価値を評価していることがわかった。ピアカウンセラーは高校生に性の情報が伝わったこと感じることや高校生に共感でき、受け入れられたと感じることが充実感や達成感、楽しみになり支えともなっていると考えられた。

ピアカウンセリング活動において仲間の存在が非常に重要であった。仲間の協力が大切であり、仲間がいることで自分は頑張ることができることが明らかになった。ピアカウンセラーも仲間同士の中でピアカウンセリング活動をしながらお互いを支えあっている。ピアカウンセラー同士の相互の信頼性が支えであり活動の原動力となっていることがわかった。

また、仲間の存在が活動の大きな支えとなっているが、同じ仲間同士では活動上の良いアイディアが浮かばなくなることもあり同じピア内では

話さないこともあることから、同じ仲間以外の存在も必要としていることがわかった。その存在は近すぎず、内容を知っている人のほうが良いとしていた。それは違うグループのピアカウンセラーの存在であると推察できる。他地域にあるピアカウンセラーグループのネットワーク作りをしていくことが求められていると考えられる。

近本[12]は、健康教育者の自己効力感を高めることが受講者の行動変容の成功を促進するために不可欠であり、健康教育者が自信を持ちながら挑めるよう環境を整えることが必要である。できたことへの賞賛や他の仕事であせらないような環境も必要であると述べている。今回、自分の時間に余裕がなくなることや自分の力量について悩んだりすることで自信喪失の状況に陥ることがわかった。したがって、自分の時間の余裕や自分の力量に合わせた参加の自由があることがピアカウンセリング活動の成功に必要であると考えられる。

3．ピアカウンセラーとしての今後の展望

渡邉ら[13]はピアカウンセリングを用いた傾聴トレーニングを受けた者はスキルを日常の中で生かすことができているため傾聴トレーニング非参加者も影響を受け、友人に対する相談行動が増加したと述べている。ピアカウンセラーたちは話し方や聴き方がうまくなったという自分自身の変化を感じていることがわかった。ピアカウンセリングで学んだスキルを日常の中で生かすことができ、人とのコミュニケーションに自信を持つようになったと考えられる。またそれを将来に生かしたいと考えており、スキルや考え方を友人や周囲に伝えたいとしていることがわかった。

E．結論

本研究により思春期ピアカウンセラーが得たピアカウンセリング活動の意義とその活動の支えに必要なものが以下のように明らかになった。

1．思春期ピアカウンセラーにとってピアカウンセリング活動は、様々な価値観を認められるようになり、仲間の支持を得ながら互いに人間的成長をする場である。

2．ピアカウンセリング活動の支えは、ピアカウンセリングがうまくいったという実感、仲間の存在、同じピア以外の存在、自分の参加の自由である。

引用文献

1) 財団法人厚生統計協会：国民衛生の動向, 50(9), 97-98, 2003

2) 増野肇：ピアカウンセリングにおけるスーパービジョン, 現代のエスプリ, 39, 179-187, 至文堂, 2000

3) 高村寿子：今なぜピアカウンセリングなのか, 松本清一(監修), 高村寿子(編著), 「性の自己決定能力を育てるピアカウンセリング」, 小学館, 30-31, 1999

4) 高村寿子：今、なぜ、思春期保健でピアカウンセリングなのか, 助産婦雑誌, 55(8), 67-72, 2001

5) 大嶺ふじ子, 浜本いそえ, 小渡清江他：高校生の性知識・性意識を高めるためのピア・エデュケーションの研究, 日本看護科学学会誌, 64-73, 1999

6) 佐藤和江：新しい性教育への展望～高校生に対するピアカウンセリングの効果～, 松本清一(監修), 高村寿子(編著), 「性の自己決定能力を育てるピアカウンセリング」, 小学館, 132-141, 1999

7) 忠津佐和代, 津島ひろ江, 池田理恵他：ピアカウンセリング手法を用いた思春期性教育とその実践, 川崎医療福祉学会誌, 12(2), 259-270, 2002

8) 高村寿子：女性の自己実現への支援, 保健婦雑誌, 57(2), 86-91, 2001

9) 上田礼子：第5章青年期第2節認知的発達, 第3節情緒的・社会的発達, 生涯人間発達学, 三輪書店, 179-193, 1996

10) 高村寿子：ピアカウンセリングとは, 松本清一(監修), 高村寿子(編著), 「性の自己決定能力を育てるピアカウンセリング」, 小学館, 86-90, 1999

11) 蔵本美代子, 平岡敦子, 下見千恵他：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) 近本洋介：健康学習者の自己効力感/健康教育者の自己効力感, 看護研究, 31(1), 3-11, 1998

13) 渡邉賢二, 鈴木郁功：心理教育による般化効果の検討, 医学と生物学, 145(4), 57-62, 2002

表1 ピアカウンセリング活動がもたらした自分自身の変化

知識の程度	・知識がすごく増えた ・自分たちがちゃんとわかってなきゃいけない ・自分たちの知識がある程度ないとできない
性に対するイメージ	・抵抗がなくなった ・抵抗はほとんどない ・普通にそういう話ができるようになった ・自分たちが普段話してる中で話しやすくなった ・ちゃんと考えられるようになった
多様な価値観への対応	・相手の気持ちになって考えることができるようになった ・相手の立場を受け入れられるようになった ・この人こういう考えなんだと素直に吸収できるようになった ・人の意見や考えを自分の中に受け入れるようになってきた ・相手の意見を尊重するようになった ・見た目で判断しない自分ができてきた ・集団行動上手になった
自己表現	・前に立って話すのは嫌なんだけどできるようになった ・場慣れして上手にできるようになってきた ・自分の意見を言えるようになった ・みんなの前で意見を言えるようになった ・具体的に言わざるを得なくなった ・相談することが増えた ・困ったとき友達を頼れるようになった ・自分の気持ちをもっとオープンにできるようになってきた ・自分の心の複雑なところまで話すようになった ・細かいところまで気持ちを喋るようになった
聴く姿勢	・相手のことをよく考えて言っていることを聴いてあげられるようになった ・友達と喋ってて自分が聴くようになった ・まず聴くようになった ・話し方や聴き方がうまくなった ・よくうなずいて話を聴いてくれるよねと言われるようになった
言葉の解釈	・相手の言葉がどういう意味を持っているかを深く考えるようになった ・言葉の裏にある気持ちを考えるようになった
人間的成長	・自分に足りなかったことがわかるようになった ・大人になった ・一緒に勉強して成長している ・自分を作れた ・自分を見つめられるようになった

表2 ピアカウンセリング活動から得た学び

仲間の力の大きさ	・なんでもみんなでやることだ ・話し合いが大切だ ・協力することが大切だ ・みんなのいろんなものが集まるとすごい ・みんなで作り上げていくものだ ・ひとりひとりの考えが集まると力になる ・みんなでやることに意義がある
個人の尊重	・ひとりひとりが大事だ ・ひとりひとり自分の役割ができてきてグループ内で生かしていける ・個人個人それぞれの個性だ ・その人それぞれの考え方がいろいろある ・みんないろんなことを思っている ・みんないろんな意見をもっている ・ひとりが思っていることはいっぱいある ・第一印象で決め付けてはいけない
聴く姿勢	・傾聴する ・聴ける姿勢がないとやりとりが成り立っていかない ・相手が喋ったことをよく聴いてから自分が喋る ・断定されたり、決め付けられたり、そういうふうに接されると自分の話をしたくないと思うようになる ・表情も話しているときに大きく関わってくる ・相手がよい表情をしてくれないと自分を閉ざしてしまう ・その場が良いと心が開けるようになる ・雰囲気作りも大切だ ・心を開いてもらえるようなプロセスがある
自己決定の尊重	・答えを出しちゃいけない ・言葉を解釈しちゃいけない ・相手が言ったことを否定しない、決め付けない、ジャッジしない ・それを決める、答えを出すのはその人自身だ ・私が相談されても私が決めることじゃない ・その人が決めなくてはいけない ・話を聴いてあげることはするけど、自分で答えを出してしまうのではない ・自分の決めたことじゃないとその子は納得してできない
沈黙の解釈	・沈黙にも意味がある ・沈黙は黙っているのではなく相手にとって何か考えている時間だ ・そういう部分もあるのが大切だ
向上心	・自分が成長できていないと人の気持ちもわかっていけない ・相手の気持ちを汲み取るには自分が目標を持っていなくてはいけない
自己表現	・いろんなことを思っていても言わないと相手に伝わらない

表3　ピアカウンセラーとしての自信喪失の状況

プログラムの工夫	・準備段階で話し合いが進まなくなる ・話が煮詰まりすぎる ・新しい考えが出てこなくなる ・頭が固くなる ・何をしていいのかわからなくなる ・八方塞になる ・自分たち主体のピアになってしまう ・いつも同じようなプログラムになる
高校生との関わり	・当日、高校生の意見を引き出せなかった ・うまくコミュニケーションがとれなかった ・意見をいっぱいいってほしいと思ってしまう ・求めすぎてる部分がある ・伝えたかったことを間違って高校生が受け取ってしまった ・言葉で受ける印象が自分たちと違う
自分たちの存在意義	・ちゃんと役割を果たしているか ・本当に意味があるか ・真剣に考えてほしいと思っていることを本当に思ってくれているのか ・心から思ってないと意味がないのではないか ・ちゃんと伝わっているか ・自分たちが意味を持ってやっているか
仲間とのコミュニケーション	・お互いそれぞれピアをやれてない ・お互い思いを言えてない
自分の時間の余裕	・期間が開かないで次の準備が始まってしまう
自分の力量	・自分よりも頑張っている人の姿を見る

表4　ピアカウンセリング活動の支え

仲間の存在	・みんながいる ・友達、仲間がいる ・ピアがいる ・自分を受け止める人がいっぱいいる ・自分がやってることを信じてくれる信頼してくれる友達、仲間がいる ・他の人も頑張っている ・自分より頑張っているピアっ子がいる ・同じように悩んだり、頑張っている人がいる ・友達の意見だ ・ピアカウンセラーとして苦しんでいる気持ちをわかってくれるのは同じピアカウンセラーしかいない ・一緒に活動している人と話し合いをすることで励ましてもらったり、不安を解消したりする ・同じピアとして活動してる子と話合う ・本当に一緒に悩んできた仲間だから信頼できる ・お互いのことを助け合って自分も助けられている ・今の自分にはピアがどれだけ必要かというのははっきりわかる
高校生とのコミュニケーション	・高校生が帰るときに「楽しかった」という一言がある ・高校生と話しているときも楽しい ・高校生の笑顔がある ・高校生がついてきてくれる ・ちゃんとやればわかってくれる ・相手がいるという楽しさがある
楽しみ	・単純に楽しい ・すごい楽しくなってくる ・ピアやってて喜びもある
やり遂げたいという思い	・一度始めたことだからやめたくない ・やめたくないという意地がある ・初心にかえる ・自分が始めたきっかけを思い出す
活動内容への確信	・自分には絶対プラスになっているという自信がある ・絶対マイナスにはならないという何かがある ・自分の糧になっている ・自分の人生のためでもある
達成感・充実感	・築き上げた嬉しさはすごいものがある ・充実感がある ・達成感がある ・悩んでた分、満たされた感じがする
向上心	・向上心がある
参加の自由	・ある意味ボランティアだ ・自分の参加不参加は自分の自由だ ・辞めようと思えば辞められる
同じピア以外の存在	・辛いときピアっ子に言うのは1回躊躇する ・逆に言えないことがある ・全然ピアと関係ない子に言う ・同じピア内では話さないこともある ・違う場所のピアっ子に話すこともある ・親に言うようになった ・近すぎず、だけど内容を知っている人のほうが話しやすい

表5　ピアカウンセラーとしての今後の抱負

友人や周囲への波及	・今、高校生に伝えていることを友達にも伝えたい ・友達や知り合いにきちんと伝えられる自分になりたい ・自分の近い部分から少しずつ変われたら良い ・お互い友達に言って話せるようになってほしい ・友達が性に対する態勢や人間関係に生かしていきたい ・人間の大切さを教えていきたい
ピアカウンセリングの発展	・間違った情報を受け止めないようになってほしい ・自分がやってる意味が早くみんなに伝わってほしい ・活動を知ってもらうだけでも性に対するイメージが少しずつオープンになっていく ・今まで自分たちが学んできたことを伝える側になりたい ・新しくピアカウンセラーになる人たちにどんどん広げていきたい ・障害者のためのピアカウンセリングをやってみたい ・ピアカウンセラーを関西にも広めていきたい ・ピアカウンセラーを経験したものとして地域に密着するシステムを考えたい
人とのコミュニケーション	・友達の助けになれたら良いと考えている ・人と人とが接していく中での関わり方で生かせる ・友達と話しているときにも何気なく使える ・相手とのコミュニケーションがうまくいく ・人とのコミュニケーションを考えても使える ・自分の生活に関わっている人との接し方、生活の仕方、生きることに生かしたい ・その人が自分がどうしたいのかがわかる
将来の生き方	・将来の職業の中で生かせると思う ・将来看護師になったときにうまく使うことができる ・看護師になって患者さん相手にしたとき、習ったスキルは絶対生かされる ・患者さんの気持ち、話を聴く上での技術として使える ・おばさんになってもピアができる ・日常生活の中で年をとっても続けていきたい

平成15年度厚生労働科学研究費補助金（子ども家庭総合研究事業）

ピアカウンセラー養成マニュアル作成に関する研究

分担研究者　堀内成子　聖路加看護大学看護学部
主任研究者　高村寿子　自治医科大学看護学部
研究協力者　竹内千恵子　杏林大学看護学部
渡辺純一　井之頭病院
小陽美紀　聖路加看護大学看護学部

平成15年度においては、平成14年度の受講生,および過去の調査からもニーズの高かったフォローアップセミナーカリキュラムを作成し、モデルセミナーを開催した。
その後、モデルセミナーの受講生が実際にピアカウンセリングやピアエチュケーションを行った活動実績や評価をもとに適宜カリキュラムの修正を行った。その結果、ピアカウンセラー養成ベーシックセミナーモデルプログラムおよび、フォローアップセミナープログラムを完成させた。最終的に、このベーシックセミナーカリキュラムは、鹿児島・佐賀・秋田・福島・長野県において試用され、その実践上の評価を得て、１部教育内容を洗練させた。

Ⅰ．研究班の活動プロセス

本研究班では、平成14年度にピアカウンセラー養成カリキュラムを作成し、モデルセミナーを開催、更に、受講生のその後のピアカウンセリングの実施状況を把握し、カリキュラムの評価を行った。

平成15年度においては、平成14年度の受講生,および過去の調査からもニーズの高かったフォローアップセミナーカリキュラムを作成し、モデルセミナーを開催した。その後、モデルセミナーの受講生が実際にピアカウンセリングやピアエチュケーションを行った活動実績や評価をもとに適宜カリキュラムの修正を行った。その結果、ピアカウンセラー養成ベーシックセミナーモデルプログラム（30時間）および、フォローアップセミナープログラム（15時間）を完成させた。最終的に、このベーシックセミナーカリキュラムは、鹿児島・佐賀・秋田・福島・長野県において試用され、その実践上の評価を得て、１部教育内容を洗練させた。（図１参照）

１．ピアカウンセラー養成フォローアップセミナーの開催

1）セミナーの開催時期・場所・参加者

時期：2003年9月1日･2日（1泊2日）

場所：社会保険桜上水研修所（東京都世田谷区）

参加者:平成14年度に本研究班で開催したベーシックモデルセミナーの参加者(10県30人)に募集をかけ、参加を希望した15名（6県：福島・東京・岡山・高知・宮崎・沖縄）及び先輩ピアカウンセラー2名（栃木）の計17名（女性14名、男性3名）

2）セミナーの内容

フォローアップセミナーでは、ベーシックセミナーを受講後、ピアカウンセリング行っていく中で感じた悩みや思いを分かち合うことで、ピアカウンセラーのバワーレスを防ぎ、且つ、ピアカウンセリングの知識やスキルについてもブラッシュアップすることとねらいとしたために、以下の内容でセミナーを構成した。

・ オープニングエクササイズ
～再会に喜びを分かち合う～
・ メンバーの実践報告
・ ピアカウンセリングスキルのブラッシュアップ
・ 価値討議
・ セクシャリティ各論（事例検討）
・ ディベート
（ピアカウンセリング　vs
ピアエデュケーション）
・ ピアカウンセラーのネットワーク活動についての話し合い

3) セミナー終了後のピアカウンセリング活動について

フォローアップセミナーに参加した全ての県が、複数回高校生以上を対象にピアカウンセリングを実施していた。

〈ピアカウンセリングの活動依頼〉

依頼主で一番多いのは、保健所の11件、次いで学校の2件、地域の1件であった。

〈活動の依頼内容〉

依頼者がどのような活動をピアカウンセラーに求めているのかを聞いたところ、ピアカウンセリングが15件、ピアエデュケーションが1件であった。

〈ピアカウンセリングに参加する人数〉

参加人数は20～29人が8件、10～19人が5件、40～49人が2件、0～9人が1件であった。

〈ピアカウンセリング活動に対しての自己評価〉

自己評価は「うまくいった」と「まぁまぁ」が同数の8件で、「あまりうまくいかなかった」が1件あった。

4) セミナーの評価

フォローアップセミナーが修了した後、参加者に「これからのピアカウンセリング活動を進めていくにあたり今回学んだことは役立てることができるか」と尋ねたところ、（図2参照）セミナーで行ったことのほぼ全てにおいて「とても役立つと思う」「少し役立つと思う」と回答していた。中でも「とても役立つと思う」と回答した割合が最も高かったのは、「ピアカウンセラーネットワークについてのい話し合い」であり、ピアカウンセラー達が、横のつながりを強く求めていることが明らかとなった。

以下は、自由記載の抜粋を内容別にまとめたものである。

① 疑問や不確かなことが解決できた
・ あいまいだった部分を見直せた.
・ 疑問を解消できた.
・ 解決はできなかったが方向性が明確になった.

② 仲間からカづけられた
・ アドバイスや話を聞いてもらえて嬉しかった.
・ みんなの一生懸命な姿に励まされた.
・ みんなに会えてよかった・楽しかった.
・ 参加してよかった.
・ がんばる気になった.
・ ネットワークが楽しみだ.（重複）

③ 情報交換が有意義
・ 他県の様子を聞けてよかった.
・ 良い刺激になった.
・ 楽しかった.
・ ネットワークが楽しみだ.（重複）

④ スキルアップの必要性を実感

・ 時間をもっと確保して欲しい
・ 自分の県に持ち帰ってさらに勉強したい.
・ 改めてピアカウンセリングについて考えた.
・ 難しかった.
・ ステップアップできた.
・ ディベートは新しいことを気づくきっかけになったが自分には向かないと思った.（重複）
・ 活動をいろいろしてきたが基本を忘れていることに気づけた.（重複）
・ カウンセリング能力のないことがとても不安で恐い。もっと練習が必要だ.（重複）

⑤ 自分自身を見つめる機会

・ 自分自身を見つめられた.
・ ディベートは新しいことを気づくきっかけになったが自分には向かないと思った.（重複）

これらの評価を反映させる形で、フォローアップセミナーカリキュラムを作成した。

2、モデルカリキュラムの試用

モデルカリキュラムは、2003 年 11 月以降、佐賀・鹿児島・福島・秋田・長野県において用いられて実施され、その結果、一部の教育内容や使用する事例の洗練を計った。

Ⅱ. ピアカウンセラー養成マニュアル

1、目的

・ 性に対する正しい知識を学び、自分のことは自分で決めるという自己決定能力を高めること
・ 思春期ピアカウンセリングのスキルを学ぶこと
・ 学んだことを活かしながら、思春期ピアカウンセリング活動を実践することができるようになること

2、対象者の受講条件

対象者の受講条件は 18 歳～20 歳とし、以下の要件を満たす者とする。

・ セクシャリティについて、明るく真剣に学ぶ意欲のある者
・ 思春期ピアカウンセリングの理念とスキルについて学ぶことを希望している者
・ 受講した際には、学んだことを活かして思春期ピアカウンセリング活動を実践する意欲のある者

1、ピアカウンセラー養成マニュアルにおけるカリキュラムモデル

1)カリキュラムの構成

本カリキュラムは、ピアカウンセラー養成ベーシックセミナー（以下、ベーシックセミナー）とピアカウンセラー養成フォローアップセミナー(以下、フォローアップセミナー）の 2 つのセミナーを中心として構成される。ベーシックセミナーは、前述した受講条件に合致する者を対象にセクシャリティにおける基本的な知識、思春期ピアカウンセリングに関する理念と基本的態度を学んだ上で、実際に思春期ピアカウンセリングを行う実践能力を身に着けることを目的として行われる。

一方、フォローアップセミナーは、ベーシックセミナーで学んだスキルを

活かして実践を重ねた者に対して、それまでの思春期ピアカウンセリングを実践していく上で生じた悩みや思いを、かつて同じセミナーを受けた仲間同士で共有することで、ピアカウンセラー自身のパワーレスを予防し、エンパワーメントを促進することと同時に、最新のセクシャリティに関する知見や思春期ピアカウンセリングスキルのブラッシュアップを行い、更に充実した思春期ピアカウンセリング活動を実践することができるようになることを目的として行われる。

各々のセミナーの開催時期に関しては、研究班が実施したセミナーの受講者の大半がベーシックセミナーを受講した半年以内には何らかの思春期ピアカウンセリング活動を行っているという事から、ベーシックセミナーを行ってから、約半年後にフォローアップセミナーを開催するというタイムスケジュールが受講者のニーズに沿った開催時期として望ましいと考えられる。

2)カリキュラム内容

セミナーで展開されるカリキュラムの内容は、ベーシックセミナー、フォローアップセミナー共に、セクシャリティに関する知識、思春期ピアカウンセリングに関する知識、思春期ピアカウンセリング実践の3つに大別され、これら3つをバランスよく統合させていく過程を通して、最終的には、若者の自己決定に寄り添えピアカウンセラーとなることを目指している。また内容のレベルについて、ベーシックセミナーでは、基礎的なレベルでの理解を促し、フォローアップセミナーにおいては、参加者が思春期ピアカウンセリング活動を通して得た体験を踏まえた関わりや、より発展的レベルの内容を含むものとして位置づけている。表1表2に、このカリキュラムモデルを具体化したセミナープログラムの全体像を示した。

3)教育方法

思春期ピアカウンセラーとして、理解しておくべき基本的な知識や態度などについては一部講義形式をとる。しかし、同時に、エクササイズ、グループワーク、ロールプレイといった双方向の学びの機会を多く設けることにより、より効果的な学習が促進されるような教育方法が望まれる。

4)実施上の留意点

(1)日程：

ゆとりをもってセミナーを開催するためには、ベーシックセミナーは3泊4日、フォローアップセミナーは1泊2日程度が望ましい。(都合によりこれより短縮した日程でセミナーを開催する場合には、セミナーとして規定されている以外の時間も有効に使用するような工夫を行うこと)

(2)会場：

原則として宿泊施設を併設した施設であること、そして、コ・カウンセリング実習などしばしば施設の屋外で行う実習や演習も想定されるため、できれば、自然が色濃く残るような場所がふさわしいと思わ

れる（例：青少年保健施設）

(3)講師・教材：

講師は原則2名以上とする。セミナーで使用する教材に関しては、将来的にある程度の共通した教材の使用が必要となると思われる。また、本セミナーを行うにあたって、参加者のエモーショナルサポートを担う存在としての、先輩ピアカウンセラーの参加は必至である。

(4)参加人数：

講師2名の場合、参加人数は30名を原則とする。講師1人当たりの参加者人数が多いと、講師と参加者の直接の対話や、グループワーク、エンカウンターといったセッションを通しての関わりが十分に取れない可能性が高く、講義形式を取る機会が少ない本セミナーの性格上、参加者にとって効果的と考えるセミナーの運営を困難にすると思われる。そのため、あらかじめ参加者が多くなることが予想される場合には、講師の他に十分にその役割を代行する事ができるファシリテーターの人数を充実させる等の対応が必要である。

(5)参加者の構成：

セクシャリティに関する内容を行うために、セミナー参加者の男女の割合は同じであること、更に、様々な資質や背景を持った者が参加すること望ましい。仮に、それが、適わなかった場合には、少数の意見を大切にし、参加者の多様性が反映されるような配慮を行うこと。

5)評価

本カリキュラムにおける評価は、参加者によって複数回行われる。参加者はまず、セミナー修了後に、実際に行ったピアカウンセラー同士の伝達講習（資料1）と思春期ピアカウンセリングの活動報告を行い（資料2）、最終的に「思春期ピアカウンセリング活動を行ってみて、セミナーで学んだことが実際役に立ったか」という観点でアンケートに答える（資料3）。つまり、本カリキュラムはその有用性を、参加者のアンケートという主観的な指標と、実際の思春期ピアカウンセリング活動の実施状況にという客観的な指標の2点から評価することとなる。

6)修了証

本セミナーにおける規定の時間数（ベーシックセミナー：30時間、フォローアップセミナー：15時間）を修了した者には、修了証を渡す（資料4）修了証の表には、参加者の名前と修了したセミナーの名称、セミナーの開催時期と場所、そして、講師の名前を明記する。裏側には、セミナーにおけるカリキュラムの時間数を明記する。

7)使用した教材等の資料

本セミナーにおいて使用した教材等は、会場レイアウト、セミナーを行ううえでのグランドルール、具体的な事例、詩、関連するホームページ、CD、使用した機材などである。尚、資料5に関連文献を掲載した。

Ⅲ.研究発表

1、論文発表

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：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（印刷中）.

2、学会発表

渡辺純一、堀内成子、小陽美紀、江藤宏美、竹内千恵子、片桐麻州美、高村寿子：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，第 5 回日本ヒューマン・ケア心理学会発表論文集，51-52, 2003.

図表および資料目次

図１：２年間の研究班の活動軌跡

図２：フィローアップセミナーは今後の活動に役立つか

表１：ピアカウンセラー養成ベーシックセミナーモデルプログラム

表２：ピアカウンセラー養成フォローアップセミナーモデルプログラム

資料１：伝達講習実施報告書

資料２：ピアカウンセリング実施報告書

資料３：ピアカウンセラー養成セミナーについての評価

資料４：受講終了証

資料５：モデルセミナーにて使用した文献

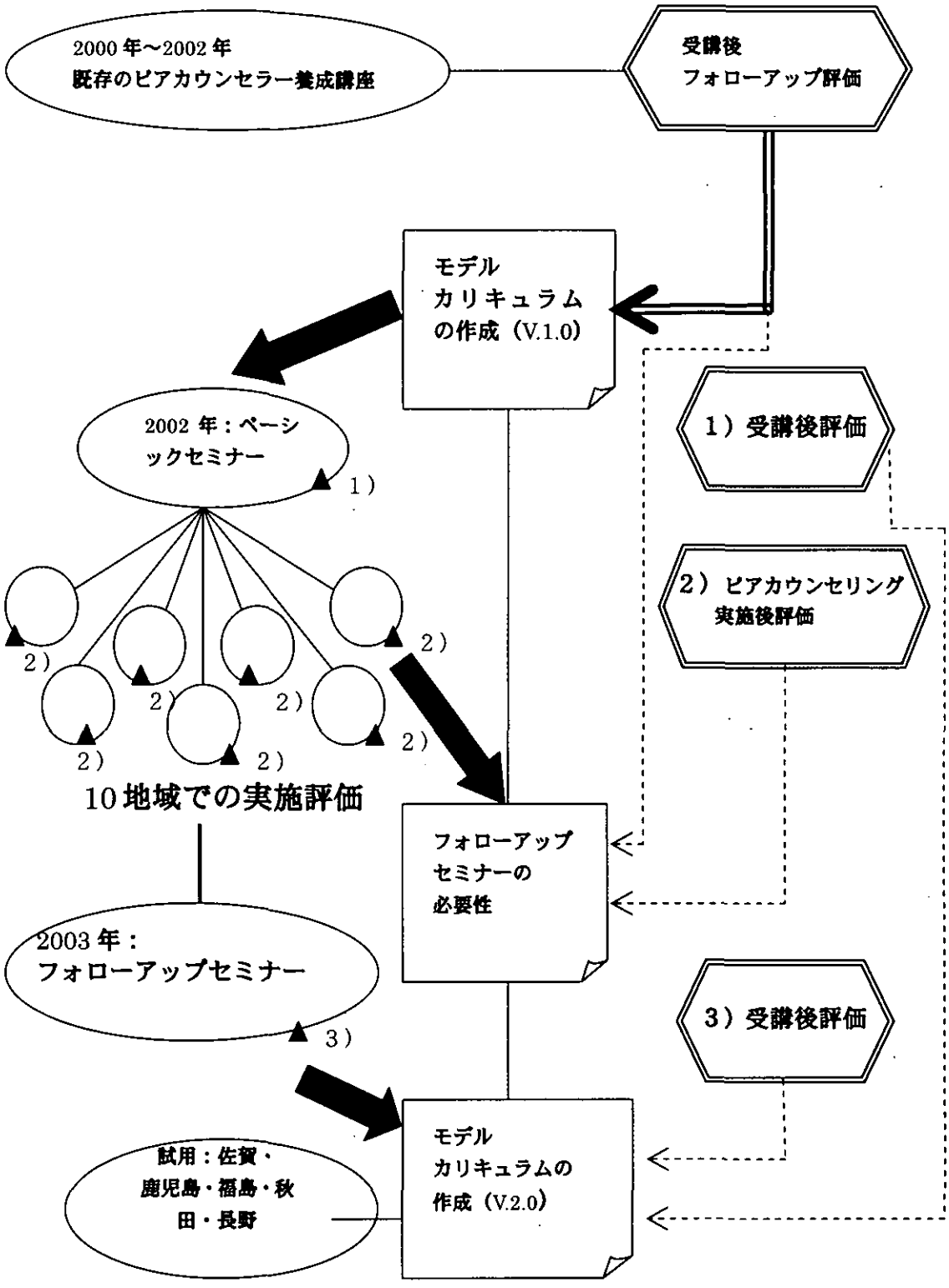


図１　２年間の研究班の活動軌跡