

メンターの役割とその重要性について

国立赤城青少年交流の家 主任企画指導専門職 梁河昌彦

① メンターについて

メンターとは「指導者・助言者・または支援者」のことを言うが、このキャンプでは、「一緒にキャンプを楽しむ同世代の仲間」という存在である。参加者に対して同人数程度のメンターの配置を基本とし、メンターが一人で悩みを抱え込まず、メンター同士で相談ができるように、参加者とメンター、それぞれ2～3名ずつでグループを作り、様々なプログラムに参加した。(令和元年度は参加者16名に対してメンター17名が参加)

メンターは参加者の自己開示や成長に大きな影響を及ぼす存在であり、その人選は慎重に行うことが重要となる。本年度は、群馬県、埼玉県、東京都、神奈川県、新潟県、静岡県、愛知県、京都府及び大阪府の大学生や大学院生を中心に17名(男性9名、女性8名)で構成した。そのうち6名はネット依存傾向から脱却した経験があり、その経験を少しでも役立てようという思いからこのキャンプに参加した者もいた。

対象者理解のための事前研修を久里浜医療センターの心理療法士が中心となって8月12日に実施した。当事業の目的・趣旨の理解とスタッフとしてのチームビルディングも行い、また、インターネット依存とはどのようなものなのか、メンターとしてどのように参加者と接すればよいかについても学び、できるだけ不安要素をなくしてキャンプに参加できるように配慮したが、今年度はネット依存傾向から脱却した参加者が多かったことから、研修内容については対象に応じて今後検討の必要がある。

② メンターと参加者の関わり方

メインキャンプでは2日目までは全体で行動する中で、仮のグループで活動しながら、全員が緊張をほぐしていけるようにした。3日目からは、久里浜医療センター心理療法士、本部職員、赤城職員が意見を出し合いながら、共に活動することによって互いにより影響を与え合うと考え、グループを決定した。

このキャンプでの目的は「インターネットをやめさせること」ではなく、「ネット依存状態からの脱却のきっかけづくり」「基本的生活習慣の回復」「低下したコミュニケーション能力の向上」である。参加者はメンターとの関わりの中で、これらの目的を達成できることが理想である。事業中はスマートフォンやミュージックプレイヤー等の電子機器は全て預かっていたため、参加者は皆孤立することなく、同じグループのメンターと語り合ったり、オセロや将棋等で遊んだりしていた。キャンプが進むにつれて参加者とメンターとの絆も深まり、参加者は自分に寄り添い相談相手となってくれるメンターに対して、感謝の気持ちを表すようになっていた。

しかし、メンター同士では、「もっと参加者の内面を深く理解するためにはどうしたらよいか」「これから参加者のためにどのような声かけをしていけばよいか」「参加者との関係性はうまくいっているか」など、夜遅くまで語り合う姿があり、毎日がこのような葛藤の連続であった。

③ メンターの成長について

毎晩行うスタッフミーティングの場で、メンターにはそれぞれのグループの参加者の様子について話してもらい、参加者一人ひとりの変容について情報を共有し合った。キャンプ初めの頃は緊張しながら参加者と関わっていたメンター達であったが、キャンプが進むにつれて、参加者とともに様々な体験をすることを通して、相手のことも深く理解できるようになり、ミーティングでの参加者一人ひとりの共有情報も多くなっていった。

目標や夢を見だし、それに向かって進んでいこうとする参加者との関わりの中で、メンター一人ひとりも様々な刺激を受け大きく成長することができた。また、メンター同士での意見のぶつかり合いもあったが、その経験もメンターにとってはよい学びになった。