

「ピアカウンセリング養成講座」の開催で捉えた  
大学生の自尊感情と自己効力感

加 藤 千 恵 子      石 川 貴 彦

名寄市立大学 道北地域研究所

「地 域 と 住 民」 第 3 2 号 抜 刷

2 0 1 4 年 3 月

研究報告

## 「ピアカウンセリング養成講座」の開催で捉えた 大学生の自尊感情と自己効力感

加藤千恵子<sup>1)\*</sup>、石川貴彦<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup>名寄市立大学保健福祉学部看護学科、<sup>2)</sup>名寄市立大学保健福祉学部教養教育部

キーワード：大学生、ピアカウンセリング、養成講座、自尊感情、自己効力感、フェイススケール 20 段階

### I. はじめに

思春期ピアカウンセリング養成講座前期課程（以後、前期研修）は、ピア養成者が前期プログラムに定められたセクシュアリティに関する知識 7.5 時間、ピアカウンセリングに関する知識 12.5 時間、ピアカウンセリングの実践 10.0 時間の計 30 時間(4 日間)を修了し、実演発表の評価で合格に至ったものをピアカウンセラー養成前期修了者とする。修了者は、各高等学校などでピアカウンセリングを実践し、後期課程の 15 時間(2 日間)を修了して、日本ピアカウンセリング・ピアエデュケーション研究会から思春期ピアカウンセラーとしての資格を取得することができる。

平成 25 年 8 月に名寄市立大学で 2 回目の前期研修を行った。今まで前期だけしか開催できなかったが、年明け、国家試験後に、これまで前期を取得して資格に至らなかった者も含めて、思春期ピアカウンセリング養成講座後期課程（後期研修）を開催し、資格取得に繋がりたいと考えている。宮内ら<sup>1)</sup>は、「プログラム、エデュケーター、結果、成果などの分析を視点として 276 文献中、原著論文の 10 文献より検討し、思春期における性教育の一手法として有効であることが示唆され、今後、行動変容に向けた実証的研究の蓄積が必要である」と報告している。

前期研修に参加した大学生を対象として、参加動機を明らかにし、研修内容からの学びに加え、このピアカウンセリングの本来の目的である自尊感情と自己効力感を高める側となる研修生自身は、どのように変化しているのか、この研修で何を心得て変化したのか、その要因を明らかにしたいと考える。そして、後期研修に向けての改善点を明確にしたい。ピアカウンセリングを受ける側も行う側も、プラスの方向に変化できる能力があると期待して、ピアカウンセリングの手法を講義、実習、学生間で活用し、ピアカウンセリングの有効性を広めていきたいと考えている。

### II. 研究方法

#### 1. 研究対象

本研究の対象は前期研修に参加した大学生 1 - 4 年生 14 名で、女性 71.4 % (10/14)、男性 28.6 % (4/14)であった。

#### 2. 前期研修内容

前期研修は、今回、平成 25 年 8 月に 4 日間行った。資料 1 にプログラム内容を示した。前期研修は 4 名のピア養成者が講師となり行った。参加者のサポートは 3 名のピアっ子（ピアカウンセリング養成講座を経験し、高校の授業を経験している者）が担当した。前期研修に際して、グランドルールを 3 箇所に掲示し、会場は教室とした。休憩時間は、シェアリングが弾むように、お菓子や飲み物を食すスペースを設けた。参加者はピアネームをつけて、研修に臨んだ。研修の導入はピアっ子によるアイスブレイクを入れ、BGM を

\*責任著者

住所 〒096-8641 北海道名寄市西4条北8丁目1番地

E-mail: chiekok@nayoro.ac.jp

流し緊張の緩和に努めた。

前期研修は、1) セクシュアリティに関する知識を学ぶ。2) ピアカウンセリングに関する知識を学び、体験してみる。3) 各グループで対象を定め、対象にあったテーマで、ピアカウンセリングの実践を20分行うことの3点が主な内容である。

### 3. 調査期間

平成25年8月、4日間。

### 4. 調査内容と方法

調査は、質問紙を作成・配布し、講話前後に質問紙を用いてアンケート調査を行い、無記名で回収した。

調査内容は、性別、Lorish & Maskinnの「幸せ」から「悲しみ」までの感情を、目の周囲と口、涙を用いた20段階からなるフェイス・スケール(The Face Scale)<sup>2)</sup>、Rosenberg,M(1965)の簡易尺度26項目から日本人の気質に合った10項目を選び、信頼性、妥当性を検討した山本ら(1982)訳、自尊感情尺度<sup>3)</sup>の10項目と自己効力感<sup>4)</sup>の16項目からなる独自に作成した質問紙を使って調査した。

#### 【調査内容】

#### (1) 自分の気分を客観視して

a. フェイススケール20段階

#### (2) 自尊感情に関する項目として

- a. 私は全ての点で自分に満足している。
- b. 私は時々自分でまるでだめだと思う。
- c. 私は自分にはいくつかの見所があると思っている。
- d. 私はたいていの人がやれる程度には物事ができる。
- e. 私はあまり得意に思うことがない。
- f. 私は時々、確かに自分は役立たずだと感じる。
- g. 私は少なくとも、自分が他人と同じレベルに立つだけの価値がある人間だと思う。
- h. もう少し自分を尊敬できたならばと思う。
- i. いつでも自分を失敗者だと思いがちだ。
- j. 私自身に対して前向きな態度をとっている。

#### (3) 自己効力感に関する項目として

- a. 何か仕事をするときは、自信を持ってやるほうである。
- b. 過去に犯した失敗や嫌な経験を思い出して、暗い気持ちになることがよくある。
- c. 友人よりすぐれた能力がある。
- d. 仕事を終えた後、失敗したと感ずることの方が多い。
- e. 人と比べて心配性なほうである。
- f. 何かを決めるとき、迷わず決定するほうである。
- g. 何かをするとき、うまくいかないのではないかと不安になることが多い。
- h. 引っ込み思案なほうだと思う。
- i. 人より記憶力が良い方である。
- j. 結果の見通しが付かない仕事でも、積極的に取り組んでいく方だと思う。
- k. どうやったらよいか決心がつかずに仕事にとりかかれぬことがある。
- l. 友人よりも特にすぐれた知識を持っている分野がある。
- m. どんなことでも積極的にこなすほうである。
- n. 小さな失敗でも人よりずっと気にするほうである。

- o. 積極的に活動するのは苦手なほうである。
- p. 世の中に貢献できる力があると思う。

以上の 27 項目において、(1)は、その時の気分を 20 段階の顔の表情（笑顔から泣き顔）で、(2) は、「そう思う」「ややそう思う」「やや思わない」「まったく思わない」の 4 件法で、(3) は「そうである」「違う」の 2 択で、該当する箇所に各々○をつけてもらった。

### 5. 分析方法

分析方法は SPSS17.0 を使用し、研修前後の変化について各項目をクロス集計し、フェイススケール 20 段階は Mann-Whitney の U 検定、自尊感情 10 項目は Wilcoxon の符号付き順位検定を行い、自己効力感 16 項目はカイ二乗検定を行った。有意水準は  $p < 0.05$  とした。自由記述の部分は質的分析を行った。

### 6. 倫理的配慮

倫理的配慮として、質問紙の説明、配布、回収は講師と講話担当教員 4 名が行った。質問紙の回答は無記名とし、研究の主旨、任意性と匿名性、成績には関係しないことを口頭で説明し、承諾を得た。データはランダムに番号を割り当て番号処理でデータ管理を行い、個人が特定されることはなく、プライバシーは完全に守る形で行った。

## III. 結果

### 1. 研修前の受講動機

この前期研修に参加した大学生が挙げた動機は、資格を取る 64.3 % (9/14)、看護・介護・その他の将来就く職で役立つ 57.1 % (8/14)、生活で役立つ 57.1 % (8/14)、友人関係で役立つ 14.3 % (2/14)であった。

### 2. 講話前後、男女別の特徴

#### 1) 研修前後の比較

次に、研修前後で有意な差が認められたのは、「フェイススケール」 ( $p = 0.015$ )、「私は自分にはいくつかの見所があると思っている」 ( $p = 0.040$ ) の 2 項目であった。以下にその内容を示す。

#### (1) 自己表情の客観視

図 1 は、前期研修の前後におけるフェイススケールの変化を示した。研修前に比べ、研修後の方が有意に笑顔の割合は高かった。

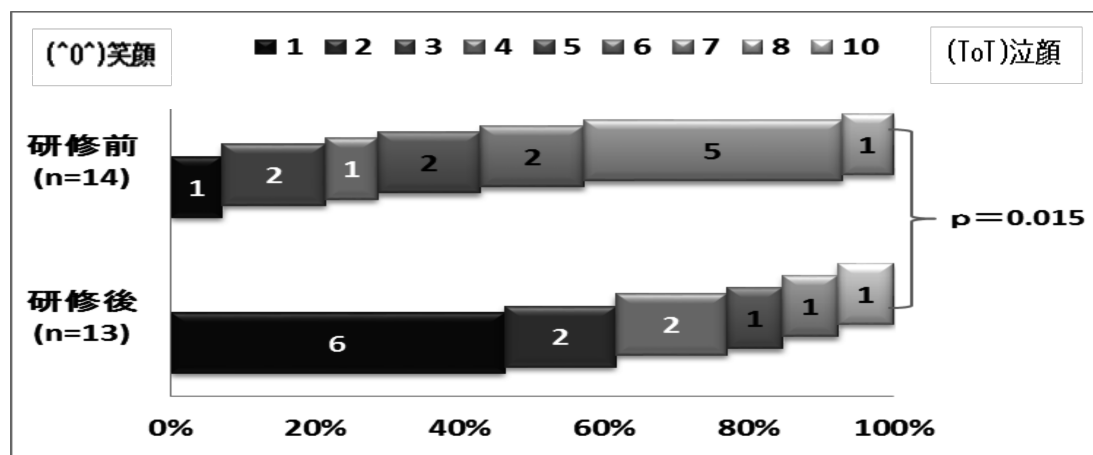


図 1 研修前後のフェイススケールの変化

(2) 自尊感情 10 項目の特徴

図 2 は、研修前後の自尊感情 10 項目の変化を示した。

研修前後で、「私は全ての点で自分に満足している」の項目では、研修前に比べ研修後に「満足している」とした者の割合が有意に高かった ( $p = 0.035$ )。また、「私は自分にはいくつかの見所があると思っている」の項目では、研修前に比べ研修後に「見所がある」とした者の割合が有意に高かった ( $p = 0.035$ )。さらに、「私自身に対して前向きな態度をとっている」の項目では、研修前に比べ研修後に「前向き」とした者の割合が有意に高かった ( $p = 0.034$ )。

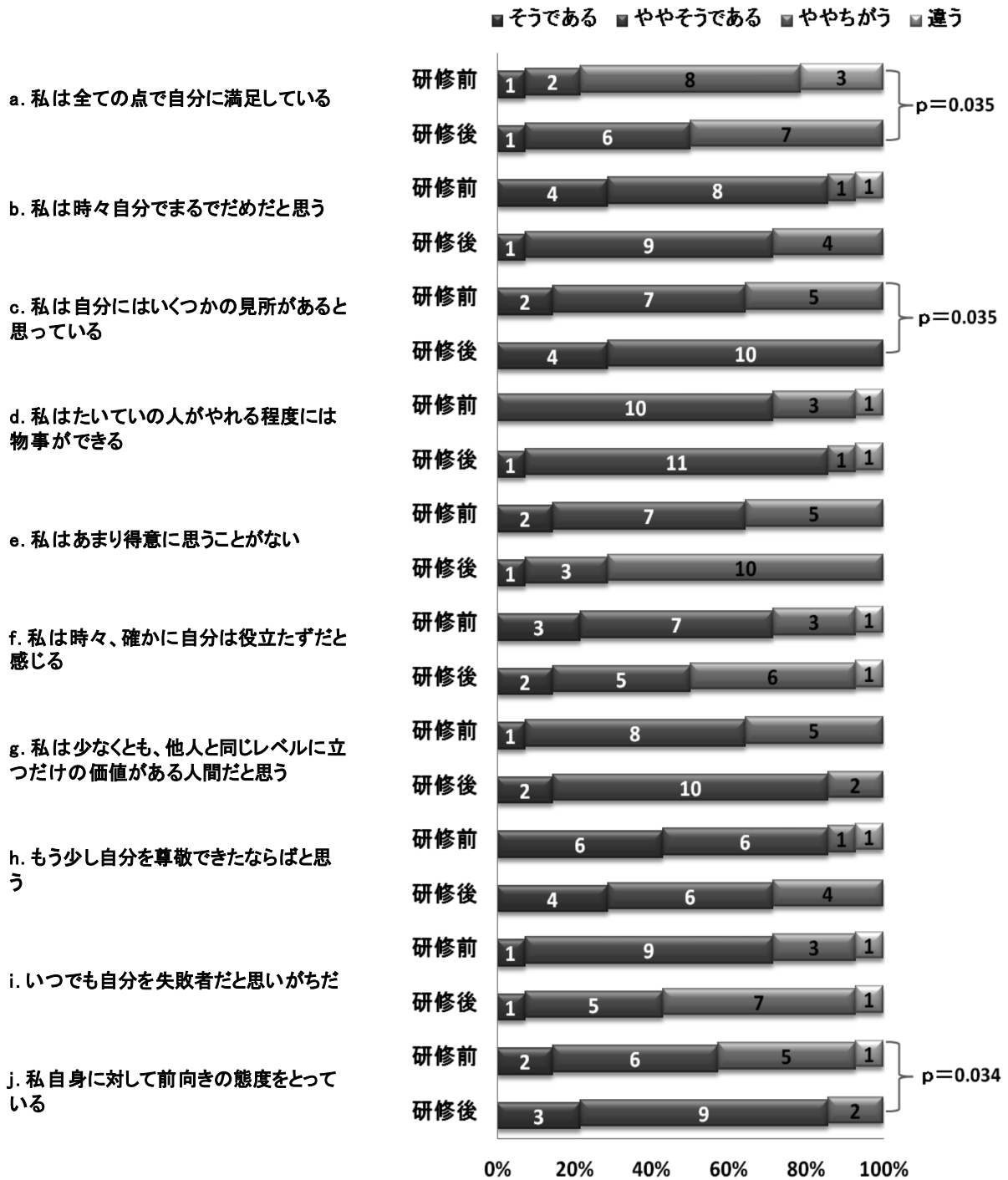


図2 研修前後の自尊感情10項目の変化 (n=14)

(3) 自己効力感 16 項目の特徴

図 3 は、研修前後の自己効力感 16 項目の変化を示した。研修前後で有意な変化は認められなかった。

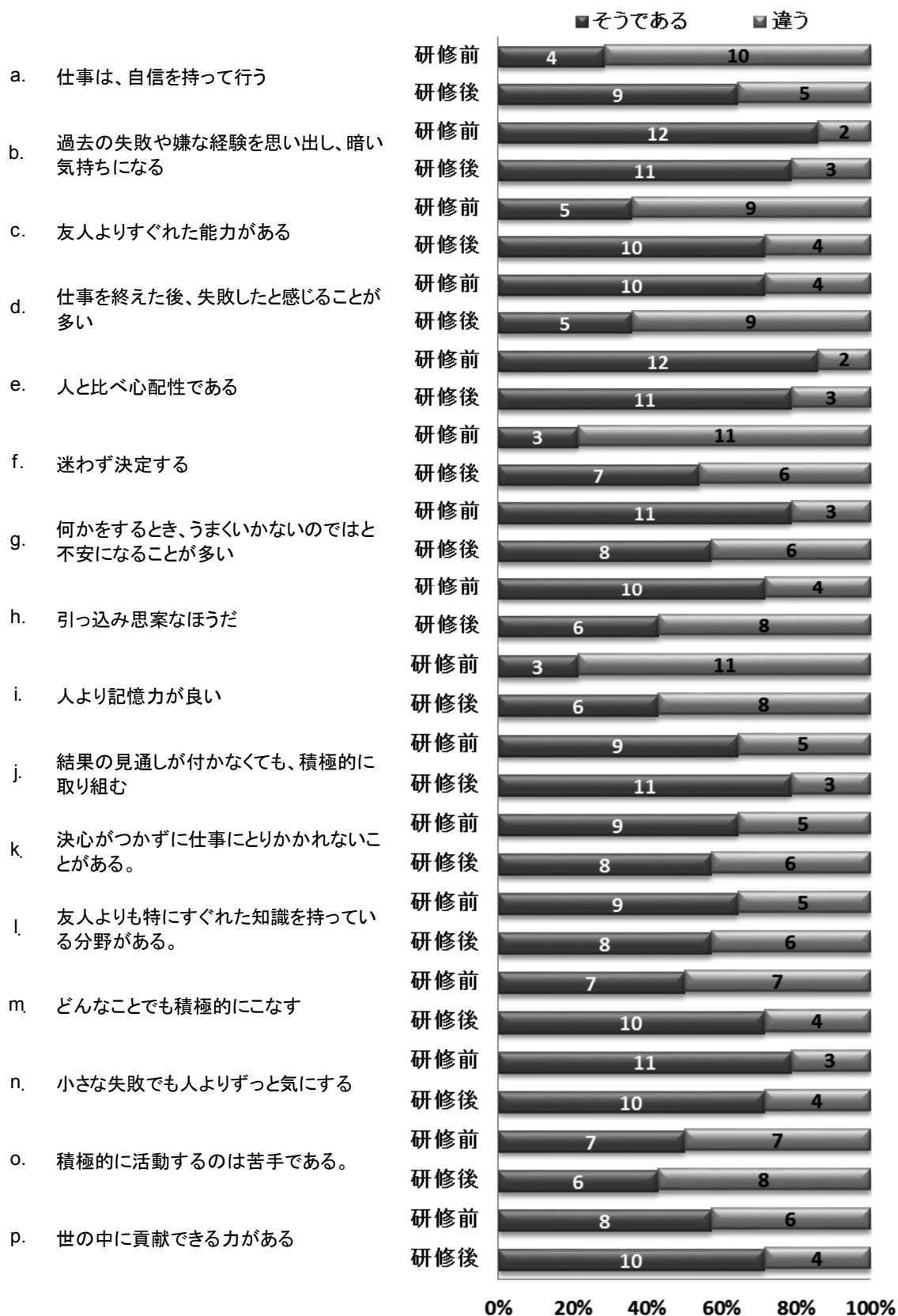


図3 研修前後の自己効力感16項目の変化 (n = 14)

2)男女別比較

研修前では、男女別で自己効力感の項目で有意な差は認められなかった。研修後の男女別で特徴が認められたのは「人より記憶力が良好である」(p = 0.048)、「何かを決めるとき、迷わず決定するほうである」(p = 0.030)の2項目であった。男性に比べ女性の方が「記憶力が良好である」とする割合が有意に高く、女性に比べ男性の方が「迷わず決定する」とした割合が有意に高かった(図4、図5)。

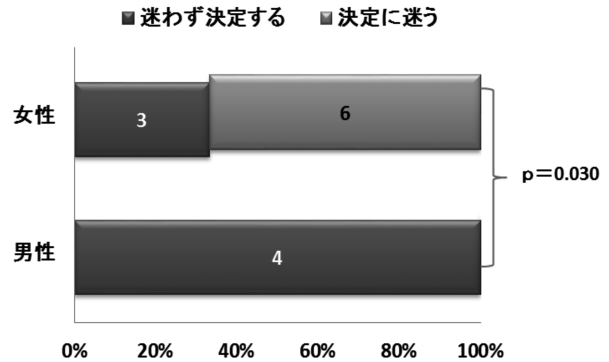


図5 研修後の男女比較 (n = 13)  
「何かを決めるとき、迷わず決定するほうである」

3.研修後の自由記述内容

表1は、前期研修の日程に関する要望について示した。日程もよく、有意義で濃い4日間であったと概ね満足していたが、参加を希望していた学生のすべてが参加できていないことがわかった。

表2は、前期研修の環境についての内容を示した。研修会場の大きさや室数は、使用するニーズに沿って対応できたが、季節による温度調整についての手配が必要である。

表3は、先輩ピアっ子の講義や活動について感じたことや思いに関する内容を示した。学生はピアっ子の行った講義や活動の様子をしっかりと観察しており、尊敬する気持ちを抱き、活動をイメージする上で良いモデルと認識していた。また、身近な存在として、親しみを感じさせるなど緩衝役になっていた。

表4は、前期研修の感想と印象に残ったことを示した。講師は優しく、柔らかい話し方で、研修らしくない雰囲気と参加型の形態であることから、知識が身につく、自分自身のためになったと感じていた。

サブカテゴリ<8>	カテゴリ<5>
3)、4)、5)、6)、8)、12)良かった⑥。 13)夏休み中だったので良かった。	日程は良い⑦
7)有意義な4日間で、時間も妥当と思う。 9)時間は、間延び感がなく、濃い4日間でした。	有意義で濃い4日間③
14)4日間、長いようで短かった。 11)もっとやりたい。もっと勉強したい。	学習に意欲を示す
1)前期後期を連続で開講し、資格取得ができるようにしてほしい。	資格取得ができるように連続開講の希望
2)お盆や休日だとバイトがあり、今回出席できない人もいた。平日の方がやりたい人が来れる。	平日の方が参加できる・・・

サブカテゴリ<7>	カテゴリ<3>
1)、5)、8)、9)、13)教室の大きさは、適切でした⑤。 2)使いやすかった。	適切で、使いやすく、丁度良い⑩
3)、11)、14)人数的に丁度よかった③。 6)問題なし。	
4)、7)、9)少し暑かった③。扇風機があると良い。 10)もう少し涼しければ良い。	少し暑く、扇風機を使用し、涼しければ良い④
12)教室を練習の時にたくさん使えて良かった。	使用箇所が多く良い

表3 先輩ピアっ子の講義と活動に関する意見 (n=14)

サブカテゴリ<15>	カテゴリ<3>
1) 自分もピアっ子のように講義を行いたい。	
2) やってみたいと思う。自分が将来やりたいことと同じ感じで経験を積みたい。	
4) とてもいい先輩だった。	
6) 素晴らしいと感じた。	
7) 話した時の切り返しやまとめ方が簡潔でわかりやすく、さすが先輩と思った。	
8) すごいと思った。自分がやれるのかという思いが出て、先輩のチャレンジ力を感じた。	
9) ○さん、▽さん、ありがとうございました。グループで話し合いで行き詰まったり、沈黙があるとすぐに来て、助けてくれた。自分が言いたいことを、わかりやすくまとめてくれた。話し合いがスムーズになった。	ピアっ子の授業中のまとめ方や切り替えし、サポートから、チャレンジ力を感じモデルとして手にしたいと尊敬を表現した①
10) 研修で学んだ以上に、楽しそうにやり、知識が身についている感じで、凄いと思った。	
12) 打ち合わせ時間とかそんなになかったと思うが、ピアの精神を大切に、しっかりしたわかりやすい講義だった。自分もこんな風に来てほしいなと思った。	
13) 単純にすごいと思った。学びやすいように促してくれたり、講義を楽しく受けられるようにしてくれていた。ありがとうございました。	
14) 進め方、まとめ方は素晴らしかった。自分たちで、発表してみ、そのすごさが身に染みた。	
3) どの講義も良かった。同じ学生が講義をしていて親しみが持てた。	
5) やはり、先生ではなく、先輩から学ぶときはとても楽しく、身近に感じる事ができた。	身近な存在として親しみを感じ、悩みも共有できたと感じた③
11) 同世代だからこそ抱える悩みを共有できた気がした。	
11) 休憩の時、ピアサークルの活動を実際に聞く機会が持てて、良かった。	ピアっ子からサークル活動の情報を得た

表4 前期研修の感想と印象について (n=14)

サブカテゴリ<17>	カテゴリ<7>
1) 講師の人数は丁度よく、適切でした。	
2) 柔らかい話し方で、研修だけど良い意味で研修っぽくない雰囲気、とても楽しく緊張せずに受ける事ができた。	
5) 講師の皆さんがとても仲が良く、優しく接してくれたのがとてもうれしかったです。	
8) みな笑顔がステキで、優しくピアについて一緒に考えてくれたので、とても学びやすかった。	講師は優しく、柔らかい話し方、研修らしくない雰囲気、パラフレーズや進め方がよく、参加型の授業で退屈しない⑥
12) 先生方がみんな優しく、わかりやすい研修でした。また、私たちも参加しながら講義が進められていたので、退屈することがなかった。	
14) 先生たちのパラフレーズや進め方がすごく良かった。	
4) とてもためになりました。	
6) 思春期ピアについて知ることができた。	
7) 性教育はすごく印象に残りました。コンドームの使い方は普段の生活で学ぶことはないし、改めて、正しい知識を得ることができた。性病についても。	思春期ピアについて知ることができ、正しい知識を得て、その知識が身につく、ためになった④
9) コントロールできる人はかっこイイ!! ピア以外にも、普段の生活の中でも、活かせる言葉で、私の心の言葉になった。講師の方々から、専門的なお話も聞けたので、自分の知識として身についた。	
3) 自分の意見をちゃんと言えたので、楽しかったです。	自己開示ができて、楽しさを実感した
10) みなさん楽しそうに、元気に明るく進めていて、とても学びやすい環境だった。今回、誰も知らないという状況で不安だったが、4日間を通して、親交を深めることができて良かった。	学びやすい環境と明るく元気に楽しく進行し、他者との親交を深められた
11) 性についての知識不足が明らかになった。これからは自分のために、相手のために知識を増やしていきたい。性について話し合うことは、恥ずかしいことではなく、性について何の知識もないことを自覚していなかった私が恥ずかしいと感じた。	性に関する知識不足を自覚し、自己の恥ずかしさの概念が変化した
13) 8つの誓約「個人的なアドバイスを与えない」という項目、普段、自分でもやってしまっているかも...と思いました。「パラフレーズ」は、普段、大学講師でも使っている方がいるなど思った。	学習した内容から日常を振り返り、アドバイスをしている現状とパラフレーズは大学講師で実践している者がいると認識した
14) 最後のグループ発表の班...それぞれがやりたいこと発表方法を含め持ちすぎている、どうしていいかわからなかった。意見もまとまらなかったり、違うことを考えてたりで...。グループとしてうまくまとまっていたのかわからなかった。それも含めて、改めて、それぞれの価値観や考えを伝えたり、理解する難しさを実感した。	発表内容をグループでまとめる過程で価値観の違いを認識し、自己開示、他者理解の難しさを実感した



表5は、発表後の気持ちと感想を示した。達成感や満足感から、これからの活用に対する意欲と発表内容を聞いて、お互いに学ぶ視点を持ち、さらに、参加者の立場で聞くと講義はどのように企画した方がいいのかという学びのフィードバックができ、学びの思考、姿勢を身に着け、自らの成長を自覚していた。

表5 発表後の気持ちと感想 (n=14)

サブカテゴリ<15>	カテゴリ<9>
7)話の流れや音楽も自分たちでやり、終わったときの達成感がすごかった。終了と同時に、チームのみんなへの感謝の気持ちが湧いてきた。	
8)とても緊張したが、班のみんなと一緒に頑張ったという達成感が得られた。楽しかった。	達成感を実感した④
9)意外と20分は長く、大変だった。みんなの意見を合わせることは難しかったが、1つのものを作り上げた達成感でいっぱい。	
10)最後の方は楽しく発表方法を考えあえたと思うので悔いなし。	
2)伝えることの難しさ、生きた反応を生かす大切さを発表を通じて学びました。	授業を受ける人の反応を活かし、参加者の立場で、発表内容を評価し、学ぶ視点を示した③
13)自分たちが発表することばかり考えて、参加者が楽しみながら聞ける内容にできていなかった。	
13)他のグループの発表を聞いて、たくさん学ぶところがあった。	
1)自分自身も中・高・大学生に授業を行いたいと思った。	
10)拙い部分が多々あり、限られた時間であったが、「もっとこうすれば良かった」「もう少し決断力があれば」と反省点がたくさん見つかった。今後、大学でのグループワークや発表等で活かせるようにしたい。	学びをこれからの学習、授業に活かしたい③
12)とても勉強になった。社会福祉士を目指すにあたっての学習にも大いに関わると思うので、学んだことを忘れず、これからは活かしていきたい。	
3)少し練習が足りなかったが、楽しかったし、満足した。	
5)もう少し、発表を工夫すれば、良かったと後悔しているところもあるが、全体的に上手くできたので、満足している。	満足感を感じた②
4)自分たちで調べて作ったので、力になった。	力が付いたことを実感した
6)スッキリしている。もともと私は女性の方が苦手だったがいろいろのことで通して、少し慣れた!	苦手が少し克服し、スッキリした気分
7)みんなでよりよくしていこうと話合ったり、指摘しあったり、チームの原稿や資料を自分たちで作ったりして、新鮮だった。	新鮮な気分
11)4日間、学んだことを復習できたように感じた。	学びのまとめとなった
14)正直、3日目の後半から4日目まで、すごくきつい。今までのグループ発表の中で一番大変で、精神的にもきつかった。自分自身、反省するところもあり、意見がまとまらず、進行が上手いかなかった。自分の中で、たくさんの葛藤があった。あまり自分から意見をそれほど言えないけど、頑張って思っていることを少し言えた。少し成長できた気がする。	精神的な葛藤を経て、成長を実感した

#### IV. 考察

##### 1. 思春期ピアカウンセラー養成講座における学生の学び

学生は、社会福祉学科と看護学科の大学生であり、将来、教職に就くもの、社会福祉士、看護師、保健師などの国家試験を受け、資格を得るものが多い。今回、前期研修に参加した動機は、ピアカウンセリングの資格の取得に結びつく研修であることや、今後の職や生活に役立つと考えて、参加した学生が多かった。つまり、人の話を聞く技術や、自己表現し発表する技術を磨くことは、学習上でも十分活用でき、人間関係を円滑に保つ術を身に着けることにも繋がる。学生は、ピアカウンセリングに限らず活用できると考え、積極的に参加していた。

学生の研修後の変化は、授業を受ける中で講師から知識を得て、先輩ピアっ子から将来、学校で集団カウンセリングや授業をしているモデルとしての姿を見ることで、どのように行動し、どのような受け答えが望ましいのかを感じ取っていた。内容が「正しい、正しくない」という判断ではなく、感情に重点をおくこと

に集中した。また、断定して返答することが、相手に対して逆に理解していないことに繋がる結果になるため、「こうなのかな?」「こう感じたけど?」と自己の判断を表現し、相手の考えに少しでも近づいているかどうか模索し、確認していく。その中で、パラフレーズの技術を磨き、8つの誓約を意識しながら、実践を繰り返した。最後の授業の実践(発表)では、対象を決め、授業テーマを定めた上で、4日間で学習したものを活用して、グループ内で役割を決めて、どのような方法で行うかをグループで決める。その様子をピアっ子は観察し、支援する。学生の感想から、この3日目の後半から4日目にかけてのグループ作業が大変厳しかったことが伺われる。なぜなら、意見をまとめ、次の日の発表によって評価されるというプレッシャーと発表までの時間的制約の中で、ピアカウンセリングの手法で発表内容をまとめていくからである。意見が分かれたときには、価値討論での学びを活かし、単に多数決ではなく、よく話を聞いて、納得して進める必要がある。この過程が学生を成長させる。グループでの話し合いや発表が上手くいかなかったと挫折感を感じている者、発表ですべてが発揮され達成感を感じて意欲的に変化した者など感じたことは様々であった。この感じたことすべてが、今後の活動の基礎になるのである。「学生はエデュケーションを通して、達成感と自信、更に仲間の力の素晴らしさを実感し、ピア活動が自分を見つめなおし、成長させる場であることがわかった」との報告がある<sup>5)</sup>。同様の学びがこの研修の過程においても培われると考えられる。

## 2. 思春期ピアカウンセラー養成講座のメリット

研修前には、自己効力感の項目で男女差はなかったが、研修後、女性の方が「記憶力が良好である」とする割合が高く、男性の方が「迷わず決定する」とした割合が有意に高くなった。これは、4日間の中で、特に、発表に向けたグループ役割の中で原稿を覚え、決定する場面が数多くあったことで変化していったものと考えられる。つまり、この研修後に性差が生じるということである。このような性差を踏まえて、その後の学生との関わりを意識する必要がある。例えば、女性受講者に対しては「記憶力に対する自信」を強みにして、研修で得た知識と技術の活用を促したり、省察的に過去の経験を振り返り、自尊感情を高めるように活用する視点を持つことが必要であると考えられる。

以上のことから、前期研修を受講して、男性には決定権、決断権、女性には記憶力に関する自己の認識が高まるという変化があり、性別によって異なる認識の違いが生じることが示唆された。自己効力感と記憶については、学齢期前から大学生までの、自分の記憶に対する過大評価について、学齢期は低下するという結果を示す文献はある<sup>6)</sup>が、性差に対しての記述はない。

また、研修後、自分自身に対して「満足した」「見所がある」「前向きな態度をとっている」との認識が深まり、「笑顔」へと明らかに変化した部分は、「満足した」「見所がある」「前向きな態度をとっている」自分を発見し、発見に伴う喜びによって生じたものと考えられる。

つまり、この研修プログラムによって、自分自身が満足し、自分の見所や物事に向かう姿勢が前向きであることを実感し、自尊感情と表情が変化したことは、他者に関わりながら自己の内面に気づく機会が多くあったことに起因すると考えられる。

## 3. 思春期ピアカウンセラー養成講座の展望

前期研修だけでは資格に繋がらないばかりでなく、ここで得られた学びを活用し、実践してみて、実際の対象から得られた反応から、自らの言動や姿勢を振り返る。また、他者の関わりを見て、そのモデルを模倣し、その時感じたことを丁寧に振り返り、スキルアップしていく必要がある。

後期研修では、前期研修後の互いの活動を振り返り、学びを共有することで解釈の仕方や判断の違いから、学生の視野をさらに広げることに繋がると考える。また、単に、高校などの授業活動に関する振り返りだけではなく、今後の活動のあり方をイメージしていく必要がある。和田<sup>7)</sup>は、「指導から支援へ。これからの健康教育は、ヘルスプロモーションの視点から新しい取り組みの展開を希望している」と述べている。このプログラムは、健康教育としての行動変容プログラムとしての側面を持つ。今後、自尊感情を大切にする環

境作りとして、大学の講義における導入などの活用も含めて、大学生の聞く力、話す力の基礎的なスキルアップを図るプログラムとして、活用できたらと考える。

自己効力に関する信念には主要な4つ(自己制御的な手段の獲得とモデリングからの影響による代理体験、社会的説得、そして、生理的、感情的状態)の影響を受ける<sup>8)</sup>。また、自己効力感は、大学における専攻の選択や学業の達成、専門領域での研究における粘り強さにポジティブな関連を示す<sup>9)</sup>という報告がある。前期研修における体験には、最終発表による成功体験と失敗体験、グループワークにおける説得、ピアっ子のモデルからの影響と教師や仲間、教室の環境の中で自己の感情と向き合う場面があり、4日間の前期研修の短期的展開で、今回、自己効力感に関して、研修前後での変化は認められなかったが、性差が認められた。また、知識や技術の高まりや仲間とともに学習することで、自尊感情は高まった。今後、長期的かつ継続的な参加によって、後期研修後の自尊感情や自己効力感の継続的な変化について捉えていきたいと考える。

## V. 結論

1. 前期研修に参加した学生は、自分自身に対して「満足」し、「見所」と「前向きな態度であること」を発見し、「笑顔」へと変化したことから、自尊感情を高める影響があることが示唆された。
2. 前期研修前に自己効力感の項目で男女差は認められなかったが、研修後、男性は決断、決定にかかわる部分が、女性は記憶力に関する部分の認識が高まったことから、このような性差が生じることを認識したうえで、その後の活動における影響について、担当者は意識し、より自尊感情を高める活動へと繋げる必要がある。
3. 学生の研修参加の目的は、これからの職や生活に活かすことや資格取得を視野に入れており、今後、長期的かつ継続的な参加によって、後期研修後の自尊感情や自己効力感の変化について捉えていきたい。

## おわりに

前期研修における大学生のフェイススケールと自尊感情、自己効力感の変化について述べた。

名寄市立大学で第2回目の前期コースを開催できたことに関して、支えてくださいました講師の方々、ピアっ子、参加してくれた大学生の皆様に感謝いたします。

尚、本研究の前期研修は、平成25年度学長特別粋支援による事業費助成により、開催しました。

## 引用文献

- 1) 宮内彩, 佐光恵子, 鈴木千春, 鹿間久美子, 篠崎博光: 思春期における性教育としてのピアエディケーションに関する研究動向, 思春期学, 31巻2号, pp243-251, 2013.6
- 2) Lorish CD, Maisiak R: The face scale: a brief, nonverbal method for assessing patient mood, Arthritis Rheumatism 29: pp906-909, 1986.
- 3) 山本真理子, 松井豊, 山成由紀子: 認知された自己の諸側面の構造, 教育心理学研究, 30, pp64-68, 1982.
- 4) 坂野雄二, 前田基成: セルフエフィカシーの臨床心理学, 北大路書房, p226, 2002.
- 5) 池田優子, 杉原喜代美, 栗田佳恵, 牧野孝俊, 山下博子, 深沢 英子: 群馬県におけるピアカウンセリング活動の取り組み活動の効果と継続性に関する考察, 高崎健康福祉大学紀要, 第6号, pp169-183, 2007.3
- 6) Albert Bandura, (訳)本明寛, 野口京子: 激動社会の中の自己効力, 金子書房, p85-86, 1997.11.
- 7) 和田由香: 母性看護, これからの生・性教育, 茨城におけるピアカウンセリングの実際, 看護, 56 (4) pp17-21, 2004.3
- 8) 6) 同上書, p2-6.
- 9) 6) 同上書, p184.

資料1 前期研修プログラム内容

	1日目	2日目	3日目	4日目
場所	〇〇教室	〇〇教室	〇〇教室	〇〇教室
9:10	9:30 受付開始、 オリエンテーション	8:45 受付開始 9:00 エクササイズ 9:30 コカウンセリング	8:45 受付開始 9:00 エクササイズ 9:30 セクシュアリティ各論 I 妊娠・出産	8:45 受付開始 9:00 各グループ作業 発表・リハーサル
10:00	開講式 挨拶 オリエンテーション	実習 振り返り		
10:30	オープニングエクササイズ、自己紹介 ピアネーム作成 ・ピアとは		10:30セクシュアリティ各論 II ・避妊 ・ピル	
11:00	・ピアカウンセリングとは ・ピアカウンセリングの基本理念	11:00小集団を対象とした ピアカウンセリング		11:00 実演発表 1 G 20分
13:00	エクササイズ ・8つの誓約	13:00 自己決定能力を高めるエクササイズ 価値討論	12:30セクシュアリティ各論 III ・性感染症（子宮頸癌）	13:00 実演発表 1 G 20分
14:30	14:30 効果的なピアカウンセラーになるために	14:30セクシュアリティ総論 I ・人間にとって性とは ・共に生きることとは ・ライフライン	14:00 ピアカウンセリング実践展開に向けて実践企画の説明 14:30実践に向けての企画展開案の検討 (各グループ作業)	14:30 実演講評
14:45	14:45 アクティブリスニング ・基本的な向き合い方 ・オープンクエスチョン	16:00セクシュアリティ総論 II ・思春期の性 ・自尊感情		15:30 閉校式 修了証書授与
16:30	16:30感情と向き合う ・感情の言葉探し ・感情と向き合うステップ	17:30コミュニケーション 能力を高めるエクササイズ ・ネゴシエイト	18:00 終了	16:00 解散
18:50	18:50要約・統合スキル	18:30 終了		
19:00	19:00 終了			

	1日目	2日目	3日目	4日目	
セクシュアリティに関する知識		4	3.5		7.5
ピアカウンセリングに関する知識	7.5	4.5	0.5		12.5
ピアカウンセリングの実践			4	6	10
合計時数	7.5	8.5	8	6	30

会場：名寄市立大学