

# 豊かな心を育てるために

## 自尊感情を育む

わたしたちは、世界にひとりしかいない自分自身を、かけがえのない存在であると自覚することが大切です。この自分自身をかけがえのない存在として認め、欠点も含めて自分自身を大切にすることを**自尊感情**といいます。

失敗もするけれど、完全ではないけれど、精一杯生きている自分を受け入れることができたとき、他の人の不完全さや、失敗も受け入れることができます。

そのため、自尊感情はすべての人の人権を尊重する基本となる意識であると言えます。自尊感情は、子どものころから育まれると言われていません。特に、自分の身近な人が自分を認めてくれる、自分の気持ちをわかってくれるという感覚は、自尊感情の基礎となるものです。例えば、幼い子どもがどんなに泣き叫んでも、そのことを丸ごと受け入れる大人の態度、「無条件の受容」が自尊感情を育てていく上で欠かせません。甘えることにより得られる安心感が、その後の自立や成長に向けての重要な土台になっていくからです。



「待ってたよ、初めまして!!」 大分市人権フォトコンテストの作品



「俺達のふるさと」 大分市人権フォトコンテストの作品

## 話を聴くことで…

子どもの話をゆっくりと聴いてあげたい。でも毎日が忙しく、あわただしく時間が過ぎていく中でその難しさも感じて実践できずにいる、これが多くの人の本音かもしれません。

しかし、「聴く」際に**最も大切なことは、心と体を傾けて最後まで聴くこと**だと言われていています。話を途中で遮ったり、アドバイスをしたりするのではなくて最後まできちんと聴くことで、子どもの感情を理解することができるからです。そしてそれは、子どもに「自分の存在の肯定」を感じさせ、安心感を与えることにつながっていきます。さらに、安心感とは、子どもに「自分は大切にされている」という気持ちを生み、自尊感情を育むと言われていています。

「落ち着いて話をしたり、聴いたりする」、「言われなくても進んで勉強する」、「友だちに優しくする」といった姿を大人は望み、つい子どもにそれを求めてしまいがちです。大人のゆっくりと話を最後まで聴く姿が、実はそのような子どもの姿につながっていくということなのです。

「思いやりのバトン」 第39回全国中学生人権作文コンテスト 法務大臣政務官賞 作品  
(法務省人権擁護局・全国人権擁護委員連合会主催)

ある日の夕方、私は奇妙な光景に出会いました。駅の改札口の前で、若い女性が四人、縦一列になり前の人の肩をつかんでつながってじっとしているのです。帰宅ラッシュの人混みの中、まるで電車ごっこをしているかのような女性たち。近くまで来て、私はその理由がわかりました。彼女たちは、白杖を持っていました。視覚障害のある方たちだったのです。

一緒にいた母が彼女たちに駆け寄り、声をかけました。「大丈夫ですか。何かお困りでしたら、お手伝いします。」

母の声に反応して、四人が一斉にこちらに顔を向けました。「お願いします。西武線と中央線、二つの改札があって、どちらに行けばいいのかわからなくなりましたのです。」

母は、二つの路線のそれぞれの改札横の窓口に彼女たちを連れて行き、駅員さんにサポートをお願いしました。別れ際に、彼女たちが母の手を握って何度もお礼を言っていたのが印象的でした。

帰り道、私はずっとその光景を思い出していました。そして、私が「奇妙」だと感じた理由は、電車ごっこのような女性たちの姿だけではなく、彼女たちを目にしていながら何事もないように通り過ぎていく人々の様子にもあったことに気がきました。彼女たちの周りには、携帯電話をいじりながら待ち合わせをしているような人も大勢いました。しかし、まるで彼女たちが存在していないかのように、誰もが無関心でした。母が声をかけるまで、一体どれほどの時間を彼女たちはあの場所で立ちすくんでいたのでしょうか。もし自分だったら…と、私は目を閉じて想像してみても怖くなり、そして悲しくなりました。

母が、白杖を頭上に高く掲げている人がいたら、それはSOSのサインだと教えてくれました。しかし、彼女たちは誰も白杖を掲げていませんでした。調べてみると、そのサインは、視覚障害者の方たちですらまだ知らない人が多い、ということがわかりました。また、SOSのつもりで白杖を掲げたが、誰も声をかけてくれず悲しかった、という体験談も読みました。サインが世間に周知されることはもちろん重要です。しかし、それよりも、「誰かを気遣う気持ち」が広まってほしいと思いました。「困っていないかな」「大丈夫かな」と、思いやりを持って気遣うことができ

ば、サインがなくても助けになれるのです。

「バリア(障壁)フリー」は、様々な場所で進められていることがわかります。段差をなくす、電光掲示板を設置する、音声案内を流す、など、物理的なバリアは取り除かれつつあります。しかし、最も大きなバリアは、私たちの心にあるのではないのでしょうか。困っている人に気付いても、自分には関係ないと思ったり、誰か他の人が助けるだろうと人任せにしたり、どうしたらいいかわからないからと見て見ぬふりをしたり。「無理解」、「無関心」というバリアがなくなれば、私が駅で体験したような出来事は起こらないはずです。では、そのバリアを取り除くために必要なのは何でしょうか。私は、「想像力」と「勇気」だと思います。目を閉じて、初めて来た駅で人混みの中立っている自分を想像してみてください。車イスに乗っている自分が、階段しかない建物にいる場面を想像してみてください。とても不安で、「誰か助けて」と思うのではないのでしょうか。想像力を働かせれば、困っている人が求めていることに気付くことができると思います。そして、少しの「勇気」を出して、声をかければいいのです。

心のバリアフリーが実現できれば、その他のどんなバリアも乗り越えられると思います。

私の住む小金井市には、「障害のある人もない人も共に学び共に生きる社会を目指す小金井市条例」があります。その中に、「共生社会」という用語の定義が次のように書かれています。

『共生社会 差別を解消し、障害者と障害者でない者とは分け隔てられることなく、相互に人格と個性を尊重し合いながら、地域の中で共に手を取り合い安心して暮らすことのできる社会をいう。』

私たち一人ひとりの意識と思いやりの心が、社会を変えていくのだと思いました。私も母のように、困った人を見かけたらためらわず声をかけて手助けしようと強く思いました。

駅で、視覚障害のある女性たちを見送った後、母が言いました。

「思いやりのバトンがつながるといいね。」

彼女たちが家に着くまでの間、どうか彼女たちに優しく手を差し伸べる人が現われますように。私もそう祈りました。

【原文のまま掲載】※大分県においては法律名や団体名等固有の名称を除き、可能なものについては「障がい」と表記するようにしています

2004(平成16)年12月に策定した「大分市人権教育・啓発基本計画」(2017(平成29)年4月改定)でも、「共生社会を構築するためには、すべての人々が、差別し合うことなく互いの人権を尊重するという意識の高揚を図り、やさしさと人を思いやる心、違いを認め合う寛容な心、共に愛し合い・許し合い・生かし合う愛の心を醸成することが何よりも重要です」と示されています。大人の意識や態度が子どもの成長・発達に大きく影響します。家庭・学校・地域・職場・行政など、みんなが連携しながら人権・同和教育及び人権啓発を推進することが大切です。