

ジョニー & パーシー

この課題の目的

友達や家族、周りの人ともめてしまう。集団同士で争っている。国家間で紛争が起きている。

これらの問題の本質は同じで、暴力や暴言に頼ることなく
スキルさえ身につけられれば、
コミュニケーションを通じて、建設的に解決することができます。
今回は、そのスキルを身につけるための入門編です。

下記のショートストーリーの中で、対立が起こるプロセスを考察し、自分と異なる他者の視点
や見方、対立が起こったときの自分のこれからの行動の仕方について考えてみましょう。

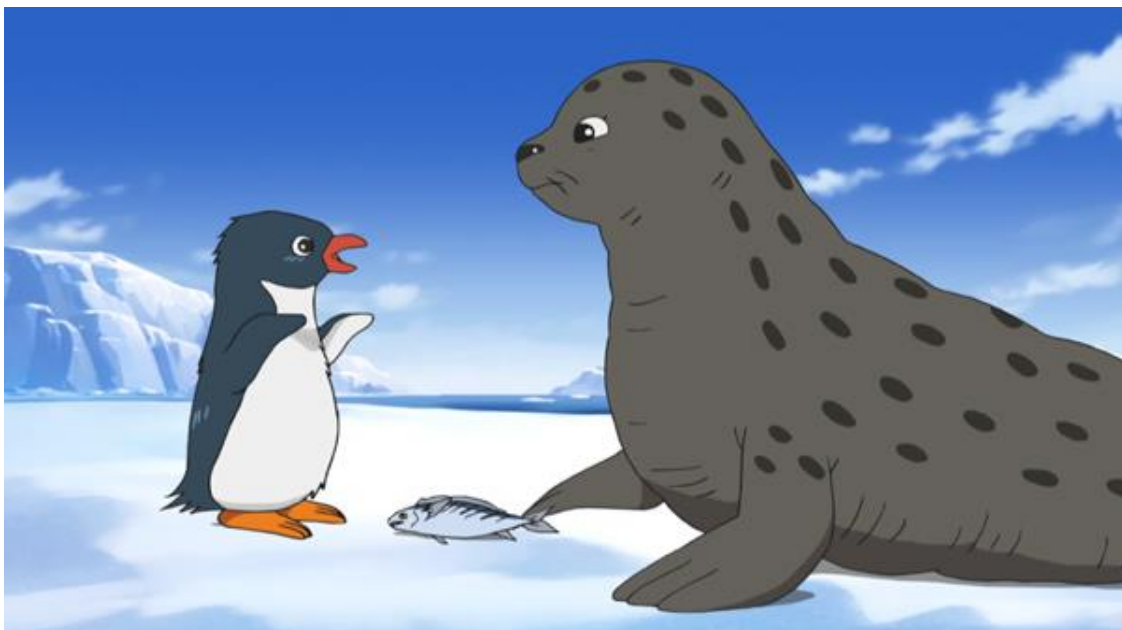
対立・紛争を分析するためのポイント

誰と誰との対立なのか（構造）

これまでにどういうことがあったのか（事実）

なぜ対立しているのか（理由）

両者が本当に望んでいるのは何なのか（ニーズ）



リーディング課題

「お、見つけた！いただき！」

お腹をすかせたペンギンのジョニーは、久しぶりに見つけた魚に大喜び。ところが獲物は海面へスイスイと上昇していき、なかなかくわえることができません。めげずに追いかけるジョニーから逃げるように、魚は海の上に飛び出します。

同じころ、氷の上にしたのがアザラシのパーシー。突然海から目の前に魚が現れます。

お腹をすかせた子供達が家に待っている中、食べ物をなかなか手に入れられずに困っていたパーシーは、幸運のチャンスを逃さずに体を獲物の方へ伸ばします。

「わーーーー」同じ獲物をめがけて勢いよく近づいたパーシーとジョニーはぶつかりすぐさま口論が始まります。「あの魚は私のものよ」「何言ってるんだ、俺のものだ」どちらも少しも譲る気がありません。やがて言い合いは激しくなり「ただの飛べない鳥が」「デブアザラシめ」と罵り合いが始まります。

さて、この場面で二人が気づかなければいけないのは、**ただ相手を悪く言うばかりでは、決して建設的な方向へは向かわない**ということです。**自分の言いたいことを伝えるためには、相手がかどうかではなく、自分がどう思ったか、どうしてそう思い、どうして欲しいのかを相手に伝えることが必要**です。

表現のポイント

相手の言動に対して、何か伝えたいことがあるときは

“私は”から始めて自分の気持ちを表現する「私メッセージ」をおすすめします。

例えば、下記の下線部に、自分の気持ちを表現する言葉を入れてみましょう。

あなたが_____すると、私は_____と感じます。

なぜなら_____からです。



私メッセージは、自分の「本心」をきちんとつかみ、それを他者に伝える方法の一つです。何かを人に伝えたい時、**自分の思うように（都合のよいように）他者によってほしいという「あなたメッセージ」になっていることが多いものですが、「あなたメッセージ」は攻撃的で紛争をこじれさせることもしばしば。**一方で「私メッセージ」は、自分を主語にし、自身の気持ちに丁寧に焦点を当てながら、どうしたいかを伝えようとするものです。そしてこの時、**自分のことばかり言っていると思われないように、お互い相手のことをわかろうとする気持ちが大切**です。

設問

- ・この課題文を読んでどのように思いましたか。
 - ・最初と最後でジョニーとパーシーの言葉や態度が変わってきたことはありましたか。もしあったとしたら、何がきっかけでどのように変化したのでしょうか。
 - ・あなたのまわりにこの課題文と同じような状況がありますか。ある場合は、どのようなことか具体的に書いてみましょう。
 - ・今日学んだことをこれからどのように活用していきたいですか。
 - ・つぎの場面で「私メッセージ」を作ってみましょう。
- 1 親友のひとりが近頃あなたを無視している。あなたは何がいけなかったのか、わからない。
 - 2 あまり知らない友達が、あなたについて事実よりも悪い噂を広めていることがわかった。
 - 3 あるクラスメートが、あなたのテストの点数が悪いことをいつも馬鹿にする。
 - 4 先生が、やってもいないことであなたを叱った。