

2025 年
12月

スクールカウンセラー おたより

筑後市立 筑後中学校
スクールカウンセラー 西村留里

いじめ予防のために知ってほしいこと

先月11月号の「スクールカウンセラーおたより」に、いじめは法律違反である事、いじめに関わる全ての人が傷つくので、相手の気持ちを想像し、相手の立場に立って考える事が、いじめを防ぐのに大事であることをお伝えしました。今回は、本「学校を変えるいじめの科学」和久田学著をもとに、もう少し詳しくお話します。

加害者の心理

- ・このくらいは大丈夫
- ・これは遊び
- ・これは教えてるんだ

被害者の心理

- ・「やめて」言いにくい
- ・パワー差、仕返し怖い
- ・仕方がないと思う

まわりの心理

- ・誰かがするだろう
- ・これくらいは大丈夫
- ・面倒、仕返し怖いなど

いじめは、このような心理がはたらくため、声があげにくく、気付かれにくいとされています。

いじめを深刻化させる「キーワード」2つ

① シンキング・エラー(まちがった考え) ②アンバランス・パワー(対等でない)

加害者の方へ

- ・見本が身近にあるかも
- ・シンキング・エラーを正し、正しい行動を学ぶ。

被害者の方へ

- ・いじめの責任は加害者
- ・「いや」「やめて」と言ってい
- ・逃げていい、相談OK

まわりの方へ

- ・いじめを止める行動を起こすと、高い確率でいじめがやむ
- ・アンケートや相談

「いじめの予防」には、お互いに声をかけあい、みんなが「一人じゃない」と思えることが大事です。まちがいは、だれにでも起こります。何がまちがいだったのかを確認し、そのつど、正しい行動を学び、行動できるようになる事で、「安全な風土」が出来ます。一緒に、安全で過ごしやすい学校風土をつくっていきましょう。

カウンセラー来校日 水曜日

12月

3日、10日、24日

1月

14日、28日

2月

4日、25日