

相談室だより

No.3 平成30年7月26日(木)

夏休み

石川県立金沢桜丘高等学校相談課

7月に実施した人権教育講座の感想文を紹介します。

演題「多様性を認め合い、自分らしく生きる」

講師 橋本順子先生（スクールカウンセラー）



先生のお話を伺って知った、「今から自分にできること」を実践してください。

今回の講座を聞き、最近の日本は固定観念にとらわれず、新しい考えを受け入れようとしていると感じた。お茶の水女子大が心身で性別が異なる生徒を受け入れたり、国そのものがLGBTに対して寛容になろうとしたりすることは、十年前では考えられなかったとも思う。自分と違う、一般的ではないという理由から他人を否定するのではなく受け入れようとする心は、私たちにも必要なことだと思う。

今日の人権教育講座を受講して、人権を守ることは気配りから始まるのだと分かった。人権といわれると難しく考えがちだが、身近に感じられるようになった。自分自身も周囲と比べてしまうことや、気付くと短所にばかり目を向けてしまっていたので、先生の「マイノリティという言葉が嫌い。皆、宇宙でたった一人の存在だから。」という言葉に救われた気がした。誰にでも短所はあるし、それも個性と受け止めていきたい。

《抜粋》

- ・今回の講座で印象に残った言葉は「思いやりも想像力」だった。人を思いやりと言われると難しい気がするが、人の気持ちを想像すると言い換えれば一気にハードルが下がる気がする。ハッとさせられた。
- ・マザー=テレサの「愛情の反対は憎しみではなく、無関心である」という言葉を聞き、無関心が一番怖いことだと分かった。私も日常生活で発した何気ない一言が誰かを傷つけているかもしれないと常に考えて生活をしていきたいと思う。
- ・家に帰ったら「君の心が戦争をおこす」を読もうと思った。
- ・自分自身や自分の周囲の人を肯定することが大切で、自分自身を認め、他人も認めることで差別やいじめがなくなっていけばいいと思う。一人一人がかけがえのない存在であることを自覚し、人に八つ当たりをしないで自

分に合ったストレスの対処法を見つけていく。

- ・学校に到着してからは楽しいが、それまでの毎朝がしんどく、行きたくない思いが強かった私にとって、とても良い勉強になった。普段聞かされる人権の話はどれも他人を大切にしようばかりで心が飽和していた。しかし今回、自分の人権を大切にしようという内容で、日頃の悩みに迫ることができた。講師の方も不登校を経験されたということで、私も無理に立ち向かい続けずに自分を見つめ直す休みを取りたいと思った。
- ・「物で溢れているが愛に飢えている」という話が印象に残った。"I'm OK, You're OK." という感覚で自分を認め、他人を認めて、お互いを尊重して理解していくことが大切だと思った。意識はしていなくても偏見という目が自分の中にあるのかと思うと怖い。
- ・暴力は物理的なものだけではなく言葉や態度も含まれていることが分かった。また、自

分は”I’m OK.”ができていないと改めて思った。ネガティブ思考に陥りがちなので、自分に自信を持った行動や思考を取り入れて、他の人の多様性を認めていきたい。

- ・人権という言葉は、私が思っていたよりも重く、いろいろな意味があることが分かった。自分のうちにある差別や偏見、決めつけによって人権の侵害になることを意識して、相手を傷つけないようにしていこうと思った。

- ・今回の講演会を聞くまでは、自己肯定感がほとんどなく、どうしたらこの考えを直せるのだろうなど、様々なことを悪くとらえ、それに悩んで集中力が散漫になるといったことを繰り返していた。しかし、この講演で”I’m OK, You’re OK.”の考え方が大切だと教えられた。もっと、自分の考えは考えとして認め、ポジティブ思考も大切にしたい。

- ・人権の大切さだけでなく、多様性を認めあうためにできることも学ぶことができた。ストレスにうまく対処しながら、相手を尊重した言葉遣い、行動しようと思う。

- ・今回の講座を受けて特にもっとお話を聞きたいなと思ったのがセクシャルマイノリティに関する部分だった。LGBT という言葉が出る度に、よく「受け入れよう」という言葉とセットになっていることが少し気になっていた。しかし、今日の話でバイだろうがレズだろうがゲイであろうがトランスジェンダーだろうが、それはただの記号であって、その人を表す全てではないのだから、個性だと思えば一気に敷居が低くなるのになと感じた。

- ・人に対する接し方を見直したい。なぜなら、先生は「気付かないくらい小さなことで傷つく人もいるんだよ。」と言っていたからだ。

- ・マイノリティー（少数派）を差別するのではなく、広く見れば全員が少数派といえることを理解して、”多様性”をお互いに認め合う社会を実現できれば良いと思う。

- ・この学校のすべての人が安心して過ごせるには、一人一人の心掛けが必要だと思う。まずは自分から行動してみようと思う。

- ・人権について、今までより詳しく身近に感じられた。いろいろなことで悩む人がいて、その中でも自分の心の性に悩んでいる人が

20人に1人の割合でいると知ってとても驚いた。同時に、そんなに近くにいるものなのかと初めて分かった。私はまだそういう人に会ったことがないが、悩みを聞いて少しでも楽になってほしいと思う。そして、ほかの国のように当たり前になっていけばいいと思う。

- ・今日、橋本先生が言われたように、相手が一瞬でも暗い顔をしたらすぐ謝れるようにしたい。

- ・講師の先生が、みんな違うのだから、みんながみんな仲良くできないと言われ、きれいごとの話ではなくて共感できた。でもそれは、嫌い合っているわけではなく、おたがいを理解し合っている状態をいうんだと分かった。

- ・暴力とは、体を傷つけるだけでなく、心を言葉で傷つけることもあると分かった。暴力を受けた人だけでなく、それを見た人も心理的にダメージを受けることもあり、人をいじめたり、物に当たったりしても、ストレスの解消にはならないと分かった。

- ・先生の「相手の気持ちに鈍感になるな。」という言葉が印象に残った。例えば、僕たちが励まして言う「頑張れ」でも、頑張っている人からするとプレッシャーになるということを知り、相手の気持ちを考えて言葉を掛けることが、とても難しいと分かった。

- ・「人権の尊重」とは、相手の考えも大切にし、プラス、相手のことを考えて行動することだと分かった。

- ・今まで自分は自信があるというのは、自分を過大評価しているというようなあまりよくないイメージでいたが、「自身とは自分の可能性を信じ続けること」という考え方を初めて知って、驚いた。

- ・人権について、日本国憲法のことを学習したときに何度か聞いたので内容と同じかなと思っていただけ、それ以外のことも言っていて、人権問題に関心を持つことができた。

桜高生の心に一番響いた言葉は

I’m OK! You are OK!