

しかも、このいじめのどのへんが巧妙かというと、たとえD子が“やめてよ!”と言ったとしても、A子はこう言うのです。

アナタのことじゃないワ! 自意識過剰なんじゃないの! あははは…

と…。確かに「誰」のことはわからない…。 どうです? このいやらしさ!

結局、D子にとっては、やめてよと言っても言わなくても傷ついてしまうのです。この状態を心理学では『ダブルバインド』と言うそうで、精神的に最もきついとされています。

こんないじめをどう指導するの?

たとえ担任の先生がA子を問い詰めたとしても、D子に言ったことと同じようにしらばっくれることができます。それどころか、きっとA子は親やクラスの仲間たちにこう言います。



**ワタシ、いじめなんかしてないのに、タンニンがワタシを疑った!
責めた! ひどい! もう学校に行きたくない!**

そして、学校側は、保護者を交えた重苦しい話し合いを何回も何回も持つことになってしまふことでしょう。しかも、解決の出口は見つけれられないままに…。

今、学校では、こういう事例を抱えながら子どもたちと向き合っています。当然ですが先生方は神経をすり減らし、体力も気力も奪われてしまいます。もちろん、関係の保護者も同じかもしれません。A子はますます巧妙化し、マイナスの成長を遂げるでしょう。B子やC子はどうでしょう? こういう雰囲気の中で過ごす限りは、なかなか成長の糸口は見えないように思います。D子も、ただ落ち込んでいるだけでは成長がありません。

“そんなのは理想だ!”と言われるかもしれませんが、**学校に起こる子どもたちのトラブルは、本来当事者たちの成長のチャンス**のはずです。そういう悩みや苦しみ、悲しみの中で、他人の痛みや思いやりの心、がまん強さや自制心など、いわゆる「非認知能力」が培われていくようになればいいと思うのです。

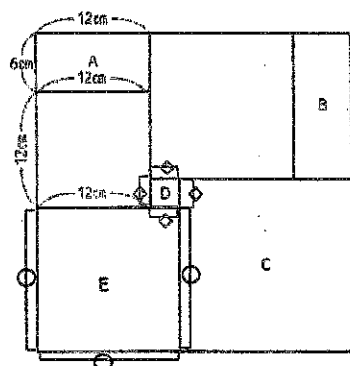
このトラブルが、A子～D子それぞれにとって、自分の非や弱さに気づいて、それをどう乗り越え自己育成へとつなげられるかを考えられるきっかけになることを願うばかりです。

カンガエル算数

先月のお題

大きな正方形を5つの正方形と長方形AとBに分けました。長方形Aのたてが6cm、横が12cmのとき、次の問題に答えましょう。

- (1) 正方形Cの一边の長さ
- (2) 正方形Dの一边の長さ



- (1) Eは正方形なので、一边の長さをOcmとすると、
 $18\text{cm} + \text{O} = \text{O} + \text{C}$ の一边の長さゆえに、Cの一边は18cm
- (2) Dの一边の長さを◇cmとすると、Cの一边は18cmなので、
 $\text{O} + \text{◇} = 18\text{cm}$ …①
 また、Eの一边(O)を表すと
 $\text{O} = 12 + \text{◇}$ …②
 ①のOに②を代入すると、



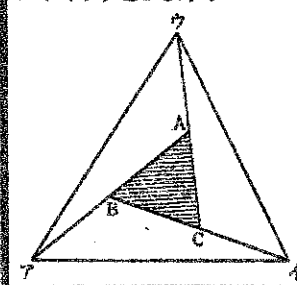
$$12 + \text{◇} + \text{◇} = 18$$

$$\text{◇} + \text{◇} = 6 \text{ なので Dの一边は3cm となります。}$$

では、今月の問題をどうぞお楽しみください。

今月のお題

三角形ABCの3辺AB、BC、CAを、図のようにそれぞれ2倍に伸ばした点をア、イ、ウとします。

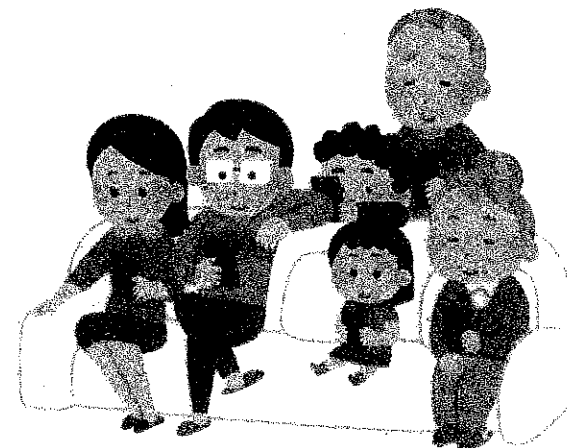


三角形アイウの面積は三角形ABCの何倍ですか。ただし、もとの三角形ABCは勝手な三角形とします。(難中)

いくせい通信
Smile up!
～ ばれない いじめ ～

2025.11.25
No. 8
酒田市青少年指導センター
酒田市中央西町2-5-9
TEL 0234-24-2901

先日、酒田二中(田中大校長)の学校保健委員会に参加してきました。SNSの安全・安心についての講話依頼でした。中学校の学校保健委員会への参加は初めてでしたが、校医の村山先生、歯科校医の熊谷先生もご参加いただいたの会議となりました。前半の報告では、PTAや生徒会の活動の紹介・報告でしたが、どちらも素晴らしい取り組みをしているなあと感心させられました。



スマホ依存度チェック

酒田二中PTAさんでは、7月に保護者宛に右のような「**スマホ依存チェックのお願い**」を発出し、まず保護者自身のスマホ依存度を測ってみたようでした。保護者自身がスマホの問題に気づくことはとても大切なことだと思います。普段は子どもに「いつまで使ったんだ!」「毎日何時間さわったら気が済むの?」なんて一方的に小言を言っていたみなさんも、自分の依存度に気づいて“驚く・焦る・やばい!”って思ったみたいです。子どものスマホの使い方に物言う

あなたは、いくつあてはまる?

- ☐ 最近無意識にスマホをさわる時間が明らかに増えた
- ☐ 家でも仕事中でも、すぐスマホを手に取りれる状態になっている
- ☐ 「あの映画のタイトルは?」など疑問が浮かぶとすぐスマホで検索する
- ☐ 仕事でよい文章が浮かばない時など、スマホで検索したサイトの例文を書き写す
- ☐ 少しでも時間が空くとスマホを触ってしまう
- ☐ 「覚えておかなきゃ」と思ったものはスマホで写真などを撮る
- ☐ 家にスマホを置き忘れると不安で仕方ない
- ☐ 目的もなく無意識にメールやサイトのチェックをスマホでする
- ☐ 毎晩、就寝直前までスマホを操作している
- ☐ 昼夜問わずスマホでメールやラインをチェックして返信する
- ☐ スマホで画面を見る「スクリーンタイム」が1日平均2時間を超える
- ☐ スマホの着信音やバイブレーションの「空耳」が聞こえることがある
- ☐ スマホのネット検索以外で調べものをするのがなくなった
- ☐ 飲食店などを選ぶ基準は、直感や知人の紹介よりネットの評判を重視する

奥村歩医師著「スマホ脳の処方箋」から



親として、一緒に「デジタルデトックス」を始めるきっかけになってくれたらいいですね。

みなさんも、いくつあてはまるかチェックしてみてください。もしかすると、あなたも「**スマホ認知症予備軍**」になっているかもしれません。ちなみに、チェックの合計が**4つ以上で「スマホ依存の疑い」がある**そうです。中学生の親は2,3,6,9番目にチェックが入ったという人が多いみたいでした。

生きづらさ妖怪

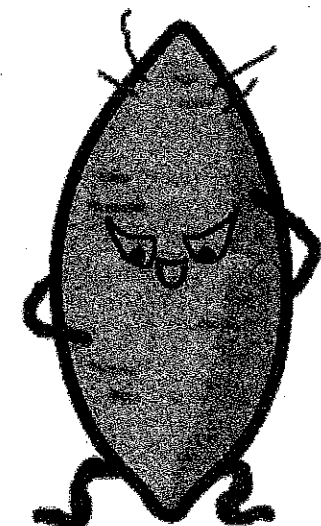
中学生と言えど思春期と真ん中！
風が吹いたら御足が痛む痛風よりも
もっと繊細に、雲が流れただけで落ち
込んだり、友だちに「おはよう！」っ
て言いそびれて教室に入りにくくな
ったりするお年頃です。まして、今の
デジタル社会、スマホ生活では、ちょ
っとした言葉のすれ違いや思い違い
で親友と仲たがいでしまったり、授
業でうまく答えられなかったことで
すっかり自信を無くしてしまったりと、本当に心が揺れ動く毎日なのだと思います。

さて、そんな仲間たち(もしかすると自分自身へ)のために、酒田二中学生会健康委員会が取
組んだ活動をご紹介します。

健康委員会が上のようなアンケートをとり、集計した結果をもとに、そういう時にどのよ
うに対処したらいいかを「生きづらさ妖怪」を登場させながらわかりやすくアドバイスして
くれています。

どうせなん蚊

“「どうせ」とつぶやいたり、思ったりしたことがある。”に
「よくある」「たまにある」と答えた二中学生は60%を超えまし
た。つまり『どうせなん蚊』という妖怪に取り憑かれている生
徒がけっこういるということです。よく「どうせボクなんか…」
と口にする生徒ですね。



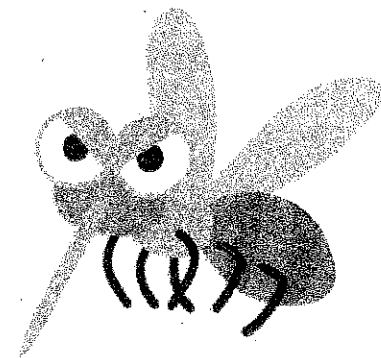
同じように「友だちがぜんぜんわかってくれない」「クラスのみ
んが受け入れてくれない」「先生がやってくれない」とついつい
思ってしまう人は『くれなイモン』という妖怪に取り憑かれてい
るそうです。

まあ、そういう気持ちになってしまうことは、大人になっても
あるわけですが、そんな時どう考えたり気持ちを切り替えたりし
たらいいかのアドバイスを健康委員会のみなさんが紹介してく
れているようでした。他にも『サッシ手』とか『ツクシてあげ騎
士(ナイト)』という妖怪たちがいるようです。

詳しくは「生きづらさ妖怪攻略BOOK」(一般社団法人ハート
マッスルトレーニングジム)をご参照ください。

A:よくある B:たまにある C:ない

- 1 周りは自分のために何もしてくれていないと感ずることがある。
- 2 「どうせ」とつぶやいたり、思ったりしたことがある。
- 3 「誰かのせい」で起こった出来事にいらいらすることがある
- 4 「嫌われたくない」から、自分の意見を出さずに、周りに人に合わせるがある
- 5 自分に都合の悪いことに「聞こえないふり」をしたことがある
- 6 言葉に出さなくても、自分の気持ちを察してわかってほしいと思うことがある
- 7 一人か二人が言ったことも「みんな」が言っていると話したことがある
- 8 「～すべき」「～しなければならない」というマイルールがたくさんある
- 9 ついさっきまで元気だったのに、授業の前に急に面倒くさい気持ちになることがある
- 10 自分が話したくない話題は、自分の都合のいい話題にすりかえることがある



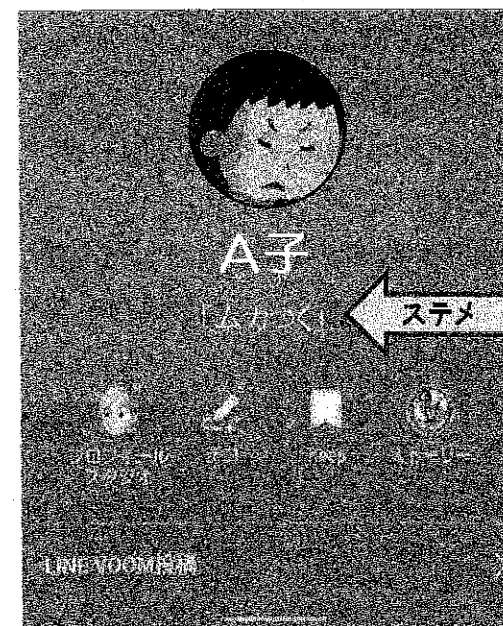
ばれない いじめ～巧妙化するネットいじめ～

今、ネットいじめが、小中学生の間で急増しています。ここ
指導センターが実施している出前講座の依頼でも、LINE 等のチ
ャットアプリでのいじめの指導をしてほしいという依頼が多い
ようです。

中学校の生徒指導の先生に言わせると、中学校に入ってスマ
ホを持つと、たいがい子どもは LINE を入れるそうです。そ
して、LINE を入れるとグループを作りたい子どもがいるそう
です。そして、グループができあがると100%の確率で「い
じめ」のトラブルが起こると言っていました。

今も、小学生などでは、いじめの対象となっている特定の子
どもだけをLINE のグループからはずす「LINE はずし」が横行
しているようです。ですが、このやり口だと、加害者被害者が
わかりやすいので、逆に自分が被害者になる場合もあるということで、上級者(?)の間ではあ
まり使われなくなったようです。

これからご紹介するいじめは、以前、あるネットの安全に関する指導を行っている方から
お聞きしたものですので、もしかするとこの手法はすでに古びたものになっている可能性が
ありますが、最近のニュースでも取り上げられていたのでご紹介します。



ステメを使って

悪知恵の働く人は、詐欺や
闇バイトのニュースを見てて
も本当に巧妙です。

LINE には自分のプロフィールを書き込むところがあり
ます。「ステータスメッセージ」というらしいんです
が、子どもたちは「ステメ」って呼んでます。これを使
って巧妙ないじめを展開します。

例えば、こんなふうなんです。A子～D子の女子の仲良
しグループがあったとします。A子はその中のD子を
疎ましく思っていたので、A子がLINE の自分のプロフ
ィル欄を『ムカつく』と変更しました。そうするとA子の友人全員に『A子がプロフィールを
変更しました』とメッセージが行くことになります。A子が誰にムカついているのかの表現
はありませんが、B子やC子は誰のことを言っているか察しがつきます。そして、これを見
たD子は、普段の様子から自分のことだと察して傷つくという流れなのだそうです。

