



心の相談室だより

弥富北中学校 令和2年度 第4号

2020.12



みなさん、こんにちは！スクールカウンセラーの矢野加奈（やのかな）です。

12月ですね。最近、肌寒くて暖かいコートが必要な日が多くなりましたね！風邪や病気には気を付けて生活してくださいね。今回は、前回に引き続き、バイアスについてご紹介します。

<バイアスの話 Part2>

Part1ではバイアスそのものについてお話ししました。

今回は、バイアスの中の一つ、『確認バイアス』について紹介します。

確認バイアス

確認バイアスとは、人間が無意識のうちに自分の考えを肯定するような情報ばかり集め、逆に、否定するような情報は無視したり軽視したりする傾向のことです。

簡単に言うと、「人は自分の先入観や思い込みを正当化する情報を集めがち」ということです。

確認バイアスを説明する上で、有名なものとして「血液型占い」があります。

実は血液型占いには、科学的な根拠はなく、性格と血液型の間には因果関係はないと言われています。

しかし、日本人の多くの方が血液型占いを信じています。それは、内容的に当たっていると感じる部分があるからではないでしょうか？

では、なぜ、科学的な根拠がないと言われているのに占いが当たったと感じるのでしょうか？

そこには確認バイアスが関係しています！

例えば、机を綺麗に片付けているSさんがいたとします。その人の血液型がA型とすると「SさんはA型だから几帳面なんだ！」と思いがちです。

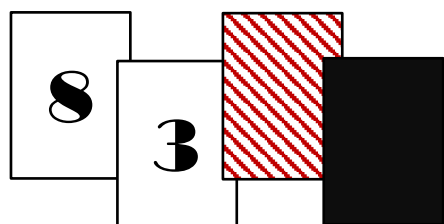
このとき、「本当に几帳面な性格ならばそもそも机は最初から片付いている」はずですが、片付ける前に机が整頓されていなかったことはスルーされています。

この確認バイアスが働くと、Sさんが整頓していなかった場合も「SさんはA型なのに几帳面じゃないんだ」となり、例外扱いとしてとらえることもあります。

他にもO型のKさんが几帳面な時も「KさんはO型だけど几帳面なんだ」と占い自体が外れていても例外として自分の考えを肯定する情報としてとらえようとしています。

そして、無意識のうちに「A型は几帳面なんだ」という自分が肯定した情報だけが頭に残っていきます。この思考の流れが「確認バイアス」です。

ここで、「確認バイアスクイズ」です！（数学が得意な人は分かってしまうかもしれませんが…）



表面に数字が、裏面に黒色一色とストライプの柄どちらかが書いてあるカードがあります。

この中から2枚ひっくり返して「偶数のカードの裏はストライプ柄」という仮説が正しいことを証明してください。

あなたは、どのカードひっくり返しますか？直感で選んでください！

答えは裏面にあります・・・⇒



皆さん、答えは分かりましたか？
「8」と「ストライプ柄」だと思った人が多いのではないのでしょうか？

正解は、「8」と「黒色」のカードです！

偶数のカードの裏がストライプ柄で、黒色のカードの反対側が偶数でないことが分かれば、「偶数のカードの裏はストライプ柄」という答えが正しいと証明できます。なぜ、「ストライプ柄」ではなく、「黒色」のカードの反対側を見るかと言うと、黒色のカードの反対側が偶数だった場合、偶数カードの裏は黒色もあるということになるからです。今回の証明で必要なのは、偶数カードの裏がストライプ柄であるか否かだけなので、ストライプ柄のカードの反対側が何の数字かは問題ではありません。

この問題では「偶数のカードの裏がストライプ柄であることを肯定する情報」と「黒色のカードの裏が偶数であることを否定する情報」を集めることが必要となります。

しかし、人は「偶数のカードの裏はストライプ柄」という情報を肯定するカードを無意識に集めたいになるので、「8」と「ストライプ柄」を選んでしまうのです。

この無意識に肯定する情報を集める思考回路が、まさに「確認バイアス」なのです。

世の中には、「大企業に就職すれば幸せに違いない」や「偏差値の高い大学に入るとよい」などなど、たくさんのバイアスがあります。気が付かないうちにそのバイアスを肯定する情報を集めてしまっているかもしれません。もちろん、その生き方で本当に幸せな人もいるだろうし、逆に辛い思いをしている人もいるかもしれません。

確認バイアスは人間誰しもがもっているものです。それ自体はよくないことはありませんが、人との間にすれ違いや勘違いが起こってしまう可能性があります。

「あえて自分の考えの反対意見について考えること」や「自分の意見以外の選択肢は本当にないのか」について考えるだけでも見えてくることは変わってくるかもしれません。自分の意見だけで物事を見るのではなく、反対の意見やいろんな人の考え方を聞き、いろんな選択肢をもてるようになるとより良い判断ができるのではないのでしょうか。

興味がある人や詳しく知りたい人は、ぜひ気軽にスクールカウンセラーに声をかけてください。



心の相談室について

- ◇心の相談室はみなさんが日ごろ困っていることや悩んでいることについてスクールカウンセラーが話を聴き、2人で一緒に考えるところです。
- ◇カウンセリングは、相談者とカウンセラーと一緒に作り上げていくものでカウンセラーがアドバイスするとは、限りません。自分の気持ちを振り返ったり、整理したりして、いろんなことを一緒に考えていきましょう。
- ◇身近な人にはちょっと話しにくいようなとき、気軽に利用してくださいね。

場 所：本館 1F 心の相談室 開室時間：11:00～17:00
開室曜日：水曜日（詳細は下記の来校予定日をご確認ください）
予約方法：担任の先生、保健室の先生、もしくは直接カウンセラーに声をかけてください。基本的に予約制です。



※12・2021年1・2・3月の来校予定日 ※ は曜日が異なります。

12月	2 (水)	9 (水)	16 (水)	21 (月)
2021年1月	13 (水)	20 (水)	27 (水)	
2月	3 (水)	10 (水)	17 (水)	24 (水)
3月	10 (水)	17 (水)		

保護者のみなさまへ

お子さまのことで気になること、困っていることなどがありましたら、お気軽にご相談ください。

予約方法：担任の先生にお話いただくか、お電話でお申し込みください。

(弥富北中学校：0567 - 65 - 4151)