

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、子供が子供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いいます。

本研究では、池島・竹内（2011）が示した対話促進による「違い」の理解（図1）の考え方を基に、当事者Aと当事者Bが争っている問題は、両者がもっている関心や利害、価値観などの違いを双方が理解することで解決に近付いていくと捉えました。また、当事者のみで対話が進まない場合は、メディエーターが関わることで対話が進んで解決に近付きやすくなるが、そのときは自分の価値判断を述べずに関わるのが大切であると考えました。

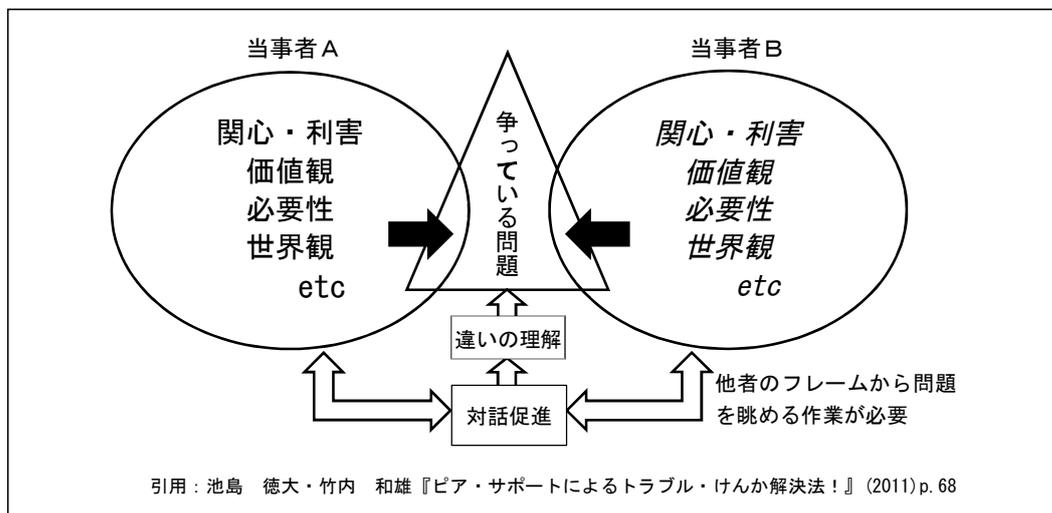


図1 対話促進による「違い」の理解

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、グループの間で起きるトラブル、グループと個人の間で起きるトラブル、個人の間で起きるトラブルがあります（図2）。

本研究では、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小・中学校よりは少ないと考えられるため、対人関係において、困っ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。

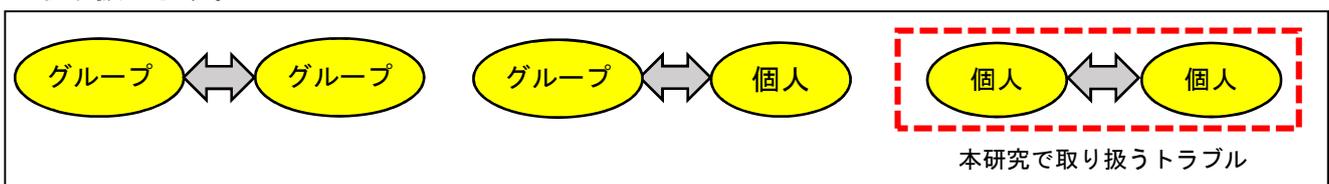


図2 トラブルの形態

ウ 活動プログラムに用いた理論

池島・竹内（2011）は、「子ども同士でトラブル解消するためのピア・メディエーションを学ぶにあたって、『怒りの感情』を知ることは、非常に重要」⁽¹⁾であると述べています。本研究でも、トラブルが起きるときに抱く感情の1つである怒りについて学習することは、自他の怒りの感情を客観的に捉えたり対処したりすることにつながると考えて、活動プログラムの最初に学習することとしました。また、メディエーターとしてトラブルを解決するスキル（図3③）を学習するにあたって、事前に怒りについて（図3①）学習しておくことは、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。

さらに、この研究では、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（図3②）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。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。

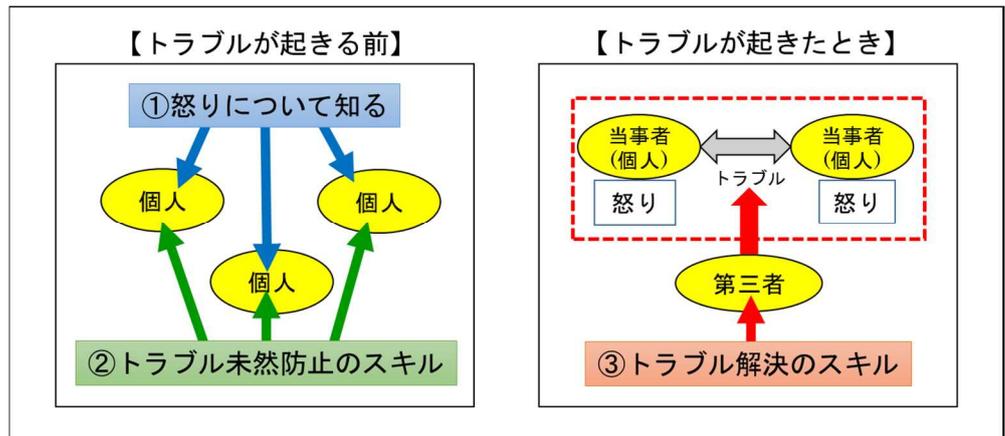


図3 活動プログラムの考え方

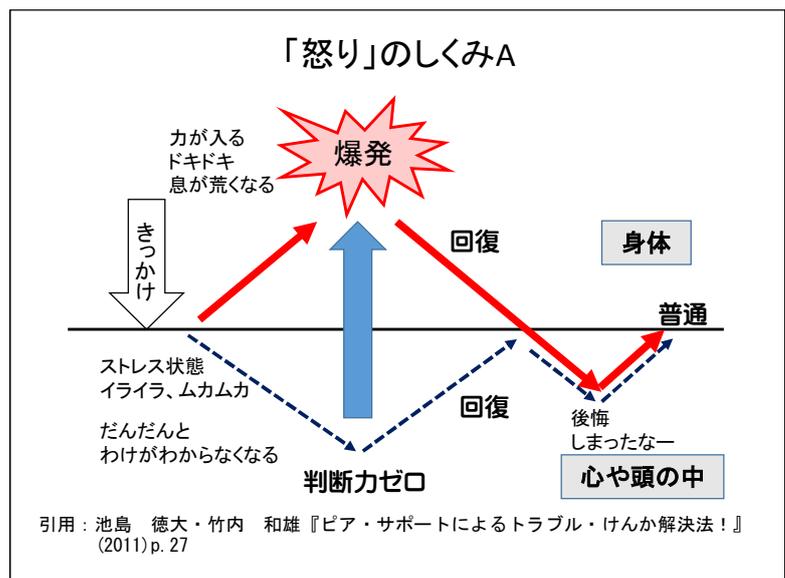
① 怒りについて知る

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、トラブルを未然に防止した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、怒りの仕組みを視覚的に理解できるようにしています。

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。



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. 27

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、表 1 のように、富永（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。

表 1 怒りが爆発する前の対処法

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ・深呼吸する ・自分の気持ちを相手に言う ・相手に親切な態度で接する ・1 から 10 までゆっくり数える ・楽しいことを考える ・友達に話す ・辛いことについて身近な人に話す ・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 | <ul style="list-style-type: none"> ・落ち着いて考える ・その場を立ち去る ・大声で歌う ・これもいい経験だと思ふ ・絵を描く ・誰かに愚痴を聞いてもらう ・信頼できる人に話を聞いてもらう |
|--|--|

本研究では、児童生徒がその場で、1人で実践しやすい「深呼吸」「カウントアップ」「自分への声掛け」などの対処法を学習することとしました。中学校と高等学校においては、[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である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、不適応感を抱く子供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」⁽²⁾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（平成22・23年度プロジェクト研究より抜粋）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としました。その結果、「12のソーシャルスキル」の中で、特に「上手な聴き方」「気持ちを分かって働きかける」「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	気持ちを分かって働きかける
主張行動スキル	自分の状況を理解し、より良い人 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、自己表現を「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つのタイプに分けています。本研究では、3つ目のアサーティブな自己表現（アサーション）を、自分も相手も大切にしたいコミュニケーションと捉えて、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をつく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。

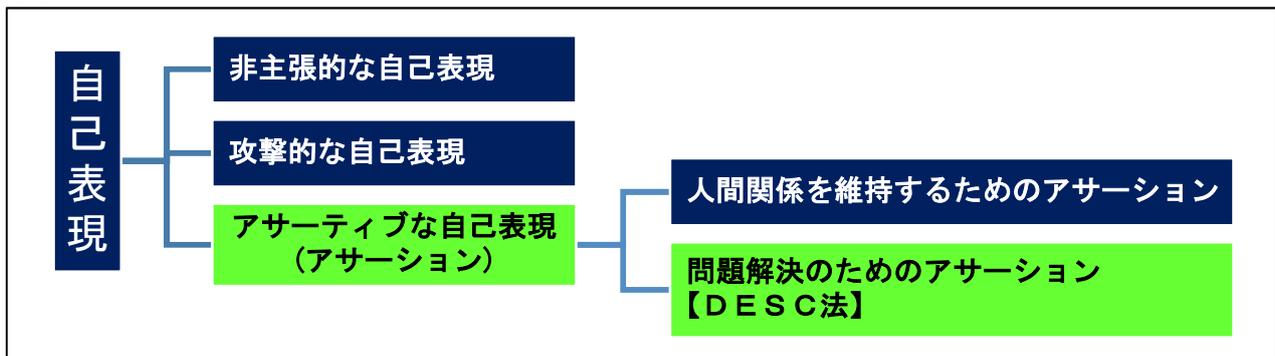


図5 アサーティブな自己表現の位置付け

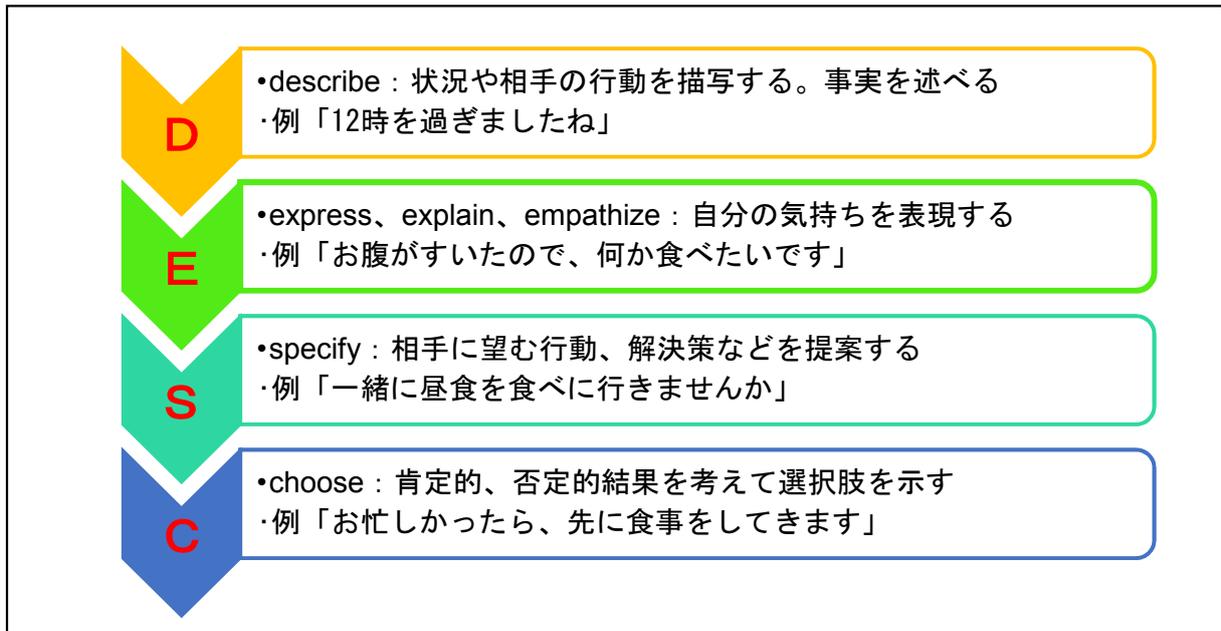


図6 「DESC法」による台詞づくりのポイント

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でかかわることが重要」⁽³⁾であり、「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が必要」⁽⁴⁾であると述べています。

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、両氏が日本の子供の実態に合うように変更しています。

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

これまでに述べた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）。第3段階の③トラブル解決のスキルを学習するためには、トラブルが起きるときに抱く感情の理解や、聴き方や話し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。

第1段階は、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）。第2段階は、聴き方や話し方など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」⁽⁴⁾につながると考えます（表3②）。第3段階では、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

第1段階	第2段階	第3段階
<div style="border: 2px solid #FF0000; border-radius: 15px; padding: 10px; display: inline-block;"> ①怒りについて知る (1～2時間) </div>	<div style="border: 2px solid #008000; border-radius: 15px; padding: 10px; display: inline-block;"> ②トラブル未然防止の スキル(1～2時間) </div>	<div style="border: 2px solid #000080; border-radius: 15px; padding: 10px; display: inline-block;"> ③トラブル解決のスキル (1～2時間) </div>
<div style="background-color: #90EE90; border: 2px solid #008000; border-radius: 15px; padding: 10px; display: inline-block; font-size: 1.2em;"> メディエーターの育成 トラブルの未然防止 </div>		
<ul style="list-style-type: none"> ・トラブルが起きるときに抱く感情を客観的に捉える ・怒りへの対処法を知る 	<ul style="list-style-type: none"> ・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を学習する 	<ul style="list-style-type: none"> ・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
		

オ トラブルの分類

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・食い違い」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。さらに、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以下の5つに分類しました（表4）。

- 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・食い違い(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食い違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4 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・食い違い
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・食い違い
5 帰ってから、どちらが〇〇さんと遊ぶかで、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を参考にしたトラブルの場面
 ※6～8は、本研究委員会で実施した予備調査で多かったトラブルの場面

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した。

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. 24
- (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

参考文献

- ・中野 武房・森川 澄男・高野 利雄・栗原 慎二・菱田 準子・春日井 敏之
『ピア・サポート実践ガイドブック』 2008年
- ・春日井 敏之・西山 久子・森川 澄夫・栗原 慎二・高野 利雄
『やってみよう！ピア・サポート』 2011年
- ・本田 恵子 『キレイやすい子へのアンガーマネジメント』 2010年
- ・本田 恵子 『キレイやすい子の理解と対応 学校でのアンガーマネジメント・プログラム』 2002年
- ・平木 典子 『アサーション・トレーニング さわやかな〈自己表現〉のために』 2009年
- ・平木 典子 『アサーション・トレーニング 自分も相手も大切に自己表現』 2008年
- ・平木 典子 『図解 自分の気持ちをきちんと伝える技術』 2007年

参考URL

- ・佐賀県教育センター
よりよい人間関係を築く力を育成する支援の在り方
ーソーシャルスキル・トレーニングに関する活動プログラムの開発ー
http://www.saga-ed.jp/kenkyu/kenkyu_chousa/h23/06%20kyouiku-soudan/index.html
- ・岡山県教育センター
小学校低学年におけるピアサポートに関する実践的研究
<http://www.edu-ctr.pref.okayama.jp/chousa/study/kiyoPDF04/04izumi.pdf>
- ・滋賀県教育センター
怒りや不満などのストレスをいじめや暴力で表すことを未然防止するための学習プログラム
<http://e-cms.shiga-ec.ed.jp/view.rbz?of=1&ik=0&pnp=14&cd=5391>
- ・秋田県教育センター
生徒指導上の対応が困難な児童生徒への指導・援助の在り方
<http://www.akita-c.ed.jp/~ckyk/kenkyu/h17/index.html>