



一瞬の感情が友達とのトラブルになる

～仲良くなり始める時期に、大人が知っておきたい情報モラル～

学校にも慣れて、子どもたちの人間関係が動き始める時期。最初の緊張がゆるみ、「一緒にいる友達」「休み時間に話す相手」「グループで行動する仲間」ができ始めます。

友達ができることは、子どもにとって大きな安心につながります。一方で、この時期はまだ関係が安定していないため、「嫌われたくない」「仲間外れになりたくない」「場の空気を壊したくない」という気持ちも強くなりやすくなります。

その中で起こりやすいのが、友達同士の「ノリ」によるトラブルです。本人たちは冗談や悪ふざけのつもりでも、相手を傷つけたり、いじめや人権侵害、ネットトラブルにつながったりすることがあります。

特に今の子どもたちの人間関係は、学校の中だけで完結しません。SNS、グループチャット、オンラインゲーム、動画投稿アプリなど、インターネット上にも友達関係が広がっています。教室では一瞬で終わるはずだった悪ふざけが、写真・動画・コメントとして残り、共有され、思わぬ相手にまで届いてしまうことがあります。



★ 大人が知っておきたいこと

情報モラルとは「スマホを使いすぎない」「危ないサイトを見ない」という話だけではないということです。友達との関わりの中で、相手の情報をどう扱うか、ネット上でどこまで発信してよいか、見た人がどう受け取るかを考える力も、重要なインターネット・リテラシーです。

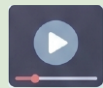
1. 「仲よし」でも、相手の情報を勝手に使っていいわけではない

友達同士のトラブルでは、「仲が良いから大丈夫だと思った」「本人も笑っていた」「いつもふざけ合っている」という言葉がよく出てきます。大人から見ても、普段から一緒にいる子ども同士であれば、「本当に嫌だったのだろうか」と判断に迷うことがあります。しかし、子どもが笑っていたからといって、必ずしも平気だったとは限りません。特に仲良くなり始めの時期は、相手との距離感を探っている段階です。「ここで嫌だと言ったら空気が悪くなるかもしれない」「冗談が通じないと思われるかもしれない」と不安になり、本当は嫌でも笑って受け流すことがあります。

ここで大人が伝えたい情報モラルの基本は、これらはすべて相手に関わる大切な情報だということです。



写真



動画



名前



発言



失敗した場面



見た目

- たとえば、
- 変な表情の写真を勝手に撮って送る
 - 友達の発言をスクリーンショットして別のグループに送る
 - 失敗した場面を動画にして笑う
 - 本人の名前をもじって投稿する

こうした行為は、する側にとっては軽い冗談でも、される側にとっては恥ずかしさや不安、屈辱感につながる可能性があります。インターネット上では、「仲が良いから」「冗談だから」という言い訳は通用しにくくなります。一度送られた画像やコメントは、相手の端末に残ったり、スクリーンショットで保存されたり、さらに別の人へ転送されたりする可能性があります。

大切なのは、「自分が面白いと思うか」ではなく、「相手が公開されてもよいと思っているか」です。子どもたちには、友達の情報を扱う時には、本人の許可を取ること、嫌がる可能性があるものは送らないこと、後から消せばよいと考えないことを、繰り返し伝える必要があります。

2. 「みんなでやった」ときほど、ネットでは加害が広がりやすい

友達同士のノリが大きなトラブルになる背景には、集団心理があります。一人であれば「これはまずいかも」と思えることでも、周りが笑っていたり、複数人が同じ行動をしていたりすると、判断がにぶりやすくなります。

みんながやっていたから

自分だけではない

止める雰囲気ではなかった

こうした言葉は、子どもたちの言い訳のように聞こえるかもしれませんが。しかし実際には、子どもたち自身その場の空気に流され、自分の行動を客観的に見られなくなっていることがあります。SNSやグループチャットでは、この集団心理がさらに強く働きます。



誰かが投稿する



それにスタンプやコメントがつく



さらに別の子が面白がって反応する。

最初は小さな悪ふざけだったものが、短時間で広がり、エスカレートしてしまうことがあります。

情報モラルの観点で見ると、ネット上のトラブルは「最初に投稿した人」だけの問題ではありません。からかう投稿に反応する、笑うスタンプを押す、別の人に転送する、スクリーンショットを保存する、面白がってコメントする。これらも、相手から見れば傷つける行為の一部になります。

また、オンライン上では、相手の表情や声の調子が見えにくいため、「どこからが嫌だったのか」「誰が傷ついたのか」に気づきにくくなります。子どもたちは、目の前の盛り上がりや通知の反応に意識が向き、相手の気持ちや、後から残るリスクまで考えにくくなります。

だからこそ、大人は「ネットでは、見ているだけ・笑っているだけ・広めるだけでも、トラブルを大きくする側になることがある」と伝える必要があります。

子どもに必要なのは、単に「投稿しない力」だけではありません。危ない投稿に乗らない、広げない、保存しない、反応しない、必要なら大人に相談するという力です。これは、これからの時代に欠かせないインターネット・リテラシーです。

3. 大人は「禁止」だけでなく、「判断のものさし」を渡す

子どもたちに情報モラルを伝える時、大人はつい「勝手に投稿してはいけない」「人を傷つけてはいけない」「ネットに悪口を書いてはいけない」と、禁止の形で伝えがちです。もちろん、してはいけない行為を明確に伝えることは大切です。

しかし、それだけでは、子どもは実際の場面で判断できないことがあります。

子どもたちは、多くの場合、正解をまったく知らないわけではありません。勝手に写真を送ってはいけないこと、人をからかう投稿がよくないこと、ネットに残ると困ることは、頭では分かっている場合もあります。

それでもトラブルが起きるのは、その場の空気の中で止まれないからです。友達に合わせたい、場を盛り上げたい、浮きたくない、ノリが悪いと思われたくない。そうした気持ちが、判断をにぶらせます。

だからこそ、大人ができることは、「ダメ」と伝えるだけでなく、子どもが立ち止まるための考え方を渡すことです。

- これは本人に許可を取っているか
- スクリーンショットが残っても困らないか
- 別のグループに広がっても問題ないか
- 自分が同じことをされたらどう感じるか

こうした問いは、子どもがその場で判断するための“ものさし”になります。

友達関係が育ち始める5月は、子どもたちにとって大切な時期です。同時に、距離感を間違えやすい時期でもあります。大人ができることは、子どもの交友関係を過度に管理することではなく、ネット上で人と関わる時の責任や、相手の情報を扱う重みを、日常の会話の中で伝えていくことです。

“ノリがいい”ことより、“止まれる”こと。面白がることより、相手の情報を大切に扱えること。

その価値を、大人が繰り返し言葉にしていけることが、子どもたちをネットトラブルから守る力になります。



「断れない」場面を考えるワーク



大人がこどもに渡したい「判断のものさし」

友達との“ノリ”によるトラブルは、「悪いことをしよう」と思って起きるものばかりではありません。こどもたちは、「友達に合わせたい」「空気をこわしたくない」「ノリが悪いと思われたくない」という気持ちから、本当は少し違和感があっても、断れないことがあります。

大人がこどもに伝えたいのは、「断りなさい」という正論だけではありません。

実際にありそうな場面を一緒に考え、こどもがその場で立ち止まるための“判断のものさし”を持てるようにすることです。

理解しておきたいこと

1. 断れないのは、意志が弱いからではない ～禁止するだけでは止まらない～

こどもが友達に流されてしまった時、大人はつい「どうして断らなかったの」「嫌なら嫌と言えばよかったのに」と言いたくなります。しかし、こどもにとって友達関係はとても大きな世界です。

大人が思う以上に、友達からどう見られるか、グループの中でどう扱われるかを気にしています。そのため、「これはよくないかも」と理解していても、すぐに断れるとは限りません。

大切なのは、断れなかったことを責めるのではなく、「どんな場面だと断りにくいのか」「どうすれば少しでも止まれるのか」を一緒に考えることです。

2. よくある「断れない」場面

こどもと話す時には、抽象的に「ネットに気をつけよう」と伝えるよりも、具体的な場面を出す方が考えやすくなります。

次の場面について、こどもと一緒に考えてみましょう。

場面 1 友達に、「この子の変な顔、写真撮ろう」と言われた。

場面 2 友達に、「この動画、一緒に投稿しよう」と言われた。

場面 3 グループチャットで、誰かの写真や発言をからかう話題で盛り上がっている。

場面 4 友達に、「これスクショして、別のグループに送って」と言われた。

3. まず考えたいこと

それぞれの場面で、こどもに考えてほしいことにチェックを入れてみましょう。

- 本人に許可を取っているか
- 相手が見ても嫌な気持ちにならないか
- 写真や動画があとで誰かに送られないか
- スクリーンショットで残っても困らないか
- 別のグループに広がっても問題ないか
- 家族や先生に見られても説明できるか
- 自分が同じことをされたらどう感じるか
- 「みんながやっているから大丈夫」と思い込んでいないか

4. 断りにくい理由を考える

こどもが断れない時、そこには理由があります。あてはまりそうなものにチェックを入れてみましょう。

- 嫌われたくない
- 仲間外れになりたくない
- 空気をこわしたくない
- ノリが悪いと思われたくない
- 自分だけ真面目だと思われたくない
- 友達に強く言えない
- その場では危ないことだと気づきにくい
- みんなが笑っていると、大丈夫に見えてしまう

その他にありそうな理由：

.....

5. 使えるような「止まる言葉」

友達の“ノリ”を止める時、強く注意できなくても大丈夫です。短い一言でも、流れを変えるきっかけになります。

子どもが言いやすそうな言葉にチェックを入れてみましょう。

- 「本人に聞いてからにしよう」
- 「それは送らない方がいいかも」
- 「勝手に撮るのはやめところ」
- 「スクショ残ったらまずくない？」
- 「あとで困るかもしれん」
- 「私はやめとく」
- 「この話題、変えよう」
- 「本人が見たら嫌かも」
- 「投稿する前に確認しよう」
- 「それ、広がったらまずいかも」

子どもが使えるような一言を3つ選んでみましょう。

1.
2.
3.

ワークやってみてね



6. 直接言えない時にできること

友達に面と向かって止めることが難しい子もいます。その場合は、「言えなかったら終わり」ではなく、他の行動を選べるようにしておくことが大切です。できそうな行動にチェックを入れてみましょう。

- スタンプを押さない
- コメントしない
- 保存しない
- 転送しない
- 話題を変える
- その場から離れる
- あとで本人に声をかける
- あとで先生や家の人に相談する

自分にもできそうな行動：

.....

7. 大人から子どもへの声かけ例

子どもと話す時は、「どうして断らなかったの」と責めるより、次にどう動けるかを一緒に考える声かけが有効です。

たとえば、次のように聞いてみましょう。

- 「この場面で、少し危ないと思うところはどこかな？」
- 「断りにくいとしたら、何が不安だったと思う？」
- 「強く注意できない時、どんな言い方ならできそう？」
- 「その場で言えなかった時、あとからできることはある？」
- 「この写真や投稿が広がったら、誰が困ると思う？」
- 「自分が同じことをされたら、どんな気持ちになるかな？」



大人へのポイント

子どもに必要なのは、「絶対に断れる強さ」だけではありません。

実際には、友達関係の中で断ることが難しい場面はたくさんあります。

だからこそ、大人が渡したいのは、禁止の言葉だけではなく、子どもが立ち止まるための“判断のものさし”です。

本人に許可を取っているか。

ネット上に残っても困らないか。

広がっても大丈夫か。

相手が嫌な気持ちにならないか。

こうした問いを、日常の会話の中で繰り返し確認しておくことが、子どもたちをネットトラブルから守る力になります。



心理 Q 息子が、悪ふざけ動画に「いいね」を押していました。

中学生の息子が、友達と一緒にコンビニでふざけている動画に「いいね」を押していました。本人は「みんなやっていたし、別に悪いことをしたわけじゃない」と言います。なぜ子どもたちは危険だと分かっているにもかかわらず、このような行動をとってしまうのでしょうか？



なぜ「みんなやっている」に流されるのか？

中学生にとって、学校や友達同士の人間関係は「生活のすべて」と言っても過言ではありません。彼らにとって「みんなと同じ」であることには、大人の想像を遥かに超える重みがあります。

集団から外れる恐怖（類似性の法則・所属の欲求）

人は自分と似た人に親近感を持ち、グループに属することで安心します。今いる集団から外されたり、嫌われたりすることは、子どもにとって「自分の安心できる居場所を失う」という、非常に恐ろしいことなのです。

脳がまだ発達の途中にある

中学生の時期は、理性を司る脳の部分（前頭前野）がまだ発達しきっていません。そのため、感情にブレーキがかけづらく、「危険だと頭ではわかっているにもかかわらず、具体的にどうなるか想像できない」状態になりやすいのです。

「赤信号、みんなで渡れば怖くない」心理（責任の分散・同調圧力）

1人だと罪悪感があることでも、集団になると「みんなもやってるし」と罪悪感が薄れてしまいます。自分の不安を消すために、あえて一緒にやる仲間を巻き込もうとすることもあります。

「その場のノリ」の重要性（承認欲求）

「空気が読めない」「ノリが悪い」と思われると、攻撃されるかもしれないという不安があります。また、あえて危ないことやモラルに反することを一緒に行うことで、「自分たちは特別だ」というスリルを共有し、認められたい欲求（承認欲求）を満たし合っています。



「自分だけは大丈夫」という思い込み（正常性・楽観性バイアス）

都合の悪いリスクを無意識に小さく見積もり、根拠なく「自分だけは大丈夫」「大ごとにはならない」と思い込む心理があります。この心理は、不安から無意識に自分を守るために発生し、不安が強いときや、集団の中にいるときに、より強まってしまいます。

気持ちに共感し、味方として一緒に考える

子どもたちは多かれ少なかれ、常に自分の居場所や立ち位置、周りからの評価などに不安や葛藤を感じながら過ごしています。まずはその気持ちに共感したうえで、子ども自身ではなく『行動』にだけ焦点を当て、「これからどうするか」を味方として一緒に考えていくことが大切です。

Point 1 「仲間外れになりたくない」という背景を理解する

正論だけで責め立てると、子どもは自分を守ろうと心理的抵抗が起こりやすくなります。すると、さらに「自分を認めてくれる場所」を家族以外に求めてしまい、今いる集団から外れないための言動が増えてしまう可能性があります。

中学生は、自分のモヤモヤした気持ちをうまく言葉にできない子も多く、本人も本心に気づいていない場合もあります。気づいていてもプライドや恥ずかしさから親に言いたくないという子も多くいます。「言いたくないなら無理に言わなくていいよ」と待つとあがることも、子どもを尊重する大切なメッセージになります。

Point 2 自分を守るための「心の境界線」を育てる

- 「それは本当にやりたかったこと？」と問いかけてみてください。その場では本心が返ってこなくても、こどもの心に問いを残すことが大切です。
- 「やってる時にモヤモヤしなかった？ それは体が『やりたくない』って教えてくれたサインだよ」と伝え、自分の感覚を大切にできるよう促していきます。
- 「やめておく。と断ることは相手を否定することではなく、自分を大事にすること。もしそれで壊れる関係なら、あなたを大切にしてくれない相手ということだよ」と伝えます。
- 「断ってハブられたり攻撃されたりしたら、大人が全力で守るから大丈夫」と伝えることで、こどもは味方の存在を感じ、同調圧力に NO という勇気が持ちやすくなります。可能であれば、「次からはどうやって断る？」といった具体的なシミュレーションも効果的です。

Point 3 「先リスク」を具体的にイメージさせる

- こどもは「ネットに上げたらどうなるか」という先の危険を想像する力がまだ未熟です。「全世界に見られる」と言われてもピンときません。言葉で怒るよりも、実際のニュースやトラブル事例を一緒に見ながら、「具体的に何が起きるか」をリアルに伝えていきましょう。
- ダメなものはダメとブレない態度で伝えましょう。その場では反発したとしても「自分を本気で守ろうとしてくれている」という安心感がこどもの心に残ります。



a spoonful of suger
公認心理師・臨床心理士

浅井 育子 先生

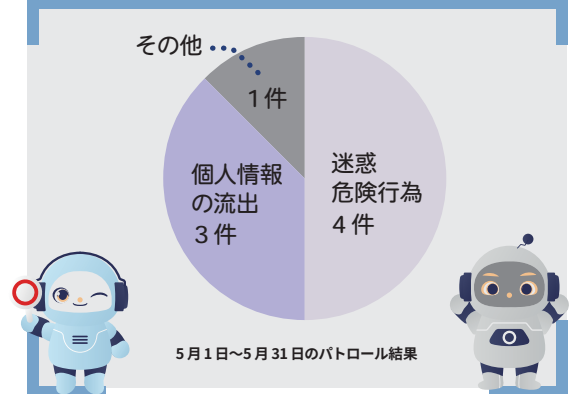
田辺市上屋敷でカウンセリングルームを主催。病院での勤務経験やスクールカウンセラーの経験を生かし、ひきこもり・不登校などの課題の解決に向けたカウンセリングを実施している。



ネットパトロール報告 2026年5月度調査報告

2026年5月のネットパトロールで発見された問題投稿は8件。その内訳は迷惑・危険行為が4件、個人情報流出が3件、その他が1件でした。迷惑・危険行為では公共施設の備品を勝手に使用し、いたずらしている動画が複数見つかっています。また、一般の方から「このようないたずら動画が出回っています」といった通報も数件寄せられています。

和歌山県内の青少年の問題投稿



分析 『助けない』の裏にある危険 SNSに潜む情報収集のワナ

SNSでは、困っている人を助けたり、地域の情報を共有したりと、多くの善意が行き交っています。しかし近年、その「親切心」や「思いやり」につけ込み、個人情報を聞き出そうとする投稿やメッセージが見られるようになってきました。例えば、「農作物が余っているので無料で差し上げます」「困っているので助けてください」といった投稿を見かけたことはありませんか？もちろん、本当に善意で発信されているものもあります。しかし、中には連絡を取った人から個人情報を聞き出したり、別のサイトへ誘導したりすることを目的としているケースもあります。「受け渡しのために住所を教えてください」「配送するので氏名や電話番号を教えてください」「本人確認のために写真を送ってください」などと言われ、相手を信じて情報を伝えてしまうと、思わぬトラブルにつながる可能性があります。また、「迷子を探しています」「病気の家族を助けない」といった投稿を利用し、善意から協力した人の情報を集めようとする例もあります。人を助けたいと思う気持ちはとても大切です。しかし、SNS上では相手の身元や投稿内容が本当であることを確認することが難しい場合があります。善意から行動する前に、「なぜこの情報が必要なのか」「本当に信頼できる相手なのか」を冷静に考えることが重要です。SNSでは、優しい言葉や困っている人を見かけると手を差し伸べたくなるものです。しかし、その気持ちを悪用しようとする人がいることも忘れてはいけません。「助けない」という気持ちと「慎重に確認する」という意識を両立させることが、安全なSNS利用につながります。相手を思いやる心と、自分自身を守る心の両方を大切にしましょう。



出張情報モラル講座

5月は、中学校・高校合わせて6校で講座を実施いたしました。そのうち3校は昨年度に続いてのリピート、もう3校は今年度初めてお申し込みいただいた学校です。

講義中の子どもたちは真剣そのもの。うなずきながら熱心に耳を傾け、ワークシートでは友達同士で意見を共有し合う、主体的な姿がとても印象的でした。

リピートの学校では「去年の講義、覚えている！」と声をかけてくれる生徒もおり、スタッフ一同大変励みになりました。何度も受講してくれる子どもたちにも、常に新鮮な学びを届けられるよう、内容をアップデートして臨んでいます。



講座日	学校名	講座内容	対象生徒の学年	人数
5/14	古佐田丘中学校	SNSなどのコミュニケーション	中学1年生	35名 (教職員3名)
5/25	近畿大学附属新宮中学校	SNSなどのコミュニケーション	中学1年生	54名 (教職員8名)
5/25	近畿大学附属高等学校	犯罪やトラブルの防止	高校1年生	133名 (教職員20名)
5/26	智辯学園和歌山中学校	SNSなどのコミュニケーション	中学1～3年生	588名 (教職員30名)
5/28	那智中学校	犯罪やトラブルの防止	中学1～3年生	131名 (教職員20名)
5/29	和歌山県立和歌山高校	犯罪やトラブルの防止	高校1年～3年生	448名 (教職員45名)

専門講師による
無料の講座です！



小学校・中学校・高校・支援学校からの
お申し込みをお待ちしております



ネットトラブル相談窓口

24時間、チャットbotで相談いただけます！



ネットトラブルの相談窓口を開設しています。右下のリラちゃんのボタンからチャットを行うことができます。24時間、チャットbotが自動で対応するため、気軽に相談ができます。平日15:00-19:00には希望すれば相談員とお話しすることも可能です。



インターネット上でのこんなことを相談いただけます！

- アカウントを乗っ取られた
- 暴力的な表現の投稿を見つけた
- 無断投稿を削除してほしい
- 危険な行為の投稿を見つけた
- など

先生方や保護者、支援機関からの情報提供・相談も受け付けます。

わかやまネットトラブル相談窓口では、先生方や保護者の方からの相談も受け付けています。問題のある投稿を見つけた、この問題に対する対処方法を教えて欲しいなど、インターネットのトラブルに関連する様々な解決をお手伝いします。web サイト右下のチャットからアクセスして、ご相談をお寄せください。

わかやま ネットパトロール通信

令和8年度「青少年ネット安全・安心のための環境整備事業実施業務」
企画・制作：TETAU 事業協同組合

お問い合わせ

TETAU 事業協同組合
050-5536-9139 (平日 10:00～16:00)
netpat@tetau.jp (担当：森脇・信貴・中村)

和歌山県 共生社会推進部 子ども家庭局 子ども支援課
TEL：073-441-2502 FAX：073-441-2491
メール：e1104001@pref.wakayama.lg.jp