



© dak

やさしいナースになるための スマイル通心

2020年 8月 第122号

誹謗中傷・・・「誹謗」→他人を悪く言うこと。



「中傷」→根拠のないことを言うこと。

この言葉を組み合わせた言葉。

最近では、ネット上で被害が拡大傾向にあり問題となっています。根拠のない事を言いふらして他人の名誉を傷つけたり、何かに対して良し悪しを判断し批判する。なぜこのような悲しいニュースがこんなに起こっているのでしょうか・・・名前が出る書き込みしかできない世の中だったら誹謗中傷は無くなるものなのでしょうか？ (☹)

人はどういうときに批判するのか？

正しい評価できないのか？



人はそれぞれ価値観や好みが違います、多くの人は自分と違う価値観の人を許せなかったり、自分と好みや価値観が違うと思わずけなしたり批判する。

例えば、自分の憧れていることや良いと思っている対象をけなしてしまう事。これは自分の理想と、現実の自分との間に大きなギャップを感じた時に、そのギャップを埋めようとし、あえて見えないようにしたり、けなしたりすることでストレスを軽減しようとしていることが原因のようです。そして自分では『ちょっといいかも』と思ったことが、他の人から「全然ダメ！」と言われると、「そうなのか…」と思って考えを替えたりした経験はありませんか？他人を強く非難する人がいると、つい自分も非難する側につかないとまずいのでは？と考える現象など。特に日本人は恐怖心から安定を望む傾向があるため、それを乱そうとすることに対して拒否反応を示すことが多いようです。

自分に余裕や自信がある人は
あまり他人を批判しないように思えます



ただやみくもに悪い事を指摘したり、責め立てたり

するのはなく、客観的な思考や豊富な知識、理性的度

相手の立場になって考える、思いやりのある

正しい批判をする必要があるのではないのでしょうか。



正しく注意・意見で来て
余裕のある人でありたいものですね

スマイル通心 8月号



今月は、「誹謗中傷」についてでしたが、いかがだったでしょうか？

最近、ネットによる「誹謗中傷」によりお店や個人を批判し責めたり、それにより閉店になり、自殺にいたる人も出たりとただの「いじめ」では済まされない状況になっています。

以前の「いじめ」は、相手を認識して、誰が誰をいじめているとはっきり解った状況が多かったのですが、ネット上では、誰かも解らない状況で不特定多数の方からの批判を受け、精神的に立ち直れない状態となります。

その意見の中には、批判ばかりではなく、養護をしたり、褒め言葉も中には入っていることも多いのですが、どうしても批判内容だけが心に残ってしまいます。初めは、内容を見て怒ったり「無視しよう」「気にしないでいよう」と思っていたり、批判が続いたり、批判の内容が過激になってきたりすると「何でこんなに責められないといけないのか」と思う反面「もしかしたら自分が悪いのか？」「自分がおかしいのか？」と段々、自信がなくなってきてしまいます。そして、「自分なんかは、いない方が良いんだ」と最悪な状況になってしまうことも…。自分自身が特定できないことで、気軽な気持ちで誹謗中傷的な書き込みをすると自分の想像以上の出来事に発展することもあるかもしれませんので注意しないといけません。

意見を言う際には、相手に批判と捉えられないよう

内容や言葉遣いに十分気をつけ、便利なツールを

有効的に利用できたらと思います。



看護部長 渡辺 千代子

