

## 2 研究の実際 > (1) ピア・メディエーションに関する理論研究

### ア ピア・メディエーションについて

ピアは「仲間」「同輩」、メディエーションは「調停」「仲裁」という意味があり、ピア・メディエーションは、子どもが子どもをサポートするピア・サポート活動の一環として行われています。

メディエーションとは、トラブル・もめごと（以下、トラブル）で対立関係にある当事者の間に、第三者（メディエーター：調停者）が入って、話し合いで解決できるように援助する方法のことです。その考え方を基に、児童生徒同士のトラブルに対して、児童生徒同士で解決を図ろうとする活動のことをピア・メディエーションと言います。

池島・竹内(2011)は、対立している当事者AとBが争っている事柄は、両者がもっている関心や利害、価値観、必要性、世界観の違いなどが原因となっていることが多く、それらの違いを双方が理解できると解決に近付きやすくなると指摘しています(図1)。また、そのためにはメディエーターは当事者同士の対話を促進させるように、自分の価値判断を述べずに関わるのが大切であることも指摘しています。

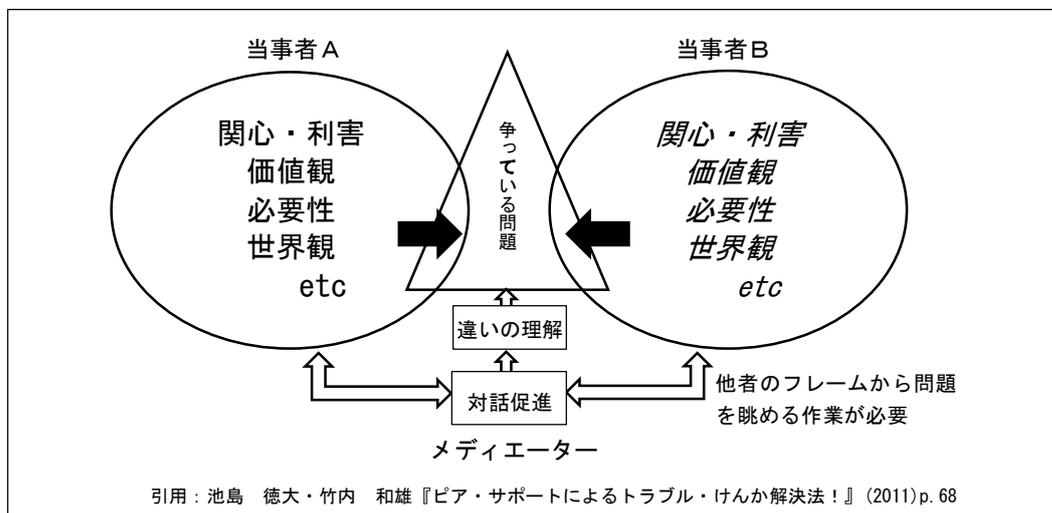


図1 対話促進による「違い」の理解

### イ トラブルの定義

学校生活では、児童生徒同士のトラブルは、日常的に起きていると考えられます。トラブルには、グループの中で起きるトラブル、グループと個人の中で起きるトラブル、個人の中で起きるトラブルがあります(図2)。

本研究でのトラブルとは、児童生徒個人同士が言い争っていたり、もめていたりする状態をトラブルとして取り扱います。ただし、高等学校においては、言い争っていたり、もめていたりする状態が少ないと考えられるため、対人関係において、困っていたり、嫌な思いをしたりする場面もトラブルとして取り扱います。

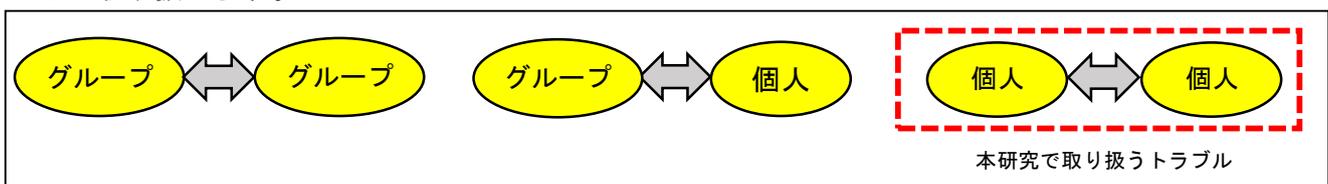


図2 トラブルの形態

## ウ 活動プログラムに用いた理論

池島・竹内(2011)は、メディエーターとしてトラブルを解決するスキルを学習する(図3③)に当たって、怒りについて知ることが非常に重要であると指摘しています。そこで、本研究においても、怒りについて学習することは、トラブルを未然に防止したり、第三者としてトラブルに冷静に対応したりすることにつながると考えます(図3①)。

また、トラブルに発展させない対人関係の基本的なスキルや、トラブルまで発展していない場面でも対人関係で問題だと感じていることを解消するスキルを学習することもピア・メディエーションの1つであると考えました(図3②)。それらのスキルをトラブルの未然防止のスキルとして学習します。

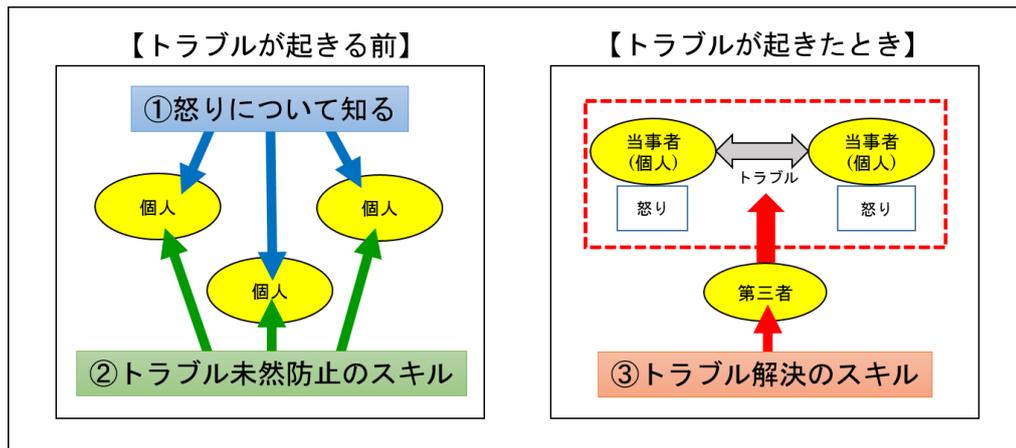


図3 活動プログラムの考え方

### ①怒りについて知る

トラブルが起きるときに抱く様々な感情の1つとして、怒りがあります。怒りについて学習することは、トラブルを防いだりトラブルに冷静に対応したりすることにつながると考えます。この学習では、怒りについて理解し、怒りへの対処法を考えます。

#### <怒りについて知る>

池島・竹内(2011)は、一般的な怒りの仕組みについて図4のように示しています。怒りを視覚的に理解できるように、図で表したり、怒りの感じ方を温度計で表したりしています。

本研究では、怒りを理解するために、提示された場面での怒りの感じ方を温度計を例にして、数値化することとしました。また、怒りの大きさが変化していく様子を、風船の大きさの変化で表すこととしました。

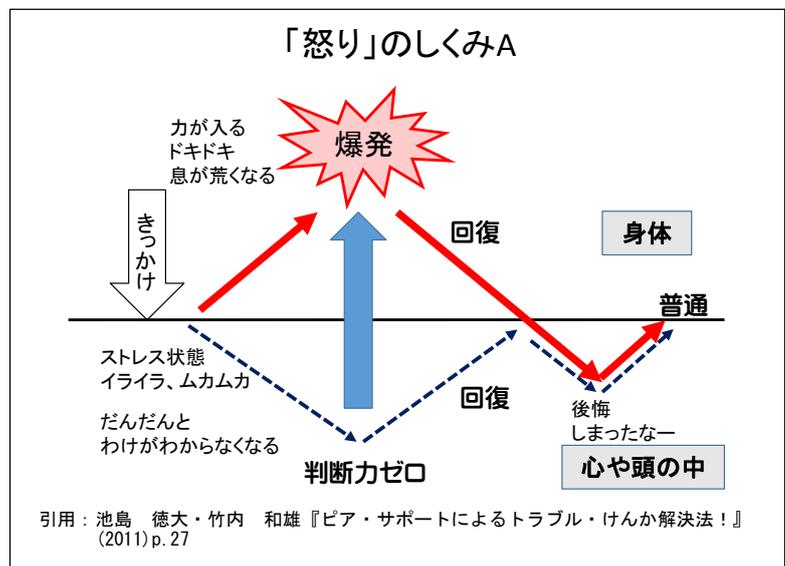


図4 怒りの仕組み

## <怒りへの対処法>

怒りが爆発する前の対処法については、冨永(2014)、アラン・L・ビーン(2007)、岡山県教育センター(2003)が挙げている対処法を参考にしました。

- |                                  |                  |
|----------------------------------|------------------|
| ・深呼吸する                           | ・落ち着いて考える        |
| ・自分の気持ちを相手に言う                    | ・その場を立ち去る        |
| ・相手に親切な態度で接する                    | ・大声で歌う           |
| ・1から10までゆっくり数える                  | ・これもいい経験だと思う     |
| ・楽しいことを考える                       | ・絵を描く            |
| ・友達に話す                           | ・誰かに愚痴を聞いてもらう    |
| ・辛いことについて身近な人に話す                 | ・信頼できる人に話を聞いてもらう |
| ・肩や指などの力を抜き、リラックスする              |                  |
| ・踊ったり、ジャンプしたりするなど、体を動かす          |                  |
| ・「怒ってもよいが、人を傷付けてはいけない」と自分に言い聞かせる |                  |

本研究では、児童生徒が学校で、一人で実践しやすい「深呼吸する」「数を数える」「自分への声掛け」の3つの対処法を学習することとしました。中学校においては、[リフレーミング](#)についても学習します。リフレーミングとは、物事を肯定的に言い換え意味付けることで、フレーム(物事の見方の枠組み)を変化させ問題解決へと導く技法です。

## ②トラブル未然防止のスキル

ソーシャルスキル・トレーニングとアサーション・トレーニングの理論を用いて、トラブルに発展させない対人関係の基本的なスキルや、トラブルまで発展していない場面でも対人関係で問題だと感じていることを解消するスキルを学習します。

### <ソーシャルスキル・トレーニング>

ソーシャルスキルとは、対人関係を営む知識と技術のことであり、学習によって向上するものだと考えられています。ソーシャルスキル・トレーニングは、そのスキルを段階的に身に付けさせるものです。学校教育では、不登校やいじめなどの問題の未然防止、不適応感を抱く子どもの支援を目的として、導入されています。

小林・相川(1999)は、「12のソーシャルスキル」を提案し、「実際に教える際には、12の各スキルを相互に関連させつつ、以前に学習したスキルを基礎に次のスキルを積み重ねられるように教えられるのが望ましい」<sup>2)</sup>と述べています。

また、小林(2005)は、「12のソーシャルスキル」を「基本的かわりスキル」「仲間関係発展・共感的スキル」「主張行動スキル」「問題解決技法」の4つに分類しています。

本研究では、前述の理論を参考に、「12のソーシャルスキル」を表2のように整理して、トラブルの未然防止に必要なスキルの学習をプログラムに取り入れることとしました。そのため、実態調査で取り上げたトラブルの場面(小学校 32、中学校 29、高等学校 20)において、トラブルの未然防止につながるスキルを「12のソーシャルスキル」の中から選択することにしました。その結果、「12のソーシャルスキル」の中で、「上手な聴き方」「気持ちをわかって働きかける」「やさしい頼み方」「上手な断り方」のスキルが、トラブルの未然防止に特に必要なスキルであると考えました。

表2 「12のソーシャルスキル」

基本的なかかわり スキル	人間関係の基本となるスキル	①	あいさつ
		②	自己紹介
		③	上手な聴き方
		④	質問する
仲間関係発展・共感的 スキル	仲間関係を維持し、発展させ、互いを支え合う関係をつくるために必要なスキル	⑤	仲間の誘い方
		⑥	仲間の入り方
		⑦	あたたかい言葉かけ
		⑧	気持ちをわかって働きかける
主張行動スキル	自分の状況を理解し、よりよい人間関係を保つために必要なスキル	⑨	やさしい頼み方
		⑩	上手な断り方
		⑪	自分を大切にする
問題解決技法	人間関係上のトラブルについて、その解決策を考え出していく方法	⑫	トラブルの解決策を考える

### <アサーション・トレーニング>

アサーションとは、自分も相手も大切にしたい自己表現のことであり、アサーション・トレーニングは、その自己表現の仕方を身に付けていくトレーニングです。平木(2009)は、自己表現には「非主張的な自己表現」「攻撃的な自己表現」「アサーティブな自己表現」の3つのタイプがあり、3つ目のアサーティブな自己表現(アサーション)が、自分も相手も大切にしたいコミュニケーションであると指摘しています。本研究では、自己表現の3つのタイプや場面に応じたアサーティブな自己表現を図5のように整理しました。

また、平木(2009)は、問題場面においてアサーティブな自己表現をするためには、「DESC法」の段階を踏んで台詞づくりをすることを提唱しています。本研究では、トラブルの未然防止という観点からDESC法を次頁図6のように考えて、問題解決のためのアサーション・トレーニングを取り扱います。

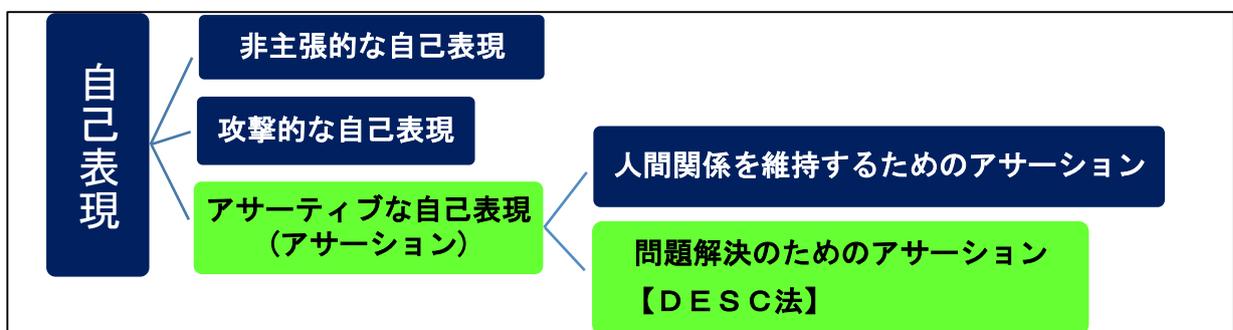


図5 アサーティブな自己表現の位置付け

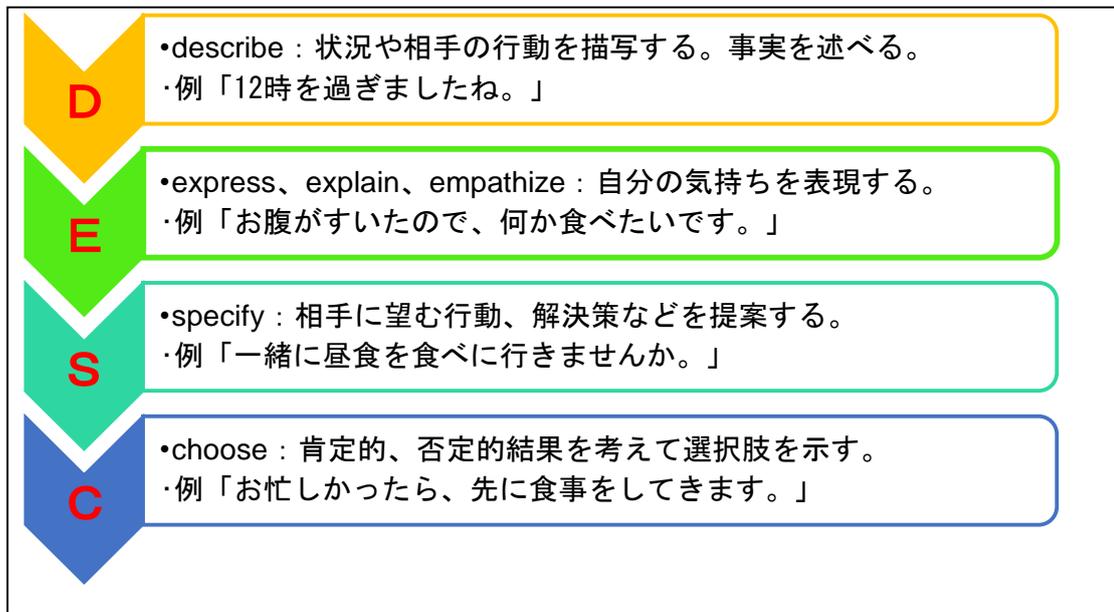


図6 「DESC法」による台詞づくりのポイント

### ③トラブル解決のスキル

ピア・メディエーションの理論や「AL'S(アルス)の法則」を基に、トラブル解決のスキルを学習します。

#### <メディエーターのトラブル解決のスキル>

ピア・メディエーションでは、当事者間に入ってトラブル解決の手助けをする役割をメディエーターと言います。池島・竹内(2011)は、メディエーターには、「対立している2人に対して、和解策を見出すのを手助けしようとする姿勢」<sup>3)</sup>や「両者の言い分をしっかりと聞き、冷静に解決に向かうように援助していく姿勢」<sup>4)</sup>が重要であると指摘しています。

また、池島・竹内はメディエーターが提示するルールや心構えを「AL'S(アルス)の法則」として示しています(図7)。「AL'S(アルス)の法則」とは、カナダで開発されたトラブル解決の方法であり、同氏が日本の子どもの実態に合うよう改変しています。

本研究では、「AL'Sの法則」を基に、メディエーターとしてのトラブル解決のスキルを学習します。

AL'S(アルス)の法則

**A(Agree)**→合意する

- 話合いのルールを守る
  - ① 正直に自分の気持ちを話す
  - ② しっかりと相手の話を聞く
  - ③ 相手の言葉を決してさえぎらない

**L(Listen)**→聞く

- 相手の話をしっかりと聞く

**S(Solve)**→解決

- お互い解決しようと努力する

引用：池島 徳大・竹内 和雄『ピア・サポートによるトラブル・けんか解決法！』(2011)p.45

図7 「AL'Sの法則」

## エ 活動プログラムの構成

上記の①～③の理論を基に、ピア・メディエーションに関する活動プログラムを構成しました(表3)。③のトラブル解決のスキルを学習するためには、トラブル時に抱く怒りの感情の理解や、話し方や聴き方のスキルを学習しておくことが必要であると考え、①怒りについて知る、②トラブル未然防止のスキル学習、③トラブル解決のスキル学習の順序で活動プログラムを構成しました。

本研究では、トラブルは起きるものであるという考えを基に、トラブルの解決に当たるメディエーターのスキル学習とトラブルを未然に防止するためのスキル学習の2つの観点から、活動プログラムの内容を表3の順序で構成しました。

まず、トラブルの解決に当たるメディエーターのスキル学習という観点から、活動プログラムの導入として怒りについて学習することで、第三者としてトラブルに冷静に対応することにつながると考えます(表3①)。次に、話し方や聴き方の対人関係の基本的なスキルを学習することが、トラブルの解決に当たるメディエーターとして必要な「両者の言い分をしっかりと聞き、冷静に解決に向かうように援助していく姿勢」<sup>4)</sup>につながると考えます(表3②)。最後に、児童生徒がトラブルを解決するときのスキルを、モデリングやロールプレイを通して学習します(表3③)。

また、トラブルを未然に防止するためのスキル学習という観点から、①怒りについて知る、②トラブル未然防止のスキル学習の順序で活動プログラムを構成しました。トラブルを未然に防止するためには、まず、自分の怒りの感じ方について考えたり、怒りの仕組みや怒りへの対処法を学んだりすることが必要だと考えます。次に、トラブルになりそうな場面を想定して、トラブルにならないような話の聴き方や話し方のスキルを学習することが、トラブルの未然防止につながると考えます。

表3 活動プログラムの流れ

①怒りについて知る (1～2時間)	②トラブル未然防止の スキル(1～2時間)	③トラブル解決のスキル (2時間)
<ul style="list-style-type: none"> <li>・トラブル時の感情を客観的に捉える</li> <li>・怒りへの対処法を知る</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・対人関係の基本的なスキルや対人関係の問題場面でのスキルについて学習する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・トラブルの場面で第三者(メディエーター)として関わるためのスキルを学習する</li> </ul>

## オ トラブルの分類

池島・竹内(2011)は、ピア・メディエーションでは、学級でのトラブル解決を児童生徒自身が行うために、トラブルについての実態把握が必要であると指摘しています。そこで、本研究では、児童生徒の周りでよく起きているトラブルやトラブルへの対応の意識について把握するための実態調査を行うこととしました。

そのために、本研究のために組織した研究委員会において、池島・竹内(2011)が作成したアンケート<sup>1)</sup>に挙げられているトラブルの場面を原因別に「A：したいことに関する主張」「B：したくないことに関する主張」「C：誤解・くいちがい」の3つのタイプに分類しました。また、3つのタイプに該当しないトラブルもあると考え、「D：ルールやマナーに関する意識」を加えた4つのタイプに分類して、実態調査の質問紙の作成、分析や考察を行いました。小学校においては「言い方」、高等学校においては「嫌がらせ」のタイプを加えてトラブルを5つに分類しました(表1)。

- A：したいことに関する主張(当事者同士がしたいことを譲らずに主張し合って起きるトラブル)  
 B：したくないことに関する主張(当事者同士がしたくないことを押し付け合って起きるトラブル)  
 C：誤解・くいちがい(当事者の一方が相手の言動を誤解したり、当事者同士の考え方や価値観がくいちがったりして起きるトラブル)  
 D：ルールやマナーに関する意識(当事者の一方がルールやマナーを守らないことで起きるトラブル)  
 E：その他 小学校…言い方(当事者の一方が強い言い方をして起きるトラブル)  
 高等学校…嫌がらせ(当事者の一方が嫌な思いをしているトラブル)



表1 研究委員会で分類したトラブルのタイプ

トラブルの場面	トラブルのタイプ
1 鬼ごっことドッジボール、どちらで遊ぶかで、友達2人がけんかしている	A：したいことに関する主張
2 筆箱を落としたのに、「わざとじゃないから」と、友達2人がけんかしている	C：誤解・くいちがい
3 休み時間の終わり、どちらがボールを片付けるかで、友達2人がけんかしている	B：したくないことに関する主張
4 「悪口を言った」「言っていない」で、友達2人がけんかしている	C：誤解・くいちがい
5 帰ってから、どちらが〇〇君と遊ぶかで、友達2人がけんかしている	A：したいことに関する主張
6 遊んでいるとき、順番を守らないAさんにBさんが注意をしてもめている	D：ルールやマナーに関する意識
7 話合いでAさんが強い言い方をしたことで、Bさんが腹を立ててもめている	E：(小学校)言い方
8 AさんがBさんを変なあだ名で呼んだことで、Bさんが嫌な思いをしている	E：(高等学校)嫌がらせ

※1～5は、池島・竹内(2011)のピア・メディエーション指導用シート2より引用したトラブルの場面

※6～8は、本研究委員会で考えたトラブルの場面

活動プログラムを県内の児童生徒の実態に合わせたものにするために、怒りへの対処法や頻度の高いトラブルの場面、トラブルへの声掛けの意識に関する実態調査を行います。

## 引用文献

- 1) 池島 徳大・竹内 和雄 『ピア・サポートによるトラブル・けんか解決法！』 2011年 p. 22
- 2) 小林 正幸・相川 充 『ソーシャルスキル教育で子どもが変わる』 1999年 p. 25
- 3)4) 池島 徳大・竹内 和雄 『ピア・サポートによるトラブル・けんか解決法！』 2011年 p. 67