

実践事例.01

いじめの傍観者を仲裁者に変え
生徒同士で支え合う力をつける
ピア・サポート・トレーニング

静岡県立浜松江之島高校

「いじめ防止対策推進法」で
各校の対策が責務に

ピア・サポートが、にわかに注目を集めている。大きなきっかけとなったのは、今年6月に公布された「いじめ防止対策推進法」。この法律では、すべての小学校、中学校、高校などが、いじめ防止のために必要な措置を講ずることを求めている。第十五条には、いじめ防止にかかわる活動で、「当該学校に在籍する児童等が自主的に行うもの」には、学校は支援をするべきという記述もある(図1)。

「すべての学校でピア・サポートを取り入れるべきである」という意味だと私は受け止めています」と、浜松江之島高校において、ピア・サポート導入を積極的に進める山口権治先生は語る。

ピア・サポートとは何か? ピアとは「仲間」。サポートとは、救済(レスキュー)ではなく「支援」。仲間(生徒)同士で、相互に支え合う活動のことをいう。ピア・サポートはカナダが発祥。70年代にスクールカウ

ンセラーが配置されたが、なかなか浸透しなかった。調査をすると、中高生の80%は友達同士で相談し、解決していることがわかった。そこに目をつけ始められたのがピア・サポートだ。

日本の状況もそれに似ている。94年に愛知県の中学生在いじめによって自殺をし、その後数多くのスクールカウンセラーが配置されるようになり、教員研修も行われてきた。しかし、それで事態が改善したわけではない。現在は、「第4次いじめ自殺問題期」ともいわれている。

なぜ大人はいじめを解決できないのか? それにはさまざまな理由がある。例えば、教師にいじめのことを告げても、解決できたのは5割以下というデータがある。場合によっては、事態が一層ひどくなることを子どもは知っている。いじめを最も知られたくない人は「親」だ。

一方で、いじめを最も話した人、最も止めてほしい人は「友達」だ。ピア・サポートはここに着目する。いじめの現場には、「傍観者」が85%いるといわれる。この傍観者を

保健課長
山口権治先生

School Data

1984年創立 / 普通科・芸術科 / 生徒数702人(男子275人・女子427人) / 進路状況(2012年度実績) 大学28%・短大6%・専門学校33%・就職26%・その他7%

「仲裁者」に変えることができたら、いじめの抑制ができるはずだ。「報復が怖い」など、傍観者がいじめに関与しない理由はある。けれどもピア・サポートを学べば、それを覆せることをいくつものケースが証明している(図2)。

「いじめの問題について、残念ながら大人はこれまで何も変えられなかった。だから、子どもが解決するという方向を目指したいのです。ピア・サポートに取り組む子ども同士が支え合い、問題解決する力も育まれます。それは社会に出てからも十分に有効な『生きる力』だと確信しています」(山口先生)

トレーニングは
教員にも保護者にも好評

山口先生は若かりしころ、時に手を上げてしまっほどの熱血漢で、強引な指導もした。自らを反省するなかで、生徒との対話を重視するスタンスに変えてきた。カウンセリングや協同学習などを学び、現場

でも実践。前任校で取り組んだピア・サポートを浜松江之島高校でも取り入れるようになった。同校のピア・サポート活動は、まずは昨年度、保健委員会から始まった。山口先生が講師となり、年間10回のトレーニングを実施(図3は今年度計画表)。

じゃんけんをしてハイタッチをする「合わせじゃんけん」や、お互いの良いところをほめ合う「ほめほめワーク」など遊び感覚で取り組めるワークから始め、さまざまなコミュニケーション・スキルをロールプレイで習得。1年間参加した約30人の事後アンケートによれば、この活動を通じて、「困っている人がいたら助けたいと思うようになった」生徒が83%、「コミュニケーション能力が向上したと思う」生徒が57%いた。実際、活動に参加した生徒のコミュニケーション能力の向上は顕著で、就職試験などで非常に評価が高かったという。

教員研修も昨年度に2回行った。ピア・サポートを全校生徒に広めるためだが、教員に好評で、とても楽しめたという声が多かった。2学年保護者会でもトレーニングのさわりを行ったところ、98%の保護者が「楽しかった」と評価。ワークの後、お互いの悩みを話し合い、すっきりとした様子で帰っていったという。

今年度は8月30日に1回目の教員研修を行い、これは静岡県教育委員会との共催となった。静岡県は昨年度、不登校や中退、いじめなどの対策のために「人間関係づくりプログラム」を作成。そのなかに山

取材・文 / 荒尾貴正



8月30日の教員研修。3人1組となり、生徒に教えてもらいながらメディエーションをやってみる先生方。県内外から多くの参加者があった

図1 いじめ防止対策推進法(抜粋)

(学校におけるいじめの防止)

第十五条 学校の設置者及びその設置する学校は、児童等の豊かな情操と道徳心を培い、心の通う対人交流の能力の素地を養うことがいじめの防止に資することを踏まえ、全ての教育活動を通じた道徳教育及び体験活動等の充実を図らなければならない。

2 学校の設置者及びその設置する学校は、当該学校におけるいじめを防止するため、当該学校に在籍する児童等の保護者、地域住民その他の関係者との連携を図りつつ、いじめの防止に資する活動であって当該学校に在籍する児童等が自主的に行うものに対する支援、当該学校に在籍する児童等及びその保護者並びに当該学校の教職員に対するいじめを防止することの重要性に関する理解を深めるための啓発その他必要な措置を講ずるものとする。

図2 傍観者がいじめに関与しない理由と、ピア・サポートによる変化

① 何をしようかわからない

ピア・サポート・トレーニングを通じて、いじめをやめさせる方法を学ぶ

② 報復を恐れている

ピア・サポートを習得した者たちが集団でかかわるので、報復を受けるリスクが低い

③ いじめの状況をさらに悪くすることを恐れている

ピア・サポート・トレーニングを通じてピア・サポートの有効性を実感しているため、状況の悪化を心配する必要がない

図3 浜松江之島高校保健委員会

ピア・サポート活動 2013年度年間計画表(全10回)

目標：生徒同士が、お互いを受け止め、安心して自分の弱みを出せる雰囲気をつくる

目的：人間関係に過度に気を使い、うまく関係が結ばないことを悩んでいる仲間へ気づき、話を聴く

回	活動	トレーニングのねらい
1	保健委員会活動ガイダンス/ピア・サポート活動とは/ピア・サポート・スピリット/自己紹介・他己紹介・ほめほめ/ワーク・トラストウォール	仲間づくり/ピア・サポートの理解
2	かかわりがない聴き方/かかわりのある聴き方/オウム返し技法	聴き方のポイントを理解する
3	前回の復習/要約の仕方/二者択一	傾聴の基本を学ぶ
4	対立解消のビデオ視聴/ルールの説明/メディエーションの実践	友人のトラブルを仲裁する
5	1学期の復習/一方通行と相互通行のコミュニケーション・非言語コミュニケーション・上手な断り方	コミュニケーションの基本/アサーション(さわやかな自己主張)
6	エゴグラム	自己理解
7	自分の入力チャンネルを探す/友人の入力チャンネルを考える/ミラーリング	自己理解・他者理解/ペーシング
8	ブレインストーミング/問題解決の5つのステップ/紙面相談/カウンセリング実習	問題解決技法を学ぶ/カウンセリングの進め方を学ぶ
9	自殺防止のかかわり/限界設定/守秘義務	危機介入の方法(浜松市精神保健センター)
10	今後の活動プランニング/ピア・サポートアンケート/マイ・ピア・サポート・プランの作成	サポート活動の中心は「人への支援である」という理念を学ぶ/ニーズに基づいたプランニングの方法を学ぶ

※一般の生徒が2時間(2回)でメディエーションを学ぶ場合、上記の2~4回めの内容を2回に分けて行う形になる

生徒の発案で開設した 生徒による「生徒相談室」

8月30日の研修は、「メディエーション」のトレーニングを中心に行われた。メディエーションとは「仲裁」や「調停」のこと。ピア・サポートのなかで最も高度なスキル。第3者(メディエーター)が介入し、対立関係にある当事者それぞれの話を聴きながら、「オウム返し」「要約」「言い換え」などのスキルを使って当事者の気持ちを受け止め、共通点を見出し、合意形成をはかっていく。このスキルを昨年習得し

た生徒たちが、この研修では教員に指導する形式をとった。
まずはメディエーションの基礎となる、オウム返し、要約を何回か練習した。2人1組となり、相手が話したことを繰り返してあげたり、要約して言い直してあげると、相手は、「話を聴いてくれた」という安心感を持ち、心理的な距離が近づいた感覚になる。それを体感した後、今度は3人1組となってメディエーションのロールプレイにチャレンジ。同じ高校のAとBが休日の待ち合わせを巡ってトラブルになり、それを何とか仲裁するという設定だ。最初に模範のやりとりをDVDで見せ、そのとおりに行っていく。といっても、どの先生もなかなかうまくしゃべれず、生徒がリードしてどうにかメディエーションの形になっていくようなグループが多かった。
今年度は、ここで学んだ先生方が年度中に2回ピア・サポート(メディエーション)の授業を行い、全生徒の認知を促してい

くことを同校は目指している。
また今年度は生徒の発案により、生徒による「生徒相談室」が開設された。1学期の相談件数が6件にとどまったため、知名度を上げようと毎朝玄関前でたすきをかけ、自主的にあいさつ運動をしている。その数は約20人、年間10回のプログラム参加者が今年度は約50人と、同校のピア・サポートは確実に活性化している。
「本校だけでなく、他校や地域にもピア・サポート活動を大きく広げていきたいと考えています」(山口先生)

他者支援スキルです

④ 他の心理教育プログラムとの違いは何ですか？

構成的グループ・エンカウンターやソシヤル・スキル・トレーニングとの違いは何かとよく聞かれます。それらが主に「自己成長」を目指すのに対し、ピア・サポートの目的は「他者支援」であることが最大の違いだと思います(山口先生)。