

高校生のピアエデュケーター養成のプログラム開発

吉田佳代, 前田ひとみ

The development of a peer educator training program for high school students

Kayo Yoshida Hitomi Maeda

Abstract : In order to develop a peer educator training program as a new strategy for youth-to-youth sex education, we examined whether the program modified cognition and behaviors of sexuality in high school students.

This training program contained basic seminar which was 12-hour and follow-up seminar which was 4-hour. This training program provided information about communication skill and sexuality, was provided for high school students by university students who had finished the peer counselor course using an empowerment-evaluation approach.

We administered a questionnaire and focus group interview about sexuality and communication to high school students who participated in a peer educator training program in 2008. The questionnaire contained questions about sexually transmitted diseases, contraception, decision-making related to sexual behaviors, self-efficacy and self-esteem. The data were collected before, just after, and three months after the peer educator training program.

Fifteen high school students were enrolled the basic seminar and eleven high school students were enrolled the follow-up seminar. They learned communication skills, and they reported an improved ability to form good human relations after the program. In addition, they reported an increase in knowledge and recognition about their sexuality. Average scores of self- efficacy and self-esteem raised were just after and three months after the program compared with scores before the program.

This peer educator training program was effective in the achievement of communication skills, self-understanding, and decision-making about safer sexual behaviors. It is needed to keep the activities as peer educators in their school. It is necessary for expansion of their playground.

Key words : high school students, peer educators

I. はじめに

子どもから大人への移行期である思春期／青年期は自分が何者なのかを模索し、自己同一性（アイデンティティ）を確立する時期である。また二次性徴が顕著になり、心身の性的成熟により、性意識・性的欲求が高まってくる。そのため性的なことがらや情報に関心が生じて異性や他者とのかわりに変化がみられる時期でもある。年々、高校生の性交経験者が増えてきており、性交経験者の低年齢化や、性交相手が「複数化」していることが指摘されている¹⁾。

平成19年度の熊本県における10代の人工妊娠中絶実施率は全国でも上位となっている。このことから、中・高校生から性交には妊娠や性感染症に罹患する可能性があることを理解し、望まない妊娠や性感染症を予防するための避妊や感染予防について考え、実践する力を身につけることが必要だと考える。

わが国の若者を取り巻く環境の大きな特徴のひとつに、諸外国と比較して高い教育水準が国全体で保たれていることが挙げられる。性＝生の健康教育も教育体系の中に整備されているにもかかわらず若者の性＝生の問題行動が、何故、これほどまでに長期的に大きな社会問題になっているのだろうか。これまでの教育は、大人の価値観で構成された知識を教えるだけの指導型の健康教育が主流であった。このような教育は若者の心理を理解し、真のニーズに沿った性＝生の健康教育となっていない可能性が高く、若者に対する性＝生の健康教育の方法論を大きく見直す時期に来ている。1977年に世界保健機関（WHO）は“思春期の人びとのヘルスニーズ”という専門委員会報告書で、思春期の人びとは権威に対して錯綜した感情があることから、同年輩の仲間同志の効果的なカウンセリング（Peer counseling）プログラムを開発することの重要性を強調している²⁾。また、国際家族計画連盟（IPPF）のドーチェ・ブラー

ケンとは、“ピアエデケーションとは同年代または所属を同じくするグループが、情報や知識・価値観・スキル・行動を分かち合うことである”と定義し、世界各地で若者のピアエデクター（仲間教育者）を募り、訓練している。そして、若者におけるピアエデケーションは、与える人間とそれを受けとる人間が近い立場にいて、知識に説得力が増すことから、若者のスキル・知識の向上に効果的に働き、若者の行動変容に有効であると述べている³⁾。このように、知識伝達を主とした指導型では主体的な行動変容は起りにくいことから、現在、保健医療の分野では行動変容をもたらすのに効果的な健康教育として、価値観を共感・共有できる“仲間（peer）”というキーパーソンが行うピア（仲間）カウンセリングという方法が注目を浴びている。

高村は、我が国の若者の行動変容をもたらすような性＝生の健康教育取り組みとして、大学生のピアカウンセラー養成プログラムを作成し、思春期ピアカウンセリング・ピアエデケーション普及のためのマニュアルを作成した²⁾。このプログラムは「ピアカウンセリングに関する知識・スキル」、「セクシャリティに関する知識」、「ピアカウンセリングの実践」、「エンパワーメント」などによって構成され、30時間のベーシックセミナーと、実践後の15時間のフォローアップセミナーからなる。このピアカウンセラー養成プログラムを用いて全国各地で大学生のピアカウンセラー養成が行われている。そして大学生によるピアエデケーションが実施され、高い評価を得ている³⁾⁴⁾⁸⁾。大学生と同じような活躍を高校生にもできるのではないかということから、熊本県では思春期健康教育事業としてピアエデクター養成に取り組むこととなった。この事業は、訓練された高校生のピアエデクターが、各高校でクラスや友人のロールモデルとなり、仲間が必要としている情報の提供や性の理解を深め、より良く生きることの大切さを伝え、お互いの将来の人生設計を実現していくために、今自分が何をすべきかを考える力を養っ

たり、性感染症や人工妊娠中絶予防に向けた行動変容を促すことを目的としている。この事業を遂行するにあたって、本研究では高校生の性=生の自己決定能力を高めることを目指した高校生のためのピアエデュケーター養成プログラム（Ver.1）を作成することを目的とした。

II. 研究方法

1. 高校生のピアエデュケーター養成プログラム（Ver.1）の作成

本研究における高校生のピアエデュケーター養成プログラムは、性に対する正しい知識と思春期ピアカウンセリングのスキルを学び、学んだことを活かしながら、大学生のピアカウンセラーと連携して所属する高校または地域の中でピアエデュケーターとして活動できる高校生を育成することを目指す。そこで本プログラムの作成にあたっては、高村らが開発した思春期ピアカウンセラー養成カリキュラム²⁾を参考にした。

本養成プログラムは、ベーシックセミナー（12時間）とフォローアップセミナー（4時間）のふたつのセミナーを中心として構成した（表1）。ベーシックセミナーは、ピアカウンセリングの理論と基本的スキル、セクシュアリティにおける基本的な知識を学び、ピアエデュケーターとして活動できる能力を身につけることを目的とした。また、フォローアップセミナーは更に充実した活動ができるように、ベーシックセミナー後の体験を踏まえて、自分自身や周囲に生じた変化、悩みや思いを、ピアエデュケーターの仲間同士で話し合い、共有することによってエンパワーメントを促進することと同時に、セクシュアリティやピアカウンセリングスキルのブラッシュアップを行った。

教育方法としては、理解すべき基本的な知識や態度については講義形式となるが、より効果的な学習が促進されるように、講義と平行してエクササイズ、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取り入れて実施する形

表1 高校生のピアエデュケーター養成プログラム

ベーシックセミナー	12時間
ピアカウンセリングの理論とスキル	8時間
セクシュアリティに関する知識	3時間
実践計画	1時間
フォローアップセミナー	4時間
活動の振り返り	1時間
エンパワーメント	0.5時間
セクシュアリティ再確認	0.5時間
ピアカウンセリングブラッシュアップ	2時間

式とした。

実施にあたっては、高校生同士や大学生との交流を深めることと、ゆとりをもってセミナーを開催するために、ベーシックセミナーは2日間とした。実施場所としては可能であれば宿泊施設を併設した施設であること、また、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、自然が多い、静かな場所でおこなうこととした。

講師と参加者の直接の対話が十分に行われるように受講募集人数は30名程度とした。

2. 高校生のピアエデュケーター養成セミナー（以下養成セミナー）の実施

A保健所並びにB保健所管轄内の高校に通学する高校生を対象として、“自分との散歩道”というテーマで実施した。

A保健所地区ではベーシックセミナーを平成20年7月に1泊2日で実施し、フォローアップセミナーは平成21年1月に実施した。B保健所では、ベーシックセミナーを平成20年8月の連続した2日間で実施し、フォローアップセミナーは平成20年12月に実施した。

1日目の目標は①コミュニケーションスキルの基礎を学ぶ、②自己や他者についての理解を深める、2日目の目標は③性について考える、を中心として実施した。ピアカウンセリングやセクシュアリティの理解を深めることを目的としたプログラムでは講義に加え、構成的グループ・エンカウンターのエクササイズを取り入れた。コミュニケー

ション並びに性に関する知識やスキルについては、寸劇や紙芝居、ロールプレイ、ゲームによって大学生が情報と課題を提示し、それらについて最初は高校生が個々に考えてもらい、その後グループワークやディスカッションを通して意見交換をする形式を基本とした。

3. 高校生のピアエドゥケーター養成プログラムの評価

本プログラムの評価として、受講生に対する質問紙調査とグループ・フォーカスインタビューを行った。

質問紙調査の調査票は基本属性、性に関する知識・認識・行動の項目に坂野・東條らの一般性Self-Efficacy尺度、RosenbergのSelf-Esteem尺度などを加えた渡邊⁸⁾の「性に関するピアカウンセリング」調査票を基に作成した。受講後調査には受講前調査項目に加え、「ピアカウンセリングセミナーの中で印象に残っていること」、「ピアカウンセリング受講後自分自身の中で変化したことや気をつけるようになったこと」についての自由記載を加えた。調査は、受講直前、受講直後、受講後3ヶ月後に実施し、倫理的配慮として、調査への協力は自由意思であること、回答の提出をもって同意が得られたものと判断する旨を説明し、また分析において受講前後の比較が必要であるため、自分が決定した同一の印を受講前後の回答票に記入してもらった。調査票とともに回収用の専用のワンタッチ式封筒を各々の対象者に配布し、個別に封をした後に回収した。

分析方法は、自由記載については記載された内容によって分類した。5段階法による質問項目は「そう思う」「どちらかといえばそう思う」「思う」に分類して受講前後で比較した。一般性Self-Efficacy尺度とSelf-Esteem尺度については平均点を比較した。

グループ・フォーカスインタビューは事前に、前回のピアカウンセリングセミナーの中で印象に残っていること、ピアカウンセリング受講後自分

自身の中で変化したことや気をつけるようになったこと、ベーシックセミナー受講後の活動内容について考えてきてもらい、フォローアップセミナーの中で実施した。インタビューを始めるにあたって、お互いはピアネームで呼び合うこととインタビュー内容をテープに録音することについて了承を得た。終了後、逐語録を作成し、①前回のセミナーで特に印象深かったプログラムの内容とその理由、②ピアカウンセリング受講後自分自身の中で変化したことや気をつけるようになったことについては研究者2名で内容分析を行い、カテゴリー化した。

III. 結果

参加者はA保健所地区がベーシックセミナー9名(男子1名、女子8名)、フォローアップセミナー7名で、B保健所はベーシックセミナー6名、フォローアップセミナー5名であった。

調査票の回収は受講前並びに受講直後が15名(回収率100%)で受講3ヶ月後が10名(回収率66.7%)であった。

1. 受講者の属性(表2)

受講生の学年は、2年生が7名(46.7%)、3年生が8名(53.3%)であり、性別は女子が14名(93.3%)であった。

何でも相談できる友人がいると回答した者は14名(93.3%)であり、現在、彼・彼女がいる人は14名(93.3%)であった。

表2 思春期ピアカウンセリング講座を受講した高校生の属性(n=15)

		人(%)	
学 年		2年生	3年生
		7(46.7)	8(53.3)
性 別		男性	女性
		1(6.7)	14(93.3)
相談できる友人がいる		14(93.3)	
現在、彼・彼女がいる		14(93.3)	

表3 自己や性に関する認識並びに行動についての受講前後の比較 (%)

	受講前 N=15	受講直後 N=15	3ヵ月後 N=10
将来の人生の計画は具体的である	33.3	60.0	50.0
自分自身のことを自分でよく理解している	66.7	86.7	70.0
自分の考えていることをありのままに表現できる	33.3	80.0	70.0
自分の性に生まれてよかった	86.7	80.0	60.0
異性とつきあうのは相手のことをよく知ってから	73.3	100	60.0
性交は特定の相手とするものである	66.7	100	90.0
友達が性交を経験していたら自分も早く経験したい	6.7	0	10.0
性交を求められて、気持ちの準備ができていないとき相手に自分の気持ちを伝える自信がある	66.7	86.7	80.0
知りあって初めて性交しようとしていると仮定したとき			
性交の前に性感染症について考える	60.0	93.3	90.0
性交の前に妊娠について考える	100	100	100
コンドームを必ず使う自信がある	80.0	93.3	90.0
コンドームを正しく使う自信がある	66.7	86.7	70.0

2. ピアエデュケーター養成セミナー受講前後の比較 (表3、表4、表5)

自己や性に関する認識並びに行動については受講直後は「自分自身の事を自分でよく理解している」人の割合が高く、「将来の人生の計画は具体的である」と回答した人の割合が高くなっていった。また、「自分の考えていることをありのままに表現できる」、「性交は特定の相手とするものである」、「性交は特定の相手とするものである」、「性交を求められて、気持ちの準備ができていないとき、相手に自分の気持ちを伝える自信がある」については受講前に比べ受講直後が高くなっており、

「友達が性交を経験していたら自分も早く経験したい」と回答した人はいなかった。さらに、「知りあって初めて性交すると仮定したとき」には、受講前では全ての人々が妊娠は考えないと回答しており、性感染症について考える人は60%であった。しかし、受講後は93.3%が性感染症について考えると回答しており、「コンドームを必ず使う自信がある」と「コンドームを正しく使う自信ある」と回答した人の割合も増えていた。

受講3ヵ月後は受講直後ほどの大きな変化は見られなかった。しかし「将来の人生の計画は具体的である」、「性交は特定の相手とするものである」、

表4 受講前後の妊娠や性感染症に関する知識の正答率の比較 (%)

項 目		受講前	受講直後	3ヵ月後
妊 娠 の 知 識	1度の性交でも妊娠する。	85.7	100	100
	安全日の性交は確実な避妊法である。	86.7	84.6	80.0
	膣外射精は確実な避妊法である。	73.3	80.0	70.0
	ピルは確実な避妊法である。	66.7	100	70.0
	コンドームは確実な避妊法である。	33.3	20.0	20.0
日本ではピルは薬局で買える。	73.3	93.3	90.0	
性 感 染 症 の 知 識	性感染予防にコンドームは効果的である。	93.3	100	100
	性感染予防にピルは効果的である。	80.0	93.3	90.0
	性感染症はオーラルセックスでも感染する。	40.0	60.0	70.0
	特定相手との性交では性感染症に感染しない。	40.0	86.7	70.0

表5 受講前後の一般的Self-Efficacy尺度得点とSelf-Esteem尺度得点の比較

	(Mean±S.D)		
	受講前 N=15	受講直後 N=15	3ヵ月後 N=10
一般的Self-Efficacy尺度	5.6±3.6	6.4±3.3	6.6±3.8
Self-Esteem尺度	21.1±5.7	23.0±6.2	23.4±6.2

「性交を求められて、気持ちの準備ができていないとき、相手に自分の気持ちを伝える自信がある」、「性交の前に性感染症について考える」、「コンドームを必ず使う自信がある」と回答した人の割合は受講前に比べて高い割合が維持されていた。

妊娠に関する知識の正答率で、受講前に比べ受講直後が高かった項目は「一度の性交渉でも妊娠する」、「ピルは確実な避妊法である」であり、性感染症については全ての項目が受講直後は正答率が上がっていた。そして3ヵ月後も維持されていた(表4)。

一般的Self-Efficacy尺度やSelf-Esteem尺度の得点は男子が女子よりも高い傾向がみられる¹¹⁾が、今回は男子が一人であったことから合わせて分析した(表5)。一般的Self-Efficacy尺度の得点(平均±標準偏差)は受講前5.6±3.6点から受講直後6.4±3.3点になっており、3ヵ月後は6.6±3.8点であった。またSelf-Esteem尺度の得点(平均±標準偏差)も受講前21.1±5.7点から受講直後23.0±6.2点になっており、3ヵ月後は23.4±6.2点であった。

3. ピアエドゥケーター養成セミナーに対する受講者の評価

フォーカス・グループインタビューで述べられた「ピアカウンセリングセミナーの中で印象に残っているプログラムの内容とその理由」(表6)については、「アドバイスを与えなくていいとか、気持ちに寄り添うとか、自分がこれまで思っていたことと違う相手との話し方が学べた」「パラフ

レーズを使うことで話が聞いているんだなという実感が持てるようになった」などのように、コミュニケーションスキルについての学びがきかれた。また「一人ひとり、価値観って違うということがすぐく分かったし、自分が納得するまで話し合うことも普段の生活で大事だということが学べた」のように他者の価値観に関する気づきや理解の学び、そして「いつも自分の短所ばかり見えてきて他の人はこうなのになんでできないのだろうって卑屈になったりとか、逆に、その他の何でもできる人をひがんだりしていた(中略)でも気付かなかった自分の良さに自信が持てた」など自己理解や「最初に会う人は、外見や声とかで決めつけたりしていたけど、こう見えて本当はこういうことあるんだなって気付くことができた」のように他者への気づきが深まっていることが示された。

“ピアカウンセリング受講後自分自身の中で変化したことや気をつけるようになったこと”では31のコードがあり、【他者に共感する】【他者の気持ちを尊重する】【異性との向き合い】【他者の価値観を認める】【話をきくときの態度】【友人からの信頼が増える】【自分自身と向き合う】【社会へ目を向ける】の8つのカテゴリーに分類できた。(表7)。

“ベーシックセミナー受講後の活動内容”としては、文化祭での展示、家族(思春期の妹)や友人へカウンセリング技術をつかったコミュニケーション、友人と将来設計や異性との付き合い方の話し合いをしたことが報告された。また、高校1校では養成したピアエドゥケーターと大学生のコラボレーションによってHRの時間でのピアエドゥケーターの活動を行った。“今後の課題”として養成セミナーの広報の問題が挙げられた。ピアエドゥケーター募集にあたって「ピア」や「カウンセリング」という言葉がイメージしにくいことと後輩に紹介する時に言葉では説明しづらいということが挙げられた。

表6 ベーシックセミナーで印象に残っている内容とその理由

内 容	理 由
オープニング・エクササイズ (似たもの探し)	・最初に会う人は、外見や声とかで決め付けたりしてたけど、こう見えて、本当はこういうことあるんだなって気付くことができた。
仲間の話を聞く時の 8つの約束事	・今までは友達に相談されたときに、何かアドバイスしないといけないと思っていたけど、アドバイスを与えなくていいとか、気持ちに寄り添うとか、自分がこれまで思っていたことと違う相手との話し方っていうのを学べた。 ・相談を友達から受けるときに、何か役に立つことを言わないとおもって、空回りしたりすることもよくあったけど、友達の気持ちに共感したりすることも大事なんだなっていうこともわかった。
話の聞き方	・普段は全然意識しないことでも、話きいたり、話す立場になると、それだけで違ったりしたし、すごく話しやすかった。新たな発見があった。 ・パラフレーズを使うことで話が聞けてるんだなっていう実感が持てるようになった。
言葉によるコミュニケーションと言葉以外によるコミュニケーション	・おんなじことを言われて、絵をかいたけど、最後にみんなの見たときに、描き方も色も全然違って、その言葉一つでも、それぞれ違うとらえ方があるんだなって感じた。 ・メールの内容をみんなどういうふうと思うっていうのが、一番印象に残っている。普段しているメールでも、絵文字がないとか、声文字だったとか、自分が送ったことが、相手は別の意味で捉えられて、受け取られるということが、みんなの意見を聞いてよく分かった。その文章で伝えることの難しさを知ることができた。
良い話の聴き方の演習 (コ・カウンセリング)	・人見知りするほうだけど、しゃべれて、相談のアドバイスの仕方や、考え方みたいのを学べた。 ・話の聞き方を習って、意識しながら話したけど、難しかった。でも意識しながら話していたら、色々お互い話を引き出したりして、楽しく話せた。 ・普段は全然意識しないことでも、話きいたり、話す立場になると、それだけで違ったりしたし、すごく話しやすかった。新たな発見があった。
自分の素敵などころ を見つけましょう	・いつも自分の短所ばかり見えてきて、他の人はこうなのに、何で出来ないのだろうって、卑屈になったりとか、逆に、その他の何でもできる人をひがんだりしていた。(長所を)書いてもらって、今まで長所って言われていなかったことが、長所って言われたりとか、気付けなかった自分の良さに、自信が持った。
愛の12段階	・愛し方とかも愛され方とかも違うし、でも一つ一つの段階を二人で大切にしていかなきゃいけないなって思った。
人生グラフ	・改めて考えてみて、あーこんなことがあったんだ、って言うのを思い出せたので、嬉しかった。
恋愛の価値討論	・みんな考え方とか、価値観とかが全然違って面白いなって思った。 ・人それぞれで考え方があって、それぞれ違う意見をひとつにまとめるのが難しかったけど、それも楽しかった。 ・一人一人、価値観って違うということが、すごくわかったし、自分が納得するまで、話し合うっていうことも普段の生活で大事だということを学んだ。 ・性が違ったら、違う意見が男と女で差があるのかなって思っていたけど、もちろん差はあるんですけど、でも同じ部分とか、あるんだな。すごいやっぱり、人間だから一緒なんだなってわかった。
4億分の1の命	・授業で習ったりもしたけど、改めて世界の人口の中で16人っていう、具体的な数字で表してあったので、余計に出会えたことの大切さとかがすごく分かって印象に残った。
大学生と話せたこと	・大学生と話して一人ひとりでそれぞれ違う悩みがあったり、相談の乗り方とか、聞き方とか学べたのですごくよかった。 ・先生じゃない、講師でもない、自分たちに近い人が話すと、あぁなんか、もっと身近なことかなって思う。
全体	・いろいろなプログラムを通して価値観がみんなそれぞれ違うんだなっていうのが心に残っている。

IV. 考察

今回のセミナー参加者は保健所から高校に向けてピアエデュケーターの呼びかけをして、希望者を募ったものである。初めての試みであり、内容についての周知が徹底していなかったことや、開催までの時期が短かったこともあり、予定していた人数よりも少ない人数で実施した。また保健活動をしている生徒や将来、心理系、医療関係へ進学したい生徒が中心となったため受講者は女子が圧倒的に多かった。しかし、他県の養成講座においても受講する高校生は女性の比率が高いことが報告されている²⁾⁵⁾⁸⁾ことから、本事業のような取り組みは女子生徒の方が男子生徒に比べ興味を示す内容であることが予測できる。

養成セミナー受講後は、避妊や性感染症に対する知識の正答率が全般的に上がっており、特に性感染症の正答率や「もし、性交するとしたら、コンドームを必ず使う自信がある」と回答した人の割合は3ヵ月後も高く維持されていたことから、性感染症予防の側面から考えると好ましい方向に変化しているといえる。それに加え、将来の人生の計画などの項目に対する肯定的な回答の割合も増加しており、自分の思っていることを伝えられる自信がある人も増加していた。そして、“知りあって初めて性交すると仮定したとき”「性交の前に性感染症について考える」「性交の前に妊娠について考える」と回答した割合が高く維持されていたことから、その場の雰囲気だけに押し流されるのではなく、行動する前に自分がこれから取る行動について考えることが期待できる。このような意識の変化は受講直後並びに3ヵ月後の自己効力感 (Self-Efficacy) や自尊感情 (Self-Esteem) が高かったことと関連していると考えられる。

行動に対する自己効力感は、行動の活性化や修正に関連しており、行動選択に直接的な影響を及ぼすといわれる。自己効力感を高めるための方法としては「遂行行動の達成」「代理的経験」「言語

的賞賛」「衝動的喚起」があげられる¹⁰⁾。ピアエデュケーター養成セミナーの中で行う演習やロールプレイについて「話の聞き方を習って、意識しながら話したけど、難しかった。でも意識しながら話していたら、色々お互い話を引き出したりして、楽しく話せた。」というような意見が述べられており、高校生にとってやや難易度の高い課題に工夫しながら挑戦し、満足のいく結果がもたらされることによって遂行行動の達成の体験につながるものと考えられる。また、構成的グループ・エンカウンターや仲間との話し合いは代理的経験や言語的賞賛を得ることにつながる。本セミナーの中で体験した「遂行行動の達成」「代理的経験」「言語的賞賛」によって自己分析が深まり、自分自身の認知の再構成が行われ、自己効力感が高まったものと推測する。

自尊感情は他者と比較することなく、自分自身を好ましい人間、自分の行動を積極的に価値のある者として評価する個人の自己の価値についての知覚であり、社会的適応行動や建設的な行動に影響を及ぼす¹¹⁾。受講前のSelf-Esteem尺度の得点はこれまでの調査⁵⁾⁶⁾⁸⁾よりもやや低い傾向にあった。しかし、受講直後、3ヵ月後の得点は他の調査同様か、やや高い傾向であった。これまでの思春期ピアカウンセリング受講者に対する調査でも、自尊感情得点が平均得点より低かった群は受講後に有意に点数が上昇する傾向が示されている⁵⁾⁶⁾。ポジティブ・フィードバックは自尊感情を高める効果があり、その効果は自尊感情の高い人よりも低い人の方に見られるといわれる¹²⁾。ピアエデュケーター養成セミナーの中には参加者それぞれの良いところや価値のあることを積極的に発見し、それを伝えるようなポジティブ・フィードバックが含まれている。今回得られた結果からも、ポジティブ・フィードバックを与えることは自己に対する価値観を高める上で重要な意味を持つことを強く支持するものだと考える。また、小集団における共同学習は自尊感情の形成と変容をもたらすことができ、その効果は“仲間から受容され、支

表7 「ピアカウンセリング受講後自分自身の中で変化したことや気をつけるようになったこと」

<p>他者に共感する</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・友達の気持ちに共感したりすることも大事なんだなっていうこともわかった。 ・話のきき方などを学んで相手に共感することや相手の気持ちを受け止めることが、ちょっとできるようになったかなって思う。
<p>他者の気持ちを尊重する</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・人と話す時に、自分のことを先に考えるんじゃなくて、先に相手はどう思っているのか考えた上で、言葉を選んで話せたりするようになった。 ・（ピアカウンセリングの）話を聞いて、やっぱり相談しているときは、話し聞いて欲しいなって思うし、相手も考えていることは同じだと思うから、相手はどういうふうに思いながら相談しているのかなって、考えながら、その相談相手になってあげれるようになった。 ・相手が言ったことを否定するばかりじゃなくて、もっと考えてみようって思うようになった。 ・相手の立場に自分がなったときのように考えて発言するようになった。 ・相手の意見を尊重することを始めたときに、もっと深いところとか、本当に思っているところとかを言ってくれるようになって、本当の意味で相談に乗れたかなって思う。
<p>異性との向き合い</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・生きていくうえで、異性とちゃんと向き合うことは必要なことだと思った。クラスの男子とか、なんか関わるのが苦手だったけど、ちょっと話せるようになってきたかなって。 ・性が違ったら、違う意見が男と女で差があるのかなって思っていたけど、もちろん差はあるんですけど、でも同じ部分とかあるんだな。やっぱり、人間だから一緒なんだってわかった。 ・彼氏に対して優しくなれたような。相手の気持ちも考えて自分の気持ちもちゃんと伝えられるようになった気がする。
<p>他者の価値観を認める</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・いままで受け止めてなかった部分を受け止めることが出来て、その人のもっと深い部分の気持ちとかきけるようになって、もっと深い話が出来るようになった。 ・人から相談されて、前は悲観的過ぎるんじゃないかとか、ちょっと否定的なことを考えたりしていたけど、人それぞれ悩むところも違うので、そこは受け入れられるようになった。 ・やっぱり一人ひとり考えは違うので、否定しあってもラチが明かない。だから、そこは認めるしかないの、否定しあっているのを見るのもなんか全然楽しくなさそうなので、宥めて、いいからそこ認め合おうみたいな感じ。 ・話を聞いている中で他の人と意見が違ったら、自分の中に違和感があって難しいなって思っているとところがあったけど、そういう考え方とかを聞いていることが楽しいから、そういう面でそれをカバーできるほど苦になってないかなって思う。
<p>話をきくときの態度</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・人が話をしているときは、きちんと相手を見て聞こうと思うし、あとは、自分が嫌なことを人に言わないように気をつけるようになった。 ・相手の目を見て、話したりとか、相手のことを考えて聞いたりとかしている。 ・もともと人と接すること自体が苦手だったけど、人の目を見て話せるようになった。 ・否定だったけど、相手を宥める側になった。 ・前は同じような発言が多かったけど、自分も言い方を変えたりしたら、また別の方向から答えが返ってきたりとか、具体的なことが聞けたりした。 ・変に力をいれずに話を聞くこともできるようになった。
<p>友人からの信頼が増える</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・自分のことをしゃべってくれるし、わかってくれてありがとうっていわれると、やっぱりうれしい。 ・部活の中でとか、こういうことちょっと苦手だけど、今まで誰にも言えなかったんだって言われて、話をしてくれることが増えたり、何でも言い合える友達が増えたかんじ。 ・相談とかは受けるようになったかな。信頼じゃないけど、そういうのが少しはされたのかな。
<p>自分自身と向き合う</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・私は、自分自身と向き合うことがちゃんとできるようになったかなっていうのを、自分の中での変化かなって感じている。今までだったら、人と比べて自分はこうだって思う、って落ち込んだりすることとかも多かったけど、自分はこうなんだって思えるようになった。 ・友達と関わってくのも大事だし、人との関わりって、いいと思うけど、自分自身と向き合う機会をちゃんと持たないといけなくなって、すごい感じるようになった。自分の時間を持つって大事なんだなっていうふうに、思えるようになった。
<p>社会へ目を向ける</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・これから社会に出てもいろんな人と関わって、もっと自分の世界を広げていきたいと思う。 ・もともと人と接することが好きで、人みしりとかも全然なくて、社会に出て、全く知らなかった人と仕事っていう形で関わっていく上で何が大切なかなって考えたりする。

持され、好まれていることの認知”、“正確なコミュニケーションと情報交換”、“学習の動機づけ”、“学習の情緒的関与”によってもたらされる¹³⁾。

一般的に性について人と語ることは抵抗を感じる人が多い。また、性交渉に応じるか否か、またコンドームを使用するか否かについては相手とのかけひきが必要となる。かけひきを成功させるためには、知識、自分と相手に関する情報、情報の分析、予測に加え、本音を語る事が欠かせない¹⁴⁾。そこで本セミナーでは、1日目はコミュニケーションに関する内容を中心にし、セミナー受講者の人間関係を深めるように構成した。それに加えて、相手の言動を批判せず、共感的態度で接することなどを含んだグラドルールと8つの誓約を決めており、最初にこれらのルールを丁寧に説明した。グラドルールは、参加者を守り、安心して心を開いて話せるためのものであり、8つの誓約は絶対に破ってはならないというわけではないが、コミュニケーションを良好にすすめていく上で、常に念頭に入れておく必要がある。これらのルールや誓約を守ることによって仲間から受容され、支持される場を作ることができ、その環境の中での行うグループディスカッションや価値討論によって、自己理解が深まり、かけひきの基本的なスキルを修得することができる。それがセミナー受講者の性行動に対する認識の変化をもたらしたものと考えられる。

“ピアカウンセリングセミナーの中で印象に残っているプログラムの内容とその理由”として述べられた内容から、ベーシックセミナーはピアエデュケーターのコミュニケーションスキルの習得と他者の価値観への気づきの場になっていることがわかった。また“ピアカウンセリング受講後自分自身の中で変化したことや気をつけるようになったこと”の内容から、相手を尊重した対人関係が構築できるようになり、他者との関係の中から、自己理解を深め、自己受容することの大切さに気づいていることが述べられた。ピアカウンセリング

とは、相互支援的なエネルギーを内包する仲間意識とともに、様々な学習や習得が可能なスキルを駆使して、相談活動を行うという方法論である。ベーシックセミナーではコミュニケーションについて考える内容や「ふれあい」と「自己発見」を通して参加者の行動変容をもたらすことを目標に、構成的グループ・エンカウンターエクササイズ⁹⁾を中心に構成した。エンカウンターには、「出会い」という意味がある。その「出会い」は、本音と本音、心と心の交流という意味での「出会い」である。構成的グループ・エンカウンターでは、参加者同士が本音を語り合うことにより、自己開示を促し、自分自身を新たに見つめなおすことができる。また、コミュニケーションを通じた他者受容や信頼体験を得ることができ、他者から見た自分を知ることができる。そして、自分自身が他者について本音で語ることで他者に伝えることや、集団全体を通して自己を見つめなおすことができることから、最終的には、自分自身を飾らず、ありのままの自分でいられる人間関係づくりを学ぶことが可能となる⁷⁾。今回の結果から、ピアエデュケーター養成において構成的グループ・エンカウンターエクササイズを体験したことによって、自己分析が行われ、自分自身の認知の再構成が行われ、自己の価値観の修正が行われたことが予測される。また他者の価値観への気づきから、他者の価値観を尊重する姿勢や、他者の感情を大切にすることが養われたことも考えられる。この気持ちの変化から対人関係の変化に手応えを感じており、受講者の良好な対人関係の形成につながったことが示唆される。このことから、人間関係を基盤とする性=生教育に構成的グループ・エンカウンターを取り入れることは意義深いと考えられる。ベーシックセミナーにおける体験から習得した対人関係のスキルを生活の中で実践することによって、さらに自己理解、自己受容が深まっていくと考える。その結果が3ヵ月後の自己効力感と自尊感情の高さと関連しているのではないかと考える。

本セミナー受講後の活動として、高校の文化祭での展示のほか、個別に友人や親にセミナーの内容や使用した資料を使って、情報提供していることが示された。

前述したように、今年度は準備期間が短かったことや高校の事業は前年度に計画されていることから、仲間への普及活動を高校の事業として計画的に取り入れることは難しかった。そのような中で、セミナーを受けた高校生たちが自主的に友達や家族に個別に学んだことを伝えていたことが、フォーカス・グループインタビューからわかった。また、一校だけではあったが、高校生と大学生が協力してホームルームを運営することができ、ピアエデュケーターとなった高校生からもホームルームに出席した生徒たちからもよい評価を得ることができた。

以上の結果から、今回作成した高校生のピアエデュケーター養成プログラムは本事業を達成するために有効であるといえる。

V. おわりに

ピアエデュケーター養成セミナーを修了後には受講生の多くから、「学んだことを活かしたい」「自分たちもやってみたい」という意見が聞かれていた。本事業の目標として、ピアエデュケーターの各高校での活動がある。そのためには事前に高校をはじめとした教育機関や関連機関に、本事業や仲間教育について正しく理解してもらえるような働きかけが必要である。本事業が円滑に運営されるためには、思春期の人々に関わる関係者がそれぞれの役割を認識して連携をとれるような関係づくりが重要となる。

また、セミナーを受講したすべての高校生が述べていたのは、参加する前はどのようなセミナーなのか、何を目的とするものなのかイメージができなかったということであった。そして、友達に言葉で説明しようと思っても難しいことから、募集にあたってはポスターの中に写真を掲載して雰

囲気を示すような工夫や実際に体験する機会を設けることが必要であるという意見が多かった。今後の普及にあたっては、広報の方法についても検討が必要である。

謝辞

本研究を実施するに当たってご協力いただきました高校生の皆様、熊本県健康づくり推進課、熊本県A保健所ならびに管轄内の高等学校、熊本県B保健所ならびに管轄内の高等学校の関係者の皆様に心から感謝いたします。

本研究は、熊本県受託研究「思春期ピアエデュケーターの養成及び学内ピアエデュケーション活動の支援」によって行った。

文献

- 1) 木原雅子：早急に求められる若者へのSTD/HIV予防教育， 家族と健康， 560：4-5， 2000.
- 2) 高村寿子編集：思春期の性の健康を支えるピアカウンセリング・マニュアル ピアカウンセラー養成者・コーディネータ（調整役）版， 小学館， 2005.
- 3) 高村寿子：思春期の性の健康を支える健康教育の有効性 ピアカウンセリング手法による展開と受講前後の評価からの一考察， 自治医科大学看護学部紀要， 4，：83-91， 2007.
- 4) Hashimoto Michiyo，日本の青少年におけるピアカウンセリング法を用いたリプロダクティブヘルス教育のためのプログラム及び教育ツールの評価 (Evaluating Program and Educational Tools for Reproductive Health Education Used with the Peer Counseling Method in Japanese Adolescents)， 思春期学， 25 (3)：321-328， 2007.
- 5) 前田ひとみ他：高校生を対象とした大学生による思春期ピアカウンセリングの評価(I)， 南九州看護学雑誌， 5 (1)：45-52， 2007.
- 6) 前田ひとみ：高校生と大学生のピアカウンセリングによる性教育の評価， 熊本大学医学部保健学科紀要， 4：97-105， 2008.
- 7) 白井瑞子他：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.
- 8) 渡邊至: 性に関するピアカウンセリングによる思春期の性行動に対する認知行動療法的アプローチ, 思春期学, 23 (3): 295-299, 2005.
- 9) 片野智治: 構成的グループ・エンカウンターの特徴, 構成的グループ・エンカウンター, 駿河台出版社, 2003.
- 10) Bandura, A: Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change, Psychological Review, 84, 191-215, 1977.
- 11) 遠藤辰雄: セルフ・エスティーム研究の視座, セルフ・エスティームの心理学, 8-25, ナカニシヤ出版, 1992.
- 12) 樽木靖夫: 学級集団行動に及ぼすフィードバックの効果(2), 日本教育工学会第6回大会講演論文集, 297-298, 1990.
- 13) 蘭千壽: セルフ・エスティームの変容と教育指導, セルフ・エスティームの心理学, 200-226, ナカニシヤ出版, 1992.
- 14) 唐津一: かけひきの科学 情報をいかに使うか, P HP新書, 東京, 1999.