

## 若者の生きる力を育む性(生)教育

宮崎大学医学部看護学科 生活・基盤看護科学講座

地域看護学領域 教授 鶴田 来美

### 取り組みの背景

2000年12月に、「21世紀の母子保健の取り組みの方向性（健やか親子21）：厚労省」が示されました。その4本柱の1つに「思春期の保健対策の強化と健康教育の推進」が掲げられていました。当時、わが国の20歳未満の人工妊娠中絶率は女子人口千人あたり13.0であり、十代の人工妊娠中絶率対策は重要課題でした。その中でも宮崎県は、母体の心身に大きな影響を与える人工死産率、人工妊娠中絶率は全国の中でもワースト上位の状態でした。その対策として宮崎県は、従来の大人主導の性教育ではなく、同じ世代の大学生が中高生に行う「思春期ピアカウンセリング事業」を導入するため、2001年度宮崎大学（当時は宮崎医科大学）に協力を依頼しました。この活動は、看護学科の教員が学生をサポートしながら継承され現在に至っています。

### 思春期ピアカウンセリングとは

ピアカウンセリングの“ピア”とは、地位、年齢などが同じ人のことで、日本語では「仲間」「同僚」「同輩」という意味になります。ピアカウンセリングは、医療・福祉領域において「同じ障がいや疾病をもったもの同士」で実践されてきましたが、思春期ピアカウンセリングは、思春期にある人を対象にしています。例えば高校生であれば高校生特有の感情や考え方があり、高校生同士だからわかり合えることがあります。この共通した環境や時代背景を持った人が集まって話し合い、自分の考えを確立し、自己決定できるように支援するのが思春期ピアカウンセリングの活動趣旨です。この活動は、「人は、機会があれば自分自身の問題を解決する能力をもっている」を基本前提としています。その人が何を考え、どう感じているのかは、実は本人が一番よく分かっており、カウンセラー（相談にのる人）は、カウンセリング技法を用いてカウンセラー（相談する人）自身で解決策が見出せるよう支援していきます。価値観を共感・共有できる“ピア”というキーパーソンが行うこの方法は、人々の主体的な行動変容を支えるために有効と言われ、様々な分野で活動が展開されています。

### 現代の若者特性

私は、2001年度から思春期ピアカウンセリング活動に携わっていますが、学生をみていて感じることは、とても素直で優しい学生が多いことです。繊細で傷つきやすく、どちらかと言えば年々活発な学生よりも大人しい学生が増えています。しかし、これも教員と学生との世代間ギャップです。

一般的に現代の若者は、三マ（間）不足（時間、空間、仲間）の環境の中で育ち、自己

肯定感の低下、コミュニケーション不足、社会性の未成熟、基礎体力の低下などの問題が生じているなどと言われています。思春期は、「自分は何者か」「何のために生まれてきたのか」など自己概念を形成していく段階にあります。自己概念は、自分ひとりでわかるものではなく、他者との関係の中で、そして他者から言われ、自らがその気になって形成されていきます。そのためには、まず自分を知ること、自分のよいところを見つけることが大事です。自分を好きになれない、何をしたいのかわからない、人とどう関わっていけばよいのか分からないなど、悩む中学生や高校生に、悩みを分かり合える仲間として、大学生が様々なメッセージを伝えていきます。思春期ピアカウンセリングは、そうした仲間に対して仲間同士で行う活動です。だから、大人の前では見せない素の表情をみせることができます。

### 若者の生きる力を育む性(生)教育—思春期ピアカウンセリング活動の内容と意義

「思春期ピアカウンセリング」は、生きる力を育む性(生)教育として、自分を知る、他者を知る、人の話を聞く、自分の意思をきちんと相手に伝えることをねらいとしたプログラム、カウンセリング技法、人生設計、妊娠・避妊や性感染症予防に関するプログラムを組み入れています。これらのプログラムは、ピアカウンセラー養成講座で指導を受けた大学生が中心となって教育指導案を作成し、対象となる中学生や高校生の特性に合わせて実施します。しかし、現実的には、中学校や高校での性教育の時間は限られています。現在は、表に示したように、時間割で2時間分を使ったおよそ100分のプログラムが主流となっています(表1)。

表1 プログラム構成例

プログラム名	時間	学習のねらい・内容
ピアとは	2分	・概要説明および学生自己紹介
流されて	35分	・恋愛・性・支援関係に係わる課題を提示する。 ・人にはそれぞれ価値観があり、自分と他者の考え方、お互いの考えや存在を尊重することを学ぶ。
アンドロギュノス	5分	・性の捉え方、接近欲求・接触欲求、性の対象選択に係わる課題を提示する。 ・思春期の接近欲求や接触欲求について理解し、人を好きになることが自然な過程であることを学ぶ。
<b>休憩 10分</b>		
愛の12段階	45分	・人間の求愛の12段階の理解、人生設計に係わる課題を提示する。 ・12段階の尊重、自分の人生を思い描き、その過程における妊娠、避妊法、性感染症予防について考える。
4億分の1	5分	・生命の繋がり、人との出会いの尊さを知る。 ・家族・友人・周囲の人の大切さに気づく。
まとめ	3分	・講座のまとめ

人にはそれぞれに価値観がありますが、まずは自分を知ることが大事です。そのためには、自分の長所も短所も含めてありのままの自分をとらえてみることです。さらに、他者を理解し、他者のありのままを受け止めます。他者を知ることで、お互いの共通した価値観やそれぞれに異なる価値観があることに気づきます。自分に大切なものがあるように、他者にも大切なものがある、そして同じ現象を観てもそれぞれに感じることに異なることに気づくことが、自分を大切にすること、相手を大切にすることにつながります。自分や相手に対し、深い理解をもち、お互いに価値ある存在として尊重し合うことが、思春期のテーマでもある“「性=生」の自己決定能力”を育てていくことにつながると考えています。

大人は、若者たちが性の問題に巻き込まれることなく、健やかに育ってほしいと願います。特に教育の現場では、「寝た子を起こす」ことはしないほうがよい、言い換えれば性の情報を与えることによって若者たちの性行動を刺激してしまうことを危惧します。本当にそれでいいのでしょうか。もちろん、中学生、高校生がセックスすることを「いい」ことだと肯定的に捉える大人はあまりいないと思います。しかし、卒業するまでに中学生の1割、高校生の4割がセックスをしているという報告があるのも現実です。我々の活動は、この現実に向き合い、たとえば性行為においては、自分を大切にすることと相手を大切にすることの意味、自分の考えを相手に伝える（特に、嫌な事は断る）ことの必要性と方法、自分の価値観を押し付けないことの大切さを伝えています。具体的なプログラムとしては、表に示す「愛の12段階」があります。中学校・高校では「これはちょっと難しいのではないかと戸惑う先生もいらっしゃいます。実際に、ざわついたりもしますし、逆に情報通の生徒もいます。しかし、中学生・高校生にプログラムの意図がわからないものではないので、ひとつひとつ丁寧にパートナーとの関係について自分の考えを表現できるようになります。時には大学生も一緒になって考えます。人間の求愛の12段階の理解、お互いの価値観の尊重、自分の人生を思い描き、自分の思いを伝えることや相手を思いやることの意味、そして妊娠や避妊、性感染症予防について自分のこととして考えていきます。

この活動に参加した生徒（中学生や高校生）から多く聞かれる感想は、「自分が今ここに存在していることがとても奇跡に近いことであり、生命を大切にしようと思った。」「自分を生んでくれた親に感謝。」「くだらないことで兄弟げんかをしたり友達に嫌なことを言って傷つけたりしているけど、お互いをもっと大切していきたいと思った。」などです。また、「大人には聞けないことや聞いても教えてくれないことをきちんと説明してもらえ



図1 流されて



図2 アンドロギュノス



図3 愛の12段階

た。」「性教育というと抵抗感があるけれど、同じ内容でも大人が話すよりも理解できた。」という感想を聞くと、大学生のモチベーションアップにつながります。

性教育はどこで実施すべきものでしょうか。素敵な大人になるために子どもたちへ伝えたいこと、考えてほしいことはたくさんあるのに、「性」について家庭で、学校で口にするのをためらっているのは、むしろ大人なのかもしれません。活動を開始してから20年以上経過しました。最近では、性教育に自信がもてない先生もいらっしゃるようで、大学生によるこの活動に期待が寄せられています。

この活動を実践している大学生は「自分を見つめるという作業を通して、自分自身の人へのかかわりの傾向に気づくことができた。今は、様々な人との関わり方を自分なりに模索している。」「今自分ができるとは何かを考えるようになった。例えばおじいちゃん、おばあちゃんに何かをしたいと思っていたけど、何ができるのかそれまではよくつかめなかった。だけど、この経験から学生の自分に今できることはおじいちゃん、おばあちゃんの話のしっかりと聞くことではないかと思って夏休みにそれを実行した。」など、学生自身の自己効力感の向上、自分らしさの発見・発揮につながっているようです。

「プレコンセプションケア」について、①若い世代の健康を増進し、より質の高い生活を実現してもらうこと、②若い世代の男女が将来、より健康になること、③①の実現によって、より健全な妊娠・出産のチャンスを増やし、次世代の子どもたちをより健康にする、という3つの目的があることを改めて確認しました。人生100年時代を生きる若者が、安心して自分の未来をみつめ、夢と希望をもって未来を語れるよう、そして社会全体で若者の性の健康を守ることができるよう、地域保健と学校保健の架け橋となり今後もこの活動を続けていきたいと思っています。

