

カウンセラー：そうかぁ。使いたい気持ちはあったんだけど、彼に押し切れちゃったって感じなのかな？

カウンセラー：うん、やっぱり使って欲しかったんだけどさ。なんか強く言えなくて…。

5. カウンセラーの抱える問題の責任はとらない

カウンセラー：私、妊娠してるの…。この間検査で病院に行ったから間違いない。でも、わかったけど、どうしたらいいかわかんないの。ねえ、私どうしたらいいの？教えて～！

カウンセラー：ええ～、どうしたの？何がわからないの？

カウンセラー：何もわかんないの！親には言ったほうがいいのかな？学校とかどうなっちゃうの？辞めなくちゃかなぁ。もー、私の人生どーなっちゃうの～!?

カウンセラー：まず落ち着いて！…えっとね、親には言ったほうがいいかな。やっぱり、まだ学生なんだしさ。それから彼氏にもね。彼だって責任あるんだから。

カウンセラー：それはそうだけど、親に言ったら私怒られちゃうよ。だって、相手わかんないんだもん。…ナンバされてやっちゃった相手だから。

カウンセラー：え～、そうなの！？でも、言わないワケにはいかないよ。

カウンセラー：えー、絶対言えない！怖いし～。あ、ねえねえ、一緒に謝ってよ～、お願い！

カウンセラー：ええ～？…もうー、わかったよ。私も一緒に行ってあげるから。一緒に謝ろう！相手の人もナンバじゃまずいから、誰か頼もうよ。中絶のときには相手の署名が必要だもん。えーっと、じゃあ、俺が名前貸すよ！

カウンセラー：マジで？そうしてくれる？ありがとう…。

カウンセラー：私、妊娠してるの…。この間検査で病院に行ったから間違いない。でも、わかったけど、どうしたらいいかわかんないの。ねえ、私どうしたらいいの？教えて～！

カウンセラー：ちょっと落ち着いて考えよう。何がどうしたの？

カウンセラー：だから妊娠しちゃったの。どうしたらいいの～？

カウンセラー：どうしたらって何についてかな？産むとか産まないとか？

カウンセラー：そんなことじゃないよ～。だって産めないもん。おろすのにどうしたらいいのかってこと！

カウンセラー：病院には行ってるから、説明は受けているよね？中絶についてどんなことで困ってるの？

カウンセラー：…やっぱり親には話さなくちゃいけないかな。

カウンセラー：話したくないの？。

カウンセラー：うん、きっとメッチャ怒られるから。

カウンセラー：親には怒られたくない？

カウンセラー：うん、すげー怖いんだ。ウチの親。何されるかわかんないし。

カウンセラー：そっかぁ。で、怒った後は、お父さんはどんな感じ？

カウンセラー：うーん、まあ、怒って終わりってことはないかなぁ。前も、私がやらかしたときは、一緒に頭下げに行ったりしてくれたし…。

カウンセラー：そうか。じゃ、いろいろあるけど、最後には力になってくれそうなんだね。

カウンセラー：まあ、そんな感じかなぁ。うーん、そしたらちょっと怖いけど、やっぱ話した方がいいのかなぁ。

6. 解釈をしない：パラフレーズで十分

カウンセラー：僕、女の人と話すの苦手で、どうやったらもっと自由に話ができるのかな？

カウンセラー：ああ、女性恐怖症なのね。

カウンセラー：え？そういったらそうかもしれないけど…、そこまでひどくはないと思う…。

カウンセラー：あ、そう。それじゃ、その軽い感じかな。昔からそうなの？

カウンセラー：子供の頃はそんなことなかったけど、中学校くらいから…。

カウンセラー：ふうん。お母さんとは仲がいいの？

カウンセラー：ううん、うちのお母さん厳しいから、あんまり好きじゃない。

カウンセラー：きっとそれが原因ね！あなたは子供のころに母親から愛情を貰えなかったから、母親に対し、恐怖と憎しみを抱いている。その潜在意識が世の女性に投影され、女性恐怖症に陥ったのよ！！

カウンセラー：えーっと、…そんな大げさなもんじゃないと思うんだけど…。

カウンセラー：僕、女の人と話すの苦手で、どうやったらもっと自由に話ができるのかな？

カウンセラー：女の人と話すのが苦手？どんな感じなのかな？

カウンセラー：うーん、なんていうか、緊張しちゃうんだよね。いざ面と向かうと、どうしたらいいかわからなくなっちゃう。

カウンセラー：へえ、それってどんな感じ？

カウンセラー：例えば、恥ずかしくて相手の顔が見られないし、顔が赤くなってるんじゃないかと思ったり、それを笑われるんじゃないかとか。そう思ったら何を話したらいいのかわかんなくなって、もうドキドキしちゃってるんだよね。

カウンセラー：自分の顔のことが気になったり、相手の反応を考えちゃったり…いろんなことが一度に思い浮かんじゃってパニックになっちゃうって感じ？

カウンセラー：うん、そうそう。いろんなことが頭に思い浮かんで、逆に真っ白になっちゃうような感じ…。

7. 現状と現時点に視点を据える

カウンセラー：今付き合ってる彼女がさ、なかなかセックスしてくれないんだよ。

カウンセラー：そっか～、してくれない理由とかって…何かな？

カウンセラー：うーん、俺のことそんなに好きじゃないのかなあ。

カウンセラー：好きじゃないって、彼女がそう言ったの？

カウンセラー：いや、言ってはいないけど…セックスしない理由考えたら…。

カウンセラー：彼女がそう思っているような原因とか心当たりある？

カウンセラー：まあ、あると言えばあるかな。最近、俺の知らない男友達が出来たみたいでさ、そいつのことが好きになったのかもしれない…

カウンセラー：何かそういう感じがする？

カウンセラー：まあ、よくわかんないんだけど…。でも、俺と会っているときに、電話とか出ないときがあるん

だよ。あと、メールとかも読まなかったりして…。

カウンセラー：ちょっと気になるね。あと何かある？

カウンセラー：あ、あと、トイレから戻った時に、慌ててケータイ閉じたりしてたことあった…。もしかして、俺に見られちゃまずいメールでもしてたのかな？

カウンセラー：ちょっと怪しい感じだよ。

カウンセラー：今付き合ってる彼女がさ、なかなかセックスしてくれないんだよ。

カウンセラー：何か、してくれない理由とか…あるのかな？

カウンセラー：うーん、俺のことそんなに好きじゃないのかなあ。

カウンセラー：ふーん、彼女にあんまり好かれてないって思ってるんだ。

カウンセラー：いや、普段はそんなことないんだけど、いざセックスって雰囲気になると、とたんに冷たくなるんだ。怒り出す時もあるさ。

カウンセラー：セックスの時には冷たくなったり、怒ったりするんだ。そういうときってどんな気持ち？

カウンセラー：やっぱショックだよ。俺は好きだから、彼女に触りたいとか、セックスしたいって自然に思うのに。なんだか汚いって感じに扱われたり、カラダ目当てみたいに思われるのはさ、なんかイヤだよ。

8. 感情と向き合う

カウンセラー：最近彼氏が冷たくってさ。結婚とかも考えていて、一緒に住もうって言ってたのに、こないだ一人暮らしをするって言い出して。なんでって感じ。一緒に住むんじゃなかったの？って。もう私のことなんてどうでもいいのかなあ。

カウンセラー：二人で一緒に暮らすつもりだったのに、そこから遠ざかってる感じがするのかな？

カウンセラー：うん。そういう訳じゃないのかもしれないけど、私としては一緒に暮らしたかったし、楽しみにしてたから。彼氏も同じ気持ちだと思ってたのに。

カウンセラー：そう、楽しみにしてたんだね。それがなくなっちゃってショックっていうのが一つ、彼もそうだと思ってたのに、違ってたことがショックだったのかな？

カウンセラー：うん、どっちかっていうと彼の気持ちが私と違ってたのがショックだったんだと思う。

カウンセラー：そのショックな気持ちをもう少し話してみようか？

カウンセラー：私は、一緒に住むってことは、毎日一緒にいられるし、楽しみなことだったの。結婚って事にも少し近づいたかなあって。うれしかったし。

カウンセラー：そうだね。結婚のこととか考えたら、やっぱり一緒に住むってことは、うれしいよね。

カウンセラー：でしょ。でもさ、一人暮らしするってことは、私と一緒にいたくないのかなあって…。結婚もしたくないのかなって…。そう考えたら何だか悲しくなってきた。

カウンセラー：そうか。彼が一人暮らしするってことは、あなたにとっては、結婚から遠ざかるってことだし、つまりは気持ちが遠ざかってるって感じたのね。

カウンセラー：うん、すごく彼が遠くなった気がした。彼はどう思ってるんだろう。

カウンセラー：うーん、どう思ってるんだろうね。まずはあなた自身の気持ちについて考えてみようよ。

カウンセラー：私自身の気持ち？

カウンセラー：そう。今、どんな気持ち？

カウンセラー：とにかく悲しい。私たち終わっちゃうのかなって。ケンカとかはしてたけど、今までずっと一緒だったのに。淋しいよ。

カウンセラー：淋しいとか悲しいって気持ちをもう少し話してくれる？

カウンセラー：私たち、付き合ったり、別れたりとかしてたけど、ずっとどこかで繋がっているって気がしてたの。ずっと好きだったし。でも、今回の件では完全にすれ違ってて…。今までみたいに、大丈夫って気がしないの。本当にこれで終わっちゃうような気がして。

カウンセラー：うんうん。あなたの淋しさは、彼との繋がりが完全に切れちゃうような感じから来ているのかな。

カウンセラー：…うん、このまま少しずつ離れて行って、会う時間も減って行って、そうやって、気持ちも離れて、彼に新しい彼女が出来てって、そうになっていくのかなって思ったら、なんか、泣きたくなくて…。

カウンセラー：そうだね、そうになったら悲しいよね。泣きたくなくなるよね。

カウンセラー：…（泣く。しばらく沈黙し、顔を上げる）

カウンセラー：（見守る）…どうかな…今の気持ちは…？

カウンセラー：うん…。ちょっと泣いたらすっきりした。でもね、今改めて考えたら、私考えすぎかなあって。実際に終わっちゃうような気がするの、私だけで、彼から別れようとかまでは、言われてないんだよね。

カウンセラー：別れるとか具体的な話は出ていないんだね。

カウンセラー：そうなの、だから私の思い過ごしかもしれない。淋しい気持ちはもちろんあるけど、もう少し待ってみてもいいのかもしれない。今回はあまりにも突然だったから、とにかくショックだったんだよね。

カウンセラー：そう。ちょっとショックだったんだね。それで、今は落ち着いて彼の行動を待ってみようって思ったのかな？

カウンセラー：うん。もう少し彼と話してみようと思う。でも、話をしていて、私、すごく結婚したかったんだって思ってたんだってのがわかった。その気持ちが強くて、そこから離れる事が恐かったんだと思う。でも、結婚は一人じゃできないし、彼と一緒に考えなきゃって…。

感情と向き合う・シュミレーション～具体的なスキルの展開

カウンセラー：私、妊娠したかもしれないんです…。この間、彼と避妊しないで、セックスしてから、ずっと生理がなくて…。もう、どうしたらいいか、わからないんです。

カウンセラー：妊娠したかもしれないって思ってるんだね。

今どんな気持ち？（感情を見分ける～感情の質問をする）

カウンセラー：妊娠したかもって考えるだけで、何も手につかなくて、一日中ずっとそのことばかり考えちゃって…。何をしても落ち着かなくて…。

カウンセラー：そのことが頭から離れなくて、落ち着かないんだ。

それって不安なことかな？（感情を見分ける～言葉にされた感情をパラフレーズする）

カウンセラー：不安…かなのかな…。

カウンセラー：さっきからずっと手も握りしめてるみたいだけど、それって何でかな？何か怖いって感じとかもあるのかな？どう？（感情を見分ける～感情を反映する）

カウンセリー：怖い・・・ってのは、あるかもしれない・・・。

カウンセラー：そっか。じゃあ、今一番感じている気持ちは、怖いって感情なのかな？

カウンセリー：うん、そうかも。

カウンセラー：何が怖いのかな？（感情の規定と明確化）

カウンセリー：本当に妊娠してたらどうしようって。もし、妊娠してたら、私どうしたらいいかわからない・・・。

カウンセラー：そうだよね、どうしたらいいかわからないよね・・・。

ね、その怖いって感じるのは、どういう意味があるんだろう。（感情の規定と明確化）

カウンセリー：怖いの意味？怖いのは、私がどうしたらいいかわからないってこと。

カウンセラー：うん、どうしたらいいかわからないってことは？

カウンセリー：それは・・・私のできる範囲を越えているっていうか、自分一人では、どうにもならないってことだと思う。だから、怖いんだと思う。

カウンセラー：そうかぁ。怖いのは、自分では処理しきれない大きな問題って考えているからなんだね。

カウンセリー：うん、うん、そう。私にとってすごく大きな問題って思ってるんです。

カウンセラー：そう。

もうちょっと怖い気持ちについて教えてくれる？（感情の規定と明確化）

カウンセリー：怖くて・・・どうしたらいいかわからなくて・・・でも、考えるしかなくて・・・誰も助けてくれないっていうか、一人って感じで・・・。

カウンセラー：うん、誰も助けてくれないって感じなんだ・・・。

それってどんな気持ち？（感情の規定と明確化）

カウンセリー：・・・淋しい・・・。

カウンセラー：怖い気持ちと一緒に淋しい気持ちもあるのかな。

カウンセリー：うん、きっと一人だから怖いんだと思う。もし誰と一緒に考えてくれる人がいたら、こんなに怖くないと思う。

カウンセラー：じゃ、あなたの怖いって気持ちは、一人ぼっちで大きな問題に立ち向かうっていう怖さなんだね・・・。そうだよね、そういうのって淋しくて・・・心細くて・・・足が震えて・・・怖いよね。

カウンセリー：そうなんです。その事を考えると、怖くて、立ってられないような気持ちになるんです・・・。

カウンセラー：一人で考えるには、大き過ぎる問題だよな。ね、その問題は、誰も一緒に考えてくれる人はいないのかな？

カウンセリー：ホントなら、彼と一緒に考えるべきだよな。でもね、彼は全然無関心で。「妊娠なんてしてないよ、生理なんて待ってれば来るって」って感じで。話しても、そんな感じで、すごくイライラさせられるんです。

カウンセラー：彼の態度にイライラしてるんだ。（感情を認め、感情を所有する）

カウンセリー：そう！・・・最初は、私も、さっき話したみたいに、怖かったり、不安だったりするんだけど、そういう気持ちを彼に言っても、全然伝わらなくて・・・すごいイライラする。

カウンセラー：気持ちがわかってもらえない、それでイライラする？

カウンセラー：そう、そんな感じ。

カウンセラー：ちょっと、ここまでをまとめていいかな？今あなたは妊娠したかもしれないって思って、怖いって思っている。で、その怖さは、自分一人では解決できない大きな問題ってということからきているんだよね。で、その問題を一人で解決しなくちゃってことに対して、淋しさを感じている。で、本来なら一緒に考えるべきと思う彼が、気持ちをわかってくれないってことでイライラしている・・・そんな感じかな？

カウンセラー：うん、そんな感じです。

カウンセラー：そうすると、あなたが感じている怖い気持ちって、少なからず彼が影響している感じだね。

彼とのかかわりで、どんなときに怖いって感じる？（感情と向き合い、対処する～状況の中で捉えなおす）

カウンセラー：うーん、彼といるときは、どっちかっていうと怖いっていうか、ムカつくって感じで。怖いのは、本当に誰もいなくて、一人になったとき・・・。

カウンセラー：そうすると、一人になると、いろいろ考えちゃって、怖くなっちゃうってことかな？

カウンセラー：うん、そう。そうだ。一人のとき。そうなっちゃう。

カウンセラー：それってどういう意味があるんだろうね。

カウンセラー：意味？意味かぁ・・・私、もともと一人でいるのが苦手で、いつも誰かと一緒にいることが多かったの。一人でいると、なんか置いて行かれたような気持ちになっちゃって。今も、そうなのかもしれない。私、置いて行かれてるって感じてから、すごく怖くなっちゃうんだ。

カウンセラー：彼に対してのイライラ・・・ムカつきは？

そういう時に一緒にある気持ちってない？（感情と向き合い、対処する～関連性のある感情に気付かせる）

カウンセラー：イライラするときは、なんでわかってくれないのって気持ちになる。

カウンセラー：彼にわかってもらいたいって気持ちがあるんだ。

カウンセラー：うん、一番わかって欲しいよ。だって、好きなんだもん。付き合ってるんだもん。こういうとき、一番支えになって欲しいよ・・・。

カウンセラー：うん、そうだね。好きな彼だもんね。

カウンセラー：うん・・・。すごく悲しい・・・私怒っているけど、悲しかったんだね。

カウンセラー：怒っているけど、悲しい？

カウンセラー：悲しいから怒っているのかな・・・。わかってもらえない悲しさを、彼にぶつけていたのかもしれない。怒るんじゃなくて、悲しいって言えば良かったのかな・・・。

カウンセラー：そう。新しい気持ちに気づいたみたいだね。

カウンセラー：うん、なんか気付いたら、ムカつく気持ちはなくなっちゃった。ただ、悲しいだけ・・・。

カウンセラー：じゃあ、今がその場面だとしたら、彼になんて言いたい？（感情と向き合い、対処する～隠された感情を表出させる）

カウンセラー：今はね、私は真剣に悩んでるんだよ、一緒に考えてよ！そういうふうがいい加減に答えられると、私のこと、大事に思っていない気がして悲しいよ！って言いたい。もしかしたら泣いちゃうかも（笑）

カウンセラー：そっか。ちょっと余裕が出てきたみたいだね。この気持ちは彼に伝えられそう？

カウンセラー：うん、また話してみる。

グループシュミレーション

カウンセラー：もし、今自分や自分の彼女が妊娠したら、みんなはどういう選択をする？

参加者 A (男)：今妊娠したら？そんなのおろしてもらうに決まってるじゃん。

参加者 B (女)：えー、私は産みたいなあ。好きな人の子供だもん。

参加者 C (女)：私は、相手とか親に相談してみないとわかんない。

カウンセラー：Aくんは中絶を選択、Bさんは出産、Cさんはまだわからないってことかな？それぞれの理由は？

参加者 A (男)：俺の場合は学生だし、金ないし、育てるの無理だよ。

カウンセラー：経済的な問題？

参加者 A (男)：やっぱ金ないと育てられないじゃん。

カウンセラー：そうだよなあ。お金の問題は大きいよね。ということは、お金があれば産んで欲しいって気持ちもあるのかな？

参加者 A (男)：うーん、そうだなあ、ないこともないかな。働いてたら、結婚して、産んでもらうかも。でも、学校やめて働こうとまでとは思えないな。

参加者 B (女)：女はさ、産もうと思ったら、どうやっても学校辞めなきゃなんないんだよ？男の人も、そういう覚悟は持って欲しいなあ。

参加者 C (女)：うーん、それもそうだけど、でも、彼氏が高校中退なんて、ちょっと嫌かなあ。

参加者 A (男)：だろ？俺だってやっぱりちゃんと高校卒業したいし、大学だって行きたいしさ。

カウンセラー：うーん、じゃあ、Aくんの場合は、お金だけじゃなくて、将来っていう視点もあるみたいだね。

参加者 A (男)：うーん・・・どっちかっていうと、そっちのほうが大きいかも。子供育てるとかだったら、今の生活が大きく変わっちゃうし、それは嫌だなんて。

カウンセラー：そうだよなあ。今までと同じってワケにはいかないよね。Bさんは、産みたいって気持ちが強いみたいだね。

参加者 B (女)：私は絶対に産みたい。好きな人の子供っていうのもあるけど、やっぱり小さくても命だし、殺したくないなって。

カウンセラー：命を大事にしたいって気持ち？

参加者 B (女)：うーん。そんな感じ・・・。

カウンセラー：それってBさんにとって、どういう意味があるのかな？

参加者 B (女)：え？意味？・・・どういう意味かなあ・・・。私、赤ちゃんってすごい好きなんです。お姉ちゃんにもう子供いるんですけど、だから私、もうおばさんなんですけど、すごかわいい。お姉ちゃんもすごい幸せそうだし。なんか、そういうの大事にしたいなあって。

参加者 A (男)：俺だって、赤ちゃんとかかわいいと思うけどさ、現実問題として育てられないと思うんだよね。だって、子育てって大変じゃん。

参加者 B (女)：それはわかってるけどさ。だからといって、赤ちゃんの命を奪っていいとは思えないんだよね。だって、赤ちゃんには罪はないし・・・。

参加者 A (男)：でも、育てられないのに産むっていうのも無責任なんじゃない？

カウンセラー：Bさんは赤ちゃんの命のことを考えて、Aくんは現実的な問題を考えているって感じかな？

参加者 B (女)：うん、私はどうしても、赤ちゃんの命ってことを考えちゃう。

参加者 A (男) : 俺は、やっぱり現実としてどうなのかってことを考えちゃうよね。

カウンセラー : C さんはどうかな？

参加者 C (女) : 私は、さっきも言ったように、彼氏とか親とかに相談してみないとわかんない。私だけの子どもじゃないし、一人で育てるワケじゃないから。

カウンセラー : みんなに相談してから決めたいってことだね。それも大事なことだけど、C さん自身はどうしたいのかな？

参加者 C (女) : え？だから、相談してからどうするか決めるってことなんだけど…。

カウンセラー : うん、もちろんそうだよ。それで、今聞きたいのは、C さん自身がどうしたいって考えてるのかなあって。もしみんなが OK してくれたら産みたいってことなのかな？

参加者 C (女) : …

カウンセラー : …

参加者 C (女) : よくわかんない…けど、産みたいかなあ。好きな人の子どもだったら。でも、私、みんなみたいにあんまり深く考えてなかった。

カウンセラー : こういうこと、今まで深く考えた事なかったってこと？

参加者 C (女) : うん。あんまり現実的に考えたことなかった。でも、みんなの話聞いてたら、私もちゃんと考えなきゃなあって…思った。

カウンセラー : そうか。これが考えるきっかけになったみたいだね。

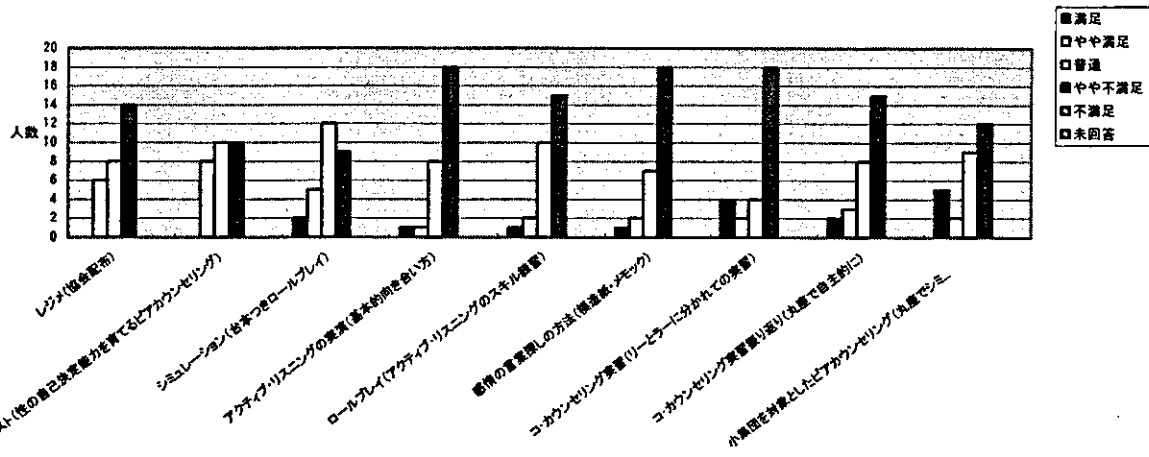


図1 ピアカウンセリング講義及びスキル演習

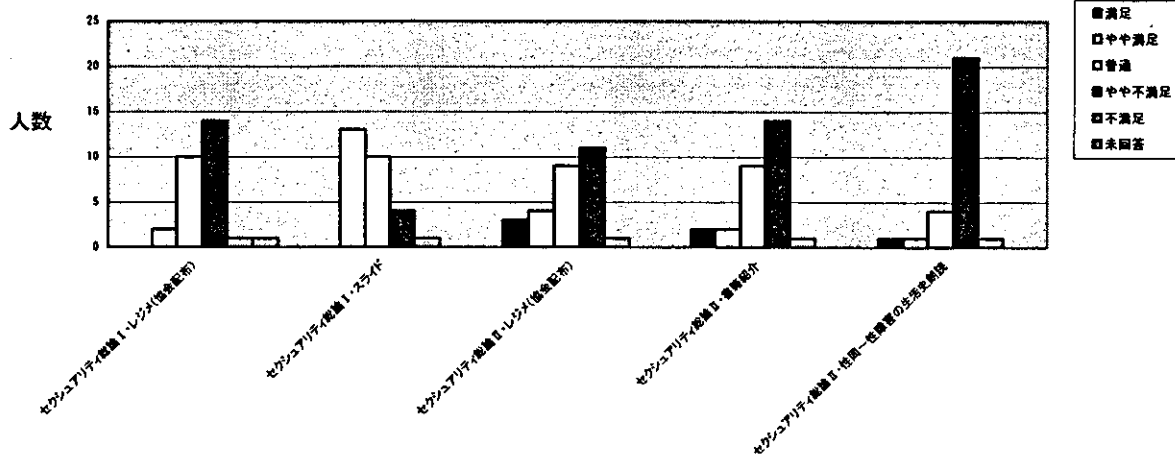


図2 セクシュアリティ総論

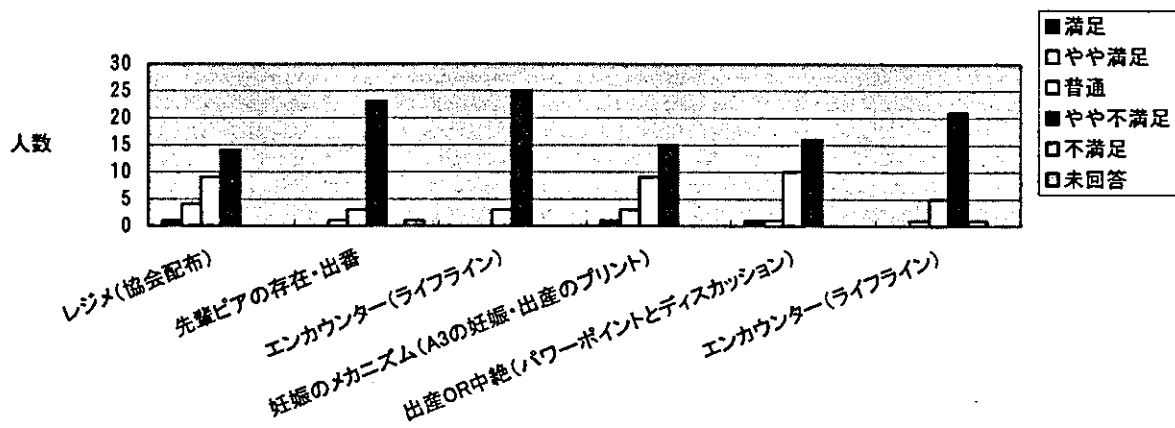
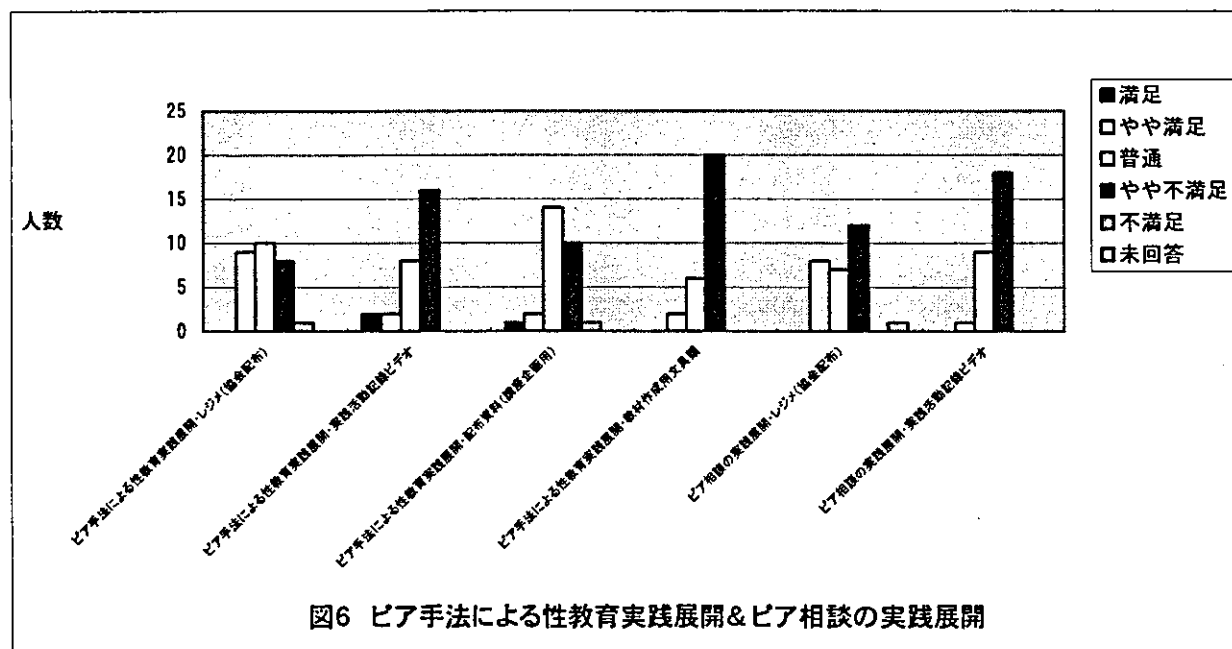
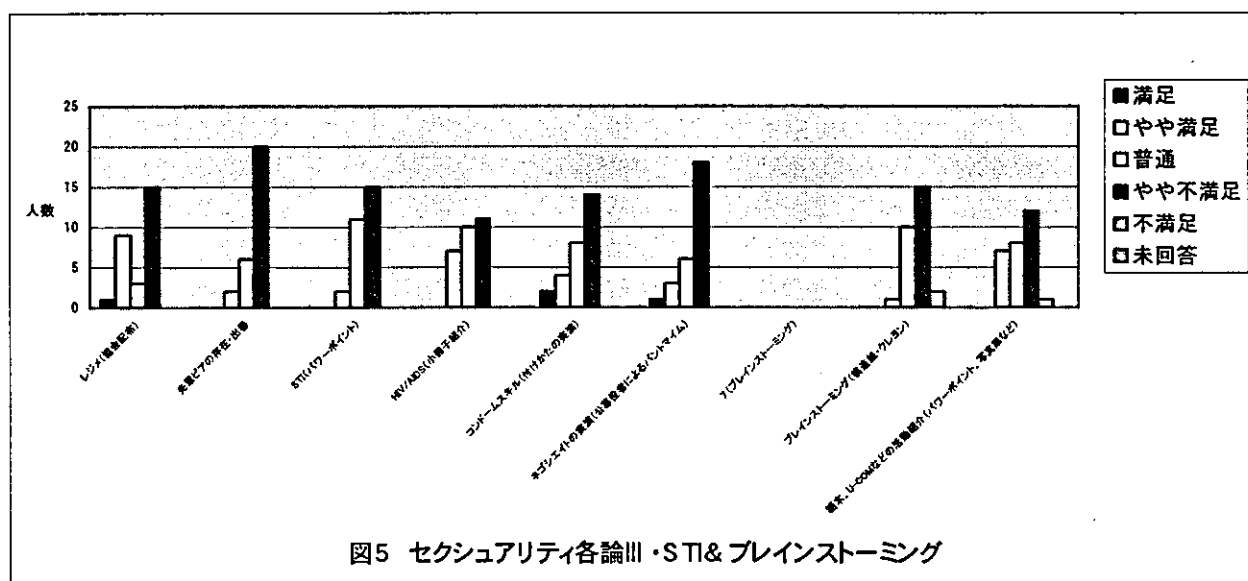
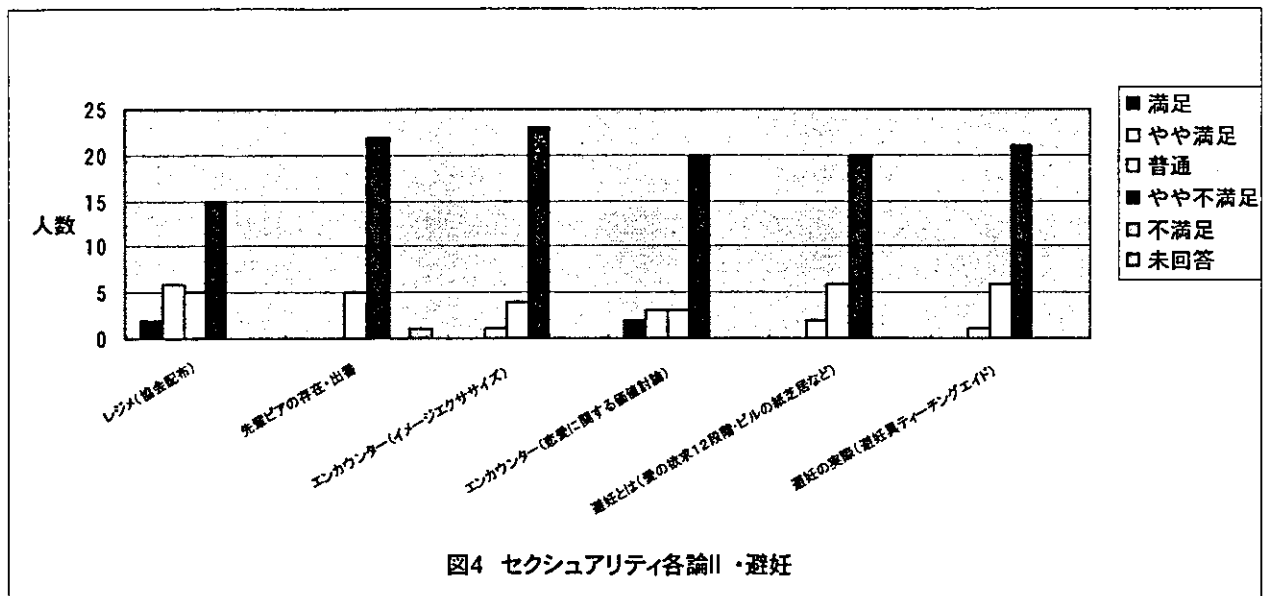
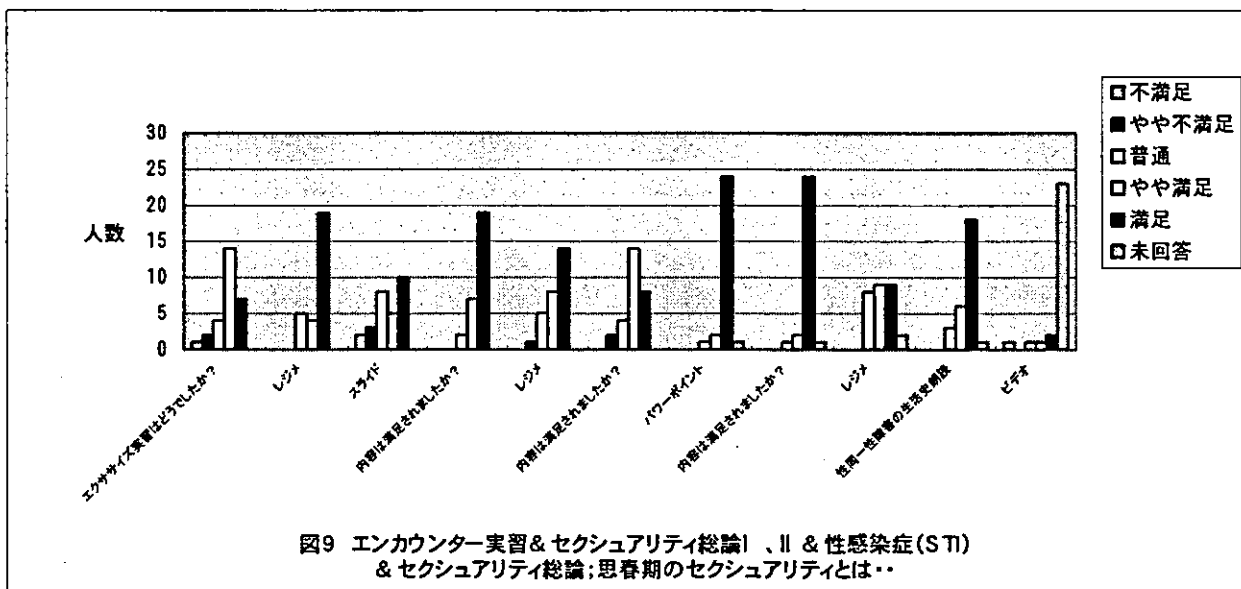
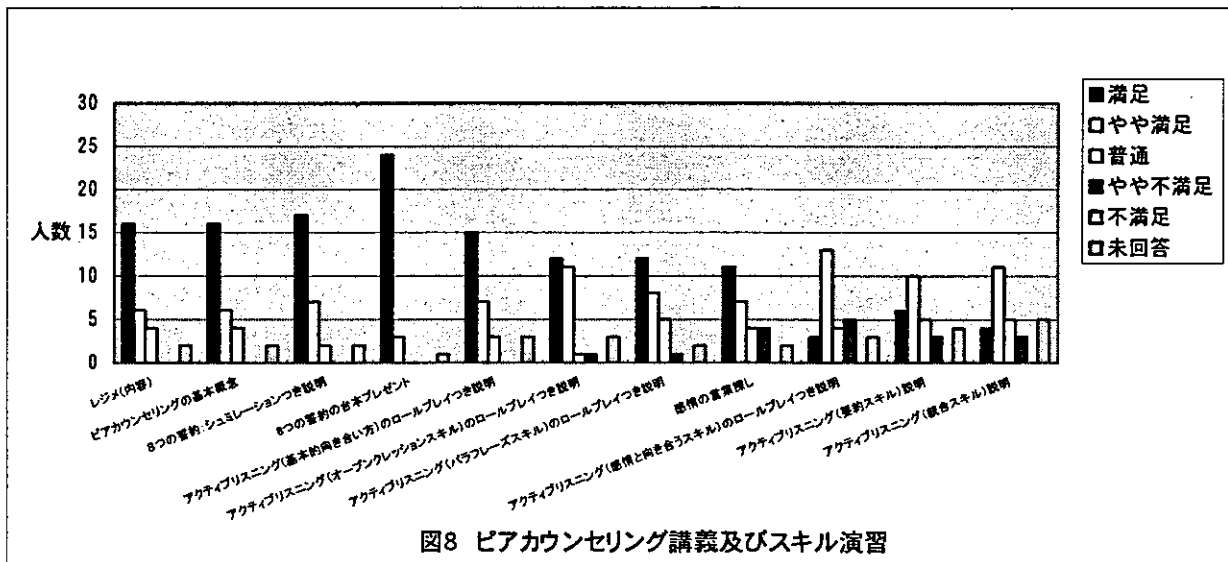
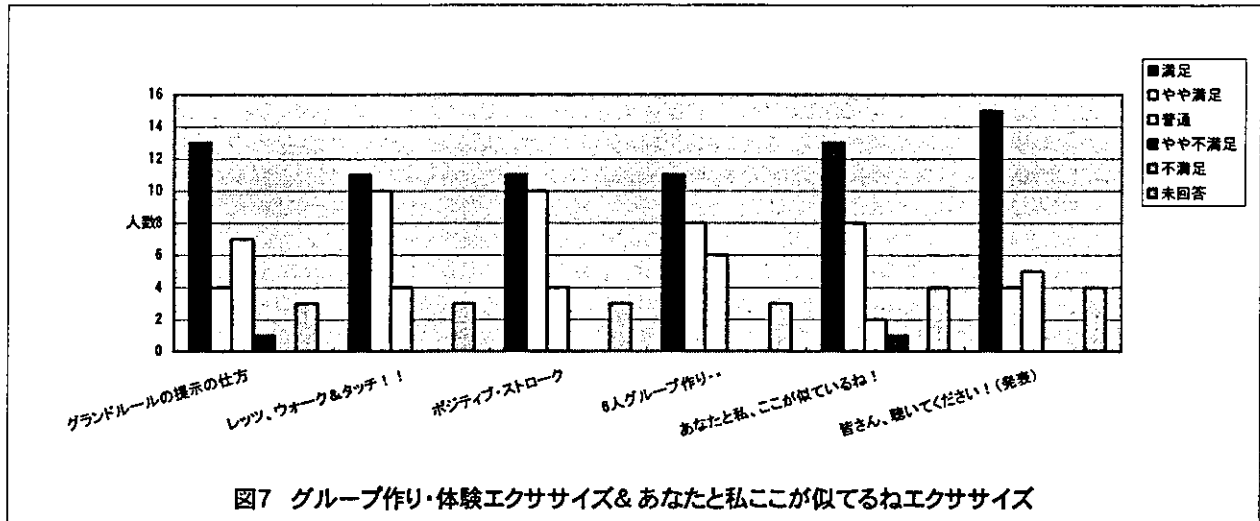


図3 セクシュアリティ各論・妊娠・出産

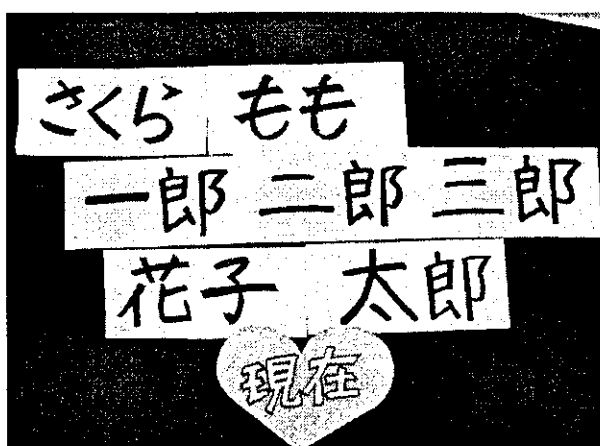
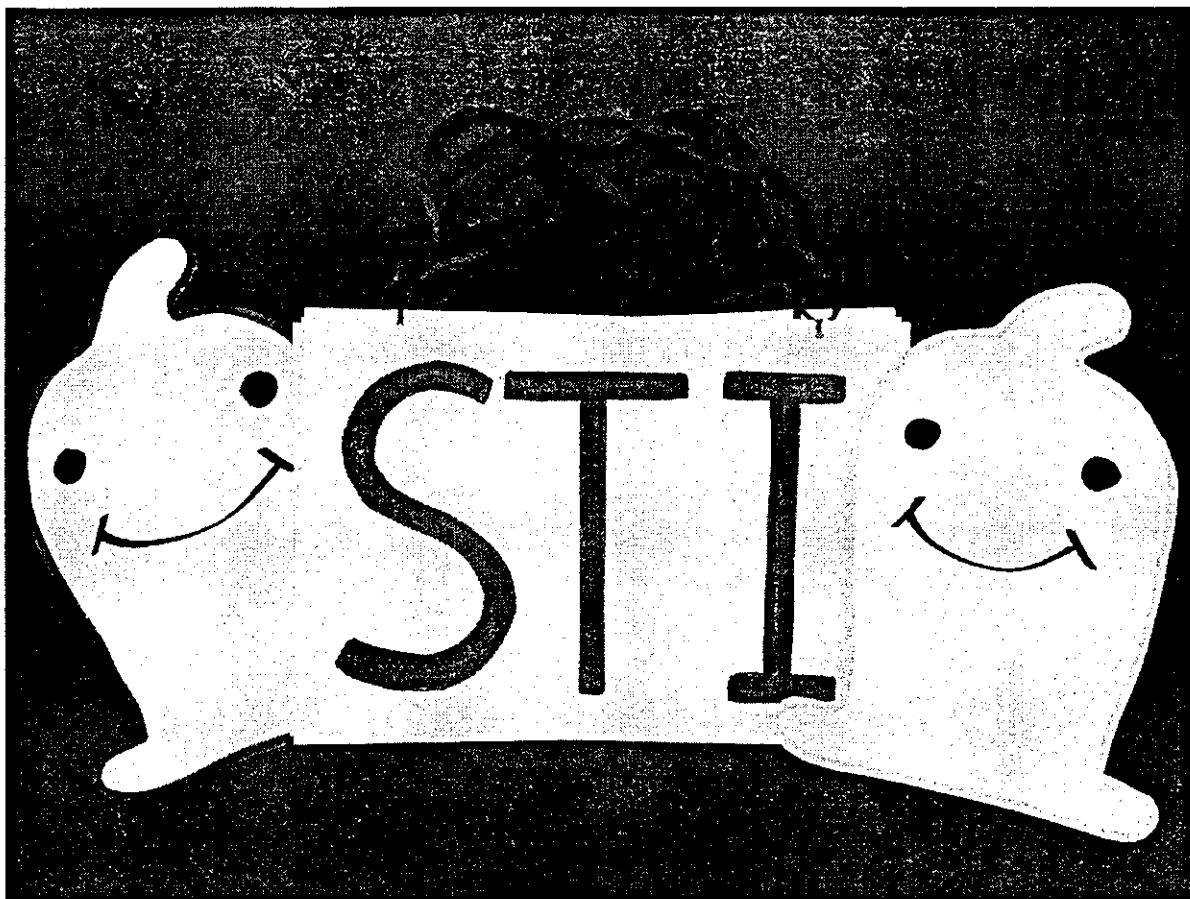




—具体的な教材紹介—

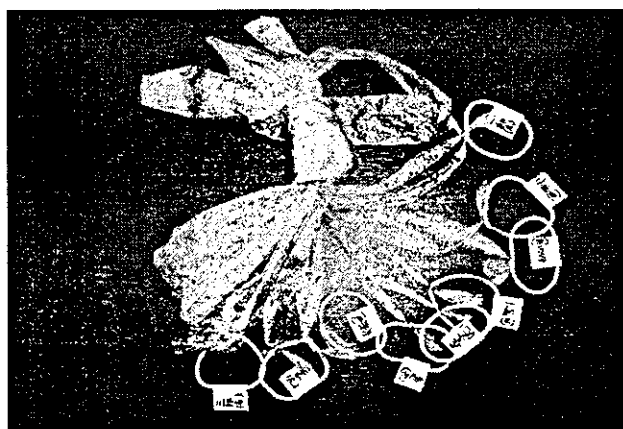
セクシャリティ 副読本



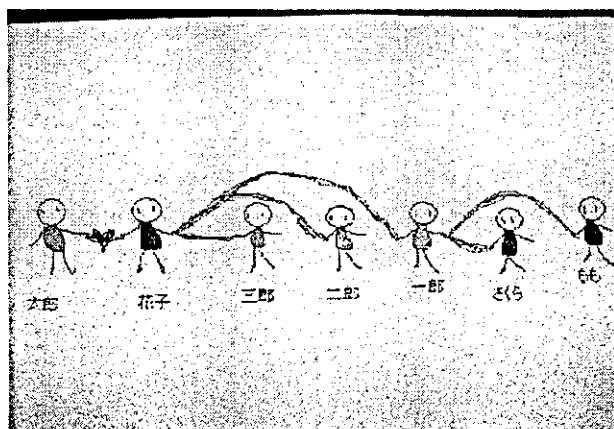


① いま、付き合っている
花子と太郎が・・・

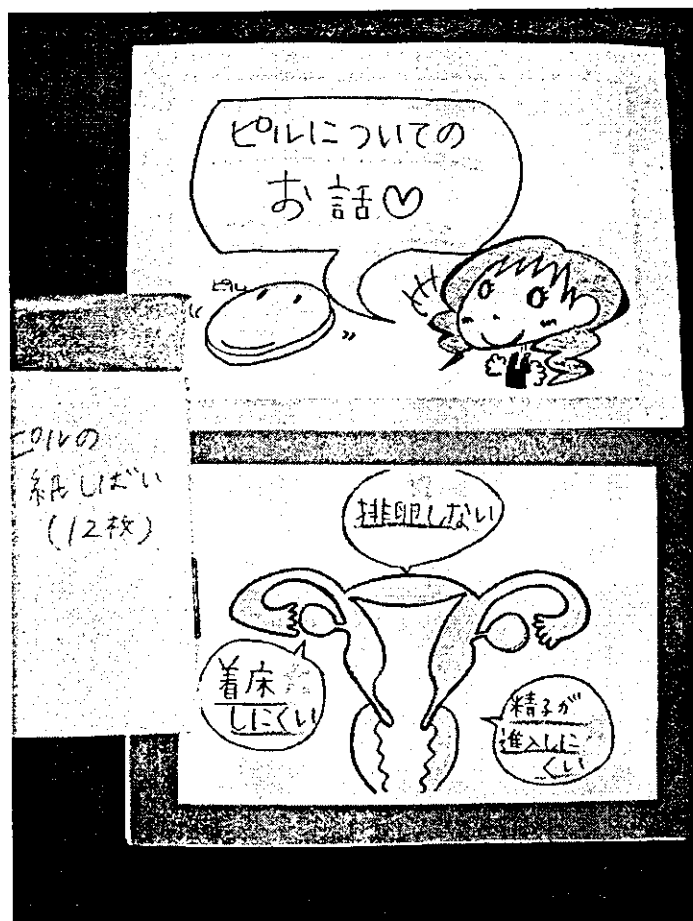
② ネットワークリング



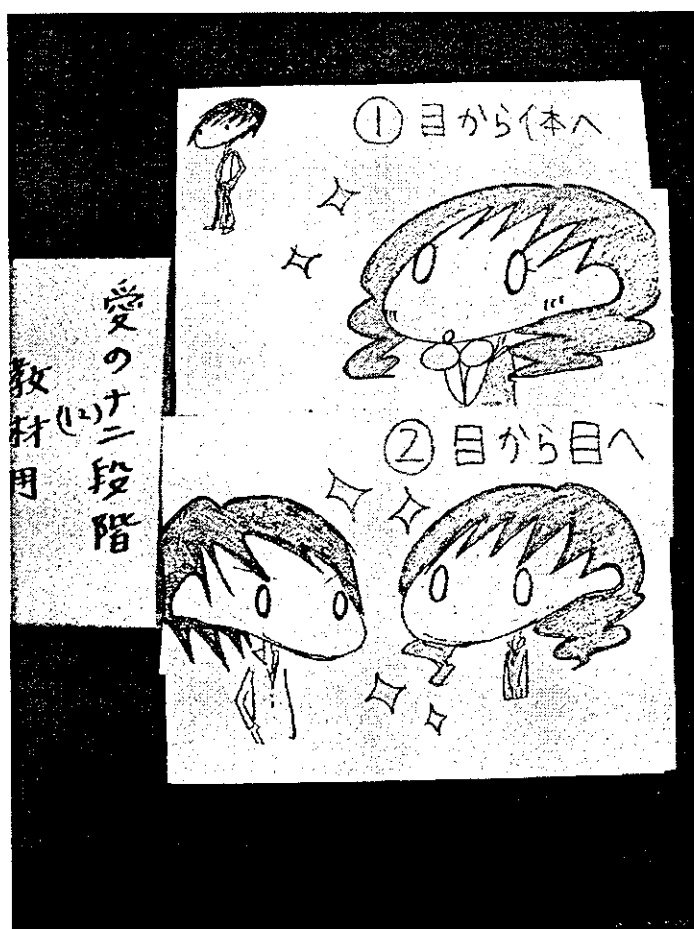
③ ネットワークチャート

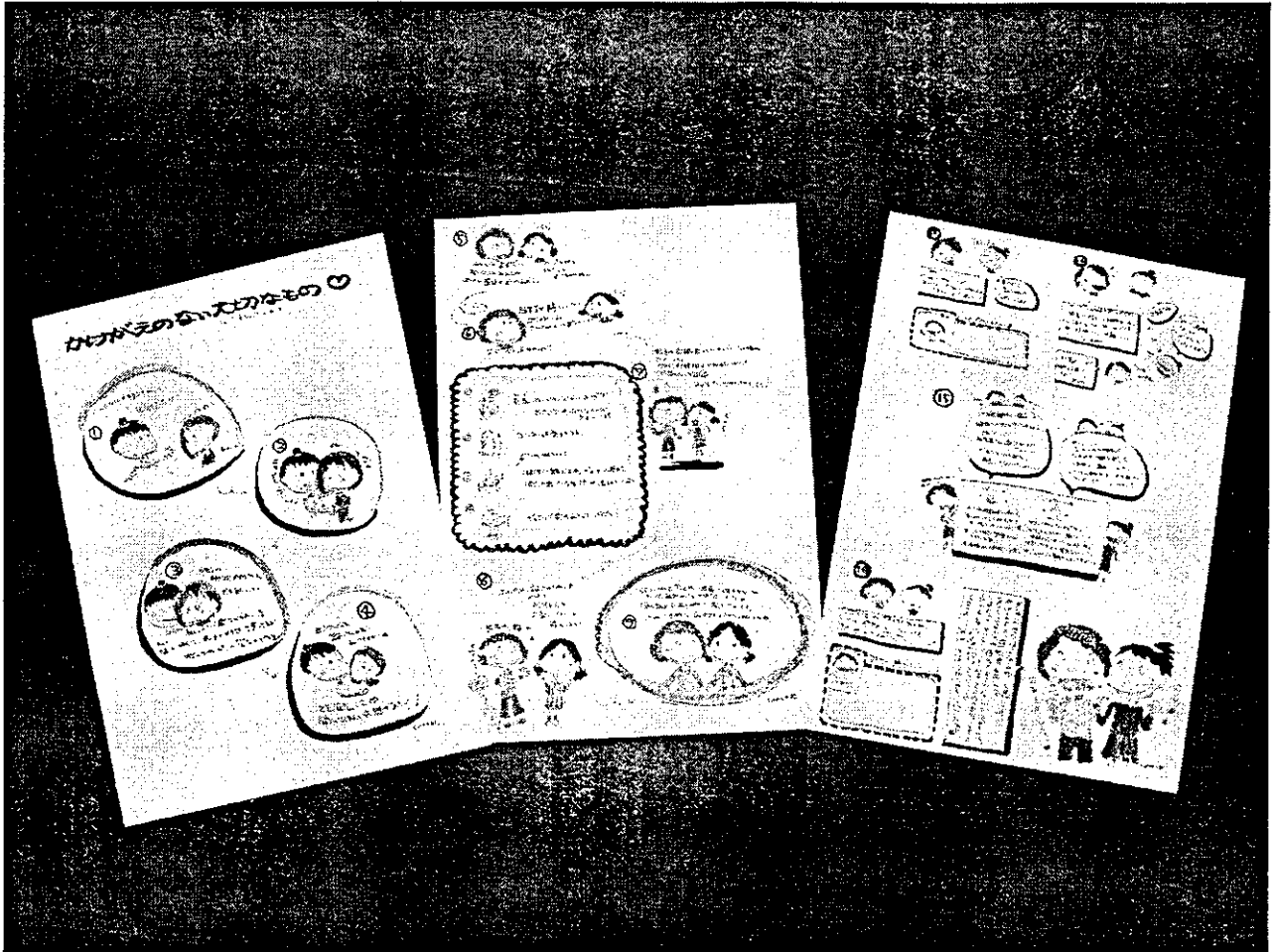


紙芝居 「ピルについてのお話♥」



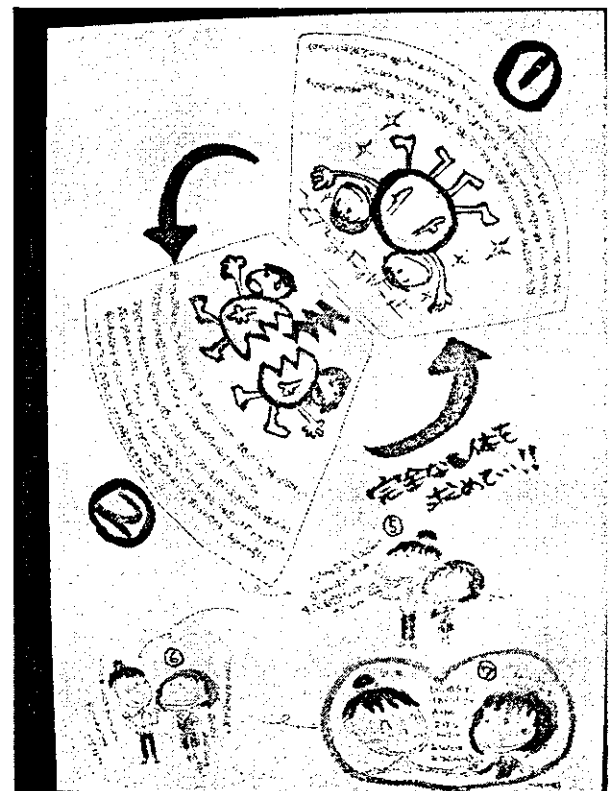
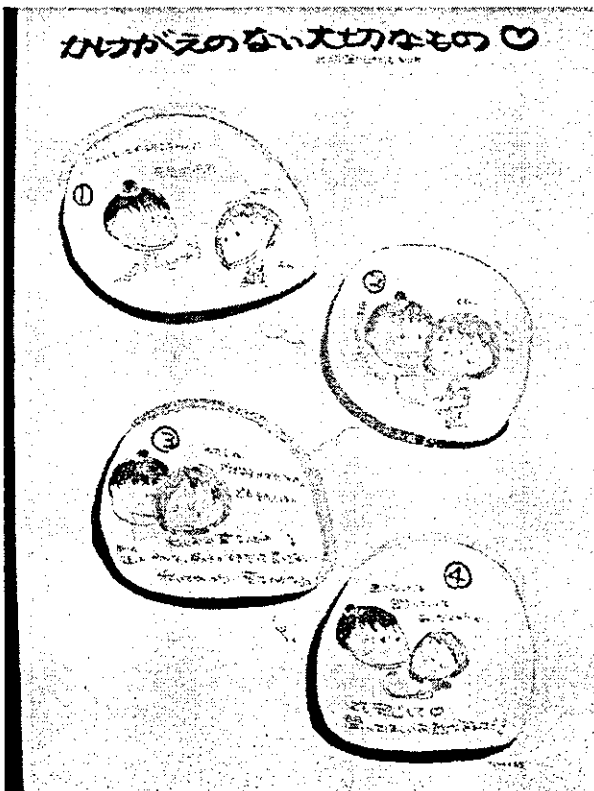
紙芝居 「愛の12段階」





チラシ① かけがえのない大切なもの♡ (表)

チラシ① かけがえのない大切なもの♡ (裏)

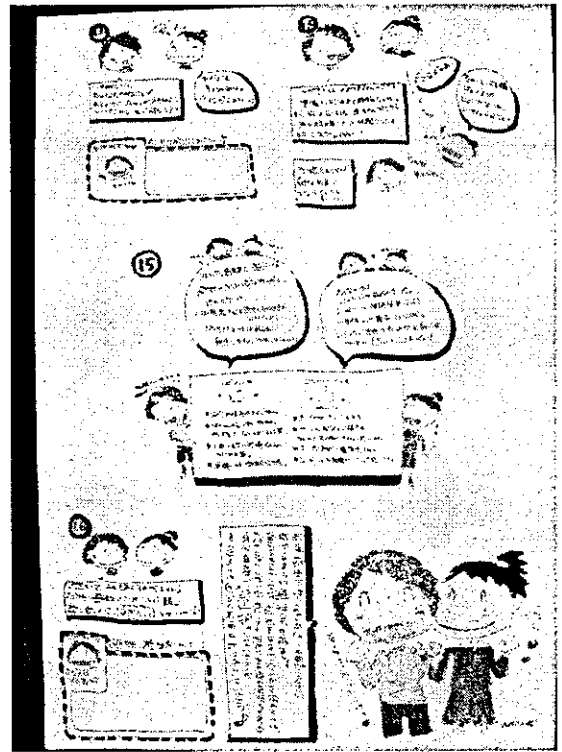
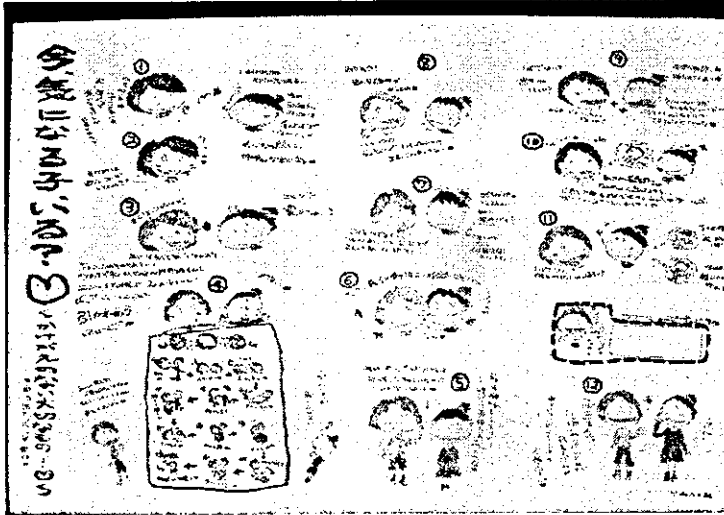


チラシ② 今、気になる子、いる？

♡～かけがえのない大切なもの…♡(裏)

チラシ② 今、気になる子、いる？

♡～かけがえのない大切なもの…♡(表)

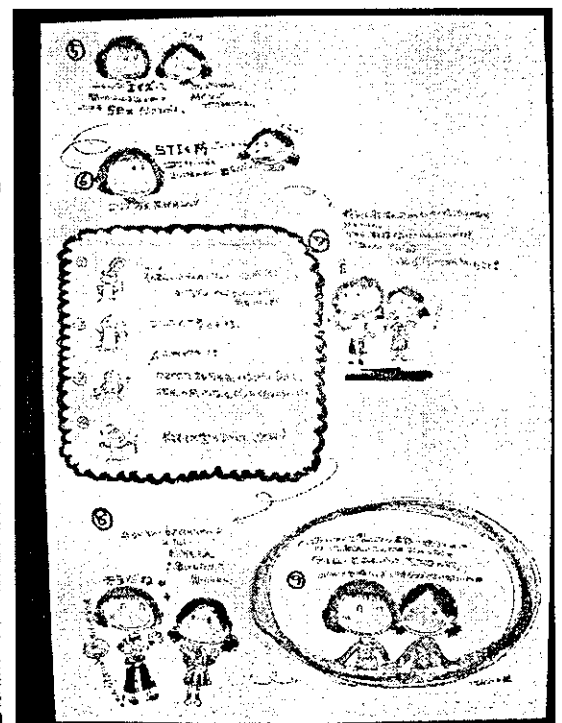
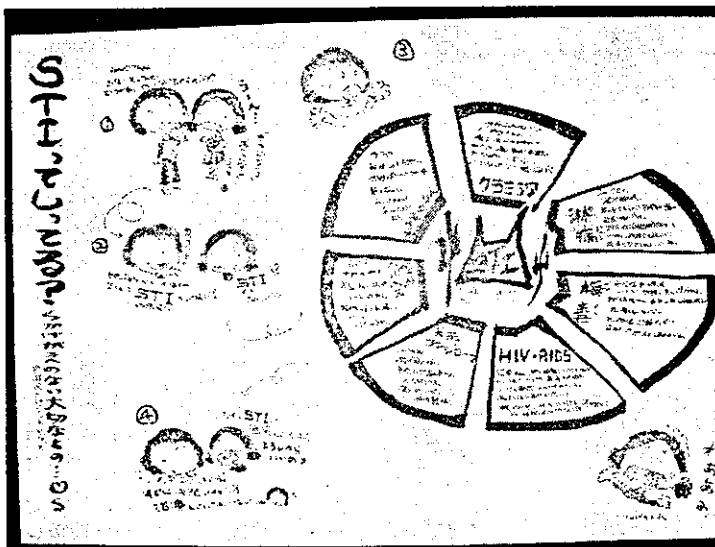


チラシ③ STIってしってる？

～かけがえのない大切なもの～ (裏)

チラシ③ STIってしってる？

～かけがえのない大切なもの～ (表)



思春期ピアカウンセリング活動支援システムの構築に関する研究

分担研究者	高村 寿子	自治医科大学看護学部
	前田ひとみ	宮崎大学医学部看護学科
	渡辺 純一	財団法人井之頭病院
研究協力者	石田 登喜子	福島県立医科大学看護学部
	江角 伸吾	とちぎ思春期研究会若者部会
	山下 友也	PEER SUPPORT in 宮崎

現在、思春期ピアカウンセラーとして活動している学生を対象に思春期ピアカウンセリングに対する悩みとニーズ調査を行った結果、思春期ピアカウンセラーを支えるコーディネーターや地域・学校機関等の理解不足からパワーレスやバーンアウトに陥るピアカウンセラーが多く見受けられること、またピアカウンセラー達の力量を高めていくためのフォローアップシステムや研修に対するニーズが高いことが示された。またパワーレスの予防や自分たちの視野を広げピアカウンセリング活動の質や幅を充実させることを目的に他団体との交流や情報交換を求めているピアカウンセラーが多いこともわかった。そしてそれは思春期ピアカウンセラーだけでなく、ピアカウンセラー養成者やコーディネーターも同じである。

そこで思春期ピアカウンセラー、ピアカウンセラー養成者、コーディネーター、それぞれのパワーレスやバーンアウトを予防し、エンパワーメントされた活動を継続するためのサポートシステムとして、①ピアカウンセラー全国ネットワークとしての日本ピアカウンセリング・ピアエデュケーション研究会（仮称）の立ち上げと②情報交換とエンパワーメントを図るためのホームページを検討し、作成した。

キーワード：思春期ピアカウンセラー支援システム、日本ピアカウンセリング・ピアエデュケーション研究会（仮称）、ホームページ

A. 目的

思春期ピアカウンセリング（以下、思春期ピア）は、友人、先輩など“仲間（＝ピア）”と言える横の関係の人たちとリラックスした雰囲気の中で交流をすることによって、性に対する正しい知識を身につけるだけでなく、自己理解、他者理解を深め、自分のことを大切に思うセルフエスティーム（自尊感情）を高める効果もある。そして、これらの効果は思春期ピアを受ける側だけでなく、実施する

しかし、ピアカウンセラー自身に悩みや葛藤など問題があったり、ピアカウンセラー自身がパワーレス（無気力）な状態に陥ってしまうと効果的な思春期ピアカウンセリングの実践は困難となる。

そこで本研究では思春期ピアカウンセリングに関わるピアカウンセラー、ピアカウンセラー養成者、コーディネーターのパワーレスやバーンアウトを予防し、エンパワーメント

された活動を継続するためのサポートシステムを考案することを目的とした。

B. 思春期ピアカウンセラーの悩みとニーズ調査

1. 目的

思春期ピアカウンセリングの支援システムを考案するにあたっての基礎資料として、思春期ピアカウンセラーの悩みやより効果的なピアカウンセリングを展開するためにどのようなサポートを求めているかを明らかにする。

2. 研究方法

平成 16 年 9 月から 11 月の期間に秋田県・栃木県・長野県・鳥取県・佐賀県・鹿児島県・宮崎県のピアカウンセラー指導者に調査を依頼し、承諾を得られた団体の思春期ピアカウンセラーを対象とした。

倫理面への配慮として、調査票の表紙に研究の主旨、調査協力拒否による不利益は一切無いことを明記し、無記名とした。記入した調査票は他者の目に触れないように、調査票に添付した封筒に記入者本人が入れ、封をしもらい、指導者または代表者に回収してもらって、まとめて郵送してもらった。集計はすべてランダムにナンバーリングして行い、個人が特定されないように留意した。

質問紙は、「対象者の属性」、「所属する団体の活動目的や活動スタイル」、「活動資金源と活動の主な依頼者」、「思春期ピア活動に当たって困ったこと・悩んだこと」、「活動に当たり受けているサポートとそのサポート源」、「今後より効果的な活動をしていくに当たって受けたいサポートとそのサポート源について」で構成した。

「思春期ピア活動を行うに当たって困ったこと悩んだこと」、「現在の活動に当たって受けているサポート」、「今後効果的な思春期ピア活動をするに当たってほしいサポート」は、自由記載で得られた回答の内容を分類し、同じ意味を持つものをカテゴリー化し分析した。

3. 結果ならびに考察

調査票は 123 枚郵送し、回収数は 69 枚（回収率 56.1%）で、有効回答数は 68 枚（有効回答率 55.3%）であった。

対象者の属性は表 1 に示すとおりであり、性別は、女性が 63 名（92.6%）で、在学する学校は、大学が 53 名（77.9%）と最も多く、学年は、3 年生が 38 名（55.9%）、2 年生 14 名（20.6%）、4 年生が 12 名（17.6%）であった。専攻する分野は、看護学専攻の学生が約 9 割を占めていた。

ピアカウンセラーとしての活動年数は、1 年以上 2 年未満と 2 年以上 3 年未満が共に 24 名（35.3%）であり、1 年未満が 11 名（16.2%）、3 年以上 4 年未満が 9 名（13.2%）であった。

（1）思春期ピア活動を行うに当たって困ったこと・悩んだこと（表 2）

これまでの思春期ピア活動を行うに当たってピアカウンセラーたちが困ったこと・悩んだこととして多かったのは、知識やコミュニケーションスキルなどの不足に代表される＜力量不足＞、思春期ピア活動や方法論についての迷いなどの＜思春期ピア手法に関する悩み＞であった。これらの悩みや疑問に対しては勉強会や自己学習を行ったり、メンバーや指導者へ相談していたが、現在でも対処できていないという回答が多かった。このことは、実際に活動を行っていく中で生じる悩みや疑問に対しては、ピアカウンセラー養成講座で受けた最初の教育だけでは不十分であることがわかる。養成講座受講後もピアカウンセラーを支え、高めていけるようなフォローアップシステムの整備や、長期的な教育が必要だといえる。

また、周囲の大人の＜思春期ピアへの理解不足＞、＜依頼者の理解不足＞のような、思春期ピア活動に対する教師や大人の理解不足から、ピアカウンセラーが効果的な活動を行いにくい環境があることもわかった。

さらにメンバー内で意思統一ができないなどの＜メンバー内における問題＞や＜他団体との交流不足＞があげられた。

（２）効果的な活動をするに当たってほしいサポート（表３）

今後、効果的な思春期ピア活動を行うに当たってほしいサポートとして最も多かったのは＜教育委員会や小・中・高校＞に対して性教育や思春期ピア活動への理解をして欲しいというものであった。そして次に多かったのが＜他団体＞に対するものであった。これまでも他団体からのサポートは受けてはいたが、決して多くはなかった。その理由として、自分たちの活動だけでも忙しく他と交流する機会がなかなか持てないことや、思春期ピア活動の歴史がまだ浅く、思春期ピアカウンセリングを行なっている団体が少ないために、ネットワークがないことがある。しかし、自分たちの活動がマンネリ化した時や、問題が起こったときにアドバイスや意見をもらいたいという回答が多かったことから、他団体と交流し意見交換することで、お互いの思春期ピア活動をより充実させていきたいという意識が強いことがわかる。堀内らも思春期ピアカウンセラー達が他団体との交流や情報交換により力づけられることを報告している。

「やる気・満足度を高める」「ピアカウンセラーだけでは解決できない行き詰まりへの対処」については＜メンバー＞がサポートしていたが必ずしも解決には結びついていないことが示された。また県および市町村の＜保健所＞に対してはピアカウンセラーと保健所が意思統一し、継続的な活動を進めていくために、相互の話し合いを密にして、より連携していくこと、さらに大人、特に教育機関の理解を得るといった環境作りを求めている。

以上のことからピアカウンセラーはメンバーに多くのサポートを受けながらも＜メンバー内における問題＞を抱えている場合があり、

メンバー内の意思統一やコミュニケーションを高めるための場の必要性和、＜他団体＞との交流の機会やネットワーク作りを求めている。さらに、ピアカウンセラーが最も困ったこと・悩んだこととして＜力量不足＞と＜対象者との関わりに悩んだ＞ことがあげられたことから、ピアカウンセラーを支え、高めていけるようなフォローアップシステムの整備や、長期的な教育が不可欠であることが示された。

C. ピアカウンセラー支援システムの考案

1. 目的

思春期ピアカウンセリングの普及を図るために、思春期ピアカウンセラー、ピアカウンセラー養成者、コーディネーターのパワーレスやバーンアウトを予防し、エンパワーメントされた活動を継続するためのサポートシステムを考案することを目的とした。

2. 方法

「思春期ピアカウンセラーの悩みとニーズ調査」から思春期ピアカウンセラーを支えるコーディネーターや地域・学校機関等の不足から、パワーレスやバーンアウトに陥るピアカウンセラーが多く見受けられること、またピアカウンセラー達の力量を高めていくためのフォローアップシステムや教育を求めていることが示された。またパワーレスの予防や自分たちの視野を広げピアカウンセリング活動の質や幅を充実させていくために他団体との交流や情報交換を求めていることもわかった。そこで思春期ピアカウンセラー、ピアカウンセラー養成者、コーディネーターを支える支援システムの一つとして、①ピアカウンセラー全国ネットワークとしての日本ピアカウンセリング・ピアエデュケーション研究会（仮称）と②ピアカウンセリングに関わる人々の情報交換とエンパワーメントを図るこ

とを目的としたホームページの立ち上げを検討した。

3. 日本ピアカウンセリング・ピアエデュケーション研究会（仮称）について

平成 16 年度からピアカウンセラー養成者養成が開始されたことから思春期ピアカウンセラーを都道府県で養成することが可能になってきた。都道府県での養成は一緒に活動する仲間としてのつながりは強くなるが、他の地域のピアカウンセリングとの情報交換や交流は疎になっていくことが予想される。

全国的なネットワークを作ることにより全国各地での活動状況がわかり、さらに他団体と交流し意見交換することで、お互いの思春期ピアカウンセリング活動をより充実させていくことができると考える。そこで、ピアカウンセラー全国ネットワークのひとつとして日本ピアカウンセリング・ピアエデュケーション研究会（仮称）の立ち上げを検討した。

（1）日本ピアカウンセリング・ピアエデュケーション研究会（仮称）会員の登録資格

日本ピアカウンセリング・ピアエデュケーション研究会（仮称）が認定したピアカウンセラー養成に関する基礎講座とフォローアップ講座を受講した者

（2）研究会会員登録とホームページアクセスまでの流れ（図 1）

ピアカウンセラー養成に関する養成基礎講座とフォローアップ講座を受講した時点で、登録希望者には研究会への登録申込書（資料 1）を記載してもらう。日本ピアカウンセリング・ピアエデュケーション研究会（仮称）事務局ではピアカウンセラー養成に関する基礎講座・フォローアップ講座を修了したことを確認し登録完了となる。なお、日本ピアカウンセリング・ピアエデュケーション研究会（仮称）に登録された会員にはピアカウンセラー全国ネットワークのホームページへアクセスできるパスワードを事務局から通知する。

4. 全国ネットワークとしてのホームページ（資料 2）について

全国ネットワークが構築されると、実際の活動の中で生じた悩み、ピアカウンセリングやセクシュアリティに対する知識の不足を補うことための学習会を開いたりするきっかけにもなる。さらに、他地域で活動しているピアカウンセラーと情報交換やインフォーマルな交流を持つことにより、ピアカウンセラーの視野が広がり、思春期ピアカウンセリングの活動の質や幅が広がっていくことが考えられる。また、ピアカウンセラーとして養成され活動してきた人たちも、年齢を重ねることによって思春期ピアカウンセラーから卒業していく。しかしピアには様々なものがあり、それぞれの職場でピアカウンセリング活動を行っていくことは可能である。ピアカウンセリングの今後の発展を考えるとホームページの立ち上げは意義深いものと考えられる。

ホームページは掲示板形式とする。そこで掲示板には、ピアカウンセラーがより自分たちの問題や言いたいことを表出できる環境を作るためにパスワードを使い、登録・認証された者だけがアクセスできるようにする。そして書き込みをするときには、実名ではなくコードネーム等を用いて個人を特定できないように配慮する。

インターネットによる情報交換には図 2 のようなメリット・デメリットが考えられる。パスワードの漏洩の可能性にも配慮し、定期的にパスワードの更新も行っていくこととする。

D. 健康危機情報

なし

E. 研究発表

1. 著書

なし