

大学におけるピア・サポート活動について ～鈴鹿国際大学での発達障害や精神障害の学生への支援を中心として～

Peer Support Activities at University A Focus on Support for Physically and Mentally Disabled Students at Suzuka International University.

仲 律子*

Ritsuko NAKA

執筆協力者：林裕一、杉田華奈、森下恵莉花、市村翔太、鳥越将弘、松山裕衣、山口拓海

Abstract

ピア・サポートを実施している大学が増加している。しかし、一対一のピア・サポートを実施している大学は多くない。本研究では、鈴鹿国際大学で行われている発達障害や精神障害の学生に行っているピア・サポートの紹介と、ピア・サポーターである学生の活動報告を中心に、ピア・サポーターの心理的成長と今後の課題について検討した。その結果、障害における価値観や自らのパーソナリティの特徴に気づき、打ち解けたコミュニケーションの構築に成功していることが明らかになった。

キーワード：ピア・サポート、一対一の支援、発達障害、精神障害、ピア・サポーターの変容

1. はじめに

ピア・サポートとは、仲間同士の支援のことを指す。西山（2001）によると、この仲間支援の起源は、イギリスの修道院やアメリカの学校制度の草創期において上級生一下級生での教え合いにみられるとされている。その発端の一つが、1904年にアメリカのニューヨークで非行少年に対する支援として提示された仲間支援プログラムであったという。

日本では、ピア・サポートの考え方は1980年代から少しずつ導入され始めた（河田、1999）。その契機は、アメリカ・カナダをはじめとする英語圏から来日する外国語助手によって、仲間支援の活動内容や概念が少しずつ伝えられたことによるとされている（徳田、2004）。

そのカナダでは、2006年時点で、ピア・サポートを導入している割合が、小学校で50%、中学・高校で30～35%、大学で90%と高く、プログラムの数は3,500に及ぶという。

一方、日本の大学では、国立大学の33.3%、公立大学3.2%、私立大学11.0%が支援活動を行っていると日本学生機構が報告している。

現在でも、日本よりはるかにアメリカやカナダなどでの運用が非常に高いのであるが、Crystal(2008)によれば、アメリカの生徒は仲間より「家族」が自分のサポートになると感じているが、日本の生徒たちは自

分へのサポートに関して、主に「仲間」を拠り所とすることは多いとされている。つまり、日本の生徒へのピア・サポート導入は、潜在的な需要が高いと考えられるであろう。

2. ピア・サポートの意義

Carr(1994)は、ピア・サポートは生徒が困ったことや心配事がある時、友だちに相談することが最も多いという事実に基づいていると述べている。

この仲間同士の支援の活動は、①相談活動、②対立解消（葛藤調停）、③仲間づくり、④アシスタント、⑤学習支援、⑥指導・助言、⑦グループリーダーに分類されている（西山、2009）。

これらの活動を行なう上で、支援する側のピア・サポーターは図1のモデルでトレーニングを行い、それを基にサポート活動をすることによって、様々な学びを得るとされている。

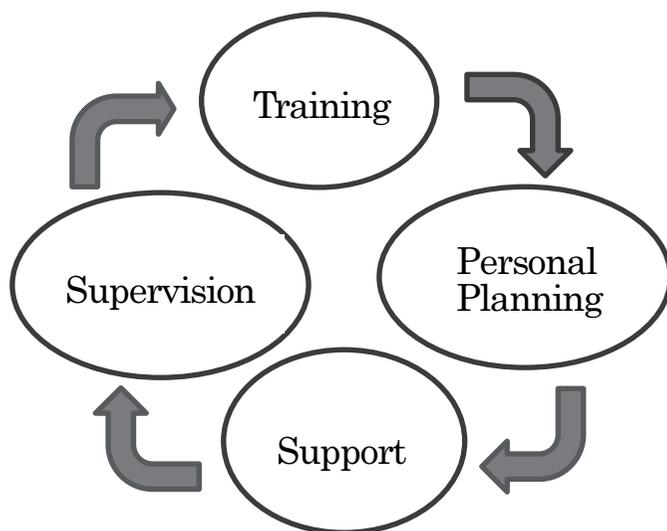


図1 ピア・サポートモデル（懸川、2002）

例えば、ピア・サポーターは支援活動を通して、彼ら自身のリーダーシップ、自尊感情、人間関係スキルなどの向上に役立つとされている。また、ピア・サポーターがロールモデルとして、他の学生に他者への支援の方法を示すことができるようになったり、支援してくれる友人でもあるように訓練されたりする。さらに、このような学生と教育的でプラスとなるやりとりを持つことを通して、サポートを受ける対象学生の自己認識、自尊感情、対人スキルを効果的に向上させていけることも実証されている。

3. 鈴鹿国際大学ピア・サポート ‘Ring’

本学のピア・サポート ‘Ring’ は、2009年に統合失調症の学生の登校援助を目的として、制度の整備を開始した。‘Ring’で行う基本的なサポート内容は、チューター（学習支援者）、特別な友だち、問題解決す

る役割の主に3つであり、一対一でサポートすることを目的として立ち上げられた。

まず、プログラムの概要と学長及び管理職に説明し、理解と協力を促し、他の教職員にプログラムの概要を説明した。その後保護者や学生に、ピア・サポートについてのインフォメーションを行ない、参加を呼びかけた。援助する側のピア・サポーターを希望する学生には、ピア・サポーター申込書（表1）に必要事項を記入してもらい、トレーニングの内容を説明した。

表1 ピア・サポーター ‘Ring’ 申込書（支援学生）

学生番号		名前	
性別	男 ・ 女	所属	
電話番号		メールアドレス	
1. ピア・サポートの参加動機をご記入下さい。			
2. ピア・サポートに関する質問や要望などをご記入下さい。			
3. 活動できる曜日と時間を教えて下さい。(具体的お願いします)			

一方、サポートを希望する学生には、ピア・サポート申込書（表2）に記入してもらい、保護者への許可願い状（表3）を渡し、保護者の同意を得てから援助を開始することにした。

表2 ピア・サポート ‘Ring’ 申込書（対象学生）

学生番号		名前	
性別	男 ・ 女	所属	
電話番号		メールアドレス	
1. サポートしてほしいことを記入して下さい。			
2. サポートしてほしい曜日と時間を教えて下さい。			
3. ピア・サポートに関する質問や要望などをご記入下さい。			

表3 保護者への説明・同意書

鈴鹿国際大学
保護者の皆様

本学では学生同士で助け合うことができる、ピア・サポート・プログラムを開設しています。悩み、心配ごと、問題を抱えたとき学生が助けを求めることがいちばん多い相手は他の学生であるということは、多数の研究によっても検証されています。ピア・サポートは、こうした事実に基づいています。

サポートを行う学生は、傾聴、グループリーダーシップスキルなどのトレーニングを受け、友人、ヘルパー、あるいはチューター（学習支援者）として活動することになります。

ピア・サポートの具体的な内容としましては

- ①チューター（学習支援者）・・・授業でわからないところを教えたり、ノートの取り方やレポートの書き方などをアドバイスしたりします。
- ②特別な友達・・・友達を作ることが苦手な学生の友達になります。昼食や休み時間をともにしたり、話し相手になります。
- ③問題解決する役割・・・一人で行動できない時に共に行動します。授業、健康診断、公共交通機関での通学などで支援します。

(具体的な支援内容を記述)

ご不明な点がありましたら、どうぞご連絡下さい。

以上

学生相談室 仲 律子

(対象学生名) に、ピア・サポートをお願いします。
 父母の署名 _____ (印)

ピア・サポーターへの当初のトレーニングは、ピア・サポートについての説明から始まり、大学の教務の理解、青年期の精神疾患、話の聴き方、ストレスマネジメント、守秘義務と限界、プランニングについての研修を行なった（表4）。

表4 ピア・サポート・トレーニング

	I	II	III
1 日 目	「ピア・サポートを始めよう」 「自己理解～私ってどんな人？」	「ピア・サポートとは」 活動内容や留意点など	「履修相談の受け方」 卒業単位、履修登録の方法など
2 日 目	「大学生とメンタルヘルス」 青年期に多い心の病について	「相手の心を開く話の聴き方、話し方」	「ストレスマネジメント」 「守秘義務と限界」 「ピア・サポートプランニング」

保護者へのインフォメーションは、ピア・サポートの活動内容、その効果、連絡先を明記して、郵送を行なった。学生や保護者が援助を希望する場合は、具体的な援助内容を文書にて伝え、保護者からの同意書を得てから、サポートを開始する。

ピア・サポーターと対象学生とのマッチングについては、サポーターのパーソナリティや授業の空き時間と、対象学生の特徴や課題を考慮しながら、マッチングを行なう。まず、サポーターに対象学生の特徴や課題を説明し、その後顔合わせを行ない、連絡先を交換する。そして、ピア・サポートを開始するという手順である。

現在は、ピア・サポート‘Ring’は5年目を迎え、援助する側のピア・サポーターは9名、援助される側の学生は7名である。ピア・サポーターは、教師を目指している学生か心理学を専攻している学生で構成されており、基本的に誰でも応募はできるが、面接をして、十分な活動が見込めない場合は採用されない場合もある。

活動内容は、主に学習支援と仲間づくりであり、一对一の定期的な学習支援や、グループでエコ・バッグ製作活動を行なっている。活動場所は、健康管理センター内にあるほっとルームである。

学習支援については、対象学生は毎日所定の授業記録票（表5）に、授業科目名、担当教員、授業内容、課題等を記録し、週一回のピア・サポートの時間にはそれをピア・サポーターと共有しながら、授業のふりかえりを行なう。

表5 授業記録票

一日の授業記録			
年 月 日 () 天気:			
	授業科目	担当教員	内容・課題
1			
2			
3			
4			
5			
今日の感想:			

エコ・バッグ製作活動は、図書館から英字新聞の提供を受け、近隣の作業所のスタッフに作り方を教えに来てもらい、完成したものを飲食店等で販売している。これは集団で活動しており、サポートする側が4名、対象学生が4名の計8名でエコ・バッグを製作している。

ピア・サポーターは、活動ごとに実施記録（表6）に、実施内容、対象学生の様子、困ったこと、気づいたこと、今後の課題などを記入したものを、学生支援課に提出する。実施記録は学生支援課で保管する。

表6 実施記録

記録者	学科	年	学生番号		名前	
日時	年 月 日 ()		時 分	～	時 分	
場所						
対象学生						
1. 実施内容						
2. 対象学生の様子						
3. 困ったこと、気づいたこと、今後の課題など						

トレーニング、プランニング、スーパーバイズについては、週1回のケース会議を開き、活動状況の報告の中で臨床心理士と話し合いを行なっている。

4. 本研究の目的と方法

本研究の目的は、鈴鹿国際大学のピア・サポート活動を1つの事例として、ピア・サポーターがこれまでの活動内容、対象学生の様子、自らの変化をまとめた800字程度のレポートを用いて、サポーターの心理的発達を明らかにすることである。

対象：2012年度のサポーター9名のうち7名（表7）が活動報告を行ない、分析の対象となった。

この7名は教職課程を履修している学生で、将来は教師になることを目指している。

表7 2012年度ピア・サポーター内訳

学生	性別	学年	経験年数	サポート内容
A	女	3年	2年目	①、②、③
B	男	2年	1年目	④
C	男	4年	3年目	①、②、③、④
D	男	2年	1年目	①、②、③、④
E	男	2年	1年目	①、②、③
F	女	3年	2年目	①、②
G	女	2年	1年目	①、②

注) サポート内容については、①チューター、②特別な友だち、③問題解決する役割、④グループ活動（エコバッグ製作）となる。

活動報告

①ピア・サポーターA

ピア・サポートの活動としては、エコ・バッグ製作と長期休暇中に統合失調症の学生と話をした。

エコ・バッグ製作とは、新聞紙を使って製作するのであるが、折ったり、のりを使ったりと手先を複雑に動かさなければいけないので、とても難しいものであった。初めのうちは皆で折る順序を確認しながら覚えることに必死であったが、覚えていくと製作中に会話をしたり、音楽を聴いたり、余裕を持って作ることができた。対象学生も、昨日のテレビ番組のことや、自分に起こった出来事などを楽しそうに話をする姿が見られ、聞いている私もとても面白いと感じた。時間内にできあがったエコ・バッグに点数をつけるように言われて、100点ではないと悔しそうな顔をしながら、「次はもっとうまく作るぞ!」と前向きな姿勢や一生懸命さがとても伝わってきて、とても感心した。

長期休暇中の統合失調症の学生への支援は、一対一ということもあり、最初は緊張してなかなか話題が深せずに会話が続かなかったけれど、何か質問すると笑顔で答えてくれたり、逆に質問をしてくれたり、だんだん会話が弾むようになり、短時間ではあったが、有意義な時間を過ごすことができた。これからは授業はもちろん、学校内で会った時も話しかけていきたいと考えている。

このピア・サポート活動を通して感じたことは、対象学生が障害を持っていても、ちゃんと向き合って話をしてみると、障害という壁なんてないということである。純粹に楽しいことは楽しい、難しいことは難しい、わからないことはわからないとはっきり言えることは、健常者と言われる私たちはなかなかできないことだと思う。何か一つのことでも頑張ろうとするその姿勢は、見習わなくてはならないと強く思った。見た目の違いや、病気を持っているという間接的な要素で人を判断するのではなく、直接関わってみることの大切さを、ピア・サポート活動を通して学べたと考えている。

②ピア・サポーターB

今春からピア・サポートを始めて、半年余りが過ぎた。毎週1回1時間程度、発達障害を持つ対象学生3名と一緒に、エコ・バッグを作成している。エコ・バッグとは英字新聞を再利用した、手提げのバッグのことをいう。

ピア・サポートの意味は、同じ課題や環境を体験する人が、対等な関係性の仲間（ピア）で支え合うということである。ピア・サポートを受けている学生は、見た目は私たちと何も変わることはないが、実際に接してみるとどこか違うなと感じた。コミュニケーションをとるのが、少し苦手なところがある。

エコ・バッグ作りをしながら、対象学生とコミュニケーションを取ったり、作り方を教えたりすることが私の役割であるが、活動当初は警戒されているのか、こちらから話しかけられない限り、何も話してくれなかった。私もあまり社交的ではないため、何を話せばいいのかわからなかった。

まずは相手を知るために、好きなものや学生生活のことなどを聞きながら、徐々に打ち解けていくことができた。すると、時間が経つにつれて相手から挨拶してくれたり、話しかけてくれたりした。発達障害の中でも、自閉症スペクトラムの人たちは、新奇場面に弱いと聞いたことがあるが、初めて会う人とは、コミュ

ニケーションが円滑に取れないことが多いのではないかと体験してわかった。

将来、彼らが社会に出たら、様々な人たちとコミュニケーションを取ることが大切になってくると思われる。もし、うまくコミュニケーションを取れず、相手に悪い印象を与えてしまったら、その後の修復は困難であろう。今の社会において、コミュニケーションは非常に大事な要素である。それを、このエコ・バッグ製作を通して、学んでもらえたらと思っている。

しかし、コミュニケーションを取ることが、私たちピア・サポーターにとっても大切なスキルである。ピア・サポートも最初は「何をしてあげたらいいのだろう」と構えながらしていたが、そうではなく、友だち同士のように接することができれば、円滑にコミュニケーションが取れることを私自身も学べたと感じている。これからもピア・サポート活動は継続していくが、特別な活動だと構えずに、普通に友だちとおしゃべりするという感じで続けていきたいと考えている。

③ピア・サポーターC

私はマンツーマンでのサポートと、エコ・バッグ製作活動のサポートを行っており、今年で3年目になる。

マンツーマンでのピア・サポートは週に1回、一週間の授業の出欠状況の確認や、授業の内容及び提出物の確認、また最近の出来事や悩みごとなどをリラックスできる雰囲気作りをしながら聞いている。エコ・バッグ製作には、アスペルガー障害などの発達障害の学生たちと一緒に、エコ・バッグ製作をしている。このエコ・バッグ製作は複雑な作業を伴うため、作り方を視覚的に構造化するために、図2のようなマニュアルを作成した。

マンツーマンでのピア・サポートでは、遺伝子疾患の学生のサポートをした。遺伝子疾患についての知識は少しあったものの、実際にコミュニケーションを取ることがなかったので、最初は不安があった。どのような口調で話しかければいいのか、どんな態度で接すればいいのか、まったくわからなところからのスタートであった。

しかし、いざサポートが始まってみると、当初は様子を伺いながらだったが、回数を重ねるごとに対象学生のほうから話しかけてくれるようになっていたり、一緒にボードゲームをしたり、週に一度一緒にお昼ご飯を食べたり、一般の学生と変わらない態度で接することができるようになった。

ハンディキャップを持っている人というのは、周りから見たら「おとなしい」とか「少し近寄りたがり雰囲気を持っている」と思われがちである。私も障害について勉強し、ピア・サポートをするまでは、そのように思っていた。しかし、実際に障害を持った学生をサポートすることで、必ずしも上記のイメージが当てはまるわけではないのだということを理解することができた。

しかし、ハンディキャップを持っている人は、これまでの生育歴や対人関係から自己評価が低いことが多いため、環境に左右されやすい傾向を持っていると考えられる。周りの協力次第では、自己評価が低く、自分からコミュニケーションをとることが難しい人も、時間をかけながら受容・協力していけば、十分周りに馴染めるようになると思っている。

このピア・サポートで得た気づきを、教職についた時に、教育現場で生徒たちに教えていけたらと考えて

いる。



図2 エコ・バッグの作り方マニュアル

④ピア・サポーターD

ピア・サポートは週1回40~60分を使って実施している。内容としては、主に授業への参加の確認、授業ファイルの記入の確認、授業の反省および普段の生活の悩みごと、相談したいこと、話したいことを聞いたり、時にはレクリエーションをしたりしている。対象学生はたまに授業をさぼったり、遅刻したりすることもあり、その場合には注意をすることもある。頭ごなしに注意をするのではなく、対象学生にいかにか理解してもらいやすく、かつ同じ失敗を繰り返さないように話すことがけている。

ピア・サポートの効果としては、上述した通り、対象学生を注意することがあり、それを受けて反省して、授業に参加したり、遅刻が減少したりすることがある。しかし、それを改善しなければならぬと理解してもらうために、「私は怒っているぞ、あなたは間違ったことをした。だから、一緒に直していこう」と認識させることが重要だということが、活動を重ねるうちに体得することができた。その効果として、さぼってしまったことや、遅刻してしまったことを、隠さずにきちんと報告してくれるようになり、自分自身が反省しなければならぬということを理解してくれるようになったと感じている。

課題としては、いかにかピア・サポーターが対象学生のことを理解しようとしているのかということだ。対

象学生が同じ失敗を繰り返そうとも、言い方を変えて相手に理解させることに努めたり、対象学生の話にきちんと耳を傾けたりすることが大切である。そして、言い分があったらそれを受け止め、どこが悪かったのか、どこが良い部分なのか、どう改善していけばいいのかということと一緒に考えていくのである。つまり、ピア・サポーターと対象学生がこのような関係性を築くことで、共に成長していくことをお互いが認識できればいいのではないかと考えている。

⑤ピア・サポーターE

ピア・サポートは週1回1時間程度行なった。初対面の時、対象学生は人見知りでまったく話をしてくれなかった。こちらから様々な話を切り出しても、「わからない」としか答えないことが続いた。サポートを始めてから1か月ほど過ぎた頃から、信頼関係を築くことができたようで、友だち同士のような感じで話してくれるようになった。

話を聞いていくと、大学でからかわれていることがわかったため、もし大学で嫌なことがあった場合は、ピア・サポーターを呼ぶように伝えたこともあった。

サポートの内容は、主に①基礎学習支援、②授業支援である。

1) 基礎学習支援については、数学の二桁の計算が苦手で、何度計算しても間違えることがあるため、段階的に一桁の計算から反復練習をした。また、フロスティグ視知覚学習ブックで目と手の協応の訓練をしたり、図形を判別したり、線をなぞったりする訓練もした。一人ではできないこともあるが、わかりやすく説明すると大抵のことは一人で黙々と取り組むことができるようになったと思われる。

2) 授業支援については、授業ファイルに出席した授業の記録を書いてもらい、それをもとに一週間の授業の確認をした。授業で出された課題レポートは、すぐに報告してくれるようになり、一緒に考えながら作成する手伝いをした。授業は欠席することなく、毎日真面目に出席していたようである。

今後の課題としては、これまでのピア・サポートは一対一で行ってきたが、もっとたくさんの人と関わり、コミュニケーションを取ってほしいと考えている。単位はこの半期に関しては、履修登録した科目はすべて取得できているので、この調子で頑張ってもらいたい。また、ワープロを打つのは速いので、何か検定等にチャレンジしていくことも対象学生の可能性を開く上で有効だと考えられる。これからも、対象学生の気持ちをさらに理解することができるように、サポートしていきたい。

⑥ピア・サポーターF

統合失調症。ピア・サポートに携わるまでは、耳にしたこともない精神疾患。私はこの病気と共に生きている学生のサポートをしている。

週にただ1時間だけ、同じ授業を受けるというサポートである。今でこそ対象学生と会話をするようになったが、出会った頃は数回目を合わせ、「はい」、「違います」という返答のやりとりしかなかった。

その学生と過ごす時間に私が学んだこと、それは「待つ」ということであった。相手の答えが来る前に言葉を入れずにどンドン話してしまう私にとって、相手のペースを守り、どれだけ時間がかかっても考えを口に

してくれるまで待つことは想像以上に難しいことであった。どれくらいのペースで話せばいいのだろうか？ほとんど相手のことを知らないのに、その人に自分のことを話さず、また、相手のことを聞かずに一緒に過ごすことは、私にはありえないことであり、それをどうしたらいいものかもわからないという大きな問題を抱えることになった。毎週一緒に授業を受ける日になると、授業時間になるまで、(今日はどうやってコミュニケーションを取ろうか)と考えてばかりいたのだ。

しかし、ある日対象学生のほうから話しかけてくれるようになり、それまでのぎくしゃくした時間が嘘のように楽しい時間変わった。その日を境に気づいたことは、一緒に過ごす時間に相手のペースに合わせる事がいかに大切であるかということである。もちろん、これは当たり前のことかもしれないが、ピア・サポートをしていなければ、自分の意見をどんどん押し付け、自分のペースにばかり巻き込む大人になっていたのではないかと思っている。

自分の意見をはっきり伝えて暮らしてきた私にとって、この体験をきっかけに、少しずつだが相手のことを考えてから、言葉を発することができるようになったのではないかと考えている。サポーターでなければ出会うことのなかった、この出会いを大切に、これからも共に多くのことを学んでいきたい。

⑦ピア・サポーターG

ピア・サポートの活動としては、統合失調症の学生と一緒に講義を受けた。講義では、隣の席に座り一緒に講義を受け、対象学生が先生に指名された時に答えるためのヒントを与えたり、記述問題では簡単な単語を使った文章をつなげて自力で解けるように補助をしたりした。

授業以外でも、休日の出来事や好きなものの話などをしたが、最初は「はい」、「いいえ」と短い返答だけであった。しかし、慣れてくるうちに、対象学生から自主的に質問してくれたり、笑顔で返答してくれたり、普通の友人のように会話をし、コミュニケーションを取ることができるようになった。

また、講義は少人数クラスということもあり、私以外のクラスメートとも笑顔で話す姿も見られた。対象学生は、当初何をしたいのかわからず、プリントを配布されても、私がヒントを出すまでは白紙の状態のままであることが多かったが、授業を受講していくにつれて、自ら辞書で単語の意味を調べたり、わかる単語を並べて、文章を書いたりするようになっていった。そして、わからない箇所だけ私に質問したりと、積極的に授業に参加したりするようになった。ディスカッションの機会もあったが、先生や周りの学生の援助もあり、黙り込むことなく答えていた。

このピア・サポート活動を通して、これまで私が精神疾患に対して、少ない知識で偏った見方をしていたことに気がついた。はじめは腫れ物に触るかのようによそよそしく会話をしたり、必要以上に気を遣ったりしていたが、終わり頃になると本当の友達のように接することができ、偏見を持つことは望ましくないことであると強く思った。また、私はサポートする側であったが、対象学生と一緒に授業を受けることで、もっとしっかり勉強しなくてはならない、相手にどのようにすればうまく伝えることができるのかなど、私自身を成長させるいい機会になったと感じている。

5. 考察

ピア・サポーターは支援活動を通して、彼ら自身のリーダーシップ、自尊感情、人間関係スキルなどの向上に役立つとされている。

ピア・サポーターA～Gの活動報告レポートをもとに、彼らがサポートを通してどのようなことに気づき、どのように変化していったのかを検討してみたい(表8)。

表8 活動報告の記述内容

項目	具体的な記述内容
コミュニケーション	<ul style="list-style-type: none"> ・サポート開始当初は、どのように話しかければよいかわからなかった ・慣れてくると対象学生のほうから話しかけてくれるようになった ・時間が経てば、友人のように話ができるようになった
障害特性の理解	<ul style="list-style-type: none"> ・発達障害はコミュニケーションが苦手だとわかった ・してはいけないことを相手がわかるように話すことの重要性がわかった ・手順を確認しながら作業をした ・手順を視覚的に構造化した
障害特性に合った支援	<ul style="list-style-type: none"> ・感情を明確に伝えた ・相手の理解に合わせた説明をした ・一桁の計算から反復練習をした ・目と手の協応の訓練のためにフロスティック視知覚学習ドリルをした ・授業の欠席や遅刻については、共に考えながら根気強くしてはいけないと理解を求めた
問題解決	<ul style="list-style-type: none"> ・他の学生からからかわれたらピア・サポーターを呼ぶように伝えた ・授業で出された課題レポートを自力でできないと思ったら、すぐに報告してくれるようになった ・授業中指名されて、対象学生が答えられなかった時に、手助けをした ・統合失調症の学生の一人対一の支援の時に緊張した ・相手に「何をしてあげたらいいのだろう」と構えていた
障害に対する偏見	<ul style="list-style-type: none"> ・障害がある人は「おとなしい」とか「少し近寄りたがり雰囲気を持っている」と思われがちである ・精神疾患に対して、少ない知識で偏見を持っていることがわかった ・はじめは腫れ物に触るかのようによそよそしく会話したり、必要以上に気を遣ったりした
対象学生への期待	<ul style="list-style-type: none"> ・コミュニケーションを取ることを学んでほしい ・もっとたくさんの人とコミュニケーションを取ってほしい ・能力を生かして検定等にチャレンジしてほしい ・見た目の違いや、病気を持っているという間接的な要素で人を判断するのではなく、直接関わってみることが大切であることがわかった ・友だち同士のように接することができれば、円滑にコミュニケーションが取れることがわかった
自らの気づき	<ul style="list-style-type: none"> ・自己評価が低く、自分からコミュニケーションを取ることが難しい人でも、時間をかけながら受容・協力していけば、十分周りに馴染めるようになることがわかった ・お互いの関係性を築くことで、共に成長していくことを認識できるようになることが課題である ・相手の答えが来る前にどんどん話し続けていたが、“待つ”ことが少しできるようになってきた ・サポートするためには、もっとしっかり勉強しなくてはならないと思った ・どのようにすれば相手にうまく伝えることができるか考えなくてはならないと思った

まず、ほとんどのサポーターが、サポート当初は、どのように話しかけ、コミュニケーションを取ればいいのかわからなかったと回想している。発達障害や精神障害の偏見等による緊張から、腫れ物に触るようなコミュニケーションから始まる傾向が強い。しかし、対象学生の声に耳を傾け、興味・関心等を理解できる

ようになり、相手のパーソナリティに近づけるようになってくると、まるで友人同士のような打ち解けたコミュニケーションができるようになる。

障害特性については、マッチングをする際にサポーターには説明をしているが、それは言葉の説明であり、体験を通してしか実感できないこともあるようだ。

ピア・サポーターは活動を通して、障害特性を目の当たりにする。そこで、どのように説明すればわかってもらえるのか、どこを支援すればこの困り感を解決できるのかを考えるようになる。それを受けて、毎週臨床心理士と行っているケース会議で、障害特性に合った支援方法を検討し、その支援方法を実施し、PLAN-DO-CHECK-ACTION を繰り返しながら、支援の質を高めていくことを目標に活動を続けている。

その成果の一つとして、グループで行っているエコ・バッグ製作の手順を、視覚的に構造化したものがある。どのようにすればわかりやすいのかを検討し、一場面ずつ写真に撮り、コメントをつけ、一連の手順を視覚化した。これを、エコ・バッグを作ったことのない教職課程の学生に見せ、製作することができるかどうか試したり、その過程で改良点を話し合ったりして、作り方マニュアル(図2)を完成させた。

対象学生が問題を抱えたら、どのようにすればいいのかを一緒に考えることもピア・サポートの一つである。まずは、積極的な傾聴をしながら、問題の識別を行なう。何が問題かを見極めたら、問題解決のために何ができるか共に考える。そして、どういう行動にしようか計画を立てて、その結果どうなったかを評価することを繰り返しながら、問題解決を行なう。

例えば、大学内でからかわれることがあるという問題を対象学生から相談された時に、どのようなからかわないのか、助けてくれる友人がいるのか、からかいを受けた後の対象学生の様子はどうかなどを積極的に聴き、問題の見極めを行なった。その結果、からかいを受けた時には、ピア・サポーターを呼ぶことを指示したのである。

以上のようなサポートを、ピア・サポーターが実施する過程で自らが考えることは、これまでの障害者に対して持っていた偏見についてである。少ない知識やイメージで、障害者に対する見方を作り上げてきたことへの反省や、障害者も健常者と同じように一人ひとり違う個性を持った存在で、友人のように接することができるのだという気づきがなされることが多い。そして、障害者の持っているリソースに目を向け、それを伸ばしていく方法がないかを考える。ないものを数えるのではなく、あるものを生かしていくという支援を実現させていく考え方を身につけることができるのである。

このようにして、ピア・サポーターは様々な気づきを得ながら、サポートを始める前の自分とは違う自分を実感することがある。例えば、これまでは一方向的に相手に話しかけていたことや、相手の答えを“待つ”ことの困難さに気づき、ピア・サポートをしたことによって、相手のことを考えてから、言葉を発することができるようになったのではないかと考えている。

つまり、まずは積極的な傾聴によって信頼関係の構築を行ない、友人のようなコミュニケーションを取ることができるようになる。そして、障害を持つ対象学生が抱えている問題を解決するための支援内容を検討・実施し、サポートに責任を持って関与することで、自らのパーソナリティや価値観への気づきが起こるのではないかと考える。この気づきが、自分自身と対象学生の成長へと発展し、さらに質の高い支援内容

の課題へとつながっていくのであろう (図3)。

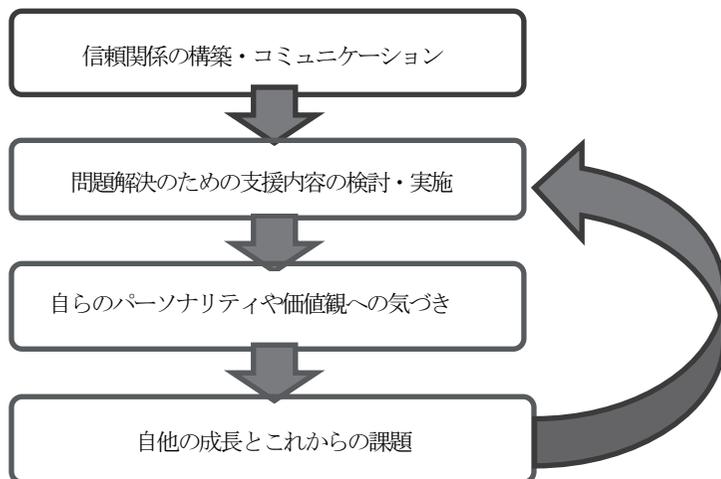


図3 ピア・サポーターの変化

6. 今後の課題

本研究ではピア・サポーターの活動報告をもとに、彼らがどのように変化をしたのかという質的研究を行なったが、活動報告は彼らの関心の高い事柄を選択して報告されている傾向があると考えられる。そのため、サポートを実施する前と、実施した後の変化を検討するのであれば、彼ら自身のリーダーシップ、自尊感情、人間関係スキルなどを測定する質問紙を用い、量的な変化を検討する必要もある。

また、サポートをされる側の対象学生が、ピア・サポーターとの関係をどのように捉え、支援内容をどのように評価しているのかを明確にした上で、ピア・サポーターと教育的でプラスとなるやりとりを持つことを通して、サポートを受ける対象学生の自己認識、自尊感情、対人スキルを効果的に向上させていけることを実証的に研究していきたいと考えている。

引用文献

- Carr, R. A. Peer helping in Canada. *Peer counselor Journal*. 11(1) pp.6-9 1994
- Crystal, D. S., Kashinuma, M., DeBell, M., Azuma, H. & Miyashita, T. Who helps you? Self and other sources of support among youth in Japan and the USA. *International Journal of Behavioral Development*. 32(6) pp. 496-508 2008
- 懸川武史 児童生徒と教師が互いに成長できる学習モデルの構築 I 仲間支援システムの活用をとおして 第9号 67-78 頁 群馬県総合教育センター 2002
- 河田史宝 ピア・カウンセリングの実際—生徒保健委員会活動の一環として— 日本教育大学協会 養護教諭部門全国国立大学附属学校連盟養護教諭部会研究集録 34 頁 1999

徳田健一 ピア・サポート事始め ピア・サポート研究 1 53-58 頁 2004

西山久子 ピア・サポートプログラム導入による不登校回避の支援—スクールカウンセラー常駐型高等学校における臨床的・実践的研究— 岡山大学教育学研究科学校教育臨床専攻修士論文（未刊行） 2001

西山久子 ピア・サポートの歴史—仲間支援運動の広がり 30-39 頁 現代のエスプリ ピア・サポート 2009

