



本日の内容

1. はじめに
2. 日本の大学における学生支援
3. 《理論編》ピア・サポートとは
4. 《実践編》トレーニング（ワーク）に挑戦してみよう！
5. おわりに

2



このプログラムについて

テーマ・題材：

ピア・サポート

受講対象：

- 学生支援業務やピア・サポートの担当者
- 学生支援業務やピア・サポートに興味のある方

4

このプログラムについて

目的：

ピア・サポートの理論に基づき、より教育効果の高い活動を継続して実施するための考え方や手法を学ぶこと。
→（最終的には）実践できるようになること。

目標：

- ピア・サポートの理論を理解し、説明できる。
- プログラムで学んだピア・サポートの知識・スキルを業務や日常生活で活かすことができる。
- 所属大学における学生支援活動の企画ができる。

5

スタンス

ピア・サポートの定義を踏まえたうえで、

- × 定義通りの完璧なピア・サポートをめざす
- ピア・サポートの手法を取り入れることで、活動が良くなる

6

ことばの定義

□ピア・サポート

→指導者のもと仲間同士で援助し学びあう教育的な実践活動

詳しくは、第3部で説明しますね。

□学生支援

→学生一人一人に応じた教育支援を目的として、大学生活全般において実施される、大学の教職員による組織的・計画的な活動

「歴史的に用いられてきたわけではない」（葛城 2011）言葉なので、その概念の変遷を第2部で見していきます。

7

2. 日本の大学における学生支援



学生支援の歴史

経済支援
生活支援

- 1947年 学徒厚生委員会 設置
- 1951年 学生厚生補導研究会を契機に**SPS (Student Personal Service)** の導入
→今日の学生支援のはじまり、「厚生補導」「学生助育」と訳される
- 1953年 『学生助育総論—大学における新しい厚生補導—』
→学生助育は広義の教育活動の一環であり、教育そのものであるとされた
- 1958年 「大学における学生の厚生補導に関する組織および運営の改善について（答申）」
→正課外教育の意義を強調、厚生補導の業務内容を具体的な13項目の領域に分類
- 1960年代後半 学生運動のピーク

9

学生支援の歴史

- 1988年 「21世紀の大学像と今後の改革方策について（答申）」
→学生に対する教育・指導の充実やサービス機能の向上が重要であるとされた
- 2000年 「大学における学生生活の充実方策について（報告）」
→**学生の立場に立った大学づくりを目指して—**（通称：廣中レポート）
- 2007年 「大学における学生相談体制の充実方策について」
→『**総合的な学生支援**』と『**専門的な学生相談**』の『**連携・協働**』—（通称：苔米地レポート）
→「学生支援の3階層モデル」が示される
- 2007-2008年 「新たな社会的ニーズに対応した学生支援プログラム」（通称：学生支援GP）



経済的支援中心の「厚生補導」から、教育に重きを置いた「学生支援」へ

10

「廣中レポート」について

I 大学を巡る状況及び今後の方向について

I-1 大学を巡る状況

- 学生の多様化、18歳人口の減少
- 学生の進路に関する選択肢の広が

「これからの大学は、_(中略)_個性が輝く大学づくりを目指して取り組むことが求められている。

そして、その取組の一つとして、大学はより学生の視点に近い位置に立ち、学生に対する教育・指導の充実やサービス機能の向上に努めることが重要となっていくものと考えられる。」

I-2 現代の学生の実態

- 核家族化や少子化の進展、地域における子供を育成する機能の弱体化

「その結果として、『人とうまくつきあえない』、『人の噂が気になる』、『無気力』など、様々な心の問題を抱えている学生が増えている。」

11

「廣中レポート」について

I-3 今後の大学のあり方—視点の転換

- 「教員中心の大学」から「**学生中心の大学**」への視点の転換

「(前略)今後は、総体として教員の研究に重点を置く「教員中心の大学」から、多様な学生に対するきめ細かな教育・指導に重点を置く「**学生中心の大学**」へと、視点の転換を図ることが重要である。」

- 正課外教育の積極的な捉え直し

「(前略)正課教育や正課外教育の中で、学生が社会との接点を持つ機会を多く与えたり、また、**学生の自主的な活動を支援する**など、各大学がそれぞれの理念や教育目標を踏まえ、個性化や多様化を進める中で適切に取り組んでいくことが期待される。その際、従来、正課教育を補完するものとして考えられてきた**正課外教育の意義を捉え直し、そのあり方について積極的に見直す必要がある。**」

12

「廣中レポート」について

Ⅱ 各大学における改善方策－学生に対する指導体制の充実を目指して

Ⅱ－1 人的資源の活用

- ・ 教員の意識改革…FD(ファカルティ・ディベロップメント)の必要性
- ・ 事務職員の専門性の強化…人事面での配慮の必要性

「(前略)これからの大学においては、**学生に対する専門的な助言を行ったり、教員に対して学生指導のあり方などについて提言や発言を行うことのできる専門的な能力を有する事務職員を育てていくことが重要**になっていくと考えられる。」

- ・ 学生の活用

「**学生に対する教育・指導に学生自身を活用することは、教育活動の活発化や充実に資するのみならず、教える側の学生が主体的に学ぶ姿勢や責任感を身に付けることができることにもなり、非常に意義深いものである。**」

13

「廣中レポート」について

Ⅱ－2 学生に対する指導体制の充実

- ・ 学生相談の捉え直し
- ・ カウンセラー等の充実
- ・ キャリア教育の充実
- ・ 履修指導の改善、少人数教育の充実
- ・ 学習環境の整備
- ・ 学生の自主的活動に対する支援
- ・ 学生関係施設の整備 など

Ⅱ－3 学生の希望・意見の反映

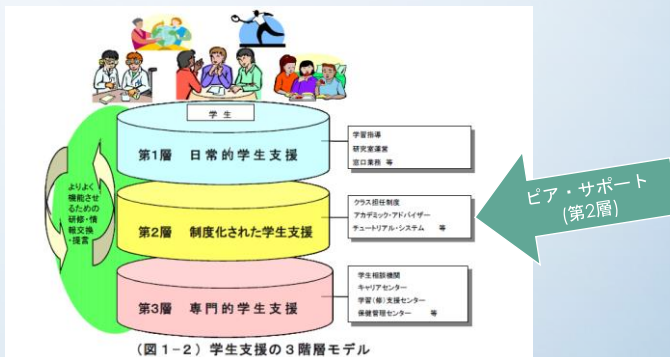
- ・ 学生による授業評価
- ・ 学生代表との意見交換の場の活用 など

【廣中レポートまとめ】
昨今の学生の実態に合わせて、**大学の教職員が、正課外教育の機会を活用しながら、学生中心の教育支援を行うことが重要である**

→自分の業務につなげて考える

14

「苦米地レポート」について



独立行政法人 日本学生支援機構, “大学における学生相談体制の充実方策について－「総合的な学生支援」と「専門的な学生相談」の連携・協働－(平成19年3月30日発表)”

15

学生による学生支援活動の実施状況(2021年度)

- 49.6%の大学が「実施している」
- 活動の平均数は、8.3
- 68.0%が有償のプログラム
- 内容は、「授業外での学習サポート」「留学生支援」「障がいのある学生への支援」など
- 今後の取組について、「拡充」は55.6%、「現状維持」は43.9%
- 今後新たに「実施したい」大学は51.3%

* 対象校数1,182、回答校数1,162 (回収率98.3%)
うち大学：対象校数810校、回答校数798校 (回収率98.5%)

独立行政法人 日本学生支援機構, “大学等における学生支援の取組状況に関する調査(令和3年度(2021年度))”,
https://www.jasso.go.jp/statistics/gakusei_torikumi/2021.html, (参照 2023-7-7)

16

3. 《理論編》ピア・サポートとは

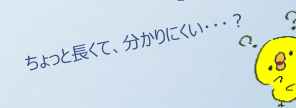


ピア・サポートの定義

そもそも「ピア・サポート」ってなんですか？

日本ピア・サポート学会では、以下のように定義づけています。

「学生たちの対人関係能力や自己表現能力等、社会に生きる力がきわめて不足している現状を改善するための**学校教育活動の一環として、教職員の指導・援助のもとに**、学生たち相互の人間関係を豊かにするための**学習の場を各学校の実態に応じて設定し、そこで得た知識やスキル（技術）を**もとに、**仲間を思いやり、支える活動**を、ピア・サポートと呼ぶ。」



18

ピア・サポートの定義

つまり、ピア・サポートとは、

- 各学校の実態に応じて、＝大学・学生のニーズがある
- **教職員の指導**のもと、＝指導者が必要
- **必要な知識やスキル（技術）**を活かしながら行う、
- 仲間を思いやり、支え合う**教育活動**である

≡ 無償の活動、自主的な活動（ボランティア）

≡ 学生がかかわる活動（学生グループの活動・サークル活動）



19

ピア・サポートの考え方

- “ピア”(peer)とは、仲間・同僚という意味
- “サポート”(support)とは、支援であり、救済(resucue)ではない
 - 誰もが、成長する力を持っている
 - 誰もが、自分で解決する力を持っている
 - 人は、実際に人を支援する中で成長する
 - 誰もが他者をサポートできる存在であり、サポートを受ける存在である



安心・つながり・絆を生みだし、思いやりのある学校風土を創造する



20

こんな時にも役立つ・・・？



21

ピア・サポートプログラムの構造



- まず、活動の枠組みやねらいを設定し、対象となる学生に対してトレーニングをし、活動をするための計画をたて、実際にサポート活動を実施します。
- うまくいったこと、課題などは仲間と共有・解決し、さらなるスキルの獲得や活動の充実を目指します。特に振り返りを大切にすることが、学生のさらなる成長を促します。

22

プロセス① 実施の枠組みの決定

- 活動の理念・目的・目標などの設定
 - 大学・部署の中での位置づけを決める(正課・正課外)
 - 年間のスケジュールなどの作成
- 記録し、研修等で学生に繰り返し説明する

理念や目的は質の高い活動の維持に不可欠！
何のために、何を目標として活動するのか枠組みを共有しよう！



23

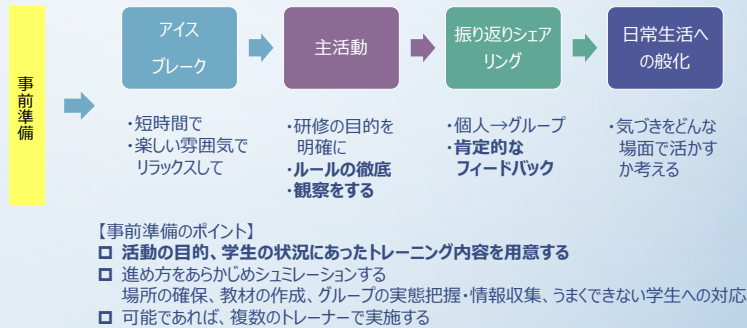
プロセス② 研修－Training

- ピア・サポート活動をするには、サポーターが自信をもって活動できるように、事前にトレーニングしておく必要があります。
- トレーニングの内容は、順序に従って、活動に応じた練習内容を選ぶと良いです。



24

②研修 – Training



25

プロセス③ 計画 – Planning

■ 活動の計画 (5W4Hに沿って)

→決められたフォーマット（目標シート・企画書など）に記入するとやりやすい

26

プロセス④ 活動 – Peer Support

【ピア・サポートの実践事例】

- ・ 相談活動（カウンセリング的役割）
- ・ 仲間づくり（友達づくり）
- ・ 学習支援（教育的支援）
- ・ 地域・貢献
- ・ 留学生支援
- ・ 高校生支援



大学・学生のニーズがあれば
これ以外でもOK！

27

プロセス⑤ 振り返り – Supervision

【スーパービジョンとは】

ピア・サポーターたちが活動のうえで問題を抱えていないか、活動そのものに問題がないかを振り返り、**トレーナーである職員が指導・援助・助言を行うこと**。
また、活動内容の妥当性について判断すること。

個人スーパービジョンとグループスーパービジョンがある。

【スーパービジョンの機会】

- ・ 個人面談
- ・ ミーティング
- ・ 活動中、トレーナーが気が付いた時
- ・ サポーター学生が相談に来た時 など

28

プロセス⑤ 振り返り－Supervision

サポーター学生の気づき・話し合いを深めるトレーナーの声かけ

□ 基本は“傾聴”

- ・ ～なんだね（繰り返し）
- ・ もう少し詳しく説明できる？
- ・ どうしてそう感じたのかな？その理由は？
- ・ 他にはどんなこと感じた？
- ・ ○○さんありがとう。では、○○さんはどうですか？

29

プロセス⑤ 振り返り－Supervision

【グループスーパービジョンの目的と意義】

- ピア・サポーターの精神的支援をする
 - 学習・スキル獲得・課題解決ができる機会を提供する
- ピア・サポーターにとっては、
- チームとしてのまとまり、仲間意識、活動への主体性などの促進
 - 活動の質が高まる
- トレーナーにとっては、
- サポーターとの信頼関係が深まる
 - プログラムの進捗状況を点検し、改善のための手がかりが得られる

30

プロセス⑥ プログラムの評価・研究

1. 誰のための取り組みなのか（問題）

2. どうなればいいのか（目的）

3. どうやって測るのか（分析方法）

数値化・視覚化

- 質問紙・感想・聞き取り・観察
- 実施前と実施後、対象の学生・その他の学生

4. 結果をどう読み解くのか（考察）

5. 評価の結果をまとめ、公開する（実践報告・研究）

31

4. 《実践編》トレーニングに挑戦してみよう！

②研修－Training



- ピア・サポート活動をするには、サポーターが自信をもって活動できるように、**事前にトレーニングしておく必要があります。**
- トレーニングの内容は、順序に従って、活動に応じた練習内容を選ぶと良いです。

33

トレーニングを体験しよう！－自己理解・他者理解①

ワーク「みんなのいいところを探そう」「セルフエールを送ろう」

目的：自分のよさ・相手のよさに気づくこと

ポイント：

■リフレーミング

ルール：

■真面目に取り組む、否定的な言動はしない



34

「リフレーミング」とは？

あるひとつのことやものを、別の視点や角度からみることで、全体的な見方を獲得する方法のことです。



- | | |
|-------------------|-----------------|
| • 理屈っぽい→論理的 | • 冷たい→冷静 |
| • 消極的→控え目 | • 細かい→よく気が付く |
| • 暗い→落ち着きがある | • 頑固→自分を持っている |
| • おおざっぱ→おおらか | • 飽きっぽい→切り替えが早い |
| • 緊張しい→まわりをよく見ている | • 経験がない→伸びしろがある |

35

トレーニングを体験しよう！－自己理解・他者理解①

1. (個人ワーク) 1分で、自分の「短所、直したいところ、苦手意識を持っていること」などを書き出してみましょう。
2. (グループワーク)
ワークの前に簡単に自己紹介しましょう。1人ずつ順番に「①名前②所属大学・部署・学部③趣味」を教えてください。
3. 1人30秒以内で、順番に、1で挙げた「自分の短所」などについて話してください。
他の皆さんは「リフレーミング」を使って、話し手の言う「短所」を捉えなおして教えてあげてください。その後話し手は、「ありがとうございます」とお礼を言しましょう。
4. 皆で感想をシェアしましょう！

36

トレーニングを体験しよう！ー自己理解・他者理解②

(個人ワーク) 2023年前半の仕事・生活を通しての自分自身の
がんばりといいいところを分析し、以下の空欄を埋めてみましょう。(2分)

- 私は、_____でがんばっています。
- 私は、_____でも、がんばっています。
- 私の長所は、_____です。
- 私は、_____なところを、ほめられたいです。

みなさん半年間よくがんばりました！！



37

トレーニングを体験しよう！

リフレーミングを体験して…

「自分や他の人の新たな一面に気づいた！」

「いいところ、がんばったことがあったことを思い出した」

自分や他者の特徴を、偏りなく全体的に見ることができていますか？



こまったところもいいところも、すべて自分の特徴です。

自己理解・他者理解を深めることで、自分・他者のありのままを受けとめることができ、
日々色々な選択をする際、他者とコミュニケーションをする際に活かすことができます。

38

その他おすすめの理論 (自己理解・他者理解)

□ エゴグラム (交流分析)

こころの中に以下の5つの自我状態があると考え

CP(厳しい親)
NP(優しい親)
A(合理的な大人)
FC(奔放な子供)
AC(従順な子供)

□ 優位感覚 (NLP)

人が情報を知覚する際に、それぞれ優位な感覚がある
視覚優位、聴覚優位、体感覚優位、言語感覚優位



39

トレーニングを体験しよう！ーコミュニケーションスキル

ワーク「仲間とあたたかく関わろう」

目的：仲間と関係作りをするうえで必要な“聴く力”を身につけること

ポイント：

- あたにかいストローク
- ここちいい話の聴き方 “FELORモデル”

ルール：

- 真面目に取り組む、否定的な言動はしない

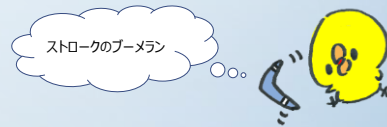


40

「ストローク」とは？

交流分析では、人と関わることを「ストローク」と言います。
ストロークとは、相手の存在を認めて起こす行動のことで、
「私は、あなたのことを認めているよ」のメッセージです。

ストロークには、プラス（あたたかく、ポジティブ）のストロークと、
マイナス（冷たく、ネガティブ）のストロークがあります。



41

「FELORモデル」とは？

…ここちいい話の聴き方をするための5つのポイント

F(Facing)…相手の顔や表情をしっかりと見て、笑顔で聴くことで、
相手に安心感を与えることができます。

E(Eye-Contact)…相手の目線をおだやかに見守る。
話をちゃんと聴いていることが伝わります。

L(Leaning, Listening)…相手に身を寄せるようにし、「うんうん」「そうなんだね」
とうなずくこと。相手に話を続ける勇気を与えます。

O(Open)…心を開いて、「なんでもOKだよ！」の姿勢を示すことが大事です。

R(Relax)…リラックスした気持ちで聞きましょう。「あなたのことを一緒に考えていこう」
という前向きなパワーを相手に伝えることができます。

42

トレーニングを体験しよう！ーコミュニケーションスキル

- 1.ワークの前に簡単に自己紹介しましょう。1人ずつ順番に「①名前②所属大学・
部署・学部③出身地とその土地のおすすめポイント」を教えてください。
- 2.1人1分で、順番に「この週末の予定」について話してください。
その間、他の皆さんは、あえて表情を変えず、うなずきもあいづちも打たないで
ください。（マイナスのストローク）
- 3.1人1分で、順番に「自分の担当業務や頑張った業務」について話してください。
その間、他の皆さんは、「プラスのストローク」「FELORモデル」を意識しながら、
笑顔で、うなずき、あいづちを打ちながらあたたかく話を聴いてください。
（プラスのストローク）
- 4.（時間があれば）皆で感想をシェアしましょう！

43

トレーニングを体験しよう！

マイナスのストロークどんな感じでしたか？

「話しにくい…もうやめたくなった」「心が折れそうになった」



プラスのストロークどんな感じでしたか？

「話しやすかった」「相手のことも知りたくなった」「皆の優しさが伝わってきた」



当たり前と思うかもしれませんが、日常でできていますか？



44

トレーナーの心得



トレーナーめっちゃ大事！

- Model—模範となる
ピア・サポーターたちにしてほしいと思っている態度や行動の規範を、自分自身が示すことが大切です。
- Practice—練習する
話し合いを活性化するスキルや、サポーターの動機づけを図るための方法などを練習しましょう。
- Support—支援する
ピア・サポーターの精神的ニーズに応えることを常に忘れないようにしましょう。
- Enjoy—楽しむ
楽しんでいるときにはより学ぶことが多いはず。素敵な学び・出会いをどうぞ楽しんで
- 無理しない
トレーナーも完璧ではない。それはきっと学生も理解してくれているはず。困ったとき、しんどいときは一人で抱え込まないようにしてください。

45

《参考》

学生支援業務を担う職員に求められる専門性・取り組み姿勢（五藤 2015）

- (1) 高等教育を取り巻く社会・経済情勢、高等教育政策や行政の動向、所属大学の教育・研究及び経営方針等、学生支援業務に関する**専門知識**
- (2) 学生・教職員との関係構築の基礎としての**コミュニケーション力**
(傾聴力、アサーション力、ホスピタリティ・マインド、カウンセリング・マインド等)
- (3) 学生の諸活動を調整し、全体としてまとめる**コーディネート力**
(政策立案能力、シナリオ構成力、組織化能力など)
- (4) 学生の諸活動が容易にできるよう支援すべく、学生の主体性を尊重しつつ上手くことが運ぶように舵取りを行う**ファシリテーション力**
- (5) **人的ネットワーク構築力**
- (6) 「学生のためになること」は何でもやろうとする**情熱をもつこと**、関係者の声を誠実に受け止め、誠意をもって対応すること、学生の満足度を高め、人間的成長を図ること

46

5. おわりに



まとめ

- ピア・サポート活動をはじめとした正課外教育の機会が求められている
- 教育効果の高い活動を継続的に運営するために、**理論を学び実践すること**
- ピア・サポートプログラムの構造に基づき、活動の仕組み作りをする
- 職員はトレーナーとしての役割を理解し、スキルアップに努める
- 学生も職員も無理しないこと、“できたこと” “よかったこと”にもしっかり目を向ける
- 活動成果を外に向けて発信していく

48

ご清聴ありがとうございました

▼本プログラムの感想・ご質問は以下まで
nsasaki@js.shudo-u.ac.jp

引用・参考文献

□ 学生支援に関するもの

- 文部科学省. “大学における学生生活の充実方策について（報告）
－学生の立場に立った大学づくりを目指して－”.
https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/koutou/012/toushin/000601.htm,
(参照 2023-7-11)
- 独立行政法人 日本学生支援機構. “大学における学生相談体制の充実方策について
－「総合的な学生支援」と「専門的な学生相談」の「連携・協働」－（平成19年3月30日発表）”.
<https://www.jasso.go.jp/gakusei/archive/jyujitsuohosaku.html>, (参照 2023-7-11)
- 大森真穂. 大学教育としての学生支援の理念を問直す: 日本におけるSPS活動の歴史的検討を
中心として. 教職研究. 2013, 24, pp.115-123
- 葛城 浩一. 第2章 日本における学生支援活動の歴史的変遷 (学生による学生支援活動の現状と
課題). RIHE. 2011, 112, pp.17-33

50

引用・参考文献

- 五藤勝三. 学生支援人材に求められる専門性と取り組み姿勢. IDE現代の高等教育. 2015,
No.569, pp.41-45
- ピア・サポートに関するもの
- 日本ピア・サポート学会大阪支部. “ピア・サポートの理念”.
<http://osakapeer2010.com/ideology.html>, (参照 2023-7-11)
- 中野武房. 日本ピア・サポート学会. ピア・サポート実践ガイドブック: Q&Aによるピア・サポート
プログラムのすべて. ほんの森出版株式会社, 2008
- 菱田準子ほか. トレーナー養成標準プログラムテキストブック. 日本ピア・サポート学会, 2016
- 岡田倫代. 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. 学事出版株式会社, 2013
- 西村 宣幸. コミュニケーションスキルが身につくレクチャー＆ワークシート. 学事出版株式会社, 2008
- 佐々木菜々. ピア・トレーナー養成ワークショップに参加して. 事務研修. 2016, 第43号, pp.154-158

51

引用・参考文献

□ 広島修道大学の取り組みに関するもの

- 広島修道大学図書館. <https://www.facebook.com/ShudoLibrary/>, (参照 2023-7-11)
- 広島修道大学図書館. “アイから広がる図書館づくり”. <https://library.shudo-u.ac.jp/top/sites/default/files/2019-12/news20161001.pdf>, (参照 2023-7-11)
- 佐々木菜々. 学生の成長を促す課外活動～入学センター学生スタッフShuddy'sの取り組みについて～.
事務研修. 2019, 第45号, pp.42-59
- その他
- 佐々木菜々. 「SPODフォーラム2021」におけるプログラムの実施について. 事務研修. 2021, 第48号,
pp.110-118
- 金井壽宏. 働くひとのためのキャリア・デザイン. PHP研究所, 2002

52