

つながり

2022年7月1日

広陵町人権啓発活動推進本部
広陵町人権教育推進協議会
広陵町人権教育研究会



「アンガーマネジメント」をご存じですか？

～広陵町人権教育推進協議会「第1回人権セミナー」開催～

2021年12月2日、広陵中央公民館かぐや姫ホールで、第1回人権セミナーを開催しました。大和高田市教育委員会指導主事の井芝満喜子さんを講師にお迎えし、「心の根っこにある思いに寄り添う～アンガーマネジメントとは（衝動・思考・行動）～」をテーマに講演をいただきました。

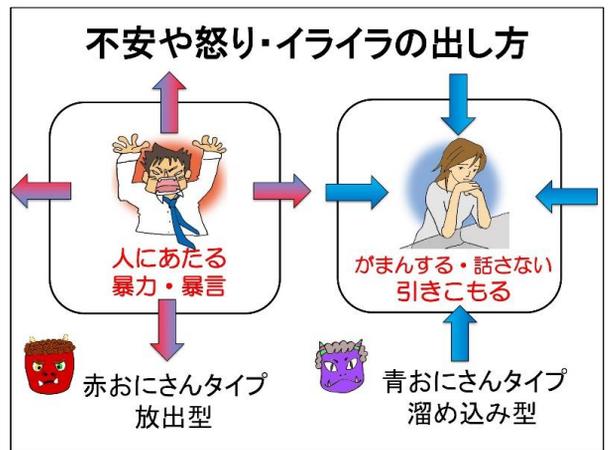


▲講演の様子（かぐや姫ホール）

アンガーマネジメントを学ぶことで「怒る必要があることは上手に怒る。必要のないことは怒らなくてもすむようになる。」というメリットが生まれます。怒りのメカニズムを知ること、その奥に隠れている本当の気持ちに気づくことができ、怒りという二次感情に至るまでのマイナス感情（一次感情）を理解することができるのです。

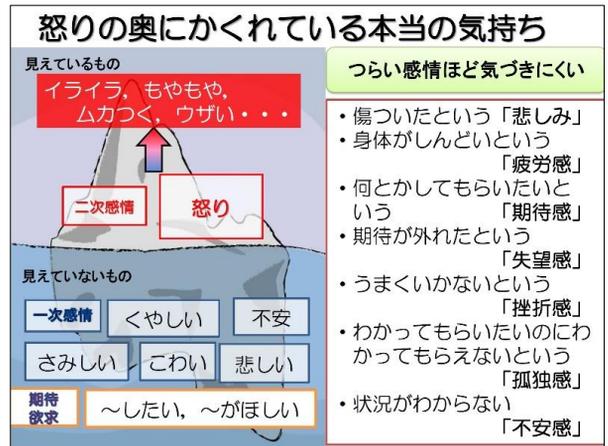
大人が求める「よい子」は、自分の感情を表現できないことが多いようですが、子どもの感情は、ポジティブであってもネガティブであっても、生きる力の源になります。大人がその感情を受け止めることで、成長に必要な感情を育てることができます。

傾聴やリフレーミング（物事を見る枠組みを変えて、違う視点で捉えること）など、子どもとの関わり方を具体的に示しながら、大人にもマイナス感情と上手くつきあうことの重要性を教えていただきました。



講演会資料より

参加者からは、研修内容を子どもとの関わりに生かしたいという声が多く寄せられ、とても有意義な研修になりました。



講演会資料より

アンガーマネジメントってなあに？

アンガーマネジメントとは、「怒りをコントロールする能力」のことです。英語で言うと「アンガー」は怒り。「マネジメント」は管理するという意味になります。人間が抱える怒りや悲しみ、劣等感などを自分の中で整理し、その状況を客観的に見ることで、怒りなどの強い気持ちが生じて、それを適切にコントロールし、問題解決を図ることができます。



「人の世に熱あれ、人間に光あれ」

全国水平社創立100周年

今から100年前の大正11年（1922年）、「全国水平社宣言（水平社宣言）」が発表されました。

右の写真は、被差別部落の人々の解放を目指して設立された「全国水平社」の創立大会で読み上げられた宣言文です。



差別に苦しむ当事者自身が声を上げ、社会を変えようとする日本初の人権宣言とも言われています。

宣言文には、長い歴史の中で不当な差別を受けてきた人々の痛切な思いが綴られていると同時に、すべての人があらゆる差別を受けることなく、人間らしく暮らしていける社会の実現を願う気持ちが込められています。



宣言から100年後の今は、宣言が目指した社会になっているのでしょうか。100年前とは違って多くの人々が自由に意見を交わせる時代になり、以前は見過ごされていたさまざまなハラスメントが人権問題として認識されるようになりました。



その一方で、インターネットやSNS上での誹謗中傷、ヘイトスピーチ、性のあり方についての差別や偏見、新型コロナに関

する人権侵害など、新たな人権問題が発生しています。

今こそ、水平社宣言に込められた当時の人々の願いに思いをはせ、全ての人の人権が尊重される豊かな社会をつくっていくための取組が必要ではないでしょうか。

*写真は全て「水平社博物館」です。平和と人権の確立を目指す部落解放運動の要となった水平社の歴史を伝える博物館で、今年リニューアルオープンしました。



【同和問題について】

同和問題は、日本社会の歴史的過程で形作られた身分差別により、日本国民の一部の人々が、長い間、経済的、社会的、文化的に低い状態に置かれることを強いられ、今なお、日常生活の上でさまざまな差別を受けるなどしている、わが国固有の人権問題です。



毎月11日は 人権を確かめ合う日です



「人権を確かめ合う日」は、1989年4月に「啓発連協（奈良県市町村人権・同和問題啓発活動推進本部連絡協議会）」が提唱してはじまった活動です。毎月11日に、今いちど人権について考え行動し、人権意識を高めあおうとするものです。

「11」は、「1（ひと）」「1（ひと）」とも読めます。また、横にすると「=（イコール・等しい）」にもなります。

広陵町では、差別のない人権尊重のまちづくりをめざして、三つの大きな団体（広陵町人権啓発活動推進本部、広陵町人権教育推進協議会、広陵町人権教育研究会）が人権教育の推進、啓発を行っています。

2021年度につきましても、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から多くの活動が中止となりました。

ウイルスに対しての不安な日々が続いていますが、多くの人々が人生にとって何が本当に大切かを改めて考える機会と

なっているいまだからこそ、この紙面が人権をご家庭で考えていただけるきっかけになることを願っています。

