

2026年を迎え、2月には冬季オリンピック、3月にはWBC、6月にはサッカーW杯など、今年は大きな国際スポーツイベントが開催されます。参加する国や民族が多様なため、しばしば人権問題が取り沙汰されます。スポーツの観点から見える人権問題も重要であり、そこから学ぶことも大切です。本年も、すべての差別の撤廃と人権が保障された社会の実現に向けて、大切な命の尊さや人への思いやりを伝えてまいります。どうぞよろしくお願い申し上げます。



## 子どもの内なる声に耳を澄ませる

長年「親子カウンセリング」を行われてきた松本文男氏(日本精神療学会・理事長)は、「たいていの親はわが子の話をしっかり聴けていません」と述べています。「親子の会話は大切だと頭では分かっている、なかなかそれを実行できない人が多い」そうです。(※1)

松本氏が指摘する「ついやってしまう子どもの話の“つもり聞き”」は、私も子育て経験を振り返り反省させられます。

- ①親の聞きたい話だけ話させる。
- ②適当なあいさちで聞き流す。
- ③話を親が「乗っ取る」。
- ④いつのまにか“お説教”に変わる。

こうした“つもり聞き”をしているうちに子どもの心は親からどんどん離れていき、「どうせ何を言ってもちゃんと聴いてくれない」と心を閉ざしてしまいます。

松本氏は、親が子どもの話をしっかり受け止める「親子の傾聴」を勧めています。その際に大切な要点の一部をご紹介します。

- ・まずは親の「こうしてほしい」を棚上げして聴く
- ・「心を込めて聴いている」という合図を出す
- ・ネガティブ(否定的)な感情には「そのあなたを認めている」というサインを出す
- ・ありのままの姿を好きだと示そう
- ・先回りせずに、子どもの言葉を待とう
- ・失敗したときこそ、寄り添い受けとめる

それとは反対に、子どものやる気をくじく「ダメ言葉」の一部もご紹介します。

- ・「〇〇しなさい」と指示語で要求を強いる
- ・「そんなことじゃ〇〇で失敗するよ」などと(否定的な)将来を持ち出す
- ・「前はいい子だったのに」など過去のことを持ち出す
- ・「気が弱いからね」など、性格(欠点)を持ち出す
- ・「恥ずかしくて顔向けできない」など世間体を優先する

松本氏は、これらを通じて一番大切なことは「子どもは親とは別の人格を持った、尊重されるべき一人の人間である」ことを絶えず自覚することだと述べています。

ほかに、鳥取県人権文化センターの啓発動画「大人のための10の心得～子どもの思いを引き出し受けとめるために」(※2)も、親が子どもと向き合うときの参考になると思います。

(※1)「自分から動ける子」にする親の傾聴力(5回連載)  
<https://www.tokaiedu.co.jp/kamome/contents.php?i=145> 等



(※2)【動画】大人のための10の心得～子どもの思いを引き出し受けとめるために～  
[https://youtu.be/w9n-Sa\\_Bd9w](https://youtu.be/w9n-Sa_Bd9w)



## 今後の予定

**人権啓発パネル展** 2月3日(火)～16日(月) 甲府市役所・甲府市南西公民館にて、人権啓発パネル展を開催します。

**人権啓発講演会** 2月17日(火) 甲府市役所庁舎、2月18日(水) 甲府地区広域行政事務組合消防本部にて、人権啓発講演会を開催します。

**人権移動教室** 2月6日(金) 甲斐市立敷島北小学校、甲斐市立竜王小学校、2月19日(木) 甲斐市立玉幡中学校にて、人権移動教室を開催します。

人権移動教室の授業を受けた子供たちの感想文が、裏面にてご覧いただけます。



国連 NGO 横浜国際人権センター山梨ブランチ  
特定非営利活動法人横浜国際人権センター山梨

会長：横山隆史  
理事長：横山美香

〒400-0031 山梨県甲府市上町 601-4 甲府市環境センター内 なでしこ工房 1 階事務室  
TEL. 055-243-8563 FAX. 055-243-8564 <http://yamanashi.yihrc.or.jp/> E-mail. [yamanashi@yihrc.or.jp](mailto:yamanashi@yihrc.or.jp)

<協賛>  
山梨県  
甲府市  
甲斐市

