

ピアサポート活動は社会でどのように活かされているか

— A大学ピアサポーター卒業生に対する調査から —

高田 純¹⁾, 石田 貴洋²⁾, 三浦 寿秀²⁾
内野 悌司³⁾, 兒玉 憲一⁴⁾

キーワード：ピアサポート, 正課外活動, 卒業生

How are peer support activities utilized in society?
— A Survey of University A Peer Supporter Alumni

Jun Takata¹⁾, Takahiro Ishida²⁾, Toshihide Miura²⁾
Teiji Uchino³⁾, Kenichi Kodama⁴⁾

Key word : peer support, extra-curricular activities, alumni

I. はじめに

大学におけるピアサポート(以下,PS)とは、「学生生活上で支援を必要としている学生に対し、仲間である学生同士で気軽に相談に応じ、手助けを行う制度¹⁾」と定義される。PS自体はこれまで世界各地で展開されてきた活動だが、わが国の高等教育機関においては「大学における学生生活の充実方策について」における「正課外教育の積極的な捉え直し」や「学生中心の大学への視点の転換」といった提唱²⁾がなされたことが大きい。

日本学生支援機構¹⁾の調査によれば、回答のあった大学全体のうち50.4%がPSを実施しているという。さらに、実施していないと回答した大学においても45.6%が「今後実施したい」と回答している。このように、多くの大学でPSが実施されて

おり、多様なサービスが提供されている。コロナ禍においても、その活躍が期待されている³⁾。

それでは、PSが及ぼす効果とはどのようなものだろうか。清水ら⁴⁾は、先行研究のレビューから「PS学生の積極性やコミュニケーション能力など汎用性技術の向上とともに、新たな人間関係の構築や他者視点の獲得、多様性への理解を促進する可能性がある。また、支援される学生への効果はもとより、大学コミュニティ全体への波及効果、さらにはピアサポーター自身の成長についても期待される」と述べている。特に、ピアサポーター自身の成長について、内野ら⁵⁾は、「ピアサポート活動(以下,PSA)は学生同士で支援を行う、先輩が後輩のロールモデルになる、主体性やコミュニケーション力が涵養される点で正課外教育として有効である」と報告している。また、鳥

1) 東京工業大学保健管理センター

2) 広島大学ピアサポートルーム

3) 広島修道大学健康科学部

4) 広島大学名誉教授

1) Tokyo Institute of Technology Health Support Center

2) Hiroshima University Peer Support Room

3) Hiroshima Shudo University The Faculty of Health Sciences

4) Professor Emeritus, Hiroshima University

越ら⁶⁾は学生らの語りから、「ピアサポーターたちは能動的に行為せざるを得ない立場に置かれ、他の人と意見を交わしながら活動し、周りの学生の反応により達成感を抱き、次の活動への意欲を向上させる」と考察しており、「社会人基礎力の獲得につながっている」と述べている。これらの先行研究を踏まえると、PSが学生に及ぼす意義や有効性として、「コミュニケーション能力」、「主体性」、「新たな人間関係の構築」、「多様性への理解」にまとめられるのではないだろうか。一方、必ずしも期待された効果が得られるまで活動を継続する学生ばかりではなく、その要因も検討されつつある^{7,8)}。

このように、正課外教育としてのPSAの有効性や意義について検討されているが、多くは在学生に対する調査であることが課題であった。このような経験は、在学中だけでなく、卒業後社会生活においても有用であると考えられるが、卒業生に対して行った調査は極めて限定的であった⁹⁾。卒業したピアサポーターは、学生生活におけるPSAの経験をどのように捉え、何が卒業後の社会生活において活かされていると感じているのだろうか。社会人の立場からPSAを振り返り検討することは、学生生活に限らず、その先の社会生活も含む長期的影響を検討することができるため、教育的観点からも重要と考えられる。

そこで本研究は、A大学のPS卒業生に対してPSAの経験が現在どのように活かされているかについて調査を行い、教育的な意義や有効性を明らかにすることを目的とした。

II. 方法

1. 調査手続きおよび分析対象者

2014年3月、A大学ピアサポートルーム（以下、PSR）のOB・OGに対し、無記名自記式質問紙を配布、回収した。調査は当時の室長の許可を得て行われ、参加者には自由意志、研究の目的、公表について事前の説明を行った。

分析対象者は20名（男性：6名、女性14名）で、平均活動年数は4.3年（2年～8年）であった。

2. A大学PSRの概要

A大学PSRは、学生生活上の諸問題に対処するに当たり、学生同士が気軽に相談し、互いに助け合う学風を醸成することを目的に2000年代に開室された。学生相談機関の教員や学外の非常勤講師が専門アドバイザーとして運営に関わり、開室以来数多くのピアサポーターを養成してきた。学部学生時代のPS経験者で大学院生は、ピアアドバイザーとしてピアサポーターの指導・相談の役割を担ってきた。A大学のPSAは、安全かつ効果的な活動を行うために、ピアサポーターになりたい学生に対して、傾聴を中心とした援助技法の研修を行っている。個別相談を出発点とし、その他にも研修・広報・交流支援等活動の幅を広げている。例えば、新入生相談コーナーを設けたり、もっと気軽に話ができる場として「おしゃべり茶話会」や、対象を絞った「ランチアワー」などの活動を企画して、アウトリーチ活動を行っている。他にも、単発の相談だけではなく、継続的な相談を希望する学生に対するメンタリングも実施するようになった。このように、A大学のPSRでは「相談室型」の活動から、「新入生支援型」活動、「企画事業型」活動、「コミュニティ支援型」活動まで、多彩な形態で活動を行っていることが特徴である。黄ら¹⁰⁾の検討によれば、A大学の現役ピアサポーターの多くは「相談活動」、「研修活動」、「広報活動」を重要視し、「内部交流」、「組織業務」、「渉外活動」への達成度が高いことが示されている。

3. 質問紙の構成

1) PSAへの参加態度と満足度について

PSAへの参加態度について、「当時のPSAへの参加態度について、あなた自身にあてはまると思う数字に○をつけてください」という1項目に対して、4件法（「4.非常に積極的」～「1.非常に消極的」）で尋ねた。また、PSAへの満足度について、「PSRの満足度について、あなた自身にあてはまると思う数字に○をつけてください」という1項目に対して、4件法（「4.非常に満足」～「1.非常に不満」）で尋ねた。

2) PSA における経験

経験については、「PSA を振り返って、最も良かったことはなんですか」、「PSA を振り返って、最も苦労したことはなんですか」という各設問について、自由記述にて回答を求めた。

3) PSA は現在どのように活かされているか

学生時代の PS 経験が現在どのように活かされているかについて、「PSA でどのような経験が、現在の社会生活でどのように活かされていると感じますか?」という設問に対し、自由記述で回答を求めた。

4. 分析方法

参加態度・満足度については、各設問ごとに集計を行った。自由記述については、KJ法を援用し、第一筆者が回答内容からカテゴリ名を命名、分類を行った。

Ⅲ. 結果

1. 参加態度と満足度について

参加態度について、「非常に積極的」が6名、「やや積極的」が11名、「やや消極的」が3名であった(平均3.2点)。満足度については、「非常に満足」が13名、「やや満足」は7名であった(平均3.7点)。

2. PSA における経験

「良かったこと」について分類を行った結果、29の回答が得られ、表1のように分類した。その内訳は、「仲間との出会い」が10名(50%)、「聴くことの大切さ」が8名(40%)、「支え合いの経験」が6名(30%)、「雰囲気」が3名(15%)、「研修」が2名(10%)であった。

次に、「苦労したこと」について分類を行った結果、32の回答が得られ、表2のように分類した。「仕事の振り分け」が8名(40%)、「運営・活動に対する葛藤」が7名(35%)、「両立の難しさ」が6名(30%)、「モチベーションの維持」が5名(25%)、「周知・広報」が4名(20%)、「話を聴くこと」が2名(10%)であった。

3. PSA は現在どのように活かされているか

「現在どのように活かされているか」について検討した結果、34の回答が得られ、表3のように分類した。「話を聴く姿勢」が16名(80%)、「ピアサポートの精神」が7名(35%)、「人前で話す経験」が4名(20%)、「企画・運営」が3名(15%)、「友人の支え」が2名(10%)、「情報の交通整理」が2名(10%)であった。

表1 「良かったこと」の分類結果

カテゴリ名	カテゴリ例	件数	出現率%
仲間との出会い	先輩や後輩など同級生以外の方々と交流を持てたこと。 ピアサポーターの仲間や先生と出会えたこと。	10	50
聴くことの大切さ	傾聴スキルが練習できたこと、身に付いたこと。 話を聞くことで相手に受け止めてもらっていると安心感を与えられることに気づいたこと。	8	40
支え合いの経験	互いに励まし合ったり、支え合ったりすること、まさにピア・サポートという関係を経験することができた。 いろいろ相談させていただきました。	6	30
雰囲気	みんなが温かく接してくださり、のびのびと活動できた。 居心地のよいメンバーと過ごせたこと。	3	15
研修	セミナーなどの研修。 夏合宿。土曜セミナーなどの研修会。	2	10

表2 「苦勞したこと」の分類結果

カテゴリ名	カテゴリ例	件数	出現率%
仕事の振り分け	仕事の分担が難しくイベントの準備がしんどいことがあった。小さなことでも続けていくこと。例えばPSR開室や、セミナーを続けたり。	8	40
運営・活動に対する葛藤	一つのことを実行しようとしたときに、話がスムーズにまともならず、話が進みにくいところがありました。色々なメンバーの意見を、どうやって捨るかということ。色々な参加の仕方、コミットの仕方が許容されるには、どうしたらいいかということ。	7	35
両立の難しさ	授業やバイト等との両立が難しかった。サークル活動と、全大会や行事への参加の両立が負担だった。	6	30
モチベーションの維持	メンバーが継続して活動できるようにすることが難しかった。PAになったときにPSのモチベーションを維持していくことに苦勞した。	5	25
周知・広報	PSRの存在を周知させ、多くの人々に訪れてもらえるようにすることが大変だと感じました。PSRの存在を多くの人に知ってもらい、利用してもらうためにはどうすればいいかということ。	4	20
話を聴くこと	ロールプレイが難しかった。落ち着いて相手に接すること。時間で相談を切りにくかった。	2	10

表3 「卒業後活かされていること」の分類結果

カテゴリ名	カテゴリ例	件数	出現率%
話を聴く姿勢	来客対応の時落ち着きをもって、話を聞く姿勢が取れるようになっていけると感じることもある。傾聴スキルやその人のニーズをつかもうとする姿勢が仕事に役立っています。	16	80
ピアサポートの精神	相手と同じ目線に立って、同じ立場で考えていくという姿勢が、仕事でも活かされている。色々なメンバーの意見を、どうやって捨るかということ。色々な参加の仕方、コミットの仕方が許容されるには、どうしたらいいかということ。	7	35
人前で話す経験	人前で講義をすることがあるので、ピアでのセミナーのことを思い出しながらやっています。研修での進行や方法、アイスブレイクなどのネタが活用できる。	4	20
企画・運営	セミナーの企画・運営が仕事を効率よく進めることに。活動を学生が運営していくことで、組織には色々な人がいて、色々な役割分担をしながら成り立っていることを感じた。	3	15
友人の支え	友人同士の助け合い、同僚との支え合いなど。友人関係が現在の生活において心の支えになっている。	2	10
情報の交通整理	心理的サポートも重要だが、適切な具体的サポート（情報）がまず重要。現在、代表電話を取ることが多く、どの部署に電話していいかわからない方から電話があることがあり、そのような時、PSRで実践してきた「情報の交通整理」ということが役立っているように思います。	2	10

IV. 考 察

本研究の目的は、PS 卒業生に対して、在学中の PSA が卒業後どのように活かされているかについて調査を行い、正課外活動としての PSA の教育的な意義や有効性について検討することであった。

1. 活動期間と参加態度・満足度について

本調査への参加者は、平均4.3年と長期的に PS に関わっていた。非継続群の卒業生との比較はできないが、概ね参加態度および満足度も高いことが示された。植田ら⁸⁾は継続群と非継続群との違いを検討する中で、「活動を継続的に参加している学生は、自分自身の成長を実感できているということができ、活動を通じた成長が PS の活動継続と関連している」と指摘しており、彼らの報告を支持する結果となっている。

2. 卒業生は PSA をどのように捉えているか

良かったことについては、「内部交流」への達成度が高いことから¹⁰⁾、正課教育では出会えない先輩、後輩、教員との出会いや、支え合う経験が PSA における良い体験として印象に残っているようである。また、「相談活動」や「研修活動」への重視していることもあり¹⁰⁾、「聴くことの大切さ」をあげる卒業生も多く、A 大学 PSA の雰囲気や傾聴が基盤としてあるものと考えられた。「傾聴は PSA の土台である」¹¹⁾という指摘があるように、支援活動の前提となる傾聴を主とした研修活動が、彼らに成長体験をもたらし、良い影響を及ぼしていたものと考えられた。

苦勞したことについては、学業や他の活動との両立の難しい多忙な中で、「仕事の振り分け」「運営・活動に対する葛藤」のように、組織運営を自分たちで進めていくことに苦勞を感じていたようである。さらに、「周知・広報」のように、なかなか実際に支援活動を行う機会が少ない中で、いかにメンバーの「モチベーションの維持」できるかに苦勞していた。本研究の参加者は長期継続のピアサポーターが多いが、少なからず苦勞を経験

していたことがわかる。その一方、A 大学の PSA は、「広報活動」を重視し、「組織運営」への達成度が高いことが示されている¹⁰⁾。本研究結果を踏まえると、当時苦勞したという経験というのは、現役時代に重視していたり、達成度が高い経験と結びついているといえる。

3. PSA は卒業後どのように活かされているか

卒業後の生活で活かされていることについては、「話を聴く姿勢」が最も出現率が最も高く、さらに「人前で話す経験」や「情報の交通整理」についても一定数の回答があった。これは、先に述べた「聴くことの大切さ」という体験が、在学中に限らず、卒業後にもそのまま活かされていることを示している。すなわち、A 大学の PSA が「研修活動」や「相談活動」を通じて、人間関係を形成する上で重要な、「コミュニケーション能力」を涵養していたことが、卒業生からの回答からも示されたといえる。

また、個のスキルアップに限らず、「ピアサポートの精神」「企画・運営」のように、他者を尊重・協働しながら仕事を進めていく姿勢も、卒業後にも役に立っていることが明らかになった。これらの内容は、先に述べた「仲間との出会い」「支え合いの経験」だけでなく、組織運営上の「苦勞したこと」とも密接な関係があると考えられ、学生の成長に大きく寄与しているものと考えられる。この結果は、卒業後の彼らの職種を越えて「主体性」や「多様性への理解」を涵養しているものと考えられ、正課外活動として意義があるといえる。

さらに、植田ら⁸⁾は「活動を通じた人間関係の充実」が PSA の目的と照らして有意義であると述べており、「学内で自分を受け入れてくれる場」の重要性を指摘している。少数ではあるが「友人の支え」が卒業後も活かされているという回答がみられたことは、PSA を通じて得られた「新たな人間関係の構築」が、卒業後も彼らの支えとなっていることを示している。

4. 総合考察

検討の結果、A 大学の PSA が在学中の正課外

教育として、「コミュニケーション能力」,「主体性」,「新たな人間関係の構築」,「多様性への理解」という観点において、教育的な意義や有効性があるだけでなく、卒業後の社会生活においても役立っており、長期的な効果を有する可能性が示された。本稿では「良かったこと」や「苦勞したこと」という体験が、学生の成長と大きく関連し、卒業後も活かされているものと考えられた。特にA大学のPSAが重視し、達成度の高い活動が、卒業後に形を変え、あるいはそのままの形で役に立っているものと考えられた。松田が「学生支援、学生相談を始めとする正課外の活動からスタートした大学におけるPSは、支援する学生の成長効果も期待され、現在では正課教育や正課と正課外の間位置する準正課の領域にまで拡大している」と指摘¹²⁾していることから、大学におけるPSの重要性はより増している。その一方、大学運営の厳しさから、PSAを支える予算や場所、人的配置といった安定的な基盤自体がままならない状況があるのも事実である¹³⁾。本稿ではあまり触れられなかったが、このような意義や有効性が示された背景に、運営側のサポートや工夫があることを忘れてはならない。例えば、黄ら¹⁰⁾の検討のように、PSが何を重視し、達成感を感じているかを日々の活動の中で共有する作業も、活動の評価・意義を伝える上で重要と考えられる。今後も、各大学における取組みの実績を積み上げ、共有し、伝えていく努力が求められている。

本研究の課題として3点あげられる。①本研究の参加者はPSAに対する満足度が非常に高く、長期間にわたり積極的に関わってきた人が多い。さらに、調査協力者はA大学に限定されており、かつ全体の一部に過ぎないため、一般化するためにはより広範の検討が必要である。②自由記述による検討には限界があるため、より詳細な体験に迫るためにもインタビュー調査を行う必要がある。③例えば、創設期のメンバーと安定期のメンバーでは体験が異なるため、参加期間だけでは、年度による活動の違いを考慮した検討ができない、といった点があげられる。

付 記

本稿は日本学生相談学会第37回大会で発表した内容を再構成したものである。

文 献

- 1) 日本学生支援機構：大学等における学生支援の取組状況に関する調査（令和元年度（2019年度））。2020. https://www.jasso.go.jp/statistics/gakusei_torikumi/2019.html
- 2) 文部科学省高等教育局：大学における学生生活の充実方策について（報告）—学生の立場に立った大学づくりを目指して—。2000. https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/koutou/012/toushin/000601.htm
- 3) 文部科学省高等教育局：学生支援をめぐる状況について。2021. https://www.jasso.go.jp/gakusei/about/seminar_kikkinkadai/_icsFiles/afldfile/2021/12/23/r3kikkin_mext_1.pdf
- 4) 清水 馨, 植田峰悠, 河合輝久, 他：大学におけるピアサポート活動がピアサポーターに与える効果. 精神科, 31 : 555-563, 2017.
- 5) 内野悌司, 石田貴洋, 三浦寿秀, 他：広島大学ピア・サポート・ルームの活動評価についての考察—2011年度活動のEmpowerment Evaluationを通して—。総合保健科学, 29 : 13-23, 2013.
- 6) 鳥越ゆい子, 武佐和子, 川西千弘：K女子大学のピア・サポート活動における学生の成長—ピア・サポーターの成長に注目して—。帝京科学大学紀要, 9 : 45-56, 2013.
- 7) 藤原美聡, 石田 弓, 兒玉憲一：大学生のピア・サポーターにおける活動動機に関する調査研究. 総合保健科学, 29 : 25-34, 2013.
- 8) 植田峰悠, 清水 馨, 河合輝久：大学生ピアサポーターの活動継続促進要因に関する探索的検討. 学生相談研究, 39 : 130-142, 2018.
- 9) 宮橋小百合：学生のピア関係を形成・促進する大学教育実践の検討—ピア・リーダー経験のある卒業生へのインタビュー調査から—。和歌山大学教育学部紀要, 71 : 51-56, 2021.
- 10) 黄 正国, 石田貴洋, 三浦寿秀, 他：ピアサ

- ポートルームに参加した大学生ピアサポーターの体験に関する探索的検討. 総合保健科学, 34: 41-48, 2018.
- 11) 高野利雄: 傾聴理論とピア・サポート活動, 大学でのピア・サポート入門—始める・進める・深める—, 春日井敏之, 増田梨花, 池 雅之編, ほんの森出版, 東京, 82-85, 2020.
- 12) 松田優一: 大学におけるピア・サポート普及の政策過程—「政策の窓」モデルによる考察—. 総合人間科学研究, 1: 131-144, 2020.
- 13) 鈴木英一郎: ピア・サポート, 日本学生相談学会編, 学生相談ハンドブック, 学苑社, 東京, 172-176.