

コロナ禍の今だからこそ、

偏見・差別・いじめについて

しっかり考えてみよう！



このまえ、警察官がにせ札を持っていた人を長い時間おさえて
死なせてしまったというニュースがあったね

警察官が白人で、にせ札を持っていた人が黒人だったことで
人種差別の問題として大きく取り上げられているね。



どうしてこんなことが起きるのかな？



アメリカのことだから、
日本にいるぼくたちには、関係ないよね？
白人と黒人のことだもんね？



いえいえ、そんなことはありません。
このようなことは、だれにでも起きる可能性があるんですよ。
このようなことがなぜ起きるのか、
偏見・差別・いじめについて考えてみましょう。



偏見とは... 「黒人は白人よりも劣る」などの
まちがった考え方や 思いこみのこと



これが あると
ものごとを正しく みることが
できなく なるよ

日本人も はだ が
黄色いことで
バカにされていた
ことがあるのよ。



同じ人間 どうしなのに
変な話ね～

差別とは... なにかしらの ちがいを 理由に、よくないあつかい方をすること。
さ べつ 反対の意味のことばは「公平」、「平等」です。



人種差別の他にも
性差別、障害者差別、
部落差別とか あるね...



「偏見」と「差別」は なかよしです。

いっしょになって **ワナ** をつくります。

その **ワナ** にはまると

「自分が正しい」と 信じこんで
相手を 攻撃してしまうこともあります。

これが 「いじめ」 に つながります。



「偏見」「差別」「いじめ」のワナ...

はまってしまうのは、なぜだろう?



わたしたちはみんな『こころ』を持っています。うれしい、楽しい、悲しい...など、『こころ』はいろいろなことを感じる事が出来ます。
自分の『こころ』の元気を保つために、不安や不快な気持ちを増やさないように『こころ』を守るために働くこともあります。

「こころ」を守るためのはたらき

その1. 自分のしていることは「ふつう」「正しい」と感じる ... 合理化



届かず
手に入らないと...

その2・よくわからないこと、受け入れるのが不快なことに 気付かない ... 否認



その3・あいてより 自分の方が 優れていると思いたい ... 価値下げ



このような『こころ』を守るはたらきがあることで
不安感・不快感をあまりもたずに
毎日を楽しくすごせるのです。

守りすぎるのも
どうなのかな、と
思うけど...



もしも『こころ』をうまく守れなかったら...

自分のこと、
みんな変なふうに
思ってるんじゃないかな...



自分ほど
ダメな人間はいない...



未来は何が起きるか
分からない!
こわすぎ~



外に出たら、何が起きるか分からない
事故にあうかも...だからずっと家にしよう



たしかに、
安心して生活するには、
『こころ』を守ることは
大事なんだね

自分の『こころ』を守るために
人を攻撃していたとしたら、
それは ワナに
はまっているということです。





『こころ』には、

だれかとつながることで、安心する という性質もあります

いっしょは
うれしー



いっしょは
たのしー

ともだち



かぞく

ななかま

友だち、仲間とのつながりは、安心感をもたらします。

この「仲間とのつながり」は、

共通の敵や共通の目標を持つことで強くなります。

自分の『こころ』を守ることと

仲間とつながること。

この2つが悪い方へ
かたむくと

「ワナ」にはまっています。



〇〇中に
かつぞー!!



団結!

一体感

ファイトー



これは
とっても
いい感じ



たとえば...



うらやましい、ねたみ→不快



相手の悪いところを見つけて
言いふらす (価値下げ)



「あいつ、変」「おかしい奴」と
偏見でくくって差別する
(合理化)

悪口を言いふらすなんて、
「いじめ」のワナにはまっているね



自分を不安、不快にするからといって、
自分の『こころ』を守るために人を攻撃するのは、
人として、みっともないことだね。



ワナにはまらないためには
どうしたらいいのかなあ...





「偏見」



「差別」



「いじめ」のワナに

はまらないために...



「ワナにはまるかもしれない自分」なのだと知っておく



『こころ』を守ることと 人とつながりたい気持ちは
だれにでもある 『こころ』のうごきです。

「自分は ぜったいワナにはまらない」、「偏見なんてちともないから関係ない」でなく、
ワナにはまるかもしれないと思うこと2" 気をつけることが" できます。



「いま、自分はワナにはまっていらないか」と考えてみる

自分のことはや 行動が「ワナ」にはまっていらないか、
気をつけてみると いいでしょう

不安、不快が高まると、
「ワナ」にはまりやすくなるよ
用心してね



うらやましく
不快

それで...



なわとびが
とくい!

このまえより
10点 あがった!

自分のよいところに
目を むける。

「人は人 自分は自分」と
わりきる。

自分の得意なことを
がんばる

あいつ
100点を
じまんしてる



ふーん

悪口を言うのでなく...



不快感をバネにして
自分が成長できる
方向にできれば
すばらしいですね



「正しい知識」を身につける

人は 自分がよく分からないものに対して
否定したり、なかったことにしたり、しせすいものです。

相手のことが 分からなくて 不安・不快 なときは...

いもむし
かわいいー



いもむし
大好き

へんなヤツー



仲間に
入れるの
せめよー

「さける」「否定する」ではなく

エヘヘ...



どういう
ところが
いいの?



分かろうとしてみたり、



カエレ

ネコ

人それぞれだと 認めたり、

わがまま

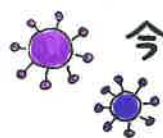
そうなの

ぼくは いもむし
苦手だから
見せないでね

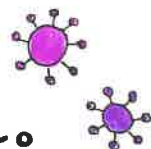
自分の気持ちを 伝えたりしましょう。



世の中には いろんな人がいて
いろんな 考え方が あります。
自分の考え方の わく が広がれば
「ワナ」からも はなれやすくなるでしょう



今、新型コロナウイルスのことで



不安、不快な気持ちができやすいかもしれません。

感染したら
どうしよう...



あの子、
マスクしてない!!



近づきたい
けど



また手を洗わないと...

近づけない!



どんなに気をつけていても、
感染してしまうこともあります。
病気になりたくてなる人はいないのだからという
当たり前のことを、わすれないでね。

不安・不快は
「ワナ」にちゅうい!



もしも自分の近くで、感染した人がいたら...



はやく
よく
なりますように

応援の気持ちで
とどけよう!



また学校に来たときは
温かく迎えよう

もしも 自分や 自分の家族が感染したら
周りの人が どんなふうにしてくれたら
安心かと想像して
思いやりの心で 接しましょう



感染した人を「偏見」の目で見、「差別」し、「いじめ」することは、してはならないことです。



「感染したのは
〇〇さん」と
SNSで広めたり。



うわさ話をしたり



こんなことも...

これらのことは、してはいけないことです。



相手の身になって
考えて 行動すること、
それが「思いやり」だね

みんなが思いやりの気持ちをもってれば
「偏見」「差別」「いじめ」は起きなくて、
だれもが 過ごしやすくなるのじゃないかな



人に対して優しくすることは、

自分にとっても過ごしやすい居場所を作ることになるでしょう。