

～毎月10日は人権を考える日～

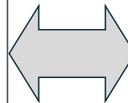
同情と共感

カウンセリングでは「同情」と「共感」というコミュニケーションの方法をよく耳にします。

(同情)

同情は、他者の苦しみや悲しみに対し、「かわいそう」「気の毒」「不憫」と感じることで、いたわりや心配、あわれみを相手に向ける感情のこと。

- 上から目線、あわれみを含む
- 相手の感情に落ち込む
- 相手の外側から見ているようなかわり
- 相手寄り添うが、想像することなく、自身の立場を基準にして考える



(共感)

共感は、相手の気持ちを冷静に理解し寄り添うこと。相手の感情を推測し、理解しようとする。他者の感情を理解するとともに、他者の感情を共有すること。

- 相手の立場に立つ、寄り添う
- 相手の感情を理解し、その思いを抱くに至った背景等について想像して受容（この想像力が大切）

◎ 街なかで車いすを利用している人を見かけたとき「移動が大変そう」と漠然と思う。

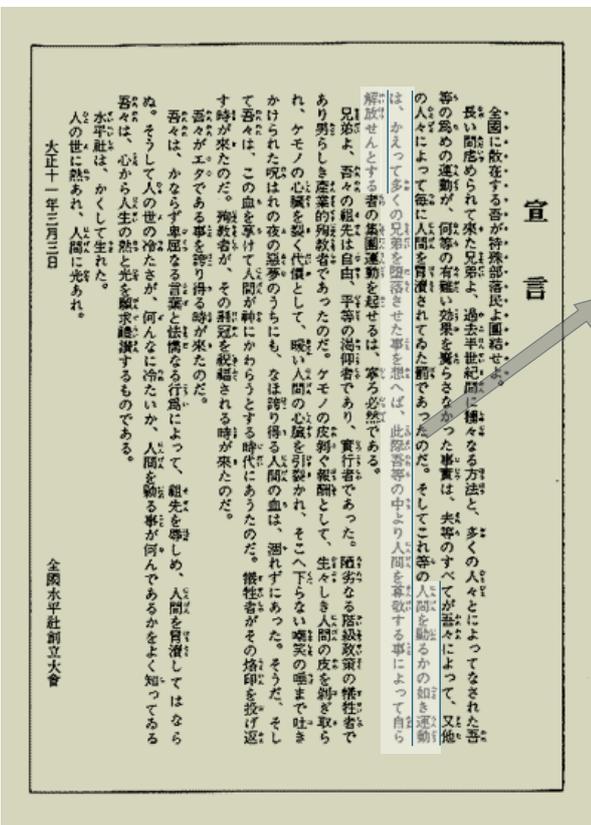
↳ これは、共感ではなく、同情です。「車いす利用者に近い立場」になる(経験)か、経験がなければ、想像力で補うと、「段差があるなあ」といった不便さを感じ、街中での不便さを実感することができます。これが「共感」であり、相手の抱える困難さや問題に気付くことができます。

・・・人間を勤る(いたわる)かの如き運動は、かえって多くの兄弟を墮落させた事を想へば、此際吾等の中より人間を尊敬する事によって自ら解放せんとする・・・

これは「水平社宣言」の中の一文です。

水平社宣言は、大正11年3月3日に京都で設立された「全国水平社」の創立大会で読み上げられた、日本初の人権宣言です。この宣言は、被差別部落の人々が差別からの解放を目指し、人間としての尊厳を訴えるために発表されました。

この文中の「勤る(いたわる)」はいわば「同情」であり、同情では差別は解決できないと言っています。この宣言の中では、同情するのではなく「人間を尊敬する」ことにより、差別を解消することができるとも言っています。



「水平社宣言」大正11年3月3日