

高校生に対するピアエデュケーション実施前後における自己肯定感の変化

Changes in High School students of the Self -Esteem Before and After Peer Education

中 下 富 子* 岩 井 法 子** 大 戸 美 香*** 佐 藤 真由美****
Tomiko NAKASHITA Noriko IWAI Mika OTO Mayumi SATO

久保田 かおる** 上 原 美 子***** 宮 崎 有紀子*****
Kaoru KUBOTA Yoshiko UEHARA Yukiko MIYAZAKI

I はじめに

近年の都市化、少子高齢化、情報化、国際化などによる社会環境や生活環境の急激な変化は、子どもの心身の健康にも大きな影響を与えている。また、自然災害や事件・事故に伴う子どもの心のケア、児童虐待、発達障害のある子どもへの支援など健康問題が多様化している¹⁾。学校生活においても、いじめ、不登校などのメンタルヘルスに関する課題、性の問題行動、喫煙、飲酒、薬物乱用などが問題となっている²⁾。

子どもが抱える健康問題の一因として、自己肯定感の欠如が要因と言われている³⁾。細田らも現代の子どもの内的特徴に、自己を肯定的に捉えることができないという肯定感の低下もしくは欠如をあげている⁴⁾。高校生は、自分自身の将来を見据え、進路選択において、自己を確立する時期であり、自己肯定感自己を内面から支える欠かせないものである⁵⁾。また、高校生は自己の再構成が行われる時期ともいわれ、その過程で生じる自我の葛藤を支える上で、自己肯定感の向上が重要となっている⁶⁾。

一方、厚生労働省は「健やか親子21」において、思春期における保健対策の強化と健康教育の推進により、10代の人工妊娠中絶および10代の性感染症罹患率の減少をめざすことを目標として掲げている。これまでの取り組みが成果として結実しつつあるとする報告もあるが、保健・教育・地域間の連携が成し得ないと達成できない課題が多く残されている。

A県保健医療部健康づくり支援課では、保健・教育・地域が連携し、平成20～21年度に思春期保健対策事業として、思春期の子どもたちの性の健康にかかわる主体的な行動変容を支えることを掲げ、ピアカウンセリング活

動を導入するための取り組みを行ってきている。

自己肯定感に関する先行研究において、西山は、思春期における「自己肯定感」について、自己肯定感と生育史や生活体験、自己肯定感と教師・生徒関係、自己肯定感と親子関係、自己肯定感と成績・学力との関連について報告している⁶⁾。多田らは、自己肯定感と親子関係との関連⁷⁾、久芳らは、自己肯定感と対人関係との関連について報告している⁸⁾。松井は、中学生の不登校傾向意識を自己肯定感と学校ストレス、進路成熟との関連から報告している⁹⁾。また、中学生から高校生にかけて自己肯定感が低下することが明らかにされており、その中でも性受容が自己肯定感に関連していることを報告もみられる¹⁰⁾。これらの研究では、子どもが成長する上で、自分自身を大切にする気持ちである自己肯定感を高めることの重要性が示唆されている⁷⁾。

ピアカウンセリング活動における先行研究では、ピアエデュケーション実施後の高校生を対象にプログラム内容の評価や、感想についての調査結果が報告されている¹¹⁾。またピアカウンセラーである大学生におけるピアサポート活動の評価¹²⁾や成長に関する研究¹³⁾が報告されている。しかしながら、高校生を対象としたピアエデュケーションを実施することで、自己肯定感がどのような変化をもたらすのか明らかにした研究はみられない。

そこで、本研究は、A県思春期保健領域でのピアエデュケーションの実施前後における高校生の自己肯定感の変化について検討することを目的とした。

本研究では以下のように、用語について定義している。

ピアエデュケーションとは、同世代または所属を同じくするグループが、情報や知識・価値観・スキル・行動を分かち合うことと捉えている¹⁴⁾。セルフエスティーム

* 埼玉大学教育学部
** 埼玉大学大学院教育学研究科
*** 春日部市立内牧小学校
**** 埼玉県立川口高等学校
***** 筑波大学大学院人間総合科学研究科
***** 高崎健康福祉大学保健医療学部

とは、他者との比較により生じる優越感や劣等感ではなく、自身における自己の尊重や価値を評価することをいう¹⁵⁾。一般性セルフ・エフィカシとは、一般化した日常の行動をどのくらいやり遂げられるか、その自信の度合いを表す指標のことをいう¹⁶⁾。

II 方法

1 対象

県立B高等学校1年生321人を対象とした。

2 調査期間

平成21年12月

3 調査方法

ピアエデュケーションプログラムテーマを「Cherish～わたしとあなたと未来～」とし、ライフライン・避妊・性感染症等の内容を実施した。ピアエデュケーションプログラム（以下、プログラムという。）は以下のとおりである。

ピアエデュケーションプログラム内容（90分）

テーマ：「Cherish～わたしとあなたと未来～」

C大学生、D大学生：計12名で実施

1. 導入

ピアとは何かについての説明

2. 私のライフライン：自己決定力を高めるためのグループワークによる演習

自分の人生を改めて振り返ること、将来を考えること。その後、自分の人生は自分のものであることを実感できるようにする。

3. 避妊：必要な正しい知識の提供

「No SEX」、低用量ピル、コンドームについて

4. 性感染症：演習を通じた正しい知識の提供

STIの説明、性のネットワーク（木原正博ら）について

※演習後は大学生がインタビューをして、全体でシェアリングを行う。

プログラム実施前後に①無記名自記式質問紙調査（セルフエスティーム・一般セルフエフィカシ）を実施した。またプログラム実施直後には②無記名自記式質問紙調査（意見・感想）を行った。

4 調査内容

①自記式質問紙調査は、セルフエスティーム尺度（ローゼンバーグ簡易尺度）10項目¹⁵⁾、一般性セルフ・エフィカシ尺度（坂野・前田ら作成）16項目を使用した¹⁶⁾。

②無記名自記式質問紙調査は、自由記述による意見・感想とした。

5 分析方法

統計解析用ソフトウェアSPSS15.0を用いて、各尺度において集計及び性別についてt検定による分析を行った。

6 倫理的配慮

倫理的配慮として、本調査は、学校長には事前に調査方法と内容、及び生徒の特定はできないように処理することを説明し同意を得た。また、生徒には当日、文書により説明を行った。生徒の調査への記入、提出をもって同意を得たとみなした。

III 結果と考察

1 受講者の属性

回答者は、プログラム実施前244名（男子143名、女子101名）、実施後197名（男子114名、女子83名）であった。有効回答率は、実施前76.0%、実施後61.4%であった。

2 セルフエスティーム尺度、一般性セルフエフィカシ尺度の測定結果

セルフエスティーム尺度の得点は点数が高いほど自己の能力や価値についての評価が高いとされている。この尺度は25点が「平均の得点」とされており、20点以下を「低い傾向」、30点以上を「高い傾向」としている¹⁴⁾。ピアエデュケーションプログラム実施前は全体でみるとその平均値は23.25±4.73点、実施後は23.56±4.54点であり、やや増加傾向がみられた。本調査では、「平均の得点」に当たると考えられる。また、性別でみると男子の実施前23.98±4.58点、男子の実施後24.29±4.39点、女子の実施前22.21±4.78点、女子の実施後22.55±4.58点であり、男女共に増加傾向がみられた（図1・2・3）。しかし、男女それぞれプログラム実施前後において統計学的に有意差は認められなかった。

また、性別による平均値をみると、男子の方が女子の平均値より高いことが確認された。平石は、自己肯定意識尺度を用いて、男子が女子よりも肯定的であると報告している¹⁷⁾。野村も、自尊心尺度を用いて性別による差の検定を行ったところ、中学生、高校生ともに男子の方が女子よりも自己肯定感が高いと報告している¹⁸⁾。さらに、山本ら¹⁹⁾や久芳ら²⁰⁾も女子よりも男子の方が自己肯定感が高いことを示している。本研究においても、同様の結果であった。

一般性セルフ・エフィカシ尺度の基準では、生徒・学生は0～1点が「非常に低い」、2～4点が「低い傾向にある」、5～8点が「普通」、9～11点が「高い傾向にある」、12～16点が「非常に高い」とされている¹⁴⁾。本研究による一般性セルフ・エフィカシの平均値は全体として、プログラム実施前では6.03±3.36点であり、実施後は6.47±3.57点と増加傾向が見られた。また、性別でみると男子の実施前では6.28±3.26点、男子の実施後は6.77±3.49点、女子の実施前は5.69±3.48点であり、女

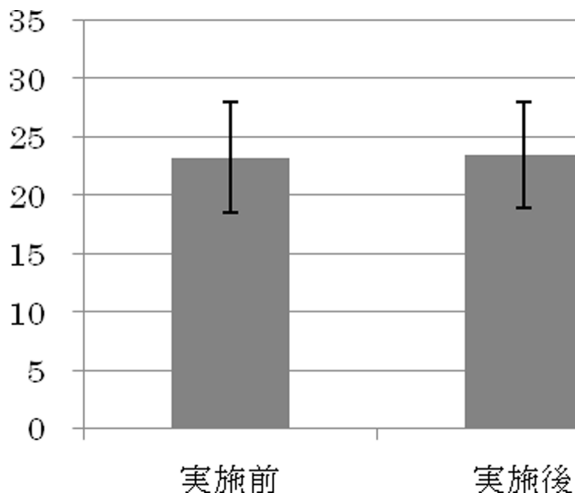


図1. ピアエデュケーション前後のセルフエスティーム (全体)

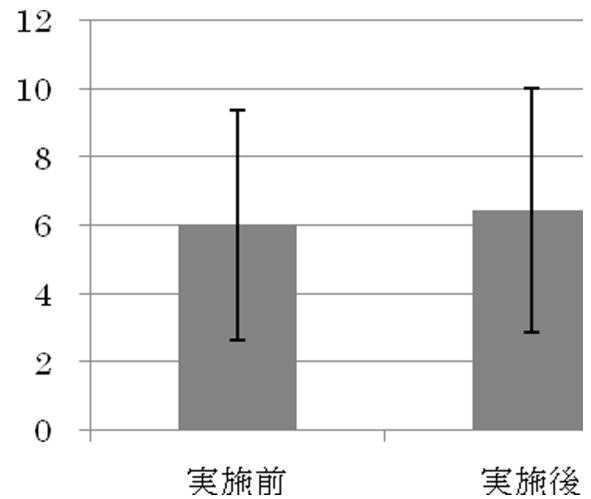


図4. ピアエデュケーション前後の一般性セルフエフィカシィ (全体)

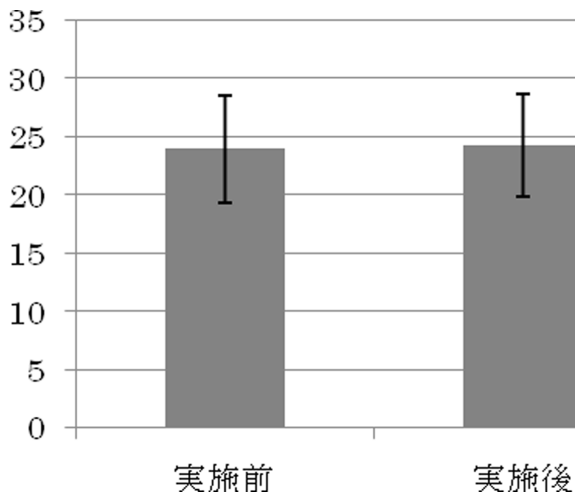


図2. ピアエデュケーション前後のセルフエスティーム (男子)

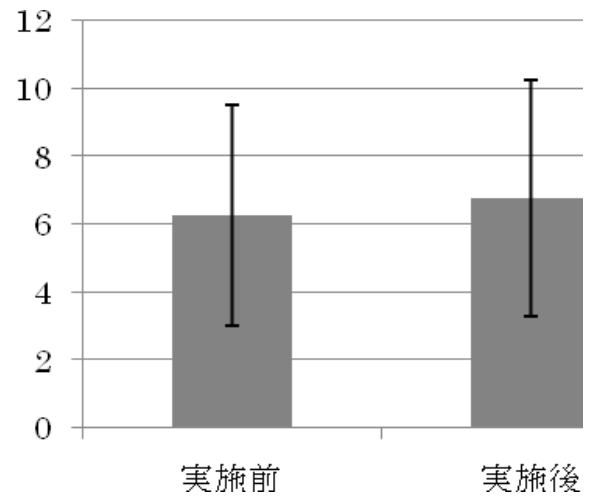


図5. ピアエデュケーション前後の一般性セルフエフィカシィ (男子)

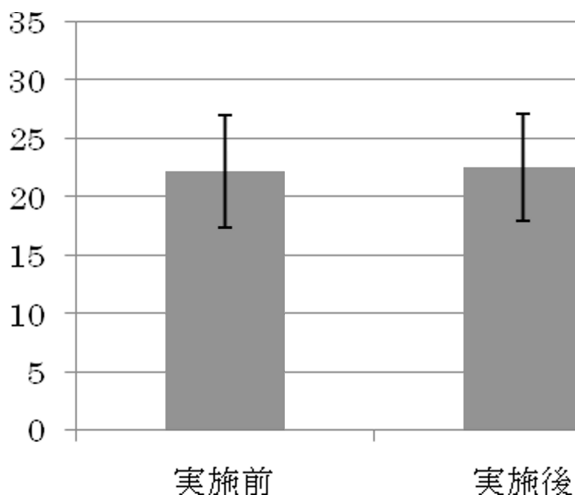


図3. ピアエデュケーション前後のセルフエスティーム (女子)

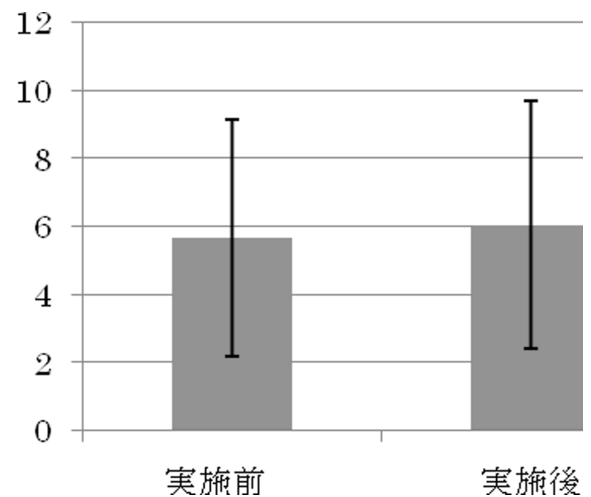


図6. ピアエデュケーション前後の一般性セルフエフィカシィ (女子)

子の実施後は6.06±4.58点と男女共に増加傾向がみられた(図4・5・6)。しかし、男女それぞれプログラム実施前後において統計学的に有意差は認められなかった。

また、一般性セルフ・エフィカシ尺度においても、性別による平均値をみると、男子の方が女子の平均値より高かった。西山、久芳らはとともに、女子よりも男子の方が有意に自己肯定感が高いという結果を示しており^{6) 8)}、本研究結果もこれと同様の結果であることが示された。その理由として、平石は、女子の自己の身体的魅力に対する不満さ²¹⁾、伊藤は、女子において発達に伴った人とかかわりの特徴的な変化が自己肯定感に影響を及ぼしている可能性がある^{と推測している}²²⁾。また、横澤は、思春期を対象とした電子メールによるピア・サポートへの相談者は、男女比が約1:2で女子の方が多く、平均年齢は15.3±2.3歳で高校生が多数を占めていることを報告している²³⁾。高校生女子の自己肯定感が低い理由として、男子よりも女子は周囲の人々に影響を受けやすく、自分と他人を比較し、周りからの評価を気にすることが多いと推察できる。

3 プログラム実施直後の感想・意見

プログラム実施直後のアンケート調査においては、300名から343件の感想が寄せられ、その中でもプログラム内容についての感想が332件(全件数の96.7%)であった(表1)。プログラム実施後の感想においては、90%以上に肯定的な感想が見られた。劔らは医学部公衆衛生学実習の機会を用いてピアエデュケーションによる性教育を試みた結果、中学生、高校生の90%以上がピアサポートと話すことに興味を持てたことを報告しており、本研究も同様の結果が得られた²⁴⁾。感想をプログラム内容別にみると「プログラム全体」に関する感想は170件(51.2%)であった。「ライフライン」に関する感想は25件(7.5%)、「避妊」に関する感想は46件(13.9%)、「性感染症」に関する感想は91件(27.4%)であった。

「全体に関するもの」では、「とても勉強になった」131件(77.0%)という感想が最も多くみられた。「ライフライン」の内容については、「楽しかった」12件(48.0%)、「未来について考えて良かった」6件(24.0%)という感想が多かった。その他、「自分の人生が少し分かった気がした」、「幸福度がいろいろあると思った」等、自身の進路選択を含め将来に向けて自身のイメージを描くことができている生徒もいることが認められた。

「避妊」の内容については、「気を付けなければならないと思った」20件(43.5%)が最も多く、次いで「大事なことだと思った」8件(17.4%)、「おもしろかった」5件(10.9%)、「将来役に立つと思った」4件(8.7%)、「パートナーのことを大切にしようと思った」2件(4.3%)などがみられ、卒業後の生活を視野に入れた長期的な行動変容につながる可能性があると考えられる。

「性感染症」の知識を得ることで、「性感染症は怖いと

思った」48件(52.7%)、「コンドームでの予防が大切だと思った」26件(28.6%)、「性感染症のことがわかってよかった」12件(13.2%)等、性感染症についての必要な知識として認識することができたと推察される。

平岡は、高校生の性意識の経年変化(2003年~2008年)を明らかにしている。その中で、「高校生のセックス」については平均では肯定群69.7%、否定群18.4%、不明群16.5%を示しており、年次推移では、肯定群が減少し、否定群が増加していることを報告している²⁵⁾。「自身のセックス」に関しては「考えたことなし」と答えている人が増加傾向にあり、2008年には最も多くなっている。「避妊・STD予防で可」は横ばい状態を示している。また、数見は、高校生の性意識と性行動との関連の調査から、「高校生の性交」について、肯定群と否定群における「性交経験」の有無が有意に関連している傾向があることを報告し、高校生を取り巻く様々な社会環境が性に関する意識や行動と無関係ではないことを強調している²⁶⁾。性意識は、性教育にかかわる取り組みだけでなく、社会的な状況(親子関係・友人関係・情報メディア等)やメディアなどの多様な要因が影響していると考えられる。本研究では、性意識や性行動についての調査は実施していないが、ピアエデュケーションを含めたピアカウンセリング活動における自己肯定感とともに、性意識や性行動についても横断的、縦断的な調査を考慮する必要があると考える。

すなわち、本研究でのプログラム実施前後における自己肯定感について、セルフエスティーム尺度、一般性セルフエフィカシ尺度を用いた結果、全体、男、女それぞれに平均値の増加はみられたものの有意差は認められなかった。しかし、実施後の自由記述において、90%以上の生徒からピアエデュケーションに対する肯定的な回答を得ることができた。このことは、劔らが述べるように²⁴⁾、高校生が自身と同様の世代である大学生に対する好意的な反応として捉えていると考えられる。また、グループワークによる演習や、性についての話すことへの抵抗感を少なくし、自身の将来や、性に関して考えるきっかけとなったと考える。

坂野ら²⁷⁾はセルフエフィカシを高めるためには、そのための様々な情報源を組み合わせること、自分の行動が適切であることを複数の人から保証されることが必要であることを述べている。本プログラムでは、その内容として自分の人生を改めて振り返って将来を考えること、避妊や性感染症についての正しい知識を得ることについて、情報提供やグループワーク演習、演習といった方法を用いて構成している。また、それぞれの演習後は大学生がインタビューをして、全体でシェアリングを行っている。本プログラムにおける情報や演習とシェアリングがセルフエフィカシへの変化につなげることを可能にするためには、今後、高校生を対象としたプログラム内容の評価とその充実やピアカウンセラーの力量の向上を

表 1. ピアエデュケーションプログラム実施直後の生徒の感想・意見

プログラム内容	感想	件数 (%)	
全体に関するもの	とても勉強になった	131 (77.0%)	170 (51.2%)
	楽しかった	39 (23.0%)	
ライフライン	楽しかった	12 (48.0%)	25 (7.5%)
	未来について考えてよかった	6 (24.0%)	
	人それぞれだと思った	4 (16.0%)	
	生きていると感じた	1 (4.0%)	
	自分の人生が少し分かった気がした	1 (4.0%)	
	幸福度がいろいろあると思った	1 (4.0%)	
避妊	気を付けなければならないと思った	20 (43.5%)	46 (13.9%)
	大事なことだと思った	8 (17.4%)	
	おもしろかった	5 (10.9%)	
	将来役に立つと思った	4 (8.7%)	
	コンドームのつけ方がわかってよかった	2 (4.3%)	
	パートナーのことを大切にしようと思った	2 (4.3%)	
	SEXをするときは責任をもってしたいと思った	2 (4.3%)	
	しっかりしなくてはいけないと思った	1 (2.2%)	
	忘れないようにしたいと思った	1 (2.2%)	
妊娠について考えた	1 (2.2%)		
性感染症	性感染症は怖いと思った	48 (52.7%)	91 (27.4%)
	コンドームでの予防が大切だと思った	26 (28.6%)	
	性感染症のことがわかってよかった	12 (13.2%)	
	SEXは危険だと感じた	2 (2.2%)	
	病気にならないような健康な体を作りたいと思った	1 (1.1%)	
	病院に行くことが大切だと思った	1 (1.1%)	
	劇が印象に残った	1 (1.1%)	
4	25	332 (100.0%)	

目指したピアエデュケーションの実施が重要となると考える。

平成20年文部科学省では²⁾、世界保健機構のオタワ憲章(1986年)において「人々が自らの健康をコントロールし、改善することができるようにするプロセス」として表現されたヘルスプロモーションの考え方について、人々が自らの健康課題を主体的に解決するための技能を高めると共に、それらを実現することを可能にするような支援環境づくりが重要であり、学校教育においても、ヘルスプロモーションの考え方を取り入れ、学校において具体的に展開するヘルスプロモーションスクールの重要性を示している。ヘルスプロモーションへの関心を高める機会として、ピアエデュケーションはヘルスプロモーションの技法の一つであり、重要であると捉えられている²⁸⁾。また高村は、ピアサポート活動のゴールについて、対象者が自身の考えや気持ちを明らかにし、解決策を探索できるようになることと述べており¹⁴⁾、同世代同士が、情報や知識・価値観・スキル・行動を分かち合うピアエデュケーションが今後、ますます重要となると考えられる。

研究の限界として、今回の調査から自己肯定感の平均値、また肯定的な感想から、ピアエデュケーションによって自己肯定感や性に関する意識や行動などへの影響が認められた。しかし、一高等学校のみの調査であり、一般化には至らない。今後も他の高等学校におけるピアエデュケーションの実施とともに、調査においても継続する必要がある。

V 結語

本研究は、ピアエデュケーション実施前後における高校生の自己肯定感の変化について検討することを目的として、高等学校1年生321人の生徒を対象としてピアエデュケーション実施前後に自記式質問紙調査(セルフエスティーム尺度・一般性セルフエフィカシ尺度など)を行った。

その結果、セルフエスティーム尺度、一般性セルフエフィカシ尺度において、全体、男、女それぞれに平均値の増加がみられた。また、実施後の自由記述において、90%以上の生徒からピアエデュケーションに対する肯定的な回答を得ることができた。このことから、ピアエデ

ューケーションの導入が、高校生の自己肯定感や性に関する意識や行動等に影響を及ぼすことが示された。

今後の課題として、本研究は自記式質問紙調査であるため、本人の主観的を横断的に調査したに過ぎず、対象高校生の客観的な変化については言及していない。今後は、ピアエデュケーションにおける縦断的な、客観性の高い実証的な調査を実施していく必要があると考える。

本研究は、第69回日本公衆衛生学会総会（2010年・東京）において、発表し、その後、加筆修正をしたものである。

本研究の質問紙調査の実施に当たりまして、ご多忙中、質問紙の配布、実施、回収にご協力いただきました養護教諭、教諭の皆様、また質問紙にご回答いただきました生徒の方々に深く感謝申し上げます。

文献

- 1) 日本学校保健会：子どものメンタルヘルスの理解とその対応 心の健康づくりの推進に向けた組織体制づくりと連携, 2007
- 2) 文部科学省中央教育審議会答申：子どもの心身の健康を守り、安全・安心を確保するために学校全体としての取組を進めるための方策について, 2008
- 3) 梶島彩子：子どもをめぐる自己肯定感・セルフエスティームについて, 日本女子大学人間社会研究科紀要, 第11号, 71-85, 2005
- 4) 細田絢, 田嶋誠一：中学生におけるソーシャルサポートと自他への肯定感に関する研究, 教育心理学研究, 57, 309-323, 2009
- 5) 久芳美恵子, 齊藤真沙美, 小林正幸：小、中、高校生の自己肯定感に関する研究, 東京女子体育大学・東京女子体育短期大学紀要, 第42号, 51-60, 2007
- 6) 西山香織：思春期における「自己肯定感」に関する研究—中学生・高校生を対象に—, 立命館教育科学研究, 第5号, 17-41, 1995
- 7) 多田玲子, 蛸崎奈津子, 石井トク：親との関係と自尊感情, 自己肯定感との関連, 第38回母性看護, 53-55, 2007
- 8) 久芳美恵子, 齊藤真沙美, 小林正幸：中学生の自己肯定感と人とのかかわりとの関連について, 東京女子体育大学紀要, 第40号, 19-28, 2005
- 9) 松井賢二：中学生の不登校傾向意識—学校ストレス、進路（キャリア）成熟、自己肯定感との関係から—, 新潟大学教育人間科学部紀要, 5 (1), 251-258, 2002
- 10) 久芳美恵子, 齊藤真沙美, 小林正幸：高校生の自己肯定感と性受容に関する研究—社会的性意識と父母像との関連—, 東京女子体育大学・東京女子体育短期大学紀要, 第25号, 143-154, 2010
- 11) 高村寿子：思春期の性の健康を支えるピアカウンセリング・マニュアル ピアカウンセラー養成者・コーディネータ（調整役版）, 小学館, 148-156, 2005
- 12) 忠津佐和代, 梶原京子, 高見千恵：新入生ガイダンスにおける大学生に対するピアウンセリング講座の評価, 思春期学, 28 (3), 333-343, 2010
- 13) 渡辺純一：ピアサポート活動を実践する若者の成長に関する研究—思春期保健領域に焦点を当てて—, 思春期学, 27 (1), 115-126, 2009
- 14) 高村寿子：セルフエフィカシー 自己効力感を高め、主体的行動変容を目指す 健康教育プログラム実践マニュアル, 日本家族計画協会, 2004
- 15) Rosenberg, M : Society and the adolescent self-image. Princeton Univ. Press. 1965
- 16) 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, 2004
- 17) 平石賢二：青年期における自己意識の発達に関する研究（Ⅰ）—自己肯定性次元と自己安定性次元の検討—, 名古屋大学教育学部紀要教育心理学科, 37, 217-234, 1990
- 18) 野村和樹：児童におけるセルフ・エスティームと発達段階の関係, 大阪ソーシャルサービス研究紀要, 第4号, 27-48, 2003.
- 19) 山本ちか, 氏家達夫, 二宮克美, 五十嵐敦, 井上裕光：中学生の社会的行動についての研究（4）—中学生の自己概念についての検討—, 日本教育心理学会第45回総会論文集, 337, 2003
- 20) 久芳美恵子, 竹村美砂：自己肯定感と人とのかかわり, 東京女子体育大学紀要, 39, 15-23, 2004
- 21) 平石賢二：青年期における自己意識の発達に関する研究（Ⅱ）—重要な他者からの評価との関連—, 名古屋大学教育学部紀要教育心理学科, 40, 99-125, 1993
- 22) 伊藤裕子：青年期のジェンダー（特集：ジェンダーと現代社会）, 教育と医学, 48, 229-235, 2000
- 23) 横澤直文, 井上孝代：思春期を対象とした電子メールによるピア・サポートの有効性の検討, 思春期学, 24 (2), 392-399, 2006
- 24) 劔陽子, 山本美江子, 松田晋哉：医学部公衆衛生学実習の機会を用いたピア・エデュケーションによる性教育の試み, 産業医科大学雑誌, 24 (3), 257-269, 2002
- 25) 平岡友良：高校生の性に関する意識6年間の推移, 思春期学, 28 (2), 239-248, 2010
- 26) 数見隆生：十代の性をめぐる現状と性の学力形成, かもがわ出版, 16-47, 2010
- 27) 坂野雄二・前田基成：セルフエフィカシーの臨床心理学, 178-187, 2004
- 28) 上島弘嗣：公衆衛生教育の課題と展望, 公衆衛生, 57 (6), 390-393, 1993

SUMMARY

Changes in High School students of the Self -Esteem Before and After the Peer Education

Faculty of Education, Saitama University

*Tomiko NAKASHITA Noriko IWAI Mika OTO Mayumi SATO
Kaoru KUBOTA Yoshiko UEHARA Yukiko MIYAZAKI*

The purpose of this study was to clarify on the changes in high school students of the self -esteem before and after the peer education, as a part of the adolescent health field A prefecture. The study was conducted for the student of 321 first-year B high school in A prefectural using the peer education to December in 2009. The research method used were questionnaires (Self -esteem、 Generally-self efficacy) before and after the peer education. The results showed that the average value of the whole, a man, and a woman increased in the Self-esteem and Generally-self efficacy through the peer education. More than 90% of the subjects made affirmative answers in the peer education.

Keywords: peer education, high school students, self-esteem