

## 実践報告 北海道札幌啓北商業高等学校

### (1) 研究内容

研究課題：「子どもの権利に関わる学習活動に関する研究」

#### ○ 研究課題を通して育てたい力

- ・ ピアサポート活動を通じて、話す、聴く、相談にのるなどのコミュニケーションスキルと豊かな人間関係の基礎となる「支えあう温かな関係性」を育み、自己肯定感の向上と問題解決へと向かう心情や態度を育てる。
- ・ 福祉・医療・教育などの相談支援の現場から外部講師を招き、その実践を学ぶことで社会の中でお互いが助けあい暮らす街づくり、社会づくりについて共に考える力を育てる。

### (2) 実践の内容

【実践①】ピアサポート活動に関する校内体制の構築と教職員の指導力の向上

#### ○ねらい

3年前から特定の教員が放課後に実施していた少人数のピアサポート活動を全校で取り組むにあたり、その円滑な実施のためにピアサポートについて職員会議や校内研修会で共通理解を図る。また、校外で行われているピアサポートに関する研修会に参加し教職員の指導力の向上を図る。

#### ○実践内容

- |          |                                     |
|----------|-------------------------------------|
| 4月       | ピアサポート活動の実施と人権教育推進事業への応募について職員会議で提案 |
| 8月10、11日 | ピアサポート学会「ピアサポート・トレーナー養成ワークショップ」1名参加 |
| 9月       | ピアサポート・トレーニング・外部講師による講座について職員会議で提案  |
| 11月7日    | ピアサポート学会 研修会「ピアサポートを学ぼう」2名参加        |
| 1月11、12日 | ピアサポート学会「ピアサポート・トレーナー養成ワークショップ」3名参加 |
| 2月29日    | 人権教育フォーラム参加                         |

【実践②】ピアサポート・トレーニング・ピアサポート活動

#### ○ねらい

- ・ ピアサポート・トレーニングとピアサポート活動を通じて基礎的なコミュニケーションスキルと豊かな人間関係の基礎となる「支え合う温かな関係性」を育み、自己肯定感の向上と問題解決へと向かう心情や態度を育てる。
- ・ 高等学校卒業後も社会の中において、お互いが助け合おうとする態度を育成する。

#### ○学習内容

- ・ ピアサポート・トレーニングにおいて、ピアサポーターに必要なコミュニケーションスキルを訓練し、支え合う人間関係づくりの手法や態度を学ぶ。
- ・ 毎週1回の放課後ピアサポート活動を通じて、自分の悩みを話したり、仲間の悩みを聞くことを通じて自らの抱える問題を客観視したり、問題解決に向けてアイデアを出し合ったりする。

## ○日程

### 〈ピアサポート・トレーニング日程〉

- 10月 1日 後期始業式で担当教員が全校生徒に呼びかけ、募集プリントの配布
- 10月 16日 出会いのコミュニケーション／ピアサポートとは何か／相談にのってみよう(1)
- 11月 19日 上手な話の聴き方／プラスのストローク（返答）方法／相談にのってみよう(2)
- 1月 29日 リフレーミング（言葉の言い換え）を学ぼう・使おう／相談にのってみよう(3)
- 2月 16日 日常の中でピアサポートをする／啓北ピアサポート講座修了証授与

### 〈ピアサポート活動〉

毎週 1回 15：30～17：00 保健室または教育相談室

【実践③】福祉・医療・法律分野から支援の専門家を外部講師として招き「支援(サポート)」を学び、考える。

## ○ねらい

- ・ 福祉・医療・法律などの相談支援の現場から外部講師を招き、その実践を学ぶことで社会の中でお互いが助け合って暮らす街づくり、社会づくりについて共に考える力を育てる。

## ○日程と内容

- ・ 10月29日 地域福祉の実践を学ぶ NPO地域子育て支援拠点 ねっこぼっこのいえ代表 小林真弓さん

地域の子育て支援の実践について赤ちゃんから不登校の中学生、お年寄りまでの多世代の交流と支え合いについて学んだ。また小林さんの「聴く」スキルについて観察し、各自が練習をした。

- ・ 11月12日医療現場でのサポート 札幌なかまの杜クリニック 精神保健福祉士 内田梓さん 井上健さん

精神保健福祉士の方たちに精神科クリニックにおける支援についてお話して頂いた。また当事者研究の手法を用いて、自分の抱える悩みを外在化すること、その悩みの良いところを見つけること、さらに対処法を考えることを体験的に学んだ。

- ・ 12月10日“生きづらさ”を支援する仕事 北海道ピアサポート協会 理事 鹿内清和さん

相談支援や就労移行支援事業についての具体的な活動内容をお話して頂いた。またWRAP「元気回復行動プラン」という手法を学び、それぞれが元気になれるアイデアを共有した。

- ・ 2月9日人間関係トラブルの仲裁：ピアメディエーション NPOフレンズネット北海道 小林公司さん 矢部千尋さん

学校生活で実際に起こりそうな人間関係トラブルを題材に生徒が当事者、ゲストティーチャーがその仲裁役（メディエーター）となり即興のロールプレイした。メディエーターの役割とともに、お互いが相手のことを批判的に言い合うのではなく、素直な気持ちを話すことや相手の気持ちに気付くことが関係修復において大切だということ学んだ。

- ・ 3月17日 デートDV防止講座 性暴力被害者支援センター北海道 SACRACH 八代真由美さん

2学年全員を対象に、デートDVの防止には男女間の対等な人間関係、お互いの人権尊重の心情と態度の育成が必要であると講演して頂く。

### (3) 研究のまとめ

#### ① 成果

##### 【実践①】

- ・ 職員会議やピアサポートに関する日々の報告を通して、学校としてピアサポート活動に取り組んでいるということ共有することができた。また教職員が校外のピアサポートの研修会に積極的に参加したり、校内のピアサポートに参加したりすることで、教員の指導力向上にもつながった。

##### 【実践②】

- ・ ピアサポート・トレーニングでは、自由参加で受講希望を募ったところ、将来心理関係の仕事につきたい生徒、コミュニケーションスキルを向上したい生徒、友達の相談に的確なアドバイスがしたい生徒など20数名が自発的に集まった。普段から友人の話聞き仲間もできる生徒がいる一方、コミュニケーションや人間関係づくりに課題がある生徒もいたことで、小集団でのトレーニングが多様性のあるものになった。その結果それぞれの目的に応じて学び合える場ができ、生徒のコミュニケーション能力が向上したことに加え、人間関係づくりに肯定的になったり、講座内において新しい仲間づくりが行われた。週1回のピアサポート活動においては、お互いの悩みを仲間に話したり、仲間の悩みを聞くことを通じて自分だけでは解決できなかった問題を仲間の力を通じて解決したり、語り場を共有することで安心感が生まれた。その結果問題の重さが軽くなり、自発的に対処法を生み出そうとする姿勢ができていった。

##### 【実践③】

- ・ 相談支援の専門家を招いたことで、生徒が学校や普段の生活以外の世界に目を向けて「支援(サポート)」について考えることができた。講師との打ち合わせにおいて体験的な講座内容にさせていただくようお願いしたことで、専門的な手法を具体的に体験しながら学ぶことができた。また参加生徒の多くが将来の職業や生き方について「支援」をキーワードに語り始めていることから、外部講師による講座が生徒のキャリア形成に少なからず影響を与えることが分かった。

#### ② 課題

- ・ ピアサポート・トレーニング、ピアサポート活動の参加者の半数が3年生であったため、次年度も継続してピアサポーターを募集していきたい。
- ・ 「人の役に立ちたい」という思いは共通していても、積極的な生徒はピアサポート・トレーニングに参加することができるが、遠慮がちな生徒は一歩が踏み出せないということがあった。そういった生徒に対してどういう声かけをし、仲間と関わることで自己肯定感や有用感が育つきっかけにするかを検討する。
- ・ ピアサポートの考え方や実践方法をさらに生徒・教職員間に広げるためにはどのようにしたらよいのかを検討する。
- ・ 外部講師の実践は素晴らしく、講座も充実していたが、短時間であったため内容をもっと深めたかったという生徒や教職員の感想があった。次年度は限られた時間、回数でも必要に応じて2回の連続講座にしたり、長期休業期間中を利用したりするなどの工夫が必要である。
- ・ 教職員が校内外におけるピアサポートの研修に積極的に参加し、さらに指導力を向上させる。

### ③ 提言「人権教育のすすめ」

- ・ ピアサポート活動を通じて、支えあう人間関係が自分にとって心地よいという体験ができる。
- ・ 人の話を聞く、話す、共感する、一緒に考えるというスキルをトレーニングとして安全な場で身に付けることができることで自己肯定感、有用感は肯定的な仲間とのつながりによって向上する。
- ・ ピアサポート活動は、そういった将来にわたって財産となるものを育むこともできる。
- ・ さらに各教科や LHR、総合的な学習の時間、部活動や生徒会活動などもピアサポート活動を取り入れ、生徒・教職員の双方がその有用性を感じることで、より豊かな人間関係を構築することができるため、多くの学校でピアサポート活動の導入を期待する。