

ピア・サポータの育成について

ピア・サポート活動とは、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大学の実態に応じて設定し、そこで得た知識やスキルをもとに、仲間を思いやり、支える実践活動です。

関西大学では、学生が仲間を支援するために必要となる知識やスキルを学び、身につけ、実践することができるよう「関西大学ピア・サポート研修」「スキルアップ講座」を実施しています。

また、ピア・コミュニティにおける学生の位置づけを以下のように定め、それぞれ認定条件を設けることで、学生たちのステップアップを明確化し、ピア・サポート活動を通じた学びがより深められるようにしています。

【ピア・コミュニティにおける学生の位置づけ】

	研修生	ピア・サポータ	シニア・サポータ
基礎資格	学部生／大学院生	学部生／大学院生	学部生／大学院生
保有するスキル・知識等	ピア・サポータの認定条件を満たしておらず、単独でピア・サポート活動を行うことはできない者。	ピア・サポータの認定条件を満たし、ピア・サポート活動を行うために必要なスキル・知識等を持つ者。	シニア・サポータの認定条件を満たし、ピア・サポート活動に関するアドバンストなスキル・知識等を持つ者。
活動の範囲	所属するコミュニティでのピア・サポート活動。	所属するコミュニティでのピア・サポート活動。	所属するコミュニティでのピア・サポート活動、および学生によるピア・コミュニティの継承に関すること。
認定条件		「関西大学ピア・サポート研修」の受講修了。	ピア・サポータとしての活動歴(1年以上)と、「スキルアップ講座」5つ以上の受講修了。

関西大学ピア・サポート研修

ピア・コミュニティでピア・サポート活動を行いたいという学生は、まず、研修生として8つあるコミュニティのいずれかに登録します。

研修生は、以下の4つのプログラムから成る「関西大学ピア・サポート研修」を受講することで、活動するうえで必要とされる基礎的なスキルや知識、ピア・サポーターとしての自覚を身につけます。

	テーマ	概要	所要時間
①	ピア・サポートって何だろう？ (旧 ピア・サポート概論)	ピア・サポートの概要や、関西大学にピア・サポートを導入した背景等について理解し、ピア・サポーターとして自覚をもって活動できるようにする。	各 90 分
②	自己理解	他者を支援する活動の基盤となる自己理解、そして他者理解について、ユングの性格テストを用いて認識を深める。	
③	コミュニケーション	各々の日頃のコミュニケーションを振り返るとともに、ピア・サポート活動を行う際に必要となるコミュニケーションスキルの基礎を学ぶ。	
④	プランニング	ピア・サポートプログラムを企画・立案する際の基本的な流れや留意点を学ぶ。	

スキルアップ講座

ピア・サポーターとして活動する中で、学生たちはさらなる学びの必要性に気がつきます。そういったニーズに応えるとともに、よりよいピア・サポート活動の実践につながるよう、ピア・サポート活動に関するアドバンストなスキル・知識等について学ぶスキルアップ講座を実施しています。

スキルアップ講座例

テーマ	概要	所要時間
思いやりを形にする	他者への思い、思いやりを形に表すことの大切さを考え、実践・演習する。	90 分
ピア・サポート詳論	ピア・サポートについて、より専門的な知識が得られるようにする。	90 分

テーマ	概要	所要時間
ピア・コミュニティをマネジメントする	ピア・サポータ全員にとって有意義なピア・サポート活動を行うためのコツについて実例を踏まえて学ぶ。	90分
傾聴トレーニング	傾聴スキルを身につけ、よりよいサポート活動が行えるようにする。	90分
関西大学を知る	関西大学の歴史や概要を知り、帰属意識の形成を促進する。	60分
自己理解～ココロを整えよう！	自分の「ココロの癖」を知り、メディテーション（瞑想）など具体的な「ココロの整え方」を学ぶ。	90分
ストレスマネジメント	サポートする側がバーンアウトしてしまわないよう、ストレスとの上手なつきあい方について学ぶ。	90分
「怒り」の感情と上手につきあうために～アンガーマネジメントのすすめ	人間関係を良好にし、より良く生きるため、アンガー（イライラ、怒りの感情）との上手なつきあい方を学ぶ。	90分