

<実践報告>

中学生を対象とした思春期ピアカウンセリング実践報告

植谷 亜希子¹⁾, 篠木 絵理²⁾, 松島 可苗³⁾, 横井 寿之¹⁾, 阿保 順子¹⁾

抄録：本稿の目的は、筆者らが札幌市内の中学3年生を対象に実施したピアカウンセリングの実践プロセスと評価について報告することである。この実践は、中高一貫校における性教育の取り組みの一環として、当該校の養護教諭より依頼を受けて行った。本学看護学科4年生12名がピアカウンセラーとなり、対象校の中学3年生54名にピアカウンセリングを用いて性感染症に関する知識提供を行った。対象者による実践評価として、ピアカウンセリング終了時に質問紙調査を実施した。その結果、対象者はピアカウンセリングに対して肯定的な印象をもち、必要性を実感していた。また、ピアカウンセリングを通して、性感染症を身近に感じ、自分の意見を人に伝えることの意義を認識していた。以上のことから、今回の対象者に対しては、ピアカウンセリングが思春期健康教育として有効であると考えられた。

今後の課題は、支援方法としてピアカウンセリングの時期や対象者の適切性、対象者の特性に合わせた内容について検討することと、受講前後の対象者の行動若しくは行動に対する考え方の変化を縦断的に追跡していくことである。

キーワード：思春期、ピアカウンセリング、健康教育

1. はじめに

現代の思春期の問題点として、性行動の低年齢化・活発化¹⁾、性感染症罹患率の増加²⁾等があげられる。また、20歳未満の人工妊娠中絶実施率は、2001年の13.0をピークに減少傾向を示しているものの³⁾、2006年は8.7と依然低いとはいえない状況にある。このような現状に対して、健やか親子21の主要課題には、思春期保健対策の強化と健康教育の推進が示され、特に思春期の健康と性の問題に対しては、同世代から知識を得るピア・エドゥケーター（仲間教育）、ピア（仲間）・カウンセリングなどの思春期の子どもが主体となる取り組みの推進が明示されている⁴⁾。

ピアカウンセリングとは、「人間の成長と心の健康に関する知識とともに、アクティブ・リスニング（積極的傾聴）と問題解決スキルを用いることによって、ピア（仲間）の意識をもって行う相談活動である」⁵⁾とされている。ピアカウンセリングでは、「人は、機会があれば

自分自身の問題を解決する能力をもっている」という基本前提にたち、対象者が自分自身の課題に対する解決策を、自ら見いだしていくことを支援する方法である。

筆者らは、対象者の性支援について、自己決定能力の育成という視点で実践・評価することを目指し、現在、学校・家庭・地域の連携による思春期健康教育のあり方を検討している。今回、札幌市内の中高一貫校の中学3年生女子54名（女子のみのクラス）を対象にピアカウンセリング実践の機会を得た。この実践は、中高一貫校における性教育の取り組みの一環として、当該校の養護教諭より依頼を受けた。依頼内容は、ピアカウンセリングを用いて性感染症に関連する知識提供をすることで、その実践プロセスと評価について報告する。

2. 思春期ピアカウンセリング実践の概要

1) 日時、場所、対象者

日時：平成19年10月16日（火）13：20～15：10

場所：対象中学校 体育館

対象者：中学3年生女子 54名（女子のみのクラス）

2) 準備

ピアカウンセリング実践計画は、筆者らとピアカウン

1) 北海道医療大学 看護福祉学部

2) 東京保健医療大学 医療保健学部

3) 関西福祉大学 看護学部

セラの代表学生1名とで立案し、実施6ヶ月前より、対象校の養護教諭2名と検討を重ねた。

ピアカウンセラーは、本学看護学科4年生を対象に募集し、12名の協力者を得た。このうち、ピアカウンセラー養成コースをすでに修了している学生1名を中心に、協力者に対する学習会を数回行った。

この学習会の内容は、ピアカウンセリングと当日のテーマに関する事項を中心とした。ピアカウンセリングの基礎知識として、①基本概念、②8つの誓約、③ベーシックスキル、④グループカウンセリングを学習した。さらに、グループワークの運営について、ファシリテーターの役割が取れるよう、今回のテーマに基づき、予測される意見や質問を提示しながら具体的な対応を検討した。最後に、実施2日前にリハーサルを行い、時間配分や配置等について調整した。

今回のレクチャー（知識提供としての講義）内容である性感染症の基礎知識、現状、感染経路と予防法については、協力者が集めた資料を筆者らが確認し、それをもとに協力者間で知識の確認を行った。

3) 内容

(1) 目標

- ①異性への関心が深まる思春期において、性感染症について学習することで、疾病予防と母性保護について考える。
- ②ピアカウンセリングを通して、自分の気持ちを表現すること、および相手の気持ちを考えることを体験する。

(2) プログラム内容と実施方法（表1）

ピアカウンセラー12名のうち、2名が司会を担当した。具体的なプログラム内容と実施方法は、表1に示した通りである。ピアカウンセラーである本学学生は、カウンセラーである中学生に対して、批判的にならない（ノンジャッジメンタルである）こと、共感的な態度であることを心がけ、親しみやすい雰囲気に対応した。グループワークは、中学生5-6名に対して本学学生1名の少人数制とし、自分の意見を人に伝えやすい環境をつくった。性感染症のレクチャーでは、身近な疾病であることを認識してもらうことに重点を置き、模型等の教材を使用してわかりやすく伝える工夫をした。プログラム全体を通して、知識の習得をしながら、自分の考えを表現できることや人の考えを聞く姿勢が持てることを目標とした。

3. 思春期ピアカウンセリング実践の評価

1) 調査方法

ピアカウンセリングに参加した中学3年生54名を対象

に、任意で協力を依頼し、ピアカウンセリング終了時に無記名自記式の質問紙を配布した。回収は、中学校の担任教師が当日に行った。

調査内容は、今回のピアカウンセリングの目標に対する評価として、性感染症を身近に感じたか、自分の意見を言えるようになったと思うか、の2項目、ピアカウンセリングの評価として、ピアカウンセリングの必要性、実施時期、受講してよかったか、楽しかったか、ピアカウンセラーの印象、の5項目の合計7項目で、回答は選択式とし、最後にピアカウンセリング受講の感想について、自由記載欄を設けた。

分析方法は、選択問題は項目毎に単純集計し、自由記載は内容が類似しているものをまとめて分類した。

2) 結果

調査対象者54名全員から回答を得た（回収率100%）。調査結果の中で、ピアカウンセリングの目標に対する評価とピアカウンセリングの評価について、表2に示した。

(1) ピアカウンセリングの目標に対する評価

「ピアカウンセリングを通して、性感染症を身近に感じたか」という質問に対しては、「身近に感じた」、「どちらかといえば身近に感じた」と回答した者が51名（94%）と大半を占めた。また、「自分の意見が言えるようになったと思うか」についても、「言えるようになった」、「どちらかといえば言えるようになった」と回答した者が51名（94%）と大半を占めた。

(2) ピアカウンセリングの評価

「ピアカウンセリングは必要だと思うか」という質問に対しては、50名（93%）が「必要だと思う」と回答し、「必要ないと思う」と回答した者はいなかった。

「ピアカウンセリングの時期は適切か」という質問に対しては、「ちょうどよい」と回答した者が30名（56%）と最も多かったが、「遅い」と回答した者が17名（31%）いた。

「ピアカウンセリングを受講してよかったか」という質問に対しては、全員が「よかった」、「どちらかといえばよかった」と回答した。また「ピアカウンセリングは楽しかったか」という質問に対しては、52名（96%）が「楽しかった」「どちらかといえば楽しかった」と回答した。ピアカウンセラーの印象については、「とてもよい」、「まあまあよい」と回答した者が53名（98%）であった。

(3) ピアカウンセリング受講の感想（自由記載）

ピアカウンセリング受講の感想を表3に示した。感想は自由記載であったが、全員から回答を得た。

レクチャーについては、「性感染症を身近に感じた」という感想が11名、「性に関する知識を得た」という感

表1 プログラム内容と実施方法

時間	主内容	目的	具体的内容と実施方法
13:20 [5分]	自己紹介 導入	・ピアカウンセラーの紹介 ・「ピア」を知る	・ピアカウンセラーの自己紹介 ・「ピア」とは、本日の学習目標について司会者が説明 ・全員名札（ニックネーム）をつける
13:25 [15分]	ラポール ゲーム	・ピアカウンセラーとカウンセラーの交流	・ジェスチャー伝言ゲーム実施 ・司会者が、ゲームの目的、内容を説明 ・ピアカウンセラーがグループを分ける
13:40 [20分]	グループ ワーク	・自分の気持ちを表現する ・相手の気持ちを考える	・下記のテーマについて、自分ならどう対応するか（どう断るか）をグループで話し合う ①友達に夜遊びに誘われたが行きたくない ②友達にタバコを勧められたが吸いたくない ・生徒は指定グループ（1グループ5、6名）にわかれる ・各グループにピアカウンセラーが1名ずつ参加
14:00 [10分]	グループワ ーク発表・ まとめ	・自分たちの意見を伝える ・他の人たちの意見を聞く ・話し合い内容を共有する	・話し合った内容を、生徒が発表 ・インタビュアーが各グループを巡回し、インタビュー形式で発表 ・司会者とインタビュアーが発表内容をまとめる
14:10 [20分]	性感染症レ クチャー	・性感染症に関する知識を得る ・性感染症予防のための技術を学ぶ ・性感染症を身近に感じる	・司会者とピアカウンセラーが、下記についてレクチャーする ①性感染症の基礎知識（種類・症状） ②性感染症の現状 ③性感染症の感染経路と予防法（性のネットワーク） ④コンドームの正しい使い方 ・性のネットワークについてピアカウンセラーと中学生数名で実演 ・コンドームの正しい使い方について、ピアカウンセラーが3か所にわかれて模型を用いて説明 ・生徒は自由に座り、レクチャーを受ける
14:30 [20分]	グループ ワーク	・性感染症を身近に感じる ・自分の気持ちを表現する ・相手の気持ちを考える	・下記のテーマについて、グループで話し合う つきあっている彼（パートナー）に「自分はクラミジアに感染しているんだ」と言われた。 自分なら ①どう感じる？②どう答える？③どう行動する？ ・生徒は指定グループにわかれる（1回目グループワークと同じ） ・各グループにピアカウンセラーが1名ずつ参加
14:50 [10分]	グループワ ーク発表・ まとめ	・自分たちの意見を伝える ・他の人たちの意見を聞く ・話し合い内容を共有する	・話し合った内容を、生徒が発表 ・インタビュアーが各グループを巡回し、インタビュー形式で発表 ・司会者とインタビュアーが発表内容をまとめる
15:00 [10分]	まとめ 資料配布	・学習内容を振り返る	・司会者が、学習内容について資料をもとに振り返る ・司会者が、学習内容で大切にしてほしいことを再度伝える

想が7名であった。また、「性感染症は怖いと思った」という感想を述べた者も6名いた。コンドームの使用方法については、「本物のコンドームを使って練習したのでわかりやすかった」という意見が4名あった。一方で、「コンドームをはじめて見たので衝撃だった」、「コンドームは少し気持ち悪い」という感想もあった。

グループワークについては、「いろいろな意見が聞け、楽しかった」という意見が3名であった。

ピアカウンセリングについては、「楽しかった」という感想が11名と多かった。また、「自分の体も相手の体も大切にしたい」、「はじめて自分の考えを持つことができた」、「人にきちんと（自分の意見を）言えるようにしたい」という感想もあった。

改善して欲しい点として、グループワークについては、「話し合いの時間を多くしてほしい」、「(グループ編成が) 仲のよい人同士のグループ編成がよい」という意

見があった。また、実施時期について、「もっと早い時期にやるといい」という意見があった。

ピアカウンセラーについては、「明るくて楽しかった」、「フレンドリーで接しやすかった」など、好印象だったことを示す回答が多かった。

4. 考 察

今回実施したピアカウンセリングに関する質問紙調査結果をもとに、1) ピアカウンセリングの目標に対する評価、2) ピアカウンセリングの評価の2点について考察する。

1) ピアカウンセリングの目標に対する評価

ピアカウンセリングを通して、9割以上の対象者が「性感染症を身近に感じた」、「自分の意見が言えるようになった」と回答していること、自由記載でも「性感染

表2 ピアカウンセリングに関する調査結果 (n=54)

項目・質問内容	人数 (%)
1. 目標に対する評価	
1) 性感染症を身近に感じたか	
身近に感じた	35 (64)
どちらかといえば身近に感じた	16 (30)
どちらかといえば身近に感じなかった	1 (2)
身近に感じなかった	2 (4)
2) 自分の意見が言えるようになったと思うか	
言えるようになった	30 (55)
どちらかといえば言えるようになった	21 (39)
どちらかといえば言えなかった	3 (6)
全く言えなかった	0 (0)
2. ピアカウンセリングの評価	
1) ピアカウンセリングは必要だと思うか	
必要だと思う	50 (93)
必要ないと思う	0 (0)
どちらとも言えない	4 (7)
2) ピアカウンセリングの時期は適切か	
早い	1 (2)
ちょうどよい	30 (56)
遅い	17 (31)
わからない	6 (11)
3) ピアカウンセリングを受講してよかったか	
よかった	47 (87)
どちらかといえばよかった	7 (13)
どちらかといえばよくなかった	0 (0)
よくなかった	0 (0)
4) ピアカウンセリングは楽しかったか	
楽しかった	40 (74)
どちらかといえば楽しかった	12 (22)
どちらかといえば楽しくなかった	2 (4)
楽しくなかった	0 (0)
5) ピアカウンセラーの印象	
とてもよい	39 (72)
まあまあよい	14 (26)
あまりよくない	1 (2)
とてもよくない	0 (0)

症を身近に感じた」(11名)、自分の体も相手の体も大切にしたい」(2名)、「自分の考えを持つことができた」、「自分の意見を人にきちんと言えるようにしたい」(1名)などの感想があったことなどから、今回のピアカウンセリングの目標は達成されたと考える。中学生を対象としたピアエデュケーションを実施、評価した宇野らの研究⁶⁾でも、性行動の危険性の認識(望まない妊娠やSTD (sexual transmitted disease) を身近な問題としてとらえることができるかどうかの評価)の得点が教育後に上昇したという結果が示されており、今回の結果も同様

表3 ピアカウンセリング受講の感想 (自由記載)

項目	人数
(n=54)	
レクチャーについて	
性感染症を身近に感じた	11
性に関する知識を得た	7
性感染症は怖いと思った	6
本物のコンドームを使って練習したのでわかりやすかった	4
コンドームを見たのははじめてで衝撃だった	1
コンドームは少し気持ち悪い	1
グループワークについて	
いろいろな意見が聞け、楽しかった	3
仲のよい人同士のグループ編成がよい	1
話し合いの時間を多くしてほしい	1
ピアカウンセリングについて	
楽しかった	11
内容がわかりやすかった	2
もっと早い時期にやるとよい	2
自分の体も相手の体も大切にしたい	2
自分の考えを持つことができた	1
自分の意見を人にきちんと言えるようにしたい	1
ピアカウンセラーについて	
明るくて楽しかった	2
フレンドリーで接しやすかった	2
わかりやすく説明してくれた	2
やさしくてよかった	2

の効果が伺えた。しかし、性感染症レクチャーに対する感想として、「性感染症は怖いと思った」(6名)、「コンドームを見たのははじめてで衝撃だった」(1名)、「コンドームは少し気持ち悪い」(1名)などの意見があり、教材の使用や実演については、対象者の心情を十分理解し、対応していく必要があると考える。

また、自由記載の中に、「性に関する知識が得られてよかった」という感想が7名あり、今回のピアカウンセリングが性知識の獲得に有効であることも伺えた。

2) ピアカウンセリングの評価

調査結果から、9割以上の対象者が、ピアカウンセリングの必要性を感じており、ピアカウンセリングを「受講してよかった」、「楽しかった」と回答していた。また、ピアカウンセラーの印象についても、9割以上が、「よい」印象をもっていた。以上のことから、今回のピアカウンセリングが、対象者に肯定的に受けとめられていたことが伺えた。

ピアカウンセリングの実施時期については、「ちょうどよい」が6割と最も多かったが、「遅い」と回答した者が3割いたこと、自由記載でも、「もっと早い時期にやるといい」という意見が2名あったことなどから、今

後検討が必要と考える。実施時期に関しては、性に関する経験やニーズに個人差があるため、集団を対象とする場合は、すべての対象者に適切な時期に実施することは難しい。しかし、対象集団の状況やニーズを把握し、実施内容と合わせて検討していく必要があるだろう。

ピアカウンセリングのテーマおよび内容については、対象校では、中学1年から高校3年までの6年間、体系的に性教育を実施しており、今回のテーマおよび内容は、その一部として位置づけが明確であった。従って、生徒にとって受け入れやすいものであったと考える。

5. おわりに

今回は、ピアカウンセリングの実践プロセスとその評価について、対象者に行った調査結果を中心に報告した。結果からは、ピアカウンセリングに対して肯定的な印象を持ち、他者との意見交換から自らの気持ちを表現すること、行動を変化させていくことについて、認識を新たにしていた。また、性感染症の知識提供に対して意図した内容を理解したことが伺えた。これらのことから、今回の対象者に対しては、思春期健康教育として有効であると考えられた。

今後、性に関する自己決定支援を展開していくにあたり、受講前後の対象者の行動若しくは行動に対する考え方の変化を縦断的に追跡していく必要がある。また、支援方法として、ピアカウンセリングの時期や対象者の適切性、対象者の特性に合わせた内容について検討していきたい。

引用文献

- 1) 財団法人日本性教育協会編：「若者の性」白書—第6回青少年の性行動全国調査報告—，小学館，2007.
- 2) 橋戸円，岡部信彦：発生動向調査から見た性感染症の最近の動向，日本性感染症学会誌，15（1），60—68，2004.
- 3) 財団法人母子衛生研究会編：母子保健の主なる統計平成19年度刊行，母子保健事業団.
- 4) 厚生労働省，健やか親子21検討会報告書，http://www1.mhlw.go.jp/topics/sukoyaka/tp1117-1_a_18.html（2008年9月）
- 5) 松本清一監，高村寿子編：性の自己決定能力を育てるピアカウンセリング，小学館，1999.
- 6) 宇野暢恵，荒木田美香子，戸川僚子：中学生を対象としたピアエデュケーションによる性教育の有効性の検討，思春期学23（3），2005.

Peer counseling for students at private high school.