

身近な差別と偏見

「マイクロアグレッション」②

9月号では、マイクロアグレッションのような言葉や行為が社会にまん延すると、偏見が広がり、過激な差別発言をする人が増え、よりひどい差別が起こりやすくなるということを紹介しました。

では、マイクロアグレッションを解決するためにはどうすればよいのでしょうか。まず自分が被害者になったときの状況を考えてみましょう。

はじめに、違和感や不快感をもった自分を素直に受け入れ、自分自身を責めないことが大切です。相手の言動に傷つき、引かかっているのは事実なのでから。

次に、具体的な対処の方法については、

- ①聞き流す(スルーする)
 - ②ただちに伝える
 - ③時間をおいて伝える
- の3つの行為が考えられます。どれも正しく、間違っているというものではありません。その時の状況や言動の内容、自分自身の感情の程度などによって判断すればよいでしょう。実際に、「一度は許しても、繰り返すようならきちんと指摘する。」という人もいます。また、言いたくても直接自

分では相手に伝えられないことでもあります。そんなときは、家族や友人、公正な第三者に相談し、気持ちを聞いてもらった、言ったり相手を注意してもらったりする方法を取ることも可能です。

一方、自分が加害者にならないために重要なことは何でしょうか。当たり前のことですが、相手の立場に立って考え、自分が言われたりされたりして、不快なことや、いやなこととは言わない、しないということです。

また、言ったりしたりする前に少し立ち止まって、次のようなことを自分に問いかけてみてはどうでしょうか。

- ・その発言や行為によって、相手が傷つく可能性はないだろうか。
- ・その質問は、無知や偏見、興味本位からくるものではないだろうか。
- ・相手をステレオタイプ(先入観・固定観念など)に押し込めようとしていないだろうか。
- ・普段使っている言葉の表現をもっと的確なものに見直せないだろうか。

こうした相手に対する思いやりや心遣いが、マイクロアグレッションを解決していく上

で、ぜひとも必要になってくるでしょう。

『親しき仲にも礼儀あり』ということわざは、「仲の良い相手であっても踏み込んではいけない領域は少なからずある。適度な距離感を保ちながら礼節をもって接することが、良好な人間関係を築くポイントだ」と教えています。私たちも、人による価値観の違いを認め合い、相手に寄り添って考え、相手を個人として尊重する意識や態度を大事に実践していこうではありませんか。

人権問題講演会のご案内

【日時】 10月18日(水)
午後2時から4時まで
(受付開始:午後1時30分から)

【場所】 サウンドハウスホール

【演題】 「子どもの人権について」

【講師】 公認心理師・臨床心理士 川瀬公美子さん

市教育委員会生涯学習課
人権教育推進室(新教育庁舎2階)
32-3814
FAX 33-1230
jinkenkyouiku@city.komatsushima-i-tokushima.jp

市民文芸 花みずき歌壇 (407) 山崎泰子・選

あめあ なが くも つきかく わ ほんさい くらまつ な
雨上がり流れる雲は月隠し我が盆栽を黒松と成す

中田町 多田 健児

た きし ま か も まんじゆしゃげ
田の岸の真つ赤に燃える曼珠沙華ざらり並びて実り田圃む

赤石町 田原トシ子

はと ま あお そら お あさ ひかりびょうまど はい
鳩の舞う青き空よりこぼれ落ち朝の光の病窓より入る

松島町 萬野 行子

みずみずとゆれている空あるときはミサイルなんかも飛んでいるんだ

小松島町 萬宮千鶴子

うつく わたしに ころ けんぼうまな
美しき私の国のこの頃にきなくささの有り憲法学ばん

中田町 湯浅 百世

きみし たま おとうときぞ そら
「君死に給うことなかれ」弟と競いて語んじしあのころ浮かぶ

江田町 深田 伴子

ごぜん よじあさ よじかんしんぶんくば
午前四時朝ドラまではあと四時間新聞配るバイク音持つ

横須町 天王谷 一

ながばな お さんじゆさんになぐみいん い
長話し終えて傘寿の三人組医院を出でぬ「ほなまたあした」

立江町 湯浅かや子

かさわす かえ いそ われ ゆうだちくも お
傘忘れ帰りを急ぐ吾のあと夕立雲の追いかけてくる

田浦町 西 教明

いもうこの くるまで ふ お あしも
妹を乗せたる車に手を振りて追う足持たねば消ゆるまで立つ

中田町 松並 敦子