

2 研究の実際 > (3) ピア・メディエーションに関する活動プログラム

ア 活動プログラムの内容

本研究では活動プログラムを、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3つの内容で構成しています。

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。トラブルを未然に防止したり解決したりするためには、児童生徒が怒りを客観的に捉える必要があります。

ここでは、以下の3つの内容について学習します。

怒りの感じ方

怒りを理解するために、温度計を例に怒りを数値化します(図1)。怒りの感じ方の自己理解をした後、他者と比較することで自他の怒りの感じ方について学習します。

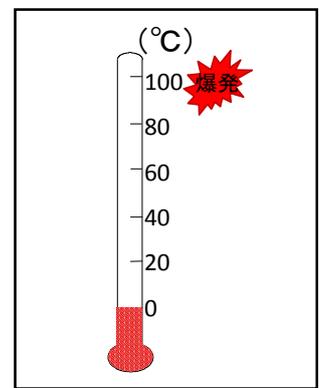


図1 「怒りの温度計」

怒りの仕組み

怒りの大きさの変化を理解するために、風船を例に怒りの大きさを視覚化します。また、怒りを感じているときの心や身体の様子、行動についても学習します。さらに、怒りの大きさによって、事柄や状況に合わせて対処するための判断力が変化することも学習します(図2)。

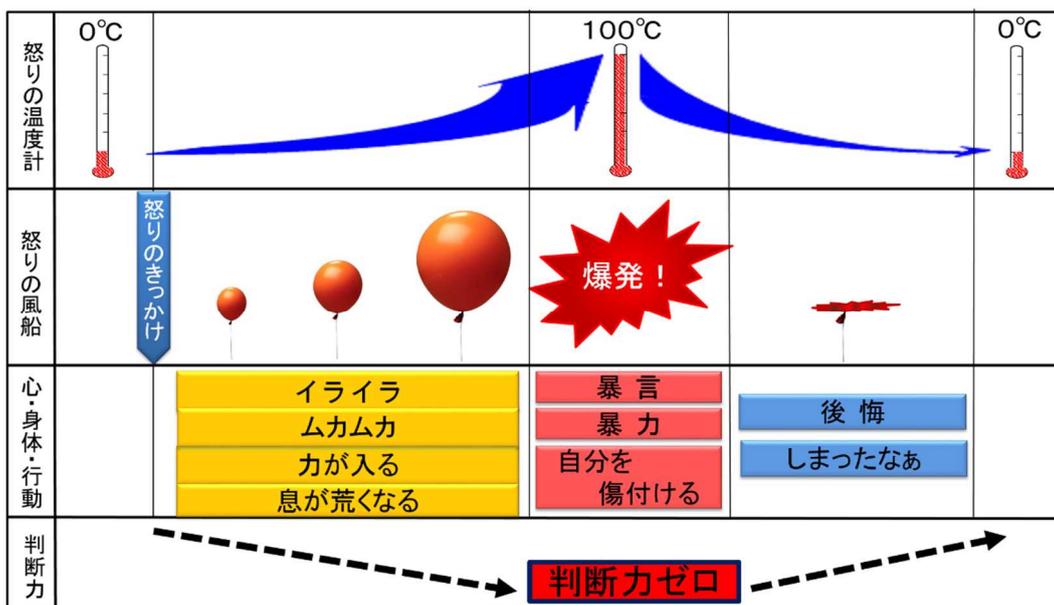


図2 怒りの仕組み

怒りへの対処法

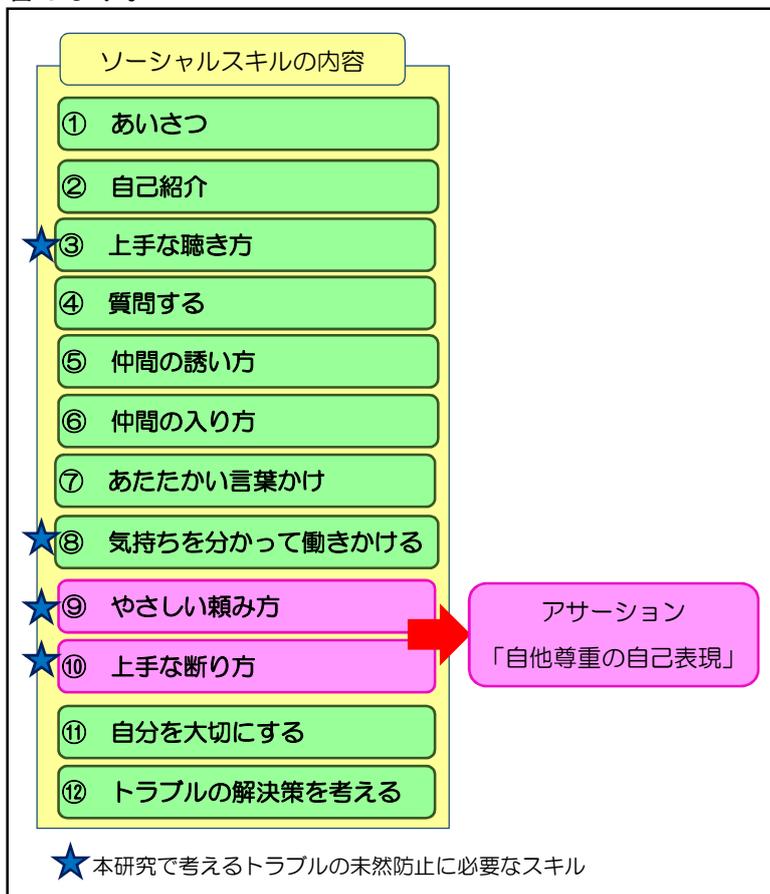
児童生徒が怒りを感じたときに、その場で1人でできる以下の3つの対処法を学習します。

深呼吸	静かに、ゆっくりと呼吸する 1～4で吸って、5～8で吐く
カウントアップ	1から順に少なくとも5以上、できれば10以上数える
自分への声掛け	「待て」「落ち着け」「大丈夫」などの言葉を心の中で言う

中学校と高等学校においては、実態調査の結果から、状況や出来事に対する捉え方の違いから生じる誤解や食い違いのトラブルが多かったため、多面的なものの見方を身に付ける必要があると考え、リフレーミングについても学習します。

② トラブル未然防止のスキル

トラブルに発展させない対人関係の基本的なスキルとして、トラブル未然防止のスキルについて学習します。



トラブル未然防止のスキルは、実態調査の項目となっているそれぞれのトラブルの場面と小林・相川(1999)の「12のソーシャルスキル」から選択しました。

未然防止に必要なソーシャルスキルとしては、1つのトラブルの場面で複数のスキルが考えられます。

「上手な聴き方」と「気持ちを分かって働きかける」は、全てのトラブルの場面に関わっており、「トラブルにならないような聴き方」として学習します。

また、「やさしい頼み方」「上手な断り方」は、主張行動スキルの一部であり、アサーション(自分も相手も大切にしたい自己表現)と関連します(図3)。そこで、これらの2つのスキルを併せて「トラブルにならないような話し方」としてアサーションの学習に取り組みます。

図3 ソーシャルスキルとアサーションの考え方の関連

トラブルにならないような聴き方のスキル

相手を大切にしたい聴き方を身に付けていく学習です。

小学校では、最初に、**モデリング**を見て聴き方のポイントを理解します。次に、聴き方のポイントを使って**ロールプレイ**を行います。

【聴き方のポイント】（小学校）

- ① 相手の顔を見て聴く
- ② うなずきながら聴く
- ③ 相づちを打ちながら聴く
- ④ 最後まで聴く

参考：H22、23 佐賀県教育センター小・中・高等学校教育相談プロジェクト研究

中学校と高等学校では、トラブルにならないような話し方のスキル学習の中で、聴き方のポイントを確認します。

【聴き方のポイント】（中学校・高等学校）

- ① 相手を見て、うなずきながら聴く
- ② 最後まで聴く
- ③ 相手の気持ちを言葉や表情から読み取りながら聴く

参考：H22、23 佐賀県教育センター小・中・高等学校教育相談プロジェクト研究

トラブルにならないような話し方のスキル

自分も相手も大切にしたい自己表現を身に付けていく学習です。

小学校・中学校・高等学校ともに、最初に、**モデリング**を見て話し方のポイントを理解します。次に、話し方のポイントを使って台詞づくりや**ロールプレイ**を行います。

【話し方のポイント】（小学校）

- ① やさしく話す
- ② はっきりと話す
- ③ 自分の気持ちを伝える
- ④ 相手がなっとくするような提案をする

参考：平木 典子『アサーション・トレーニング』（2009）

【話し方のポイント】（中学校）

- ① 事実(問題)を確認する
- ② 自分の気持ちを伝える
- ③ 相手にどうしてほしいのかを提案する
- ④ 解決につながる提案をする

参考：平木 典子『アサーション・トレーニング』（2009）

【話し方のポイント】（高等学校）

- ① 事実を確認する
- ② 自分の気持ちを伝える
- ③ 相手にどうしてほしいのかを提案する
- ④ 別の提案をする

参考：平木 典子『アサーション・トレーニング』（2009）

③ トラブル解決のスキル

トラブルが起きたときに、第三者としてトラブルを解決するためのスキルについて学習します。

トラブル解決のスキル

相手を大切にしたい聞き方と自分も相手も大切にしたい自己表現の学習を基に、トラブル解決のスキルを身に付けていく学習です。

最初に、モデリングを見てトラブル解決のポイントを理解します。次に、トラブル解決のポイントを使ってロールプレイを行います。

【トラブル解決のポイント】(小学校)

- ① 2人の真ん中に立つ
 - ② トラブルを解決するために、間に入ってよいか2人にOKをもらう
 - ③ 相手の話を最後まで聴くことを確認する
 - ④ 2人の言い分を確認しながら交互に聴く
 - ⑤ 自分の考えや意見を出さない
- ※トラブルが解決しない場合は、大人に話す

【トラブル解決のポイント】(中学校)

- ① トラブルの当事者である2人に、間に入ることを確認する
 - ② トラブルの当事者である2人に、相手の話を最後まで聴くことを約束させる
 - ③ トラブルの当事者である2人の言い分を繰り返しながら平等に聴く
 - ④ 解決案を出さない
- ※トラブルが解決しない場合は、大人に話す



【トラブル解決のポイント】(高等学校)

- ① トラブルの当事者である2人に、間に入ることを確認する
 - ② トラブルの当事者である2人に、相手の話を最後まで聴くことを約束させる
 - ③ トラブルの当事者である2人の言い分を繰り返しながら平等に聴く
 - ④ 解決案を出さない
- ※自分たちで解決が難しそうな場合は、大人に相談する

トラブル解決のモデリングの場面やロールプレイの場面は、児童生徒が学習内容をより身近に感じることができるように実態調査の結果を踏まえて、頻度の高いトラブル、「誤解・食い違い」によるトラブル、声掛けの意識が高いトラブルの3つの観点から選択しました。