

不登校の未然防止に向けた協働体制の充実

ーピア・サポートに焦点を当ててー

安芸市立安芸中学校 教諭 赤崎 浩平

高知大学大学院総合人間自然科学研究科教職実践高度化専攻 指導教員 岡田 倫代

【研究の概要】

本研究では、中学生における不登校の未然防止を目的として、ピア・サポートを活用した協働体制の充実について検討した。背景として、不登校は自殺念慮・未遂の要因となることが指摘されており、生徒間の良好な人間関係構築が重要視されている。本研究は「コミュニティー型」および「ピア・サポーター養成型」の2つのアプローチを用いて実施した。「コミュニティー型」では、学級全体を対象とした教育支援プログラムを通じて生徒間の友達支援意識を向上させることを目指したが、生徒の意識に有意な変化は見られなかった。一方、「ピア・サポーター養成型」では、希望者に対するピア・サポーター養成講座を実施し、講座で体得した活動を通じて友達支援意識や主観的健康感が有意に向上したことが確認された。これにより、特定のトレーニングを経験したことによるピア・サポート活動の有効性が示された。本研究は、学校全体でピア・サポートを推進する体制整備の必要性を提言するものである。

【キーワード】ピア・サポート、中学生、友達支援、主観的健康感

I. はじめに

近年、本邦の児童生徒における生徒指導上の諸課題は多様化、複雑化しており、それらの早期発見・早期対応は喫緊の課題となっている。厚生労働省と警察庁（2024）が公表した令和5年中における自殺の状況によると、中学生の自殺者は153名で、令和4年の154名の過去最多と変化なく、増加傾向にある。日本財団（2018）によると、若年層の自殺念慮・未遂の原因として最も大きいものは学校問題であり、自殺念慮・未遂者の約4分の1が「いじめ」を経験していることが示されている。また、「いじめ」よりも「不登校」のほうが、自殺念慮・未遂に強い影響を及ぼしていることが示されており、「不登校」につながるほどの強度の高いいじめが、その不登校の原因であるという可能性があり、強度の高いいじめによる不登校は、自殺念慮・未遂につながる可能性が高いということがいえる。

さらに、先に述べた自殺の状況では、小中高生において健康問題が147件で2番目に多くなっており、中学生における健康問題26件の内訳は、「病気の悩み・影響（その他の精神疾患）」12件、「病気の悩み・影響（うつ病）」8件の順で多くなっている。清田（2006）は、不登校児童生徒の多くに不安や抑うつが見られ、対人関係が原因の不登校でも二次的に抑うつ状態が生じやすいと述べている。不登校が自殺念慮・未遂に強い影響を与えていることから、心身の健康問題への対応も課題である。

このような、中学生の学校問題、及び健康問題の課題を改善する方策を検討するため、本研究ではピア・サポートに焦点をあてた。コール（2003）によると、ピア・サポートは、悩みがある時に子どもは友達に相談することが最も多いという実態から開発された理論であり様々な定義がある。岡田（2013）によると、ピア・サポートは「仲間を支援する、支える活動である」とされている。国立教育政策研究所（2024）の調査によると、「人の役に立つ人間になりたいと思いますか」という質問に対し、中学生は、「当てはまる（68.6%）」「どちらかといえば、当てはまる（26.6%）」と回答しており、95.2%もの生徒が人の役に立つ人間になりたいと思っていることが示されている。また、「いじめは、どんな理由があってもいけないことだと思いますか」という質問に対し、中学生は、「当てはまる（77.3%）」「どちらかといえば当てはまる（18.4%）」と回答しており、95.7%もの生徒がいじめに対していけないことであるとの認識が示されている。そして、Cowie（2011）は、学校全体の方針としてピア・サポートを導入すると、ピア・サポーターが休み時間などに他の生徒たちの交流を見守り、いじめの標的になっている人を支えたり、悪い行動を見つけたら報告したりする役割を担うことで、いじめを見かけたときに、周りにいる人たちが積極的

に行動していじめを止める機会が増えると報告している。

このような中学生の実態からも、仲間を支援する、支える活動であるピア・サポートを実践することは、生徒たちがお互いに悩みを相談し合える環境が培われ、いじめ等の生徒指導上の諸課題に対し改善に向かうような、良好な人間関係の構築につながると考えられる。Cowie (2011) は、生徒が人間関係や社会的なスキル、問題解決のスキルなどを学ぶためのトレーニングを実施することを、ピア・サポートの方法として述べている。また、山口 (2019) は、日本のピア・サポートにはすべての生徒に仲間支援の力を育成する学校・学年・学級を対象にした「コミュニティー型」と、トレーニングを受けた生徒が友人の悩み相談を受ける「ピア・サポーター養成型」に分けられるとしている。前者は希望者や選ばれた生徒に傾聴を中心としたトレーニングを課し、そこで習得したスキルを活用してサポート活動をするものであり、後者は学校・学年・学級の取組として、すべての生徒が前者と同様のトレーニングを受け、対人関係スキルを身につけ共に成長を目指すとしている。

以上のことから、本研究では、「コミュニティー型」及び「ピア・サポーター養成型」それぞれの効果について検討した。統計解析については、SPSS Ver. 28 (日本アイ・ビー・エム株式会社) を用い、有意水準は5%未満とした。

Ⅱ. 研究1 「コミュニティー型」における効果についての調査

目的

研究1では、各学級を対象としたピア・サポートに焦点をあて、人間関係を良好にしていくための教育支援プログラムを開発・実施し、効果を検討した。

方法

1) 調査対象

公立中学校1校に在籍する1, 2年生4クラスの生徒104名のうち、回答が得られた生徒である。第1回目調査, 第2回目調査ともに92名(1年生45名, 2年生47名)であった。

2) 調査内容

①「友達支援」に関するアンケート調査, 及び「主観的健康感」(「からだのお天気」及び「こころのお天気」) アンケート調査(以後、「主観的健康感」に関するアンケート調査)

「友達支援」に関するアンケート調査は、岡田(2009)の「友達支援」に関するアンケート調査をもとに、(①「友達が悩んでいるとき」、②「友達がいじめられたり無視されたりしているとき」、③「友達が学校規則に反する行動をしているとき」、④「友達が勉強でつまづいているとき」、及び⑤「友達が学校に来ないとき」)のように友達が困っていると思われる想定状況下にあるとき、自分自身がどのように対応するかを〈支援する〉〈支援したいが支援する方法がわからない〉及び〈支援しない〉の3件法で回答させた。

「主観的健康感」に関するアンケート調査は、Okada et al. (2022)の調査をもとに、「よい」から「悪い」までの5件法で回答させた。

②「教育支援プログラム」実施後の自由記述式アンケート調査

教育支援プログラムによる効果を検討するため、教育支援プログラム実施後に自由記述による授業の感想を求めた。各アンケート調査及び回収は、筆者ら及び各学級担任が実施した。

3) 介入内容：教育支援プログラムの実施

教育支援プログラムは、岡田(2013)及び岡田ら(2022)のワークブックを基に、5回構成の教育支援プログラムを作成した(表1)。

4) 調査方法と調査時期

「友達支援」に関するアンケート調査, 及び「主観的健康感」に関するアンケート調査は、学級単位で全校一斉に記名式で2回実施した。第1回目の調査は教育支援プログラム実施前の5月下旬, 第2回目の調査は教育支援プログラム実施後の11月上旬とした。

5) 解析方法

友達支援に関する意識と主観的健康感についての関連を見るために学年及び性を制御した偏相関分析を、また友達支援の意識における性差及び学年差を検討するために、2要因の分散分析を、さらに事前事後での友達支援の意識の差を検討するために χ^2 検定を行った。

また、それぞれの教育支援プログラムが生徒の友達支援に関する意識にどのような影響を与えるのか検討するため、教育支援プログラム実施後の自由記述式アンケート調査をテキストマイニングの手法を用いて分析した。分析には、フリーソフトウェアのKH coderを用いた。テキストマイニングとは、齋藤(2011)によると、膨大なテキスト(文書)情報の中から有用な情報を掘り出す(マイニング)ことで、定型化されていないテキストデータを、一定のルールに従って定型化して整理し、データマイニングの手法を用いながら、相関関係などの定量分析を行う手法である。本研究におけるテキストマイニングの手順として、得られた記述をマイクロソフトExcelで電子化し、KH coderにExcelデータを入れ、共起ネットワーク図を用い、抽出語の分類をした。なお、授業中の学習目標で提示した語を振り返りシートに記述する可能性が考えられることから、より精緻な分析をするため、授業の中で学習目標に提示した語は「使用しない語」として指定し、分析の対象から除外した。「使用しない語」として除外した語は、第1回は「ピア・サポート」、「ピア」、及び「サポート」、第2回は「ノンバーバルコミュニケーション」、「ノンバーバル」、「こちいい聞き方」、「こちいい」、「聞き方」、「マスクで図形」、「マスク」、及び「図形」、第3回は「リフレーミング」、第4回は「すてきな頼み方・断り方」、「すてきな」、「頼み方」、及び「断り方」、第5回は「隠された真実」、「隠された」、及び「真実」、各回共通で「今回」、「今日」、及び「授業」、全体を通しての自由記述式アンケート調査では「今回」、「授業」、「ピア・サポート」、「ピア」、及び「サポート」である。

表1 教育支援プログラムの構成内容

実施項目	目的	内容
第1回 ピア・サポートについて考えよう	ピア・サポートについて考え、理解する。	ピア・サポートについて、どのようなものなのか捉えさせ、具体的な場面においてどのように友達を支援するのか考えさせる。また、ピア・サポートの重要性について、アンケートの結果から実感させる。
①ノンバーバルコミュニケーション	①相手の表情や身振り、口調から気持ちを理解することで、仲間との関係づくりを深める。	①メラビアンの法則からノンバーバルの重要性を捉えさせ、表情や声を用いてある気持ちを表現し、友達がどのような気持なのか当てるゲームを行う。
第2回 ②こちいい聞き方を探ろう ③マスクで図形	②いろいろな話の聞き方を体験して、自分が相談されるにはどんな話の聞き方が適切かを学ぶ。 ③上手に話を聴くスキルを身につけるとともに、双方向のコミュニケーションの重要性に気づく。	②2通りの話の聞き方を体験し、相手が話しやすい雰囲気づくりについて考える。 ③ペアで背中合わせに座り、一方的に伝えられながら図形をかく活動と、質問をしながらかく活動を行う。
第3回 リフレーミング	見方を変えることで、相手の短所を長所として捉えることができることを理解し、相手の良さに気づく。それとともに、自分の短所を認められる心地よさを味わい、自分の良さにも気づく。	自分の短所についてグループで話しをし、他のメンバーが短所をリフレーミングによって長所に変えていく活動を行う。
第4回 すてきな頼み方・断り方	素敵な頼み方と断り方のポイントを考えさせることを通し、自分も相手も大切にしたい、さわやかな自己表現を身につける。	頼み方と断り方の具体例を示し、その違いから、どのような頼み方や断り方が相手も自分も大切にしたいものなのかを考える活動を行う。
第5回 隠された真実	認知的不均衡から生じる葛藤状態を経験させることで、いじめを許さない心情を育む。	実際の場面を想定したモラルジレンマ教材を用い、自分の判断で意思決定したり、人の意見を受け入れつつ自分の主張を行ったりする。

結果

1) 「友達支援」に関するアンケート調査、及び「主観的健康感」に関するアンケート調査

「友達支援」に関するアンケート調査、及び「主観的健康感」に関するアンケート調査においては、すべてに有意な正の相関がみられた(表2)。また、友達支援に関する意識においては、有意差は見られなかった。

表2 主観的健康感と友達支援の偏相関分析結果

	からだのお天気	こころのお天気	友達支援
からだのお天気		.60 ***	.31 ***
こころのお天気			.32 ***
友達支援			

***p<.001

2) 「教育支援プログラム」実施後の自由記述式アンケート調査の自由記述について

教育支援プログラム実施後の自由記述式アンケート調査で得られた記述について、第1回、第2回、第3回、第4回、第5回、及び全体の振り返りの内容を、それぞれ共起ネットワーク図を用いて分析した。

その結果、第1回では、「相談の再考」、「友達と自分の位置」、及び「支援の考え方」に分類された。第2回では、「相手への配慮」、「コミュニケーションの再考」、及び「他者理解」に分類された。第3回では、「リフレーミングの方法」、「他者及び自己の捉え方」、及び「物事を見る視点や考え方の再考」に分類された。第4回では、「頼み方・断り方の再考」、「アサーション」、「他者意識」、及び「友達との関係性」に分類された。第5回では、「他者理解に基づく行動」、「友達支援」、「ピア・サポートの方法」、及び「状況判断と意思決定」に分類された。全体を振り返っての自由記述式アンケート調査からは、「ピア・サポートについての理解」、「自己理解・他者理解」、「日常への汎化」、及び「ピア・サポートへの意欲」に分類された。

考察

1) 「教育支援プログラム」実施前後の「友達支援に関する意識」、及び「主観的健康感」について

5回の教育支援プログラム実施前後において、友達支援に関する意識について、有意差は見られなかった。理由として、次の2点が考えられる。

1点目は、教育支援プログラムにおいて獲得した知識の有用感を生徒が感じられなかったのではないかということである。プログラム毎に、実施した後、「どのような場面でどのように活用することができるか」ということを考えさせたり、実際の生活の中で活用していた例を取り上げて紹介したりするなど、各プログラムの有用感を味わえる場を設定することができていなかった。このことが、ピア・サポートの方法知を獲得することにつながっていなかった原因ではないかと思われる。

2点目は、教育支援プログラムの実施回数が適切だったのかということである。より多くの知識を獲得したり、獲得した知識を活用したりする場面を設定するためには、実施回数が適切ではなかったように思われる。このことから、実施回数を増やすことによって、生徒たちは、より多くの知識を獲得することができ、自分自身で知識の活用方法を見出すことにつながることを期待できる。さらに、獲得した知識を活用する場면을意図的に設定することで、実際の生活の中でもピア・サポートに活用する姿が期待できるのではないだろうか。

また、主観的健康感においても、教育支援プログラム前後での有意差は見られなかった。これに関しては、事前アンケート調査「友達支援に関する意識」と「主観的健康感」において、すべてに有意な正の相関がみられたことから、友達支援に関する意識の高まりがなかったことが原因として考えられる。

2) 「教育支援プログラム」の効果について（第1回から第5回実施後の自由記述について）

プログラム毎の自由記述式アンケート調査から、生徒たちのピア・サポートに対する捉え方や、それを実際にどのように生かしていくのか考えた様子が窺うことができた。

教育支援プログラム実施後の自由記述式アンケート調査で得られた記述、第1回、第2回、第3回、第4回、第5回、及び全体の振り返りの記述内容を、それぞれ共起ネットワーク図を用いて分析した結果、第1回では、「相談の再考」、「友達と自分との位置」、及び「支援の考え方」に分類された。これらから、友達との適切な位置関係を探り、支援とはどのようなことであるか考えたり、良好な友人関係を築いていくために相談を受けた時にどのように対応していくのか考えたりすることができたと考えられる。

第2回では、「相手への配慮」、「コミュニケーションの再考」、及び「他者理解」に分類された。これらから、相手の目線に立った上で、コミュニケーションの在り方を見直すことにより、他者理解が促進されたものと考えられる。

第3回では、「リフレーミングの方法」、「他者及び自己の捉え方」、及び「物事を見る視点や考え方の再考」に分類された。これらから、リフレーミングの方法を理解したことで、他者と自己を捉え直し、物事を多角的に見たり考えたりすることにつながったと考えられる。

第4回では、「頼み方・断り方の再考」、「アサーション」、「他者意識」、及び「友達との関係性」に分類された。これらから、日頃の自分自身の頼み方や断り方を見つめ直すことで、自分も相手

も大切にするアサーションの重要性に気づいたり、他者意識を持ったりすることで、改めて友達との関係性を意識できたと考えられる。

第5回では、「他者理解に基づく行動」、「友達支援」、「ピア・サポートの方法」、及び「状況判断と意思決定」に分類された。これらから、モラルジレンマ教材を通じて他者理解に基づいた行動を促したり、友達支援について考えたりする機会になったことが考えられる。また、ピア・サポートの方法について考えたり、状況判断の重要性や、意思決定の在り方について考えたりすることができたと考えられる。

全体を振り返っての自由記述式アンケート調査からは、「ピア・サポートについての理解」、「自己理解・他者理解」、「日常への汎化」、及び「ピア・サポートへの意欲」に分類された。これらから、今回実施した5回の教育支援プログラムは、ピア・サポートについての基本的理解ができたと考えられる。また、全体を通して自己理解や他者理解が促進されたことで、ピア・サポートの日常への汎化について考え、実践への意欲が高まったと考えられる。

Ⅲ. 研究2 ピア・サポート活動における効果についての調査

目的

研究2では、希望者によるピア・サポート活動（以下、PS活動）を実施し、PS活動における効果について検討した。

方法

1) 調査対象

公立中学校1校に在籍する全校生徒258名のうち、回答が得られた生徒である。第1回目調査では、PS生徒40名（1年生6名、2年生22名、3年生12名）、一般生徒195名（1年生81名、2年生56名、3年生58名）、第2回目調査では、PS生徒37名（1年生6名、2年生20名、3年生11名）、一般生徒181名（1年生77名、2年生49名、3年生55名）であった。

2) 調査内容：「友達支援」に関するアンケート調査、及び「主観的健康感」に関するアンケート調査

研究1で使用した、「友達支援」に関するアンケート調査及び「主観的健康感」に関するアンケート調査を実施した。

3) 介入内容：「ピア・サポーター養成講座」

PS活動を展開するため、B中学校でのPS活動を希望する生徒42名（1年生7名、2年生22

表3	ピア・サポーター養成講座の実施項目	実施内容
第1回	ガイダンス セルフチェックをしてみよう	短時間で自分を振り返り、自分の好き嫌いから自分を見つめ直し、自分を認められるようになる。
第2回	ここちいい聴き方を探ろう	いろいろな話の聴き方を体験して、自分が相談されるにはどんな話の聴き方が適切かを体得する。
第3回	リフレーミング	仲間との関係づくりを深めるとともに、見方を変えることで、相手の短所を認めたり、自分や相手の良さに気づくことができるようになる。
第4回	質問から始めよう	仲間との関係づくりをし、上手に質問して、相手のことを知ることができるようになる。
第5回	すてきな頼み方・断り方	すてきに頼み、断るためのスキルを身につけるとともに、自分も相手も大切にしたい、さわやかな自己表現を身につけられる。
第6回	うわさへの対処	うわさ話に対する正しい認識を持ち、ゆがんだ情報に左右されない答え方ができる。
第7回	声かけトレーニング 元気がない	それぞれの想定状況下において、相手の状況を理解し、望ましい声かけ方法や相談先を考え、行動することができる。
第8回	声かけトレーニング イライラ	
第9回	声かけトレーニング リストカット	
第10回	ピア・サポーターとしての自己目標設定	養成講座を振り返り、自己の成長を理解するとともに、今後の取組の目標を考える。

名，3年生13名）に対して，筆頭著者がピア・サポーター養成講座（10回，1回あたり約30分，約2ヶ月間）を実施した。各回の講座における項目は，岡田（2009）が高校生50名に対して実施したピア・サポーター養成講座の内容を参考に，岡田（2013）及び岡田ら（2016）のワークブックを基に作成した（表3）。

4) 調査方法と調査時期

「友達支援」に関するアンケート調査，及び「主観的健康感」に関するアンケート調査は，学級単位で全校一斉に記名式で2回実施した。第1回目の調査はピア・サポーター養成講座開始前の4月下旬，第2回目の調査はピア・サポーター養成講座を修了したPS生徒による校内でのPS活動開始後，PS活動が学校全体にほぼ定着し，継続状態にある約3ヶ月後の10月中旬とした。

5) 解析方法

PS生徒と一般生徒について，友達支援に関する意識及び主観的健康感（「からだのお天気」及び「こころのお天気」）について比較をするために χ^2 検定及び分散分析を行った。

結果

1) 友達支援に関する意識について

①PS生徒と一般生徒における第1回目の結果について（表4）

PS生徒と一般生徒の比較では，「友達が勉強でつまづいている」，及び「友達が学校に来ない」において有意差が認められた。（いずれも $p < .05$ ）その他の項目において，PS生徒と一般生徒の比較における有意差は認められなかった。

②PS生徒と一般生徒における第2回目の結果について（表5）

「友達が悩んでいる」，「友達がいじめられたり無視されたりしている」，「友達が学校規則に反する行動をしている」，「友達が勉強でつまづいている」，及び「友達が学校に来ない」のすべてにおいて有意差が認められた。（いずれも $p < .05$ ）

③PS生徒における第1回目と第2回目の結果について（表6）

PS生徒における第1回目と第2回目の結果を比較したところ，「友達が悩んでいる」，及び「友達がいじめられたり無視されたりしている」において有意差が認められた。（いずれも $p < .05$ ）その他の項目において，第1回目と第2回目の比較における有意差は認められなかった。

④一般生徒における第1回目と第2回目の結果について

一般生徒における第1回目と第2回目の結果を比較したところ，各調査項目における割合には有意差が認められなかった。

2) 主観的健康感について

介入前後によって主観的健康感（「からだのお天気」と「こころのお天気」）が変化するかを調べるために，時期（第1回目と第2回目）と群

表4 介入前のPS生徒と一般生徒における各想定状況下での友達支援の対応の仕方別人数の割合

第1回目		支援する	支援したいが支援する方法がわからない	支援しない
友達が悩んでいる	PS生徒	82.5%	17.5%	0.0%
	一般生徒	72.8%	25.6%	1.5%
友達がいじめられたり無視されたりしている	PS生徒	45.0%	55.0%	0.0%
	一般生徒	56.4%	41.5%	2.1%
友達が学校規則に反する行動をしている	PS生徒	40.0%	32.5%	27.5%
	一般生徒	39.5%	38.5%	22.1%
友達が勉強でつまづいている	PS生徒	82.5%	17.5%	0.0%
	一般生徒	66.7%	30.8%	2.6%
友達が学校に来ない	PS生徒	37.5%	60.0%	2.5%
	一般生徒	33.3%	50.3%	16.4%

* $p < .05$

表5 介入後のPS生徒と一般生徒における各想定状況下での友達支援の対応の仕方別人数の割合

第2回目		支援する	支援したいが支援する方法がわからない	支援しない
友達が悩んでいる	PS生徒	100.0%	0.0%	0.0%
	一般生徒	72.4%	26.5%	1.1%
友達がいじめられたり無視されたりしている	PS生徒	81.1%	16.2%	2.7%
	一般生徒	60.2%	38.7%	1.1%
友達が学校規則に反する行動をしている	PS生徒	56.8%	32.4%	10.8%
	一般生徒	34.3%	41.4%	24.3%
友達が勉強でつまづいている	PS生徒	94.6%	5.4%	0.0%
	一般生徒	68.0%	27.1%	5.0%
友達が学校に来ない	PS生徒	59.5%	40.5%	0.0%
	一般生徒	35.4%	48.6%	16.0%

* $p < .05$

(PS生徒と一般生徒)を要因とする2要因の分

その結果、「からだのお天気」においては、主効果及び交互作用（時期×群）に有意差は認められなかった。また、「こころのお天気」においては、主効果に有意差は認められなかったが、交互作用（時期×群）に有意差が認められた（ $p < .05$ ）。

さらに単純主効果の検定を実施した結果、PS生徒は一般生徒に比べて「こころのお天気」が有意に高くなり、PS生徒は第1回目より第2回目が有意に高くなった。一方、一般生徒において有意差は認められなかった。（ $p < .05$ ）（表7及び図1）。

考察

1) 友達支援に関する意識について

介入前後のPS生徒と一般生徒との友達支援の対応の仕方別人数の割合の比較から、PS生徒は一般生徒よりすべての想定状況下において「支援する」と回答した割合が有意に高くなり、「友達が悩んでいる」、「友達がいじめられたり無視されたりしている」、及び「友達が勉強でつまずいている」において「支援したいが支援する方法がわからない」と回答した生徒の割合が有意に低くなった。このことから、PS活動はPS生徒たちの友達支援に関する意識を全般的に高める効果があったと考えられる。

また、介入前後において、一般生徒は友達支援の対応の仕方別人数の割合に有意差が見られなかったが、PS生徒は「友達が悩んでいる」及び「友達がいじめられたり無視されたりしている」において、「支援する」と回答した割合が有意に高くなり、「支援したいが支援する方法がわからない」と回答した割合が有意に低くなった。このことから、PS生徒は、PS活動を通じて、特に友達の悩みやいじめに対する支援意識が向上したと考えられるとともに、PS活動には生徒たちの共感能力やサポートスキルを強化する効果があると考えられる。一方で、一般生徒においてはすべての項目において有意差は認められなかったことから、ピア・サポーター養成講座を受講せず、PS活動をしなかった生徒たちの友達支援に関する意識には変化が見られなかったことが明らかになった。つまり、特別なトレーニングやサポートがない限り、生徒たちの友達支援に関する意識が自然に向上することは難しいと考えられる。

以上のことから、PS活動は中学生の友達支援に関する意識を全般的に高める効果があることが示唆された。特に、PS活動を通じて、生徒たちが友達の悩みやいじめに対する支援への意識を強化する可能性が高いことが明らかになった。また、ピア・サポーター養成講座を受講しPS活動を行うことは、生徒間の共感能力を高め、友達をサポートする具体的なスキルを身につけるための有効な手段であることが確認された。

2) 主観的健康感について

介入前後のPS生徒と一般生徒との主観的健康感を比較すると、PS生徒の「こころのお天気」は、一般生徒より有意に高くなり、PS生徒自身の「こころのお天気」も介入前より有意に高くなったことから、PS活動がPS生徒の精神的健康に対して有意な効果をもたらしたと考えられる。したがって、PS生徒はPS活動によって精神的健康に有意な効果をもたらされたが、一般生徒はPS

表6 PS生徒における介入前後の各想定状況下での友達支援の対応の仕方別人数の割合

PS生徒		支援する	支援したいが支援する方法がわからない	支援しない
友達が悩んでいる	第1回目	82.5% *	17.5% *	0.0% n. s.
	第2回目	100.0%	0.0%	0.0%
友達がいじめられたり無視されたりしている	第1回目	45.0% *	55.0% *	0.0% n. s.
	第2回目	81.1% *	16.2%	2.7%
友達が学校規則に反する行動をしている	第1回目	40.0% n. s.	32.5% n. s.	27.5% n. s.
	第2回目	56.8%	32.4%	10.8%
友達が勉強でつまずいている	第1回目	82.5% n. s.	17.5% n. s.	0.0% n. s.
	第2回目	94.6%	5.4%	0.0%
友達が学校に來ない	第1回目	37.5% n. s.	60.0% n. s.	2.5% n. s.
	第2回目	59.5%	40.5%	0.0%

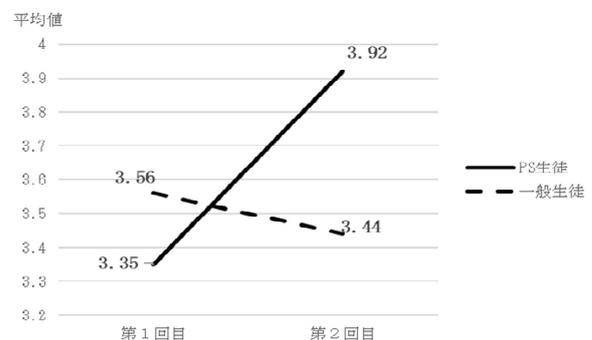
* $p < .05$

表7 時期（第1回目と第2回目）と群（PS生徒と一般生徒）を要因とする「こころのお天気」における2要因の分散分析結果

	第1回目		第2回目		F値		
	Mean	SD	Mean	SD	時期	群	時期×群
PS生徒	3.35	1.12	3.92	1.06	2.92 n. s.	1.03 n. s.	6.73 *
一般生徒	3.56	1.04	3.44	1.06			

* $p < .05$

図1 介入前後におけるPS生徒と一般生徒の「こころのお天気」の平均値



生徒のように特別なトレーニングやサポートを受けていないため、主観的健康感の変化が乏しかったと考えられる。

つまり、PS 生徒は、ピア・サポーター養成講座において、様々なコミュニケーションスキルを獲得し、友達の様子からその心情を推察し、どのように声をかけることが適切なのかを考えると、いう実際の場面を想定した相談活動のロールプレイを行ったり、ピア・サポーター養成講座で得た知識や経験を生かしたその後の PS 活動を展開したりしたことによって、仲間の行動を観察したり仲間を支援するスキルを身につけて体得したりしながらお互いの関わりが増えたため、その関わりの中で、自然と感情をコントロールすることができるようになったのではないかと推察される。このことから、PS 生徒はピア・サポーター養成講座によって適切なコミュニケーションスキルを身に付け、PS 活動によって有効なコミュニケーションスキルを発揮したことで、自己有用感を高め、自尊感情の向上につながったことや、感情をコントロールする力が高まったことが、「こころのお天気」の向上につながったと考えられる。さらに、教職員への聞き取りから、「PS 生徒が声をかけてくれたおかげで不登校生徒が登校できるようになった」「家庭問題で悩んでいた生徒の相談に、PS 生徒が乗ってくれたおかげで、悩んでいた生徒の表情が明るくなった」といった、PS 生徒を利用した生徒にも変化が見られたことが明らかになった。以上のことから、ピア・サポーター養成講座を受講し PS 活動をすることは中学生の主観的健康感の向上に効果があることが示唆された。

IV. 総合考察

研究 1 では、教育支援プログラムに取り組んだ生徒たちの友達支援意識及び主観的健康感の向上は見られなかったが、研究 2 では、PS 生徒の友達支援意識及び主観的健康感の向上が見られた。このことから、学級全体を対象にした「コミュニティ型」より、希望者を対象とした「ピア・サポーター養成型」の方が、ピア・サポートのもつ本来の効果を発揮できるものと考えられる。また、ピア・サポーター養成講座を受講することは、中学生にとって、友達支援意識及び主観的健康感の向上に寄与する可能性が高いことが示唆された。今後は、学校内の全職員のピア・サポートシステムについての理解と協力をもとにシステム化を図ることや、全教員がピア・サポーターやそのシステムを理解し、多面的に生徒を捉え、共通認識のもとに生徒理解に努めることなど、ピア・サポートシステムを学校文化として根付かせていく方策を検討していく必要がある。

文献

- Cowie, H (2011) Peer Support as an Intervention to Counteract School Bullying: Listen to the Children, CHILDREN & SOCIETY 25(4):287-292.
- 清田晃生 (2006) : 児童・思春期におけるうつ病と自殺行動. 精神保健研究, 第 52 号, 33-39.
- 国立教育政策研究所 (2024) : 令和 6 年度 全国学力・学習状況調査 報告書【質問調査】.
<https://www.nier.go.jp/24chousakekkahoukoku/report/data/24qn.pdf> 2024 年 10 月 4 日アクセス
- 厚生労働省自殺対策推進室, 警察庁生活安全局生活安全企画課 (2024) : 令和 5 年中における自殺の状況.
<https://www.npa.go.jp/safetylife/seianki/jisatsu/R06/R5jisatsunojoukyou.pdf> 2024 年 10 月 1 日アクセス
- 文部科学省 (2024) : 令和 5 年度 児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果.
https://www.mext.go.jp/content/20241031-mxt_jidou02-100002753_1_2.pdf 2024 年 11 月 1 日アクセス
- 日本財団 (2018) : 日本財団 第 3 回自殺意識調査.
https://www.nippon-foundation.or.jp/wp-content/uploads/2019/03/wha_pro_sui_mea_11-1.pdf 2024 年 10 月 1 日アクセス
- 岡田倫代 (2005) : 高等学校におけるピア・サポートシステムの導入が生徒の学校生活への満足度に及ぼす効果. ピア・サポート研究. 第 2 号, 1-14.
- 岡田倫代 (2006) : 高等学校でのピア・サポート活動についての実践研究. ピア・サポート研究. 第 3 号, 57-64.
- 岡田倫代 (2009) : ピア・サポート活動が高校生の友達支援に与える影響について. 四国公衆衛生学会雑誌. 第 54 巻, 1 号, 124-128.
- 岡田倫代 (2013) : 5 分 10 分 30 分でとにかく簡単ピア・サポート力がつくコミュニケーションワークブック. 学事出版.
- 岡田倫代, 中土井芳弘, 藤川愛 (2016) : 2 分でできる子どものメンタルヘルスチェックシート. 学事出版.
- 岡田倫代, 竹村理志, 柴英里, 杉田亮介 (2022) : セルフコントロール力がつく自己理解・他者理解ワークブック (中学校・高等学校編). 学事出版.
- Okada, M, Nakadoi, Y & Fujikawa, A (2022) Relationship between self-rated health and depression risk among children in Japan, Humanities and Social Sciences Communications 136(9):1-9.
- 齋藤朗宏 (2011) : 「日本におけるテキストマイニングの応用」『The Society for Economic Studies The University of Kitakyusyu Working Paper Series』No. 2011-12.
- トレバー・コラー (2003) : ピア・サポート実践マニュアル. 川島書店.
- 山口権治 (2019) : 中学校・高校ピア・サポートを生かした学級づくりプログラム. 明治図書
- 山口豊一, 荒嶋千佳 (2018) : 中学生に対するソーシャルスキル・トレーニングの実践的研究. 教育実践学研究. 21 巻, 89-107.